

**“Saia do seu lugar e me dê um abraço: a Terapia Comunitária Integrativa como rede de apoio ao idoso.”**

**RELATO DE EXPERIÊNCIA**

A velhice é considerada a terceira idade da vida humana que biologicamente é a etapa caracterizada pela queda de força e degeneração do organismo. Mas há também implicações sociais e psicológicas que influenciam no desenrolar da velhice. Assim são criados serviços para acolher as pessoas que vivenciam a terceira idade na tentativa de atender algumas necessidades dessa faixa etária e oferecer uma oportunidade para que elas possam sair da condição de isolamento estabelecendo vínculos com pessoas diferentes e fortalecendo as suas relações pessoais. Neste sentido a Terapia Comunitária Integrativa(TCI) surge como uma ferramenta de cuidado nos programas de inserção e apoio à saúde mental da população idosa. O relato que se segue retrata as vivências das rodas de TCI desenvolvidas, semanalmente, na ESF Grotão Integrada, no bairro do Grotão, município de João Pessoa-PB, com o grupo de idosos que têm como perfil de seus participantes a idade maior de 60 anos; sendo predominantemente do sexo feminino. Nas rodas, os usuários apresentam problemas advindos de desequilíbrios emocionais e psíquicos, geralmente relacionados a conflitos familiares, como desentendimentos, mágoas, preocupações com doenças que os acometem e a seus entes queridos, bem como o descaso da família e a solidão. A velhice hoje ainda é vista como um tempo em que a vida se recolhe e não pode mais brilhar, como o apagar das luzes da vida, da beleza e do amor, a TCI busca ressignificar esse momento, não como o fim das perspectivas de prazer e de alegria, mas como um momento especial, sinônimo de maturidade e de graças conquistadas, pois se mostra em tal dispositivo que consoante a certas limitações e dificuldades é possível gozar de tudo que há de bom nessa etapa da vida. A participação das rodas motiva o indivíduo a interagir com outras pessoas, a construir vínculos e a descobrir no grupo a importância da história do outro para a resolução dos problemas. Nas experiências vivenciadas constatou-se que os participantes consideram a TCI um espaço acolhedor, onde todos compartilham suas experiências, valorizando a história individual e a identidade cultural de cada um, restaurando a auto-estima e a autoconfiança, para que possam

trabalhar seus conflitos interiores e exteriores, amenizando seus problemas. Reafirma-se a resolutividade que a Terapia Comunitária Integrativa vem conseguindo enquanto instrumento de intervenção social na Atenção Básica de Saúde, valorizando a prevenção da doença, promoção da saúde e qualidade de vida, sobretudo na terceira idade.

**Palavras-chave:** terapia comunitária; idosos; repercussões.