

AUTOCUIDADO E SAÚDE MENTAL: EXPERIÊNCIAS COM GRUPOS PSICOTERAPÊUTICOS NO COMPLEXO HOSPITALAR DA UFC

XXVIII Encontro de Extensão

Gisele de Moura Nobre, Kildare Lima Braga Nascimento, Cinthia Mendonca Cavalcante

Os cenários institucionais e as relações estabelecidas e conservadas nestes têm sido fatores que favorecem processos de adoecimento. Entendendo tais condições, surgiu uma demanda de trabalho de promoção de Saúde Mental para os funcionários do Complexo Hospitalar da Universidade Federal do Ceará. Esta demanda chegou à professora Cinthia Cavalcante do Laboratório de Relações Interpessoais (LABR'I) no Departamento de Psicologia. Desde então, foi planejado e tem sido executado um trabalho de psicoterapia grupal, desde junho deste ano. Os grupos acontecem em dois momentos, um no Hospital Universitário Walter Cantídio e outro na Maternidade Escola Assis Chateaubriand. As atividades psicoterapêuticas desenvolvidas no grupo têm como objetivo auxiliar na produção de estratégias que promovam qualidade de vida para as pessoas, abordando como temática principal o Autocuidado. Este trabalho tem como finalidade analisar os resultados dos trabalhos dos grupos terapêuticos nos contextos descritos e como os mesmos tem impactado no dia a dia dos participantes no que se refere ao autocuidado. Foi feita uma análise qualitativa dos instrumentos de avaliação mensais fornecidos pelo setor pessoal do complexo. Os resultados mostram benefícios para diminuição da sensação de estresse, aumento da disposição para o trabalho e melhora nos relacionamentos do trabalho. Entende-se que este trabalho é relevante por possibilitar estratégias e atividades com impactos positivos para saúde mental de seus participantes.

Palavras-chave: autocuidado. grupo. saúde mental. psicoterapia.