

A TERAPIA COMUNITÁRIA COMO INSTRUMENTO DE HUMANIZAÇÃO NA PROMOÇÃO DA SAÚDE E CONSTRUÇÃO DE VÍNCULOS ENTRE IDOSOS.

Pérsida Gomes de Souza Rocha (1); Verbena Santos Araújo (2);
Orientadora: Verbena Santos Araújo (4)

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO NORTE – UFRN
persida.gsouza@gmail.com | verbena.bio.enf@hotmail.com

1 – Introdução

As preocupações e discussões acerca do envelhecimento da população brasileira estão cada vez mais presentes em nossa sociedade, onde as relações sociais, econômicas e políticas se apresentam como grandes desafios para os idosos. A busca por uma melhor qualidade de vida vem aumentando significativamente na medida em que se trabalha com atividades voltadas para a atenção e disseminação do envelhecimento ativo. Em janeiro de 1994, foi criada a Política Nacional de Saúde do Idoso (PNSI) a qual tem como finalidade assegurar direitos sociais, garantir a promoção da autonomia, integração e participação efetiva do idoso na sociedade. O Sistema Único de Saúde – SUS define saúde como um direito de todos e dever do Estado, garantido mediante políticas sociais e econômicas que visem à redução do risco de doença e de outros agravos e ao acesso universal e igualitário às ações e serviços para a sua promoção, proteção e recuperação. (BRASIL, 1988).

A partir dessa ótica e políticas voltadas para uma melhor qualidade de vida em idosos, surgem cada vez mais atividades capazes de intervir sobre os determinantes sociais da saúde no processo de envelhecimento, com uma proposição de um envelhecimento saudável, restauração da capacidade funcional do indivíduo, prevenção de doenças e promoção da saúde.

É nessa perspectiva que se encontra inserida a Terapia Comunitária Integrativa, sendo uma importante ferramenta de cuidado e promoção da saúde no processo de envelhecimento. O modelo de TCI foi criada na década de 90 pelo Prof. Dr. Adalberto de Paula Barreto no Departamento de Saúde Comunitária da Faculdade de Medicina da UFC e desde o ano de 2008 foi inserida no Sistema Único de Saúde – SUS, como uma prática integrativa de cuidado essencial da rede de atenção básica à saúde e vem se expandindo significativamente nos espaços comunitários de forma transformadora. Esta terapia possui a responsabilidade de buscar estratégias e soluções para os problemas enfrentados no cotidiano e realizada junto aos idosos se caracteriza como uma estratégia importante de humanização em saúde, pois cria um lugar de escuta e acolhimento priorizando a

promoção da saúde e a prevenção do adoecimento, pois essa parcela da população necessita de atenção e de atividades que lhe reintegrem socialmente, produzindo subsídios para o desenvolvimento de suas potencialidades e aumentando sua autoestima há vista sua grande vulnerabilidade para o adoecimento tanto físico como mental, devido às situações as quais são expostos todos os dias e perante a finitude da vida.

Diante dessas considerações, o presente artigo apresenta o projeto de pesquisa intitulado “Humaniza-me: A terapia comunitária como instrumento de humanização na promoção da saúde e construção de vínculos entre idosos”. Trata-se de um projeto de pesquisa, desenvolvido pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte – UFRN, voltado para idosos de uma comunidade carente da cidade de Natal/RN, onde são realizadas rodas de terapia comunitária integrativa, com uma metodologia que abre espaço de partilha do sofrimento e experiências vividas, sendo considerada uma prática de efeito terapêutico destinada à prevenção e promoção da saúde mental, promovendo a construção de vínculos solidários e criando uma rede de apoio social.

Assim sendo, esse projeto de pesquisa tem como objetivo geral: Identificar como as Rodas de TCI contribuem para a resiliência e fortalecimento de vínculos solidários entre os idosos; e objetivos específicos: Oferecer aos idosos um espaço de cuidado, acolhimento e partilha de sofrimentos e superações, privilegiando o conhecimento e as competências construídas nas experiências vivenciadas de cada um; Promover a humanização do cuidado entre profissionais, estudantes da área da saúde e idosos da comunidade; Estimular os idosos participantes da Terapia Comunitária a construção de vínculos, o resgate da autoestima e a capacidade de enfrentamento dos sofrimentos vividos, facilitando os processos de humanização, emponderamento e autocuidado e diminuir a sobrecarga emocional advinda de problemas cotidianos do envelhecimento, principalmente para aqueles que moram distante da família e/ou tem dificuldade de apoio familiar e social.

2 – Metodologia

A pesquisa se fundamenta nas condições metodológicas de pesquisa qualitativa, relacionando os significados e atribuições das experiências do grupo de idosos. Ao final das rodas de TCI, será utilizada a técnica de entrevista e análise das fichas de acompanhamento da TCI as quais auxiliam na construção e desenvolvimento de cada roda de terapia realizada, assim como a organização dos dados obtidos por elas. Tais análises e entrevistas serão realizadas no final da 15ª roda de TCI, conforme sugere o projeto de pesquisa.

O estudo está sendo desenvolvido na Unidade Básica de Saúde localizada no bairro do Conjunto Ponta Negra na cidade de Natal/RN com idosos que relatam significativas histórias de adversidades vividas. A metodologia desse projeto de pesquisa é pautada nas etapas da TCI e voltada para os idosos e está sendo desenvolvida através dos seguintes passos:

1) **RESGATANDO A TERAPIA COMUNITÁRIA:** Estudo teórico e conceitual sobre a Terapia Comunitária que se fundamentará nos seguintes pilares da TC: pensamento sistêmico, teoria da comunicação, antropologia cultural, pedagogia de Paulo Freire e resiliência. Nesta etapa todos os componentes do projeto estarão envolvidos em busca de embasamento teórico que venha a respaldar os treinamentos e o desenvolvimento das rodas de terapia comunitária. Aqui também será elaborada um questionário a ser aplicado juntos aos estudantes que participarão das rodas, para traçar um perfil geral desses discentes.

2) **DESPERTANDO EMOÇÕES:** Nesta fase haverá uma preparação dos estudantes participantes do projeto (bolsistas e voluntários), através da valorização do autocuidado e o resgate a autoestima.

3) **AS RODAS DE TERAPIA COMUNITÁRIA:** As rodas de terapia comunitária são realizadas através de seis etapas: 1) acolhimento –Inicia-se com as boas vindas, comemorações dos aniversários, explica-se sobre os objetivos e regras da terapia e dinâmica para melhor integração do grupo. 2) Escolha do tema – exposição de situações vividas no cotidiano e que se constituíam em sofrimento para o participante, seguida da eleição de um tema. 3) contextualização – o participante cujo tema foi escolhido relata sua problemática de forma mais detalhada. 4) Problematização – os participantes contavam suas experiências relacionadas com o tema, evidenciando as estratégias de superação de seus problemas e do seu sofrimento e 5) rituais de agregação – os participantes valorizavam as experiências dos outros e a própria e simbolicamente representavam a grande teia solidária que se forma a partir da elevação da espiritualidade, da fé, da esperança.

4) **PROMOVENDO A SAÚDE E CONSTRUINDO LAÇOS:** Após a realização das rodas de terapia comunitária, serão avaliadas, juntamente com os estudantes, as contribuições da Terapia Comunitária no seu cotidiano, verificando a construção de vínculos entre eles e avaliando a autoestima.

Para a análise do material empírico, será usada a História Oral a luz de Bom Meihy, a fim de que os idosos, participantes das rodas de TCI, a partir das entrevistas semi-estruturadas, possam contar a sua experiência em participarem do projeto de pesquisa e como a TCI contribuiu para a melhoria da sua qualidade de vida, aumento da sua autoestima e despertar de sua resiliência. As

fichas de avaliação das rodas de TCI serão analisadas de forma a dar apoio aos dados empíricos produzidos com as entrevistas realizadas.

3 – Resultados e Discussão

Através do método da história oral de vida, fazendo uso da técnica de análises e entrevistas para a produção do material empírico será possível conhecer histórias de vida dos idosos que frequentam as rodas de TCI, onde são manifestadas as situações de adversidades vivenciadas pelos mesmos e as estratégias de enfrentamento utilizadas. O entendimento outrora adquirido ao longo da vida como também na troca de experiências e partilha da dor e sofrimento se torna imprescindível para o desenvolvimento da resiliência necessária ao envelhecimento saudável e ativo.

Com a TCI está sendo possível trabalhar em cada roda o enfrentamento de adversidades vividas pelo grupo de idosos com uma escuta da história oral de vida de cada um, presenciando e construindo o emponderamento através das experiências e conhecimento empírico. Em se tratando de rodas de TCI abertas, os momentos de encontro também estão propiciando aos idosos os encontros intergeracionais, onde as experiências de vida estão sendo amplamente importantes para a construção dos vínculos solidários, assim como a oportunidade da partilha e troca entre gerações.

As rodas de TCI executadas até o momento, tem revelado que as situações adversas mais frequentes foram problemas familiares, conflitos com os vizinhos, solidão e abandono, medo da morte, dores relacionadas a idade e problemas financeiros. As narrativas que emergiram dos 10 encontros já realizados, revelaram que os idosos fizeram uso de estratégias de enfrentamento diversas como: busca de ajuda em grupos, procura em sair de casa e se divertir, engajamento em uma igreja ou grupos de orações, viagens com amigos, participação de grupo de idosos, fazer amigos da mesma idade.

Assim, observa-se que os idosos estão buscando alternativas de enfrentamento, por meio de sua própria resiliência, para se satisfazerem em atividades prazerosas e que possam diminuir a ansiedade e os problemas do seu cotidiano. Assim, ao analisar o conhecimento empírico e experiências vividas e compartilhadas, construímos um importante instrumento de promoção à saúde de idosos, tendo em vista que os benefícios proporcionados podem estar refletindo diretamente no estado de saúde e bem-estar dos participantes.

4 – Conclusões

As rodas de TCI abrem espaço de partilha do sofrimento e experiências vividas, sendo considerada uma prática de efeito terapêutico, destinada à promoção da saúde mental, pois promove a construção de vínculos solidários, criando uma rede de apoio social. Através dessa metodologia, cada participante atribui-se a responsabilidade de buscar estratégias de enfrentamento e soluções para cada adversidade vivenciada. A Terapia Comunitária Integrativa realizada junto aos idosos se caracteriza como uma estratégia importante de humanização em saúde, onde cada participante relata que leva uma bagagem de alegria, amor, esperança, paz, leveza e confiança, pois é proporcionado um ambiente de partilha, escuta e acolhimento priorizando a promoção da saúde, do bem-estar físico e mental e do envelhecimento ativo.

Em nosso contexto social, econômico e político atual, é de extrema importância o desenvolvimento de atividades como as rodas de TCI em grupos de idosos, tendo em vista que essa parcela da população necessita de atenção e de atividades que lhe reintegrem socialmente, favorecendo uma assistência para um progresso dinâmico de suas potencialidades, principalmente com o aumento da autoestima e socialização.

Diante disso, este projeto de pesquisa tem como principal finalidade mostrar como as Rodas de TCI contribuem como importante instrumento de humanização na promoção da saúde e na construção de vínculos, através de atividades que favorecem a construção da resiliência, oportuniza o alívio do sofrimento e fortalecimento de vínculos solidários e laços familiares e ao mesmo tempo que oferece um ambiente humanizado e acolhedor.

Através das rodas de TCI em grupo de idosos é possível perceber que os participantes saem das terapias mais fortes emocionalmente, dispostos a superar suas adversidades e sofrimento mental. É notório que a cada TCI eles ficam aptos a superarem seus conflitos sociais e familiares. Assim as rodas de TCI em grupo de idosos são fundamentais para trabalhar uma metodologia que favoreça o acolhimento humanizado, cuidado em saúde mental e física, superações de adversidades, partilha de sofrimentos, onde a busca e conhecimento empírico das experiências vivenciadas e partilhadas nunca se acabam, contribuindo assim integralmente para o campo da pesquisa e do conhecimento e prática interdisciplinar em saúde.

5 – Referências Bibliográficas

BARRETO, A. **Terapia Comunitária passo a passo**. Fortaleza: Gráfica LCR, 2005.

BRASIL. Constituição (1988). **Constituição da República Federativa do Brasil**. Organização do texto: Juarez de Oliveira. 4.ed. São Paulo: Saraiva, 1990. 168p. (Série Legislação Brasileira)

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Política Nacional de práticas integrativas e complementares no SUS - PMNPC**. Brasília: MS, 2006.

FERREIRA FILHA, M. O. ; GUIMARÃES, Fernanda Jorge ; HOLANDA, Viviane Rolim de ; ANDRADE, Fábila Barbosa de ; ALVES, Talita Tavares . **A Terapia Comunitária na visão dos discentes de enfermagem da Universidade Federal da Paraíba, relato de experiência**. In: III Congresso Brasileiro de Terapia Comunitária, 2007, Fortaleza. Terapia Comunitária: tecendo redes para a transformação social, saúde, educação e políticas públicas. São Paulo : Casa do Psicólogo, 2005. v. 1. p. 349-354.

KERDRICK P. **Comparing the effects of stress and relationship style on student and practicing nurse anesthetists**. AANA Journal, v.68, n.2, p.115-122, apr. 2000.

MEIHY, José Carlos Sebe Bom. **Manual de história oral**. 5. ed. revis. e ampl. São Paulo: Edições Loyola, 2005.

PUSTAI, O. I. **O Sistema de Saúde no Brasil**. In: Duncan BB, Schmidt MI, Giugliani ERI editrs. Medicina ambulatorial: condutas de atenção primária baseadas em evidências. Porto Alegre: Artmed; 2004. p. 69-75.