

LEITURA COMO PRÁTICA TERAPÊUTICA COMPLEMENTAR NO CENTRO DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL

Direitos Humanos e Justiça

Coordenador da atividade: Lisandra Maria NADAL¹

Instituto Federal do Paraná (IFPR)

**Autores: Jeniffer Cristina Rodrigues de MELLO²; Ivan
Takashi KANO³; Ana Luiza STOCO⁴**

Resumo

A leitura de narrativas pode oferecer novas percepções sobre problemas psicológicos e comportamentais. Baseado nesse princípio, a biblioterapia, uma técnica de mudança de comportamento através do autoconhecimento, utiliza aspectos racionais e emocionais dos indivíduos na interpretação de textos e livros. O Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) I Vovó Tónica, localizado no município de Jaguariaíva/PR, realiza atendimento a pacientes encaminhados após avaliação técnica, com acompanhamento de uma equipe multidisciplinar. O objetivo do projeto foi aplicar a biblioterapia como método alternativo de atração de leitores e prática terapêutica complementar a pacientes do CAPS, estimulando a criatividade, a empatia e a inserção social de pessoas em situação de vulnerabilidade. A partir da prática da biblioterapia, através de oficinas, discentes e servidores do Instituto Federal do Paraná (IFPR) buscaram fazer uso de variados tipos de textos e trechos de livros, com o intuito de desenvolver em conjunto diversas perspectivas acerca de um determinado texto, de modo que a compreensão pudesse ser apropriada para a vida dos pacientes. As oficinas eram realizadas quinzenalmente, e incluíam discussões em torno do tema abordado no material selecionado, além de uma atividade vinculada à leitura. Houve um crescente interesse das pacientes, que se sentiam à vontade para compartilhar opiniões e experiências relacionadas com o assunto debatido a partir de textos, livros, reportagens e poesias. A biblioterapia passou a ser um canal para compreensão crítica da realidade que as cerca e auxiliou também para que elas conhecessem melhor as oportunidades que têm disponíveis. Com o trabalho conjunto da equipe do CAPS e do IFPR, foi possível direcionar os textos trabalhados, despertando diferentes reações no grupo e estabelecendo um paralelo com a realidade de cada um na sociedade. Além disso, a aproximação desta parcela da comunidade com a equipe do IFPR permitiu a divulgação do espaço na esfera municipal e regional.

Palavra-chave: Prática terapêutica; Leitura; Saúde mental.

¹ Lisandra Maria Kovaliczn Nadal, auxiliar de biblioteca - IFPR.

² Jeniffer Cristina Rodrigues de Mello, aluna do Técnico em Biotecnologia Integrado ao Ensino Médio - IFPR.

³ Ivan Takashi Kano, professor EBTT Português/Espanhol - IFPR.

⁴ Ana Luiza Stoco, psicóloga - Prefeitura Municipal de Jaguariaíva/PR.

Introdução

O Instituto Federal do Paraná (IFPR) é uma instituição pública federal de educação profissional e tecnológica, por meio do ensino, pesquisa e extensão. O estatuto do IFPR, no âmbito dos princípios norteadores, preza pelo compromisso com a justiça social, equidade, cidadania, ética; valoriza a difusão do conhecimento científico e tecnológico e suporte aos arranjos produtivos locais, sociais e culturais. O incentivo a ações extensionistas que aproximem discentes e servidores da população local é imprescindível para a formação moral dos cidadãos e está alinhado à filosofia da instituição. (INSTITUTO FEDERAL DO PARANÁ, 2011).

Por sua vez, os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) são unidades especializadas em saúde mental para tratamento e reinserção social de pessoas com transtorno mental grave e persistente. Os centros oferecem um atendimento interdisciplinar, composto por uma equipe multiprofissional que reúne médicos, assistentes sociais, psicólogos, psiquiatras, equipe de enfermagem, entre outros especialistas. O CAPS I Vovó Tonica, localizado no município de Jaguariaíva/PR, oferta ainda oficinas aos pacientes, com trabalhos manuais, música, atividades lúdicas e físicas.

Segundo o site do Ministério da Saúde, evidências científicas mostram que o tratamento integrado entre medicina convencional e práticas integrativas e complementares trazem inúmeros benefícios aos pacientes. Entendem-se por Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) todas as atividades devidamente regulamentadas e inseridas na Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares do Ministério da Saúde. Esses tratamentos abrangem recursos terapêuticos e alternativos, baseados em conhecimentos tradicionais, e até milenares, que contribuem para prevenção e cura de diversas doenças, tais como a depressão e a hipertensão. (TELESI JUNIOR, 2016; VALADARES, 2018).

A biblioterapia, uma técnica de mudança de comportamento através do autoconhecimento, utiliza aspectos racionais e emocionais dos indivíduos na interpretação de textos e livros. Através da biblioterapia, os pacientes do CAPS podem criar condições para - conforme prevê a Lei nº 13.696, de 12 de julho de 2018, que institui a Política Nacional de Leitura e Escrita. (BRASIL, 2018) - exercer plenamente a cidadania, para viver uma vida digna e para contribuir com a construção de uma sociedade mais justa. Em face dos direitos apontados na legislação vigente, dos princípios que regem o IFPR e, também, dos benefícios comprovados das práticas complementares no SUS, esta ação objetivou aplicar a

biblioterapia como método alternativo de atração de leitores e prática terapêutica complementar a pacientes do CAPS, estimulando a criatividade, a empatia e a inserção social de pessoas em situação de vulnerabilidade.

Metodologia

Foram utilizados como base os estudos de Beck (1997), Íbanez Tarín e Manzanera Escartí (2012) e Ouaknin (1996) para o uso da Terapia Cognitiva Comportamental que, associada à biblioterapia, tem como função fazer uso de variados tipos de textos e trechos de livros, objetivando desenvolver em conjunto diversas perspectivas de um determinado texto, de modo que a compreensão possa ser apropriada para a vida dos leitores/pacientes.

Desenvolvimento e processos avaliativos

Com duração média de duas horas, as oficinas ocorreram no CAPS e tiveram o acompanhamento de uma psicóloga, uma técnica em enfermagem e uma instrutora. Participavam dessas oficinas em média 8 pacientes, com idades entre 27 e 63 anos, todas alfabetizadas, embora, em sua maioria tenham completado apenas o ensino fundamental. Foram realizadas onze oficinas entre os meses de setembro de 2018 e abril de 2019.

Nas oficinas, as pacientes sentavam-se ao redor da mesa, ficando todas uma de frente para a outra. Em voz alta, uma ou mais pacientes liam o texto proposto e em seguida se iniciava uma discussão sobre o tema abordado no texto, na qual as pacientes falavam abertamente sobre como o texto as provocou, os acontecimentos e lembranças que emergiram. Foi possível perceber que, durante as oficinas de biblioterapia, as pacientes se apresentaram dispostas a participar e sentiram-se à vontade para conversar abertamente sobre suas vidas, experiências e sentimentos, suas dificuldades e expectativas, relacionando ao material que foi utilizado na oficina. A comunicação foi de suma importância para o grupo para que as pacientes pudessem trocar experiências e pensamentos umas com as outras.

Textos de diversos gêneros foram utilizados, tratando de diferentes temas como amor, perdão, amizade, opiniões, amor próprio, etc. Foram lidos, por exemplo, trechos de *Alice no País das Maravilhas*, *O Pequeno Príncipe*, crônicas de Paulo Coelho, notícias e relatos publicados na imprensa que servissem de ponto de partida e condutor das conversas entre as pacientes.

Chegando ao final da oficina, era realizada uma atividade relacionada à leitura, nas quais eram produzidos pelas pacientes, materiais como cartazes, desenhos, origamis e jogos interativos, conforme mostra a Figura 1.

Figura 1 - Produção de material durante uma oficina de biblioterapia no CAPS I Vovó Tônica.



Fonte: Os autores

O desenvolvimento de atividades fora da rotina e do espaço normalmente utilizado pelas mulheres atendidas pelos CAPS instigou-lhes a curiosidade, permitiu a troca de experiências e criou vínculos entre as participantes, podendo inspirar um aumento da autoestima a partir da empatia. A leitura pode ser utilizada como atividade lúdica e possuir caráter terapêutico. Com o trabalho conjunto da equipe do CAPS e do IFPR, foi possível direcionar os textos trabalhados, despertando diferentes reações no grupo e estabelecendo um paralelo com a realidade de cada um na sociedade. Além disso, a aproximação dessa parcela da comunidade com a equipe do IFPR permitiu a divulgação do espaço na esfera municipal, atraindo futuros alunos e parceiros para a instituição.

Os discentes e servidores do IFPR envolvidos puderam, através do desenvolvimento do projeto, refletir criticamente sobre a realidade dos pacientes com transtornos mentais, além dos métodos tradicionais e alternativos de tratamento, auxiliando na formação de cidadãos conscientes da relevância de atividades de incentivo à leitura e de promoção da empatia.

O projeto foi apresentado em eventos locais, estaduais e regionais, difundindo os resultados e a realidade dos CAPS à comunidade bem como o incentivo à leitura de forma não-convencional.

Considerações Finais

Com base na literatura e nos relatos de experiência analisados, verificou-se que a prática da biblioterapia pode ajudar, através do compartilhamento de experiências, no alívio da tensão, afastando a sensação de isolamento e contribuindo para uma percepção mais aguçada da realidade.

Houve um crescente interesse das pacientes, elas se sentiam à vontade para compartilhar opiniões e experiências relacionadas com o assunto debatido a partir de textos, livros, reportagens e poesias. A biblioterapia passou a ser um canal para compreensão crítica da realidade que as cerca e auxiliou também para que elas conhecessem melhor as oportunidades que têm disponíveis, inclusive de inscrição para cursos no IFPR Campus Jaguariaíva.

Tendo visto a baixa escolaridade das pacientes, a prática da biblioterapia as coloca em contato com a leitura, incentivando-as a buscarem ampliar seu repertório cultural, apresentando-lhes novas palavras e conhecimentos, além da possibilidade de criar um novo hábito, o da leitura, que muitas vezes não faz parte de seu dia a dia.

Com os resultados positivos observados, futuramente almeja-se criar um programa periódico de atividades biblioterapêuticas, incluindo a biblioteca pública municipal, os demais discentes do IFPR e até mesmo ampliando o programa para outros *campi* do IFPR.

Referências

BECK, J. S.; COSTA, S. **Terapia cognitiva: teoria e prática**. Porto Alegre: Artmed, 1997, c 1995.

BRASIL. **Lei nº 13.696, de 12 de julho de 2018**. Institui a Política Nacional de Leitura e Escrita. Disponível em: <http://www2.camara.leg.br/legin/fed/lei/2018/lei-13696-12-julho-2018-786975-publicacaooriginal-156036-pl.html>. Acesso em: 08 mai. 2019.

IBÁÑEZ-TARÍN, C.; MANZANERA-ESCARTÍ, R. Técnicas cognitivo-conductuales de fácil aplicación en asistencia primaria (I). **SEMERGEN - Medicina de Familia**, v. 38, n. 6, set. 2012, p. 377-387.

INSTITUTO FEDERAL DO PARANÁ. **Estatuto do Instituto Federal do Paraná**. Ministério da Educação, 01 set. 2011. Disponível em: <http://reitoria.ifpr.edu.br/wp-content/uploads/2012/07/estatuto.pdf>. Acesso em: 08 mai. 2019.

OUAKNIN, M. A. **Biblioterapia**. São Paulo: Edições Loyola, 1996.

TELESI JUNIOR, E. Práticas integrativas e complementares em saúde, uma nova eficácia

para o SUS. **Estud. av.**, São Paulo, v. 30, n. 86, p. 99-112, abr. 2016. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-40142016000100099&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 08 mai. 2019.

VALADARES, C. **Ministério da Saúde inclui 10 novas práticas integrativas no SUS**. 16 mar. 2018. Disponível em: <http://portalms.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/42737-ministerio-da-saude-inclui-10-novas-praticas-integrativas-no-sus>. Acesso em: 08 mai. 2019.