



ENCONTRO TERAPÊUTICO

Ana Kamila Ribeiro de Carvalho Lopes ¹

¹Estudante do Curso Tecnólogo em Gestão Pública do IFTO – *Campus* Gurupi.. E-mail: <anakamilaribeiro@gmail.com>

Resumo: Os transtornos mentais podem afetar qualquer pessoa em qualquer lugar no mundo, inclusive estudantes. O Encontro Terapêutico é um negócio social que se firmou com a iniciativa de ajudar a comunidade interna do IFTO- *Campus* Gurupi a lidar com os alunos que possuem: Depressão, ansiedade, pensamentos e/ou atitudes suicidas, síndrome do pânico, problemas familiares, desvios como DDA e dislexia, ou seja, distúrbios e/ou transtornos mentais. O Projeto se assemelha com uma terapia em grupo, onde o psicólogo atua como mediador, realizando intervenções apenas quando necessário. O objetivo desse trabalho foi relatar a experiência das sessões de terapia em grupo com o alunos e os seus impactos. A primeira sessão foi realizada em maio de 2019, contando com a participação de alunos do 3º período de Gestão Pública do IFTO – *Campus* Gurupi e obteve ótimas avaliações, abrindo a possibilidade para posteriores encontros.

Palavras-chave: ajudar, alunos, terapia

1 INTRODUÇÃO

A palavra transtorno segundo o dicionário Aurélio, significa: alterar a ordem, trazer a perturbação, incomodar, turvar-se, entre outros; na medicina essa palavra representa uma anormalidade, isso quer dizer que o corpo e/ou mente pode não estar funcionando em perfeita sintonia, logo, o transtorno ou doença mental é o comprometimento da ordem psicológica de determinado indivíduo. Eles afetam diretamente o pensamento, sentimento, as percepções, as sensações e até as relações com os outros e com o mundo. (RODRIGUES, 2011).

Segundo o Ministério da Saúde (2003, p.15) antigamente, o conceito de doença mental estava ligado a explicações mágico-religiosas, que atribuíam a origem dos transtornos mentais à forças sobrenaturais. Logo, a sociedade, encarava os enfermos como castigados por uma figura divina ou até mesmo endemoninhados, seu tratamento consistia em controlar e expulsar essas forças malignas. Na Grécia Antiga, os distúrbios ainda eram vistos como obras sobrenaturais, entretanto, ocorria uma preocupação com o fato gerador desses, foi nesse contexto que surgiu a primeira definição para histeria.

(...) neste modelo surge, pela primeira vez, a descrição da histeria, que curiosamente era atribuída ao deslocamento do útero (histero), por falta de atividades sexuais. Pode parecer engraçado, mas acreditava-se que movendo-se pelo corpo, o útero poderia atingir o cérebro, causando dispneia, palpitação e até desmaios. Recomendava-se então, como terapêutica, o casamento para viúvas e moças, além de banhos vaginais com ervas para atrair o útero de volta ao seu local de origem. (MINISTÉRIO DA SAÚDE. 2003, p.16)

Apenas no começo da década de 1980, os paradigmas e preconceitos com a saúde mental começaram a se romper, os países europeus e também os Estados Unidos da América passaram por transformações políticas e sociais, no Brasil, iniciou-se um movimento chamado: Reforma



Psiquiátrica, ocorrendo mudanças nas dimensões políticas, teóricas, jurídicas e socioculturais. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2005). Atualmente, a doença mental é causada por uma interação complexa de fatores hereditários, ambientais e ainda que se tenha alcançado grandes avanços na compreensão e no tratamento das doenças mentais, o estigma que as rodeia ainda persiste. (CARNEY, 2009).

Os transtornos mentais podem afetar qualquer pessoa em qualquer lugar no mundo, desde um simples morador de uma cidade do interior, até um príncipe, por exemplo. Existem propensões familiares – hereditariedade – para adquirir esse distúrbio, porém o cidadão pode herdar uma tendência para reagir favorável a doença, mas não herda-la propriamente dizendo; outros fatores que podem os desencadear são os fatores sociais que estão diretamente ligados ao ambiente em que vivem e as relações estabelecidas, o que determinará se esse fator vai ou não desatar uma propensão a adquirir essa doença será a vulnerabilidade individual, ou a capacidade pessoal de suportar fatores negativos. “Todos nós que caminhamos na estrada da vida, somos afetados por fatores sociais positivos ou negativos...” (RODRIGUES, 2011, p. 7).

Segundo a OMS – Organização Mundial da Saúde – em dados publicados em 2017, o número de pessoas que vivem com depressão aumentou, entre 2005 e 2015, cerca de 18%. No Brasil, essa doença atinge 11,5 milhões de pessoas, o que corresponde a 5,8% da população total do país. Além disso, a ansiedade afeta mais de 18,6 milhões de pessoas, correspondendo a 9,3% da população; vale enfatizar que a maioria dos afetados são mulheres.

Para cada tipo de transtorno existe um tratamento adequado, e não é feito apenas através de medicação, mas sim, também, com acompanhamento profissional adequado, a terapia. Ela visa ajudar o indivíduo a retomar um estado de equilíbrio pessoal, pretendendo reestabelecer a saúde mental e emocional das pessoas, com o intuito de promover qualidade de vida. A terapia, também chamada de atendimento psicoterápico, pode ser realizada de forma individual, ou coletiva. (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2003).

A Terapia em grupo constitui uma tentativa de compreender a doença mental de forma diferente, com ênfase na pessoa doente, na sua forma de vida, na realidade em que está inserida, e não na doença em si, diferentemente da prática constante nos últimos séculos (AMARANTE, 1996). Um grupo terapêutico permite a troca de experiências e é um lugar onde ocorrem debates sobre a necessidade de ajuda de todos, entretanto alguns pacientes sentem dificuldade de interagir com o grupo, principalmente por estarem diante de pessoas desconhecidas; contudo, acham importante ouvir as experiências de vida dos colegas e aprender com os relatos (PELUSO, 2001).

Assim, o objetivo principal desse relato de experiência foi descrever a realização dos encontros de terapia em grupo, com os alunos do IFTO – Campus Gurupi em situação de vulnerabilidade, com transtornos mentais e/ou predisposição a esses, e analisar seus impactos.

2 METODOLOGIA

O projeto foi realizado mediante a solicitação da disciplina “Qualidade, Empreendedorismo e Inovação no Setor Público” para elaboração de um Plano de Negócio Social - onde os discentes deveriam elaborar uma ação, serviço ou objeto que solucionasse um dos problemas identificados na esfera social, seja no *Campus*, em um bairro ou até mesmo na cidade – como forma de integralização da nota do Curso Tecnólogo em Gestão Pública. A ideia do Encontro Terapêutico surgiu mediante ao aumento dos casos de suicídio e depressão na população jovem da cidade de Gurupi.

Para o desenvolvimento da experiência foi realizada uma sessão de terapia coletiva com os alunos do curso de Gestão Pública do *Campus* Gurupi, onde o psicólogo atuou como mediador, realizando intervenções apenas quando necessário e os participantes – alunos - expuseram seus problemas, angústias, dúvidas e situações que estavam enfrentando; cada integrante pôde opinar, comentar e sugerir tendo como base suas próprias experiências.

Para o sucesso do encontro foi de extrema importância que os membros absorvessem a ideia de que o grupo terapêutico é um lugar seguro e todas as questões abordadas são mantidas em sigilo, também foi de extrema importância o respeito e a disposição dos participantes, não apenas em expor seus problemas, mas também a ouvir e ajudar os outros.

Para a escolha do tema que o grupo desejou ou necessitou debater, foi realizado um questionário - sem nenhuma identificação - para marcação do tema desejado, conforme mostra a figura 1.

Figura 1 – Modelo de questionário para escolha do tema

Curso: _____	Período: _____
Tem interesse em Participar do Encontro Terapêutico: () sim () não	
Qual/ quais tema você tem interesse em encontrar nesse projeto: () Ansiedade () Depressão () Suicídio () Insônia () TOC () Angústia () Distúrbio Bipolar () Fobias	
Qual desses tema você tem mais interesse? (Apenas um) _____	
Além desses temas, você gostaria de sugerir algum outro? Se sim, qual?	

Fonte: Ana Kamila, 2019.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

O Projeto tratou-se de uma parceria com o setor de psicologia do *Campus*, com o propósito de encaminhar os alunos – os que necessitam - para um acompanhamento mais profundo e individual.

Essas sessões individuais ocorreram e continuarão a ocorrer até o término do curso ou mesmo enquanto for preciso, ou seja, mesmo após as realizações das sessões em grupo.

A primeira reunião foi realizada no dia 22 de maio de 2019, com a presença dos acadêmicos do 3º período do curso Tecnólogo em Gestão Pública do IFTO – *Campus* Gurupi, conforme mostra a figura 2. A roda de conversa iniciou-se com o psicólogo: Vilker Nascimento, que expôs o tema “Depressão e Ansiedade”, tema esse proposto pelos próprios alunos em pesquisa realizada (Tabela 1). Ao todo participaram 17 alunos, de forma assídua expondo suas dúvidas, recomendações e experiências das quais viveram.

Tabela 1 – Escolha do tema para o primeiro Encontro Terapêutico.

Tema	Quantidade de alunos
Distúrbio Bipolar	1
Depressão	3
Suicídio	2
Ansiedade	9
Angustia	1
Insônia	2
Total	18

Fonte: Ana Kamila, 2019

Figura 2 – Primeiro Encontro Terapêutico, realizado em maio de 2019



Fonte: Ana Kamila, 2019

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O Primeiro Encontro Terapêutico ficou marcado com ótimas avaliações, sendo elas: boa, ótima e excelente, todas feitas apenas por participantes, através de uma ficha de *feedback* entregue a cada um ao final da sessão; além disso, todos revelaram que têm interesse em participar novamente em outra reunião com temas variados. Após o encerramento do projeto, em junho de 2019, todos os



resultados foram encaminhados para o setor de psicologia do *Campus*, com o intuito de dar continuidade as reuniões sempre que necessário. Vale ressaltar a importância da realização de projetos voltados para a saúde mental da comunidade interna do IFTO e a dificuldade constatada pelos discentes em encontrar políticas públicas voltadas para essa área em Gurupi, e por isso o receio da sociedade em participar.

REFERÊNCIAS

AMARANTE, P. **Saúde mental e atenção psicossocial**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2007.

AURELIO, **O minidicionário da língua portuguesa**. 5a edição revista e ampliada do minidicionário Aurélio. 1a impressão – Rio de Janeiro, 2001.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Secretaria de Atenção à Saúde. DAPE. Coordenação Geral de Saúde Mental. **Reforma psiquiátrica e política de saúde mental no Brasil**. Documento apresentado à Conferência Regional de Reforma dos Serviços de Saúde Mental: 15 anos depois de Caracas. OPAS. Brasília, novembro de 2005.

CARNEY, Caroline. **Doenças mentais na sociedade: Distúrbios de saúde mental**. Manual MSD: Merck Sharp & Dohme Corp, 16 abr. 2019. Disponível em: < <https://www.msmanuals.com/pt-br/casa/disturbios-de-saude-mental/consideracoes-gerais-sobre-cuidados-com-a-saude-mental/consideracoes-gerais-sobre-a-doenca-mental> >. Acesso em: 16 abr. 2019.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Profissionalização de Auxiliares de Enfermagem**. Saúde Mental. Brasília-DF: Editora MS, 2003. Disponível em: <http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/profae/pae_cad7.pdf>. Acesso em: 11 abr. 2019.

OMS. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Folha Informativa: Transtornos Mentais**. internet: Organização Pan-Americana da Saúde, abril 2017. Disponível em: < https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5652:folha-informativa-transtornos-mentais&Itemid=839>. Acesso em: 15 abr. 2019.

PELUSO, É.T.P.; BARUZZI, M.; BLAY, S.L. **A experiência de usuários do serviço público em psicoterapia de grupo: estudo qualitativo**. Rev. Saude Publica, v.35, n.4, p.341-8, 2001.

RODRIGUES, Dartagnan Rache et al. Vulnerabilidade. In: ESCOLA NACIONAL DE SAÚDE PÚBLICA SERGIO AROUCA. Fundação Oswaldo Cruz. **O que são transtornos mentais?: Noções básicas**. 1ª. ed. Rio de Janeiro - RJ: América Gráfica e Editora Ltda, 2011. Disponível em: <<http://www6.ensp.fiocruz.br/repositorio/sites/default/files/arquivos/TranstornosMentaisC1.pdf>>. Acesso em: 16 abr. 2019

YUNUS. Negócios sociais. Disponível em: < <http://www.yunusnegociossociais.com/> >. Acesso em: 16/04/2019.