

## **A Terapia Comunitária Integrativa no resgate da autoestima: um relato de experiência**

Paula Ferrarese Tavares<sup>1</sup>

Gisele Cristina Tertuliano<sup>2</sup>

**Resumo:** A Terapia Comunitária Integrativa (TCI) é uma modalidade terapêutica desenvolvida pelo psiquiatra e antropólogo Dr. Adalberto de Paula Barreto, em 1987, que consiste em um espaço de acolhimento tanto das situações difíceis da vida, quanto das situações boas e alegres, de caráter preventivo e não curativo, onde cada participante se torna terapeuta de si mesmo, a partir da escuta das histórias de vida que são relatadas nas rodas de TCI. É considerada uma prática de cuidado de saúde em grupo no qual é realizada a escuta, acolhimento e partilha de problemas que são causadores agravos à saúde física e mental dos indivíduos, e tem como objetivo promover redes de apoio, redução das angústias e ansiedades do cotidiano, buscando o desenvolvimento individual e comunitário. Questiona-se, assim, se a TCI também pode proporcionar o resgate da autoestima, de forma que o objetivo deste resumo é relatar as mudanças observadas no comportamento das doze mulheres que participaram durante seis meses do grupo de TCI na unidade de Estratégia de Saúde da Família (ESF) Otacílio Silveira, em Cachoeirinha/RS. As rodas de TCI eram realizadas semanalmente, todas as quartas-feiras, com duração de uma hora e trinta minutos, em grupos abertos, com a variação dos participantes a cada encontro, sem obrigatoriedade de comparecimento em todas as rodas. A metodologia utilizada foi documental, retrospectiva e qualitativa, através da observação in loco e da leitura dos registros das fichas de apreciação e fechamento das rodas de Terapia Comunitária Integrativa em livro próprio constante na ESF supracitada, ambos executados pela enfermeira desta unidade de saúde, com formação em TCI. Foi possível verificar como resultados as mudanças de comportamento nas doze mulheres participantes, em três categorias: 1) mudanças na apresentação física – todas as participantes no decorrer do período de TCI mudaram o corte de cabelo, oito delas optaram por colorir os cabelos de forma a manter uma aparência mais jovial, todas passaram a utilizar roupas mais coloridas e apresentar-se de forma mais elegante, dentro de suas condições socioeconômicas, bem como passaram a utilizar adornos femininos (brincos, colares, pulseiras e anéis) e maquiagem facial; 2) novas motivações na vida – foi possível verificar a mudança de postura com relação às atividades remuneradas, uma vez que seis das participantes que anteriormente não realizavam nenhuma atividade remuneratória passaram a realizá-las, estando dentre elas diarista, empresária, artesã, atendente de loja, auxiliar de cabelereira e cuidadora de idosos, tendo como

<sup>1</sup> Faculdade Unyleya. Curso de Especialização em Saúde da Mulher. E-mail: enfapaulaferrarese@gmail.com

<sup>2</sup> Centro Universitário Cesuca. Docente do curso de Enfermagem. E-mail: giseletertuliano@cesuca.edu.br

principal motivação, obter independência econômica, mesmo que parcialmente, para poder investir em si mesmas (cuidados com a saúde, estética e passeios); 3) novas atitudes – sete das participantes revelaram alguma mudança de atitude para lhes trazer benefícios na vida, tal como separação conjugal, reconciliação conjugal, reconciliação com filhos e irmãos, prática de atividade física, mudança no padrão alimentar para perda do excesso de peso e cessação do tabagismo. Desta forma, conclui-se que a TCI proporciona o resgate da autoestima dos participantes das rodas de forma significativa, melhorando a qualidade de vida dos mesmos.

**Palavras-chave:** Terapia Comunitária Integrativa; Resgate; Autoestima.