

TERAPIA COMUNITÁRIA INTEGRATIVA: DANDO VOZ ÀS INQUIETAÇÕES

PALAVRAS-CHAVE: atenção básica; terapia comunitária integrativa; saúde emocional; promoção da saúde

SANTOS, Thaís Silva dos¹; CARVALHO, Mauren Lopes de²; HINDS, Selma³
AGUIAR, Sylvia Regina Vasconcellos de⁴

Modalidade do trabalho: Extensão
Área temática: Educação e Promoção da Saúde

¹Discente, Graduação em Fisioterapia, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio de Janeiro (IFRJ), Rio de Janeiro, RJ, thatasantos1999@gmail.com;

²Docente, Graduação em Saúde, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio de Janeiro (IFRJ), Rio de Janeiro, RJ, mauren.carvalho@ifrj.edu.br

³Coordenadora de Polo, Graduação em Odontologia, Movimento Integrado de Saúde Comunitária-RJ (MISC-RJ), Rio de Janeiro, RJ, selmahinds@gmail.com

⁴Docente, Graduação em Enfermagem, Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Rio de Janeiro (IFRJ), Rio de Janeiro, RJ, sylvia.aguiar@ifrj.edu.br

INTRODUÇÃO

A Atenção Básica (AB) é fundamental na Rede de Atenção à Saúde (RAS) do Sistema Único de Saúde (SUS) (Brasil, 2014), servindo como porta de entrada para os usuários e desempenhando um papel crucial na prevenção de agravos à saúde do indivíduo. Além de cuidar da recuperação da saúde, a AB promove uma abordagem biopsicossocial, com equipes multiprofissionais que ampliam o cuidado. Nesse contexto, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), como a Terapia Comunitária Integrativa (TCI), certificada pela Fundação Banco do Brasil em 2024 como uma tecnologia social, são ferramentas importantes para fortalecer a autonomia, o autocuidado e a saúde emocional, proporcionando um espaço acolhedor de partilha de vivências e apoio mútuo na resolução de problemas individuais, familiares e comunitários (Brasil, 2018).

OBJETIVO

Relatar a experiência de um projeto de extensão que realizou rodas de TCI em uma unidade básica de saúde, descrevendo seu funcionamento e refletindo sobre os resultados práticos em relação à teoria.

METODOLOGIA

Este relato é baseado na experiência de uma acadêmica de fisioterapia, extensionista do projeto C_Alma_Mente: Promovendo Saúdes, em rodas de TCI realizadas em uma Clínica da Família, no Bairro de Bangú, Zona Oeste do Rio de Janeiro, que acolhe programas de residência em saúde da família e comunidade e estagiários de diferentes cursos na área da saúde. A experiência relatada ocorreu entre novembro de 2023 e junho de 2024. O público participante era de usuários da Unidade de Saúde, que manifestassem interesse em participar da atividade, sem critérios de inclusão/exclusão e também por usuários com Transtornos Mentais Comuns (TMC) encaminhados pelas equipes de Saúde da Família (eSF) e pela equipe multidisciplinar (eMulti). A divulgação dos encontros foi feita tanto pelos Agentes Comunitários de Saúde (ACS), quanto pelo perfil do Instagram da clínica. A Roda de TCI é realizada em círculo, com as pessoas sentadas umas ao lado das outras, pressupondo uma horizontalidade e circularidade da abordagem e oportunizando melhor interação entre os participantes. As rodas, com duração de uma hora e meia, conduzidas por 2 terapeutas comunitárias, ocorreram quinzenalmente e seguiram a metodologia

proposta por Barreto (2019), organizada em 6 etapas: Acolhimento, Escolha do Tema, Contextualização, Problematização, Encerramento e Apreciação.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A participação ativa dos ACS foi essencial na divulgação das rodas de TCI no território e no envolvimento da população, assim como o apoio da gerência para a implantação de um novo grupo e o direcionamento dos usuários do serviço, pelas eSF e eMulti . Durante nove encontros, com uma média de aproximadamente 20 participantes, principalmente mulheres, com idade acima de 50 anos, os temas mais recorrentemente abordados foram luto e conflitos familiares, especialmente a dificuldade de perceber a sua condição de saúde e fragilidade acolhidas pela família, reforçando a importância de uma abordagem sistêmica. Em geral, observou-se o retorno e a frequência dos participantes. A TCI se mostrou eficiente em promover o fortalecimento pessoal, proporcionar alívio emocional e estimular a construção de vínculos, uma vez que algumas participantes que chegaram em uma situação de isolamento e demonstrando baixa autoestima puderam, segundo relatos, sair de si mesmas e construir vínculos dentro e fora do grupo. O baú de recursos, estratégias de enfrentamento pessoal apresentadas pelos participantes para as inquietações emanadas do grupo, demonstra como a TCI contribui para que os participantes desenvolvam novas perspectivas sobre seus problemas e possíveis manejo dos mesmos. Estudantes de diferentes cursos da área da saúde tiveram oportunidade de participar das rodas e conhecer esta prática integrativa grupal, mais um recurso para a promoção da saúde mental nos territórios.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A TCI, além de contribuir para o bem-estar emocional do indivíduo e da comunidade, oportuniza a criação de vínculos, da autoestima e do sentimento de pertencimento, destacando-se como uma ferramenta de baixo custo que pode ser integrada em diferentes cenários da rede de atenção à saúde, visto que utiliza como recurso terapêutico as pessoas e suas inquietações. Promove uma abordagem humanizada, sendo especialmente relevante em tempos de fragilização da saúde mental/emocional. Mesmo com um número limitado de encontros, a experiência mostrou o potencial transformador dessa prática, tanto para os participantes, quanto para as terapeutas que conduzem as rodas, posto que todos os envolvidos no processo são beneficiados, mostrando que a TCI é mais uma das práticas integrativas complementares em saúde que cumprem com o seu papel de transcendência da assistência à saúde, não focando apenas nos aspectos biológicos.

REFERÊNCIAS

- ARAGÃO, E. I. S. et al. Padrões de Apoio Social na Atenção Primária à Saúde: diferenças entre ter doenças físicas ou transtornos mentais. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 23, p. 2339-2350, 2018. Disponível em:<<https://www.scielosp.org/pdf/csc/2018.v23n7/2339-2350/pt>>. Acesso em: 11 mar 2024.
- AZEVEDO, E. B. et al. Pesquisas brasileiras sobre terapia comunitária integrativa. *Revista Brasileira de Pesquisa em Saúde/Brazilian Journal of Health Research*, v. 15, n. 3, 2013. Disponível em: <<https://periodicos.ufes.br/rbps/article/view/6333>>. Acesso em: 15 jan 2024.
- BARRETO, A. P. *Terapia Comunitária Passo a Passo*. 5. ed. revista e ampliada. Fortaleza: Gráfica LCR, 2019.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Núcleo de Apoio à Saúde da Família. v. 1. Brasília: **Ministério da Saúde**, 2014. (Cadernos de Atenção Básica, n. 39)
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Manual de implantação de serviços de práticas integrativas e complementares no SUS. Brasília: **Ministério da Saúde**, 2018. Disponível em:<<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-publica/praticas-integrativas-e-complementares-no-sus/manual-de-implantacao-de-servicos-de-praticas-integrativas-e-complementares-no-sus>>

br/composicao/saps/pics/publicacoes/manual_implantacao_servicos_pics.pdf/view. Acesso em: 11 mar 2024.

FERNANDES, J. A. E. et al. Postos de trabalho ocupados por fisioterapeutas: uma menor demanda para a atenção básica. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 27, p. 2175-2186, 2022. Disponível em:<<https://www.scielo.br/j/csc/a/MScrJcHYc65KTNVhkL39Zs/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em: 15 jan 2024.

GAETE, A. E. G. et al. A Terapia Comunitária Integrativa na abordagem da saúde mental na atenção primária: um relato de experiência. **Temas em Educação e Saúde**, p. 483-497, 2020. Disponível em:<<https://periodicos.fclar.unesp.br/tes/article/view/14314/9792>>. Acesso em: 22 fev 2024.

JACINTO, R. L. S.; SALLES, M. A. M.. A importância da fala no processo terapêutico na abordagem fenomenológica daseinsanalítica. **DOXA: Revista Brasileira de Psicologia e Educação**, v. 22, n. 1, p. 315-328, 2020. Disponível em:<<https://periodicos.fclar.unesp.br/doxa/article/view/14136>>. Acesso em 11 mar 2024.

LIGA SOLIDÁRIA. Palestra sobre a TCI - Terapia Comunitária Integrativa - Com Dr. Adalberto Barreto. YouTube, 13 de setembro de 2018. Disponível em:<https://www.youtube.com/watch?v=poQ_aKaFCqU&t=2493s>. Acesso em: 15 jan 2024.

ROCHA, I. A. et al. Terapia comunitária integrativa: situações de sofrimento emocional e estratégias de enfrentamento apresentadas por usuários. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, v. 34, p. 155-162, 2013. Disponível em:<<https://www.scielo.br/j/rqenf/a/cVkc5DBcyMX858VMNM5stLL/?format=pdf&lang=pt>>. Acesso em: 11 mar 2024.