

ENFERMAGEM E SAÚDE MENTAL: FALANDO SOBRE HIPERTENSÃO

Marina Ferreira de Oliveira (UFMG)

Belisa Vieira da Silveira (UFMG)

Amanda Márcia dos Santos Reinaldo (UFMG)

Tendo em vista que a Reforma Psiquiátrica é um processo relativamente novo no Brasil, os pacientes em sofrimento psíquico vivem uma fase de readaptação na sociedade. Nesse contexto, é possível identificar certa dificuldade de relacionamento e carência afetiva por parte desse grupo, principalmente devido aos tratamentos a que eram submetidos nos hospitais psiquiátricos. O isolamento dos portadores de transtorno mental também contribuiu para que os mesmos não tivessem conhecimento acerca dos seus direitos, e vivessem conforme as regras dos locais onde eram internados.

Após as mudanças ocorridas durante a década de 70, percebeu-se a necessidade da criação de espaços que atuariam como uma forma de assistência comunitária para os portadores de sofrimento psíquico, em especial, os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) denominados em alguns municípios de Centro de Referência em Saúde Mental (CERSAM). Os Centros de Convivência (CC), também vinculados à Reforma Psiquiátrica, são espaços ricos em arte e cultura, e foram criados como uma forma de reinserção social, pois facilitam o convívio entre as pessoas e apresentam atividades capazes de fornecer qualidade de vida, contribuindo para a autonomia dos seus usuários. Nesse meio, desenvolvem-se, por discentes de enfermagem, oficinas terapêuticas relacionais e de auto cuidado, vinculadas a um projeto de extensão pioneiro, que tem como objetivo a promoção e educação em saúde dos indivíduos com transtorno mental.

As oficinas terapêuticas são realizadas semanalmente, com duração de aproximadamente uma hora, e a cada encontro aborda-se um aspecto diferente, relacionado à saúde, ao meio ambiente e ao bem-estar de uma forma geral, privilegiando as temáticas de interesse dos usuários. Os frequentadores do Centro de Convivência apresentam uma demanda muito grande por

informações em saúde, principalmente quando se trata de doenças sexualmente transmissíveis, cuidados de higiene em geral e agravos não transmissíveis, como diabetes e hipertensão, que são quadros muito comuns na sociedade, bem como, entre eles.

Trata-se de um relato de experiência, decorrente da realização do projeto de extensão denominado “Oficinas terapêuticas para hábitos de vida saudável no Centro de Convivência Arthur Bispo do Rosário”, com o objetivo de apresentar a percepção das discentes que dele participam acerca da realização de uma oficina sobre hipertensão arterial.

No começo da oficina era possível perceber que os usuários apresentavam dúvida quanto ao significado de hipertensão, pois os mesmos chegaram a fazer perguntas como: “Pressão no olho, depressão e hipertensão tem a mesma causa?”. As discentes também puderam perceber que muitos participantes não sabiam quais eram as causas relacionadas à doença e quais as medidas que deveriam ser tomadas para preveni-las, o que evidenciou a importância de abordar essa temática com os usuários do serviço. Para a realização da referida oficina, a metodologia utilizada foi: inicialmente, formou-se uma roda de discussão para que as discentes avaliassem o conhecimento do grupo em relação ao assunto trabalhado. A partir dessa roda, optou-se por utilizar um jogo de “Verdadeiro ou falso”, onde cada usuário recebia cartões verdes e vermelhos para julgar as afirmativas que seriam ditas pela facilitadora da dinâmica. Caso os participantes concordassem com o que era dito, o cartão verde seria levantado, e caso discordassem da afirmativa, levantariam o vermelho. Nesse momento, foi possível perceber que os usuários apresentavam dúvidas que eram consideradas simples, como a relação do estresse e da alimentação com a doença trabalhada.

Ademais, as discentes optaram por adicionar à dinâmica, dois balões que fariam uma analogia à idéia de pressão alta/problemas cardíacos. Nesse momento, foram escolhidos dois voluntários para enchê-los a cada afirmativa que fosse julgada, por eles, de maneira errada. Se algum dos balões estourasse, tinha-se o indício de que os usuários poderiam estar com o conhecimento deficiente do tema. Participaram dessa oficina 13 usuários, que de um modo geral se mostraram conhecedores do assunto. Durante a oficina houve a preocupação em trabalhar a doença de uma maneira mais ampla,

relacionando-a a outros agravos como o diabetes, e também a hábitos que deveriam ser mais praticados por eles, como a visita regular ao médico e ao posto de saúde. Para a surpresa do grupo, alguns usuários se mostraram relutantes em aceitar algumas afirmativas, principalmente as que relacionavam o cigarro e o álcool à pressão alta, uma vez que eles alegavam que ambos contribuíam para o bem-estar. Ao final da oficina, foi criado um espaço para que os participantes pudessem esclarecer as dúvidas que ainda permaneciam.

Como retratado acima, as Oficinas Terapêuticas são, para os usuários do Centro de Convivência, um momento de aprendizagem, esclarecimento de dúvidas e expressão de vivências pessoais. Muitos participantes já escutaram sobre a maioria dos assuntos que são trabalhados a cada semana, mas poucos sabem sobre eles, uma vez que apresentam um conhecimento que muitas vezes é fraco e/ou equivocado. A oficina de hipertensão serviu para orientá-los sobre a importância da alimentação e dos exercícios físicos, entre outros hábitos, no controle de doenças que são, muitas vezes, silenciosas e que atingem todas as faixas etárias em ambos os sexos. Desde o começo desse projeto, foi possível perceber uma grande adesão dos frequentadores do serviço, que sempre se mostraram muito curiosos e participativos. A grande maioria dos encontros foi norteadada por muitas perguntas e troca de experiências vividas por cada um, o que fez de cada oficina até hoje realizada, um momento interessante e único, principalmente para as discentes.