

TERAPIA OCUPACIONAL E EDUCAÇÃO EM SAÚDE: VIVÊNCIAS DE CUIDADO EM SAÚDE MENTAL COM MULHERES EM SITUAÇÕES DE FRAGILIDADE

Letícia Silva de Lima¹;

Universidade do Estado do Pará (UEPA), Belém, Pará.

<https://lattes.cnpq.br/7795110998355904>

Thamires Emanuele Brito Florêncio².

Universidade do Estado do Pará (UEPA), Belém, Pará.

<https://lattes.cnpq.br/2241537155548518>

RESUMO: Este relato de experiência descreve as ações realizadas por acadêmicos de Terapia Ocupacional no âmbito da educação em saúde, voltadas para a promoção da saúde mental de mulheres em situações de fragilidade. As atividades ocorreram na sala de espera de uma Unidade Especializada em Saúde da Mulher, no período de agosto a setembro de 2024, como parte do componente curricular de Prática Clínica em Saúde Mental. O público atendido incluía mulheres em situações de gravidez de alto risco, suspeita de câncer e vítimas de violência sexual. Foram realizadas oito intervenções temáticas, com abordagens interativas e dinâmicas, envolvendo materiais informativos e metodologias lúdicas, como dinâmicas de grupo e atividades interdisciplinares com outros profissionais. Os resultados evidenciam o impacto positivo dessas ações na criação de espaços acolhedores, que favoreceram o diálogo e o compartilhamento de vivências, além de promoverem informações acessíveis e práticas sobre saúde mental. O trabalho destaca a relevância da Terapia Ocupacional na construção de práticas humanizadas, contribuindo para a formação acadêmica e a ampliação do cuidado integral em saúde.

PALAVRAS-CHAVE: Terapia Ocupacional. Saúde Mental. Educação em Saúde.

OCCUPATIONAL THERAPY AND HEALTH EDUCATION: EXPERIENCES OF MENTAL HEALTH CARE WITH WOMEN IN VULNERABLE SITUATIONS

ABSTRACT: This experience report describes the actions carried out by Occupational Therapy students focused on health education to promote the mental health of women in vulnerable situations. The activities took place in the waiting room of a Women's Specialized Health Unit, from August to September 2024, as part of the Clinical Practice in Mental Health curriculum component. The target audience included women facing high-risk pregnancies, suspected cancer, and survivors of sexual violence. Eight thematic interventions were conducted using interactive and dynamic approaches, such as informational materials and group dynamics, often in collaboration with other professionals. The results highlight the positive impact of these actions in creating welcoming spaces that facilitated dialogue and experience sharing while providing accessible and practical information about mental health.

The report underscores the importance of Occupational Therapy in developing humanized practices, contributing to academic training and expanding comprehensive health care.

KEYWORDS: Occupational Therapy. Mental Health. Health Education.

INTRODUÇÃO

A saúde mental é um aspecto fundamental do bem-estar e da qualidade de vida, especialmente em populações vulneráveis, como mulheres em situações de fragilidade. Nesse contexto, a Terapia Ocupacional desempenha um papel estratégico ao promover intervenções que integram o cuidado à saúde mental com as demandas do cotidiano e da rotina ocupacional.

Este relato de experiência apresenta as ações realizadas por acadêmicos de Terapia Ocupacional em uma Unidade Especializada em Saúde da Mulher, abordando temas como gravidez de alto risco, suspeita de câncer e violência sexual. As intervenções, desenvolvidas em atividades de educação em saúde na sala de espera, buscaram fornecer informações acessíveis, criar espaços de diálogo e fortalecer o protagonismo das participantes.

O trabalho evidencia o impacto dessas práticas na promoção da saúde mental e reforça a relevância da Terapia Ocupacional como mediadora de cuidados humanizados e transformadores.

OBJETIVO

Este relato de experiência tem como objetivo apresentar e refletir sobre as estratégias desenvolvidas por acadêmicos do curso de Terapia Ocupacional para a promoção de intervenções em educação em saúde, com foco na saúde mental. Busca-se contribuir para o enriquecimento do processo de ensino-aprendizagem, tanto no âmbito da formação acadêmica quanto no desenvolvimento de práticas clínicas no campo da saúde mental e na interação com populações vulneráveis, especialmente mulheres em situações de fragilidade.

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência de natureza descritiva, baseado em ações realizadas no contexto de educação em saúde na sala de espera da Unidade Especializada em Saúde da Mulher, no período de 13 de agosto a 10 de setembro de 2024. O estudo foi desenvolvido como parte de uma atividade curricular do Componente Prático de Clínica em Saúde Mental, envolvendo acadêmicos de Terapia Ocupacional em uma abordagem qualitativa e de pesquisa de campo.

As ações ocorreram às terças e quintas-feiras e abrangeram oito encontros temáticos, cuidadosamente planejados para atender às necessidades do público-alvo da unidade: mulheres em situações de gravidez de alto risco, mulheres com suspeita de câncer (CA) e mulheres vítimas de violência sexual. A seleção das temáticas levou em consideração a relevância para o grupo atendido, buscando abordar questões de saúde mental e sua

interface com aspectos da rotina ocupacional e da qualidade de vida.

Figura 1: Materiais informativos utilizados.



Fonte: Autoral

A metodologia empregada privilegiou a interatividade e a acessibilidade, utilizando materiais informativos e atividades dinâmicas. Além de disseminar informações de maneira clara e prática, as ações foram orientadas para a promoção de um espaço de fala, valorizando as vivências e as percepções das participantes.

As ações foram organizadas conforme o cronograma apresentado na **Tabela 1**, detalhado a seguir:

Tabela 1: cronograma e organização das temáticas.

Data (2024)	Temática	Metodologia
13/08	Técnicas de controle da ansiedade	Dinâmica de quebra-gelo (papel com perguntas livres para incentivar a participação).
20/08	Puerpério	Atividade “Mito ou Verdade”, utilizando plaquinhas interativas para desmistificar crenças comuns.
22/08	Autoimagem e saúde mental	Dinâmica do espelho, explorando a relação entre auto imagem, identidade feminina e saúde mental.
27/08	Agosto Dourado	Parceria com a Nutrição para promoção do aleitamento materno, incluindo orientações práticas.
29/08	Plano de parto	Exibição de material informativo, demonstração de fichas de plano de parto e uso de QR codes.
03/09	Setembro Amarelo: saúde mental e hábitos	Roleta de perguntas com brindes, associando hábitos saudáveis à saúde mental e nutricional.
05/09	Saúde mental e Terapia Ocupacional	Expansão da temática anterior, com maior enfoque na atuação da Terapia Ocupacional no cotidiano das mulheres.

10/09	Emoções	Atividade de conscientização: identificação de emoções e estratégias de enfrentamento com materiais lúdicos.
-------	---------	--

Fonte: autoral.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao total, 173 usuários foram atingidos, sendo perceptível a vulnerabilidade e fragilidade em saúde mental, suas implicações para o cotidiano e ocupações exercidas pelos participantes através de falas e exemplificações.

Nos encontros realizados, observou-se que as estratégias educativas adotadas pelos acadêmicos de Terapia Ocupacional proporcionaram um espaço seguro e acolhedor, que incentivou uma participação ativa das mulheres, permitindo que compartilhassem relatos pessoais e explorassem questões sensíveis. Temáticas como saúde mental e hábitos de vida geraram intenso engajamento, com as participantes demonstrando interesse, fazendo perguntas e considerando a dinâmica como uma oportunidade única para desabafar suas dores em um ambiente de apoio.

A utilização de metodologias diversificadas, como a dinâmica da roleta com recompensas, mostrou-se especialmente eficaz em aumentar a interação, destacando-se entre as demais estratégias. Relatos marcantes, como o de uma mãe que perdeu o filho por suicídio e de uma mulher sobrecarregada por uma dupla jornada de trabalho, ilustraram o impacto transformador das intervenções e a relevância do espaço de fala criado. Para lidar com desafios, como a diversidade de perfis e resistências iniciais, os acadêmicos empregaram carisma e comunicação assertiva, assegurando que todos se sentissem acolhidos e incluídos. As atividades realizadas não apenas contribuíram para o fortalecimento das participantes, mas também servem como inspiração para futuras práticas na área, consolidando a conexão entre ensino, pesquisa e extensão em saúde mental.

Figura 2: Roleta do autocuidado.



Fonte: Autoral.

Este trabalho fortalece o campo da Terapia Ocupacional ao propor práticas educativas que dialogam com o conceito de território existencial, como discutido por Iacã Macerata, destacando a importância de criar espaços de fala e cuidado em saúde mental. As intervenções realizadas demonstraram que, mesmo em contextos não especializados, é possível abordar temas complexos de forma acolhedora e acessível, alinhando-se à literatura que aponta a educação em saúde como uma estratégia potente para gerar impactos significativos. No entanto, o estudo também reconhece as limitações dessas práticas, que podem exigir maior estrutura e continuidade para garantir resultados sustentáveis. Além disso, as atividades desenvolvidas estabelecem um diálogo interdisciplinar ao incorporar elementos da Psicologia, como o acolhimento emocional, e da Saúde Pública, por meio da educação preventiva e comunitária, além de práticas pedagógicas contemporâneas, como a gamificação. A utilização de recursos interativos, como a dinâmica da roleta, reflete tendências modernas que buscam engajar participantes e facilitar o aprendizado de maneira lúdica e significativa, ampliando as possibilidades de atuação da Terapia Ocupacional em contextos diversos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base nos resultados obtidos, conclui-se que as estratégias educativas desenvolvidas pelos acadêmicos de Terapia Ocupacional contribuíram significativamente para o fortalecimento do cuidado em saúde mental no contexto de mulheres em situações de fragilidade. As atividades propostas permitiram criar um ambiente seguro e acolhedor, promovendo maior conscientização sobre hábitos de vida, saúde mental e bem-estar ocupacional. Além disso, as metodologias adotadas, como dinâmicas interativas e materiais informativos, mostraram-se eficazes para engajar as participantes e abordar temas sensíveis de forma acessível e transformadora.

O estudo também reforça o papel essencial da Terapia Ocupacional em integrar práticas educativas ao cuidado em saúde, alinhando-se aos objetivos de promover a autonomia, o empoderamento e a ampliação do suporte emocional. As intervenções realizadas demonstram que é possível abordar saúde mental em contextos não especializados, apontando para a relevância de replicar e adaptar tais práticas em outros cenários. Essa experiência não apenas cumpre o objetivo de contribuir para o processo de ensino-aprendizagem no campo da Terapia Ocupacional, mas também ressalta a importância do diálogo interdisciplinar para enriquecer a prática profissional e promover a saúde integral.

REFERÊNCIAS

- MACERATA, Iacã. **Apoio como cuidado de territórios existenciais: Atenção Básica e a rua**. Botucatu: Interface, 2014.
- CAMARGOS, Samara. **Educação em Saúde Mental na Comunidade: Um relato de Experiência**. Florianópolis: Cadernos Brasileiros de Saúde Mental, 2023.

TEIXEIRA, Juliana. **Sensibilização de Pacientes em Sala de Espera: Um Projeto de Intervenção.** ARES Unasus, 2020.

SANTOS, Juliane. **Ações de educação em saúde em um Centro de Atenção Psicossocial: Experiência na atuação farmacêutica.** Florianópolis: Cadernos Brasileiros de Saúde Mental, 2023.