

RESUMO EXPANDIDO - PROMOÇÃO DE SAÚDE A PARTIR DE UMA
PERSPECTIVA INTERSECCIONAL

**ANCESTRALIDADE COMO CUIDADO: O PAPEL DAS RELIGIÕES DE
MATRIZ AFRICANA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL**

Valéria Pimentel Da Silva (pimentelval1996@gmail.com)

Lucas Dourado Leão (lucasdourado57@gmail.com)

Introdução: O presente trabalho busca refletir sobre as interseções entre psicologia, cultura e espiritualidade, por meio de uma conversa realizada em um terreiro de Candomblé, que atua no fortalecimento das religiões afro-brasileiras e na promoção da cultura negra. Partindo de metodologias participativas e respeitosas com os saberes ancestrais, a atividade permitiu identificar como a saúde mental é compreendida e vivida pelos participantes, bem como suas estratégias cotidianas de cuidado. Objetivos: A roda de conversa buscou compreender de que maneiras práticas culturais e espirituais pertencentes aos adeptos de religiões de matriz africana contribuem para a promoção da saúde mental, reconhecendo terreiros como espaço de cuidado que desenvolvem uma escuta de pertencimento e fortalecimento identitário. Promovendo o acolhimento entre os integrantes, e fortalecendo o aquilombamento entre seus pares, e como integrar saberes tradicionais e práticas científicas voltadas para práticas em saúde mental. Desse modo, desenvolvendo uma psicologia mais sensível

às questões raciais, diversidades culturais e espiritualidade. Metodologia: A pesquisa de intervenção é caracterizada pela articulação da teoria e prática, buscando transformar a realidade social ao mesmo tempo que produz conhecimento científico (Thiollent, 2011). Esse tipo de abordagem tem o propósito de promover mudanças sustentáveis e concretas no contexto no qual é inserida, permitindo um contato direto com as vivências dos participantes, respeitando suas individualidades, culturas e saberes ancestrais. Para Trindade e Cordeiro (2018), a pesquisa de intervenção é especialmente eficaz quando realizada em contextos comunitários, pois favorece a escuta qualificada e o diálogo horizontal entre pesquisadores e sujeitos envolvidos. A roda de conversa buscou entender as percepções e demandas da comunidade em relação à saúde mental, iniciando com a construção de vínculo com a realização da dinâmica de quebra-gelo, utilizando um objeto de palavra (uma flor), que circulava entre os participantes, quem segurava o objeto se apresentava (nome, idade e função no terreiro). Após apresentação coletiva, as perguntas ficavam mais direcionadas a saúde mental e seus cuidados individuais e coletivos, essa atividade permitiu um contato afetivo, além de mapear entendimentos prévios sobre o tema, essencial para o planejamento das etapas seguintes. Com o intuito de aprofundar discussões e focar em práticas coletivas de sensibilização, cuidado e diálogo, a execução da intervenção seguiu com uma roda de conversa sobre saúde mental, espiritualidade e autocuidado, esse diálogo coletivo favoreceu a troca de experiências, a expressão livre e a reflexão crítica sobre práticas de cuidado individual e comunitário, respeitando seus saberes e vivências. Para encerrar a roda de conversa foi proposta a dinâmica corrente de autocuidado, no qual cada participante escreveu em uma tira de papel uma mensagem de apoio, reflexiva e de esperança, algo que gostaria de ouvir ou dizer a alguém do terreiro em momento de dificuldade ou alegria. As mensagens foram lidas em voz alta para quem estivesse confortável, e unidas em uma corrente simbólica, posteriormente expostas na comunidade, essa dinâmica reforçou os vínculos afetivos, estimulou o desenvolvimento de habilidades socioemocionais entre os participantes, promoveu reflexões sobre o acolhimento e sensibilizou o grupo sobre a importância de pequenos gestos no apoio mútuo. Discussão: Durante a roda, os participantes compartilharam suas concepções sobre saúde mental e

as formas que utilizam para preservá-la. Práticas como rezar, cantar, frequentar o terreiro, cuidar da alimentação, descansar, conversar com pessoas de confiança foram mencionadas com frequência, principalmente o cuidado com a Orí (iorubá) significa cabeça, não apenas como estrutura física, mas como sede da consciência, da espiritualidade e da individualidade. É nela que habitam os orixás e onde se processam os pensamentos, as decisões e os destinos, responsável por carregar toda a ancestralidade de um indivíduo e por reger todos os âmbitos de sua existência, independente de sua vinculação com práticas espiritualizadas (Cabral, 2022). No contexto das religiões de matriz africana e da cultura afrodescendente, entende-se que alguns processos de adoecimento, sejam eles de natureza mental, emocional ou física, podem ter origem na negligência com o cuidado do Orí. A saúde mental, frequentemente negligenciada em grupos em situação de vulnerabilidade social, é um tema essencial para garantir o bem-estar e a qualidade de vida das pessoas. Apesar da potência do cuidado comunitário, os participantes também reconheceram que há situações em que a escuta dentro do território e espiritual não são suficientes. Situações de sofrimento persistente, crises emocionais intensas ou episódios de violência e racismo requerem um apoio profissional especializado. A demanda por ações nesse sentido surgiu como resposta às dificuldades enfrentadas pelos indivíduos do terreiro, que, por diversas razões, não encontram acesso fácil a serviços adequados às suas realidades. O envolvimento direto com a comunidade, aliado à escuta e à vivência em um espaço de resistência cultural e espiritual, ampliou o olhar clínico dos participantes, proporcionando uma compreensão mais complexa e situada nas dinâmicas de sofrimento psíquico em contextos marcados pela desigualdade social, racismo e invisibilidade histórica. Dentro disso, foram discutidas estratégias para incentivar ajuda relacionadas à saúde mental, encaminhamento para serviços de acolhimento psicossocial. Considerações finais: A experiência revelou o terreiro com espaço potente de acolhimento, escuta e resistência, ampliando o entendimento sobre cuidado psicológico em contextos comunitários. A roda de conversa realizada no terreiro, evidenciou o papel fundamental das práticas culturais e espirituais no cuidado com a saúde mental, o terreiro como espaço de escuta e acolhimento, configurando-se como espaço terapêutico, promovendo pertencimento e bem-estar emocional. A

realização desse projeto de extensão representa uma oportunidade de complementação na formação da acadêmica, pois permite a vivência prática dos conteúdos trabalhados em sala, especialmente no que diz respeito à escuta qualificada e manejo em contextos de vulnerabilidade social. Mais do que aplicar técnicas, trata-se de exercitar a presença, a empatia e a escuta atenta diante das demandas de pessoas reais, em contextos que muitas vezes desafiam a teoria. Participar dessa experiência contribui para a construção de uma prática profissional mais humanizada, crítica e sensível às diferenças, refletindo sobre a importância das práticas formativas que unem teoria e prática, promovendo uma psicologia que esteja, de fato, a serviço da transformação social. A escuta ética e sensível se destacou como ferramenta essencial para ressignificar sofrimentos marcados pela exclusão social e pelo racismo estrutural. A atuação psicoterapêutica assumiu um caráter ético-político, integrando saberes tradicionais e acadêmicos. Contudo, a ação enfrentou limitações, como o tempo reduzido e a escassez de recursos. Por isso, recomenda-se a ampliação de parcerias entre universidades e espaços comunitários, reforçando a importância da extensão universitária para a formação de profissionais comprometidos. Conclui-se que uma psicologia culturalmente sensível deve reconhecer e dialogar com esses saberes, respeitando os contextos comunitários e valorizando a construção coletiva do cuidado, a integração entre saberes tradicionais e conhecimentos acadêmicos pode ampliar as possibilidades de cuidado e contribuir para uma saúde mental mais inclusiva e efetiva.

Referências bibliográficas:

CABRAL, Heuler Costa. A concepção de orí como autodeterminação humana. 2022. 88 f. Dissertação de Mestrado apresentada ao Programa de Pós-Graduação Interdisciplinar em Humanidades. Instituto de Instituto de Humanidades (IH), Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira. Redenção, 2022.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA (Brasil). Referências técnicas para atuação de psicólogas(os) com povos tradicionais. Brasília: CFP, 2019. Disponível em: <https://site.cfp.org.br>. Acesso em: 9 fev. 2026.

FALS-BORDA, O. Pesquisa-ação participativa. São Paulo: Cortez, 2006.

MONTERO, M. Introdução à Psicologia Comunitária. São Paulo: Cortez, 2004

SANTOS, A. DE O. O enegrecimento da Psicologia: indicações para a formação profissional. Psicologia: Ciência e Profissão, v. 39, n. spe, p. e222113, 2019. Disponível em <https://www.scielo.br/j/pcp/a/Phjf88DnytsFSHMNxcnWLJ/>. Acesso em 09 de Fevereiro de 2026.

SCORSOLINI-COMIN, F. Atenção psicológica e umbanda: experiência de cuidado e acolhimento em saúde mental. Estudos e Pesquisas em Psicologia, v. 14, n. 3, p. 773–794, 2014. Disponível em Atenção psicológica e umbanda: Experiência de cuidado e acolhimento em saúde mental | Estudos e Pesquisas em Psicologia. Acesso em 09 de Fevereiro de 2026.

THIOLLENT, M. Metodologia da pesquisa-ação. São Paulo: Cortez, 2011.

Palavras-chave: práticas comunitárias; saberes tradicionais; saúde mental.