

INTERVENÇÃO ONLINE PELO MÉTODO BALINT: O USO DE TICs NA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE CUIDADORAS EM ILPIs

KURZ, Marcia Liliane Barboza Kurz¹. E-mail: marciakurz@yahoo.com.br

Área temática: Saúde e Autoestima.

PALAVRAS-CHAVE: Intervenção online; Saúde Mental; Cuidadores.

No contexto do cuidado institucional à pessoa idosa, observa-se elevada sobrecarga entre as cuidadoras, decorrente da realização contínua e prolongada de atividades assistenciais, frequentemente sem períodos adequados de descanso. As demandas relacionadas aos cuidados pessoais, alimentação, higiene, organização do ambiente, monitoramento das condições de saúde e demais necessidades cotidianas contribuem para intensificação do desgaste ocupacional. Esse cenário repercute negativamente na saúde mental das cuidadoras, manifestando-se por meio de fadiga, estresse psicológico e maior utilização de medicamentos. Além disso, são recorrentes prejuízos à saúde física, incluindo dores lombares, cefaleia, exaustão e alterações no padrão do sono. Assim, a atividade de cuidar produz impactos multidimensionais — sociais, econômicos, físicos e emocionais — capazes de comprometer significativamente a qualidade de vida e o bem-estar de quem exerce o cuidado. **Objetivo:** relatar a experiência com grupos online de suporte socioemocional a cuidadoras de pessoas idosas atuantes em ILPIs. **Metodologia:** intervenções grupais online conduzidas por assistente social com especialização em Gerontologia Social, realizadas entre outubro e novembro de 2025. Foram desenvolvidos três grupos, com oito encontros semanais cada, com duração de sessenta minutos, por meio da plataforma Google Meet. Participaram 23 cuidadoras, distribuídas entre os grupos: Grupo 1: n=8; Grupo 2: n=6; Grupo 3: n=7, com faixa etária entre 19 e 51 anos, todas do sexo feminino. Os encontros foram estruturados com base no Método Balint, priorizando a discussão de casos, experiências de cuidado, angústias e sentimentos relacionados ao exercício laboral. **Resultados:** Observou-se que a utilização das TICs no contexto grupal mostrou-se eficaz na construção de um espaço seguro de escuta, acolhimento e troca de experiências, minimizando barreiras relacionadas à mobilidade, às limitações geográficas e à restrição de tempo decorrente da rotina laboral das cuidadoras. Os encontros possibilitaram a elaboração das angústias relacionadas ao cotidiano do cuidado, o fortalecimento da solidariedade entre as participantes e a reflexão coletiva acerca dos casos apresentados, evidenciando que o vínculo terapêutico e a empatia propostos pelo Método Balint podem ser sustentados em ambientes virtuais. **Conclusão:** A utilização do Método Balint associada às TICs possibilitou a realização de grupos de suporte socioemocional destinados a cuidadoras de pessoas idosas atuantes em ILPIs na modalidade virtual. Dessa forma, os encontros mostraram-se relevantes para a promoção da saúde mental e para o enfrentamento das vulnerabilidades emocionais associadas à atividade de cuidar.

Referências

BALINT, M. O médico, seu paciente e a doença. Rio de Janeiro: Atheneu, 1988.

¹ Assistente Social. Tecnóloga em Gerontologia Social. Mestre em Serviço Social. Doutoranda Envelhecimento Humano – UPFRS.