

Cuidado integral na Covid-19

# TERAPIA COMUNITÁRIA INTEGRATIVA: CUIDANDO DA SAÚDE MENTAL EM TEMPOS DE CRISE

Adalberto de Paula Barreto  
Milene Zanoni da Silva  
Ana Lucia de Moraes Horta  
Maria de Oliveira Ferreira Filha  
Maria Djair Dias  
Walfrido Kühn Svoboda



OBSERVAPICS

Publicação do ObservaPICS | Nº 3 - 2020  
ISBN 978-65-88180-11-2

# FICHA TÉCNICA

**Especial Cuidado integral na Covid-19**  
Número 3 - TCI

## **Terapia Comunitária Integrativa: cuidando da saúde mental em tempos de crise**

Adalberto de Paula Barreto <sup>1</sup>

Milene Zanoni da Silva <sup>2</sup>

Ana Lucia de Moraes Horta <sup>3</sup>

Maria de Oliveira Ferreira Filha <sup>4</sup>

Maria Djair Dias <sup>5</sup>

Walfrido Kühn Svoboda <sup>6</sup>

### **Autores**

<sup>1</sup> Doutor em Psiquiatria e Antropologia, criador da TCI, professor emérito da Universidade Federal do Ceará e presidente da Associação Brasileira de Psiquiatria Social

<sup>2</sup> Doutora em Saúde Coletiva, professora da Universidade Federal do Paraná e vice-presidente da Associação Brasileira de TCI.

<sup>3</sup> Pós-doutorado em Psicologia Clínica, professora da Universidade Federal de São Paulo.

<sup>4</sup> Doutora em Enfermagem, professora do Programa de Pós-Graduação em Enfermagem da Universidade Federal da Paraíba.

<sup>5</sup> Doutora em Enfermagem, professora da Universidade Federal de São Paulo.

<sup>6</sup> Doutor em Saúde Pública, professor da Universidade Federal da Integração Latino-Americana.

**Colaboradores e revisores:** Aurea Bittencourt, Josefa Emília Ruiz, Maria Lúcia de Andrade Reis, Sandra Cabral

**Coordenação geral** Islândia Carvalho

**Roteiro e revisão do conteúdo** Gisléa Ferreira

**Revisão final** Fabíola Tavares e Veronica Almeida

**Diagramação** Bruno Leite

**Imagens** Camila Pellizzer (fotografias/divulgação Abratecom), Freepik (ilustração)

Catálogo na fonte: Biblioteca do Instituto Aggeu Magalhães

T315 | Terapia comunitária integrativa: cuidando da saúde mental em tempos de crise / Adalberto de Paula Barreto ... [et al.]. - Recife: Fiocruz-PE; ObservAPICS, 2020.  
1 recurso online (17 p.) : PDF. — (Cuidado integral na Covid; n. 2)

ISBN 978-65-88180-11-2 (online).

1. Barreto, Adalberto de Paula. 2. Terapias complementares. I. Barreto, Adalberto de Paula. II. Silva, Milene Zanoni da. III. Horta, Ana Lucia de Moraes. IV. Ferreira Filha, Maria de Oliveira. V. Dias, Maria Djair Dias. VI. Svoboda, Walfrido Kühn.

CDU 615.8

# Apresentação

O terceiro suplemento da coleção *Cuidado integral na Covid-19* foi elaborado por pesquisadores em Terapia Comunitária Integrativa (TCI), com o apoio da Associação Brasileira de Terapia Comunitária Integrativa (Abratecom), Associação de Psiquiatria Social Brasileira (APS-BRA) e do Departamento de Saúde Mental Comunitária da Associação Mundial de Psiquiatria Social (WASP). Apresenta recomendações para gestores e profissionais da saúde, visando norteá-los para a aplicabilidade da TCI enquanto uma prática integrativa complementar e também como uma intervenção psicossocial avançada, durante a pandemia da Covid-19.

Pautado por estudos acadêmicos, toma por base, portanto, as evidências científicas disponíveis em trabalhos publicados até o momento dessa edição, realizados com grupos populacionais cuja problemática enfrentada se aproxima da que estamos vivenciando em decorrência da pandemia atual. Consideram-se também, no suplemento, as experiências que vêm sendo realizadas por terapeutas comunitários de forma remota, por transmissão via internet, as quais têm sido consideradas elemento potencializador para uma escuta respeitosa e qualificada, abrindo a possibilidade de vincular as pessoas num momento em que vivenciam algo em comum: o medo e o isolamento social.

## TCl e a Covid-19

“Para cada destruição material, uma reconstrução simbólica. Foi assim há 33 anos no Ceará, onde a TCl começou. Cada vez que ocorria algo trágico, visibilizado pela morte de alguém ou pela destruição das casas em terrenos de ocupação, nos reuníamos ao lado do cadáver ou dos escombros. Ali se construía em nossas mentes o propósito de fazermos da morte e da destruição, uma revisão da vida comunitária” (BARRETO, 2008).

As consequências da pandemia causada pelo novo coronavírus no contexto da saúde mental têm sido evidenciadas por

grande parte da população, causando pressão psicológica e estresse. De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), as incertezas provocadas pela Covid-19, os riscos de contaminação, isolamento forçado e a crise financeira inesperada podem gerar depressão e pensamento suicida, como também agravar transtornos existentes antes da pandemia (WHO, 2020).

Todas as pessoas estão sendo afetadas pela pandemia, sejam as que estão em quarentena, trabalhando em atividades essenciais, grupos de risco, e principalmente os profissionais de saúde que estão no *front* do combate à Covid-19.



Esse novo contexto epidemiológico tem exigido muita dedicação dos profissionais de saúde e provocado estresse suplementar em todas as equipes, nessas áreas de trabalho desse imenso país, seja nos hospitais, nas Unidades de Pronto Atendimento (UPAs) e até mesmo nas Unidades Básicas de Saúde (UBS), pois o risco que se corre face ao enfrentamento do vírus na luta pela vida tem sido desgastante.

Destaca-se a vulnerabilidade dos profissionais (médicos, enfermeiros, técnicos de enfermagem, psicólogos, fisioterapeutas, dentre outros), com carga horária de trabalho intensiva, demandada pelas exigências do cuidado do outro e de si para evitar a propagação do vírus. Além disso, eles enfrentam no dia a dia um inimigo invisível, desconhecido, que gera sentimento de medo, angústia e ansiedade, piorando o desgaste físico e emocional. Diante do adoecimento em massa e de inúmeras mortes, tais profissionais podem experimentar revolta, fracasso, desespero e abandono.

A TCI, enquanto prática de cuidado, sendo integrativa e complementar, pode ser utilizada como ferramenta pelos profissionais da saúde que atuam como protagonistas no combate à Covid-19, como também por qualquer pessoa em situação de isolamento ou de distanciamento social, pela comunidade em geral, pois cria espaços de partilha de sentimentos e centra a sua ação na reflexão sobre o sofrer. Além disso, gera buscas por estratégias de enfrentamento a partir da potencialidade de cada pessoa.

Na terapia comunitária, parte-se de princípios defendidos pela OMS, segundo os quais o apoio social e as boas relações interpessoais influenciam diretamente no sistema imunológico, fortalecendo as defesas e melhorando a qualidade de vida. O apoio social, conforme a autoridade mundial de saúde, oferece aos indivíduos recursos afetivos e práticos que eles necessitam. O senso de pertencimento a uma rede e o apoio mútuo geram um sentimento de ser reconhecido, amado e apreciado, como o suporte social podendo favorecer a adoção de um comportamento mais saudável (WHO, 2020).





A TCI é um espaço de palavra, de escuta, de troca e de vínculo estruturado por regras precisas, permitindo, a partir de uma situação problema, emergir um conjunto de estratégias de enfrentamento para as inquietações cotidianas, num clima de amorosidade e liberdade, protegidos de projeções e desejos de manipulação. A terapia comunitária melhora a autoestima, fortalece a resiliência e o empoderamento, cria e fortalece vínculos, possibilita o sentido de pertencimento a uma rede de solidariedade.

Assim, nesses tempos de isolamento e distanciamento social, as rodas de Terapia Comunitária Integrativa, que historicamente sempre tiveram um caráter essencialmente grupal e presencial, foram avaliadas e testadas, para ganhar e assumir o espaço das redes de conectividade. Tais testes e avalia-

ções foram feitos pelo seu criador e pelos terapeutas que compõem a rede da Associação Brasileira de Terapia Comunitária Integrativa (Abratecom), tendo sido positivo o efeito gerado nos grupos que participaram das rodas virtuais. Com isso, passaram a ser realizadas de forma *on-line*, sem perder a característica da grupalidade e os benefícios que propicia.

Desse modo, as rodas de TCI *on-line* já estão sendo ofertadas aos profissionais de saúde da linha de frente do combate à Covid-19, bem como às demais pessoas atingidas pela pandemia. Possibilitam um espaço de escuta, palavra e construção de vínculos pela partilha de experiência do sofrimento vivido nesse período, como também de afetos positivos que podem contribuir para um melhor enfrentamento da situação de saúde dos mesmos (BARRETO et al, 2020).



Cabe destacar que os pacientes internados no ambiente hospitalar nessas condições poderão ser beneficiados pelas rodas de TCI *on-line*, desde que haja liberação médica para a participação nas mesmas e esses portadores de Covid-19 não estejam impossibilitados de falar e ouvir. Seria uma forma de contato dos referidos pacientes com outras pessoas e o meio exterior, visto que estão totalmente segregados pela sua condição de isolamento social. Nesse contexto, a terapia se configuraria como estratégia muito interessante para garantir evolução positiva no estado geral dos usuários, propiciando uma abordagem mais humanizada.

## O que é a TCI e para que serve?

A TCI é uma Prática Integrativa e Complementar em Saúde (PICS) genuinamente brasileira, que nasceu no Ceará em 1987, pelo trabalho coletivo do psiquiatra, teólogo e antropólogo Adalberto de Paula Barreto e do advogado Airton Barreto, diante da necessidade de lidar com os sofrimentos e angústias de pessoas atendidas no Centro de Direitos Humanos da Comunidade do Pirambú, a maior favela do estado.

É uma terapêutica com foco nos cuidados em saúde mental, que proporciona um espaço de acolhimento e partilha de senti-

mentos e experiências de vida, onde os recursos e competências das pessoas são mobilizados por meio da ação do próprio grupo, promovendo a construção de redes sociais.

Importante destacar que a TCI não é uma psicoterapia de grupo centrada na patologia ou patologização do sofrimento mental - tal como o modelo biomédico faz -, mas sim como um ato terapêutico que pode ser realizado com qualquer número de pessoas e de qualquer nível socioeconômico, objetivando o reforço das competências individuais (*empowerment*) nos campos da promoção da saúde e do social. A TCI fortalece a autoestima, melhora o poder resiliente e fortalece os vínculos que unem as pessoas enquanto seres humanos corresponsáveis pela vida.

## Quem pode realizar rodas de Terapia Comunitária presencial ou *on-line*?

As rodas de terapia comunitária presencial ou *on-line* só podem ser realizadas por terapeutas comunitários em formação ou formados por polo de formação reconhecido pela Abratecom. Os encontros de TCI funcionam normalmente com um terapeuta e um co-terapeuta, a fim de garantir a condução adequada e exitosa da metodologia.

## Quem pode ser terapeuta comunitário?

Qualquer pessoa acima de 18 anos, que tenha desejo de se tornar terapeuta comunitário, poderá se habilitar. Não existe exigência acadêmica, pode ser leigo ou profissional. Precisa ter afinidade com o trabalho em equipe, com a dimensão do social, seja legitimado pela comunidade e sinta-se corresponsável pela construção de uma cultura solidária.

## Quais são as etapas da TCI?

Quanto ao método/técnica, a TCI foi sistematizada por Barreto (2008), sendo composta pelas seguintes etapas: acolhimento, escolha do tema, contextualização, problematização e finalização. As etapas são processuais e progressivas, tornando cada roda um encontro com começo, meio e fim (REIS, 2017).

O objetivo da roda de TCI é contribuir para que cada indivíduo redescubra seus valores e potenciais, tornando-se sujeito da sua própria história, além de despertar em cada pessoa o sentimento de pertencimento, valorizando suas raízes culturais.

## Como é o curso de formação e quais instituições podem ser formadoras?

O curso de TCI é presencial, com, no mínimo, 240 horas. Esse tempo deve contemplar 100 horas de módulos teóricos com vivências para o resgate da autoestima pautadas em Branden (1997). Outras 60 horas de estágio prático devem se somar, possibilitando ao terapeuta comunitário em formação a promoção ou condução de 30 rodas de TCI em diferentes populações e contextos, a fim de se apropriar da metodologia e do “ser te-



rapeuta”. São necessárias 80 horas de intervenção, que objetiva estabelecer um diálogo entre a teoria e a prática, necessária à construção dessa nova forma de atuar nas comunidades.

Segundo a Abratecom (2019), há 33 polos formadores em terapia comunitária integrativa no Brasil, América Latina e na Europa, reconhecidos pela associação brasileira ou pela similar europeia (AETCI). Mais informações estão disponíveis em [www.abratecom.org.br](http://www.abratecom.org.br).

## Evidências sobre as repercussões da TCI na saúde mental das pessoas em situação de sofrimento

Como possibilidade de leituras e para dar visibilidade à aplicação da TCI em diferentes cenários e contextos populacionais, elencamos alguns artigos oriundos de pesquisas científicas, realizadas por pesquisadores em universidades brasileiras, mostrando resultados obtidos com a terapia em pessoas que vivenciam situações de estresse, sobrecarga, conflitos, ansiedade, depressão, dentre outros. Os achados podem ser tomados como parâmetros para avaliar a efetividade da prática. Pretende-se com isso instrumentalizar profissionais da saúde e gestores quanto ao cuidado em saúde frente à demanda da pandemia pelo novo coronavírus.

Na sequência estão compilados alguns dos artigos publicados nos últimos 15 anos investigados na base de dados SciELO, além de teses e dissertações publicadas em livros,

que respondem à questão: quais as contribuições da TCI na saúde mental de pessoas em sofrimento mental?

De um modo em geral, a maior parte das investigações aponta para o impacto significativo da TCI nas dimensões mental e social da saúde dos indivíduos e comunidades, na direção do alívio do sofrimento, resgate da autoestima, estímulo da resiliência, vínculos fortalecidos, sentimento de pertencimento e empoderamento da sua própria vida, fazendo valer a máxima “Cada um é doutor da sua própria dor”.





Ainda em João Pessoa (PB), ficou comprovado que a participação de 198 usuários de Centro de Atenção Psicossocial (Caps) em rodas de TCI gerou impacto na reorganização da vida de cada um a partir do trabalho, do emprego, do espaço familiar, de amizades ou de qualquer outra estratégia de inclusão no convívio social. Possibilitou a eles serem cidadãos capazes, ampliando o vínculo e sentimento de inclusão (ANDRADE et al, 2012).

Investigação acerca de representações sociais sobre TCI construídas por idosos de outra comunidade em João Pessoa (PB) evidenciou a terapia comunitária como uma rede de apoio, refletida no sentimento de pertencimento a um grupo, com impacto na saúde mental e espiritual dos entrevistados. Para esses sujeitos, o grupo despertou o conhecimento de si e do outro através da convivência, o que facilitou o estabelecimento de relações de amizade (MOURA et al, 2017). Corroborando esses achados, o estudo de Lemes et al. (2020), com usuários de substâncias psicoativas, mostrou a TCI como tecnologia de cuidado terapêutico importante a ser utilizada no redimensionamento dos conflitos, sofrimentos e emoções, ampliando a rede de suporte social necessária para o tratamento da dependência química.

Quanto aos benefícios da TCI na saúde de mulheres acompanhadas durante um ano, semanalmente, em uma instituição filantrópica de Curitiba (PR), 88,9% das entrevistadas tiveram uma melhora estatisticamente significativa em sua saúde psicoemocional, demonstrando ser uma prática integrativa grupal potente para o empoderamento social

de mulheres inseridas em contexto de vulnerabilidade e para a promoção do cuidado em saúde mental (SILVA et al, 2018).

Estudo de Silva e Almeida (2013) que investigou a TCI como terapêutica complementar na prevenção e tratamento da depressão, realizado em Petrópolis (RJ), com 20 mulheres em uma Unidade Básica de Saúde (UBS), trouxe à tona problemáticas vinculadas a estresse, conflitos familiares, violência doméstica, dificuldades econômicas e de interação social. Após a participação dessas mulheres em oito rodas, realizadas durante dois meses, ficou comprovado que a TCI foi importante para elas, pois criou um espaço grupal para falar e aliviar o sofrimento, diminuindo os sentimentos de medo, tristeza, e também para sair do isolamento. Ressaltou-se como importante a troca de experiências positivas e de aprendizagens, assim como a expansão do diálogo para além das rodas, atingindo as relações familiares e sociais.

Na busca de pesquisas que utilizassem a TCI como prática de intervenção psicossocial avançada, destacam-se em especial três artigos publicados no livro *TCI e a pesquisa ação/intervenção: estudos avaliativos*, da Editora da Universidade Federal da Paraíba (UFPB), como resultados da produção do Grupo de Estudos e Pesquisa em Saúde Mental Comunitária (GEPMEC), com maior produção acadêmica sobre a TCI. Os capítulos construídos em forma de artigos são oriundos de teses de doutorado do Programa de Pós-graduação em Enfermagem. O estudo de Silva, Ferreira Filha e Silveira (2019) analisou o efeito da TCI enquanto estratégia de intervenção para o empoderamento de usu-



ários de um Caps em processo de alta. Foi realizado com 12 usuários que apresentavam baixa autoestima e fragilidade vincular. Após serem submetidos a 12 rodas de TCI, durante três meses, obtiveram resultados positivos. A análise comparativa do pré-teste e do pós-teste evidenciou um aumento significativo nos escores da autoestima e vinculação, contribuindo para o processo de empoderamento desses usuários. Os achados mostraram que a terapia comunitária funcionou como um espaço terapêutico para refazer modelos

mentais, para despertar e melhorar autoestima, para conhecer mecanismos geradores de felicidade, restabelecendo vínculos em uma perspectiva de maior empoderamento dessas pessoas, devolvendo-lhes a capacidade de voltar a sonhar, fazer planos, reconstruir projetos de vida.

O estudo de Carvalho, Ferreira Filha e Dias (2019) que também avaliou a eficácia da TCI como uma intervenção psicossocial capaz de potencializar a autoestima, minimizar níveis

de sobrecarga e restabelecer vínculos de familiares que cuidam de parentes de usuários do CAPS, revelou que dentre aqueles que apresentavam baixa autoestima (10 familiares), 90% apresentaram aumento significativo nos escores de autoestima. Observou-se também que a TCI contribuiu para ampliar o número de vínculos saudáveis em 70%. Alguns vínculos frágeis foram recuperados e os de risco, foram reduzidos, principalmente quanto a relação parental. O fortalecimento desses vínculos gerou redução de sobrecarga, pois mais familiares se envolveram no cuidado com o parente. Os instrumentos aplicados para avaliar a autoestima e vínculos foram elaborados por Barreto (2008), criador da TCI. Como desfecho foi evidenciado que a TCI possibilitou um exercício de construção e de compreensão de mundo que levou os familiares a se transformarem e a assumirem papéis sociais que favoreceram a inclusão social do ente em sofrimento psíquico. Ao terem sua autoestima melhorada, vínculos criados, outros fortalecidos e a sobrecarga reduzida, esses cuidadores puderam transitar de experiências árduas e fatigantes para atitudes de compreensão e de respeito, concedidas de maneiras sistêmica, em sintonia com uma relação de cuidado que favoreceu a saúde mental de todos os sujeitos envolvidos.

A pesquisa de Pereira, Vianna e Ferreira Filha (2019) avaliou efeitos da TCI na redução do sofrimento psíquico de adolescentes que convivem com familiares alcoolistas. Trata-se de um estudo misto sequencial, realizado em duas escolas públicas, com 164 adolescentes, divididos em dois grupos: controle (80) e intervenção (84). Segundo os resultados apresentados, verificou-se que os adolescentes do

grupo intervenção, de acordo com as médias apresentadas, fortaleceram a sua autoestima e apresentaram melhoras no quadro de adoecimento mental identificados pela comparação dos escores obtidos (nos dois grupos), antes e depois da intervenção. Nesse estudo ficou clara a potência da TCI como tecnologia leve de cuidado e de promoção à saúde. A TCI criou na escola um espaço de apoio e de escuta, mobilizou a resiliência dos adolescentes, melhorou a autoestima, promoveu o empoderamento e fortaleceu os vínculos sociais e afetivos. Além disso, foi relevante para que eles tivessem mais consciência da problemática vivida e pudessem inovar seus modos de enfrentar os problemas e melhorar a convivência com seu parente alcoolista.



## As rodas de TCI *on-line* e a pandemia pelo Covid-19

De acordo com os dados dos registros dos Pólos de Formação Brasileiros (SisRodas, 2020), Latino Americanos e Europeus, dos meses de março a julho foram realizadas 711 rodas de TCI *on-line* em 15 países, em 5 línguas diferentes (português, italiano, francês, espanhol e inglês), atingindo 11.500 pessoas aproximadamente (SILVA et al, 2020). Diferentes populações têm acesso e participam dos grupos virtuais: pessoas em isolamento, trabalhadoras

da saúde, mulheres, idosos, surdos, pessoas do grupo de risco para infecção pelo Covid-19, pessoas com sintomas de infecção, entre outras. As inquietações que mais têm surgido são: (1) medo e ansiedade por conta das incertezas (53%); (2) impotência (30%); (3) dificuldade na gestão das relações familiares (10%); (4) solidão, depressão, agressividade e outros (7%).

Entre os sofrimentos, destacam-se o medo de recomeçar e enfrentar o futuro, e de perder pessoas importantes, como familiares e amigos, e o emprego. Com relação à impotência, destaca-se o sentimento de estar com “mãos atadas”, de querer e não poder ajudar as pessoas queridas. Em meio às inquietações, descoberta e aprendizagem, o que mais chama a atenção é a capacidade resiliente de fazer dos acontecimentos traumáticos uma ocasião para criar, como nos depoimentos: *“tenho descoberto que posso fazer mais do que seria capaz”*; *“quando decidi viver cada dia como se fosse o último, fiquei mais tranquilo”*; *“descobri que focar na esperança me dá forças para passar por esta provação”*; *“aproveitei para fazer uma faxina na minha alma”*.

Percebe-se que as emoções vivenciadas são as mesmas independentemente da cultura, evidenciando que a dor e o sofrimento não têm fronteiras, unindo a humanidade. As rodas de TCI virtuais tornaram-se redes de apoio de resgate da esperança, com a descoberta de potenciais desconhecidos, de transformar as adversidades da vida, superar-se e ser transformado por elas.

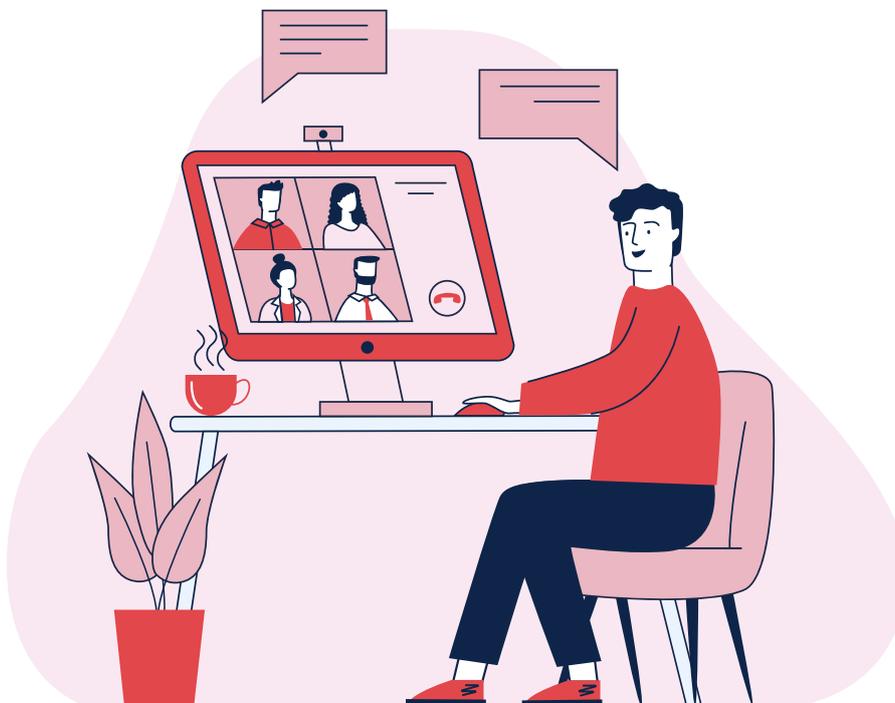
De forma prática, fruto das experiências, reflexões e percepções percebidas pe-

los terapeutas comunitários acerca das contribuições da TCI *on-line* no enfrentamento da pandemia pelo novo coronavírus, são relatados os seguintes resultados:

- » Redução da incidência de doenças, incluindo a transmissão do novo coronavírus pelo compartilhamento de emoções e informações;
- » Resgate e desenvolvimento da resiliência dos profissionais da saúde, trazendo experiências ricas que abordam o sentido da vida, da dor e do sofrimento;
- » Minimização do estigma e o preconceito das pessoas com relação a um indivíduo infectado, estimulando a empatia;
- » Suporte emocional às pessoas com suspeitas de infecção por Covid-19, minimizando os efeitos negativos de tal confirmação diagnóstica;
- » Fortalecimento de vínculos e rede de apoio entre as pessoas em isolamento social com a partilha de estratégias de autocuidado e enfrentamento da pandemia;
- » Acolhimento à dor e sofrimento em decorrência da perda de um familiar, de forma repentina e com poucas possibilidades de despedida;
- » Oferta do bom uso do tempo num ambiente positivo e inclusivo, que inspira e eleva os pensamentos e sentimentos;

## Considerações finais

As reflexões feitas sobre a TCI em tempos do novo coronavírus comportaram o desafio de revisitar a matriz da sua criação e projetá-la num cenário nunca antes expe-



rienciado pelos autores deste suplemento. Se antes tínhamos um cenário conhecido para a aplicabilidade da prática da TCI, hoje fomos levados a reinventar a roda.

Foi necessário reconhecer que, além dos limites, há sempre uma possibilidade de criar o novo. A TCI *on-line* foi esse desafio, mostrando que em tempos de pandemia e de isolamento social, temos que buscar novos recursos para superar o medo de ficarmos sozinhos, sem os nossos vínculos familiares e de trabalho, para não desaparecer o sentido de pertencimento a um clã. Esse sentido de pertencimento garante a nossa identidade e a nossa existência enquanto pessoas, que carecem das emoções próprias e das alheias para se reconhecer como seres sociais que somos.

O fato de não haver evidências científicas sobre a aplicabilidade da TCI, em tempo de pandemia, não nos tirou a liberdade de pensar e criar. Recorremos ao nosso referencial de conhecimento produzido em artigos científicos e percebemos que as situações de estresse, abandono, isolamento, ansiedade, angústia, crises e conflitos, dentre outros, são a matéria

prima da TCI, que busca reparar as dores vividas, transformando-as em energia sanadora.

Acolher, cuidar, abrindo espaços de fala e de escuta para aqueles que não têm onde dar voz aos seus sentimentos, podem ser de um valor inestimável para a saúde mental de todos de um modo geral. Ser mão que acolhe, escuta que ressoa, palavra que liberta e voz que canta, pode ser um dos grandes remédios que previnem a dor e o sofrimento nesses tempos de pandemia.

## Onde encontrar informações sobre a Agenda de TCI *on-line*?

### Horários

[redecuidarenfermagem.com.br/horarios/](http://redecuidarenfermagem.com.br/horarios/)

### Facebook

[Abratecom](https://www.facebook.com/abratecom)

### Instagram

[terapia.comunitaria\\_abratecom](https://www.instagram.com/terapia.comunitaria_abratecom)

### E-mail para contato

[abratecom.contato@gmail.com](mailto:abratecom.contato@gmail.com)

### site

<http://www.abratecom.org.br/>

## Referências

- ABRATECOM. Associação Brasileira de Terapia Comunitária Integrativa. Regimento do Conselho Deliberativo e Consultivo e ABRATECOM. Disponível em: <http://www.abratecom.org.br/>. Acesso em 6 abr 2020.
- ANDRADE, F. B. et al. Avaliação da satisfação dos participantes com terapia comunitária: uma estratégia de saúde mental na atenção primária. *Psychiatr Q*, v. 83, n.3, p. 325-334, 2012.
- BARRETO, A.P. et al. Integrative community therapy in the time of the new coronavirus pandemic in Brazil and Latin America. *World Soc Psychiatry*, v. 2, p.103-105, 2020.
- BARRETO, A.P. *Terapia Comunitária Passo a Passo*. 3 ed. revisada e ampliada. Fortaleza: Gráfica LCR, 2008.
- BRAGA, L. A. V. et al. Community therapy and resilience: history of women. *Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online*, v.5, n.1., 2013.
- BRANDEN, N. *Autoestima e seus seis pilares*. São Paulo: Saraiva, 1997.
- BRASIL. Lei 13.979/20, de 6 de fevereiro de 2020. Dispõe sobre as medidas para enfrentamento da emergência de saúde pública de importância internacional decorrente do coronavírus responsável pelo surto de 2019. Disponível em : [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/ato2019-2022/2020/Lei/L13979.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/ato2019-2022/2020/Lei/L13979.htm). Acesso 4 abr 2020.
- CARVALHO, M. A. P. et al. Contribuições da terapia comunitária integrativa para usuários dos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS): do isolamento à sociabilidade libertadora. *Cad. Saúde Pública*, v.29, n.10, p.2028-2038, 2013.
- FERREIRA FILHA, M. O. et al. A terapia comunitária como estratégia de promoção à saúde mental: o caminho para o empoderamento. *Revista Eletrônica de Enfermagem*, v. 11, n. 4, p.964-970, 2009.
- FERREIRA FILHA, M. O.; *Terapia Comunitária Integrativa: uma construção coletiva do conhecimento*. João Pessoa: Editora Universitária da UFPB. 2013.
- FERREIRA FILHA, M.O.; LAZARTE, R.; DIAS, M.D. *A Terapia Comunitária Integrativa: uma construção coletiva do conhecimento*. João Pessoa. Editora UFPB, 2013.
- FERREIRA FILHA, M.O.; LAZARTE, R.; DIAS, M.D.; *Terapia Comunitária Integrativa e Pesquisa Ação/intervenção: estudos avaliativos*. João Pessoa: Editora Universitária da UFPB. 2019.
- LEMES, A. G. et al. Benefícios da terapia comunitária integrativa revelados por usuários de substâncias psicoativas . *Acta paul. enferm.*, v.33, p.1-8, 2020.
- MINISTÉRIO DA SAÚDE. *Saúde mental. Cadernos de Atenção Básica n.34*. Brasília: Ministério da Saúde, 2013. Acesso em 24 abr 2020. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cadernos\\_atencao\\_basica\\_34\\_saude\\_mental.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cadernos_atencao_basica_34_saude_mental.pdf).

MOURA, S. G. et al. Representações sociais sobre terapia comunitária integrativa construídas por idosos. Rev. Gaúcha Enferm., v.38, n.2, p.1-6, 2017.

SILVA et al. Práticas Integrativas impactam positivamente na saúde psicoemocional de mulheres? Estudo de intervenção da Terapia Comunitária Integrativa no sul do Brasil. Cadernos de Naturologia e Terapias Complementares, v.7, n. 12, p. 33-42, 2018.

SisRodas - Sistema de Registro de Rodas de Terapia Comunitária Integrativa: banco de dados. Organizado por Instituto Acreditar e Compartilhar Terapias Integrativas e Complementares Ltda. Disponível em: <http://www.acreditarecompartilhar.com.br/rodas/login>. Acesso em: 31 jul. 2020.

REIS, M.L.A. Quando me encontrei voei: o significado da capacitação em Terapia Comunitária Integrativa. Porto Alegre: CAIFCOM Editora, 2017.

WHO. WORLD HEALTH ORGANIZATION. Mental Health and Covid-19. Disponível em: <https://www.who.int/teams/mental-health-and-substance-use/covid-19>. Acesso em 25 jun 2020.