

Oficinas terapêuticas na atenção primária: um relato de experiência

*Therapeutic workshops in primary care:
an report of experience*

Mariana Martins Lopes de Souza¹
Sandy Valim de Souza²
Rosane Mello³

Resumo

Trata-se de um relato de experiência realizado em um Centro Municipal de Saúde localizado no Rio de Janeiro no período de maio a dezembro de 2017, no contexto de um projeto de extensão da Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO). O objetivo deste estudo é relatar a experiência sobre o emprego de oficinas terapêuticas como possibilidade de tecnologia leve de cuidado em saúde mental junto a idosos com acometimentos psíquicos encaminhados pela Estratégia de Saúde da Família. As oficinas têm como peculiaridade as questões relacionais do indivíduo consigo mesmo, com a família e com a sociedade, face à necessidade do olhar de forma mais cuidadosa para o envelhecimento da população brasileira, não apenas as doenças físicas e mentais, mas também às questões sociais. Conclui-se que as práticas expressivas melhoram o desenvolvimento desses adultos e idosos e dão a eles o sentimento de pertencimento, conforto e cuidado que procuram, além de as atividades ajudarem no enfrentamento do estresse.

Palavras-chave: Enfermagem psiquiátrica. Saúde mental. Terapia pela arte.

Abstract

This is an experience report carried out at a Municipal Health Center located in Rio de Janeiro from May to December 2017, in the context of an extension project of the Federal University of the State of Rio de Janeiro (UNIRIO). The objective of this study is to report the experience on the use of therapeutic workshops as a possibility of light mental health care technology with seniors people with psychic disorders referred by the Family Health Strategy. The workshops have as their peculiarity the relational issues of the individual with himself, with the family and with society, in view of the need to look more carefully for the aging of the Brazilian population, not only physical and mental diseases, but also social issues. It is concluded that expressive practices improve the development of these adults and the seniors and give them the feeling of belonging, comfort and care they seek, in addition to the activities help in coping with stress.

Keywords: Enfermagem psiquiátrica. Saúde mental. Terapia pela arte.

¹ Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO) - Rio de Janeiro/RJ, Brasil.
Discente em Enfermagem da Escola de Enfermagem Alfredo Pinto.
e-mail: maary.mls@gmail.com

² Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO) - Rio de Janeiro/RJ, Brasil.
Discente em Enfermagem da Escola de Enfermagem Alfredo Pinto.
e-mail: sandyvalim98@gmail.com

³ Universidade Federal do Estado do Rio de Janeiro (UNIRIO) - Rio de Janeiro/RJ, Brasil.
Professora Associada (UNIRIO). Doutora em Enfermagem Psiquiátrica; Arteterapeuta.
e-mail: rosane.dv@gmail.com

Introdução

O relatório “Depressão e outros distúrbios mentais comuns: estimativas globais de saúde” aponta que 322 milhões de pessoas atualmente sofrem algum tipo de transtorno mental em todo o mundo. E grande parte desses transtornos vem atingindo a população idosa. (ORGANIZAÇÃO..., 2017)

Para proteger essa população foi instituído no Brasil o Estatuto do Idoso por meio da Lei n.º 10.741 de 2003, que traz a obrigação do Estado de garantir à pessoa idosa a proteção à vida e à saúde, por meio da efetivação de políticas sociais públicas que permitam um envelhecimento saudável, em condições de dignidade. (BRASIL, 2003)

Levando em conta essas necessidades, o tratamento, o estudo dos problemas de saúde mental e o cuidado ao adulto e ao idoso, torna-se fundamental criar novas práticas de tratamento. Neste sentido, o projeto de extensão traz à baila as oficinas terapêuticas, com espaço para produção, escuta psicossocial e acolhimento.

O principal objetivo deste estudo é relatar a experiência sobre o emprego de oficinas terapêuticas junto a adultos e idosos com acometimentos psíquicos encaminhados pela Estratégia de Saúde da Família. Destaca-se que as oficinas vêm sendo desenvolvidas em um Centro Municipal de Saúde do Rio de Janeiro.

O projeto de Extensão que deu origem a este relato tem como objetivos: desenvolver ações onde seja possível criar ou aprimorar habilidades no que diz respeito às oficinas terapêuticas; avaliar os resultados das oficinas terapêuticas no contexto biopsicossocial dos idosos; e promover a reflexão sobre a utilização de técnicas expressivas pelos futuros profissionais da área de saúde nos vários contextos do cuidado em saúde.

As Oficinas Terapêuticas

Optou-se por utilizar as oficinas terapêuticas como metodologia de intervenção, visto que estas se propõem a auxiliar os indivíduos no desenvolvimento e aplicação de mecanismos de proteção, tornando possível minimizar danos e fortalecer a capacidade de se realizar estratégias de ajustes.

As oficinas atuam como possibilidade de tecnologia leve de cuidado em saúde mental junto a idosos. Conforme conceitua Merhy (1997), a tecnologia leve produz-se na relação direta usuário-profissional. Neste momento de falas, escutas, criam-se cumplicidades, relações de vínculo, aceitação.

As oficinas terapêuticas foram regulamentadas pelo Ministério da Saúde na portaria n.º 189 de 1991, visando melhorar a qualidade da atenção às pessoas portadoras de transtornos mentais, a necessidade de diversificação dos métodos e técnicas terapêuticas e bem como a integralidade da atenção a esse grupo. (BRASIL, 1991)

A portaria define as oficinas terapêuticas como “atividades grupais realizadas em serviços extra-hospitalares, que possuem função de socialização, expressão e inserção social” (BRASIL, 1991), e estabelece as diversas modalidades de oficinas terapêuticas: oficinas expressivas, oficinas geradoras de renda e oficinas de alfabetização.

As oficinas têm por objetivo disponibilizar ambiente favorável à redução de estresse, promovendo um espaço de convivência, troca de experiências e aumento das habilidades criativas. Assim como é constatado por Mendonça (2005):

A atividade artística enfatiza o processo construtivo e a criação do novo através da produção de acontecimentos, experiências, ações, objetos; “reinventa” o homem e o mundo. Sob essa perspectiva, as atividades das oficinas em saúde mental passam a ser vistas como instrumento de enriquecimento dos sujeitos, de valorização da expressão, de descoberta e ampliação de possibilidades individuais e de acesso aos bens culturais (MENDONÇA, 2005, p. 628).

A partir do exposto, surgiu o interesse em utilizar oficinas terapêuticas como tecnologia leve de cuidado, tendo como intento minimizar angústias, elevar a autoestima e promover a convivência entre pessoas com sofrimento psíquico, em unidades de saúde pública.

Imagem 1 - As mãos e o processo criativo. Realizada no Centro Municipal de Saúde, no mês de junho de 2017. Foto do arquivo Pessoal das autoras.



Foto: Mariana Martins e Sandy Valim (2017).

Metodologia

As oficinas expressivas ocorrem entre os meses de maio a dezembro de 2017 e são realizadas semanalmente. O local escolhido foi um Centro Municipal de Saúde, localizado Município do Rio de Janeiro, mais especificamente na Área de Planejamento 3.1, que abrange os bairros/comunidades da Ilha do Governador, Ramos, Complexo da Maré, Complexo do Alemão, Vigário Geral, Penha, Penha Circular.

As oficinas têm duração de 90 a 120 minutos e o número médio de participantes é de cinco mulheres. O público atendido são adultos e idosos com algum acometimento psíquico, sendo o mais comum a depressão. A faixa-etária oscila entre 26 e 86 anos e destaca-se que todas foram encaminhadas por profissionais do Núcleo de Atenção à Saúde da Família (NASF).

Para sua realização, são utilizados artefatos e técnicas como colagem, assemblagem (colagens com objetos e materiais tridimensionais), pintura em tecido, flores em tecido, argila, expressão corporal, relaxamento, entre outras linguagens expressivas. Cada uma das técnicas possibilita o diagnóstico das angústias e incômodos dos participantes, além do tratamento de suas demandas.

Imagem 2 - Colagem sobre cada vivência. Realizada no Centro Municipal de Saúde, no mês de junho de 2017. Foto do arquivo Pessoal das autoras.



Foto: Mariana Martins e Sandy Valim (2017).

Imagem 3 - Linhas e lãs utilizadas na construção das mandalas. Realizada no Centro Municipal de Saúde, no mês de julho de 2017. Foto do arquivo pessoal das autoras.



Foto: Mariana Martins e Sandy Valim (2017).

Imagem 4 - Mandalas construídas pelos participantes. Realizada no Centro Municipal de Saúde, no mês de julho de 2017. Foto do arquivo pessoal das autoras.



Foto: Mariana Martins e Sandy Valim (2017).

Saúde Mental e Atenção Básica: Uma união necessária

Ressalta-se que as extensionistas, sob supervisão da professora orientadora, são responsáveis por coordenar as oficinas, além da organização do espaço físico onde ocorrem as mesmas, pois o preparo do ambiente é de importância fundamental em relação à necessidade de que seja estimulador para a expressão criativa, com um clima leve e ameno, propiciando a redução do estresse do dia-a-dia. Além disso, as atividades devem ser pensadas semanalmente, planejadas e aplicadas, pois a produção de cada participante tem seu significado e sua mensagem.

O projeto foi dividido em fases com o propósito da realização de discussão, aprendizados teóricos e práticos das vivências em oficinas. A primeira fase, no mês de março de 2017, consistiu no treinamento e preparação das extensionistas nas diversas possibilidades expressivas a serem desenvolvidas ao longo do projeto, através da participação em minicursos e eventos relacionados à saúde mental.

Na segunda fase, que correspondeu aos meses de abril, maio e junho houve a divulgação do Projeto junto aos funcionários do Centro Municipal de Saúde, objetivando a captação dos usuários para as oficinas. Nos primeiros encontros realizou-se o diagnóstico das angústias e incômodos dos participantes, através das oficinas de temáticas livres, com o objetivo de detectar as demandas.

Imagem 5 - Extensionistas Sandy Vallim e Mariana Martins e a Coordenadora Rosâne Mello.



Foto: Mariana Martins e Sandy Valim (2017).

Na terceira fase, que se iniciou em julho e foi até outubro, ocorreram oficinas com objetos e técnicas indicadas pelo próprio grupo e com os materiais expressivos que mais se identificaram. Na última fase, nos meses de novembro e dezembro, ocorre o preparo para o encerramento do projeto, com atividades de fortalecimento de vínculos.

Fazendo arte e promovendo encontros: considerações finais

Em meio às oficinas emergem os problemas pessoais de cada participante através das conversas, resultado gradual dos vínculos que vêm sendo construídos. Neste contexto, enquanto acadêmicas de enfermagem, nos implicamos no processo, permitindo desenvolver uma escuta ativa e o acolhimento que devem estar sempre presentes em nossa atividade profissional.

Percebemos que ao longo dos meses a coordenação motora fina, autoestima e a segurança na construção das propostas da oficina aumentam paulatinamente, os pacientes evoluem nas técnicas e a confiança entre os membros do grupo é cada vez maior, já que a cada encontro os participantes se relacionam e pode-se perceber a troca entre gerações acontecendo.

Conclui-se que as práticas expressivas melhoram o desenvolvimento desses adultos e idosos e dão a eles o sentimento de pertencimento, conforto e cuidado que procuram, além das atividades ajudarem no enfrentamento do estresse. Através dos depoimentos e com os relatórios de atividade feitos semanalmente, são avaliados os impactos do grupo. Mesmo com demandas diferentes, foi possível observar que os participantes vão aumentando suas formas de socialização, expressão e inserção social.

Referências

BRASIL. Secretaria Especial dos Direitos Humanos. **Estatuto do Idoso**: lei federal nº 10.741, de 01 de outubro de 2003. Brasília, 2004.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria n. 189, de 19 de novembro de 1991**. Aprova os Grupos e Procedimentos da Tabela do SIH-SUS, na área de Saúde Mental. Brasília, 1991.

GONÇALVES, A. et al. Oficinas terapêuticas: intervenção de enfermagem em um serviço de saúde mental infanto-juvenil. **Cadernos Brasileiros de Saúde Mental**, Florianópolis, v. 8, n. 19, nov. 2016. Disponível em:<<http://incubadora.periodicos.ufsc.br/index.php/cbsm/article/view/3382>>. Acesso em: 28 nov. 2017.

MENDONÇA, T. C. P. de. As oficinas na saúde mental: relato de uma experiência na internação. **Psicologia: Ciência e Profissão**, Brasília, v. 25, n. 4, p. 626-635, dez. 2005. Disponível em:<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932005000400011&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 27 nov. 2017.

MERHY, E. E. A rede básica como uma construção da saúde pública e seus dilemas. In: MERHY, E. E.; ONOCKO, R. (Org.). **Agir em saúde: um desafio para o público**. 2. ed. São Paulo: Hucitec, 1997. p. 197-228.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Depression and other common mental disorders: global health estimates**. Disponível em:<<http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/254610/1/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf?ua=1>>. Acesso em: 30 nov. 2017.