

COMPARTILHANDO SABERES

TERAPIA COMUNITÁRIA | Conflitos familiares, depressão, violência doméstica, estresse, transtornos relacionados ao álcool, drogas. Esses são os temas mais expostos na terapia comunitária oferecida pelos movimentos de saúde mental do Pirambu e do Bom Jardim, espaços de encontro entre o saber científico e o popular. Nesses grupos, as pessoas partilham o sofrimento psíquico e, a partir das vivências pessoais apresentadas, encontram um caminho para superar seus problemas



MARCOS CAMPOS

PESSOAS encontram um espaço onde aprendem a se valorizar, a resgatar seu potencial, além de somar com o saber científico



Fátima Guimarães
da Redação

Escutar, falar e criar vínculos. São palavras-chaves da Terapia Comunitária (TC), porta de entrada nos movimentos de saúde mental do Pirambu e do Bom Jardim, bairros da periferia de Fortaleza. Nesses espaços, a dor encontra corrente de partilha, de troca, de aprendizado. E pessoas de vários bairros da cidade e do interior do Estado, mesmo sem se conhecer, passam ser parte do problema e da solução. Após a exposição do caso, é lançada a pergunta para que o grupo possa refletir: “Quem já viveu experiência semelhante e o que foi feito para superá-la?”. Entre eles, surgem várias opções que podem levar à superação ou ao aprendizado de conviver com as dificuldades. No grupo, não é permitido julgar, dar conselhos.

No Ceará, o primeiro serviço do gênero teve início há 19 anos, com o Projeto Quatro Varas (Movimento Integrado de Saúde Comunitária - Misc), no Pirambu, fundado e coordenado pelo antropólogo e psiquiatra Adalberto Barreto. Criador da TC, ele diz que o grande desafio é poder trabalhar o sofrimento não por meio das carências e da doença, mas baseado nas competências das pessoas. A proposta é resgatar o potencial dos indivíduos e somar com o saber científico. “Cada um é doutor do saber de sua vida. Cada história de vida é uma lição a aprender”, enfatiza.

Nesses espaços, a dor encontra corrente de partilha, de troca, de aprendizado. E pessoas de vários bairros da cidade e do interior, mesmo sem se conhecer, passam a ser parte do problema e da solução... Entre eles surgem várias opções que podem levar à superação ou ao aprendizado de conviver com as dificuldades

A sessão é realizada toda quinta-feira, a partir das 14h30min. Para atender às necessidades mais específicas, foram criados outros espaços como o da massoterapia, grupo de auto-estima, teatro, arte-terapia.

Mas as ações não param aí. A experiência do Misc já ultrapassou a fronteira do Brasil, onde está presente em todos os estados, e chegou à Europa. Agora, numa parceria entre a Universidade Federal do Ceará (UFC) e a Secretaria Nacional Anti-Drogas, do Ministério da Saúde, atuará na formação de mais 720 terapeutas comunitários em 12 estados brasileiros. Esses novos terapeutas se juntarão aos 8,3 mil já formados no País. Em Fortaleza, o convênio é com a Prefeitura Municipal e garantirá a capacitação de 120 pessoas para atuarem nas áreas de risco.

O Projeto Quatro Varas também inspirou o Movimento de Saúde Mental Comunitária do Bom Jardim (MSMCBJ), onde vivem 170 mil pessoas, das quais cerca de 30% estão abaixo da linha de pobreza. Padre Rino Bonvini, que é médico psiquiatra e preside o MSMCBJ, diz que quando chegou na área, em 1996, percebeu que as pessoas tinham muita necessidade de serem escutadas. E foi o que fez. Nas conversas, detectou que o maior problema é a pobreza internalizada, evidenciada pela falta de moradia, saúde, educação. “A baixa estima acaba comprometendo a saúde e adoecendo o corpo, o espírito, as relações com os outros, proporcionando o isolamento na vida social”.

Bonvini, que além de professor da Faculdade de Medicina da UFC é especialista em terapia familiar e comunitária, observa que muitas vezes o que a pessoa precisa para aliviar o sofrimento é alguém que a escute. “O lazer de qualidade e o desabafo são os pilares da saúde mental”. A exemplo de Rino, Adalberto Barreto, acrescenta que atitudes simples ajudam a manter o corpo e a mente em harmonia como valorizar o contato com a natureza, uso de chá de ervas, ouvir uma boa música, passear na praia, fazer atividades físicas, usar o recurso da massoterapia para prevenir o estresse.

LEIA MAIS NA 3, 4, 5 E 6