

## Trabalho apresentado no 22º CBCENF

**Título:** A Saúde em Roda Cuidando de quem Cuida- Terapia Comunitária Integrativa

**Relatoria:** Ana Paula Klosovski

**Autores:** Silvane do Carmo Gavronski

**Modalidade:** Comunicação coordenada

**Área:** Tecnologias, Pesquisa, Cuidado e Cidadania

**Tipo:** Relato de experiência

**Resumo:**

No campo da saúde, o profissional cuidador enfrenta vários desafios em seu dia a dia, que afetam sua saúde mental, como: medo de cometer erros, fadiga, cansaço, estar constantemente sob pressão, exigências internas, a resolubilidade, o cuidar do próximo, a escuta ativa, além da sobrecarga do trabalho e o desempenho de muitas funções. Surge então a necessidade de uma atenção especial a esse profissional, já que o desgaste emocional é intenso. Assim, essa elevada frequência de níveis intensos de esgotamento mental suscitam a necessidade de estratégias de intervenção no dia a dia desses indivíduos através da TCI (Terapia Comunitária Integrativa). A TCI é um espaço de promoção de encontros interpessoais, onde procura-se partilhar experiências de vida de forma que valorize a história de vida de cada profissional. Vem como uma forma de cuidar de quem cuida um espaço onde ele possa ser ouvido e compartilhe suas angústias, tem como objetivo Cuidar da saúde mental do profissional de saúde, Promovendo encontros interpessoais, proporcionando espaço de fala, a fim de restaurar a autoestima e autoconfiança, Diminuir o afastamento do trabalho por esgotamento mental. As Rodas de Terapia com os profissionais de saúde da Unidade de Saúde Central de Inácio Martins - PR são aplicadas mensalmente por uma Enfermeira capacitada. Os encontros tem duração de aproximadamente 1 hora e a participação é opcional. As cadeiras são organizadas em formato de círculo, os participantes são acolhidos e qualquer um pode falar qual sua preocupação, aborrecimento, alegrias. Após ouvir o grupo escolhe o tema a ouvir com mais atenção. A Enfermeira incentiva a pessoa a falar, enquanto o grupo faz perguntas para compreender os problemas envolvidos e todos compartilhem suas experiências de superação. Ao final, todos abraçados cantam, despedem-se com abraços, gratos e alegres devido a agradável atividade ali desenvolvida, a mesma teve uma excelente adesão; Os profissionais afirmam sentir mais segurança para abordar questões relativas à saúde mental, passam a conhecer melhor e a valorizar a história de vida de seu colega de trabalho, isso melhorou muito a integração e ajuda mútua na equipe, com isso colhem-se muitas preciosidades a partir das dificuldades que trazem as pessoas a Roda de Terapia Comunitária. A alegria, o alívio e a surpresa de descobrir que muitos passam por dificuldades semelhantes, mostra que existe uma rede de apoio muito próxima com que podem contar .