

Rodas Virtuais de Terapia Comunitária Integrativa: Relato de Terapeutas em Formação

Peloso-Carvalho BM¹, Assunção MRS¹, Lourenço EB², Reis MLA³

biancampcar@gmail.com

1. Enfermagem da UNIFAL-MG; 2. Secretaria Municipal de Saúde de Paracambi – RJ; 3. Instituto CAIFCOM.

Palavras chaves: saúde mental, terapias complementares, COVID-19

Trata-se de um relato de experiência de implementação da Terapia Comunitária Integrativa (TCI), que é uma prática desenvolvida em formato de roda, que visa a horizontalidade e a circularidade. Tem por objetivo ofertar um espaço de acolhimento, escuta, partilha dos sofrimentos e também de estratégias de enfrentamento para a melhora da autoestima e das relações sociais. O contexto pandêmico causado pelo vírus COVID-19 levou as pessoas ao isolamento social, à perda de pessoas queridas, ao medo do desconhecido, entre outros prejuízos, que afetaram demasiadamente a saúde mental, assim, ações presenciais foram canceladas e as rodas de TCI foram adaptadas para o modo virtual, bem como os cursos de capacitação em TCI. Buscando -se a continuação do estágio prático, atividade indispensável à formação, foi oportunizado aos terapeutas em formação a prática de rodas on-line sob supervisão da Terapeuta formadora. As rodas ocorreram na modalidade remota, em que as terapeutas conduziam a roda ficando responsáveis por uma etapa da TCI a sua escolha: acolhimento, escolha da inquietação/contextualização/partilha de experiências e encerramento. Para conduzirem as rodas, era necessário que estivessem conectadas à internet por meio de computador/celular/tablet, com acesso à plataforma zoom com dispositivos de áudio e vídeo. Também era necessário que houvesse a presença da Terapeuta formadora durante a condução da roda, para que a mesma fosse contabilizada como estágio prático. No período de novembro de 2020 a junho de 2021 foram realizadas 16 rodas, em que estiveram presentes pessoas de todas regiões do Brasil e de outros países como Portugal, Equador e Bélgica, com participação de uma média de 15 pessoas por roda, com predominância de mulheres adultas, em que os principais temas foram: estresse e conflitos familiares, com estratégias de superação mais apontados: autocuidado, buscar ajuda religiosa, encarar a vida com leveza, responsabilizar-se por mim, viver um dia de cada vez, ver séries e filmes, se permitir, procurar ter tempo para mim, aproximar mais de mim, busca de recursos da cultura. As principais dificuldades estavam relacionadas ao sinal de internet que as vezes sofria oscilações e as falas não ficavam compreensíveis. Na maioria das vezes as pessoas conseguiam voltar e serem escutadas, pois pedia-se para que fechassem suas câmeras, possibilitando assim um sinal mais forte ou até mesmo se comunicavam pelo chat. Esta experiência oportunizou a possibilidade de condução de rodas com a presença de terapeutas formadores, pessoas de outras localidades, culturas e saberes, até mesmo com a participação de pessoas de outros países, o que enriqueceu sobremaneira esta experiência, ademais exigiram das terapeutas em formação o planejamento de estratégias que diminuíssem o distanciamento causado pela experiência remota. Desta forma, a condução de rodas virtuais possibilitou a estas terapeutas um aprendizado rico e inovador, bem como o fortalecimento da TCI como prática que diminui o distanciamento físico, social e afetivo, proporcionando saúde mental e integral.