



GRUPO DE SAÚDE MENTAL EM UNIDADE BÁSICA DE SAÚDE COMO PROMOÇÃO À SAÚDE: RELATO DE EXPERIÊNCIA

GABRIELA DUARTE ALBUQUERQUE; ALIANDERSON ALEXANDRE DE LIMA SILVA;
CICERA ANDRÉA BARBOSA LINS; LUCIANO DOS SANTOS FERREIRA; MONISYA
OLIVEIRA FERREIRA BRANDÃO

Introdução: A atenção primária à saúde se configura como um espaço propício para solidificar as políticas de saúde mental, em razão da proximidade com os usuários, sendo um espaço ideal para ações de promoção, prevenção e matriciamento. **Objetivo:** Relatar a experiência de uma equipe multidisciplinar de residentes em saúde da família pela Escola de Saúde Pública do Ceará, ao conduzirem encontros de saúde mental com membros da comunidade. **Relato de experiência:** Encontros grupais que foram realizados às quintas-feiras no período noturno, na unidade básica de saúde de atuação dos residentes, que abrange um total de 1.810 indivíduos, em Milagres-Ceará, desenvolvida no período de julho de 2024 a julho de 2025. De início, todos os participantes foram convidados por meio dos agentes comunitários de saúde, por conseguinte, o primeiro encontro se deu para esclarecer como aconteceriam os momentos, para ser estabelecido um pacto de sigilo das informações tratadas no grupo, bem como para explicar o objetivo do mesmo aos participantes. Em cada encontro, um condutor recolhia os dispositivos eletrônicos, para que os usuários pudessem se desconectar e voltar a atenção para o momento de grupalidade. Também eram ofertados uma caixa de emoções confeccionada, para quem não se sentisse à vontade para falar, escrevesse suas emoções em cartas. Ademais, em todos os encontros, os usuários eram recebidos com músicas, abraços, lanches e depois os condutores realizavam dinâmicas para disparar discussões que versavam sobre: sentimentos, família, luto, amizade, saúde, autocuidado, medicações, atividade física, lazer, dentre outros. Outrossim, os momentos eram registrados em documento, dentre falas disparadas pelos participantes, evidenciava-se como o grupo estava trazendo mudanças significativas no estado emocional, familiar, como o grupo estava sendo uma ferramenta de apoio para lidar com conflitos emocionais, além de apontar o entendimento que o bem estar psicológico não depende somente da medicalização. **Conclusão:** Os grupos voltados para a saúde mental são estratégias eficazes e de baixo custo, que podem propiciar uma melhora significativa na vida dos usuários dos territórios, que vai além da medicalização e do encaminhamento de pacientes para os Centros de Atenção Psicossocial, uma vez que também são de responsabilidade da Atenção Primária.

Palavras-chave: Saúde mental, Atenção primária, Promoção a saúde.