

HIDROGINÁSTICA COMO TERAPIA EM GRUPO NO PROJETO TERAPÊUTICO SINGULAR EM SAÚDE MENTAL DO SERTÃO DE BANABUIÚ

Régia Carla Nogueira Torres Gomes¹

Bruno Eduardo Rocha Alencar²

Igor Torres Ferro³

Emerson Gonçalves Parente⁴

Aleide Barbosa Viana⁵

Cícero Tiago Fernandes Pereira⁶

A singularidade na construção do Projeto Terapêutico Singular (PTS), advém de um compartilhar coletivo por meio do arranjo do apoio matricial, numa concepção de sujeito, que contemple aspectos biopsicossocial, cultural e espiritual, para que o cuidado seja ampliado. A partir do diálogo multiprofissional em saúde, objetivou-se uma intervenção para um grupo de usuários com sofrimentos psíquicos tais como: depressão, ansiedade e tentativas de suicídios, por meio da atividade física, utilizando as potencialidades do território, no caso o rio, com práticas de hidroginástica. O cenário foi no sertão de Banabuiú, na localidade de Rinaré, lugar agreste do município. As aulas acontecem num pequeno rio, a cada 15 dias, onde proporcionam além do condicionamento físico, bem estar psicológico por meio do lazer, relaxamento e momentos de diálogo e amizade entre os participantes, tendo ainda a dificuldade por parte da Equipe de Saúde da Família (ESF), torná-las mais frequentes. Objetivou-se relatar a experiência do PTS em saúde mental para um grupo com sofrimento psíquico. Trata-se de

¹Graduação em Educação Física pela UNICATÓLICA de Quixadá. Mestre em Ensino na Saúde pela Universidade Estadual do Ceará. Email: regiatorres@hotmail.com

²Graduação em Medicina pela da Universidade de Juazeiro do Norte. Especialista em Saúde da Família. Email: clinicadrbrenoeduardo@gmail.com

³ Graduação em Psicologia pela UNICATÓLICA de Quixadá pela UNICATÓLICA de Quixadá. Especialista em Saúde Mental pela UNICATÓLICA de Quixadá. Email: igortorresferro@gmail.com

⁴Graduação em Psicologia pela UNICATÓLICA de Quixadá. Mestre em psicanálise e sociedade (UCES) Buenos Aires. Email: .egpsi@hotmail.com

⁵Graduação em Enfermagem pela Universidade Estadual do Ceará. Mestre em Cuidados Clínicos. Email: aleideviana@yahoo.com.br

⁶Graduação em Educação Física pela UNICATÓLICA de Quixadá. Mestre em Ensino na Saúde pela Universidade Estadual do Ceará. Email: .proftiagosauade@gmail.com

um relato de experiência, que vem sendo executado desde outubro de 2019, por meio da ESF: médico, enfermeira, agentes comunitários de saúde e equipe multiprofissional, com de oito usuários. O PTS foi elaborado, tendo como uma das estratégias a formação de um grupo, com aulas de hidroginástica no açude local, potencialidade do território, tendo em vista a falta de espaços para promoção da saúde na localidade, tais como: quadras, piscinas ou academias. As aulas acontecem a cada quinze dias, com uma hora de duração, tendo a Profissional de Educação Física da equipe multiprofissional como interventora. Observa-se que as aulas desenvolvem condicionamento cardiorrespiratório, força, flexibilidade, relaxamento e coordenação motora, e vão além. Por serem animadas, com música e em grupo, as aulas têm benefícios psicológicos importantes. Intervir da terapêutica em saúde mental requer desafios que vão além de estruturas físicas, mas com atitudes de boa vontade e decisão de cuidar é possível vencer. Nesse grupo, o PTS foi exitoso, até o período da pandemia, pois as aulas precisaram parar por conta do distanciamento social, mas já estão agendadas para retorno. A alegria e o bem estar dos participantes sobrepujam as dificuldades de locomoção, ampliação da frequência das aulas, e demais barreiras que estão sendo transmutadas em afeto e cuidado de maneira simples e leve, como a vida deve ser.

Palavras-Chave: Saúde Mental; Atividade Física; Projeto Terapêutico Singular

Apoio/Auxílio Financeiro: Não há.