

## A PRÁTICA COM GRUPOS NA UBS VIRGILIO COSTA – UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

*Marcos Roberto Silva de Souza*<sup>1</sup>; Régis de Azevedo Garcia<sup>2</sup>

<sup>1</sup>UFPEL – marcosroberto02012@gmail.com

<sup>2</sup>UFPEL – regisgarcia@gmail.com

### 1. INTRODUÇÃO

O presente relato tem como objetivo narrar ações desenvolvidas a partir da proposta psicoeducativa com grupos de hiperdia e de tabagismo ao longo do estágio específico de Promoção e Prevenção em Saúde do curso de Psicologia da UFPEL no ano de 2018, em uma Unidade Básica de Saúde (UBS) do município de Pelotas-RS. A UBS Virgílio Costa funciona na modalidade Estratégia Saúde da Família (ESF) e atenta ao índice NASF, proposto pelo Programa Nacional de Melhoria do Acesso e da Qualidade da Atenção Básica (PMAQ-AB) (BRASIL, 2011), utilizando-se do recurso dos grupos como meio de atender as diretrizes da proposta. É a partir deste espaço que surge o presente encargo enquanto intervenção psicológica.

O atendimento psicológico a grupos é uma prática cada vez mais usual nas instituições de saúde enquanto possibilidade de dar conta de crescentes demandas associadas, por exemplo, a afecções crônicas que terminam por fragilizar o sujeito psiquicamente. GOYA e RASERA (2007), entretanto, analisam que tal ferramenta, ainda que crescente, enfrenta uma série de obstáculos, como por exemplo, o olhar arraigado do modelo clínico, com perspectiva individualizante e biologizante, distanciamento das características de saúde e saúde mental, e, também, falta de preparo e conhecimento em relação ao funcionamento do Sistema Único de Saúde (SUS). A realização de atividades em grupo com pessoas de um mesmo meio social, ainda que com ideias, estilos de vida e históricos familiares diferentes, possibilita uma troca de conhecimento e vivências. Partindo deste pressuposto, a fonte de informação e o respaldo oferecido passam a figurar não somente nos profissionais de saúde, mas sim em todos os membros do grupo (VIANA et al, 2012).

Neste sentido, a proposta da psicoeducação se faz útil no sentido de ser um recurso que se utiliza do conhecimento de diversas áreas, mesmo que ancorada na psicologia, na intenção não de patologizar o ser humano, mas de auxiliá-lo em seu diagnóstico, capacitando o próprio sujeito para que realize a

prevenção, promoção e educação em saúde, lhe dando autonomia ao longo de seu processo de organização (COLE & LACEFIELD, 1982).

Para ROGERS (2009), a existência de grupos é inerente ao ser humano, e o que difere cada um destes grupos é sua intencionalidade. Segundo PICHON-RIVIÈRE (1982), o vínculo estabelecido em um grupo é particularmente diferente de uma interação social corriqueira, já que nos grupos existem indivíduos que se encontram comovidos e alinhados perante um objetivo em comum em um determinado contexto. Os grupos na atenção básica são, portanto, espaços que permitem o compartilhamento de experiências e saberes, além de favorecer o fortalecimento das relações interpessoais (GURGEL et al., 2011; FERREIRA NETO; KIND, 2011). Configuram-se como um espaço que se utiliza da educação em saúde para o desenvolvimento de suas práticas, com a conscientização dos participantes quanto ao seu papel no processo de adoecimento e cura (BASTOS, 2010).

## **2. METODOLOGIA**

O arcabouço metodológico que embasa este trabalho parte do pressuposto de que é imprescindível articular a produção de conhecimentos e a experiência. Trata-se da narrativa de uma proposta de intervenção articulada a partir da psicoeducação em grupos de hiperdia e tabagismo. Para a realização deste estudo, o estagiário fez um levantamento junto ao orientador de estágio e da professora da disciplina de Seminários de Métodos e Técnicas Psicoterapicas II, onde foram observados os aspectos relevantes a serem eliciados durante as intervenções. Semestralmente eram entregues diários de campo e relatórios, nos quais eram narradas as atividades realizadas e as possíveis intervenções. Além disso, foi feita uma revisão bibliográfica do material proposto pelos orientadores da ação a fim de obter embasamento para a realização dos encontros.

## **3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Realizaram-se em média oito encontros mensais, quatro encontros com o grupo de tabagismo, nos quais os participantes eram sempre os mesmos, e mais quatro encontros mensais no grupo de hiperdia, sendo um a cada semana, com duração média de uma hora e meia, em grupos abertos com média de 15

participantes de ambos os sexos, que eventualmente tinham um ou outro usuário em sua primeira participação.

Nos encontros semanais, a psicoeducação era trabalhada como forma de cuidado em grupo. Para KNAPP (2004), a psicoeducação é uma ferramenta que propicia uma maior adesão da pessoa ao tratamento, gerando ganhos relacionados à autoestima e ao autocuidado, dando autonomia ao sujeito em seu processo de mudança. As práticas psicoeducativas coexistiam com atividades grupais reflexivas, as dinâmicas de grupos. De acordo com MAILHOT (2013), as dinâmicas grupais, criadas pelo psicólogo Kurt Lewin, são consideradas ainda hoje uma das ferramentas mais usuais no trabalho grupal.

Junto ao acadêmico, mediavam as ações uma estagiaria de enfermagem e a equipe ESF da unidade. As abordagens seguiam um cronograma definido pela equipe e de acordo com a demanda e sugestões dos usuários, que eram relatadas ao supervisor acadêmico para que fosse possível refletir sobre as possibilidades e, então, atividades. Neste tocante, foram propostas formas de melhorar a autoestima, de manejo do estresse, de compreensão das diferenças entre tristeza e depressão, relações das questões emocionais com a saúde física e, além disso, da importância do controle de peso, alimentação, sono, prática de exercícios físicos e o uso consciente da medicação. Ao longo de um ano, dois períodos de estágios, se obteve resultados que foram notados de forma maiúscula, indo do fortalecimento da autoestima dos participantes até a criação de vínculos afetivos entre os membros dos grupos observados, favorecendo a diminuição da resistência das relações interpessoais.

#### **4. CONCLUSÕES**

A partir dos relatos nos encontros grupais e das supervisões, foi possível perceber a repercussão dos grupos como estratégia de apoio e suporte para os usuários que puderam expor, compartilhar e até mesmo encontrar maneiras, juntos, de solucionar dilemas pessoais ou mesmo, apenas, dispor de um espaço de acolhimento onde suas angústias eram ouvidas para além de qualquer forma de julgamento. Esta experiência de estágio propiciou ao acadêmico vivenciar a prática do trabalho em grupo e o modo interdisciplinar de colaboração, além da prática de promoção e prevenção de saúde de forma crítica, rejeitando o viés de uma ótica clínica e reducionista. Nesta ação perpassaram os desafios de

entender que papéis seriam encargo do estagiário dentro de um grupo já existente. Passava pela falta de familiaridade com as técnicas grupais e com o papel do coordenador/facilitador, bem como as dificuldades em se vincular a um contexto que tradicionalmente não ocupara e o sentimento de necessidade de sempre ser o detentor do espaço de fala.

Através das práticas em grupo, percebeu-se o quão marcante podem ser as relações estabelecidas num grupo, o que fez com fosse possível ir além das trocas e experiências relacionadas à vida e ao adoecer, oferecendo aos participantes a possibilidade de compreensão de suas próprias questões, partindo de saberes e deveres para consigo e com o outro.

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BASTOS, A. B. B. I. A técnica de grupos-operativos à luz de Pichon-Rivière e Henri Wallon. **Psicólogo Informação**, v. 14, n. 14, p. 160-160, jan./dez. 2010.

BRASIL. **Ministério da Saúde**. Portaria nº 1.645, de 2 de outubro de 2015. Dispõe sobre o Programa Nacional de Melhoria do Acesso e da Qualidade da Atenção Básica (PMAQ-AB). Brasília, DF, 2 out. 2011.

COLE, H. P., & LACEFIELD, W. E. **Theories of learning, development, and psychoeducational design**: Origins and applications in nonschool settings. Viewpoints in Teaching and Learning. 1982.

GOYA, A. C. A., RASERA, E. F. A Atuação do psicólogo nos Serviços Públicos de Atenção Primária à Saúde em Uberlândia-MG. **Horizonte Científico**. V. 7. 2007.

GURGEL, M. G. I. et al. **Promoção da saúde no contexto da estratégia saúde da família**: concepções e práticas da enfermeira. Esc Anna Nery, Rio de Janeiro, v. 15, n. 3, p. 610-615, jul-set. 2011.

KNAP, P. **Terapia Cognitivo Comportamental na Prática Psiquiátrica**. Porto Alegre: Artmed, 2004.

MAILHOT, G. B. **Dinâmica e gênese dos grupos**: atualidades das descobertas de Kurt Lewin. Petrópolis, RJ: Vozes, 2013.

PICHON RIVIÈRE, E. **Processo grupal**. São Paulo: Martins fontes, 1982.

ROGERS, C. R. **Grupos de encontro**. 9. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2009.

VIANA, S.O. et al. Saúde em movimento: uma experiência com grupos na atenção primária à saúde na percepção dos usuários e extensionistas. In: SEMINARIO DE EXTENSÃO UNIVERSITARIA DA PUC MINAS, 2012. **Anais do 7º Seminário de Extensão Universitária da PUC Minas**, Coração Eucarístico, 2012.