

GRUPO-TERAPIA COM GESTANTES: PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES EM SAÚDE MENTAL NO CUIDADO COM A MULHER GESTANTE

DEGAM, E. G.; FENATO, M. B.; NICASTRO, L. J. Z.; RAVALLI, M. C.;
ROCHA, J. F.; SILVA, F. C.

RESUMO: Nossa atuação na Escola da Gestante está sendo embasada nos conceitos da Psicologia da Saúde, buscando compreender as variáveis que interferem nos atendimentos hospitalares e na saúde das mulheres que são atendidas nesse local. Nossa proposta inicial é ajudar a aumentar a adesão a certas intervenções numa dimensão biopsicossocial, para que possamos compreender e intervir sobre a realidade dessas mulheres, e principalmente, os funcionamentos psicológicos e ajustes emocionais que perpetuam a gestação e o puerpério, e ainda, analisar e intervir sobre a forma como elas vivem e experimentam a sua condição atual. Portanto, precisamos trabalhar um conjunto de atividades que envolvem pesquisa, tratamento terapêutico, ações de cuidado, acolhimento, assistência e medidas socioeducativas, e através dessas intervenções, contribuir para melhoria e bem-estar dessas mulheres.

Palavras-chave: Saúde Mental, Gestação, Puerpério.

ABSTRACT: Our work in the school for pregnant women is being based on the concepts of health psychology, seeking to understand the variables that interfere in hospital care and in the health of women who are assisted in this location. Our initial proposal is to help increase adherence to certain interventions in a biopsychosocial dimension, so that we can understand and intervene on the reality of these women, and especially, the psychological functioning and emotional adjustments that perpetuate pregnancy and the puerperium, and also, analyze and intervene in the way they live and experience their current condition. Therefore, we need to work on a set of activities that involve research, therapeutic treatment, care actions, reception, assistance and socio-educational measures, and through these interventions, contribute to the improvement and well-being of these women.

Keywords: Mental Health, Gestation, Puerperium.

1.0 Introdução

O nosso plano de estágio embasado em pesquisas científicas consiste em intervenções direcionadas a Escola da Gestante, localizada na Autarquia Municipal de Apucarana, na Rua Oswaldo Cruz, nº414, Centro. Realizaremos os estágios todas as quartas-feiras, com o grupo formado pelas graduandas do 8º semestre do curso de Psicologia da Faculdade de Apucarana – FAP, que se vinculou com a Escola da Gestante a fim de complementar os nossos conhecimentos através do estágio supervisionado, com cerca duas horas práticas, com duas horas de supervisão no período vespertino, orientadas pela supervisora Thays Cristhiane Luiz.

Nosso público alvo são as gestantes, pois percebemos a necessidade de fortalecer mais pontos de atenção psicológica para garantir a saúde mental e física dessas mães, que envolvem o período de gestação e até mesmo, após o nascimento do bebê. Voltamos nossas ações em saúde mental a uma grupoterapia, denominado “**Mamães de Primeira**”, com o objetivo de aplicar práticas integrativas e complementares em saúde mental ao cuidado a mulher Gestante: da gestação ao puerpério, num período de três meses, todas as quartas-feiras na Escola da Gestante, das 15:30 as 16:30 horas. Assim, nosso objetivo principal é desenvolver ações voltadas à saúde mental dessas mulheres, bem como promover encontros semanais e dinâmicas grupais que facilitem essas intervenções.

2.0 Objetivos

Nosso objetivo principal é desenvolver ações voltadas à saúde mental das gestantes, bem como promover encontros semanais quem visem intervenções e dinâmicas grupais que facilitem essas intervenções.

3.0 Metodologia

Inicialmente, utilizamos entrevistas semiestruturadas individuais com as pacientes locais, onde aplicamos um questionário formulado por nós, de forma que cada estagiária atendesse uma paciente por vez. Utilizamos este método para levantar dados para as nossas intervenções e recolher a demanda do local. Em segundo plano, realizamos um resgate histórico da instituição, com uma entrevista semiestruturada, que foi realizada de forma verbal com a equipe gestora.

Para a articulação teórica, realizamos uma pesquisa bibliográfica, de caráter

descritivo e exploratório, a fim de constituir o embasamento teórico capaz de sustentar as nossas intervenções. Também utilizamos artigos científicos publicados em revistas, pois estes possuem referências mais plausíveis e compatíveis com a nossa temática. A partir dessa pesquisa, adotamos a intervenção grupal denominada “Mamães de Primeira”. Estipulamos um tempo de duração equivalente a dois meses de duração, onde aplicaremos nossas intervenções uma vez por semana, das 15:30 as 16:30 horas.

4.0 Desenvolvimento

Segundo Klein & Guedes (2008), a intervenção grupal com as gestantes promove a saúde da mulher e cria um espaço para todas elas compartilharem reflexões e informações acerca das mudanças que elas atravessam. Assim, os encontros devem consistir em três momentos: apresentações, discussão do tema através de palestra interativa e momento de acolhimento, escuta clínica e ainda, de avaliação. Assim, essa interação pode proporcionar uma identificação e de apoio mútuo, podendo funcionar como suporte social. De acordo com eles, durante a gravidez e puerpério, as mulheres estão vulneráveis e expostas a muitas exigências que são vivenciadas num período de grande reorganização corporal, bioquímica, hormonal, social e familiar. Isto faz com que ela se depare com múltiplos sentimentos e com componentes emocionais que acompanham esse período gestacional e pode ser muito turbulento, com crises de ansiedade, medo do aborto, da insatisfação, se sentem inseguranças, com medo do desconhecido, das dores, incertezas, e outros dilemas enfrentados nesse período.

Mosimann & Lustosa (2011), fomentam que os manejos desses problemas psicológicos inerentes aos médicos devem ser tratados pelos profissionais de psicologia, que devem estudar as repercussões sistêmicas e psicológicas do paciente, que fogem do alcance da medicina em si, portanto, devem estudar esses dilemas, a dinâmica familiar, a dinâmica multiprofissional dos que rodeiam, e principalmente, manejar as angústias dos mesmos.

Estamos convictas de que nossas intervenções nessa instituição serão pautadas num modelo de psicoterapia grupal, que de acordo com Bechelli & Santos (2005), é o modo mais essencial que os seres humanos têm de evoluir, pois eles nascem, crescem, se reproduzem e morrem inseridos em grupos sociais e atividades variadas. Esses grupos são atravessados por experiências emocionais, processos de

saúde/doença, sucessos e fracassos. Nós dependemos do funcionamento eficiente desses grupos para o nosso bem-estar psíquico, para desenvolver as nossas habilidades interpessoais, desempenhar nossos papéis, participar de processos coletivos e solucionar problemas.

5.0 Conclusão

Concluimos com este trabalho que existem fatores biopsicossociais que modificam a forma como a gestante percebe a si e a gestação e que esta fase precisa ser trabalhada com carinho e afeto, orientando sobre a importância do pré-natal, aleitamento materno, a escolha sobre o parto, puerpério entre outros fatores, mas que muitas futuras mães, principalmente as de primeira gestação, trazem inseguranças, medos, dúvidas, preconceitos e modificações físicas e emocionais. Por isso, é muito importante empreender intervenções como esta, que possam descobrir ou abrir caminhos a outras, a fim de contribuir para melhor assistência às mulheres em período gravídico na cidade de Apucarana.

Foram de suma importância todas as investigações e levantamentos utilizados durante o primeiro bimestre do estágio, pois serviram de subsídios para que nossas intervenções fossem planejadas com propriedade. Estas ações foram imprescindíveis para vivermos uma experiência no campo da saúde, previstas dentro de nossa profissão.

REFERÊNCIAS

KLEIN, M. M. S.; GUEDES, C. R. Intervenção psicológica a gestantes: contribuições do grupo de suporte para a promoção da saúde. **Psicologia: ciência e profissão**. Brasília, v. 28, n° 4, 2008.

MOSIMANN, Laila T. Q.; LUSTOSA, Maria. A. A Psicologia Hospitalar e o Hospital. **SBPH**. Rio de Janeiro, v.14, n° 1, 2011.

BECELLI, L. P. C; SANTOS, M.A. O terapeuta na psicoterapia de grupo. *Rev. Latino-Am. Enfermagem*. Ribeirão Preto, v.13 n°2, 2005.