



RELATO DE EXPERIÊNCIA: GRUPOS DE SAÚDE MENTAL NA ATENÇÃO PRIMÁRIA: UMA ESTRATÉGIA DE CUIDADO NA SAÚDE SUPLEMENTAR

BÁRBARA APARECIDA SOUZA CORREIA; THAIS TRIFILIO NOCERA; KATTIA CRISTINA ANDRADE DIAS; JULIANA NAZERE BESSA-ANDRADE; ANA CAROLINE FURTADO

Introdução: A Atenção Primária à Saúde (APS) no contexto da saúde suplementar vem se consolidando como um modelo estratégico para a promoção do cuidado integral. A incorporação de práticas coletivas, como grupos de promoção à saúde com foco em saúde mental, contribui para a prevenção de agravos, fortalecimento do vínculo com os usuários e melhora da qualidade de vida. Considerando o crescente impacto de questões emocionais no ambiente de trabalho e na vida cotidiana, torna-se essencial o desenvolvimento de ações voltadas ao bem estar dos beneficiários. **Objetivo:** Relatar a experiência de uma APS da saúde suplementar na realização de grupos de Saúde Mental, direcionados a beneficiários de empresas localizadas em território próximo à unidade. **Relato de caso:** O grupo “Qualidade de Vida” foi desenvolvido por equipe multiprofissional, composta por enfermeira e médica de família. O grupo contou com encontros mensais, sendo 25 participantes por encontro e população predominantemente do sexo masculino (76%). Média de idade de 30 anos. As temáticas foram abordadas de acordo com as sugestões dos pacientes, promovendo protagonismo e sensação de pertencimento. Os pacientes poderiam verbalizar as sugestões ou registrar de forma anônima, em formulário específico. Foram abordados temas relacionados a ansiedade patológica e fisiológica, autocuidado, enfrentamento de situações do cotidiano, gerenciamento de emoções, transtorno do pânico, tristeza e depressão. Utilizou-se o modelo de roda de conversa, no qual a equipe multiprofissional estimulou as interações promovendo um ambiente acolhedor e respeitoso. A adesão dos pacientes ao grupo foi facilitada pois houve acordo entre a APS da Saúde Suplementar com o local de trabalho dos participantes, por meio da sensibilização quanto a importância da coordenação do cuidado. Dessa forma, foi pactuado um momento de pausa nas atividades laborativas para a participação plena do público alvo. **Conclusão:** A iniciativa demonstrou que os grupos de Saúde Mental, realizados no âmbito da APS na saúde suplementar, são eficazes para promover o cuidado ampliado, fortalecer o vínculo entre usuários e equipe, além de contribuir para a prevenção de agravos. A ação reafirma a importância da APS como espaço estratégico de promoção à saúde.

Palavras-chave: Saúde mental, Atenção primária à saúde, Educação em saúde.