



PARTICIPAÇÃO NA TERAPIA COMUNITÁRIA INTEGRATIVA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

FRANCIANE VEIGA CAZELLA; GIOVANNA GALEGO NAVARRETE DE ANDRADE; JÚLIA
FIELDMANN UHRY REIS

Introdução: A Terapia Comunitária Integrativa (TCI) foi criada em 1987 pelo médico psiquiatra Adalberto de Paula Barreto. Consiste em um ato terapêutico, com pilares norteadores bem definidos e 6 etapas principais: acolhimento, escolha da inquietação, contextualização, partilha de experiências, finalização e pós-roda. Em 2017, tal prática foi oficialmente inserida no Sistema Único de Saúde (SUS), sendo iniciada na cidade de Piraquara-PR em 2019. Desde então, o projeto tem sido ampliado no município e, considerando a alta demanda contemporânea por cuidado na esfera de saúde mental, tem se mostrado um grande recurso para o compartilhamento de estratégias de enfrentamento e prevenção do adoecimento do corpo, em especial dentro do Sistema Único de Saúde. **Objetivo:** A TCI tem por objetivo o auxílio na melhora da saúde mental de forma coletiva, buscando redes sociais de apoio comunitárias através da troca de experiências entre seus membros. **Relato de experiência:** Em Piraquara, as rodas de TCI ocorrem três vezes por semana, em locais e horários distintos, coordenadas por uma médica com formação em terapia comunitária integrativa. Ocorrem com começo, meio e fim - são organizadas pelas etapas de: acolhimento, escolha da inquietação, contextualização, partilha de experiências e finalização. Qualquer pessoa pode participar, não sendo necessária a participação semanal regular. Em uma roda de TCI com 17 participantes, discutiu-se sentimentos de vulnerabilidade, com foco na sobrecarga. Estratégias como apoio social e autocuidado foram exploradas. A Terapia Comunitária Integrativa (TCI) proporcionou um espaço para compartilhar experiências e fortalecer vínculos, auxiliando na superação de desafios pessoais. Os participantes expressaram alívio e gratidão, evidenciando a eficácia da TCI na promoção do bem-estar e na construção de redes de apoio. **Conclusão:** Em suma, a TCI contribui para a inserção de indivíduos emocionalmente vulneráveis a grupos reflexivos de forma a amenizar o sofrimento através da troca de experiências. Limitações como conciliação de horários para todos os participantes e impossibilidade de trabalhar todos os temas de forma simultânea ainda se mostram presentes. Contudo, representa-se como uma opção terapêutica valiosa no Sistema Único de Saúde (SUS), integrando o conjunto das Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS).

Palavras-chave: Unified health sytem, Complementary therapies, Mental health assistance, Integrative community therapy, Mental health.