

GRUPO TERAPÊUTICO COM FAMILIARES: UM RELATO SOBRE SAÚDE MENTAL

*THERAPEUTIC GROUP WITH FAMILY MEMBERS: A REPORT ON MENTAL
HEALTH*

*GRUPO TERAPÉUTICO CON FAMILIARES: UN INFORME SOBRE SALUD
MENTAL*

✉ Ana Kelle Borges de Ávila¹, ✉ Aleide Barbosa Viana², ✉ Geórgia Vieira de Sousa³,
✉ Othelino Pedro da Silva⁴, ✉ Maria Helena Lima da Silva⁵

RESUMO

Objetivo: Relatar a prática de um grupo terapêutico em um Centro de Atenção Psicossocial - CAPS Geral, com familiares/cuidadores de pacientes que sofrem de transtorno mental. **Métodos:** Trata-se de um estudo descritivo, tipo relato de experiência, desenvolvido por enfermeira residente, efetuado no município de Camocim-CE, entre os meses de agosto de 2023 a março de 2024. Foi possível, a partir da análise do conteúdo do diário de campo do Grupo Laços, avaliar as principais temáticas que emergiram do grupo. **Resultados:** Após análise do material registrado em diário de campo, foram identificados os tópicos mais prevalentes nos encontros do grupo, sendo eles: sobrecarga; crises; dificuldade de comunicação e fragilidade nas redes de apoio, e a importância do apoio psicossocial para familiares/cuidadores. **Conclusão:** O estudo destaca a importância e o impacto dos grupos terapêuticos no auxílio à família, visando estimular ações voltadas para cuidadores.

Descritores: *Cuidador Familiar; Serviços de Saúde Mental; Psiquiatria Comunitária.*

ABSTRACT

Objective: To report the practice of a therapeutic group in a Psychosocial Care Center (CAPS Geral), with family members/caregivers of patients suffering from mental disorders. **Methods:** This is a descriptive study, in the form of an experience report, developed by a resident nurse, conducted in the municipality of Camocim-CE, between August 2023 and March 2024. Through the analysis of the content of the field diary of the Laços Group, it was possible to assess the main themes that emerged from the group. **Results:** After analyzing the material recorded in the field diary, the most prevalent topics during the group meetings were identified, namely: overload; crises; communication difficulties; fragility in support networks; and the importance of psychosocial support for family members/caregivers. **Conclusion:** The study highlights the importance and impact of therapeutic groups in assisting families, aiming to encourage actions directed at caregivers.

Keywords: *Family Caregiver; Mental Health Services; Community Psychiatry.*

RESUMEN

Objetivo: Relatar la práctica de un grupo terapéutico en un Centro de Atención Psicosocial (CAPS General), con familiares/cuidadores de pacientes que sufren de trastornos mentales. **Métodos:** Se trata de un estudio descriptivo, tipo relato de experiencia, desarrollado por una enfermera residente, realizado en el municipio de Camocim-CE, entre los meses de agosto de 2023 y marzo de 2024. A partir del análisis del contenido del diario de campo del Grupo Laços, se pudo evaluar los principales temas que surgieron en el grupo. **Resultados:** Tras analizar el material registrado en el diario de campo, se identificaron los temas más prevalentes en los encuentros del grupo, siendo estos: sobrecarga; crisis; dificultades de comunicación; fragilidad en las redes de apoyo; y la importancia del apoyo psicossocial para familiares/cuidadores. **Conclusión:** El estudio destaca la importancia y el impacto de los grupos terapéuticos en el apoyo a la familia, con el objetivo de fomentar acciones dirigidas a los cuidadores.

Descriptores: *Cuidador Familiar; Servicios de Salud Mental; Psiquiatría Comunitaria.*

¹ Escola de Saúde Pública do Ceará. Fortaleza/CE - Brasil. 

² Centro Universitário Católica de Quixadá. Quixadá/CE - Brasil. 

³ Universidade Federal do Ceará. Fortaleza/CE - Brasil. 

⁴ Escola de Saúde Pública do Ceará. Fortaleza/CE - Brasil. 

⁵ Escola de Saúde Pública do Ceará. Fortaleza/CE - Brasil. 

INTRODUÇÃO

Atualmente, o Brasil observa um crescente número em transtornos mentais, principalmente após a Pandemia COVID-19. Conforme o Relatório Técnico da Agenda Mais SUS, iniciativa do Instituto de Estudos para Políticas de Saúde - IEPS, lançado em junho de 2023, cerca de 2,5 milhões de brasileiros e brasileiras foram internados em hospitais gerais devido a sofrimentos e transtornos mentais, havendo elevados índices de mortalidade¹.

As altas taxas citadas reverberam não apenas o estigma, mas também a resistência ao tratamento, ambos fortemente ligados ao histórico da saúde mental no Brasil e no mundo, marcado pela segregação, marginalização e exclusão familiar. Quando pessoas apresentavam comportamentos que comprometiam a ordem ou a segurança da sociedade, divergindo do socialmente aceito, esses indivíduos eram segregados em hospitais psiquiátricos – manicômios – que utilizavam práticas como medicalização excessiva e isolamento, amplamente relatadas em análises históricas sobre o período².

Com o advento da Reforma Psiquiátrica, que implementou a luta antimanicomial, movimento que marca a busca por tratamento digno a pessoas em sofrimento mental, o sistema de saúde passou a visar o processo de desinstitucionalização e, conseqüentemente, fortalecer o tratamento em contexto comunitário/familiar. Entretanto, estudos expõem que ainda se enfrentam dificuldades relacionadas ao buscar vincular família, paciente e instituição, pois há um esgotamento e uma disputa pela responsabilização entre a família e a instituição, no que concerne ao cuidado do doente, bem como também existe a culpa pelo adoecimento, dentre outros³. A família enfrenta desafios específicos e necessita de novas abordagens para lidar com as responsabilidades que compõem o cuidado em saúde mental.

O presente artigo propõe relatar a experiência de um grupo terapêutico com foco em familiares de pacientes com transtornos mentais em um Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) Categoria Geral (II), buscando conhecer as temáticas que emergem dos encontros e compreender o impacto de grupos terapêuticos no auxílio a familiares/cuidadores de pacientes que sofrem com transtorno mental. Tal estudo é justificado pela importância de ações com foco familiar, bem como a necessidade de manutenção das estratégias de fortalecimento do vínculo família, instituição, profissional da saúde e indivíduo, no âmbito do tratamento em saúde mental.

MÉTODOS

Estudo de caráter qualitativo, descritivo, do tipo relato de experiência. Realizado em CAPS Geral, no município de Camocim, no interior do Ceará, entre os meses de agosto de 2023 a março de 2024, sendo efetuados encontros quinzenais. O grupo intitulado “Laços” esteve aberto ao público com idade acima de 18 anos, não havendo limite máximo de idade nem classificação de gênero ou ocupação; tendo como participantes: familiares, cuidadores e pessoas relacionadas a pacientes cadastrados e em acompanhamento no equipamento citado. A captação dos participantes deu-se por meio de convites durante acolhimento e em salas de espera do próprio serviço, sendo salientada a não obrigatoriedade de participar do grupo, mas a importância e os benefícios de sua entrada e participação.

O grupo seguiu um cronograma estabelecido e os resultados de cada encontro foram relatados em um diário de campo, que descreveu a trajetória dos encontros, bem como os principais desafios e possibilidades evidenciadas durante o processo. Ao final do período citado, o diário passou por uma Análise Temática⁴, método que envolve as etapas de ordenação, classificação e análise final. A pesquisa não envolveu coleta de dados identificáveis ou avaliativos, atendendo aos critérios da Resolução nº 466/2012, que dispensa a submissão ao CEP em tais casos.

RESULTADOS

O grupo foi mediado por três profissionais, sendo duas residentes – enfermeira e profissional de educação física – e uma assistente social (já atuante no serviço). Após período de estudo, planejamento e captação do público, deu-se início aos encontros que obedeceram a proposta base de dinâmica quebra-gelo, desenvolvimento e feedback. Sendo sintetizados no quadro abaixo:

Quadro 1 - Quadro sinóptico referente ao percurso do Grupo Laços – agosto 2023 a março 2024.

Data	Temática	Desenvolvimento
06/09/2023	Apresentação	O grupo foi intitulado “Grupo Laços”, remetendo à importância dos diversos laços que englobam uma composição familiar. Foi dado início à construção do vínculo entre mediadores/participantes.
20/09/2023	Família e significados	Foi possível conhecer os diferentes pontos de vista e fatores históricos acerca da família, proporcionando um momento de interação e manutenção do vínculo.
11/10/2023	Autocuidado e autoconhecimento	Deu-se início à compreensão do autocuidado, aplicada através do autoconhecimento, no qual os participantes foram estimulados a valorizarem os próprios gostos, sentimentos e a individualidade.
25/10/2023	Transtornos Mentais	Os diferentes transtornos mentais e seus impactos na família foram trabalhados, buscando compreender a parte clínica e, junto a isso, os relatos dos próprios familiares.
11/01/2024	Janeiro Branco	Momento de interação com outros grupos do CAPS II durante a comemoração da campanha Janeiro Branco, mês de alusão à saúde mental.
17/01/2024	Retomada	Retomar o grupo e retomar um novo período simboliza revisitar o período anterior e realizar uma autoavaliação, bem como propor novas metas, e assim o grupo foi conduzido nesse encontro.
31/01/2024	Comunicação	Introduzimos como os problemas de comunicação podem gerar atrito nas relações familiares e os participantes trouxeram diversos relatos.
14/02/2024	Sobrecarga	Diante da extensa demanda de fala relacionada à sobrecarga, realizamos esse encontro, abordando formas de compartilhar o cuidado entre familiares.
13/03/2024	Resiliência	Buscou-se compreender a visão dos participantes sobre o impacto da temática no autocuidado e o significado deste termo.
27/03/2024	Despedida	Foi realizada a festa de despedida. Salientamos que o grupo teria continuidade, entretanto, novos residentes assumiriam a mediação.

Fonte: Elaborado por autores.

DISCUSSÃO

Após análise do conteúdo registrado em diário de campo, foram identificadas as temáticas mais prevalentes nos encontros do grupo, sendo elas: sobrecarga; crises; dificuldade de comunicação e fragilidade nas redes de apoio; a importância do apoio psicossocial para familiares/ cuidadores.

SOBRECARGA

Uma temática expressa em diversos relatos no decorrer das atividades do grupo de família Laços, mesmo que de forma implícita, foi a sobrecarga do cuidador. Quando se discute acerca da sobrecarga do cuidador, deve-se compreender que a temática é influenciada por uma série de aspectos, como as características do paciente, a relação entre cuidador e paciente, a gravidade da doença e o tempo dedicado ao cuidado, sendo compreendida como o estresse emocional, físico e psicológico enfrentado por aquele que se responsabiliza pelo cuidar de outro^{3,5}.

Segundo estudo realizado por meio da escala de Zarit, instrumento que identifica o impacto do cuidado na vida dos cuidadores, a sobrecarga do cuidador se reflete na qualidade de vida do mesmo, afetando diretamente seu bem-estar, podendo gerar desgaste físico e emocional, resultando em distúrbios como ansiedade, depressão e esgotamento, tais situações podem ser agravadas na presença de vulnerabilidades e influenciadas por fatores como determinantes sociais⁶. Além disso, conforme destacado no estudo de Cham et al. (2022), a relação entre paciente e cuidador também influencia a carga vivida por este último. Quando o cuidador é um familiar que mora com o paciente, a sobrecarga tende a ser mais intensa devido ao convívio diário e à constante vigilância necessária para garantir o bem-estar do paciente, dependendo da gravidade. O tempo investido no cuidado, somado à complexidade e imprevisibilidade da doença mental (como a esquizofrenia, por exemplo), coloca os cuidadores em uma posição vulnerável, aumentando o risco de comprometimento de sua própria saúde⁵.

Existem ainda alguns fatores sociais e culturais que influenciam na perspectiva do cuidado e foram observados no grupo em questão. A maioria dos participantes do grupo laços foram mulheres, o que condiz com estudos que destacam as mulheres como, historicamente, principais cuidadoras e que apresentam uma tendência de percepção de sua saúde de forma mais negativa. Esse fenômeno está fortemente associado à maior quantidade de trabalho relacionado ao cuidado que as mulheres realizam, o que se reflete em uma sobrecarga, tanto no plano físico quanto no psicológico⁶.

SITUAÇÕES DE CRISE

A crise em saúde mental pode ser caracterizada como um agravamento/urgência no quadro de um indivíduo, podendo apresentar alterações comportamentais, emocionais, gerando incapacidade temporária para lidar com situações cotidianas, sendo causadas por fatores da condição preexistente ou fatores externos, como traumas².

Além do sofrimento para o paciente, momentos de crise geram transtornos e alterações no cotidiano familiar. Conforme os relatos de participantes do Grupo Laços, as crises costumam estar associadas ao paciente que recusa tomar as medicações de forma correta ou perpassam momentos de grande estresse. Segundo familiares, por vezes, os pacientes não compreendem que estão em crise, sendo os primeiros sinais percebidos pela

família⁷. Entretanto, existe a imprevisibilidade e os sintomas diversos, podendo apresentar alterações de humor, agressividade, entre outros, que dependendo da crise, podem colocar o paciente e terceiros em risco⁸.

Sentimentos como medo, incapacidade e culpa estão presentes em diversos relatos quando se questionam os familiares cuidadores acerca da temática. Todavia, ao buscar compreender sobre as estratégias de cuidados adotadas, observa-se que, em alguns casos, familiares relataram não conhecerem minimamente o fluxo de urgência em crise⁷. Nesse contexto, estudos indicam que a falta de conhecimento acerca do transtorno mental, os componentes da Rede de Atenção Psicossocial - RAPS e a ausência de uma rede de apoio adequada também geram estigmatização, o que agrava ainda mais a saúde dos envolvidos, levando a uma quebra nas dinâmicas familiares e ao desgaste emocional significativo dos cuidadores^{3,6,8}.

DIFICULDADE DE COMUNICAÇÃO E FRAGILIDADE NAS REDES DE APOIO

O papel de cuidador pode gerar estresse e problemas que são acentuados por questões disfuncionais⁶. Fragilidades nas redes de apoio e dificuldades de comunicação foram as principais temáticas que emergiram acerca de vulnerabilidades familiares.

Quando se aborda esta temática, é necessário reconhecer que cada família é repleta de individualidades. De acordo com os relatos do grupo, em determinado lar, o participante do grupo era responsável pelo cuidado do paciente e de todas as tarefas domésticas. Em outro caso, o familiar realizava os cuidados externos do paciente (levar em consultas, grupos) e ainda era responsável pelo sustento financeiro do lar, evidenciando diferentes tipos de dificuldades. Havendo ainda as singularidades em relação à gravidade do adoecimento que implicará no grau de dependência³.

A falta de comunicação aparece como um fator que dificulta a melhora das relações familiares e, conseqüentemente, o tratamento em saúde mental. Dificuldade em delegar funções e pedir ajuda implica em mais sofrimento para o cuidador principal que, por vezes, se sobrecarrega para evitar recorrer a outros membros da família. A comunicação adequada entre família, paciente e a RAPS torna-se então um fator essencial para construção de um cuidado coletivo.

A IMPORTÂNCIA DE APOIO PSICOSSOCIAL PARA FAMILIARES DE PACIENTES COM TRANSTORNO MENTAL

Atividades coletivas no cuidado psicossocial de pacientes geram mais segurança para os familiares. A consolidação do tratamento para o paciente e o apoio psicossocial, por meio de grupos e outras atividades coletivas, permitem tanto ao paciente como familiares experimentarem formas de cuidado que vão além do contexto medicamentoso⁹.

O apoio psicossocial está também no acolhimento adequado dos familiares², o que se mostra em estudos como fator determinante para a construção de vínculo e valorização do cuidador. Ambientes de saúde que incluem e integram a família, por meio da oferta de cuidado e informação, tendem a fazer com que os cuidadores sintam-se mais confiantes e tranquilos durante o tratamento¹⁰.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ações com foco no cuidado psicossocial, por meio de grupos terapêuticos, acolhimento adequado e atenção multiprofissional contribuem para o bem-estar dos componentes e reforçam a importância de um cuidado holístico. Esses grupos fortalecem o pertencimento e a solidariedade, valendo-se da troca de experiências, possibilitando aos participantes compreenderem que não estão sozinhos nessa jornada.

As limitações do estudo estão relacionadas ao pequeno tamanho da amostra e à evasão de familiares no decorrer dos encontros, apesar de termos ofertado convites e lembretes. Além disso, a quantidade de participantes foi inversamente proporcional à quantidade de pacientes e familiares acompanhados no CAPS citado, o que expõe uma baixa adesão aos grupos. Tal situação nos leva a sugerir que futuras pesquisas busquem compreender os fatores que afastam e aproximam a participação dos familiares no tratamento, bem como inserção no serviço de saúde competente. Deste modo, é imprescindível que haja pesquisas que sustentem a necessidade e importância do suporte aos cuidadores nas políticas de saúde mental e, principalmente, que sejam efetivadas nos espaços de tratamento em saúde mental.

REFERÊNCIAS

1. Instituto de Estudos para Políticas de Saúde (IEPS). Relatório Técnico nº12/2023 Saúde Mental [Internet]. Agenda Mais SUS. 2023 [citado 2024 Dez 15]. Disponível em: <https://agendamaissus.org.br/wp-content/uploads/2023/06/ieps-relatorio12-saude-mental.pdf>.
2. Souto CB. A crise em saúde mental: ampliando saberes, conceitos e práticas. Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento [Internet]. 2021 Jul 14;05(07):98–115. Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/psicologia/conceitos-e-praticas>.
3. Karimirad MR, Seyedfatemi N, Mirsepassi Z, Noughani F, Cheraghi MA. Barriers to Self-Care Planning for Family Caregivers of Patients with Severe Mental Illness. J Patient Exp. 2022 Apr 11;9:23743735221092630. DOI: 10.1177/23743735221092630.en.
4. Souza LK. Pesquisa com análise qualitativa de dados: conhecendo a Análise Temática. Arq. bras. psicol. [Internet]. 2019 [citado 2024 dez 06]; 71(2): 51-67. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672019000200005&lng=pt.
5. Cham CQ, Ibrahim N, Siau CS, Kalaman CR, Ho MC, Yahya AN, Visvalingam U, Roslan S, Abd Rahman FN, Lee KW. Caregiver Burden among Caregivers of Patients with Mental Illness: A Systematic Review and Meta-Analysis. Healthcare (Basel). 2022 Nov 30;10(12):2423. DOI: 10.3390/healthcare10122423.en.
6. Ramos AC, Calais SL, Zotesso MC. Convivência do familiar cuidador junto a pessoa com transtorno mental. Contextos Clínicos [Internet]. 2019 Apr 8 [cited 2024 Dez 11];12(1). Disponível em: https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-34822019000100013.
7. Teixeira V dos S, Monteiro CB, Ferreira EC, Pacheco MAB, Santiago MP, Loyola CMD. Primeira internação psiquiátrica na visão dos familiares. Rev latinoam psicopatol fundam [Internet]. 2021Sep;24(3):704–20. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1415-4714.2021v24n3p704.12>.
8. Braga RB, Pegoraro RF. Internação psiquiátrica: o que as famílias pensam sobre isso?. Rev. Psicol. Saúde [Internet]. 2020 Mar [citado 2024 nov 04]; 12(1): 61-73. Disponível em:

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2177-093X2020000100005&lng=pt)

[093X2020000100005&lng=pt. https://doi.org/10.20435/pssa.v12i1.820.](https://doi.org/10.20435/pssa.v12i1.820)

9. Pini J dos S, Nacamura PAB, Harmuch C, Costa MAR, Giacon-Arruda BCC, Radovanovic CAT, et al.. Beyond the consultation and the medication: collective activities and resocialization in a CAPS I. *Rev Gaúcha Enferm* [Internet]. 2024;45:e20230248. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2024.20230248.en>.

10. Coelho ST, Santos da Silva EC. Potencialidades do matriciamento em saúde mental: Revisão narrativa. *Cadernos ESP* [Internet]. 30º de setembro de 2022 [citado 5º de janeiro de 2025];16(3):62-74. Disponível em: <https://cadernos.esp.ce.gov.br/index.php/cadernos/article/view/737>.