

FORTALECENDO VÍNCULOS E CUIDADO DA MENTE: A EXPERIÊNCIA DO GRUPO ESPERANÇA EM UM CSF

Saúde mental; Promoção da Saúde Mental; Atenção Primária à Saúde

Introdução

As equipes de Atenção Primária à Saúde desempenham um papel fundamental na organização da rede comunitária de assistência em Saúde Mental. Nesse contexto, a atenção primária é responsável por ações de tratamento, prevenção de doenças, promoção da saúde e reabilitação, incluindo intervenções voltadas à Saúde Mental. Os grupos terapêuticos e educativos se destacam como uma ferramenta importante dentro desse cuidado, pois favorecem o acolhimento, o fortalecimento de vínculos, a troca de experiências entre os usuários e a construção coletiva de estratégias para o enfrentamento do sofrimento psíquico. Descrever a experiência do Grupo Esperança como estratégia de promoção da saúde mental na Atenção Primária à Saúde.

Métodos

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, de natureza qualitativa. A experiência ocorreu no período de abril a junho de 2026, sendo desenvolvida e vivenciada por residentes em saúde da família. Os participantes incluíram usuários do CSF integrantes do grupo de cuidado em saúde mental, chamado Grupo Esperança, que acontece mensalmente em do Centro de Saúde da Família. Ao longo do período da experiência foram desenvolvidas três metodologias no grupo, incluindo o ciclo de cultura, arteterapia e confecção de bandeirinhas para o mês junino a fim de realizar práticas de cuidado e de promoção da saúde com os participantes.

Resultados / Discussão

O Grupo Esperança mostrou-se uma importante estratégia de cuidado em Saúde Mental, fortalecendo o vínculo entre os usuários e a equipe de saúde. O grupo proporcionou um espaço de acolhimento, escuta e troca de experiências, contribuindo para a socialização e o bem-estar dos participantes. Observou-se que o encontro que abordou o Círculo de Cultura de Paz de Paulo Freire, estimulou o diálogo e a reflexão coletiva entre todos, permitindo identificar o quanto é importante uma escuta qualificada a esses usuários. Essa metodologia favoreceu a reflexão coletiva sobre vivências pessoais, permitindo a ressignificação de situações de sofrimento e estimulando a autonomia dos usuários dentro do processo de cuidado. O segundo encontro, que foi a arteterapia, permitiu a expressão de sentimentos e de emoções por meio de atividades criativas, facilitando a comunicação de sentimentos que muitas vezes não são verbalizados. E no mês junino houve a confecção de bandeirinhas, que promoveu integração, convivência e valorização da cultura local. De forma geral, as atividades contribuíram para o fortalecimento dos vínculos, redução do isolamento social e promoção da saúde mental dos participantes.

Considerações Finais

O grupo Esperança mostrou-se uma ferramenta importante para o acolhimento dos usuários e fortalecimento dos vínculos entre participantes e equipe de saúde. As atividades desenvolvidas possibilitaram a criação de um espaço de escuta, troca de experiências e convivência social, favorecendo a promoção do bem-estar e a redução do isolamento social. Dessa forma, conclui-se que o grupo contribui positivamente para o cuidado em Saúde Mental, reforçando a importância de estratégias coletivas e humanizadas na Atenção Primária, capazes de promover autonomia, integração social e qualidade de vida aos usuários.

Imagens Anexas



Referência Bibliográfica

FRANCO, R. S. et al. Vivência de grupo de apoio em saúde mental na atenção primária. Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade, v. 19, n. 46, 2024.
ZORZI, V. N. et al. Promoção de saúde mental na atenção primária: o papel dos grupos de saúde. Interface – Comunicação, Saúde, Educação, v. 28, 2024.