

REFLEXÃO EM RODA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE ATIVIDADE DESENVOLVIDA NO CAPS DE BARREIRA RELATIVO AO SETEMBRO AMARELO

Silma Claudina Salvador Ulica¹
Belmira Sorte José²
Kemelândia Sebastião Ngando³
Helena Felícia Mahumane⁴
Hilana Dayana Dodou⁵

RESUMO

O suicídio é fenômeno complexo e multifatorial, que se tornou uma preocupação crescente em todo mundo. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), cerca de 700.000 pessoas morrem por suicídio anualmente, tornando-o como uma das principais causas de morte globalmente. A apresentação do tema da prevenção do suicídio se justifica pela crescente incidência desse fenômeno nas sociedades contemporâneas, que evidencia a urgência em discutir a saúde mental de forma aberta e acolhedora. Abordar o tema da prevenção do suicídio é de extrema importância, especialmente diante do aumento das taxas de incidência entre diferentes grupos etários, principalmente jovens. O presente estudo tem como objetivo relatar a experiência vivenciada por acadêmicos de Enfermagem acerca da realização de uma roda interativa como estratégia de prevenção ao suicídio voltada a usuários de um serviço de saúde Mental. Metodologicamente, trata-se de um estudo de caráter descritivo de abordagem qualitativa. A atividade foi desenvolvida no dia 26 de Setembro de 2024, no Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) de Barreira, tendo o quantitativo de 20 pacientes em acompanhamento em saúde mental. A unidade atende adultos e crianças que apresentam algum tipo de transtorno mental ou psíquico, sendo composta por uma equipe de: uma psiquiatra, uma psicóloga, uma enfermeira e assistente social. A atividade foi dividida em três etapas: dinâmica de acolhimento e interação, desenvolvimento da proposta principal do grupo ou roda de conversa propriamente dita, e dinâmica de fechamento. Durante a roda de conversa, alguns usuários do serviço demonstraram grande sensibilidade, chegando até a se emocionar ao compartilhar suas experiências. A atividade trouxe benefícios tanto para os usuários, que tiveram a oportunidade de refletir e aprender sobre o tema, quanto para os acadêmicos, que puderam vivenciar a importância da escuta qualificada e do acolhimento sem julgamentos. A ação externa para a prevenção do suicídio desempenhou um papel importante na disseminação desse conhecimento, além de incentivar os participantes a refletir sobre a mensagem da pasta: "Você não está sozinho, peça ajuda".

Palavras-chave: Suicídio; promoção da saúde; conscientização sobre suicídio; CAPS.

UNIVERSIDADE DA INTEGRAÇÃO INTERNACIONAL DA LUSOFONIA AFRO-BRASILEIRA-UNILAB, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, silmaclaudinaulica@gmail.com¹
UNIVERSIDADE DA INTEGRAÇÃO INTERNACIONAL DA LUSOFONIA AFRO-BRASILEIRA, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, belmirasortebeu@gmail.com²
UNIVERSIDADE DA INTEGRAÇÃO INTERNACIONAL DA LUSOFONIA AFRO-BRASILEIRA-UNILAB, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, kemelanduangando@gmail.com³
UNIVERSIDADE DA INTEGRAÇÃO INTERNACIONAL DA LUSOFONIA AFRO-BRASILEIRA-UNILAB, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, mahumanehelenafelicia@gmail.com⁴
UNIVERSIDADE DA INTEGRAÇÃO INTERNACIONAL DA LUSOFONIA AFRO-BRASILEIRA-UNILAB, Instituto de Ciências da Saúde, Docente, hilanadayana@unilab.edu.br⁵

INTRODUÇÃO

O suicídio é fenômeno complexo e multifatorial, que se tornou uma preocupação crescente em todo mundo. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), cerca de 700.000 pessoas morrem por suicídio anualmente, tornando-o como uma das principais causas de morte globalmente. De acordo o Ministério da Saúde (2023), as taxas de suicídio no Brasil refletem um aumento preocupante, especialmente entre os jovens, o que ressalta a necessidade de intervenções eficazes e de políticas públicas voltadas para a saúde mental. Suicídio é um ato intencional de causar a própria morte, que pode ocorrer em diferentes contextos e por diversas razões, como, problemas de saúde mental, conflitos, abusos de substância e outras condições sociais e econômicas (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2021). A prevenção do suicídio é, portanto, uma prioridade de saúde pública, e compreender suas causas e consequências é fundamental para desenvolver intervenções eficazes.

Vários estudos abordam as dimensões do suicídio e as estratégias de prevenção. Em sua obra, Durkheim (1897) identifica fatores sociais que influenciam o suicídio, como, falha na integração social e na regulação. Sua análise sociológica permanece relevante, enfatizando a importância do contexto social na compreensão do suicídio.

Além disso, a literatura contemporânea destaca a relação entre saúde mental e suicídio. Estudos indicam que condições como depressão, ansiedade e abuso de substâncias estão fortemente associadas ao risco de suicídio (NOCK et al., 2008). Logo, a identificação precoce e o tratamento dessas condições são essenciais para a prevenção.

Em um cenário onde a solidão, isolamento social e a falta de recursos emocionais são fatores que contribuem significativamente para a crise da saúde mental, ao promover um espaço para a expressão de sentimentos e experiências, as rodas interativas oferecem uma abordagem inovadora e humanizada, alinhadas às diretrizes da OMS, que recomenda a promoção de ambientes favoráveis ao diálogo sobre saúde mental. Nos últimos anos, os índices de suicídio têm aumentado em várias partes do mundo, especialmente entre jovens o que reflete em uma crescente preocupação com a saúde mental.

Discussão sobre a prevenção do suicídio é complexa e envolve diversas questões sociais, culturais e emocionais. A dificuldade em abordar abertamente o tema contribui para o estigma associado à saúde mental, dificultando a busca por ajuda e suporte.

Muitas pessoas ainda enfrentam solidão e isolamento, o que pode intensificar a sensação de desamparo. Nesse contexto, é essencial criar espaços seguros onde os indivíduos possam compartilhar suas experiências e sentimentos. A roda interativa surge como uma alternativa valiosa, promovendo um ambiente de acolhimento e diálogo, fundamental para enfrentar esses desafios e construir uma rede de apoio eficaz.

A relevância desse tipo de intervenção se torna evidente quando se considera a urgência de oferecer suporte emocional e ferramentas para lidar com as crises, contribuindo para a melhoria da saúde mental e a prevenção do suicídio. Abordar o tema da prevenção do suicídio é de extrema importância, especialmente diante do aumento das taxas de incidência entre diferentes grupos etários, principalmente jovens. Discutir esse assunto abre espaço para a conscientização sobre saúde mental, promovendo a desestigmatização e encorajando a busca por apoio.

Além disso, ao criar ambientes seguros e acolhedores, como as rodas interativas, possibilitamos que as pessoas compartilhem suas experiências e sentimentos, fortalecendo a rede de apoio social. Essa troca não apenas ajuda a identificar sinais de sofrimento, mas também contribui para o desenvolvimento de estratégias de enfrentamento. Portanto, investir na conversa sobre prevenção do suicídio é fundamental para construir uma sociedade mais empática e preparada para lidar com questões de saúde mental.

A apresentação do tema da prevenção do suicídio se justifica pela crescentes incidência desse fenômeno nas

sociedades contemporâneas, que evidencia a urgência em discutir a saúde mental de forma aberta e acolhedora, com o aumento das taxas de suicídio, especialmente entre jovens, torna-se imprescindível criar estratégias que promovam a conscientização e a desestigmatização, permitindo que mais pessoas se sintam a vontade para buscar ajuda.

O presente estudo tem como objetivo relatar a experiência vivenciada por acadêmicos de Enfermagem acerca da realização de uma roda interativa como estratégia de prevenção ao suicídio voltada a usuários de um serviço de saúde Mental, enfatizando a importância do diálogo e do suporte emocional entre os participantes. Além disso, pretende-se identificar os desafios enfrentados durante a implementação da roda interativa, propondo reflexões que possam otimizar essa experiência. Por fim, o relato visa contribuir para o conhecimento coletivo sobre práticas de prevenção ao suicídio, promovendo uma conscientização mais ampla sobre a saúde mental na sociedade.

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência descritivo de abordagem qualitativa, da disciplina de processo de cuidar na saúde mental. A atividade foi realizada no centro de atenção psicossocial (CAPS) de Barreira. A unidade atende adultos e crianças que apresentam algum tipo de transtorno mental ou psíquico. A unidade é composta por uma equipe de: uma psiquiatra, uma psicóloga, uma enfermeira e assistente social. A atividade foi realizada no dia 26 de setembro de 2024, o nosso público alvo foram os pacientes, quantitativo de 20 pessoas.

Foi realizada uma roda de conversa onde falou-se sobre a importância da prevenção do suicídio, e a foi dividida por três fases.

1-Dinâmica de acolhimento/interação (Apresentação da equipe, a seguir cada participante apresentou-se e posteriormente foi distribuída uma folha A4 e nela continha uma árvore e no centro tinha uma frase motivos para viver, na qual os participantes tinham de escrever os motivos que lhes fazem viver).

2-Desenvolvimento da proposta principal do grupo- roda de conversa (Inicialmente foi abordado sobre o setembro amarelo, a seguir falou-se sobre o que é suicídio, a importância da prevenção, reconhecimento dos sinais de alerta, importância de procurar ajuda profissional e sobre os mitos e verdades).

3-Dinâmica de fechamento (Foi tocada uma música no violão e foram distribuídos balões e nele continha frases motivadoras, com intuito de incentivar a autovalorização).

Para realização da atividade foram utilizados os seguintes materiais: folhas A4, canetas, folders, lápis de cor para as crianças colorirem.

Ressalta-se que foi mantido confidencialidade e anonimato dos participantes e respeito à resolução 466/2012 que trata da pesquisa com seres humanos.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A roda de interação ocorreu no Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) geral do município de Barreira, com o objetivo de proporcionar um ambiente acolhedor e de escuta qualificada. Nesse espaço, os usuários puderam não apenas receber informações sobre prevenção de suicídio e identificar sinais de sofrimento, mas também compartilhar suas próprias experiências. Isso permitiu a criação de um ambiente de interação saudável entre os acadêmicos e os usuários do serviço, favorecendo o fortalecimento dos vínculos e o apoio mútuo (RIBEIRO et al., 2008 apud SOUZA, 2016).

De acordo o relato de Conte (2012), a prevenção do suicídio deve ser conduzida por meio de ações educativas



voltadas à redução de novos casos, além de se concentrar em grupos expostos a situações de risco ou com ideação suicida. Esse entendimento se alinha com as experiências vividas durante a roda de conversa realizada no serviço, onde muitos dos pacientes, devido à sua condição de vulnerabilidade mental, relataram considerarem frequentemente o suicídio.

O local da roda interativa foi cuidadosamente preparado antes do início dos atendimentos. Conforme os pacientes chegavam para aguardar, foram convidados a participar da atividade. Além disso, foi criado um espaço especial para entreter as crianças que acompanhavam alguns dos pacientes, oferecendo materiais de pintura e figuras para colorir, garantindo assim um ambiente acolhedor.

A atividade contou com 20 usuários e foi organizada em quatro etapas principais. A primeira fase incluiu uma apresentação e uma dinâmica de integração, utilizando uma "árvore dos sonhos" como ferramenta, onde os participantes foram convidados a preencher com as suas reflexões sobre "Razões para viver". Em seguida, houve uma exposição sobre o tema central, promovendo discussões e esclarecimentos. A terceira fase foi uma dinâmica de avaliação, em que os participantes analisaram e discutiram mitos e verdades sobre o suicídio a partir de materiais impressos. Para encerrar, foi realizada uma sessão de musicoterapia ao som de "Tá Escrito", do Grupo Revelação, seguida da distribuição de lembrancinhas, folders e balões que ao se estourar ofereciam folhas com palavras motivadoras escritas nelas como finalização.

Além disso, desde o planejamento até a execução, a sua capacidade individual de atender às demandas da saúde mental com maior perspicácia. atividade trouxe benefícios tanto para os usuários, que tiveram a oportunidade de refletir e aprender sobre o tema, quanto para os acadêmicos, que puderam vivenciar a importância da escuta qualificada e do acolhimento sem julgamentos. A experiência também ampliou a compreensão sobre o sofrimento psíquico e destacou o papel essencial dos profissionais de enfermagem nessa área, assumindo um papel ativo na disseminação desses conhecimentos, fortalecendo

Dessa forma, é fundamental mencionar Coelho (p. 5, 2021), ressaltando que:

Os profissionais de saúde têm o dever de acolher e identificar, o mais cedo possível, os riscos de suicídio, possibilitando assim a prevenção e o tratamento adequado. Além disso, esses indivíduos devem ser inseridos em programas de acompanhamento contínuo, com o objetivo de preservar suas vidas. Diante do aumento dos casos de suicídio nos últimos anos, o papel da enfermagem na linha de frente do cuidado tornou-se ainda mais crucial, consolidando-se como uma peça essencial na prevenção desses casos.

Durante uma roda de conversa, alguns usuários do serviço demonstraram grande sensibilidade, chegando até a se emocionar ao compartilhar suas experiências. Esses momentos revelaram de forma profunda a realidade do sofrimento e da opressão mental que muitos enfrentaram, algo que foi possível experienciar apenas na prática. Teve um episódio de desestabilidade de uma usuária do serviço que acabou tendo uma pequena crise devido aos traumas que carregava, sendo engatilhados pelo som dos balões sendo estourados, no momento do ocorrido pode-se acolher e trabalhar para estabilização da paciente.

Os resultados foram alcançados, a saber, a discussão sobre a temática da prevenção do suicídio, estabelecer uma relação saudável de escuta e expressão, e estabelecer um ambiente de acolhida para os usuários do CAPS de Barreira.

CONCLUSÕES

Conclui-se, portanto, que a realização de atividades de escuta e promoção da saúde nos serviços de atenção psicossocial é fundamental para melhorar a saúde mental dos usuários. A ação externa para a prevenção do suicídio desempenhou um papel importante na disseminação desse conhecimento, além de incentivar os



participantes a refletir sobre a mensagem da pasta: "Você não está sozinho, peça ajuda".

AGRADECIMENTOS

Gratidão a Deus pelo dom da vida, especialmente pela força e sabedoria concedidas para a elaboração deste trabalho. Agradecemos a Professora Hilana Dayana Dodou pelo suporte e orientação durante o período de prática no campo de estágio e ao CAPS de barreira por proporcionar essa experiência profissional. Por fim, agradecemos as nossas famílias pelo apoio incondicional e motivação diária.

REFERÊNCIAS

- SOUSA, Adriana Selis de et al. Prevenção do câncer de colo de útero e de mama: roda de conversa com usuárias do CAPS de Esperança-PB. 2016.
- COELHO, Ana Karina Rodrigues et al. Práticas de enfermagem associadas às dinâmicas de prevenção ao suicídio: Um relato de experiência. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 4, 2021.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Suicídio. 2021. Disponível em: <https://www.who.int>. Acesso em: 12 out. 2024.
- DURKHEIM, Émile. *O Suicídio: Estudo de Sociologia*. 5. ed. São Paulo: Editora Perspectiva, 2000.
- NOCK, M. K. et al. Prevalência, correlações e tratamento do comportamento suicida ao longo da vida entre jovens adultos: um estudo nacional. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, v. 47, n. 4, p. 393-400, 2008.