

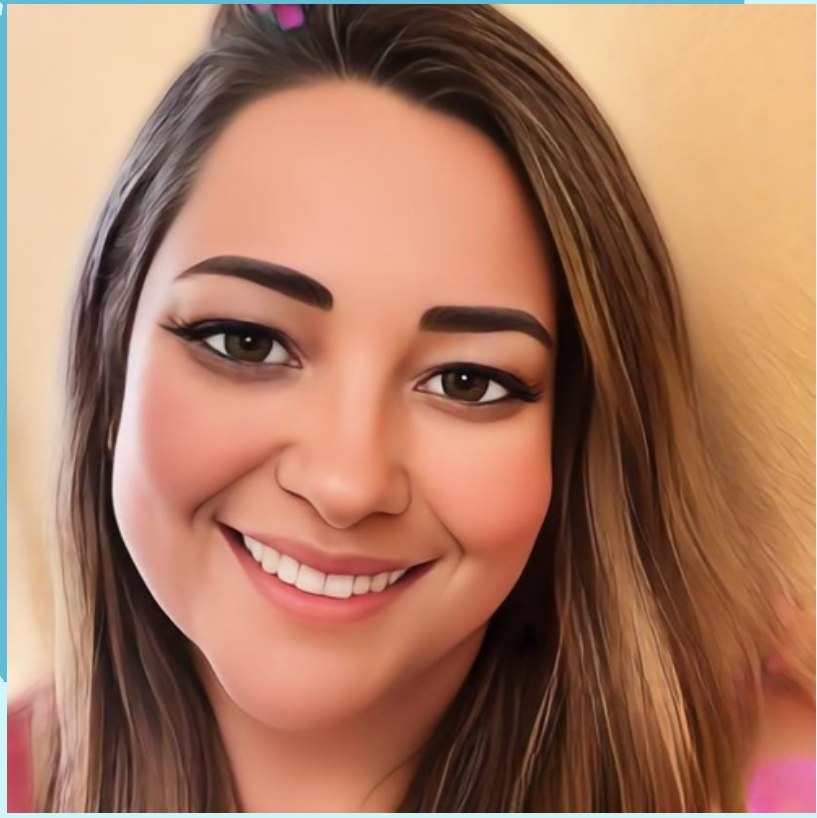


Terapia Ocupacional em Saúde Mental



João Pessoa, outubro de 2022.

Quem somos nós?



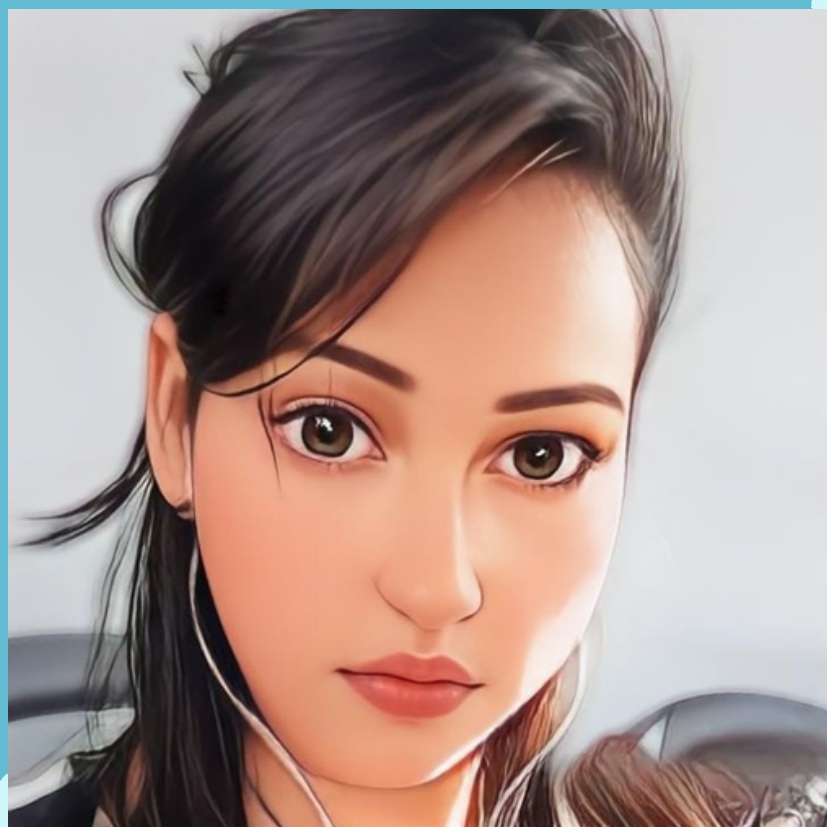
Profª Márcia Mont'Alverne



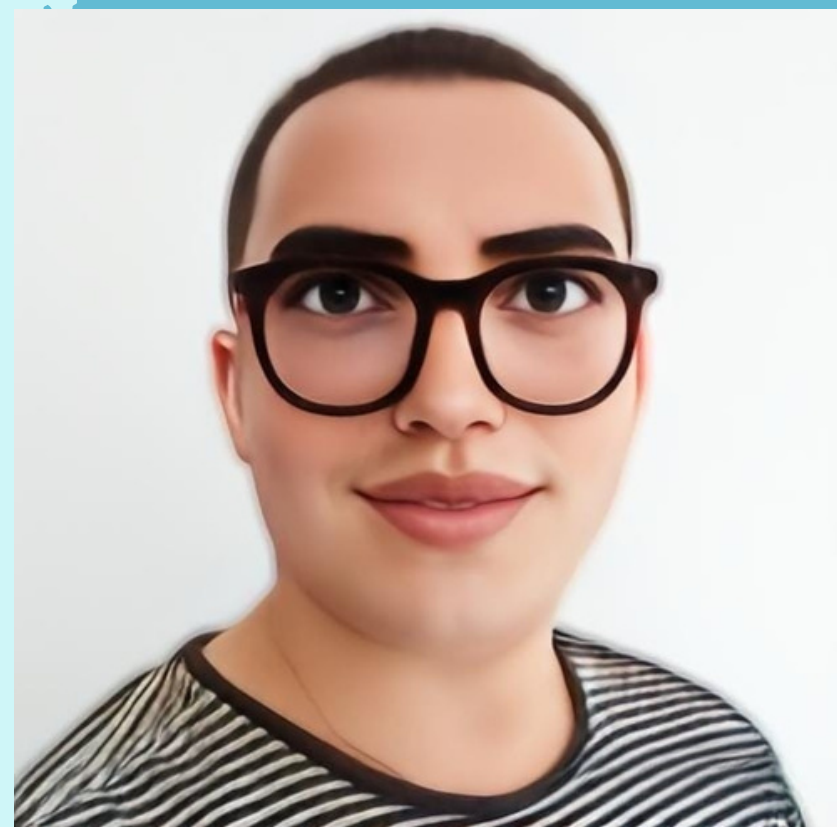
Nivia Melo



Júlia Helena



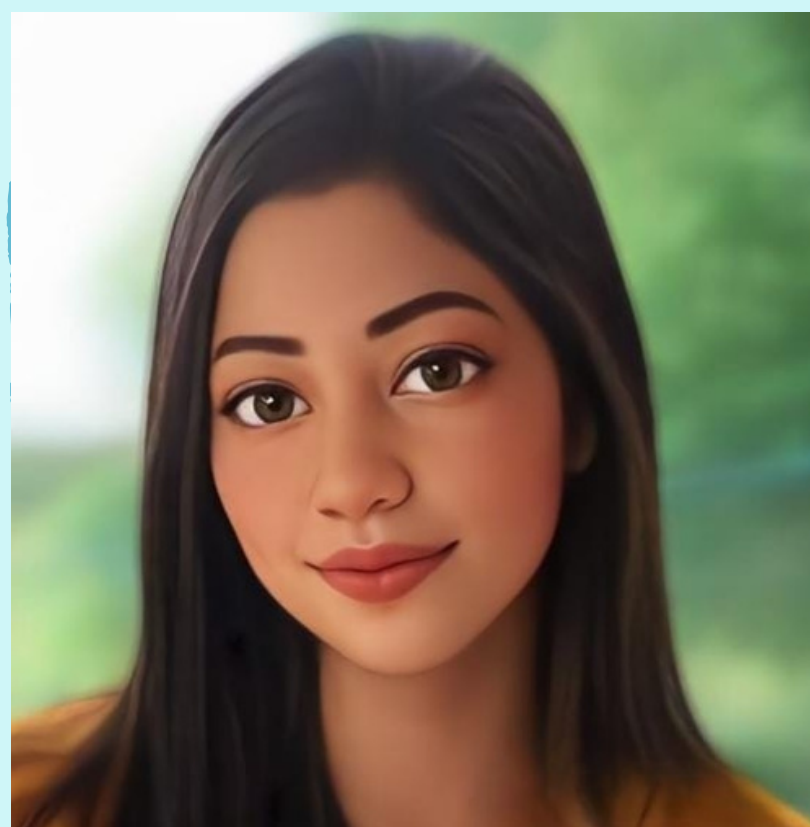
Jessika Leitão



Heráclito Cardoso



Matheus Soares



Flávia Ferreira



Apresentação

Esse material foi elaborado pela equipe da ação de extensão intitulada: **“DIALOGANDO E REFLETINDO SOBRE A SAÚDE MENTAL À LUZ DE UMA PERSPECTIVA AMPLIADA”**, coordenado pela Profa. Dra. Márcia Maria Mont’Alverne de Barros.

A iniciativa dessa ação de extensão tem o objetivo de contribuir com o processo de formação dos discentes do Curso de Terapia Ocupacional da UFPB acerca da saúde mental, concebendo-a à luz de uma perspectiva ampliada, bem como compartilhar conteúdo do universo da saúde mental com os diferentes atores da comunidade universitária e da Rede de Atenção Psicossocial – RAPS: trabalhadores da saúde, gestores, usuários, familiares cuidadores e população em geral, mediante o uso de diferentes redes sociais.

Esta cartilha intitulada: **“Terapia Ocupacional em Saúde Mental”**, busca compartilhar conhecimentos sobre a profissão, especialmente no que concerne a sua atuação no campo da saúde mental.

O material está organizado de forma interativa e descontraída, pois buscamos por formas alternativas como tirinhas, caça-palavras, fábula, mediante apresentação em vídeo, quiz, fake ou fato, textos, dentre outros.

Vislumbramos, assim, que essa ferramenta didática propicie a você a aquisição de conhecimentos e discernimentos acerca da profissão Terapia Ocupacional e das possibilidades de atuação do terapeuta ocupacional no campo da saúde mental.

Contatos

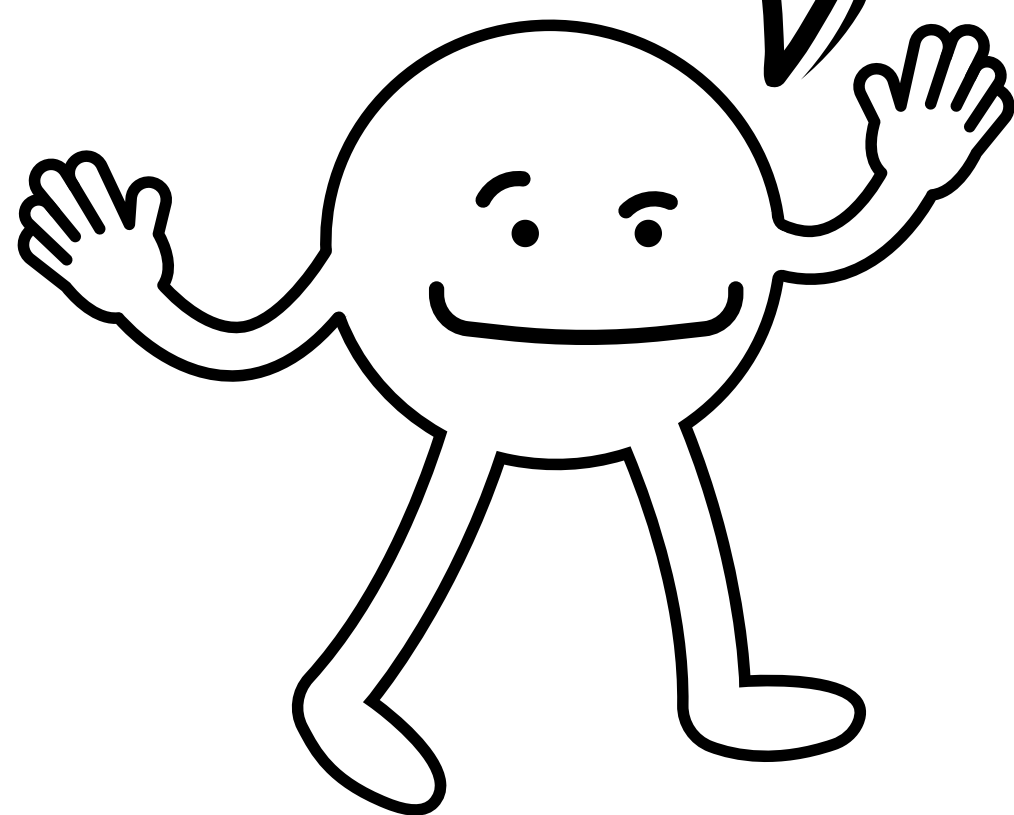
@extsaudemental

Sumário

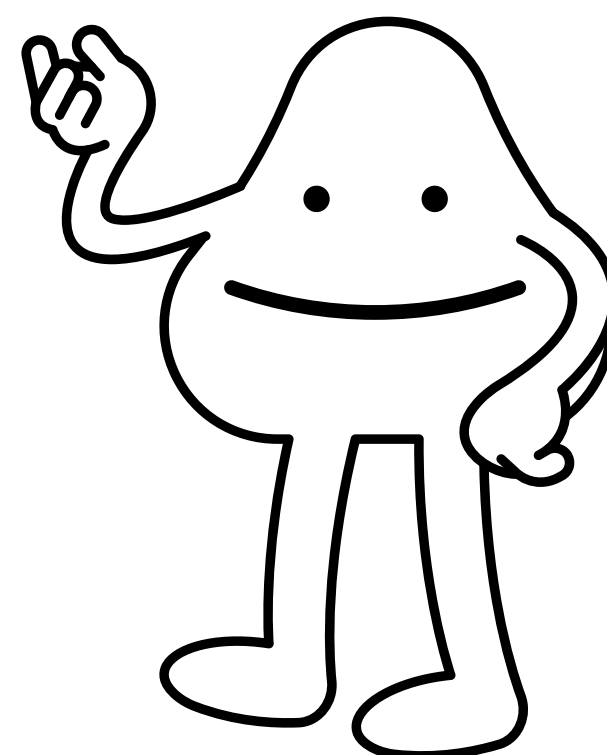
Saúde mental não é bobagem	5
Contribuições da Terapia Ocupacional em Saúde Mental	8
Caça-palavras	10
Quando devo procurar um Terapeuta Ocupacional?	11
Atuação do Terapeuta Ocupacional na RAPS	12
Desafios da Terapia Ocupacional	13
Fake ou fato?	14
Quem pode se beneficiar com os cuidados de um terapeuta ocupacional?	15
Link de acesso à fábula "o macaco e o peixe"	17
Trecho da poesia Ocupação Humana e Terapia Ocupacional	18
Questionário sobre os conteúdos abordados nessa cartilha	19
Referências	20

Saúde mental não é bobagem!

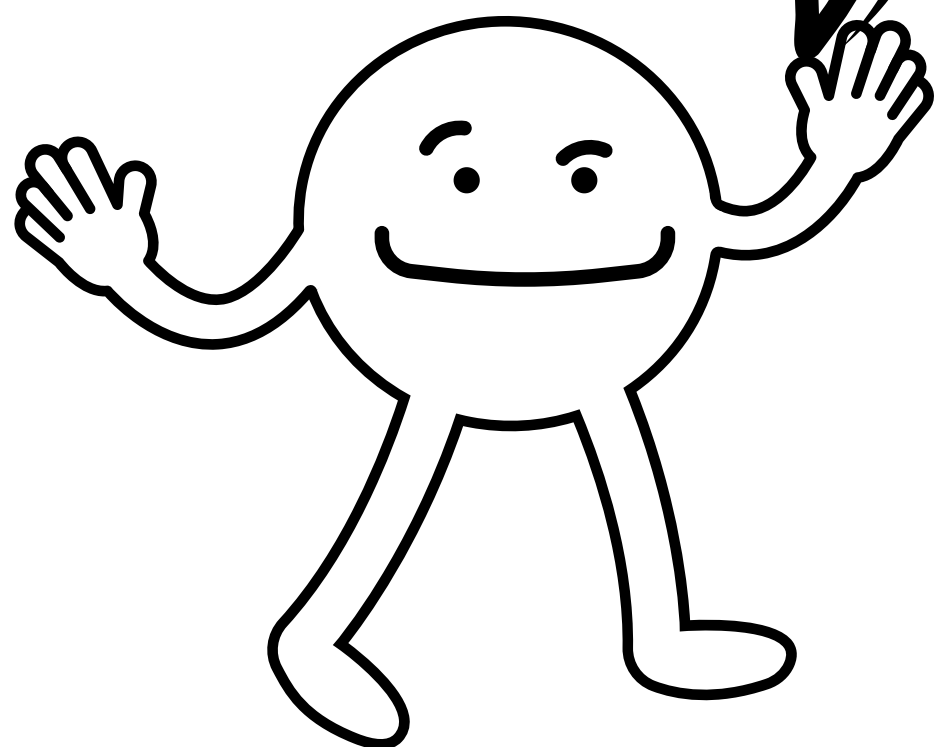
Oi, Carlos!
Como você está?



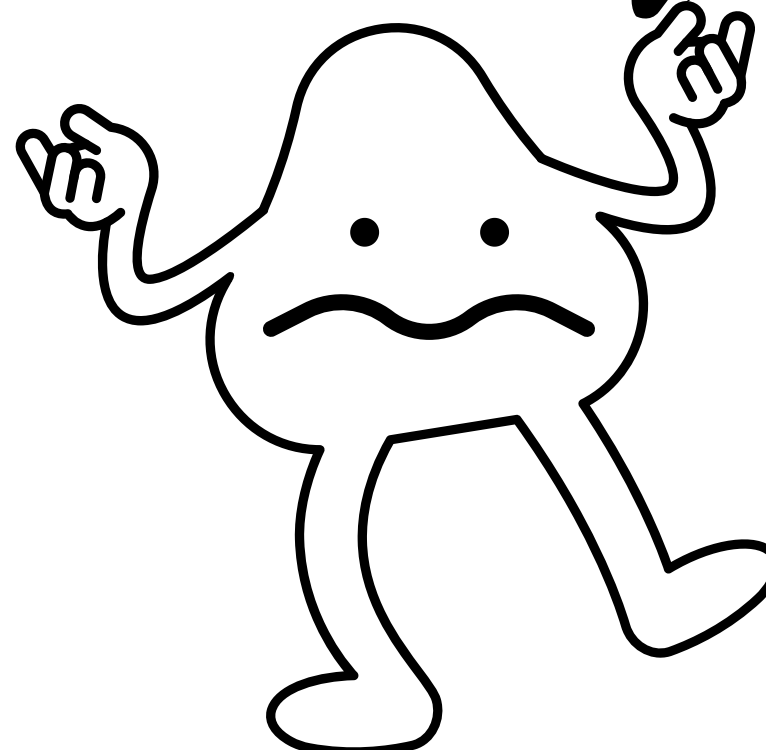
Oi, Pedro!
Agora eu estou bem, mas
estava me sentindo muito
ansioso.



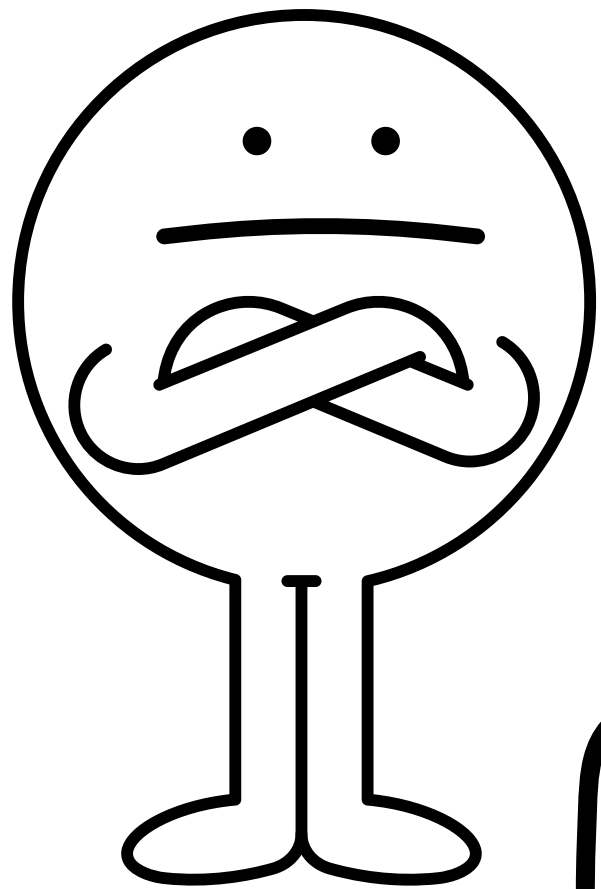
E faz tempo que você
está se sentindo assim?



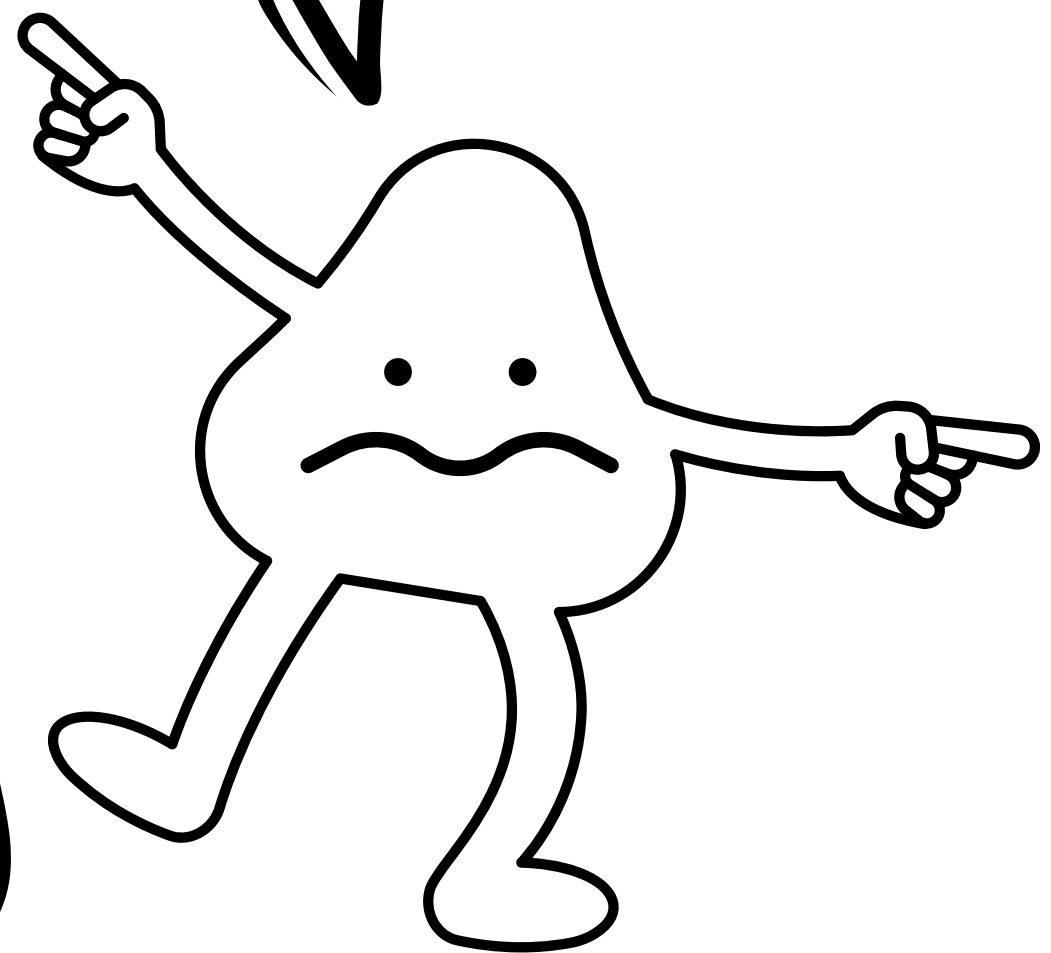
Sim, mas meus amigos
dizem que é bobagem da
minha cabeça, que isso não
tem importância.



Isso está te prejudicando?

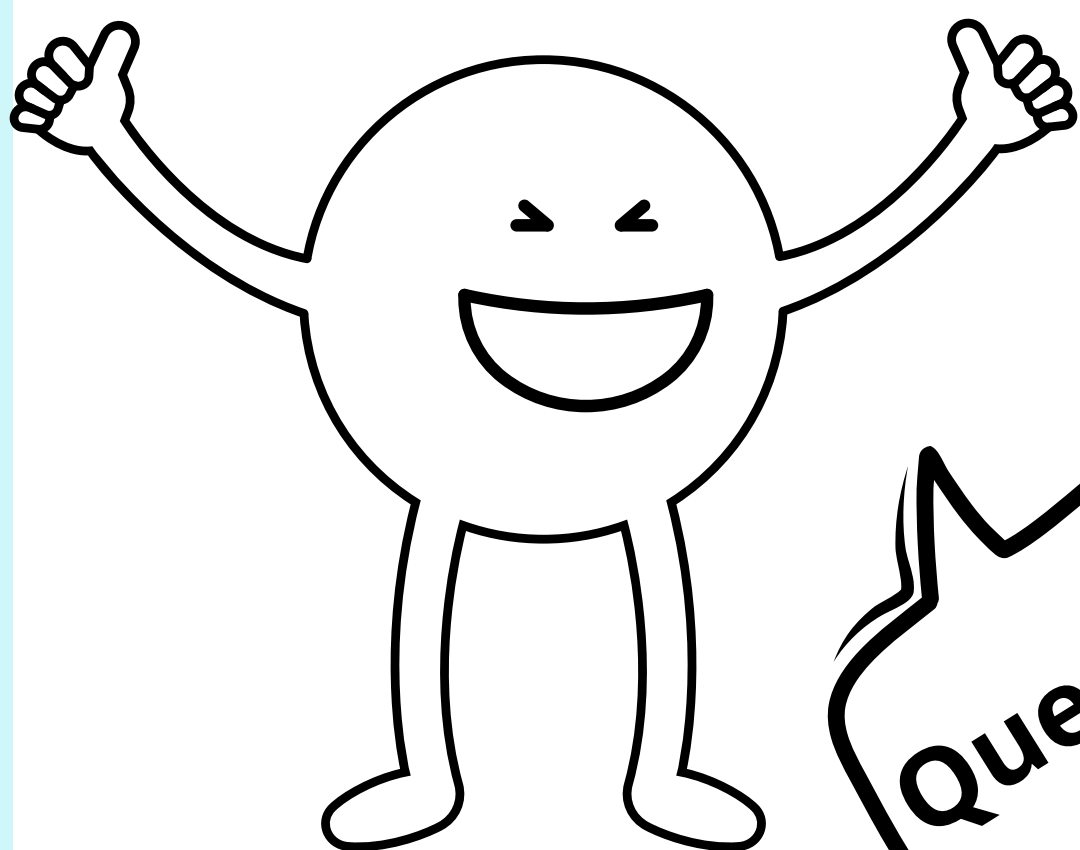


Sim, o meu cotidiano ficou muito desorganizado.

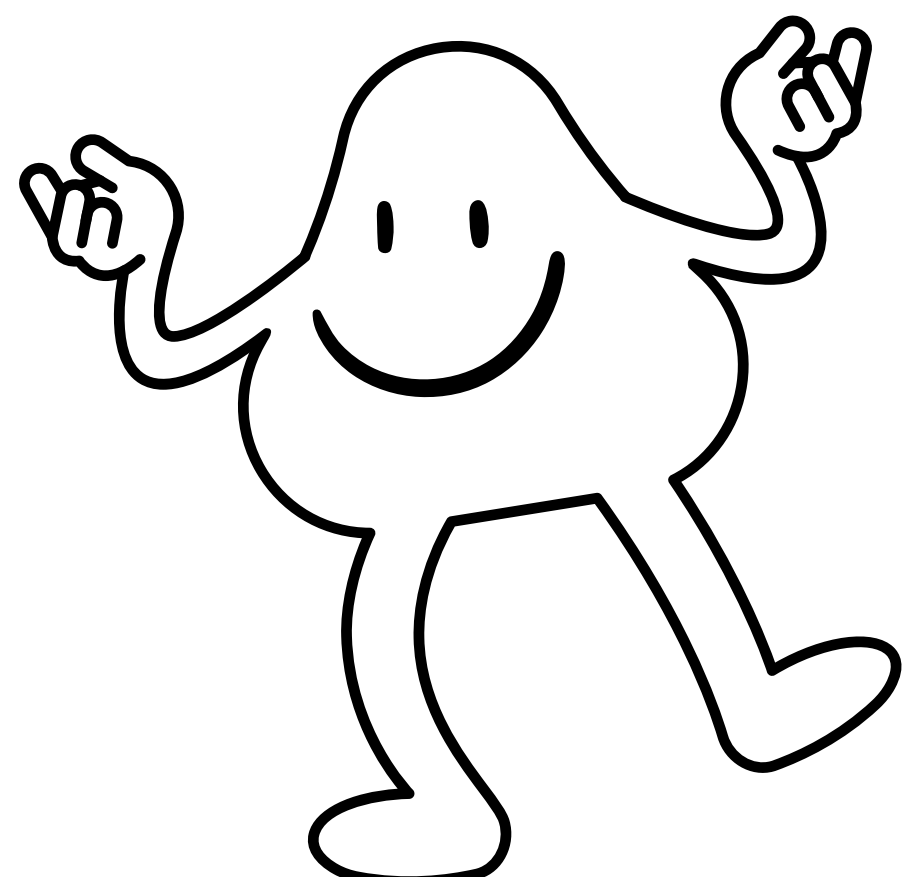


Então isso não é bobagem!

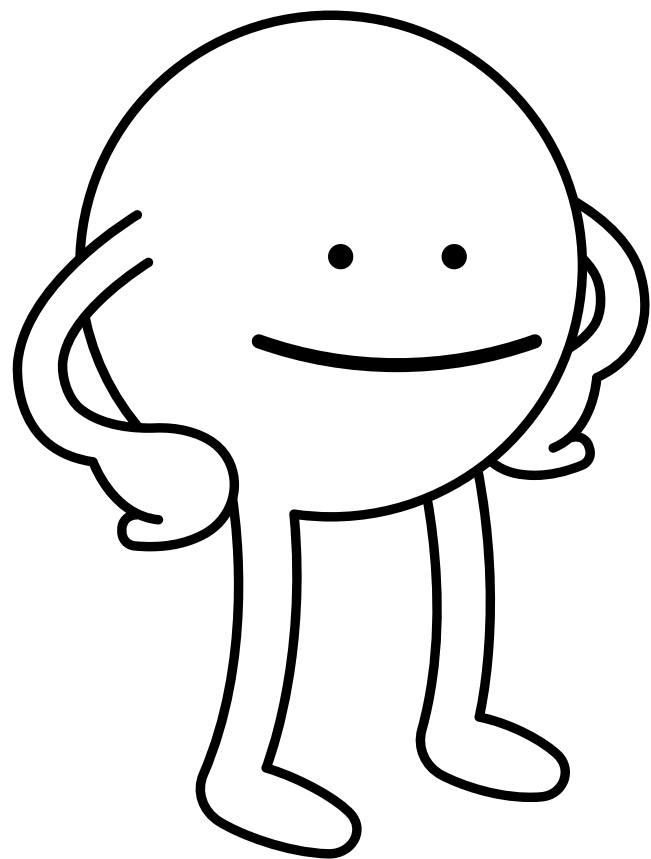
Mas eu já comecei o tratamento. Fui até encaminhado para a Terapia Ocupacional!



Que maravilha!



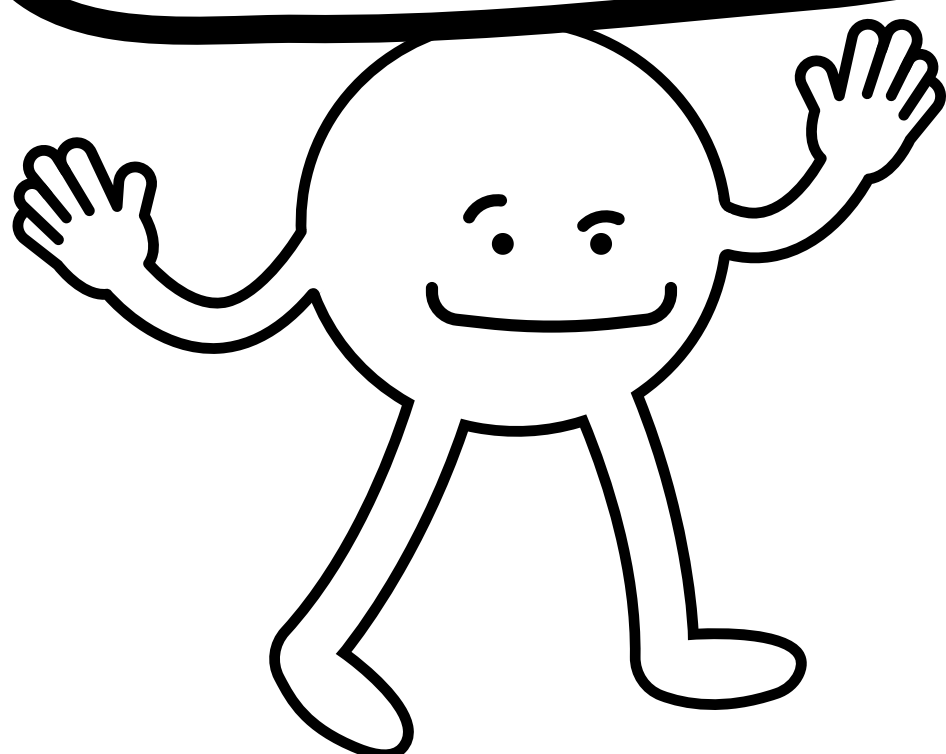
O que você tem achado da Terapia Ocupacional?



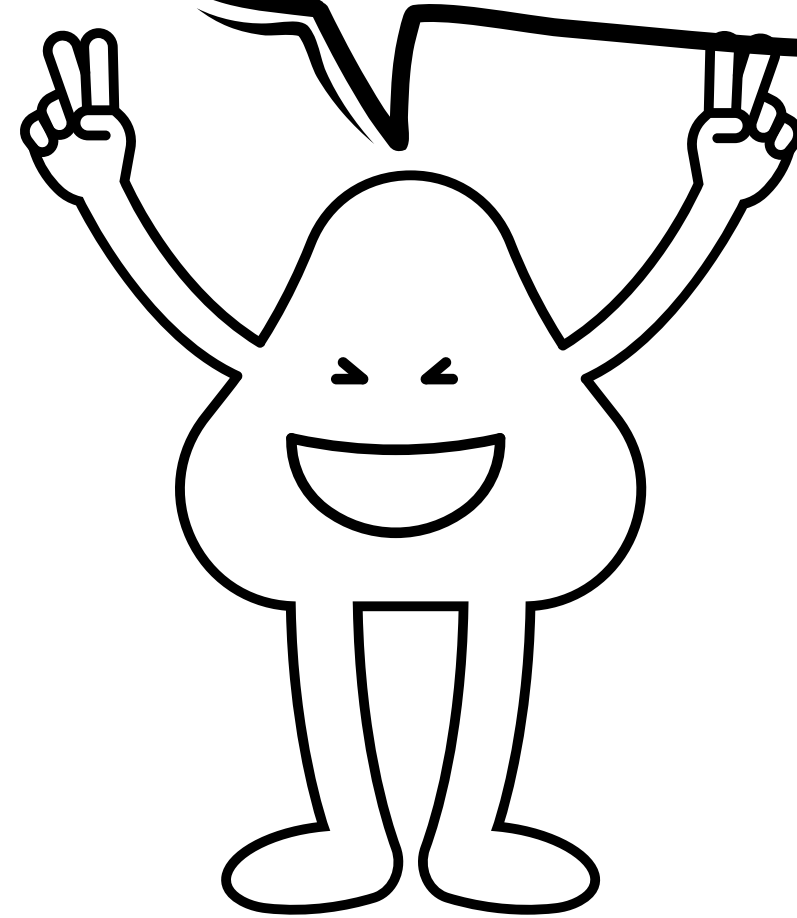
A T.O. tem sido muito importante para o meu bem-estar mental.



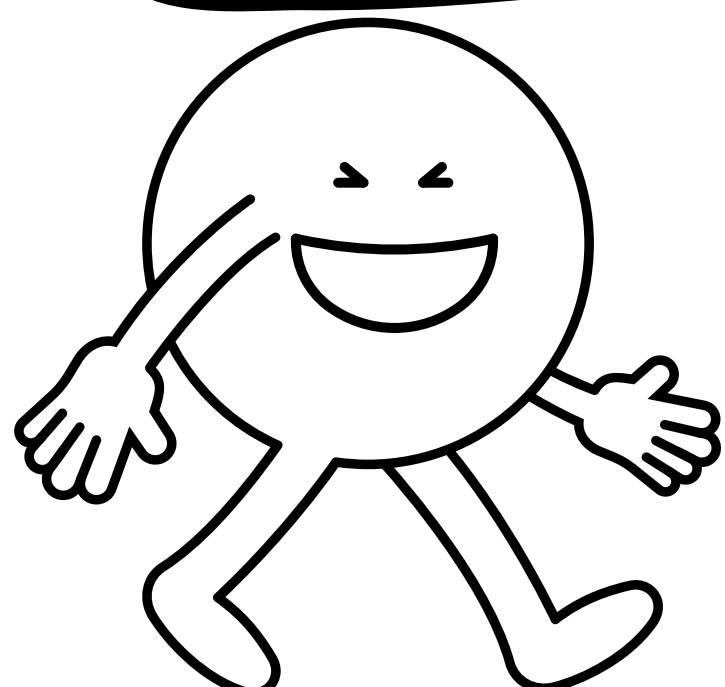
A Terapia Ocupacional contribui muito para a nossa saúde mental. Estou feliz por você!



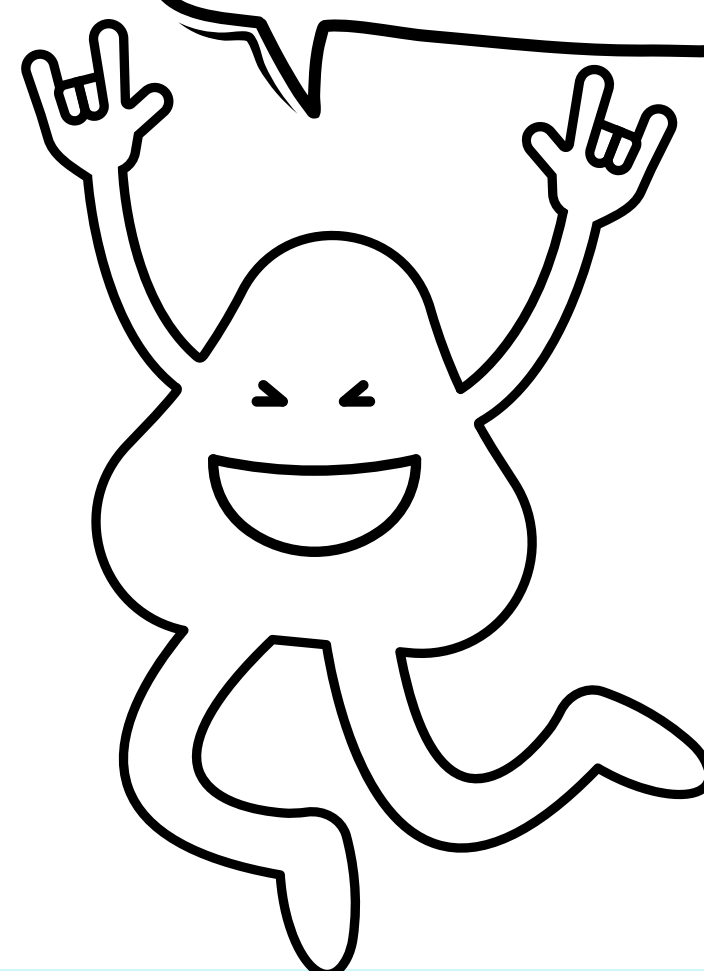
Eu também estou feliz!



Então, vamos tomar um café?



Vamos!!!



Fim!

Contribuições da Terapia Ocupacional em Saúde Mental

A Terapia Ocupacional em saúde mental oferta um cuidado centrado no indivíduo (não na doença), e está ancorada nos princípios e diretrizes da Reforma Psiquiátrica e nos moldes da atenção psicossocial. O terapeuta ocupacional cuida da saúde mental de pessoas e grupos em diferentes ciclos de vida (crianças, adolescentes, adultos e idosos).

Os transtornos mentais graves, tais como: esquizofrenia, transtorno afetivo bipolar, muitas vezes, apresentam prejuízos múltiplos para as pessoas, acarretando impactos também na sua funcionalidade.

Desse modo, as pessoas com transtornos mentais passam a apresentar dificuldades em realizar atividades mais básicas e/ou mais complexas, o seu dia a dia se revela esvaziado, possuem dificuldades para manter uma rotina composta de atividades que façam sentido e significado para elas.

Contribuições da Terapia Ocupacional em Saúde Mental

A Terapia Ocupacional trabalha junto a essas pessoas com ênfase na sua rotina, pois o olhar do terapeuta ocupacional está voltado para a construção do dia a dia, de uma nova rotina que seja significativa, a qual faça parte de um cotidiano, em que esse sujeito possa se apresentar para as outras pessoas, circular em rede, interagir, realizar trocas interpessoais e sociais.

O terapeuta ocupacional, com os seus saberes e práticas, busca promover a autonomia do usuário, considerando as suas possibilidades/potencialidades, contribuindo para a sua independência na realização das atividades diárias. O uso das atividades e das ocupações como meios para o cuidado em saúde mental estão imersas em um contexto de possibilidades para a realização das intervenções propostas por esse profissional.

Caça-Palavras

A Terapia Ocupacional atua nos âmbitos da prevenção, promoção da saúde, tratamento, reabilitação e inclusão social. A visão do profissional contempla o usuário em suas necessidades, considerando a complexidade da sua condição biopsicossocial. Sua ferramenta principal é a atividade humana, a qual reflete a cotidianidade do sujeito. Assim, a Terapia Ocupacional caracteriza-se como um lugar de possibilidades de existência criativa, efetivando processos de habilitação social para as pessoas.

T E R A P I A O C U P A C I O N A L
I R A N U A M R T H R E H C N M F U
V B A E I T E T M L S E I N A Y E E
A D B P S R A L T B A E L P T I N E
O E A I L A O T P S H H A A I B W N
A O T T R T S R O O T T Y D V N G B
I R E T H A O H H S T R I O I E U O
S A U D E M E N T A L V I H D I G N
T R E C O E A U B E M E S T A R E I
J O L Ç E N T Y N E G T O A D U C I
A A Ã N N T M W O D I L D G E H N S
O O R E N O E E A I N C L U S Ã O I

Atividade

Terapia Ocupacional

Tratamento

Bem estar

Inclusão

Promoção

Saúde mental

Quando devo procurar um Terapeuta Ocupacional?

1. Estou apresentando dificuldades para realizar atividades cotidianas (autocuidado, produtividade, lazer, atividades sociais em geral).

2. Aspectos emocionais e mentais estão interferindo no meu desempenho ocupacional.

3. Não tenho motivação para realizar atividades cotidianas.

4. Percebo que preciso fortalecer os vínculos familiares, sociais e minha rede de apoio.

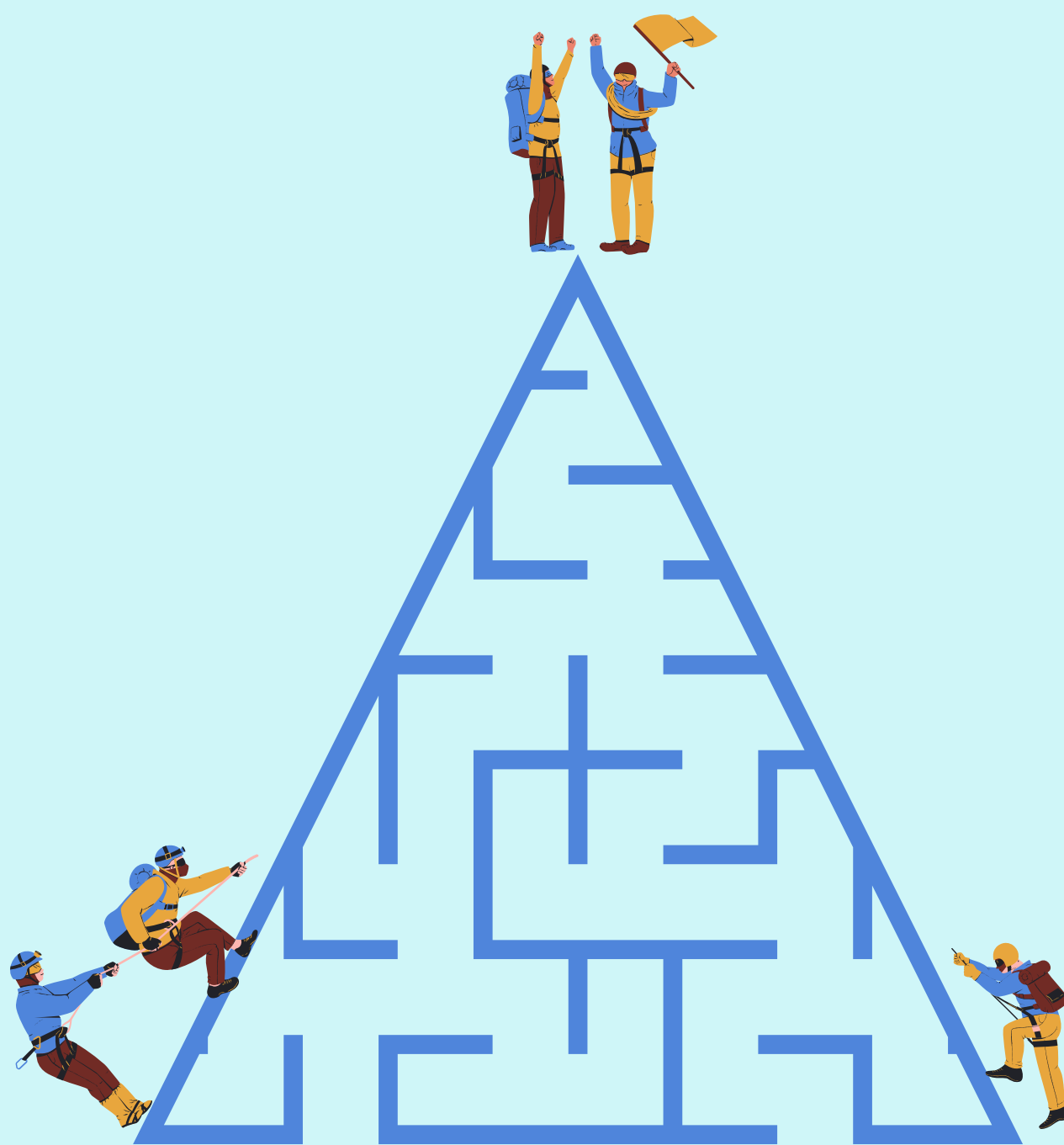


Atuação do Terapeuta Ocupacional na RAPS

Na rede pública o Terapeuta Ocupacional integra as equipes de saúde mental, nos diferentes pontos da Rede de Atenção Psicossocial - RAPS, tais como: Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), em suas diferentes modalidades: CAPS I, CAPS II, CAPS III, CAPSi, CAPS AD; Residências terapêuticas; Equipes de consultório na rua; Unidades básicas de saúde (realizando ações de promoção de saúde mental); dentre outros.

Desafios da Terapia Ocupacional

- 1** Tecer o cuidado em saúde mental, ancorado nas tecnologias leves ou relacionais (vínculo, acolhimento, corresponsabilização, autonomia), na consideração do Projeto Terapêutico Singular (PTS) e da clínica ampliada como essenciais para o alcance da integralidade do cuidado.
- 2** Superação de práticas referenciadas no modelo biomédico/manicomial e segregador de atendimento às pessoas em sofrimento mental.
- 3** Consolidar a contribuição da Terapia Ocupacional em sua especificidade, no sentido de ampliar o desempenho de papéis ocupacionais do usuário, favorecendo sua maior participação social.



FAKE OU FATO?

FAKE

A função da Terapia Ocupacional é ocupar as pessoas.



FATO

A Terapia Ocupacional se interessa pelo fazer humano, entende a pessoa como sujeito social e de direito, buscando ampliar o desempenho de papéis ocupacionais da pessoa, considerando sua saúde física, mental e o seu contexto social.

FAKE

A Terapia Ocupacional é apenas um instrumento de intervenção para controle e eliminação do mal-estar psíquico.

FATO

A Terapia Ocupacional tem afinidade com a atenção em saúde mental, concebendo-a em sua relação com a vida.

FAKE

No campo da saúde mental a Terapia Ocupacional se resume às oficinas de atividades manuais.



FATO

No campo da saúde mental a Terapia Ocupacional valoriza a subjetividade do sujeito, por meio de estratégias autoexpressivas, lúdicas, de habilitação social, estimulando a autonomia, a participação social e o exercício da cidadania, com vistas à garantia de direitos.



FAKE

A Terapia Ocupacional pode ser praticada por qualquer profissional de outra área.



FATO

Para ser terapeuta ocupacional é preciso ter formação acadêmica em curso superior de Terapia Ocupacional reconhecido pelo MEC.



Quem pode se beneficiar com os cuidados de um Terapeuta Ocupacional?

Pessoas que sofrem de algum transtorno mental, como a depressão, por exemplo. Nesse caso, o terapeuta ocupacional trabalha no desenvolvimento de uma rotina de atividades diárias que seja satisfatória e crie um senso de propósito para o paciente, aumentando a sua autoconfiança, autoestima e independência. O profissional pode ajudá-lo em tarefas simples de autocuidado, identificar e aprimorar habilidades que ampliem as suas chances de conseguir um emprego, possibilitando também o engajamento em outras ocupações de seu interesse.



Quem pode se beneficiar com os cuidados do Terapeuta Ocupacional?

Pessoas que sofrem com algum transtorno mental grave e/ou persistente, como a esquizofrenia. Nesse caso, o terapeuta ocupacional com a sua especificidade pode contribuir para o cuidado em saúde mental, na construção de uma rotina significativa, considerando os interesses e singularidades dos sujeitos com relação às ocupações, com vistas ao desenvolvimento de atividades que façam sentido para eles, incluindo autocuidado, produtividade e lazer.

O terapeuta ocupacional busca trazê-los para um cotidiano, onde possam se apresentar para as outras pessoas, motivando-os para a formação de redes de apoio, proporcionando assim o seu protagonismo social, estimulando a se relacionarem com o outro; identificando as suas dificuldades e potencialidades, construindo, assim, novas habilidades e superando os estigmas.



Link de acesso à fábula "o macaco e o peixe": uma analogia com a atuação da Terapia Ocupacional em Saúde Mental



<https://www.instagram.com/reel/Cj3cR2-gg8v/?igshid=YmMyMTA2M2Y=>

Trecho do poesia Ocupação Humana e Terapia Ocupacional



"Interessa o envolvimento em ocupações que promovam saúde mental, aquelas que não produzam doenças físicas e/ou adoecimentos letal.

A Terapia Ocupacional contribui para um repertório de vida edificante, auxiliando na superações de modos de viver amargamente aprisionantes."



Questionário sobre os conteúdos abordados nessa cartilha

<https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScR1YzZaxTjYxGIOUMHykzMY1ZGjM0cy3gF3J0nhICYtqg-g/viewform>



Referências

- ALCOFORADO, I. G. O macaco e o peixe (Fábula Africana) — Relato de Mia Couto. Medium.com, 2021. Disponível em: <<https://medium.com/@iherringuedesalcoforado/o-macaco-e-o-peixe-f%C3%A1bula-africana-relato-de-mia-couto-ec243da8ea7b>>.**
- BARROS, M. M. M. A. Poesia em Tempos de Pandemia. João Pessoa: Ideia, 2021. 69p.**
- COSTA, L. A.; ALMEIDA, S. C.; ASSIS, M. G. Reflexões epistêmicas sobre a Terapia Ocupacional no campo da Saúde Mental. Cad. Ter. Ocup. UFSCar, São Carlos, SP, v. 23, n. 1, p. 189-196, 2015.**
- ERBERIAN, A. Terapia Ocupacional na Psiquiatria: Entrevista com Gabriela Cruz de Moraes. Youtube, 3 de outubro de 2019. Disponível em: <https://youtu.be/ikxEpDwMUrK>. Acesso em: 21 de agosto de 2022.**
- RIBEIRO, M. B. S.; OLIVEIRA, L. R. Terapia ocupacional e saúde mental: construindo lugares de inclusão social. Interface - Comunic, Saúde, Educ, Botucatu, SP, v.9, n.17, p.425-31, 2005.**
- RIBEIRO, M. B. S.; OLIVEIRA, L. R. Terapia ocupacional e saúde mental: construindo lugares de inclusão social. Interface - Comunic, Saúde, Educ, Botucatu, SP, v.9, n.17, p.425-31, 2005.**
- SOUZA, T.S.; MAZAK, M.S.R.; SPERANZA, M.; FERNANDES, A.D.S.A.; CID, M. F. B. A terapia ocupacional na promoção da saúde mental de adolescentes de uma escola pública. Rev. Fam., Ciclos Vida Saúde Contexto Soc., Uberaba, MG, v. 10, n. 2, p.383-398, 2022.**
- SOUZA, T.S; MAZAK, M.S.R.; SPERANZA, M.; FERNANDES, A.D.S.A.; CID, M. F. B. A terapia ocupacional na promoção da saúde mental de adolescentes de uma escola pública. Rev. Fam., Ciclos Vida Saúde Contexto Soc., Uberaba, MG, v. 10, n. 2, p.383-398, 2022.**
- WACHHOLZ, S. M. S; MARIOTTI, M. C. A participação do terapeuta ocupacional na reforma psiquiátrica e nos novos serviços de saúde mental. Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional, São Carlos, SP, v. 17, n. 2, p. 147-159, 2009.**