

## A VALORIZAÇÃO DA TERAPIA COMUNITÁRIA INTEGRATIVA COMO PRÁTICA EFETIVA DO SUS: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Vilma Felipe Costa de Melo<sup>I</sup>

Maria Isabel Nunes Gomes<sup>II</sup>

Larissa Nunes Figueiredo Cavalcanti<sup>II</sup>

Neirilanny da Silva Pereira<sup>III</sup>

Vagna Cristina Leite da Silva Pereira<sup>IV</sup>

### RESUMO

A Terapia Comunitária Integrativa (TCI) é uma prática de saúde mental que aos poucos vem se consolidando no país, como mais uma estratégia de cuidado nas doenças emocionais e mentais, promovendo, dessa forma, ações de atenção básica, visando a prevenção de doenças psíquicas e promovendo qualidade de vida. O objetivo deste trabalho é relatar a experiência de acadêmicos na área de saúde, havendo uma valorização e reconhecimento dos bons resultados oferecidos por tal modalidade terapêutica. Este trabalho consta de um relato de experiência, vivenciados por acadêmicas extensionistas do projeto: rodas de terapia comunitária e resgate da auto-estima, das Faculdades Nova Esperança-PB. As visitas foram realizadas, semanalmente, durante o ano de 2018, com uma média de 15 usuárias da TCI, no Centro de Práticas Integrativas e Complementares (Canto da Harmonia). Consiste em um espaço aberto, onde ocorre a troca de experiências de vida de forma horizontal e circular, visando o alívio do sofrimento humano, através da partilha de experiências de vida entre os participantes. Observou-se que essa tecnologia de cuidado traz impacto positivo para a vida de pessoas que clamam por um espaço de acolhida, de valorização de experiências e de atenção, atuando como peça-chave no processo de promoção da saúde mental e prevenção do adoecimento psíquico.

**PALAVRAS-CHAVE:** Autoestima. Serviços Comunitários de Saúde Mental. Promoção da Saúde.

Psicóloga. Doutora em Filosofia. Docente das Faculdades Nova Esperança - FAMENE/FACENE. Departamento de Medicina. Cep: 58035040, João Pessoa, Paraíba, Brasil. Email: vilmelopsic@gmail.com. ORCID/ID: <https://orcid.org/0000-0001-5721-3240>

Acadêmicas do curso de Medicina. Departamento de Medicina. Faculdade de Medicina Nova Esperança - FAMENE. Cep: 58035040, João Pessoa, Paraíba, Brasil. ORCID/ID: <https://orcid.org/0000-0001-5635-296X>; <https://orcid.org/0000-0002-6264-2557>

Enfermeira. Mestre em Saúde Coletiva e Gestão Hospitalar. Docente das Faculdades Nova Esperança - FACENE. Departamento de Medicina. Cep: 58035040, João Pessoa, Paraíba, Brasil. ORCID/ID: <http://orcid.org/0000-0002-5417-2241>

Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente das Faculdades Nova Esperança - FACENE. Departamento de Medicina. Cep: 58035040, João Pessoa, Paraíba, Brasil. ORCID/ID: <https://orcid.org/0000-0002-8831-3620>

Submissão: 13/05/2019 Aceito: 03/10/19  
DOI: 10.17695/revcsnevol17n3p51-56

## INTRODUÇÃO

A incorporação das Medicinas Alternativas e Complementares, chamadas pelo governo brasileiro de Práticas Integrativas e Complementares (PIC), está em expansão na rede pública de saúde. Além das recomendações da Organização Mundial de Saúde para que os países elaborem políticas que considerem o acesso a estas práticas, há um contexto mundial favorável a isso.<sup>1</sup>

O crescimento da procura social pelas PIC deve-se a méritos próprios: reposicionam o usuário como centro do paradigma médico; consideram a relação curador-usuário como elemento fundamental da terapêutica; buscam meios terapêuticos simples, menos dependentes de tecnologia científica dura, menos caros e, entretanto, com igual ou maior eficácia nas situações comuns de adoecimento; e estimulam a construção de uma medicina que busca acentuar a autonomia do usuário, tendo como categoria central a saúde.<sup>2</sup>

A terapia comunitária integrativa é uma ferramenta de cuidado que disponibiliza um espaço para a troca de experiências, estimula e fortalece a formação de vínculos e o resgate da autonomia dos participantes, através da transformação de carências em aptidões para serem hábeis em dar novos significados aos momentos de dores e perdas.<sup>3</sup> Trata-se de uma metodologia inclusiva, que objetiva possibilitar ambiente propício para produzir subjetividades, através do diálogo, reciprocidade, interação e formação de vínculos, que seja facilitadora das relações interpessoais e da autonomia, principalmente por subsidiar soluções para conflitos individuais e coletivos, na medida em que reforça vínculos entre os participantes, por meio do respeito às diversidades e a troca contínua de vivência e apoio, favorece uma conscientização social e pessoal, melhorando a saúde mental.<sup>4</sup>

A Terapia Comunitária Integrativa (TCI) emerge como uma das metodologias em consonância com as diretrizes da Política Nacional de Atenção Primária que considera o sujeito em sua singularidade, na complexidade, na integralidade e na inserção sócio-cultural e busca a promoção de sua saúde, a prevenção, o tratamento de doenças e a redução de danos ou de sofrimentos que possam comprometer suas possibilidades de viver de maneira saudável.<sup>5</sup>

Nesse contexto, terapia comunitária é um espaço de acolhimento, para a partilha de sofrimentos e sabedoria de vida, que ocorre de maneira circular e horizontal. Constitui um espaço de escuta, reflexão e troca de experiências, criando uma teia de relação social entre os participantes, na busca de soluções para os conflitos pessoais e familiares. Beneficia as relações interpessoais, a formação de redes sociais solidárias e a utilização da cultura popular como subsídio para soluções de problemas vividos pela comunidade. Desta forma, tem dado respostas satisfatórias aos que dela se beneficiam, sendo mais um instrumento de trabalho, que pode ser utilizado pelos profissionais da saúde, no cuidado com pessoas na comunidade.<sup>1</sup>

Diante de uma tecnologia de escuta e acolhimento, que não traz maiores custos aos gestores, é válido ressaltar que através desses encontros, os profissionais de saúde envolvidos na promoção da saúde mental, podem compreender melhor as preocupações e dificuldades da comunidade e direcionar suas condutas terapêuticas, melhorando a qualidade de vida da população.<sup>6</sup> Contudo, o objetivo deste trabalho é relatar a experiência de acadêmicos na área de saúde, havendo uma valorização e reconhecimento dos bons resultados oferecidos pela Terapia Comunitária Integrativa como prática efetiva do SUS.

## MATERIAL E MÉTODOS

Este estudo trata-se de um relato de experiência descritivo, referente as ações de cuidado, desenvolvidas por extensionistas do projeto: Rodas de Terapia Comunitária e Resgate da Autoestima implementado na Faculdade de Medicina e Enfermagem Nova Esperança (FAMENE/ FACENE).

Foi feito acompanhamento semanal, no período de março a dezembro de 2018, nas rodas de Terapia Comunitária Integrativa (TCI), com encontros de duração de 2 horas, sempre às terças-feiras, sem critérios de inclusão e exclusão dos participantes, tendo em média de 15 pessoas por encontro, no espaço conhecido como Canto da Harmonia, sendo feitos registros audiovisuais.

A prática consistia em um grupo de pessoas que se sentavam lado a lado formando um círculo, permitindo assim a visualização de todos entre si. Foi norteada por terapeuta, realizando dinâmicas de acolhimento ao grupo. Obedeceram as fases sistematizadas do método de TCI, bem como aos protocolos de cada

fase. Inicia-se pelo acolhimento e, em seguida, pela escolha do tema, contextualização, problematização e encerramento.

O acolhimento visa promover a interação social, utilizando-se uma dinâmica, brincadeira, ou “quebra-gelo”, servindo para que os participantes se preparassem para o começo da roda, desenvolvida através de um problema pré-definido pela terapeuta, ou por meio de alguma demanda trazida por participantes do grupo seguindo com a contextualização, com explanação detalhada do tema abordado. Na problematização a palavra é franqueada para que os participantes pudessem expor a vivência em situações semelhantes e como havia superado ou enfrentado esta adversidade. Por fim, o ritual de agregação, ocasião esta, em que os participantes demonstraram valorizar as experiências dos outros e a própria. O encerramento ocorreu sempre em clima de confraternização e energia positiva.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

No decorrer da terapia, foi feita uma reflexão sobre a própria vida a partir de relatos dos próprios participantes, através de histórias de superação. A Terapia Comunitária Integrativa (TCI) vem se constituindo em um espaço de cuidado, que em momentos marcados pela partilha de vivências e sofrimentos passam a compor o cenário dos usuários que procuram no serviço de atenção básica a melhora de seu sofrimento mental. Nesse contexto, a formação desses grupos instiga o indivíduo a interagir com outras pessoas e a descobrir a importância do outro na resolução dos problemas. Incita

também a desvendar o poder resiliente em cada participante, bem como o comunitário.<sup>5</sup>

A TCI constitui-se de um espaço público aberto, de ajuda mútua, em que se aborda tanto o indivíduo na sua singularidade como no seu contexto social, familiar e cultural. Através da escuta das histórias de vida de cada pessoa, todos se tornam corresponsáveis pela superação dos desafios do dia-a-dia, despertando a solidariedade e valorizando a dinâmica interna de cada indivíduo e sua capacidade de transformação individual e coletiva.<sup>7</sup>

O grupo observou que os eixos temáticos mais prevalentes foram: alívio do sofrimento, valorização pessoal, fortalecimento dos vínculos, a partir da abordagem dos problemas de conflitos familiares, alcoolismo, estresse, angústia, medo, ansiedade, insônia, mágoa, desprezo, abandono, depressão/perda, desemprego, dificuldade financeira, insegurança, etc.

Uma temática bastante presente nos encontros foram os conflitos familiares, sendo observados como geradores de sofrimento mental dos participantes e de preocupação relativa às doenças, principalmente no tocante ao envelhecimento. A possibilidade de depender dos outros e de não conseguir uma assistência adequada foi o temor mais observado. Usuários e familiares passam a se trabalhar por meio de um reencontro consigo mesmo, que é estimulado nessas rodas de terapia, como componente da rede social.<sup>3</sup> A TCI favorece o desenvolvimento de uma teia de relação social que propicia as trocas de experiências, a retomada de habilidades e a superação de adversidades, baseado na aquisição de recursos socioemocionais e na conquista da força individual e coletiva. Nas sessões de terapia, o espaço de fala e escuta se torna primordial, pois é a partir disso que vai acontecendo uma troca de experiências de vida e conhecimento. O falar podendo ser compreendido como um signo ideológico que, ao mesmo tempo em que reflete, também retrata a realidade.<sup>8</sup>

No período de observação, foi notado um aumento da procura no centro, especialmente por mulheres, mesmo tendo pouco conhecimento dos tratamentos oferecidos. A Terapia Comunitária Integrativa vem se consolidando como uma tecnologia de baixo custo, desenvolvendo ações de promoção da saúde e prevenção do sofrimento emocional nas comunidades, podendo ser considerada, também, uma estratégia de reabilitação e de

inclusão social pela rede de apoio psicossocial que ela pode ajudar a construir.<sup>9</sup>

As Rodas de TCI contribuem para a resiliência e fortalecimento de vínculos solidários entre as pessoas.<sup>10</sup> Com a intensificação dos encontros entre o grupo e os usuários, deu-se a possibilidade de formação de vínculos entre eles. Isso pode resultar em aspectos favoráveis na busca efetiva de soluções para a manutenção da vida, fator resultante das trocas realizadas durante os encontros. Como na TCI os fatos são vistos em cadeia, semelhantes a um processo, os participantes se veem inseridos num contexto de dissensos que indubitavelmente compõem a vida.<sup>11</sup> Dessa maneira, o importante nesse tipo de terapia é que ela desperta as pessoas para se enxergarem num ambiente de relações que estimula a auto e heteroanálise, a partir das vivências inerentes a cada indivíduo. Nessa perspectiva, as pessoas se reconhecem enquanto responsáveis por compor o ambiente no qual vivem e lutam, ou seja, podem construir relações vivenciais e olhares de mundo que tiranizam e afligem, mas que também empoderam e libertam.<sup>4</sup>

A TCI permite trabalhar com os grupos mais diversos de maneira dinâmica, participativa e reflexiva, favorecendo um ambiente para exposição de problemas e inquietações que repercutirão no diálogo em favor da busca de soluções para os conflitos surgidos.<sup>12</sup> Também atende as metas a que se propõe e que deve ser divulgada como uma prática de caráter terapêutico, transformadora da realidade e que pode ser utilizada nos diversos níveis de atenção à saúde, especialmente na atenção básica.<sup>2</sup> Com a metodologia da TCI, foi observado que é possível colocar o participante como sujeito da sua melhora, pois ele passa a entender o que pode ser feito para melhorar sua saúde mental, conflitos pessoais, autoestima e, conseqüentemente, proporciona um processo de resistência nas adversidades cotidianas, melhorando a qualidade de vida integralmente.

## CONCLUSÕES

A experiência da terapia comunitária integrativa tem demonstrado, para as extensionistas, a adesão pelos usuários das rodas de terapias e pelos profissionais de saúde, consolidando-se numa estratégia da atenção básica de saúde, além de representar uma ferramenta de integração e consolidação na formação de vínculos e da coletividade social, fomentando ações capazes de transformar a realidade local.

Nessa perspectiva, o estudo evidenciou que a terapia comunitária integrativa é uma criação multidimensional complexa, que promove a interação entre seus participantes,

através da fala, não como gemido ou artifício para lamentações, mas como um grito que ecoa positivamente em todas as esferas de vida do indivíduo.

Percebeu-se o quanto é importante dar seguimento a terapia comunitária integrativa e fortalecê-la, efetivamente em distintas realidades institucionais, visto o impacto positivo trazido por essa tecnologia de cuidado para a vida de pessoas que clamam por um espaço de acolhida, de valorização de experiências e de atenção, para atuar como peça-chave no processo de promoção da saúde mental e prevenção do adoecimento psíquico.

## THE APPRECIATION OF THE INTEGRATIVE COMMUNITY THERAPY AS AN EFFECTIVE PRACTICE IN THE SUS: EXPERIENCE REPORT

### ABSTRACT

Integrative Community Therapy (ICT) is a mental health practice that has gradually consolidated in the country as a strategy to care for emotional and mental illnesses, thus promoting necessary care actions aimed at the prevention of mental diseases and promoting quality of life. This work consists of an experience report, experienced extension workers of the project: community therapy wheels, and rescue of self-esteem. The visits were held weekly, at the Center for Integrative and Complementary Practices (Canto da Harmonia), located in the Valentina de Figueiredo neighborhood. Consists of an open space, where it occurs to the exchange of experiences of life horizontally and circularly, aiming at the relief of human suffering, through the sharing of life experiences among the participants.

**KEYWORDS:** Self-Esteem. Community Mental Health Services. Health Promotion.

## REFERÊNCIAS

1. Tesser CD, Sousa IMC, Nascimento MC. Práticas Integrativas e Complementares na Atenção Primária à Saúde brasileira. *Saúde debate* | Rio de Janeiro, v. 42, número especial 1, p. 174-188, setembro 2018.
2. BRASIL, Ministério da Saúde. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS – PNPIC/SUS. 2ª Ed. 2018.
3. Carvalho MAP, Dias MD, Miranda FAN, Ferreira Filha MO. Contribuições da terapia comunitária integrativa para usuários dos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS): do isolamento à sociabilidade libertadora. *Cadernos de Saúde Pública*. 2013; 29: 2028-2038.
4. Ferreira Filha MO, Lazarte R, Barreto AP. Impacto e tendências do uso da Terapia Comunitária Integrativa na produção de cuidados em saúde mental. *Rev. Eletr. Enf.* 2015. Abr./jun; 17(2):172-3.
5. Carício MR et al. Terapia Comunitária: um encontro que transforma o jeito de ver e conduzir a vida. In: Ferreira Filha MO, Lazarte R, Dias MD. *Terapia comunitária integrativa: uma construção coletiva do conhecimento*. João Pessoa: Editora Universitária da UFPB, 2013.
6. Moraes MN. *Terapia Comunitária Integrativa no Sertão Paraibano: avanços e desafios no contexto do SUS*. 2014. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Centro de Ciências da Saúde, Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa.
7. Moura SG, Ferreira Filha MO, Moreira MASP, Simpson CA, Tura LFR, Silva AO. Representações sociais sobre terapia comunitária integrativa construídas por idosos. *Rev Gaúcha Enferm*. 2017; 38(2):e55067.
8. Oliveira SM, Menezes Junior JO, Silva Junior SV, Dias MD, Fernandes MGM, Ferreira Filha MO. Rodas de Terapia Comunitária: construindo espaços Terapêuticos para idosos em comunidades quilombolas. *Rev Enferm UFSM* 2017 Out./Dez.;7(4): 712-724.
9. Sousa LA, Barros NF. Práticas Integrativas e Complementares no Sistema Único de Saúde: avanços e desafios. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*. 2018;26:e3041.
10. Ferreira Filha MO, Lazarte R, Barreto AP. Impacto e tendências do uso da Terapia Comunitária Integrativa na produção de cuidados em saúde mental. *Rev. Eletr. Enf.* 2015 abr./jun.;17(2):172-3.
11. Santos JLB, Sampaio JMV, Júnior ETS, Pedro FS, Braga LCS. *Terapia Comunitária Integrativa e Seu Diálogo com a Gestalt-Terapia*. Revista IGT na Rede, v. 14, nº 27, 2017. p. 201 – 217.
12. Grasielle CL, Rosa LRR, Rondinele AS, Vagner FN. *Terapia Comunitária Integrativa: Construção da Autonomia de Famílias de Crianças Renais*. *Rev. Aten. Saúde, São Caetano do Sul*, v. 16, n. 58, p. 57-62, out./dez., 2018.