

A IMPORTÂNCIA DOS GRUPOS TERAPÊUTICOS NO CUIDADO EM SAÚDE MENTAL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Saúde mental; Atenção psicossocial; Reabilitação psicossocial; Vínculo.

Introdução

Os grupos terapêuticos representam uma importante estratégia de cuidado no campo da saúde mental, sendo amplamente utilizados nos serviços da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) como ferramenta de promoção da saúde, prevenção de agravos e fortalecimento dos vínculos sociais. Esses grupos proporcionam um espaço de acolhimento, escuta qualificada e compartilhamento de experiências, permitindo que os participantes expressem sentimentos, dificuldades e conquistas em um ambiente seguro e colaborativo. Além disso, favorecem a construção de relações interpessoais saudáveis e estimulam o apoio mútuo entre os usuários, contribuindo para a redução do isolamento social frequentemente associado ao sofrimento psíquico. Este trabalho tem como objetivo descrever a importância dos grupos terapêuticos no cuidado em saúde mental, destacando suas contribuições para o processo de reabilitação psicossocial e para a melhoria da qualidade de vida dos participantes.

Métodos

Trata-se de um relato de experiência sobre as vivências nos grupos terapêuticos desenvolvidos no CAPS III com usuários do serviço e sob a condução dos profissionais de saúde residentes, equipe composta por enfermeira, assistente social, psicóloga e profissional de educação física.

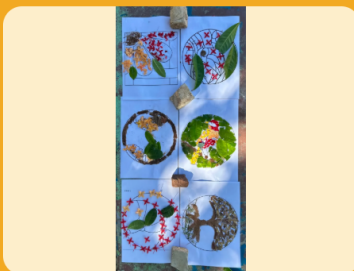
Resultados / Discussão

A vivência observada evidenciou que as atividades grupais possibilitam o desenvolvimento da autonomia, o fortalecimento da autoestima e o incentivo ao protagonismo dos usuários em seu próprio processo de cuidado. Por meio de dinâmicas, rodas de conversa, atividades expressivas e momentos de lazer, os participantes puderam compartilhar vivências, desenvolver habilidades sociais e ampliar suas estratégias de enfrentamento diante das dificuldades cotidianas. Durante a realização dos encontros, foi possível perceber que os grupos terapêuticos favorecem a criação de um ambiente de confiança e respeito, no qual os usuários se sentem valorizados e compreendidos. A troca de experiências entre pessoas que enfrentam situações semelhantes contribui para a diminuição de sentimentos de solidão e estigmatização, fortalecendo a sensação de pertencimento e inclusão social. Além disso, a atuação dos profissionais de saúde na condução das atividades possibilitou intervenções direcionadas às necessidades do grupo, promovendo reflexões e incentivando o desenvolvimento de recursos pessoais para o enfrentamento do sofrimento psíquico, e além disso deixando notório o quanto as atividades grupais são importantes e também pode e devem ser utilizadas como uma ferramenta de cuidado em saúde mental. Os resultados observados demonstram que os grupos terapêuticos constituem uma estratégia eficaz na promoção da saúde mental, favorecendo a socialização, a autonomia, a participação ativa dos usuários nos serviços de saúde e também a criação do vínculo profissional/usuário.

Considerações Finais

Dessa forma, conclui-se que essa modalidade de intervenção possui papel fundamental na construção de práticas humanizadas e alinhadas aos princípios da atenção psicossocial, contribuindo significativamente para a integralidade do cuidado e para o fortalecimento da cidadania das pessoas em sofrimento psíquico.

Imagens Anexas



Referência Bibliográfica

GOMES, Caio Felipe Silva; ASSIS, Aislán Diego de. Os grupos terapêuticos de saúde mental no Brasil: uma revisão de escopo dos anos 2000 a 2024. Vínculo, São Paulo, v. 23, e23005, 2026. DOI: <https://doi.org/10.32467/issn.1982-1492v23na5>. BENEVIDES, Daisyanne Soares; PINTO, Antonio Germane Alves; CAVALCANTE, Cinthia Mendonça; JORGE, Maria Salete Bessa. Cuidado em saúde mental por meio de grupos terapêuticos de um hospital-dia: perspectivas dos trabalhadores de saúde. Interface: Comunicação, Saúde, Educação, Botucatu, v. 14, n. 32, p. 127-138, jan./mar. 2010.