

CUIDANDO DO CUIDADOR: O GRUPO TERAPÊUTICO COM OS FAMILIARES DOS USUÁRIOS DE UM CAPS DE BELÉM/PA

Heloisa Sâmella Santos dos Santos¹; Natali Machado Pena Teixeira²; Jacqueline Suellen de Sousa Chaves³; Pedro Nazareno Barbosa Júnior⁴; Patricia Oliveira do Rosário⁵

¹Graduando em Terapia Ocupacional, Universidade Federal do Pará (UFPA);

²Graduando em Terapia Ocupacional, UFPA;

³Residência em Saúde Mental, Universidade do Estado do Pará (UEPA);

⁴Mestrado em Ciências da Saúde, UFPA;

⁵Especialização em Saúde da Família, UEPA

heloisasantos@outlook.com

Introdução: A saúde mental é tão importante quanto a saúde física para o bem estar dos seres humanos. Os Centros de Atenção Psicossociais (CAPS) são espaços de atenção estratégicos de caráter aberto e comunitário constituídos por uma equipe multiprofissional que atua sob a ótica interdisciplinar e que dentro da sua modalidade realiza atendimento às pessoas com sofrimento ou transtorno mental; incluindo pessoas com necessidades decorrentes do uso de crack, álcool e outras drogas; em sua área territorial, seja em situações de crise ou nos processos de reabilitação psicossocial e são substitutivos ao modelo asilar¹. Os transtornos psiquiátricos já representam 4 das 10 principais causas de incapacidade em todo mundo o que representa um custo enorme em termos de sofrimento humano, incapacidades e prejuízo econômicos². Diante disso, é importante ressaltar que a rede de serviços públicos disponibilizados a saúde mental passa a contribuir para educação e informação sobre a temática bem como, visa amenizar o impacto das consequências dos transtornos a partir de um cuidado humanizado ao usuário e a família que por muito tempo não era vista como parte do acompanhamento terapêutico. **Objetivos:** Relatar uma das experiências do estágio supervisionado das acadêmicas de Terapia Ocupacional no Centro de Atenção Psicossocial Renascer junto aos familiares dos usuários. **Descrição da Experiência:** O grupo terapêutico ocorreu em um CAPS III de Belém, no mês de agosto, com a participação de 23 cuidadores familiares dos usuários, entre eles estavam principalmente os pais, irmãos, filhos, esposas e namorados. Tal grupo foi resultado de um planejamento prévio entre as estagiárias, técnicos do serviço e usuários que escolheram os temas a serem abordados, a saber: o cuidado, medo e superação. Foram planejados três momentos para a construção do grupo: a atividade de apresentação, atividade principal e a atividade de fechamento. O primeiro momento foi destinado a atividade de apresentação, aonde cada participante ao chegar teve seu nome escrito em um cartão e depositado em uma caixa, bem como a explanação acerca do objetivo da atividade. A caixa foi ofertada a um familiar que retirou um cartão aleatório, depois que leu o nome este atribuiu a outra pessoa do grupo, ou seja, ele associou a alguém que supunha ter o nome retirado da caixa, foram dadas 3 tentativas a cada participante, e quando não houve acerto a pessoa cujo nome foi retirado da caixa era convidada pelas estagiárias a se levantar, se apresentar ao grupo e dar sequência a atividade retirando outro nome da caixa. A atividade principal, segundo momento, iniciou com uma pequena reflexão sobre o cuidado, consigo e com o outro. Posteriormente, foram distribuídos papeis e lápis para que cada familiar pudesse pensar e escrever no papel uma palavra relacionada ao cuidado, podendo ser negativa ou positiva, como por exemplo, “carinho” e “estresse”, e dispostos em uma caixa, foi solicitado aos participantes que não compartilhassem os conteúdos contidos nos papeis. Em seguida, três caixas foram apresentadas aos grupo, uma preta, uma branca e outra azul e todos foram incentivados a escolher uma caixa para ver o que tem dentro, e também foram avisados

que em uma delas poderia haver um desafio. Houve um momento de resistência, mas depois três participantes levantaram as mãos e escolheram a caixa com a cor de sua preferência. A caixa preta continha uma rosa feita com a técnica do origami, a branca continha massa de modelar e na azul havia duas frases motivadoras. As participantes se surpreenderam com o que encontraram dentro das caixas e perguntaram onde estava o desafio, e as estagiárias explicaram que o desafio foi vencer o medo e decidir escolher uma das caixas mesmo existindo a possibilidade de realizar um desafio proposto. Houve o momento da leitura das frases da caixa azul, a explicação da simbologia da rosa na caixa preta e da massa de modelar na caixa branca que tinham como objetivo geral incentivá-los a vencer o medo do desconhecido e adaptar-se emocionalmente diante de uma situação adversa para que haja uma futura superação. Finalizado este momento, foi retomada a caixa com as palavras que cada participante relacionou ao cuidado, foram lidas todas as palavras e houve aquelas que se assemelharam com o: amor, carinho e atenção. Outras foram escritas por poucas pessoas como: estresse, horários de comer e de tomar os remédios, diálogo e respeito. Diante disso, foi aberto um momento de diálogo sobre as peculiaridades que o cuidar do outro tem e da importância de cuidar de si mesmo. O grupo foi sendo conduzido para seu término, terceiro momento, e todos formaram uma roda para escutar a leitura do poema “Recomeçar” de Carlos Drummond de Andrade. **Resultados:** A partir do grupo terapêutico foi possível identificar a necessidade da escuta familiar. Houveram situações inesperadas como lembranças de conflitos familiares, comoção emocional e relatos de superação e mudanças de comportamento. Em todo esse processo houve o suporte das estagiárias e demais profissionais. **Conclusão ou Considerações Finais:** Houve a preocupação de incluir o familiar no acompanhamento terapêutico visto que os transtornos mentais trazem alterações na rotina e repercussões emocionais, sociais e financeiras que tornam o cenário propício para o estresse, esgotamento físico e mental dos familiares. Logo, momentos que avaliem a realidade da conjuntura familiar proporcionam um cuidado integral e humanizado que por sua vez torna-se uma ferramenta cada vez mais eficaz no tratamento do usuário.

Descritores: Saúde mental, Grupo terapêutico, Família.

Referências:

1. BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria GM/MS nº 3.088. Rede de Atenção Psicossocial, 2011.
2. Organização Mundial de Saúde. Saúde mental: nova concepção, nova esperança. Relatório sobre a saúde no mundo; Genebra: OMS, 2001.