

GRUPO TERAPÊUTICO COMO PROCESSO DE RESSIGNIFICAÇÃO DOS CONFLITOS INTERNOS VIVENCIADOS POR MULHERES COM SINTOMAS DE DEPRESSÃO

Andressa Santos Vieira¹, Paloma Pavei Votri Luiz¹, Sandra Klima¹, Amanda Roque¹, Cristiane Damiani Tomasi^{1,2,3}, Jacks Soratto^{1,2,3}, Graziela Amboni³, Luciane Bisognin Ceretta^{1,3,4}, Karin Martins Gomes³

¹ Programa de Residência Multiprofissional em Saúde Coletiva – Universidade do Extremo Sul Catarinense - UNESC

² Programa de Pós Graduação em Saúde Coletiva – Mestrado Profissional – PPGSCol. Membro do Grupo de Pesquisa Gestão do Cuidado, Integralidade e Educação na Saúde (GECIES).

³ Programa de Residência Multiprofissional em Atenção Básica/ Saúde de Família, Universidade do Extremo Sul Catarinense – UNESC

⁴ Programa de Pós Graduação em Saúde Coletiva – Mestrado Profissional – PPGSCol. Líder do Grupo de Pesquisa Gestão do Cuidado, Integralidade e Educação na Saúde (GECIES).

Introdução: O cuidado à saúde da mulher sempre esteve pautado na saúde reprodutiva pelo impacto que gera nos índices de saúde, já a sua saúde mental e os fatores que possam contribuir para o seu adoecimento, desenvolvimento de transtornos, tentativas de suicídio e óbitos ainda necessitam de melhor compreensão, tendo em vista o número crescente de pessoas que tem se isolado do convívio social por não se sentirem compreendidas em suas singularidades, logo, o desgaste emocional manifesta-se através de patologias, como a depressão. Sendo assim, o grupo terapêutico possibilita um espaço para troca de experiências e reflexões, ampliando o autoconhecimento como forma de enfrentamento. O objetivo deste é relatar a experiência com um grupo de mulheres de uma comunidade de Criciúma/SC voltado para atividades de educação em saúde. **Desenvolvimento:** O grupo organizava-se mensalmente e as atividades buscaram influenciar na melhoria da qualidade de vida, fortalecimento do autocuidado, autonomia, autoestima e autoconhecimento através do diálogo e compartilhamento de experiências. Cada encontro contava com a participação de um profissional de saúde abordando temas como: alimentação saudável, cuidados com a coluna, automedicação, transtornos mentais e alimentares. Houve rodízio de participantes e nem todos os encontros contaram com as mesmas presenças, contabilizando 34 participantes ao final de 7 encontros. O grupo foi encerrado temporariamente após o sétimo encontro. **Resultados:** Percebeu-se uma aproximação entre profissionais e a comunidade, com acentuado interesse por outros serviços ofertados pela unidade de saúde, oportunizando assim novas discussões. **Discussão:** O intuito de ações de educação em saúde é envolver os sujeitos no processo educativo, sendo a realidade cultural dos sujeitos que deve direcionar as ações em saúde, pois o problema deve ser analisado a partir do pensamento do coletivo. **Considerações finais:** A prática de atividades de educação em saúde neste grupo trouxe benefícios individuais e coletivos, pois proporcionou a troca de saberes e a participação ativa das mulheres, gerando informação em saúde e sensibilizando para atitudes mais saudáveis, e por estes motivos deve ser estimulada na Estratégia Saúde da Família.

Resumo Simples

Relato de Experiência

Palavras-chave: Educação para a saúde. Saúde das mulheres.