

Grupo terapêutico: uma experiência em saúde mental na população da atenção primária em Tibau do Sul/RN

Francinete Avelina da Silva¹, Júlio Sócrates Peixoto da Silva¹, Rayssa Gomes da Costa¹, Rafaella Vivianne da Costa¹, Érika Beatriz de Moraes Costa Dantas¹ e Davi da Costa Mendonça¹

Introdução: O grupo terapêutico de saúde mental é um projeto de promoção à saúde vinculado à Atenção Primária à Saúde do município de Tibau do Sul/RN, que desempenha um papel de apoio na promoção da saúde mental, com ênfase em intervenções terapêuticas. O projeto foi idealizado para reduzir a sobrecarga na demanda de atendimentos individuais de saúde mental nas Unidades Básicas de Saúde. Ressalta-se a importância do grupo terapêutico na perspectiva do acolhimento, suporte emocional, autocuidado e fortalecimento de vínculos permanentes entre os profissionais de saúde e usuários.

Objetivo geral: Construir um espaço seguro favorecendo a socialização, acolhimento, aceitação, desenvolvimento psíquico e bem-estar dos pacientes através de suas próprias demandas, buscando estratégias de enfrentamento dos conflitos psíquicos para a melhoria da saúde mental na Atenção Primária à Saúde.

Objetivos específicos: Desenvolver habilidades de autocuidado e autoconhecimento por meio da psicoeducação, fortalecendo os fatores protetivos e proporcionando saúde mental; fortalecer vínculos afetivos e de construção social.

Metodologia: O grupo terapêutico teve início em abril de 2023, sendo idealizado pela psicóloga da equipe multiprofissional de Tibau do Sul/RN, e ocorre uma vez por semana, após o horário de funcionamento da Unidade Básica de Saúde, das 18h às 19h, com duração de uma hora cada encontro. A triagem dos usuários foi feita por meio de busca ativa, conforme demanda das Unidades Básicas de Saúde. O método utilizado foi terapia de grupo,

em que a participação do usuário inclui sua disponibilidade para compartilhar experiências, receber suporte emocional e ter acesso a conhecimentos diversos. A avaliação foi realizada com 15 participantes com diagnósticos de ansiedade, depressão e transtorno bipolar por meio de entrevista semiestruturada baseada na comunicação verbal e avaliação mensal da mudança de comportamento.

Resultados: A partir das observações na discussão coletiva, houve melhor compreensão sobre o tema de saúde mental. Os usuários compartilharam sentimentos e vivências durante os encontros, referindo o fortalecimento do apoio social e familiar. Houve redução da demanda por serviços de emergência, além da redução do uso de medicamentos ansiolíticos, através de relatos dos usuários, em que 10 afirmaram ter menos crises de ansiedade ao aderir a práticas saudáveis e psicoeducação. Nesse sentido, os resultados sugeriram uma compreensão do grupo de saúde mental como dispositivo desinstitucionalizante e que permite que o participante seja protagonista de sua história de vida, com olhar para sua integralidade e seu bem-estar.

Conclusão: O grupo terapêutico contribuiu para a construção de um espaço seguro, favorecendo a socialização, conforto, aceitação e o acolhimento dos usuários, a partir de suas próprias demandas. Oportunizou a construção de estratégias de enfrentamento dos sofrimentos e conflitos para a melhoria do cuidado em saúde mental na Atenção Primária à Saúde.

Palavras-chave: Saúde Mental; Atenção Primária; Grupos Terapêuticos.

¹ Equipe Multiprofissional de Tibau do Sul; Autor correspondente: francinete.avelino@yahoo.com.br