



## ***GRUPO DE SAÚDE MENTAL: UM RELATO DE RESIDENTES MULTIPROFISSIONAIS EM SAÚDE DO ADULTO E IDOSO***

Maria Cleide Vicente Da Silva, (cleydodemathias@gmail.com) – Universidade Federal de Alagoas;

Nykholle Bezerra Almeida - Universidade Federal de Alagoas;

Diogo da Conceição - Universidade Federal de Alagoas;

Lorena Santos Lima - Universidade Federal de Alagoas;

Ana Luisa de Melo Xavier - Universidade Federal de Alagoas;

Glaucevane da Silva Guedes - Universidade Federal de Alagoas.

**PALAVRAS-CHAVE:** Atenção Primária à Saúde; Grupos; Saúde mental

### **Introdução**

A saúde mental é uma dimensão essencial do bem-estar e da qualidade de vida dos indivíduos. Na Atenção Básica (AB), que se configura como a principal porta de entrada do Sistema Único de Saúde (SUS) no Brasil, o cuidado em saúde mental é fundamental para garantir uma abordagem integral e contínua às necessidades da população (MINOZZO *et al.*, 2012). Nesse contexto, grupos de saúde mental na AB oferecem um espaço de acolhimento, escuta e troca de experiências, promovendo o empoderamento dos participantes, a construção de redes de apoio e a interação entre os profissionais e os serviços

disponibilizados na instituição. Eles têm se destacado como estratégias eficazes para a promoção do cuidado, a prevenção de agravos e o apoio psicossocial, além de reduzir o estigma associado às questões de saúde mental e o fortalecer as relações comunitárias (SANTOS; SOUSA, 2021). Dessa forma, o presente estudo tem como objetivo descrever a implementação, desafios e os resultados de um grupo de suporte em saúde mental na Atenção Básica.

## Descrição do relato

Trata-se de um relato de experiência do grupo de suporte em Saúde Mental, desenvolvido pelos profissionais residentes de Saúde do Adulto e do Idoso vinculados à Universidade Federal de Alagoas (UFAL), atuantes em uma Unidade Docente Assistencial (UDA), localizada no município de Maceió - Alagoas, no período de maio a julho de 2024. A equipe multiprofissional responsável era composta por uma psicóloga, assistente social, enfermeira, nutricionista e farmacêutica, responsáveis por planejar e conduzir o grupo. A cada encontro, um tema diferente era programado para ser discutido, buscando sempre ter uma interprofissionalidade nos temas, de modo que dois ou mais profissionais pudessem colaborar em conjunto com a psicóloga. Os participantes ingressaram através dos profissionais da unidade de saúde, que os identificaram em suas consultas, com a colaboração dos Agentes Comunitários de Saúde (ACS) e divulgação através de cartazes e panfletagens. Além disso, houve ações de divulgação nas salas de espera, cartazes informativos na UDA, e trabalho territorial executado pela equipe através dos projetos realizados na comunidade. O grupo de suporte em saúde mental classificava-se como aberto de caráter misto, composto por adultos e idosos entre 20 e 68 anos, em situação de sofrimento psíquico. A frequência dos encontros se deu de forma semanal, às segundas-feiras, no período da manhã, com duração de 2 horas. As atividades eram realizadas em uma sala localizada na própria unidade. Ao longo dos encontros, os profissionais estavam atentos aos relatos de enfrentamentos, comentários e demandas dos integrantes. Com base na escuta ativa e qualificada dos profissionais, notou-se que alguns apresentavam sofrimento psíquico significativo. Tendo isso em vista, foi realizado o encaminhamento desses participantes para atendimento psicoterapêutico e/ou psiquiátrico individual, uma vez que o grupo se caracterizava como porta de entrada para o serviço de saúde mental na UDA. Durante os encontros, houve discussões sobre depressão e ansiedade e seus impactos; a importância de ter uma rede de apoio em momentos de crise, conflitos familiares; o processo de envelhecimento e seus estigmas; os benefícios do autocuidado;

promoção à saúde mental, além de propostas lúdicas como atividades envolvendo música, pintura e práticas integrativas como meio de relaxamento e prevenção à saúde mental. O enfoque pedagógico se caracteriza como psicoeducativo, privilegiando um espaço de cuidado e acolhimento das singularidades dos integrantes, voltado para a produção de suporte, cidadania e pertencimento.

## Discussão

É possível observar que boa parte de frequentadores entrou no grupo em função direta e objetivamente de sua doença, seja por uso de medicação controlada ou por complicações com os sintomas. Vale ressaltar que a lista de espera para atendimento individualizado com a psicologia também influencia a adesão ao grupo, sendo uma das formas de aprender a lidar com a doença, seja através de orientação profissional ou apenas para ver casos similares. É notável a assiduidade dos participantes, que, na sua maioria frequentam o grupo há 24 e 36 meses. Os encontros realizados nos grupos de saúde mental fomentaram a produção de sentidos a respeito do sofrimento psíquico, reelaborando e redirecionando estratégias de cuidado e enfrentamento das adversidades cotidianas. Durante as atividades realizadas as falas dos usuários eram marcadas por sentimentos de gratidão às equipes e evolução no tocante às suas questões de dificuldade de relacionamento interpessoal, dúvidas sobre as medicações utilizadas e o avanço na construção de redes de apoio entre os integrantes do grupo e com a comunidade.

## Considerações finais

A experiência relatada evidenciou a importância dos grupos de saúde mental na Atenção Básica como uma estratégia eficaz para promover o cuidado integral, prevenir agravos e oferecer apoio psicossocial. A atuação da equipe multiprofissional permitiu a criação de um espaço acolhedor e inclusivo, onde os participantes puderam compartilhar suas vivências e obter orientações qualificadas, resultando na construção de redes de apoio e no fortalecimento das relações comunitárias. A continuidade e a assiduidade dos participantes demonstram o impacto positivo dessas iniciativas na vida dos indivíduos, contribuindo para a redução do estigma associado às questões de saúde mental e promovendo a autonomia e o bem-estar. Assim, a implementação de grupos de saúde mental na Atenção Básica se

mostra como uma prática essencial e recomendável para a promoção da saúde mental e a melhoria da qualidade de vida da população.

## Referências

MINOZZO, F. *et al.* Grupos de saúde mental na atenção primária à saúde. **Fractal: Revista de Psicologia**, v. 24, p. 323-340, 2012.

SANTOS, A. C.; DE SOUSA, T. F. A gestão do cuidado em saúde mental por meio de grupos terapêuticos em Una (BA). **Revista Baiana de Saúde Pública**, v. 45, n. 3, p. 287-298, 2021.