



FORTALECENDO A SAÚDE MENTAL NO TERRITÓRIO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

ANA CARINE ALMEIDA RODRIGUES; ANTONIO GERMANE ALVES PINTO; LUÍSA NARA DA SILVA; THIAGO SOUSA FELIX

RESUMO

Diante do contexto pandêmico do covid-19, pensou-se em desenvolver um trabalho que pudesse dar respostas às demandas de saúde mental que eram recebidas no cotidiano profissional dos residentes multiprofissionais da ênfase saúde mental coletiva, saúde da família e comunidade, turma VIII, da Escola de Saúde Pública do Ceará (ESP/CE). Conforme a realidade, esta pesquisa teve como objetivo apresentar as experiências ocorridas no grupo *Mente Aberta*, no município de Horizonte - Ceará. Para atingir esse objetivo, foi preciso pensar nas seguintes categorias: o trabalho em saúde mental, os grupos terapêuticos e as famílias, fazendo uma revisão de literatura, analisando como é a abordagem dos autores. A pesquisa fundamentou-se em uma metodologia de relato de experiência. O grupo *Mente Aberta* teve como propósito dar visibilidade à saúde mental no âmbito da atenção primária, compreendendo as demandas que não eram abrangidas pelos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), do município. A pesquisa trouxe como resultado uma expansão da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS), consolidando a Atenção Primária em Saúde (APS), como coordenadora do cuidado. Verificou-se a cultura de que o cuidado em saúde mental tem nas Unidades de Atenção Primárias em Saúde (UAPS), um dos pontos da RAPS. Além disso, desenvolver ações de forma coletiva revela diversos benefícios aos usuários. O grupo foi relevante, pois possibilitou o conhecimento entre usuários e profissionais, analisando qual a melhor forma de atender às necessidades dos usuários com relação à sua saúde mental. Possibilitou-se compreender como os condicionantes e determinantes têm interferido no processo saúde-doença dos indivíduos. Esse resumo deu visibilidade à temática, podendo ser ampliado em pesquisas futuras.

Palavras-chave: Trabalho em saúde mental; Grupo terapêutico; Famílias; Promoção da saúde; Atenção primária.

1 INTRODUÇÃO

A pauta desta pesquisa é a descrição das experiências vivenciadas no grupo *Mente Aberta*, desenvolvido no município de Horizonte - Ceará, tendo início no segundo semestre de 2021. O *Mente Aberta* é um grupo realizado nas quatro Unidades de Atenção Primária em Saúde (UAPS), cobertas pela equipe de residentes, sendo estas unidades: o Cajueiro da Malhada, Planalto da Galileia, Queimados e Buenos Aires II.

As atividades foram desenvolvidas pela turma VIII de residentes das ênfases saúde mental coletiva, saúde da família e comunidade que são as idealizadoras do grupo, em que teve como objetivo inicial com a sua criação, fortalecer a Atenção Primária à Saúde como coordenadora do cuidado no que concerne à saúde mental, possibilitando compreender as

demandas que não eram abrangidas pelos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) do município. Fazem parte da equipe de profissionais residentes multiprofissionais: duas assistentes sociais, duas psicólogas, duas enfermeiras, uma fisioterapeuta, uma profissional de educação física e uma nutricionista.

Os transtornos mentais e comportamentais, em nosso país, são a terceira causa de incapacidade para o trabalho, correspondendo a 9% da concessão de auxílio-doença e aposentadoria por invalidez, de acordo com dados do 1º Boletim Quadrimestral sobre Benefícios por Incapacidade (BRASIL, Secretaria de Previdência/Ministério da Fazenda, 2017).

Segundo pesquisas, cerca de 450 milhões de pessoas no mundo preencheram critérios para o diagnóstico de algum tipo de transtorno mental, dos quais 80% vivem em países de baixa e média renda (GIRALDI, 2021). Cuidar da saúde mental ainda é um tabu, o que prejudica muitas pessoas que se recusam a procurar ajuda por vergonha e medo. A negligência dos cuidados com o sofrimento mental é muito perigosa, ocasionando graves prejuízos para as pessoas.

No Brasil, a política de saúde mental apresentou avanços nos últimos anos, garantindo alguns direitos dos usuários com transtorno mental. O cuidado em saúde mental, com o modelo hospitalocêntrico, terminava por reforçar o preconceito, a discriminação e a segregação. Entretanto, com a Reforma Psiquiátrica, buscaram-se rumos para a saúde mental, tendo como finalidade consolidar um modelo centrado no sujeito, humanizado, que fortaleça os vínculos familiares e comunitários (AMARANTE, 2018).

O modelo biomédico hospitalocêntrico, ainda, é presente em profissionais da saúde e usuários, sendo essencial um longo caminho para a quebra desse paradigma. A saúde mental na sociedade caracteriza-se por ser tratada como se fosse necessária a segregação da pessoa com transtorno mental, cuidar da saúde mental ainda é carregado de preconceito (MENEZES E PEGORARO, 2019).

Em definição, o estigma é uma enorme marca pejorativa que se usa para tirar do convívio do grupo dominante. Pode ocorrer com uma pessoa ou um grupo de pessoas que tenham atributos distintos da normalidade instituída. A exclusão é o que resta para tais pessoas (GOFFMAN, 1988).

Combater esse estigma é primordial, pois muitas vezes as pessoas que estão em um sofrimento mental perpassam por esse problema, incidindo diretamente na adesão ao tratamento e na vida em sociedade.

Um dos pontos presentes na Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) são as UAPS, que se configuram como coordenadora do cuidado, sendo de relevância as suas atribuições no que concerne à saúde mental. Concomitantemente, os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) têm no matriciamento, uma ferramenta bastante eficaz para a construção de uma rede de cuidados em saúde mental de qualidade (BARBOSA E SOUSA, 2021).

O Serviço Social é uma profissão vinculada, atualmente, ao campo das ciências sociais aplicadas, fazendo parte do rol de profissões da saúde, tendo o compromisso de lutar para a conquista de direitos dos usuários do Sistema Único de Saúde (SUS), trabalhando para ser garantido o respeito à subjetividade do sujeito, assegurando o cuidado dentro do território e a participação dos usuários do SUS, nos espaços democráticos. Indo na direção contrária à Reforma Sanitária, atualmente, num contexto de retrocesso no qual o nosso país se encontra, a política de saúde mental também está sendo prejudicada, pois houve uma diminuição da importância dos CAPS e o recrudescimento das Comunidades Terapêuticas (CFESS, 2019).

Esta pesquisa teve como objetivo, apresentar a experiência ocorrida no grupo Mente Aberta, no município de Horizonte - Ceará.

2 RELATO DE EXPERIÊNCIA

O Mente Aberta foi idealizado no ano de 2021, a partir de reuniões entre os residentes multiprofissionais, continuando durante toda a execução do grupo o debate entre a equipe para definir as prioridades, fazendo parte das atribuições das residentes para cumprir a carga horária de ações de promoção da saúde mental, não havendo no município outros grupos em andamento, outros projetos ou atividades semelhantes. Os critérios de inclusão no grupo foram: estar cadastrado na Unidade Básica de Saúde (UBS), em que os residentes da saúde da família e comunidade executam suas atividades; ter a partir de 18 anos e ter demanda de saúde mental. Para a execução do grupo ficavam disponíveis três residentes, onde um ficou com a responsabilidade de coordenar o grupo, enquanto as outras duas no suporte. Utilizou-se como embasamento teórico para a criação do grupo a Política Nacional de Saúde Mental, que tem como objetivo um modelo de atenção à saúde mental de base territorial, compreendendo sujeito na sua totalidade (BRASIL, 2001). O grupo trabalhava com a dinâmica do quebra-gelo, com o objetivo de fortalecer os vínculos entre os participantes do Mente Aberta, envolvendo o assunto que seria debatido na ocasião. Além disso, utilizando uma dinâmica inicial, tornava-se possível trabalhar o tema de forma mais leve, propiciando a maior interação possível entre os envolvidos.

Os temas trabalhados no grupo sempre eram pensados em assuntos bastante pertinentes para os usuários, buscando tornar o grupo um espaço que pudesse transformar aquele local, em um lugar interessante para os usuários, para que houvesse adesão. Era enfatizado que as questões pessoais repassadas no grupo não deveriam ser expostas, pois o intuito do Mente Aberta era ser um espaço seguro, onde poderia ser falada e discutida as mais diversas temáticas, sem julgamento.

No decorrer dos grupos, íamos aperfeiçoando os debates de acordo com o que era exposto nas falas dos usuários e sua participação, fazendo uma avaliação, elencando as prioridades traçadas para o desenvolvimento das atividades, para nos possibilitar um atendimento grupal de qualidade.

3 DISCUSSÃO

Durante os encontros do grupo Mente Aberta, foi possível uma troca de experiências e saberes entre os usuários e os profissionais. Elencou-se que as famílias e a comunidade, por diversas vezes, não sabem como oferecer ajuda. Foi relatado que de forma geral falta uma reflexão de que os transtornos mentais são uma doença como qualquer outra, necessitando de tratamento qualificado com profissionais da saúde. Percebe-se que o familiar não sabe como dar suporte, terminando por reforçar estereótipos sobre os transtornos mentais. Dessa forma, reflete-se a relevância de incluir os familiares, que são os que mais têm contato com os usuários, para que possam oferecer uma assistência.

Repassei-se falas de que a ansiedade seria algo da mente da pessoa, que era falta de uma espiritualidade religiosa. Esses estigmas apresentados pelos usuários dificultam a procura por um tratamento adequado, terminando por protelar a busca pelo serviço de saúde, deixando esta ajuda profissional quando já está numa crise. Para a temática autoestima, utilizamos uma dinâmica para facilitar a discussão, suscitando as falas dos participantes, onde entregamos uma folha de ofício e uma caneta, para cada usuário, solicitado que desenhassem as partes do corpo de uma pessoa, o que ao final houve a reflexão sobre os desenhos, ficando compreendido que todos os desenhos eram diferentes.

Nesta ocasião, houve sentimento de vergonha, de comparação, pois outro participante do grupo havia feito um desenho melhor, sendo lançada a reflexão que a dinâmica não se propõe a ser uma competição e que não há motivos para comparações, pois somos todos singulares. Debatemos, ainda, que cada pessoa tem suas potencialidades, em que existem coisas que fazemos melhor e outras não. Conforme Silva *et al.*, (2019, p. 40) “tem se demonstrado por meio de pesquisas que a autoestima está intimamente ligada à como o

indivíduo perpassa as dificuldades da vida e seu discernimento com relação à percepção da sua própria capacidade”.

Além disso, quando foi trabalhada a temática acerca da autoestima, muitas mulheres relataram ter baixa autoestima, demonstrando a desigualdade estrutural entre os gêneros que repercute diretamente na saúde mental das mulheres que se entendem, muitas vezes, de forma depreciativa. De forma geral, as mulheres são as que mais se sobrecarregam com os afazeres domésticos, tendo uma dupla jornada, trabalhando fora e dentro de casa, gerando muitas vezes adoecimento físico e mental. A atuação do grupo Mente Aberta se deu em um contexto de pandemia que acarretou impactos enormes na vida das mulheres, principalmente, em nosso país que deve sinalizar que é importante analisar com critérios de raça, de gênero e de classe. Segundo Vieira *et al.*, (2022, p. 59), “não se constitui possível, ainda, saber as sequelas trazidas pela pandemia, sendo necessário ter uma perspectiva de gênero nas estratégias de intervenção para essa sociedade pós covid-19”.

A saúde mental das mulheres sofreu bastantes impactos com a pandemia, tendo em vista que em nosso país uma boa parte das famílias é chefiada por mulheres, a saúde mental das mesmas não pode deixar de ser analisada sem observar todo o contexto em que se encontram, sendo possível refletir que houve avanços, entretanto, uma nova onda conservadora invade o nosso país, situação que repercute diretamente nos direitos das mulheres e por consequência na sua saúde, compreendendo que assim como preconiza o SUS, existem condicionantes e determinantes que impactam a saúde.

4 CONCLUSÃO

O grupo Mente Aberta foi criado a partir da reflexão sobre a saúde mental do município de Horizonte e suas necessidades. Com o advento da pandemia de covid-19, houve um crescente aumento das demandas de saúde mental nas quatro UAPS em que os residentes em saúde da família e comunidade, desenvolvem suas atividades. Desse modo, pensou-se na realização de um grupo voltado para as demandas da saúde mental na Atenção Primária em Saúde, fazendo uma parceria entre os residentes das ênfases saúde mental coletiva, saúde da família e comunidade.

No decorrer do artigo apresentou-se como ocorreram os encontros do grupo Mente Aberta. Foram expostos quais os recursos eram utilizados para a sua realização. Buscou-se fortalecer os vínculos entre profissionais residentes, usuários do grupo Mente Aberta e comunidade, na consolidação da educação em saúde dentro do SUS.

Com o grupo foi possível aprofundar o conhecimento entre usuários e profissionais, analisando qual a melhor forma de atender as necessidades dos usuários com relação a sua saúde mental. Compreendendo como os determinantes e condicionantes, têm interferido no processo saúde doença dos indivíduos.

REFERÊNCIAS

AMARANTE Paulo; NUNES, Monica de Oliveira. A reforma psiquiátrica no SUS e a luta por uma sociedade sem manicômios. **Revista Ciência & Saúde Coletiva**, v.23, n.6, p. (2067-2074). 2018. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/tDnNtj6kYPQyvtXt4JfLvDF/abstract/?lang=pt#>>. Acesso em: 03 de set. 2021.

BARBOSA, Amanda Silva; SOUSA Maria Isabella Epifânio. Fortalecendo as redes de cuidado em tempos de pandemia: a experiência do Apoio Matricial em saúde mental em um município do Ceará. **Revista Saúde em Redes**, v.7, n.1. 2021. Disponível em: <http://revista.redeunida.org.br/ojs/index.php/rede-unida/article/view/3617>. Acesso em: 15 de

mai. de 2022.

BRASIL. **Lei nº. 10.216, de 6 de abril de 2001.** Dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas portadoras de transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial em saúde mental. Disponível em: <<http://cgj.tjrj.jus.br/documents/1017893/1038413/politica-nac-saude-mental.pdf>>. Acesso em: 03 de mai. 2019.

BRASIL. Ministério da Fazenda. **Adoecimento mental e trabalho:** a concessão de benefícios por incapacidade relacionados a transtornos mentais e comportamentais entre 2012 e 2016. 1º boletim quadrimestral sobre benefícios por incapacidade de 2017. Brasília, DF: Secretaria de Previdência, 2017. Disponível em: <<http://sa.previdencia.gov.br/site/2017/04/1%C2%BA-boletim-quadrimestral.pdf>>. Acesso em: 30 jul. 2019.

CFESS. **CFESS Manifesta da Luta antimanicomial.** Brasília. 2019. Disponível em: <<http://www.cfess.org.br/arquivos/2019-CfessManifesta-LutaAntimanicomial.pdf>>. Acesso em: 15 mai. 2022.

GIRALDI, Renata. **O estigma associado às doenças mentais na sociedade brasileira.** Correio Brasiliense[online]. Brasília. 2021. Disponível em: <<https://www.correiobraziliense.com.br/opiniaio/2021/01/4902183-o-estigma-associado-as-doencas-mentais-na-sociedade-brasileira.html#:~:text=Estudos%20indicam%20que%20em%20torno,tamb%C3%A9m%20moriais%20hist%C3%B3ricos%20e%20culturais>>. Acesso em: 17 de mai. 2022.

GOFFMAN, Erving. **Estigma: notas sobre a manipulação da identidade deteriorada.** Rio de Janeiro: LTC. 1988.

MENEZES, Giovanna Paula; PEGORARO, Renata Fabiana. Panorama das Atividades Grupais Desenvolvidas em Centros de Atenção Psicossocial (2006–2016). **Psicologia: Ciência e Profissão [online]**, v. 39, p. (1-17), dez, 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1982-3703003189050>>. Acesso em: 15 mai. 2022.