

## Experiências e reflexões de um grupo de saúde mental na atenção primária à saúde

André Alexey Polidoro<sup>1</sup>

Cindy Burato Pedrozo<sup>2</sup>

Fernanda Rebelato Mozzato<sup>3</sup>

Sunny Burato Pedrozo<sup>4</sup>

1-3 Universidade do Vale do Itajaí, Campus Itajaí, Itajaí, Santa Catarina, Brasil \*endereço para correspondência e-mail: andre\_alexey@hotmail.com

### Introdução

A depressão, que afeta mais de 300 milhões de pessoas no mundo, tem impacto profundo nas esferas pessoais, sociais e profissionais. Neste contexto, a Atenção Primária à Saúde (APS) emerge como um pilar na detecção precoce e tratamento eficaz dos transtornos mentais. Os Grupos de Saúde Mental, integrados à APS, oferecem um espaço de acolhimento, promovem a inclusão social, dissipam o estigma e fortalecem os laços comunitários, contribuindo para um cuidado integral.

### Objetivos

O objetivo deste artigo é relatar a experiência da criação de um Grupo de Saúde Mental em uma UBS do litoral catarinense, destacando os resultados, impactos e desafios dessa iniciativa na comunidade local.

### Metodologia

Trata-se de estudo qualitativo descritivo, conduzido acerca de um relato de experiência, que analisou um grupo criado em uma UBS no litoral de Santa Catarina.

### Resultados

O grupo foi direcionado a pacientes adultos, com demandas psicológicas identificadas durante consultas. Com reuniões semanais lideradas por um médico da família e acompanhada por estagiários de medicina, o grupo abordou temas de saúde mental, utilizando discussões temáticas e atividades interativas. Tal abordagem oferece aos pacientes a oportunidade de escutar e falar dentro de um contexto que, embora permeado por sofrimento, também cultiva esperança, resiliência e superação. Os participantes destacaram a melhora nos sintomas, o sentimento de acolhimento, a importância do apoio e do refúgio oferecidos, além da oportunidade de serem ouvidos. Desafios como a manutenção do engajamento e a heterogeneidade dos participantes foram enfrentados, mas a divulgação contínua na UBS contribuiu para a sustentabilidade da iniciativa.

### Conclusão

Este relato sublinha a importância dos Grupos de Saúde Mental na APS, ao promoverem um ambiente seguro e colaborativo tanto para pacientes quanto para profissionais. Investir em iniciativas semelhantes é essencial para fortalecer o cuidado mental inclusivo, aprimorar a qualidade do atendimento e fomentar a resiliência das equipes de saúde.

Palavras-chave: Saúde mental; Grupo terapêutico; Atenção Primária à Saúde.



## Referências

Organização Pan-Americana da Saúde. Organização Mundial da Saúde. Depressão. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/depressao>.

American Psychiatric Association. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais. 5.ed. Arlington,VA: American Psychiatric Publishing; 2013.