

**RECURSOS TERAPÊUTICOS EM SAÚDE MENTAL: PERSPECTIVAS PARA ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM**

**THERAPEUTIC RESOURCES IN MENTAL HEALTH: PERSPECTIVES FOR NURSING CARE**

**Mariana Ienne<sup>1</sup>; Monica Vianna<sup>1</sup>; Vanessa Aparecida da Silva<sup>1</sup>; Nildo Daniel da Costa<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Graduadas em Enfermagem pelo Centro Universitário Padre Anchieta, Jundiaí, SP.

<sup>2</sup> Prof. Ms. do curso de Enfermagem do Centro Universitário Padre Anchieta, Jundiaí, SP.

**RESUMO**

O presente artigo tem como objetivo realizar um levantamento das práticas terapêuticas em saúde mental, buscando ampliar a atuação do enfermeiro na assistência de enfermagem a pacientes portadores de transtornos mentais. Trata-se de um levantamento bibliográfico da produção científica dos últimos 10 anos sobre os recursos terapêuticos utilizados em saúde mental e que podem ser desenvolvidos na assistência de enfermagem ao paciente psiquiátrico. Para a coleta de dados foram utilizados os bancos de dados LILACS, SCIELO e BIREME. Propomos analisar as práticas terapêuticas realizadas pelo enfermeiro a pacientes com transtornos mentais, ampliar a visão da assistência em enfermagem a pacientes em sofrimento psíquico e localizar bases que direcionem a assistência de enfermagem à pacientes acometidos por transtornos mentais, possibilitando melhores resultados na busca da autonomia e redução do sofrimento.

**Palavras-chave:** Saúde mental, enfermagem psiquiátrica e práticas terapêuticas.

**ABSTRACT**

This article aims to survey mental health treatment practices, seeking to expand the role of nurses in nursing care of patients with mental disorders. This work is a bibliography

research of scientific literature of the last 10 years on resources used in mental health therapy that can be developed in nursing care of psychiatric patients. In order to collect data we used the databases LILACS, SCIELO and BIREME. We propose to analyze the therapeutic practices performed by nurses to patients with mental disorders, to broaden the concept of nursing care of patients in psychological distress and to find bases that direct nursing care to patients suffering from mental disorders, then providing better results in the search for autonomy and reduction of suffering.

**Keywords:** Mental health, psychiatric nursing and therapeutic practices.

## **INTRODUÇÃO**

Historicamente, o trabalho do enfermeiro na assistência ao doente mental se restringiu à medicalização do paciente. Com a chegada da reforma psiquiátrica mudou-se o enfoque da assistência prestada às pessoas em sofrimento psíquico. Observa-se que com a atual tendência às práticas comunitárias, tornou-se possível a construção do que é hoje chamado de modo psicodinâmico de compreender o transtorno mental, situando o portador do transtorno numa rede de relações onde a história, a família, a constituição do próprio sujeito, dizem mais do que a simples apresentação de sinais e sintomas (SILVA, FONSECA, 2003).

No tratamento de pessoas com transtornos mentais e/ou sofrimento psíquico, enfatiza-se o sentido de produção de vida, aumento da capacidade do usuário de estabelecer trocas sociais, possibilitando maior autonomia deste frente às demandas cotidianas (OLIVEIRA, et al, 2009).

Dentro desse contexto, a Enfermagem como uma profissão comprometida com o cuidar, passa a acompanhar os movimentos de transformação da psiquiatria, reorientando sua prática, com propostas de atividades terapêuticas compartilhadas, voltadas ao trabalho multidisciplinar, em que são feitas trocas de experiências e enfrentamentos dos problemas de forma conjunta. Todas as ações tem o propósito de restabelecer a relação do paciente psiquiátrico como sujeito ativo, dando-lhe direitos e capacidade da palavra, dissipando a relação de poder e transformando o modo de viver, ajudando-o a viver de uma maneira mais digna (SANTOS, 2009).

Diante das possibilidades de atuação do enfermeiro, propomos construir o presente trabalho, realizando um levantamento dos diversos recursos para a atuação na área da saúde mental, buscando responder às seguintes questões: quais os instrumentos disponíveis para melhorar a assistência de enfermagem prestada aos usuários dos serviços de saúde mental e sua família? É possível desenvolver um trabalho criativo com possibilidades de tornar os resultados mais efetivos?

Diante desse contexto, buscamos por trabalhos científicos que poderiam nos mostrar o uso de recursos terapêuticos como facilitador no trabalho da enfermagem e na busca de melhores resultados.

## **DESENVOLVIMENTO**

A reabilitação psicossocial é um conjunto de meios que se desenvolvem para facilitar a vida das pessoas com problemas mentais severos e persistentes. Esse processo visa restaurar o melhor nível possível de autonomia do indivíduo, no exercício de suas funções sociais e exige práticas criativas, fundamentadas na interdisciplinaridade, necessitando transitar nas diversas áreas do conhecimento (PITIÁ, FUREGATO, 2009, OLIVEIRA, et al, 2009).

Atualmente, as abordagens terapêuticas relativas à doença mental e ao sofrimento psíquico vão sendo recriados durante processo de subjetivação destes tratamentos. O sujeito doente tem a possibilidade de ser avaliado e atendido por meio de um modo de atenção mais singular e ético (PITIÁ, FUREGATO, 2009).

O papel do enfermeiro em psiquiatria nesse contexto é criar e manter ambiente terapêutico com aproveitamento de todos os recursos humanos e materiais para oferecer aos pacientes um bom acolhimento, compreensão, apoio, tratamento pessoal, atividades de reestruturação e inclusão na dinâmica global. Cabe ao enfermeiro, atividades como triagem, visita domiciliar, reuniões de equipe, orientação ao usuário e aos familiares sobre a doença, o tratamento e o uso de medicamentos, supervisões dos serviços de enfermagem, participação em eventos festivos, palestras na comunidade, participação em grupos terapêuticos, entre outras (OLIVEIRA, et al, 2009, MENDES, CASTRO, 2005).

Cabe-nos ressaltar que, o relacionamento terapêutico foi utilizado na década de 50, pela enfermeira americana Hildegard Peplau. A autora ressalta o relacionamento terapêutico enfermeira-paciente como principal objeto da enfermagem psiquiátrica. Esse instrumento foi desenvolvido a partir do entendimento da loucura proposto pela psicanálise e pela psiquiatria psicoterápica (CAMPOS, BARROS, 2000).

O relacionamento terapêutico foi incorporado pela enfermagem, com o intuito de inserir o relacionamento e a comunicação terapêutica, no sentido de oferecer um suporte para fundamentar o cuidado. No entanto, nas instituições psiquiátricas o enfermeiro continuou, e em alguns casos ainda continua imerso num processo de trabalho que muitas vezes inviabiliza a implantação prática do relacionamento terapêutico (KANTORSKI, et al, 2003).

Nesse sentido, a enfermagem deve utilizar a criatividade e a empatia na busca de recursos terapêuticos que possam ser utilizados em grupos ou individualmente, com o

objetivo de auxiliar as pessoas que sofrem de transtornos mentais na construção da autonomia, reinserção na sociedade e compreensão da própria doença, dando a possibilidade de se reabilitarem socialmente.

Dentre os diversos recursos terapêuticos apontados pelo presente estudo, ressaltamos alguns que podem ser utilizados pelo enfermeiro na assistência a pacientes psiquiátricos, não se esquecendo de que, para o devido sucesso do tratamento, é necessário o envolvimento não só da equipe de enfermagem como também de toda a equipe multiprofissional.

### **Acompanhamento terapêutico**

O acompanhamento terapêutico (AT) é um tipo de atendimento clínico que ocorre por meio de saídas pela cidade, ou estar ao lado da pessoa com dificuldades psicossociais com intenção de se montar um guia terapêutico que possa articulá-la novamente na circulação social, é uma atividade clínica em movimento que procura desinstalar o indivíduo de sua situação de dificuldade para poder recriar algo de novo na sua condição. O atendimento pode ser realizado uma ou mais vezes na semana por um período de uma a três horas (PITIÁ, FUREGATO, 2009). Esse tipo de terapia proporciona uma relação de confiança entre o enfermeiro e o paciente possibilitando maior eficácia na adesão ao tratamento e resultados mais duradouros.

### **Música**

Em 1859, a música foi utilizada pela primeira vez junto aos veteranos da I e da II Guerras Mundiais por duas enfermeiras americanas como recurso terapêutico para alívio da dor física e emocional dos soldados feridos (GONÇALEZ, et al, 2008).

A utilização da música como recurso terapêutico proporciona o resgate do indivíduo de forma subjetiva, atentando para uma nova visão do mundo, buscando nele o que é bom e o que ele tem para lhe oferecer, construindo possibilidades de reabilitação. Por ser uma forma de comunicação humana, exerce uma influência ímpar sobre o ser humano, tem o poder de modificar nosso estado de espírito, sendo terapia para os transtornos físicos e psíquicos. O poder da música está no fato de que ela nasce da mente e das emoções do homem. Assim, independente de seu propósito, num momento de alegria, de tristeza, de exaltação cívica, de recolhimento religioso, ela tem um poder magnético de atingir resultados e reflexões sobre a própria vida. A música adquire significado para cada pessoa na medida em que ela se encaixa à experiência de vida de cada um, às suas vivências, emoções, e sentimentos (CAMPOS, KANTORSKI, 2008).

### **Atividade física**

Ocupar o paciente ainda é tarefa que cabe ao pessoal de enfermagem, fatores que influenciam os enfermeiros a utilizarem a atividade física na assistência aos pacientes psiquiátricos. Usar os exercícios físicos como recurso terapêutico para alcançar o objetivo de socializar, integrar e melhorar a comunicação do usuário pode ser uma boa estratégia de intervenção de enfermagem (OLIVEIRA, ROLIM, 2003). A atividade motora contribui para a melhora na qualidade de vida das pessoas e, dentre as contribuições mais importantes para a saúde mental, destacam-se benefícios psicológicos em curto prazo, como diminuição da ansiedade e do estresse, e em longo prazo há alterações positivas na depressão moderada, no estado de humor e na autoestima (VALLADARES, et al, 2003).

Havendo poucos estudos que focam a promoção de atividades físicas e dentro da premissa que enfoca a inatividade física como um problema de saúde coletiva, a utilização da atividade física para a promoção de saúde passa a ser uma boa justificativa (OLIVEIRA, ROLIM, 2003).

### **Logoterapia**

Logoterapia significa psicoterapia por meio do sentido da vida, ou a partir do espiritual. O sentido da vida pode ser encontrado por meio de algo que pode ser feito ou produzido, que pode ser vivenciado e amado ou ainda por meio de atitudes e firmeza frente às situações difíceis. Compreende o homem como um ser chamado à liberdade, à responsabilidade pessoal, objetiva dar uma resposta para a vida e descobrir o sentido que ela tem, mesmo se deparando com sua transitoriedade, o isolamento existencial e a falta do sentido (ARAÚJO, et al, 2008).

Dessa forma, o enfermeiro pode fazer uso da logoterapia em sua assistência a pacientes em sofrimento psíquico, auxiliando-o na busca do sentido da vida através de ligações emocionais com familiares, amigos ou objetos que o tenham um significado importante, a ponto de fazê-lo acreditar e aderir ao tratamento proposto.

### **Terapia Cognitivo-comportamental**

A Terapia Cognitivo-Comportamental como recurso terapêutico está centrada nos problemas e questões trazidos pelo paciente, com o objetivo de ajudá-lo a aprender novas estratégias para atuar no ambiente, de forma a promover mudanças necessárias. A metodologia utilizada nesta terapia é de uma cooperação entre o terapeuta e o paciente de forma que as estratégias para a superação de problemas concretos sejam planejadas em conjunto (BOURGUIGNON, et al, 2010).

É preciso considerar os aspectos estruturais e do desenvolvimento do grupo, no estabelecimento de uma abordagem para evitar erros ou insucesso na realização da tarefa, sendo também necessário além dos conhecimentos provindos de muito estudo e leituras e de habilidades, as atitudes são indispensáveis, bem como gostar e acreditar em grupos, ser continente, ser empático, comunicativo, verdadeiro, ter senso de humor, ter capacidade de integração e síntese, de discriminação e identificação (BOURGUIGNON, et al, 2010).

### **Arte**

A arte foi identificada como possibilidade de comunicação para pessoas em sofrimento mental, o tratamento psicodramático, traz uma compreensão da doença a partir de um coletivo e não só do individual. O objetivo é trabalhar a ampliação da comunicação com o mundo interno e externo, promovendo a reabilitação psicossocial (RIBEIRO, 2007).

A concentração da atenção no outro ou perceber o outro é difícil para quem está num quadro de alteração da percepção e do pensamento, caracterizados pelos delírios e alucinações. Através do exercício de atividades artísticas é possível estimular a concentração em si mesmo e no outro de forma lúdica e prazerosa (RIBEIRO, 2007).

Em meio às atividades artísticas o paciente tem a possibilidade de encontrar alternativas para mudanças, na medida em que a atividade possibilita separar a imagem formada pelos próprios desejos e temores daquilo que realmente é. Tornando possível ver a si mesmo e aos outros e colocar os conteúdos e delírios em um contexto (RIBEIRO, 2007).

### **Ioga**

A ioga proporciona mudanças e benefícios no funcionamento do corpo e permite melhora das funções psíquicas, tanto cognitivas como afetivas, melhorando a memória, reduzindo a tensão emocional, a depressão, a ansiedade e a irritabilidade. Essa prática pode ser utilizada pelo enfermeiro para o tratamento de doenças de ordem psíquica, tais como neuroses, estados psicóticos e pré-psicóticos, e melhora de sintomas.

Além disso, favorece a percepção sobre a consciência corporal e seus limites nos aspectos físicos e emocionais estimulam a independência, promove melhora da vestimenta e da postura corporal (ANDRADE, PEDRÃO, 2005).

### **Terapia Comunitária**

A Terapia Comunitária é um encontro de pessoas que têm em comum, experiências de dor, sofrimento e superação, e visa a reinserção e inclusão social de indivíduos portadores de transtornos mentais. Baseia-se na partilha de experiências de vida e sabedorias de forma horizontal e circular onde cada pessoa torna-se terapeuta de si mesmo, a partir da escuta das histórias de vida. Ela pode ser desenvolvida em qualquer espaço geográfico e com grupos específicos, pode ser ampliada aos familiares, fazendo com que os mesmos possam participar mais efetivamente desse processo, relatando na terapia, dificuldades e inquietações no lidar cotidiano com o portador de transtorno mental. Os indivíduos começam a agir e deixam de esperar por outro capaz de resolver seus conflitos, os participantes da TC discutem processos de mobilização para enfrentamento dos problemas, formando-se uma rede invisível de apoio solidário àqueles que se sentem mais ameaçados (FILHA, CARVALHO, 2010).

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O objetivo deste trabalho foi contribuir para a prática do enfermeiro em saúde mental, realizando o levantamento dos recursos terapêuticos que o mesmo poderá utilizar no auxílio do portador de sofrimento mental. As práticas atuais têm como referência vários estudos e tendências, sempre no intuito de inovar a assistência em prol da eficácia do tratamento prestado.

Cabe ao enfermeiro, como membro atuante da equipe multiprofissional, fundamentar cientificamente suas ações, considerando primordial a atitude em relação ao paciente, à família e à comunidade. Seja qual for o recurso que utilizará nas intervenções, é necessário estar disposto a considerar as necessidades do paciente, respeitando suas diferenças, procurando devolver a sua dignidade, integrando-o à sociedade da qual faz parte.

Por ser uma temática ainda pouco discutida, acreditamos ser pertinente a realização de mais pesquisas a respeito das terapias aqui apontadas e outras que ainda poderão surgir.

## **REFERÊNCIAS**

ANDRADE, R.L.P.; PEDRÃO, L.J. Algumas considerações sobre a utilização de modalidades terapêuticas não tradicionais pelo enfermeiro na assistência de

enfermagem psiquiátrica, Revista Latino-am Enfermagem, p.737-742, Ribeirão Preto, 2005.

ARAÚJO, M.A.M. et al. A logoterapia e suas relações com os cuidados de enfermagem em saúde mental, Revista Rene Fortaleza, p.158-164, Fortaleza, 2008.

BOURGUIGNON, L.N.; GUIMARÃES, E.S.; SIQUEIRA, M.M. A atuação do enfermeiro nos grupos terapêuticos dos caps ad do estado do Espírito Santo, Cogitare Enfermagem, p.467-473, Espírito Santo, 2010.

CAMPOS, C.M.S.; BARROS, S. Reflexões sobre o processo de cuidar da enfermagem em saúde mental, Revista Escola de Enfermagem USP, p. 271-6, São Paulo, 2000.

CAMPOS, N.L.; KANTORSKIL, L.P. Música: Abrindo novas fronteiras na prática assistencial de enfermagem em saúde mental, Revista de Enfermagem UERJ, p.88-94, Rio de Janeiro, 2008.

FILHA, M.O.; CARVALHO, M.A.P. A terapia comunitária em um centro de atenção psicossocial, Revista Gaúcha de Enfermagem, p.232-239, Porto Alegre, 2010.

GONÇALEZ, D.F.C.; NOGUEIRA, A.T.O.; PUGGINA, A.C.G. O uso da música na assistência de enfermagem no Brasil: Uma revisão bibliográfica, Gogitare Enfermagem, p.591-596, Jundiaí, 2008.

KANTORSKI, L.P.; PINHO, L.B.; SCHRANK, G. O relacionamento terapêutico e o cuidado em enfermagem psiquiátrica e saúde mental, Revista de enfermagem UERJ, p.201-207, Rio de Janeiro, 2003.

MENDES, T.H.; CASTRO, R.C.B.R. Conhecimento do enfermeiro e seu papel em psiquiatria, Revista Enfermagem UNISA, P.94-98, Santo Amaro, 2005.



OLIVEIRA, E.; ROLIM, M.A. Fatores que influenciam os enfermeiros a utilizarem a atividade física na assistência a pacientes psiquiátricos, Revista Esc Enfermagem USP, p.97-105, São Paulo, 2003.

OLIVEIRA, F.B; SILVA, K.M. D.; SILVA, J.C.C. Percepção sobre a prática de enfermagem em centros de atenção psicossocial, Revista Gaúcha Enfermagem, Porto Alegre, 2009.

PITIÁ, A.C.A.; FUREGATO, A.R.F. O acompanhamento terapêutico (AT): dispositivo de atenção psicossocial em saúde mental, Interface-Comunicação, Saúde, Educação, p.67-77, Ribeirão Preto, 2009.

RIBEIRO, S.F. R. Grupo de expressão: Uma prática em saúde mental, Revista da SPAGESP, p.25-35, Ribeirão Preto, 2007.

SANTOS, A.C.C.F. Referencial de cuidar em enfermagem psiquiátrica: Um processo de reflexão de um grupo de enfermeiras, Escola Anna Nery revista de Enfermagem, p.51-55, Rio de Janeiro, 2009.

SILVA, A.L.A.; FONSECA, R.M.G.S. Os nexos entre concepção do processo saúde/doença mental e as tecnologias de cuidados, Revista Latino Enfermagem, p.800-806, São Paulo, 2003.

VALLADARES, A.C.A. et al. Reabilitação Psicossocial através das oficinas terapêuticas e/ou cooperativas sociais, Revista Eletrônica de Enfermagem, p.04-09, Goiás, 2003.