

Oficina terapêutica com fuxico: O remédio é fuxicar para o estresse aliviar.

Autores:

Daniela Callegari
Flávia Guilherme Gonçalves
Rosana de Carvalho
Elaine Campreguer
Brígida Gimenez
Viviane Iglesias

O Sistema Único de Saúde (SUS), segundo Vasconcelos & Pache “é o arranjo organizacional do Estado Brasileiro que dá suporte à efetivação da política de saúde no Brasil, e traduz em ação os princípios e diretrizes desta política”. Tem por objetivo geral coordenar e integrar ações de saúde, nas esferas municipal, estadual e federal. A sua regulamentação foi feita pelas Leis n. 8080/90 e n. 8142/90. (VASCONCELOS & PACHE, pg. 531, 2008).

Hoje, um dos principais impasses encontrados pelos trabalhadores da saúde é a própria implantação do SUS.

Sabe-se que cada trabalhador tem uma história de vida, uma cultura, uma subjetividade e que os usuários que procuram saúde também. A Estratégia Saúde da Família (ESF), aliada aos princípios do SUS tem o intuito de promover a efetivação e aproximação do trabalhador e usuário de saúde através da promoção da saúde, prevenção de doenças e agravos e recuperação da saúde. Merhy relata sobre os diferentes atores sociais envolvidos no cenário da saúde para a mudança das práticas da atenção primária em saúde, comparada a uma situação de guerra, em que tais atores encontram-se no fronte, na luta, como trabalhadores militantes para a produção do cuidado. A partir das tecnologias leves, que Merhy destaca como ferramentas fundamentais de trabalho nas ESFs, como o vínculo e o acolhimento, pode-se observar mais de perto os cuidados essenciais de saúde de uma determinada realidade local, ou seja, daquele território.

Através deste conceito, integrantes da Residência Multiprofissional em Saúde da Família atuantes em uma Unidade de Saúde da Família – USF, situada na região norte do município de Londrina – PR, participaram da construção e acompanhamento de um grupo de “fuxico”, que é um tipo de artesanato, realizado com sobras de tecido. O grupo surgiu a partir da verificação pelos profissionais da Unidade Básica de Saúde (UBS) sobre o uso excessivo de psicotrópicos, grande número de mulheres diagnosticadas com transtorno depressivo, além da procura espontânea destas mulheres por apoio psicológico.

O grupo teve como objetivo principal a promoção de saúde através de momentos de acolhimento e interação social; estimular a coordenação motora, memória, atenção, concentração, criatividade e improvisação; contribuir para redução de estresse; proporcionar momentos agradáveis e trabalhar a auto-estima, além de melhorar o vínculo entre usuários e trabalhadores da UBS, pois estes também estavam no grupo enquanto participantes.

O grupo teve início há aproximadamente oito meses, através de triagens realizadas com mulheres diagnosticadas com transtorno depressivo leve e moderado, porém com o passar do tempo e interesse da comunidade houve a abertura do grupo para todos aqueles que almejassem participar do mesmo.

Para o fortalecimento e divulgação das atividades, houve um momento em que as próprias integrantes do grupo, com o apoio das residentes de psicologia e fisioterapia realizaram uma exposição do material produzido por elas na sala de espera da UBS, isto é, enquanto os usuários da Unidade aguardavam atendimento, realizou-se uma roda de conversa e exposição do grupo de artesanato, convidando novos integrantes ao grupo. Após esta exposição o número de integrantes do grupo aumentou significativamente, com mais de 20 participantes seriamente compromissadas.

Os encontros são realizados semanalmente com duração média de duas horas. Além do diálogo e comunicação entre as integrantes, são tratadas informações sobre a saúde, como informes de campanhas, combate a doenças, datas comemorativas relacionadas ao cuidado, etc. O foco gira em torno da produção do fuxico, que a partir de retalhos e moldes redondos pode-se fazer bonecos, chaveiros, colchas, almofadas, colares, utensílios de adorno para o cabelo, entre outros.

O grupo recebe doações de retalhos de costureiras da própria comunidade e de outros conhecidos das participantes. Para finalização do fuxico e acabamentos, alguns utensílios precisam ser comprados, para isto, as integrantes do grupo se organizaram com uma “caixa de contribuições”, no qual cada uma contribui semanalmente com aquilo que deseja.

Também se organizaram para venda de uma rifa, no qual duas participantes doaram um porta guardanapos e um peso de porta produzidos com o fuxico. A rifa foi dividida entre as usuárias do grupo, inclusive os trabalhadores da UBS. O sorteio ocorrerá na última semana do mês de junho de 2010, no qual será realizada uma festa junina em comemoração ao sucesso do grupo. Na semana anterior à festa serão produzidos os materiais em fuxico para enfeite do ambiente em que ocorre o grupo - o centro comunitário do bairro.

Há um outro projeto social na área de abrangência desta UBS, o Habitar Brasil, que em parceria com o CRAS (Centro de Referência de Assistência Social) promoveu o acolhimento de famílias que estavam morando irregularmente à beira do córrego “Sem Dúvida” e transferidas para uma nova habitação promovida pela COHAB (Companhia de Habitação de Londrina). Além das tramitações legais, inerentes ao desenvolvimento habitacional, o projeto incentivava a população a participar também de atividades sócio-educativas, e então, deram início a um novo grupo de fuxico no bairro. Este novo grupo inseriu-se no trabalho de geração de renda, porém não havia adesão suficiente da população. Contudo, em parceria com a UBS, algumas integrantes do grupo anterior passaram a frequentar este novo grupo, realizando troca de experiências e ampliando o quorum participativo entre os mesmos.

Atualmente, participam do grupo vinte e cinco mulheres, sendo que algumas delas, aproximadamente cinco, são funcionárias da UBS. Como resultado, pode-se observar a melhora da qualidade de vida dessas mulheres, por meio de relatos de diminuição do uso de antidepressivos, em que algumas referem ao grupo como terapia; utilização da produção do artesanato como fonte de renda, sendo que algumas delas assumiram o fuxico como sua fonte principal de renda; desenvolvimento de liderança comunitária e de autonomia das

participantes, visto que as mesmas se organizaram para o aprendizado e didática do grupo, desatrelando-se da necessidade de um profissional especializado em fuxico.

Estes resultados extrapolaram a expectativa inicial tida para esta atividade de grupo, sendo que algumas integrantes realizam o papel de multiplicador em saúde. Há uma independência maior com relação ao apoio da UBS, sendo que a organização e as ações do grupo ocorrem principalmente por iniciativas próprias das integrantes.

Atividades grupais são valorizadas cada vez mais por suas potencialidades. Oferecem vários benefícios e uma ampla diversidade de atividades que podem ser desenvolvidas com objetivo terapêutico. Dentre eles, pode-se destacar a comunicação e integração entre os participantes e organizadores.

Como dito anteriormente, uma das ferramentas fundamentais para o cuidado em saúde é o vínculo entre os profissionais e os usuários, sendo que grupos comunitários com o apoio das Equipes de Saúde da Família podem conduzir a esta aproximação.

Promove ainda reflexões sobre sua situação de vida, eleva a auto-estima, oportuniza geração de renda e superação de transtornos psicológicos diversos. Além de ser um material de baixo custo e fácil acesso, os retalhos propiciam produtos artesanais belíssimos, traduzindo uma nova identidade das usuárias e seu produto, ressignificando o cuidado em saúde.

Pode-se observar ainda uma grande oferta de medicamentos e um grande número de usuários em uso de psicotrópicos. Há muitos estudos relacionados ao uso excessivo de medicação, sendo que o usuário nem sempre tem conhecimento e informações científicas sobre a necessidade de utilização de determinadas drogas ou substâncias.

Enfim, experiências em grupo com enfoque social e terapêutico devem ser valorizadas e multiplicadas na Atenção Básica e Unidades de Saúde da Família, pois são pioneiras na produção e promoção de saúde, ampliando aqui o seu conceito, não apenas como ausência de doença.