

## **TERAPIA COMUNITÁRIA NO PROGRAMA PULSAR: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Jocyane Juliao De Oliveira<sup>1</sup>  
Beatriz Eduardo De Lima<sup>2</sup>  
Isabel Cristina Da Silva<sup>3</sup>  
Gilvan Ferreira Felipe<sup>4</sup>

### **RESUMO**

O programa pulsar estimula a adaptação dos estudantes ingressantes no ensino superior da UNILAB, colocando-se como importante estimulador do processo de formação. Diante do exposto, e do cenário de Pandemia causada pela Covid-19, o programa pulsar do curso de Enfermagem, desenvolveu uma ação designada Terapia Comunitária, implementada para intervir no processo de saúde-doença das pessoas em situação de estresse e sofrimento. Objetivou-se relatar a experiência da Terapia Comunitária no Programa Pulsar. Trata-se de um relato de experiência, vivenciado pela tutora Júnior, cuja iniciativa é ressaltar a importância da terapia para os estudantes, pois entende-se que o meio universitário trás possíveis interferências em seus aspectos sociais e psicológicos. A ação foi realizada através da plataforma Google Meet e contou com a participação de uma professora com experiência em saúde mental e estudantes tutorados do 1º semestre. O intuito da ação foi valorizar as experiências dos estudantes, apoiando-os, através de ajuda terapêutica e conhecimento interpessoal, a autoestima e a confiança nas resoluções de problemas. A terapia comunitária propôs espaços para poemas, músicas, dinâmicas e técnicas de relaxamento, envolvendo movimentos pelo corpo para alívio de dor e tensão. Além disso, os tutorados tiveram oportunidade para relatar a sobrecarga educacional, assim como sentimentos de saudades, medo e ansiedade diante dos obstáculos existenciais durante a pandemia. Tendo como base relatos evidenciados, conclui-se que a ação de realizar a terapia comunitária fortaleceu os estudantes em sua trajetória estudantil. Ademais, a terapia comunitária é uma ferramenta que auxilia a reduzir o estresse e sobrecarga da vida acadêmica.

**Palavras-chave:** Enfermagem Estudantes Terapias complementares Terapia comunitária .

---

Unilab, Instituto de Ciências da saúde, Discente, jocyane@aluno.unilab.edu.br<sup>1</sup>  
Unilab, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, beatriz.dudu012@gmail.com<sup>2</sup>  
Unilab, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, enfer2022.1@gmail.com<sup>3</sup>  
Unilab, Instituto de Ciências da Saúde, Docente, gilvanfelipe@unilab.edu.br<sup>4</sup>

