

(RE)APROXIMAÇÕES NO PROJETO BARRACA DA SAÚDE: A ESCUTA COMO RECURSO TERAPÊUTICO NA COMUNIDADE

KARINA RANGEL GAUTÉRIO¹; BRUNA FERREIRA BESSA²; DAIANE MONFRIN
MEIATO³; JOSUÉ BARBOSA SOUSA⁴; CRISTIANE DOS SANTOS OLIVEIRA⁵;
MARTA SOLANGE STREICHER JANELLI DA SILVA⁶

¹Universidade Federal de Pelotas – karinagauterio@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – brunafbessa10@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – daianemonfrin@gmail.com

⁴Secretaria Estadual de Saúde do Rio Grande do Sul – josue.bar.sousa@gmail.com

⁵Universidade Federal de Pelotas - cristianeoliveirarg@hotmail.com

⁶Universidade Federal de Pelotas - martajanelli@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

A Barraca da Saúde: Cuidado interdisciplinar com as comunidades da zona sul, é um projeto extensionista da Universidade Federal de Pelotas (UFPel), e tem como principal atividade a promoção e prevenção em saúde destinada às comunidades, urbana e rural, de Pelotas e dos municípios ao redor. Sendo um projeto multidisciplinar, é constituído por acadêmicos de diversos cursos da UFPel como enfermagem, medicina, nutrição e, em especial para essa escrita, o curso de Psicologia.

De acordo com Mesquita e Carvalho (2014), a escuta é uma das principais ferramentas de trabalho presentes no dia a dia das profissionais de saúde mental, pois contribui no processo de compreensão do outro e articula dinâmicas de afeto, interesse e respeito. Por conta dessas interações, podemos considerar que a escuta possui características terapêuticas tanto para quem acolhe quanto para quem é acolhido, uma vez que o processo requer empatia, segurança e confiança de ambos os envolvidos, o que demanda um esforço para realizar uma escuta ativa, integral, atenta e situada, de modo que, escutar na percepção de Arantes (2012):

Já foi pensado, nas antigas práticas gregas do cuidado de si (epiméleia heautoú), como o primeiro estágio na ascese (áskesis), que é o que permite ao sujeito adquirir e dizer o discurso verdadeiro. A verdade, escutada e recolhida, como se deve, entra na si, tornando-se regra de conduta. Assim como é necessário uma arte (tékhne) para falar, é necessário uma experiência e uma habilidade (empeiría e tribé) para escutar (ARANTES, 2012, p. 91)

Porém, de acordo com Silva (2009), essa escuta deve ser realizada de maneira situada, considerando particularidades culturais, sociais e históricas, uma vez que a interação durante o processo de escuta envolve a complexidade dos afetos, das relações, dos modelos de investimento em si e no outro, além de estar constantemente submetida à lógicas de poder que constituem a nossa sociedade.

Por conta disso, o processo de escuta por parte do ouvinte requer responsabilidade, desconstrução e vigilância constante para que as lógicas de poder não sejam reproduzidas no contato com o outro ao qual nos propusemos a escutar, uma vez que por estarmos subjetivadas pelos regimes de poder, sejam eles de raça, de classe, de gênero, de sexualidade, entre outros, não nos localizamos em espaços neutros e esse posicionamento interfere diretamente no nosso lugar de escuta. Assim, de acordo com ADICHIE (2019), esses mesmos

regimes de poder, que estão alicerçados nas dinâmicas sociais, fazem com que os sujeitos sejam reduzidos a histórias únicas, impedindo, assim, que as múltiplas narrativas e experiências ocupem seu lugar de fala e contribuam para os sentimentos de pertencimento do sujeitos.

Além disso, a experiência no Projeto tem nos mostrado algumas possibilidades de contribuição da psicologia, como por exemplo, o serviço de escuta psicológica como um ponto de partida dos processos coletivos e da inserção do saber e da prática da psicologia no campo da saúde.

Dessa forma, foi a partir da observação da demanda emergente de escuta e de informação sobre saúde mental, que decidimos discorrer sobre a importância da escuta terapêutica nas comunidades.

2. METODOLOGIA

As ações do curso de Psicologia foram realizadas ao decorrer das diversas atividades de extensão promovidas pelo Projeto Barraca da Saúde, entre os anos de 2019 e 2022, em Pelotas, Morro Redondo, Piratini, entre outros. Grande parte das escutas realizadas com a população aconteceram em ambientes abertos e, na maioria das vezes, foram realizadas por intermédio do encaminhamentos de outros cursos, ou pela procura direta por parte da comunidade atendida. Além disso, todas as escutas foram realizadas de forma ética, que é parte imprescindível de qualquer profissional da psicologia, pois temos o sigilo com uma condição essencial de qualquer acolhimento e escuta que possa ser realizado.

É importante ressaltar que grande parte das atividades de escuta foram efetivadas por meio do interesse da população tanto em compartilhar algumas situações do cotidiano que as afetavam emocionalmente, quanto em buscar orientações gerais sobre saúde mental. Habitualmente, a população chegava ao serviço de psicologia carecendo de informações sobre o diagnóstico de ansiedade e depressão bem como vinham em busca de orientações de como conseguir atendimento psicológico na rede pública de saúde; Foram essas buscas por informações que deram base, ainda que involuntariamente, para que a escuta, ativa e situada, pudesse ser realizada durante as atividades do projeto.

À vista disso, nos propusemos a pensar na escuta como um recurso terapêutico na comunidade, visto que as acadêmicas do curso de psicologia atuam diretamente em atividades de acolhimento dentro do projeto Barraca da Saúde, no qual a escuta se caracteriza como principal ferramenta de trabalho e de estudo na extensão.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

As atividades de extensão realizadas pelo curso de Psicologia no projeto Barraca da Saúde, possibilitam que as comunidades em situação de vulnerabilidade social tenham acesso a informações e serviços sobre saúde mental que muitas vezes não são ofertados com facilidade no sistema público de saúde; Nesse sentido, atividades de acolhimento humanizado de demandas emergentes através de momentos de escuta ativa, são extremamente necessárias, uma vez que segundo Alves (1999, p. 65):

O que as pessoas mais desejam é alguém que as escute de maneira calma e tranquila. Em silêncio. Sem dar conselhos. Sem que digam: "Se eu fosse você". A gente ama não é a pessoa que

fala bonito. É a pessoa que escuta bonito. A fala só é bonita quando ela nasce de uma longa e silenciosa escuta. É na escuta que o amor começa. E é na não-escuta que ele termina. Não aprendi isso nos livros. Aprendi prestando atenção (ALVES, 1999, p. 65)

E é por conta dessa diferenciação entre escutar e ouvir, que a presença da psicologia torna-se muito importante dentro da comunidade, pois oferece um ambiente acolhedor, seguro e tranquilo para o compartilhamento de narrativas sem a intencionalidade, no momento, de indicar um critério diagnóstico, possibilitando, assim, que as pessoas possam compartilhar seus sentimentos, expor seus pensamentos e construir coletivamente um espaço de troca afetiva.

Observamos nessas atividades, que a procura por acolhimento, oferecido durante as atividades do projeto se dividem em: os que procuram um retorno diagnóstico imediato e aqueles que sequer procuram o serviço por conta do imenso estereótipo de loucura associado a profissão; Além disso, mesmo as atividades realizadas não sendo executadas com a finalidade de promover um atendimento clínico na comunidade, elas são extremamente importantes para o nosso desenvolvimento como graduandas, uma vez que nos permite compreender a complexidade do processo de escuta terapêutica bem como nos proporciona a experiência de realizar uma escuta fora dos ambientes clínicos tradicionais.

Dessa forma, a presença da psicologia no projeto é enriquecedora, tanto para a população quanto para as acadêmicas, pois uma vez que são discutidas informação sobre serviços e atividades em saúde mental, atua diretamente na desconstrução do estigma presente na psicologia e enfatiza a importância de cuidar atenciosamente da saúde mental, promovendo, assim, uma experiência potente para a formação profissional.

Por fim, a prática da psicologia dentro do projeto de extensão barraca da saúde nos permitiu, de forma ativa e transitória, compreender os diversos caminhos que podemos construir na formação em psicologia. De acordo com Fleury (2006), é extremamente importante que os profissionais de psicologia não se limitem, exclusivamente, ao atendimento clínico, pois isso poderia contribuir para a construção de uma psicologia estereotipada e elitista. O nosso papel na comunidade tem como objetivo desconstruir uma representação social da dualidade saúde-doença, promovendo, através do acolhimento, da escuta e da promoção e prevenção em saúde, a constituição de novos conhecimentos acerca do que é saúde mental para a população.

4. CONCLUSÕES

Atualmente, ao ouvir *Psicologia*, grande parte da população imagina, quase que de forma instantânea, a loucura - seja ela representada por meio de transtornos psicológicos, pelo uso de medicação ou pela visita recorrente ao psicólogo ou psiquiatra: “é coisa de louco”, eles dizem. Embora a psicologia atue fortemente no acompanhamento e na manutenção de uma boa qualidade de vida àqueles que lidam com algum transtorno psicológico, ela também é ampla e potente, e tem um enorme potencial para contemplar esferas de promoção e prevenção em saúde mental.

Posto isso, durante as atividades de escuta realizadas no projeto até aqui, foi possível observar o quanto necessário é desconstruir o estereótipo acerca de

que a psicologia é um serviço restrito àqueles que sofrem com algum tipo de transtorno psicológico, uma vez que a população não reconhece, na maioria das vezes, a potência da psicologia como uma ferramenta que promove o autoconhecimento, o bem-estar e a qualidade de vida.

Além disso, também observamos tanto a importância de construir, coletivamente, um espaço de troca mútua, na qual as narrativas são compartilhadas sem quaisquer julgamentos ou diagnósticos, quanto a relevância da partilha de informações sobre saúde mental que ficam, muitas vezes, restritas a uma pequena parcela da sociedade.

Por fim, concluímos que as ações de escuta na comunidade, tem um amplo caráter terapêutico, uma vez que atua diretamente na promoção e na prevenção em saúde mental - validando os sentimentos e valorizando o relato como forma de expressão - bem como, na disseminação de informações sobre saúde mental que beneficiam a população e alcançam comunidades que em certos momentos são invisibilizadas.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ADICHIE, Chimamanda Ngozi. **O perigo de uma história única**. São Paulo: Companhia das Letras, 2019

ALVES, Rubem. **O amor que acende a lua**. São Paulo: Papirus Editora, 2021.

ANGST, Rosana. Psicologia e resiliência: uma revisão de literatura. *Psicologia argumento*, v. 27, n. 58, p. 253-260, 2009.

ARANTES, E.M de. M. Escutar. In: FONSECA, T.G; NASCIMENTO, M. L. do; MARASCHIN, C. **Pesquisar na diferença**: um abecedário. Porto Alegre: Sulina, 2012. S.n, p. 91-94. Disponível em <https://vocabpol.cristinaribas.org/wp-content/uploads/2016/08/Pesquisar-na-Diferenca_Um-abeceda%CC%81rio.pdf> Acesso em 02 ago. 2022

FLEURY, S. A psicologia deve ir muito além do consultório. **Ciência e Profissão: Diálogos**, n. 4, p.6-9, Dez. 2006. Disponível em: <<https://site.cfp.org.br/publicacao/revista-dilogos-n-04/>> Acesso em: 03 ago. 2022

MESQUITA, Ana Cláudia; CARVALHO, Emilia Campos de. A Escuta Terapêutica como estratégia de intervenção em saúde: uma revisão integrativa. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 48, p. 1127-1136, 2014. Disponível em <<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=361060159023>> Acesso em 02 ago. 2022

SANTOS, Angélica Brandão. Escuta qualificada como ferramenta de humanização do cuidado em saúde mental na Atenção Básica. **APS EM REVISTA**, [s. l.], v. 1, ed. 2, p. 170 - 179, 24 jul. 2019. DOI 10.14295/aps.v1i2.23. Disponível em: <https://apsemrevista.org/aps/article/view/23/22>. Acesso em: 4 ago. 2022.

SILVA, Magali Milene. Para além da saúde e da doença: o caminho de Freud. **Ágora: Estudos em Teoria Psicanalítica**, v. 12, p. 259-274, 2009. Disponível em <<https://www.scielo.br/j/agora/a/JTCPzTsLpq3JkzCVtTZVmyN/abstract/?lang=pt>> Acesso em 02 ago. 2022