



**Modalidade do trabalho:** Relato de experiência

**Evento:** XVII Jornada de Pesquisa

## **RODAS DE TERAPIA COMUNITÁRIA INTEGRATIVA NA ATENÇÃO BÁSICA EM SAÚDE<sup>1</sup>**

**Joane Margaret Barg Spenst Hubert<sup>2</sup>, Ana Claudia Cielo<sup>3</sup>, Carine Picinin<sup>4</sup>, Maiara Tamires Franco<sup>5</sup>.**

<sup>1</sup> Relato de experiência vivenciada por residentes do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família UNIJUI/FUMSSAR, em uma Equipe de ESF no município de Santa Rosa - RS.

<sup>2</sup> Enfermeira Nutricionista Residente do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família - UNIJUI/FUMSSAR. joane\_spenst@yahoo.com.br

<sup>3</sup> Residente do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família - UNIJUI/FUMSSAR. anaclaudiacielo@yahoo.com.br

<sup>4</sup> Educadora Física Residente do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família - UNIJUI/FUMSSAR. cari\_picinin@yahoo.com.br

<sup>5</sup> Enfermeira Residente do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família - UNIJUI/FUMSSAR. mayaf franco@hotmail.com

**Resumo:** A Terapia Comunitária Integrativa (TCI) é um espaço onde se partilha experiências de vida, nas rodas de terapia as pessoas vêm em busca de respostas para suas angústias, e descobrem que a resposta está dentro de si. Objetivou-se socializar a experiência vivenciada com as rodas de TCI em uma Equipe de Estratégia de Saúde da Família (ESF) do município de Santa Rosa/RS. Trata-se de um relato de experiência vivenciada em uma Equipe de ESF desde outubro de 2011. Os depoimentos possibilitaram observar que com as rodas de TCI, os participantes sentem-se mais leves e encontram força para superar seus sofrimentos. A TCI vem sendo uma ferramenta positiva para promoção da saúde da comunidade, constatando que as rodas foram fundamentais para o alívio do sofrimento das pessoas.

**Palavras-Chave:** Saúde da Família, Participação Comunitária, Histórias de Vida.

### **Introdução**

A Terapia Comunitária Integrativa (TCI) é um espaço onde se procura partilhar experiências de vida e sabedoria de forma horizontal e circular. Cada um torna-se terapeuta de si mesmo, a partir da escuta das histórias de vida que ali são relatadas. Todos se tornam corresponsáveis na busca de soluções e superação dos desafios cotidianos, em um ambiente acolhedor e caloroso (BARRETO, 2010).

Essa prática foi desenvolvida na década de 90 pelo Médico Psiquiatra, Filósofo, Teólogo e Professor Doutor Adalberto de Paula Barreto, como uma proposta de acolher o sofrimento humano, estimulando o fortalecimento de redes sociais de forma a prevenir a evolução dos problemas e doenças (CORDEIRO, et al. 2011).

A roda de TCI na comunidade é uma ação cidadã que tem facilitado a construção de redes solidárias de promoção de vida, assim instigando a dimensão terapêutica da comunidade por valorizar a herança





**Modalidade do trabalho:** Relato de experiência

**Evento:** XVII Jornada de Pesquisa

cultural e o saber popular. Nas rodas, as pessoas vêm em busca de respostas para suas angústias, e descobrem que a resposta está dentro de si, “cada um é doutor da sua própria dor”.

A resiliência encontra lugar de destaque nas rodas por ser um processo em que o indivíduo encontra em si mesmo o seu potencial para superar as dificuldades da vida, ou seja, transforma a “carência em competência”. Isso é valorizado pela formação de vínculos e de estímulo de apoio da comunidade, despertando e reforçando a autoestima e a autoconfiança das pessoas (BARRETO, 2010).

Para os profissionais da Atenção Primária em Saúde, a TCI traz uma metodologia facilitadora para o enfrentamento de demandas e sofrimentos psicossociais. No que diz respeito à população, o benefício é ainda maior, pois permite a cada um reconstruir uma nova identidade, não desprezando as formas convencionais de tratamento já existentes.

Nesta perspectiva objetivou-se socializar a experiência vivenciada com as rodas de TCI em uma Equipe de ESF do município de Santa Rosa, RS.

### Metodologia

Trata-se de um relato de experiência vivenciada em uma Equipe de ESF do município de Santa Rosa/RS desde outubro de 2011. Durante o período de agosto a dezembro de 2011 foi realizado o curso de formação de Terapeutas Comunitários com os municípios que fazem parte da 14ª Coordenadoria Regional de Saúde.

A captação dos usuários para participação nas rodas de TCI está sendo realizada através de informativos na unidade de saúde, convites nas consultas e visitas domiciliares pelos diversos profissionais.

Ocorrem duas rodas semanais em turnos distintos, com duração de aproximadamente 1:30 horas, sendo realizadas por um terapeuta e dois co-terapeutas. As mesmas ocorrem basicamente em seis etapas:

1)Acolhimento: boas vindas, celebração da vida dos aniversariantes, objetivos da TCI e regras como silêncio/escuta, falar na primeira pessoa: EU, sem conselhos, discursos, sermões, julgamentos, respeitar a história de cada pessoa, músicas, ditados, piadas ou histórias que contribuam com a roda e apresentação do terapeuta.

2)Escolha do Tema: palavra do terapeuta sobre a TCI, apresentação dos temas (sofrimentos) pelos participantes, identificação do grupo com os temas, votação: todos votam uma única vez, e apenas um tema é abordado na roda.

3)Contextualização: a pessoa escolhida pode falar mais sobre o assunto e desabafar, após, todos podem fazer perguntas para entender melhor o sofrimento.

4)Problematização: Neste momento o participante que teve seu tema escolhido fica em silêncio. O terapeuta lança uma pergunta chave para os demais participantes que contemple o sofrimento. Ex: quem aqui, já se sentiu rejeitado(a) e o que fez, ou está fazendo para resolver ou superar?

Os participantes podem falar de situações vivenciadas e como fizeram para resolver ou superar.

5)Conclusão: Forma-se uma roda em pé para rituais de agregação e conotação positiva da mesma.

6)Apreciação: condução da roda, o que foi bom, o que precisa melhorar, providência para as próximas rodas, preenchimento das fichas (realizado somente pelos terapeutas).



**Modalidade do trabalho:** Relato de experiência

**Evento:** XVII Jornada de Pesquisa

## Resultados e discussão

Durante este período em que está sendo realizada a TCI foi possível observar os efeitos das rodas na vida dos participantes. As principais queixas são insônia, ansiedade, depressão, sobrecarga física/emocional, mialgias, conflitos familiares, dependência química, entre outros.

A partir dos depoimentos, emergem as mais variadas soluções, até mesmo contraditórias. Não se pode esquecer que nestes momentos de desabafos e de partilhas, o mais importante é o acolhimento e a escuta, sem julgamentos e sem críticas. É isso que as pessoas esperam quando abrem o seu coração. Pois não existe a verdade, mas leituras diferentes da realidade.

Os participantes relatam que ao falar de sua própria história, sentem-se mais leves, e a partir da socialização de superação de sofrimentos semelhantes, encontram força e coragem para superar seus próprios sofrimentos.

Demonstram ainda, que ao ouvir o sofrimento alheio, conseguem identificar-se com sua própria história, ou muitas vezes, apenas levam para si, uma lição de vida e de superação.

Observa-se que boa parte dos participantes apresenta grande evolução em relação ao sono, fortalecimento do 'eu', vínculos afetivos e o autocuidado. Com isso, obtendo melhor qualidade de vida, e diminuindo o uso de medicamentos antidepressivos e calmantes.

## Conclusões

A implantação da TCI na ESF vem ao encontro da mudança de uma política assistencialista para uma política de participação solidária, através da qual as políticas objetivam a promoção da saúde e o desenvolvimento comunitário e social da população.

A TCI consolidou-se uma ferramenta positiva na ESF, promovendo a interdisciplinaridade. A experiência de desenvolver as rodas de terapia tem mostrado bons resultados, em pouco menos de um ano de implantação percebeu-se através dos relatos, a satisfação dos usuários em participar das rodas.

A terapia contribui com todas as profissões, tem nos mostrado que torna as pessoas mais confiantes e menos dependentes, e que na partilha das experiências dolorosas vem a força para superação, assim podemos construir novos caminhos e alternativas diferentes para uma ação mais consciente.

Portanto, podemos dizer que a terapia comunitária é a arte de cuidar promovendo o resgate dos valores que realmente são importantes na vida, esta arte leva a esperança e a confiança ao ser humano, nutrindo a fé na capacidade de cada pessoa de resistir e superar a vida.

## Referências Bibliográficas:

CORDEIRO, C. R., et al. Terapia Comunitária Integrativa na Estratégia Saúde da Família: Análise acerca dos depoimentos de seus participantes. Revista da Universidade Vale do Rio Verde. Três Corações. 2011

BARRETO, A. P. Terapia Comunitária passo a passo. 4ª ed. Fortaleza/ CE. 2010.