

ATIVIDADES LÚDICAS COMO ESTRATÉGIA PARA AUMENTO DA QUALIDADE DE VIDA DE USUÁRIOS DO CAPS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Francymárcia Capitulino da Silva (1); Núbia Maria Figueiredo Dantas (2); Raquel de Jesus Rocha da Silva (3); Valéria Alves da Silva (4); Francisca Bezerra de Oliveira (5)

- (1) Acadêmica do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande. Cajazeiras, Paraíba. Brasil. marcinha_linda37@hotmail.com
- (2) Acadêmica do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande. Cajazeiras, Paraíba. Brasil. nubiamaria@hotmail.com
- (3) Acadêmica do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande. Cajazeiras, Paraíba. Brasil. valleriaalvs@gmail.com
- (4) Acadêmica do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande. Cajazeiras, Paraíba. Brasil. raquelrocha02@hotmail.com
- (5) Enfermeira, Doutora em Enfermagem pela Universidade de São Paulo (USP), Professora Titular da Universidade Federal de Campina Grande (UFCG), e Pós-doutora em Desenvolvimento Regional e Sustentável, Universidade Federal do Cariri (UFCA). E-mail: oliveirafb@uol.com.br (Orientadora)

Resumo: No decorrer da história, os loucos eram tidos como pessoas que deveriam permanecer isolados dos demais indivíduos, surgindo, assim, os manicômios. A partir daí surge o movimento da reforma psiquiátrica que objetivava desconstruir os saberes e as práticas psiquiátricas, romper com o modelo hospitalocêntrico e criar serviços substitutivos para prestar assistência aos indivíduos. Os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) são utilizados como espaços de práticas para diversas áreas, como a Enfermagem. O objetivo deste trabalho é relatar a vivência de acadêmicas do Curso de Graduação em Enfermagem do CFP/UFCG durante a realização de atividades extracurriculares da disciplina de Saúde Mental no CAPS II da cidade de Cajazeiras-PB. Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência desenvolvido a partir das atividades práticas da disciplina que ocorreram no mês de setembro de 2017. No período antecedente às práticas, a professora orientou os alunos de maneira a sensibilizá-los e mostrá-los a necessidade e importância em acolher os usuários da melhor maneira possível. Durante as práticas, foram desenvolvidas diversas atividades interativas, que possibilitaram uma maior interação entre usuários, acadêmicos e profissionais, além do desenvolvimento cognitivo e aumento da autoestima e qualidade de vida dos usuários. Assim, os estágios realizados no CAPS II contribuíram de forma significativa para o crescimento pessoal e profissional das acadêmicas, as quais conheceram como se dava o funcionamento do serviço. Evidencia-se a necessidade de outras implementações de ações a promover um cuidado humanizado aos portadores de sofrimento psíquico segundo o que preconiza a Reforma Psiquiátrica.

Palavras-chave: Qualidade de vida, Enfermagem, Saúde Mental.

INTRODUÇÃO

A loucura apresentou significados diversos ao longo dos séculos e as pessoas tidas como loucas eram tratadas de forma contraditória como deuses, enunciadoras da verdade, demoníacas e/ou seres irracionais. O tratamento da loucura, portanto, estava relacionado ao contexto histórico e cultural da sociedade, de modo que na Idade Média, os loucos eram perseguidos pela Inquisição ou banidos nas “Naus dos Loucos”, enquanto que no período após a Revolução

Francesa pela influência de Phillipe Pinel, eles eram tratados em manicômios, locais onde as pessoas eram isoladas da sociedade e recebiam o tratamento moral (SILVA; FONSECA, 2003).

Foi no período pós Segunda Guerra Mundial que se tornaram notórios para a sociedade os maus tratos praticados contra as pessoas institucionalizadas em manicômios. A partir daí surgiram diversos movimentos psiquiátricos que passaram a questionar a assistência à pessoa com transtorno mental, o mercantilismo da saúde e denunciaram os manicômios como espaços de exclusão social. Nessa perspectiva, no Brasil, no final da década de 1970, o Movimento de Trabalhadores de Saúde Mental (MTSM) também empreendeu uma série de críticas ao modelo “hospitalocêntrico, às péssimas condições de trabalho e às estrutura das instituições. Esse movimento posteriormente foi denominado de “Movimento de Luta Antimanicomial”, que passou a ser o protagonista da Reforma Psiquiátrica brasileira. (OLIVEIRA, 2002; MOURA; SILVA; MORAIS, 2013).

A Reforma Psiquiátrica constitui um complexo e intenso movimento que tem como intuito a desconstrução do modelo hospitalocêntrico, como também dos saberes e práticas psiquiátricos e a construção de novos dispositivos de atenção psicossocial como Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), leitos de atenção integral em saúde mental, centros de convivência, dentre outros (OLIVEIRA, et al., 2012)

Os CAPS são serviços estratégicos na atenção aos usuários com problemas mentais graves, constituídos por uma equipe interdisciplinar (psicólogo, médico, enfermeiro, assistente social, terapeuta ocupacional, técnico de enfermagem, artesão, músico, etc), objetivando oferecer uma clínica ampliada, a construção da cidadania, a inclusão social do sujeito em sofrimento psíquico e a criação de vínculos entre usuários e profissionais (OLIVEIRA, et al., 2012).

Além disso, OS CAPS constituem-se em campo de práticas e estágios para alunos de diversas áreas: Enfermagem, Psicologia, Medicina, Assistência Social e Direito. Nesse contexto, o CAPS II de Cajazeiras – PB, objeto deste trabalho, configura-se como campo de prática para alunos da disciplina de Saúde Mental do Curso de Graduação de Enfermagem do Centro de Formação de Professores da Universidade Federal de Campina Grande (CFP/UFCG), como forma de possibilitar o diálogo teoria e prática, o saber compreender e

lidar em saúde mental, a construção de vínculos e da escuta comprometida com o usuário.

Este trabalho tem como objetivo relatar as atividades desenvolvidas, a experiência vivenciada por alunos do Curso de Graduação em Enfermagem do CFP/UFCG, nas práticas da disciplina de Saúde Mental, no CAPS II do município de Cajazeiras-PB.

METODOLOGIA

O estudo é de caráter descritivo, do tipo relato de experiência de atividades realizadas por alunos do Curso de Graduação em Enfermagem da UFCG, *Campus* Cajazeiras, com usuários do CAPS II, do município de Cajazeiras-PB, no mês de setembro de 2017.

A disciplina Saúde Mental é ofertada no quarto período do referido curso, conta com quatro créditos, que correspondem a 60 horas, sendo 45 aulas teóricas e 15 práticas. As práticas são realizadas no período final da disciplina, após a exposição de todo o conteúdo teórico e os discentes são distribuídos em quatro grupos compostos por cerca de cinco alunos. Estes realizam as atividades em quatro dias, no turno matutino.

Vale ressaltar que os alunos foram preparados psicologicamente pela professora, antes do início das atividades práticas, como forma de sensibilizá-los, de instrumentalizá-los para o exercício das práticas, com foco na escuta e acolhimento do sujeito em sofrimento psíquico.

Durante as atividades práticas, as acadêmicas acompanharam a dinâmica de funcionamento do CAPS II, dialogaram com os usuários, ouviram e acataram as suas sugestões referentes às ações e os temas a serem abordados no cotidiano do serviço. Assim, no decorrer das práticas identificamos necessidades, desejos e interesses apresentados pelos usuários. A partir daí, elaboramos estratégias, dinâmicas como forma de acolher, apoiar e criar vínculos com os mesmos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante as atividades práticas foram realizadas oficinas com o intuito de auxiliar no desenvolvimento da cognição, da capacidade intelectual, na descoberta de potencialidades, na promoção da reabilitação e da autonomia. Dentre as ações desenvolvidas, destacam-se as oficinas de construção de mural, jogos, desenho, pintura, rodas de música e de dança, declamação de poemas e caminhada.

Neste trabalho iremos enfatizar as atividades que mais despertaram interesse nos usuários: a construção do mural, as rodas de música e

dança, e a realização de jogos. Inicialmente destacamos o processo de construção do mural, do qual os usuários participaram ativamente, sendo um trabalho coletivo e criativo de todos os participantes. O mural produzido com as fotos dos próprios usuários, despertou nos mesmos o interesse em mostrar aos demais colegas suas fotos, possibilitando maior interação e comunicação entre eles. Alguns conversavam, outros sorriam, constituindo-se como uma produção e interação positiva. Atividades diferentes e novas despertam a curiosidade dos usuários e muitos demonstram habilidades que eram desconhecidas, ficando explícito o prazer em realizá-las.

Outra atividade realizada em quase todos os encontros foram as rodas de música e dança. As músicas eram escolhidas e cantadas pelos usuários, algumas vezes individualmente, outras coletivamente, contando também com a participação dos profissionais e estudantes. As músicas cantadas faziam com que os usuários lembrassem de algo vivenciado ao longo de sua história, na maioria das vezes recordações boas que estimulavam a memória e o prazer de viver, proporcionando assim bem estar físico e mental. Alguns usuários gostavam de ouvir músicas religiosas, pois se sentiam mais perto de Deus, estimulando a oração e trazendo tranquilidade e paz interior.

A partir da música e da dança procuramos produzir a melhoria, o resgate e a promoção de aspectos importantes do usuário, como: autoestima, comunicação e relações interpessoais. Esse processo caracterizou-se como dinâmico e prazeroso para todos os envolvidos.

A música é uma ferramenta que traz muitos pontos positivos quando posta em prática. Quando por exemplo falamos uma palavra e pedimos que os usuários resgatem na memória alguma música que contenha a palavra citada, além de trabalhar o cognitivo, estamos ativando a memória dos mesmos, e quando lembram de uma música a alegria é instantânea ao sentir-se importante. São atividades simples que fazem a diferença quando colocada em prática, além dos benefícios para os usuários, ao vivenciarem um momento diferente, também melhora a relação dos mesmos com os profissionais, traz pontos positivos para o tratamento e para sua qualidade de vida.

Observamos que a música teve também o poder do efeito tranquilizador provocado nos sujeitos participantes, fazendo emergir sensações mais profundas, tornando-se visível os pensamentos expressados de espiritualidade e de fé às lembranças das suas crenças, refletindo no aumento da esperança e da sensação do bem viver.

A realização de jogos, especialmente, “dominó”, contou com a participação de usuários, estudantes e profissionais do CAPS II, constituindo-se em um momento de lazer, alegria e descontração. Em todos os encontros com os usuários utilizamos essa estratégia como forma de melhorar a nossa interação com os mesmos e com eles próprios.

Podemos afirmar que as práticas desenvolvidas com os usuários no CAPS II contribuíram de forma significativa para a nossa formação acadêmica e pessoal por serem atividades que promovem uma ampliação dos conhecimentos, criação de vínculos, obtenção de experiências, colaborando, portanto, para a formação de profissionais crítico-reflexivos. As atividades realizadas durante as práticas permitiram aos usuários: expressarem seus desejos e inquietações, descobrirem habilidades e competências, fortalecerem relações e exercerem a cidadania.

As rodas de música e dança constituem-se estratégias de cuidado por possibilitar reações no âmbito emocional, refletindo em melhora nos aspectos biopsicossociais dos usuários e conseqüentemente na qualidade de vida destes. A música permite aos usuários refugiarem-se de seus problemas e elevarem a autoestima. (CORDEIRO et al., 2013).

A música é capaz de formar a trilha sonora de nossos dias, possibilitando um retrospecto da vida, um reviver de lembranças e emoções relacionadas a eventos significativos, que, por sua vez, podem facilitar o encontro de significados, de estímulos e propósito da existência (HALSTED; ROSCOE, 2002).

O uso de atividades lúdicas com pessoas em sofrimento psíquico é de valiosa importância, uma vez que irá proporcionar a inter-relação entre os usuários, os profissionais e os acadêmicos, superando preconceitos e os envolvendo com questões que irão notoriamente proporcionar-lhes uma melhor qualidade de vida. Dessa forma, a prática de jogos melhora o conhecimento do grupo e fortalece a interação e a cooperação dos participantes, tornando-os desinibidos, sociáveis e comunicativos (PACHECO; GARCEZ; 2012).

Corroboramos que em saúde mental na perspectiva da Reforma Psiquiátrica, deve-se ter o entendimento das práticas "como invenção permanente, como produção de novas formas de abordagem [...], as abordagens em saúde mental devem ser construídas não baseadas em verdades científicas, mas em função de eficiências ético-estético-existencial" (OLIVEIRA; FORTUNATO, 2007).

CONCLUSÃO

A realização de aulas práticas em serviços substitutivos em saúde mental como é caso dos CAPS, possibilita ao discente uma experiência de imenso valor por permitir a construção de uma nova concepção acerca da loucura de modo a ser capaz de considerar os aspectos sociais, econômicos, políticos e culturais que norteiam o sujeito. Além disso, os estágios nesses serviços apresentam o intuito de instigar os discentes a atuarem de acordo com os pressupostos da Reforma Psiquiátrica, contribuindo, portanto, para a formação acadêmica e crescimento pessoal.

As práticas permitiram também que os discentes conhecessem o cotidiano do serviço, bem como construíssem vínculos com os usuários e profissionais, proporcionando uma troca de saberes e experiências. A gratidão é imensa pelo privilégio em contribuir com um cuidado digno e humanitário que promove a inclusão social e garante aos indivíduos o exercício da cidadania.

Os benefícios aqui relatados, obtidos com a utilização das atividades lúdicas junto aos usuários do CAPS, mostram a necessidade que há em expandir ações como essa que visem prestar assistência ao indivíduo portador de sofrimento psíquico segundo os pressupostos da Reforma Psiquiátrica.

REFERÊNCIAS

CORDEIRO, Renata Calvacanti et al. MUSICOTERAPIA COMO MODALIDADE TERAPÊUTICA COMPLEMENTAR PARA USUÁRIOS EM SITUAÇÃO DE SOFRIMENTO PSÍQUICO. **Revista de Enfermagem Ufpe Online**, Recife, v. 12, n. 7, p.6725-6731, dez. 2013. Disponível em: <<https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/12332/15039>>. Acesso em: 05 out. 2017.

DUARTE, Maria de Lourdes Custódio; PINHO, Leandro Barbosa de; MIASSO, Adriana Inocenti. ESTÁGIO DO CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE MENTAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA EM UM CAPS. **Cogitare Enfermagem**, Porto Alegre, v. 12, n. 4, p.753-756, out. 2011. Disponível em: <<http://revistas.ufpr.br/cogitare/article/view/25447>>. Acesso em: 05 out. 2017.

HALSTEAD, M.T.; ROSCOE, S.T. Restoring the spirit at the end of life: music as an intervention for oncology nurses. **Clin. J. Oncol. Nurs.**, v.6, n.6, p.333-6, 2002.

MOURA, Mayara Águida Porfírio; SILVA, Maria da Glória Oliveira; MORAIS, Thyago Pinheiro de. Centro de atenção psicossocial e a participação familiar no cuidado ao portador de sofrimento psíquico. **Saúde Coletiva**, São Paulo, v. 10, n. 60, p.19-24, 2013. Disponível em: <<http://www.redalyc.org/pdf/842/84228212004.pdf>>. Acesso em: 05 out. 2017.

PACHECO, FP; GARCEZ EMS. O jogo e o brincar: uma ação estratégica na promoção da saúde mental. **Rev. Saúde Públ. Santa Cat.**, Florianópolis, v. 5, n. 1, jan./abr. 2012.

RIBEIRO, Lorena Araújo; SALA, Ariane Liamara Brito; OLIVEIRA, Alice Guimarães Bottaro de. As oficinas terapêuticas nos centros de atenção psicossocial. **Revista Mineira de Enfermagem**, Cuiabá, v. 4, n. 12, p.516-522, dez. 2008. Disponível em: <<http://reme.org.br/artigo/detalhes/296>>. Acesso em: 05 out. 2017.

SANTOS, Elitiele Ortiz dos et al. SERVIÇOS SUBSTITUTIVOS NA PERSPECTIVA DA REABILITAÇÃO PSICOSSOCIAL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA. **Ciência, Cuidado e Saúde**, Pelotas, v. 11, n. 3, p.588-592, set. 2012. Disponível em: <<http://www.periodicos.uem.br/ojs/index.php/CiencCuidSaude/article/view/15417>>. Acesso em: 05 out. 2017.

SILVA, Ana Luisa Aranha e; FONSECA, Rosa Maria Godoy Serpa da. Os Nexos entre concepção do processo saúde/doença mental e as tecnologias do cuidado. **Revista Latino-americana de Enfermagem**, São Paulo, v. 11, n. 6, p.800-806, nov. 2003.

OLIVEIRA, F. B.; et al. Reforma Psiquiátrica: saúde mental no contexto da saúde da família. In: OLIVEIRA, F.B; LIMA JÚNIOR, J. F.; MOREIRA, M. R. C. **Resgatando saberes e ressignificando práticas**: interfaces no campo da saúde coletiva, Campina Grande: Editora da UFCG, 2012, p. 75-89.

OLIVEIRA, F. B. **Construindo Saberes e Práticas em Saúde Mental**. João Pessoa: Editora Universitária/UFPB, 2002.



OLIVEIRA, F. B.; FORTUNATO, M. L. Reabilitação psicossocial na perspectiva da reforma psiquiátrica. Vivência, EDFRN nº 32, 2007. p.155-161.