

AMIGOS DA SAÚDE MENTAL: UM PROJETO DE EXTENSÃO INCLUSIVO

ISABELLA FERREIRA MICHELON¹; ELIANE MAZZUCO DOS SANTOS²

¹*Universidade Católica de Pelotas (UCPel) – isabellafmichelon@gmail.com*

²*Universidade do Sul de Santa Catarina (UNISUL) – mazzuco_9@hotmail.com*

1. INTRODUÇÃO

O indivíduo portador de transtorno mental é, historicamente, visto com hostilidade e medo pela sociedade, o que reverte em discriminação, exclusão do mercado de trabalho e isolamento social desse grupo (MACIEL *et al*, 2008). Contrapondo-se a tal fato, na década de 1970, foi proposta a Reforma Psiquiátrica no Brasil, movimento social, econômico, cultural e político em prol da visibilidade, acessibilidade e inclusão dos pacientes psiquiátricos (Brasil, 2005, p. 6). Sob essa perspectiva, surgiu em março 1999, na Universidade do Sul de Santa Catarina (UNISUL), na cidade de Tubarão, o Projeto de Extensão Amigos da Saúde Mental com a finalidade - que ainda mantém - de planejar e promover ações terapêuticas, de reabilitação, prevenção e inclusão na área de saúde mental. Embasado nos princípios que regem a Reforma Psiquiátrica no Brasil, o projeto é pautado na inclusão social, no atendimento integral e individualizado e na valorização do vínculo, acolhimento e escuta do portador de sofrimento psíquico. Dessa forma, visa desenvolver a autoestima e garantir o acesso e a cidadania desta população. Ainda, mostra-se um espaço à prática do ensino e pesquisa universitários.

O projeto Amigos foi elaborado pelas professoras Ingrid May Brodbeck, Eliane Mazzuco dos Santos (atual coordenadora) e Rosane Romanha, com o intuito de expandir a colaboração da Universidade com a prefeitura do município de Tubarão. Durante quatro anos, o programa foi executado juntamente com a Secretaria de Saúde da cidade. Em 2003, a Universidade forneceu um espaço específico para o desenvolvimento das atividades, que consiste numa casa próxima ao campus da Universidade.

Inicialmente, o projeto encontrava-se diretamente vinculado ao curso de Enfermagem da UNISUL. Conforme sua expansão, passou a associar-se também ao curso de Psicologia. No presente, a equipe atuante é interdisciplinar e participam alunos e professores de diversos cursos de graduação.

A população alvo constitui-se de portadores de transtornos mentais ou psicológicos e seus familiares, residentes no município de Tubarão, com ênfase naqueles com história de internação em hospitais psiquiátricos.

A maioria dos usuários chega ao projeto encaminhados por serviços municipais, tais como o Centro de Atenção Psicossocial, Estratégia da Saúde e da Família e Ambulatório de Medicina da UNISUL. Contudo, são aceitos todos os indivíduos com transtornos mentais graves e persistentes - com exceção dos dependentes químicos - desde que sob acompanhamento médico. No momento, há em torno de 200 integrantes cadastrados.

Os distúrbios mais comumente manifestados entre os pacientes compreendem transtorno afetivo bipolar, depressão maior, esquizofrenia e transtornos psicóticos. Quanto à idade dos frequentadores, encontram-se adolescentes, adultos (que correspondem à maioria) e idosos.

Os indivíduos costumam frequentar o projeto diariamente, de acordo com os horários da Casa, que se estendem das tardes de segunda à quinta-feira. Lá, há



uma sala de entrada, uma cozinha, onde são preparados lanches e cafés, duas salas de atendimento, uma sala destinada às dinâmicas e atividades em grupo e uma área externa disponível para lazer (jogar cartas, tomar café, conversar) e realização de oficinas terapêuticas (artesanato, bordado, canto). Realiza-se outras atividades no espaço da universidade, como educação em saúde, assembleias, computação, psicoeducações entre outras.

A relevância do projeto Amigos da Saúde Mental encontra-se na compreensão de que não se deve isolar ou ajustar o indivíduo com transtorno mental, e sim construir um espaço social destinado a ele, uma vez que a discriminação é tão prejudicial quanto a doença. À vista disso, o projeto objetiva assegurar a cidadania e autonomia desta população através da valorização e desenvolvimento de suas habilidades e competências para trabalhar e, assim, inseri-los na comunidade. Isso é feito através de palestras sobre os mais diversos temas, oficinas de nutrição, computação, teatro, psicologia, entre outras dinâmicas. Todas as atividades reforçam as particularidades e a autoestima do sujeito, muitas vezes perdida pelo processo de internação e como decorrência da própria doença. O convívio com outros em situação semelhante proporciona, também, um espaço para o autoconhecimento e compreensão em relação a sua própria condição e a criação de vínculos. Assim, sob o lema: "cuidar sim, excluir não", o projeto Amigos da Saúde Mental busca recuperar os direitos desses cidadãos.

2. METODOLOGIA

Regularmente, a equipe técnica realiza reuniões para planejar as tarefas semanais do projeto. Contudo, há atividades fixas, como a oficina de teatro, artesanato, computação e grupos terapêuticos. Muitas envolvem profissionais e professores específicos, outras atuam visando a confraternização e desenvolvimento ou resgate das potencialidades individuais. Ambas sempre enfatizam os sentimentos e expectativas do paciente.

As atividades de psicoeducação ocorrem semanalmente e consistem em discussões direcionados à compreensão dos transtornos mentais e instigam a valorização da vida e do cotidiano. Um exemplo é o Grupo das Mulheres, guiado por alunos do curso de Psicologia. Nesses momentos, abordam-se temas como autoestima, amizade e felicidade.

Esporadicamente, ocorrem encontros e grupos operativos. Estes, referem-se à realização de dinâmicas sobre diferentes temas, como as oficinas de nutrição, em que professores e alunos do curso efetuam palestras sobre a importância de uma alimentação saudável e como obtê-la. Ainda, executam-se atividades práticas no laboratório de gastronomia da Universidade, possibilitando aos pacientes, conhecer e cozinhar diversos pratos de forma equilibrada e saudável.

As oficinas terapêuticas constituem outro exemplo de grupos operativos e ocorrem semanalmente. Tratam-se de aulas de artesanato ministradas por voluntários, nas quais os usuários realizam bordados e pinturas. Posteriormente, suas obras são expostas em uma feira que ocorre na cidade.

Também fazem parte do cronograma regular da Casa as oficinas computacionais, que ocorrem nos laboratórios de computação da universidade. Lá, os pacientes realizam tarefas que estimulam o desenvolvimento cognitivo.

Além disso, ocorrem oficinas de canto (ministrada por musicista voluntária), dança e zumba, que aliam o lazer ao estímulo e prática de atividades físicas. Também são ofertadas sessões de teatro, auxiliada por acadêmico de psicologia.

As peças ensaiadas, de criação dos próprios pacientes, são apresentadas nas festas que ocorrem anualmente na Casa.

A universidade disponibiliza o auditório para que os pacientes possam assistir filmes, geralmente referentes a valores como amor-próprio e respeito.

O controle da frequência dos usuários é feito a partir de uma ata disponível na porta de entrada da Casa. Em caso de muitas faltas de um paciente sem aviso prévio, a equipe contata a família ou o próprio paciente para verificar seu bem-estar.

Os pacientes são acompanhados regularmente dentro do projeto através de atendimentos terapêuticos, tanto individuais quanto grupais. Se necessário, são realizadas intervenções técnicas a nível domiciliar e institucional.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Somente no ano de 2018 foram realizados mais de 2.000 atendimentos gratuitos dentro do Amigos (INFOSUL, 2019). Tal dado já seria suficiente para verificar a relevância do projeto na garantia do acesso a serviços de saúde mental qualificados à população tubaronense. Todavia, o empenho da maioria dos usuários é outro parâmetro importante. Muitos atravessam a cidade e caminham longas distâncias diariamente a fim de comparecer à Casa.

Ainda, vale ressaltar que, em 2015, um dos participantes publicou um livro autobiográfico com o apoio das coordenadoras do projeto, intitulado "Notas de uma mente com esquizofrenia". Em entrevista sobre a obra, o autor descreve suas batalhas ao enfrentar a doença e finaliza agradecendo os integrantes do projeto (BRESSAN, 2015).

O projeto é um espaço que os usuários encontram para fazer amigos, serem ouvidos e compreender sua situação, o que proporciona uma melhora significativa dos sintomas. Assim, as ações do projeto não se restringem somente às horas de funcionamento. Os aprendizados, orientações e as conexões criadas acompanham os pacientes após deixarem a Casa. Não raro, vários deles (ou seus familiares) relatam que as tardes no projeto os fazem se sentir muito melhores.

Ainda, o projeto entende que acolher os portadores de sofrimento psíquico significa também, assistir aos que, diariamente, enfrentam o mesmo desafio sob outra perspectiva: seus familiares e cuidadores. Vários deles dedicam-se quase que integralmente ao portador de transtorno mental. Em função disso, sobrecarregam-se e encontram pouco tempo para destinar à sua própria saúde e tarefas diárias. Logo, o Amigos também ampara os familiares, proporcionando um período para que realizem suas atividades, seguros do bem-estar dos pacientes.

O ambiente construído pelo projeto oportuniza o desenvolvimento das individualidades, auto-respeito e a formação de vínculos sociais livre de julgamentos e discriminações. Sobretudo, o projeto proporciona um sentimento de pertencimento a uma coletividade, isto é, a criação de uma identidade.

4. CONCLUSÕES

A partir de suas ações, o Amigos da Saúde Mental enfatiza a desospitalização e reinserção sociofamiliar do portador de transtorno mental. Como resultado, vivenciam uma melhoria na qualidade de vida, seja pela convivência social, seja pelo resgate de habilidades perdidas (tanto pela patologia quanto pelo processo de internação). O projeto evidencia, também, outros aspectos que envolvem esses indivíduos, como a dedicação e angústia dos

cuidadores e familiares, a busca pelo entendimento da própria condição e o conforto de encontrar outros em situação semelhante.

Ademais, a integração entre portadores de transtornos mentais, futuros profissionais da saúde e de outras áreas e a comunidade mostra-se essencial para uma nova percepção da pessoa com transtorno mental, livre de julgamentos e estigmas. Para tanto, é fundamental discutir e conhecer os aspectos referentes à saúde mental desde o início dos cursos de graduação.

Todo esse processo torna-se possível devido à extensão universitária, que possibilita a interação transformadora entre os mais diversos setores da sociedade e evidencia a cultura como um lugar onde os conceitos podem ser confrontados e alterados.

Formar profissionais críticos e éticos é de extrema relevância. Contudo, nós, como sociedade, devemos construir uma nova visão sobre o tema, adotar uma postura de inclusão do portador de transtorno mental no convívio com outras pessoas e assim, devolver-lhes sua cidadania, em todos os aspectos. Afinal, tal qual afirma Maciel *et al.*:

Devemos romper com o paradigma da loucura como sinônimo de incapacidade e de periculosidade e com as práticas que advogam medidas de tutela e de exclusão. Destacamos que tais rupturas não ocorrem por determinação legal ou por empenho solitário. A mudança é mais ampla: trata-se da desconstrução das representações que naturalizam a patologia e a exclusão e da construção de um novo olhar ancorado na história, na cultura e na singularidade do sujeito. (MACIEL, 2008, p.124)

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. 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. Brasília: OPAS, 2005.

BRESSAN, Pamela. A vida tem dois lados: você decide. Entrevista com Israel Vieira Rocha. In **Nossa Causa** (blog). 09 nov. 2015. Disponível em: <https://nossacausa.com/a-vida-tem-2-lados-voce-decide/>. Acesso em: 04 jan. 2020.

INFOSUL. Mauri Heerdt: Efetuada a aliança que está em curso, teremos as condições de reestruturar a Universidade. Entrevista. Tubarão: 16 out. 2019. Disponível em: <https://portalinfosul.com.br/unisul-efetuada-a-alianca-que-esta-em-curso-teremos-as-condicoes-de-reestruturar-a-universidade/>. Acesso em: 04 jan. 2020.

MACIEL, Silvana Carneiro *et al.* Exclusão social do doente mental: discursos e representações no contexto da reforma psiquiátrica. **Psico-USF**, [S.L.], v. 13, n. 1, p. 115-124, jun. 2008. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1413-82712008000100014>.