

SIGNIFICADOS DA PARTICIPAÇÃO EM RODA DE TERAPIA COMUNITÁRIA PARA OS ESTUDANTES DE UMA UNIVERSIDADE PÚBLICA¹

Gabrielle Taques Silva*
 Aldenan Lima Ribeiro Corrêa da Costa**
 Cintia Poletto Buzelí***
 Sônia Ayako Maruyama****
 Rosa Lúcia Rocha Ribeiro*****

RESUMO

Este estudo foi desenvolvido no âmbito da pesquisa matricial "Projeto de extensão em interface com a pesquisa Formação de terapeutas comunitários, assistência à saúde estudantil e pesquisa-ação". Objetivou compreender os significados da participação em roda de Terapia Comunitária (TC) para os estudantes universitários. Foi realizada uma pesquisa de campo do tipo intervenção com objetivo exploratório e descritivo na abordagem qualitativa. Como espaço de intervenção adotou-se a roda de TC numa universidade federal do Centro-Oeste brasileiro, um momento de ação para promoção da saúde, pois nela os eventos do cotidiano podem ser compartilhados, tendo na própria comunidade um espaço para dialogar sobre eles. A amostra do estudo foi constituída por todos os participantes das rodas realizadas, dos quais três estudantes foram escolhidos para entrevista. Para coleta de dados foram utilizadas a observação direta das rodas e a entrevista semiestruturada. A partir das narrativas, somadas às anotações do diário de campo, chegou-se a três categorias empíricas: TC como intervenção grupal; os significados da TC para seus participantes; e como a TC ajudou no enfrentamento dos seus problemas. Constatou-se que a TC é uma estratégia de intervenção eficiente para promoção da saúde de estudantes universitários, pois propicia o desenvolvimento de ações de autocuidado para o enfrentamento das situações adversas.

Palavras-chave: Promoção da Saúde. Enfermagem. Estudantes.

INTRODUÇÃO

Com a finalidade de promover a saúde estudantil, realizou-se esta pesquisa-intervenção, que teve como objeto de estudo o significado da participação em rodas de Terapia Comunitária (TC) para os estudantes universitários no *campus* de uma universidade federal do Centro-Oeste brasileiro.

Nossa proposta de intervenção foi a realização de rodas de TC que consistissem na reunião de um grupo de pessoas em um espaço no qual se compartilhassem situações vividas, buscando-se uma relação de simetria e circularidade entre os seus participantes, de forma a ser possível ouvir as histórias dos outros e contar suas próprias histórias, e assim, ao compartilhar experiências, conectar-se não só aos sofrimentos das pessoas, mas também às formas de enfrentamentos relatadas por cada

participante⁽¹⁾.

Como a fase de vida de estudante universitário é a juvenil, fase em que ocorrem o processo de independência familiar e as definições no campo profissional e que é também marcada pela entrada numa universidade, ela traz desafios e conflitos, podendo gerar um desequilíbrio emocional. Os problemas que interferem na qualidade de vida do estudante são de ordem pessoal, como a solidão, a timidez, *homesickness* (saudades de casa), sexualidade, perturbações emocionais, mudança de hábito alimentar, cuidar da casa, lazer e os de ordem social, como dificuldades de relacionamento entre os colegas e professores, dificuldades de adaptação ao ensino universitário e baixo rendimento escolar⁽²⁾.

Esses fatores, que colocam em risco a saúde dos jovens, são de caráter social e familiar, portanto exigem ações relacionadas à promoção

¹ Este estudo está inserido no Projeto de Extensão em interface com a Pesquisa "Formação de terapeutas comunitários, assistência à saúde estudantil e pesquisa-ação", cadastrado na Propeq/UFMT sob nº 272/CAP/2010. Financiada pela Fapemat - PROCESSO Nº. 468942/2009.

* Enfermeira. E-mail: gabi_taques@hotmail.com

** Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente da Faculdade de Enfermagem da UFMT. E-mail: aldenan@yahoo.com.br

*** Enfermeira. Mestre em Enfermagem. E-mail: c.poletto@gmail.com

**** Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente da Faculdade de Enfermagem da UFMT. E-mail: soniayako@uol.com.br

***** Enfermeira. Doutora em Enfermagem. Docente da Faculdade de Enfermagem da UFMT. E-mail: rosaluia@gmail.com

da saúde, as quais devem ser levadas em consideração para a adoção de intervenções no próprio contexto sociocultural da universidade.

A saúde do estudante universitário necessita de atenção, pois uma pesquisa desenvolvida pelo Fórum Nacional de Pró-Reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (FONAPRACE) sobre o perfil sociocultural e econômico dos estudantes de graduação evidenciou que há neste segmento estudantes solteiros menores de 25 anos que, necessitando migrar de suas cidades de origem para cursar a universidade, precisaram morar com parentes ou outros estudantes, vivem em casa estudantil e têm responsabilidade financeira na família, fatores que contribuem para a crise emocional que afeta um terço desta população⁽³⁾.

Outro agravo que atinge os estudantes é o consumo de álcool e drogas. Um estudo desenvolvido com estudantes de enfermagem de uma universidade de Santa Catarina destaca que 70% dos participantes consomem bebida alcoólica. Destes, 62% afirmaram que já ficaram embriagados e 57% não se lembraram de quantas vezes. Em relação aos locais de consumo de bebida alcoólica, observou-se que em 20% dos casos ele se dá em bares e festas e em 5%, na própria universidade. Estudantes que saem de casa pela primeira vez podem encontrar no álcool um coadjuvante para encarar desafios⁽⁴⁾. Tais resultados nos alertam sobre a importância de ações que busquem promover a saúde dos jovens universitários e favorecer seu desenvolvimento humano e profissional.

A conquista da saúde é um desafio contínuo cujo alcance pode ser potencializado por intervenções cuidativas grupais que possibilitem ampliar as margens de compreensão a respeito do próprio bem-estar, individual e coletivo. Assim, neste estudo saúde e doença são entendidas tendo a norma como um valor dinâmico e em constante construção e reconstrução subjetiva, portanto, dependente de cada pessoa e do seu contexto sociocultural.

Nesta perspectiva, a saúde é entendida como a “possibilidade de ultrapassar a norma que define o normal momentâneo, a possibilidade de tolerar infrações à norma habitual de instituir normas novas em situações novas”^(5:158); ou seja, para ser saudável é necessário poder adoecer e se recuperar e sentir-se não apenas adaptado ao

meio e às suas exigências, mas também ter a capacidade de ser normativo, conseguindo adotar novas normas de vida. Pressupõe-se que, quando se proporcionam aos jovens ações que lhes possibilitem a constituição de novas normas de vida ante as dificuldades que se estabelecem no contexto de uma universidade, suas chances de conquistar a saúde são maiores.

Dessa forma, a TC surge como uma tecnologia de cuidado que possibilita a promoção da saúde, embasada em cinco conceitos teóricos: Pensamento sistêmico, Teoria da Comunicação, Antropologia cultural, Pedagogia de Paulo Freire e Resiliência⁽¹⁾. Trata-se de uma importante ferramenta de cuidado, visto ser um espaço de acolhimento, escuta, reflexão, partilha de sofrimentos e sabedoria de vida, que ocorre de maneira circular e horizontal, beneficiando as relações interpessoais, a formação de redes sociais solidárias e a utilização da cultura popular como subsídio para a solução dos problemas vivenciados⁽⁶⁾. Assim, nosso objetivo neste estudo foi compreender os significados da participação em roda de Terapia Comunitária (TC) para estudantes universitários nela envolvidos.

O estudo se justifica na Enfermagem e na área de saúde em geral por oferecer subsídios reflexivos e práticos sobre o cuidado grupal aos profissionais que se interessam em compreender as implicações teóricas e metodológicas envolvendo sua atuação no cuidado à saúde juvenil, e ainda pelo exíguo número de publicações sobre pesquisa-intervenção envolvendo a promoção da saúde de estudantes universitários que utilizem como intervenção as rodas de TC nesse contexto social.

METODOLOGIA

O estudo consiste de uma pesquisa de campo do tipo intervenção, com objetivos exploratórios e descritivos na abordagem qualitativa.

É qualitativa no sentido de estar ligada à análise dos sentidos, buscando acompanhar o cotidiano das práticas, criando um campo de problematização para que o sentido possa ser extraído das tradições e das formas estabelecidas, instaurando tensão entre representação e expressão, o que faculta novos modos de subjetivação^(7:66).

Nesse modo de pesquisa as questões sociais devem ser problematizadas com os grupos e as organizações populares, fazendo-se ativamente a construção e o exercício da cidadania. Dessa forma, partindo-se da interação entre o saber acadêmico (dos pesquisadores) e os saberes populares (dos sujeitos individuais e coletivos envolvidos na pesquisa)⁽⁷⁾, pode-se chegar à constituição de um novo saber.

Apostamos, então, em uma intervenção que buscasse integrar o grupo de estudantes em torno das necessidades características dessa fase da vida e encontramos na TC os elementos que nos permitiram oferecer um cuidado grupal e, ao mesmo tempo, colher dados empíricos construídos pelos próprios estudantes em suas narrativas no decorrer da intervenção proposta.

As rodas de TC foram realizadas semanalmente, após as atividades acadêmicas, conduzidas por dois terapeutas comunitários. Os participantes sentaram-se formando um círculo de modo a possibilitar a visualização de todos entre si. Procedeu-se, então, à intervenção, de acordo com suas etapas: no **acolhimento**, o coterapeuta ofereceu as boas-vindas aos participantes, definindo a TC, explicando suas regras e promovendo uma dinâmica para integrar os participantes; na **escolha do tema**, os participantes falaram sobre seus problemas e, em seguida, todos votaram, escolhendo o tema que seria compartilhado naquele dia; na **contextualização**, o participante cujo tema foi escolhido pôde falar mais sobre seu sofrimento a partir de questionamentos dirigidos a ele pelos terapeutas e demais participantes; na **problematização**, momento de reflexão do grupo a partir da situação apresentada, os terapeutas estimularam a partilha de experiências e estratégias de enfrentamento das situações parecidas vivenciadas pelos demais; no **encerramento**, a “roda dos apoiados” foi formada e cantaram a música da TC e, nesse momento, o coterapeuta ressaltou e parabenizou a coragem da pessoa que trouxe o tema, a confiança no grupo e os demais participantes por terem ouvido com respeito⁽¹⁾.

A coleta de dados foi realizada no período de abril e maio de 2011, totalizando cinco intervenções terapêuticas, com participação média de doze pessoas em cada uma, das quais três foram escolhidas para entrevista para validar

os aspectos registrados em diário de campo realizados durante as rodas. A escolha dos entrevistados teve como critérios de inclusão ter idade igual ou superior a 18 anos, conseguir se expressar verbalmente com coerência e ter participado de uma ou mais rodas da TC. A fim de assegurar o anonimato, foram escolhidos pelos estudantes os pseudônimos Ana, João e Maria. Este cuidado faz parte dos critérios preconizados pela Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde⁽⁸⁾ e assumidos quando recebemos o parecer favorável do Comitê de Ética em Pesquisa (protocolo 817/CEP-HUJM/2010).

Foram utilizadas como técnicas de coleta: 1) a observação direta das rodas de TC, método de origem socioantropológica, que possibilita captar várias situações às quais não se teria acesso somente por meio de entrevista, tendo sido essas observações registradas em diário de campo; 2) a entrevista semiestruturada, que combina perguntas estruturadas e abertas e em que o entrevistado tem a possibilidade de discorrer sobre o tema a partir do foco proposto pelo pesquisador, tendo sido aplicados os questionamentos: “Conte-me como está sendo sua experiência como estudante universitário”; “Como a TC ajudou você na compreensão ou resolução do seu problema?”; “Você percebe alguma mudança em si depois que começou a frequentar a TC?”.

As entrevistas foram gravadas e depois digitadas. Os dados foram submetidos à leitura fluente, buscando-se os núcleos de sentidos. Em seguida foi realizada uma leitura mais aprofundada, para verificar se a compreensão na leitura prévia havia sido alcançada. Posteriormente, por aproximações sucessivas, os núcleos de sentidos foram agrupados em categorias empíricas de análise, as quais foram analisadas com base nos pressupostos teórico-metodológicos de autores da Socioantropologia.

As narrativas, somadas às anotações do diário de campo, permitiram a compreensão do significado da TC para os estudantes universitários que dela participaram. Assim, do material empírico foram extraídos os principais temas, formando-se três categorias: A TC como intervenção grupal; O significado da TC: quando falo sobre mim, ensino; quando ouço, aprendo; e

a Terapia Comunitária enquanto espaço de fala, escuta e partilha.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Terapia Comunitária como intervenção grupal

Os grupos de estudantes universitários foram considerados como contexto privilegiado para intervenção e pesquisa-ação, já que neles é possível uma aproximação da complexidade da vida cotidiana universitária com suas articulações, atualizações e transformações. Neste sentido, a TC representou uma oportunidade para reconstruir e ressignificar histórias pessoais e coletivas com base nas experiências e narrativas que nela se processaram.

Neste entendimento, a TC, como proposta interventiva, buscou interpretar e descrever as manifestações concretas das experiências trazidas para as rodas de TC, na quais as autoras se situaram como pesquisadoras e cuidadoras, ou melhor, como interventoras no processo do cuidado grupal. Abaixo, exemplos de situações narradas pelos estudantes e discutidas nas rodas:

Na roda de hoje o tema escolhido foi de um aluno que tinha como problema base a dislexia e naquele momento seu maior sofrimento era sentir-se excluído do seu grupo de amigos pelo fato de ter dificuldade em se comunicar. A terapeuta lançou o a pergunta: "Quem já se sentiu excluído e o que fez para superar?". Durante a problematização, outros problemas emergiram, como uma aluna que referiu sofrer discriminação por ser homossexual e outra que relatou ser discriminada pela sua família por ter escolhido o curso de biologia (Nota de Campo, 28/04/2011).

Nessa roda, a intervenção se deu a partir do momento em que o participante conseguiu expressar de forma clara a dificuldade em se comunicar e também assumir seu sofrimento perante o grupo, que até então lhe era desconhecido. No momento da problematização, outras pessoas puderam relatar sentimentos de exclusão vivenciados no decorrer de suas vidas e os modos como cada um enfrentou este sentimento. Tais relatos oportunizaram ao participante cujo tema foi escolhido relativizar a sua situação bem como instrumentalizá-la quanto a estratégias de superação.

Entendeu-se a TC como uma intervenção cuja finalidade foi desencadear uma ação transformadora e investigadora no grupo participante de cada roda terapêutica realizada no sentido de propiciar o desenvolvimento de ações de autocuidado para o enfrentamento de situações adversas que, em determinado momento da vida do estudante universitário, tivessem gerado angústia, tristeza e dificuldade de enfrentamento para a superação.

Eu tive a oportunidade de contar com ajuda lá na terapia e as pessoas deram exemplos. Muitas pessoas já passaram pelo mesmo problema e puderam me dar dicas de como eu posso reverter [...] (João).

Observou-se que o estudante conta com a TC como um espaço em que se tem a oportunidade de falar, desabafar. Na universidade, outras ações - como cursos de inclusão digital, curso de idiomas, o Programa Conexões de Saberes, que propicia ações de extensão/formação/pesquisa, campanhas de promoção à saúde, palestras e seminários - também visam à promoção da saúde dos estudantes. A universidade oferece também um programa de apoio psicossocial que atende estudantes com distúrbios psíquicos e situações de dependência de álcool e outras drogas⁽⁹⁾. O espaço da TC oportunizou ao estudante poder falar de sua própria vivência, tendo como apoio o grupo de pessoas que ali se encontrava.

Com base em um estudo desenvolvido sobre intervenções grupais nos direitos humanos, pode-se dizer que, entre os vários tipos de intervenção existentes, a TC se situou como uma intervenção terapêutica de sustentação, facilitação e mediação⁽¹⁰⁾.

A intervenção é Terapêutica por ser promotora de saúde no sentido de cuidar com base na escuta, no respeito às manifestações dos participantes; no lúdico promotor do riso e bem-estar efetivados nas brincadeiras, músicas e manifestações culturais; no respeito e no compartilhamento das experiências de conquista do bem-estar individual e coletivo. É de sustentação no sentido de amparar, fortificar e defender como uma unidade comum, na medida em que cada membro da roda terapêutica já passou ou está susceptível a passar por experiência semelhante àquela narrada, buscando a ajuda (sustentação) do grupo. É de facilitação por apontar novos caminhos, novas

formas de encaminhar a vida com base nas experiências trazidas pelos participantes, que já vivenciaram a superação de adversidades semelhantes. Por fim, é de Mediação porque o grupo serve de intermediário para favorecer e ampliar as alternativas de resolução das dificuldades e sofrimentos trazidos para a roda de TC. Verificou-se essa dinâmica através do relato de observação de uma das TCs realizadas.

Na roda de hoje uma menina falou que está angustiada por não saber o que fazer com seus sobrinhos que estão morando com ela, pois o pai deles (irmão dela) faleceu e a mãe no momento não tem condições de criá-los. Uma pessoa celebrou a inauguração de um espaço novo no Pronto-Socorro Municipal; um aluno expôs que se sente culpado por sua mãe estar com depressão e está angustiado por não saber realmente como sua mãe está. As pessoas que se identificaram com os temas falaram e votaram, e o tema eleito foi o do último participante. Ele falou mais um pouco sobre o seu problema e, durante sua exposição, surgiu outra angústia - a de que ele sente saudades de casa. As pessoas que já passaram por isso disseram o que fizeram para superar como comprar um celular para poder falar mais com a mãe, dar um celular de presente para a mãe, visitar a mãe com mais frequência (Nota de Campo, 19/05/2011).

Nessa roda observou-se que o tema eleito é bastante comum no meio acadêmico, pois há muitos alunos que saem de casa para cursar a universidade. A saudade de casa, quando não se tem uma rede de apoio para um suporte afetivo e emocional, pode se tornar um problema para a qualidade de vida do estudante, bem como acarretar prejuízos durante sua formação acadêmica.

Na TC a intervenção se dá também através das redes de relações estabelecidas, incluindo-se famílias, vizinhos, amigos e a coletividade para amparar as pessoas que estejam passando por um momento de sofrimento⁽¹⁾.

Conheci até meu melhor amigo da faculdade na Terapia Comunitária (Maria).

Na roda de hoje, uma participante chegou com uma mala de viagem que havia emprestado para o amigo que conheceu nos encontros de TC (Nota de Campo, 05/05/2011).

As narrativas permitiram apontar que a realização da TC proporcionou aos estudantes

formação de laços de amizade e de apoio, o que facilita a superação dos seus problemas, constituindo-se como uma ferramenta de reflexão sobre a realidade dos estudantes da graduação a fim de contribuir para o atendimento das necessidades emergidas na vida cotidiana da universidade e fora dela.

O significado da TC: quando falo sobre mim, ensino; quando ouço o outro, aprendo

Essa prática de cuidado tem como pressuposto que as competências e os saberes produzidos na experiência dos indivíduos os tornam verdadeiros especialistas do sofrimento, permitindo que eles colaborem na “superação de obstáculos e na produção de um saber geralmente ignorado pela academia”^(1:113).

Nos encontros de TC vários foram os temas propostos pelos participantes, destacando-se a saudade da casa materna, a solidão, a morte de um ente querido, a insatisfação com o corpo físico, dificuldades financeiras, preocupação com a carreira profissional, conflitos familiares e com os colegas, medo de não dar conta das tarefas curriculares e de tirar notas abaixo da média, etc. Cada tema respondia à necessidade de mais de um estudante participante, pois mesmo aqueles que permaneciam em silêncio demonstravam interesse, e alguns manifestavam o apoio e os estímulos recebidos nos diálogos subsequentes ao término da roda:

A terapia, pra mim, é um lugar em que se podem expor seus problemas e onde as outras pessoas também podem estar te ajudando a resolvê-lo (João).

Eu achei que trocar experiências te deixa menos angustiado e te dá um norte para tentar achar um caminho (Ana).

Do que eu mais gosto? Quando eu percebo que uma pessoa, ou até mesmo eu, que coloquei o problema, tem pessoas que se identificam muito e que trazem vivências né? Que justificam a mesma aflição (Ana).

Percebeu-se nessas narrativas a importância que a TC vem assumindo na vida dos estudantes, pois constituiu um espaço que permitiu às pessoas enfrentar suas dificuldades a partir do relato das histórias de vida dos outros participantes acerca de como cada um enfrentou ou enfrenta as dificuldades e os sofrimentos que a vida lhes impõe⁽¹⁾. Os membros do grupo se

ajudavam por meio dessa troca de experiências, uma vez que a escuta da vivência de cada um contribuiu para que todos se tornassem corresponsáveis pela resolução dos problemas e pela superação dos desafios enfrentados.

Durante as rodas de TC, “além de poder falar sobre o que está causando sofrimento, compartilham-se maneiras de enfrentamento que cada participante utilizou para a resolução dos seus problemas”^(11:611), e assim cada participante tem a opção de acolher essas estratégias de modo a suscitar força para enfrentar as angústias da melhor maneira possível:

Eu venho aqui (na TC) e escuto uma história ou outra, às vezes eu não falo nada, mas me identifico com as coisas e tá sendo bom pra mim, tá me ajudando (Maria).

Sempre eu me identifico com os temas. Acho que não teve nenhum tema que foi proposto que eu não me posicionei, que eu nunca tenha contribuído, porque sempre tem alguma experiência que me faz pensar, participar do assunto (Ana).

Essas falas revelaram que a roda contribuiu não só para a pessoa que teve seu problema escolhido, mas também para os participantes que não relatavam suas angústias, pois se identificavam de algum modo com a situação discutida. No momento da problematização, dava-se aos participantes a oportunidade de relatar suas experiências relacionadas ao tema e às estratégias de superação da situação que já haviam vivenciado. “Na escuta ativa, aprendo. Quando falo de mim, estou ensinando e quando ouço o outro estou aprendendo”^(1:281).

Da mesma maneira, um estudo desenvolvido com gestantes de uma unidade de Saúde da Família em João Pessoa - PB apontou que a TC é um espaço de fala e de escuta qualificada, oportunizando momentos de autoconhecimento, de diálogo e exploração de aspectos subjetivos, promovendo o desenvolvimento do processo de revalorização e produzindo um estilo de vida mais confiante. Esses encontros teciam laços de apoio e proporcionavam mudanças para os membros, uma vez que estavam inseridos numa mesma cultura e compartilhavam suas vivências, apresentavam afinidades em suas angústias e sofrimentos e buscavam soluções para eles⁽¹²⁾. Nas narrativas dos participantes a TC emergiu como um espaço de formação de redes de apoio:

A Terapia me ajudou, porque eu tô mais tranquila, tô me sentindo mais tranquila assim, eu tô num grupo que eu chego e posso contar alguma coisa (Maria).

Ah, me ajudou assim porque sempre que eu tô com algum problema eu penso assim: vou lá na terapia e vou contar [...] Eu desabafo (Maria).

Eu acho que a terapia só acrescenta ponto positivo. Você sai mais alegre, brinca, conversa com pessoas (João).

Essas narrativas revelaram, ainda, a manifestação do sentimento de alegria, alívio e conforto pela oportunidade de estar em um grupo em que se pôde falar e ter o seu problema compartilhado, possibilitando a diminuição e/ou solução do seu sofrimento, da sua angústia. Essa partilha de experiências contribui para a formação de uma rede de apoio social.

A TC é vista como uma rede de apoio social, uma vez que as pessoas contam com o apoio emocional contínuo, pois se encontram para falar dos seus problemas e contam com o acolhimento, confiança e solidariedade do grupo⁽¹⁴⁾. Esses laços de apoio proporcionados pelas rodas são importantes para que as pessoas se sintam fortalecidas para o desafio das vivências do cotidiano.

As observações dos comportamentos durante os encontros e as narrativas dos participantes evidenciaram que o seu significado para os estudantes é de acolhimento, apoio, solidariedade e cuidado humano relacional, pois permite o estabelecimento de momentos de diálogo orientado para o bem-estar, o conforto, a criação de laços de amizade e ajuda mútua.

Terapia Comunitária: espaço de fala, escuta e partilha

As rodas de TC são entendidas como um processo interventivo grupal e um momento de ação para promoção da saúde, pois nela as angústias, dúvidas, sofrimentos e problemas do cotidiano podem ser trabalhados tendo na própria comunidade as resoluções para suas necessidades.

Há um ditado popular que revela a importância de expressar os sentimentos e as emoções: “Quando a boca cala, o corpo fala e quando a boca fala, o corpo sara”. (Ditado popular utilizado pelo criador da TC, Adalberto Barreto, para motivar as pessoas a falarem de

suas angústias durante as rodas). Os sentimentos, quando não expressados, tendem, mais cedo ou mais tarde, a afetar o bem-estar físico e mental. Percebeu-se que a TC foi um ambiente apropriado para o estudante exercitar a fala; proporcionou a exposição das angústias e sofrimentos através das palavras *ser respeitado e não julgado*, e com isso cada um teve a oportunidade de reconhecer as possibilidades de compreensão e enfrentamento dos problemas cotidianos⁽¹³⁾. A fala a seguir afirma esse provérbio utilizado nas rodas de TC:

Quando a gente fala dos nossos problemas, eu acho que é mais fácil você identificar o que você tá passando [...] às vezes é mais fácil, tipo de tomar uma decisão, né? De você melhorar aquilo que você tá sentindo (Maria).

Além de permitir falar do que está causando sofrimento, a roda também foi um espaço de compartilhamento das estratégias de enfrentamento que cada participante fez para resolver seus problemas. O fato de várias pessoas terem afirmado que passaram por situações semelhantes ampliou o leque de possibilidades de solução para a pessoa que expôs sua aflição e também evidenciou que todos têm algum tipo de sofrimento, mas que existem várias maneiras de solucioná-lo ou enfrentá-lo. As falas abaixo traduziram este fato:

Ah, porque através da TC muitas pessoas se identificaram com o meu problema, né? [...] puderam falar de como eles conseguiram resolver, contornar o problema deles, e isso me ajudou, porque a partir do que eles falaram eu captei algumas coisas e consegui introduzir no meu dia a dia (João).

De modo mais particular, as pessoas acabam colaborando indiretamente [...] o fato de você expor o problema e a outra pessoa já ter passado pelo mesmo problema faz com que ela acabe contribuindo, né? Trazendo dicas, experiências (Ana).

Percebeu-se que o fato de as outras pessoas exporem as estratégias de enfrentamentos utilizadas para a resolução do tema eleito para discussão na roda contribuiu para os participantes ressignificarem seus problemas.

Outra maneira pela qual a TC ajudou no enfrentamento dos desafios cotidianos emergidos das narrativas dos participantes deste estudo foram as perguntas que os outros

membros do grupo faziam para compreender melhor o problema da pessoa que teve o tema escolhido. A terapia tem ajudado as pessoas a descobrir “a beleza e a força” que existe dentro delas e suscitar sentimentos e percepções que refletem um aumento da autoestima o prazer de conviver com outros, o que contribui para melhor qualidade de vida⁽¹⁴⁾:

Quando as pessoas faziam perguntas tentando entender o meu problema, eu conseguia já me autoperceber; quando eu tentava responder, eu já tava respondendo pra mim mesma que muitas vezes a pergunta dela eu nunca tinha me perguntado. Isso me fez refletir pra poder responder, então respondi pra ela e pra mim mesma (Ana).

Antes de responder às indagações que surgiam, a participante respondia para si mesma, evidenciando que as perguntas feitas pelos outros da roda haviam estimulado a reflexão sobre o seu problema. Isso é um dos objetivos das rodas de TC: fortalecer a autoestima individual e coletiva. Na medida em que uma pessoa tem oportunidade de verbalizar ao grupo sua situação, cada pessoa consegue também adquirir confiança para enfrentar esta situação, já que esta se apequena ao ser exposta aos membros do grupo.

Essa fala mostrou também o poder resiliente da participante. A vivência individual e a partilha de sofrimentos são fonte de conhecimento, e as reflexões geradas pelas rodas de TC são importantes, pois elas “funcionam como mola propulsora para o processo de empoderamento e resiliência”⁽⁶⁾.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base na pesquisa-intervenção apresentada, podemos afirmar que a TC é uma intervenção eficiente quando se trata de situações angustiantes do cotidiano de vida dos universitários, não como estratégia de tratamento, mas como prevenção de agravos e promoção da saúde deles, uma vez que propicia o desenvolvimento de ações de autocuidado, momentos de diálogo orientado para o bem-estar, formação de laços de amizade, apoio e ajuda mútua, facilitando o enfrentamento das situações adversas do cotidiano.

Tivemos como limitação do estudo o número de participantes e o período de oferta das rodas de TC em dois meses consecutivos, por se tratar de um estudo piloto integrante de um projeto matricial cujo foco era a assistência à saúde estudantil de todo o *campus* universitário. Ainda assim, nosso objetivo de compreender o significado da TC para os universitários foi alcançado. Constatamos ainda que a TC pode ser utilizada como estratégia de reflexão quanto à qualidade de vida dos estudantes universitários com o objetivo de entender a realidade deles e contribuir para o atendimento das suas necessidades. Recomendamos, então, investir em espaços coletivos de ajuda como a TC, para

atendimento à saúde estudantil, pois nela os participantes promovem a própria saúde ao experimentarem um processo de ajuda mútua por meio da troca de experiências vividas, e a escuta da vivência de cada um contribui para que todos se tornem corresponsáveis pela resolução e entendimento dos problemas enfrentados.

Fica como sugestão que se realizem novas pesquisas científicas utilizando a TC como intervenção na promoção da saúde estudantil no contexto sociocultural universitário, em um período de tempo mais longo, de modo a atender uma parcela maior de estudantes e evidenciar novas nuances da vida universitária.

THE MEANINGS OF PARTICIPATING IN GROUPS OF COMMUNITY THERAPY FOR STUDENTS OF A PUBLIC UNIVERSITY

ABSTRACT

Study developed in the ambit of the matrix research "Extension Project related to the research: Development of community therapists, assistance to healthcare students and action-research". It aimed to understand the meanings of the participation in Community therapeutic groups (CT) for college students. A field survey as an intervention with an exploratory and descriptive purpose in a qualitative approach was carried out. The intervention took place around a CT group at federal university from the Midwest of Brazil, a moment of action for health promotion, since in these groups it is possible to share daily events having in their own community a space to discuss about them. The study sample consisted of all participants of the groups, where three students were selected for an interview. A direct observation of the groups and a semi-structured interview were used for data collection. The narratives, added to the field diary of observations, generated three empirical categories: Group intervention as CT; The meanings of CT for its participants; and How CT helped in coping with their problems. It was noted that CT is an effective intervention strategy to promote the health of college students, since it promotes the development of self-care actions to cope with adverse situations.

Keywords: Health Promotion. Nursing. Students.

SIGNIFICADOS DE LA PARTICIPACIÓN EN RUEDA DE TERAPIA COMUNITARIA PARA LOS ESTUDIANTES EN UNA UNIVERSIDAD PÚBLICA

RESUMEN

El estudio desarrollado dentro de la búsqueda matriz "Proyecto de extensión en interfaz con la búsqueda: formación de terapeutas comunitarios, asistencia estudiantil y búsqueda-acción". Objetivó comprender los significados de la participación en las ruedas de Terapia Comunitaria (TC) para los estudiantes universitarios. Una búsqueda de campo del tipo intervención con objetivo exploratorio y descriptivo con enfoque cualitativo. Como espacio de intervención, fue adoptado la rueda de TC en una universidad federal del centro oeste del Brasil, un momento de acción para promoción de la salud, porque los eventos del cotidiano pueden ser compartidos, siendo en propia comunidad uno espacio para dialogar sobre ellos. La muestra del estudio consistió de todos los participantes de las ruedas, de las cuales tres estudiantes fueron seleccionados para entrevista. Para coleta de datos fue utilizado la observación directa de las ruedas y la entrevista semi-estructurada. A partir das narrativas agregadas al diario de campo das observaciones, fue llegado a tres categorías empíricas: La TC como intervención grupal; Los significados da TC para sus participantes; y Como a TC ayudo no enfrentamiento de sus problemas. Fue constatado que la TC é una estrategia de intervención eficiente para promoción de la salud del estudiantes universitarios, porque propicia lo desenvolvimiento de acciones de auto cuidado para enfrentamiento de las situaciones adversas.

Palabras clave: Promoción de la Salud. Enfermería. Estudiantes.

REFERÊNCIAS

1. Barreto AP. Terapia comunitária passo a passo. Fortaleza: Grafia LCR; 2010.
2. Ferraz MF, Pereira AS. A dinâmica da personalidade e o Homesickness (saudades de casa) dos jovens estudantes

- universitários. *Psicologia, saúde & doenças*. 2002, 3(2):149-64.
3. ANDIFES. Associação Nacional dos Dirigentes das Instituições Federais de Ensino Superior. Perfil Socioeconômico e Cultural dos Estudantes de Graduação das Universidades Federais Brasileiras. [acesso em: 2012 ago 9]. Disponível em: <http://www.fonaprace.andifes.org.br/index.php?option=com_content&view=article&id=75:perfilesocioeconomico-e-cultural-dos-estudantes-de-graduacao-das-universidades-federais-brasileiras&catid=35:nacional&Itemid=58>
4. Stamm M, Bressan L. Consumo de álcool entre estudantes do curso de enfermagem de um município do oeste catarinense. *Cienc cuid saúde*. 2007, 6(3):319-24.
5. Canguilhem G. O normal e o patológico. 6ª ed. rev. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2007. p. 158.
6. Rocha IA, Braga LAV, Tavares LM, Andrade FB, Ferreira Filha MO, Dias MD, et al. A terapia comunitária como um novo instrumento de cuidado para a saúde mental do idoso. *Rev bras enferm*. 2009; 62(5): 687-94.
7. Rocha ML, Aguiar KF. Pesquisa-intervenção e a produção de novas análises. *Psicol cienc prof*. 2003, 23(4): 64-73.
8. Brasil. Ministério da Saúde. Conselho Nacional de Saúde. Comissão Nacional de Ética em pesquisa. Resolução 196/96. Dispõe sobre pesquisa envolvendo seres humanos. Brasília; 1996.
9. Brasil. Ministério da Educação. Universidade Federal de Mato Grosso. Pró-Reitoria de Extensão, Cultura e Vivência. PROCEV. 2010. [Acesso em: 2011 jun 12]. Disponível em: <<http://www.ufmt.br/ufmt/unidade/index.php/secao/siteAlt/301/298/PROCEV>>.
10. Marra MM. Introdução. In: Fleury HJ, Marra MM. *Intervenções grupais nos direitos humanos*. São Paulo (SP): Editora Ágora; 2005. p. 11-8.
11. Buzeli CP, Costa ALRC, Ribeiro RLR. Promoção da saúde de estudantes universitários: contribuições da Terapia Comunitária. *Revista Eletrônica Gestão & Saúde*. 2012; 3(1): 608-19.
12. Holanda VR, Dias MD, Ferreira Filha MO. A contribuição da Terapia Comunitária para o enfrentamento das inquietações das gestantes. *Revista Eletrônica de Enfermagem*. 2007; 9(1): 79-92. [Acesso em: 2011 jun 28]. Disponível em: <<http://www.fen.ufg.br/revista/v9/n1/v9n1a06.htm>>.
13. Souza GML, Silva PMC, Azevedo EBA, Ferreira Filha MO, Silva VCL, Espinola LL. A Contribuição da Terapia Comunitária no Processo Saúde-Doença. *Cogitare Enferm*. 2011; 16(4): 682-8.
14. Cordeiro RC, Azevedo EB, Silva MSS, Ferreira Filha MO, Silva PMC, Moraes MN. Terapia Comunitária Integrativa na Estratégia Saúde da Família: análise acerca dos depoimentos dos seus participantes. *Revista da Universidade Vale do Rio Verde*. 2011; 9(2): 192-201

Endereço para correspondência: Gabrielle Taques Silva. Rua G, quadra 04, número 04, Bairro Jardim Araçá. CEP: 78035-260. Cuiabá, Mato Grosso.

Data de recebimento: 04/11/2011

Data de aprovação: 23/07/2012