

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE TERAPIA OCUPACIONAL

Trabalho de Conclusão de Curso

Loise Carlos Roman

**TERAPIA OCUPACIONAL E SAÚDE MENTAL NA E COM A COMUNIDADE:
ANÁLISE DE UMA EXPERIÊNCIA**

SÃO CARLOS

2025

LOISE CARLOS ROMAN

**TERAPIA OCUPACIONAL E SAÚDE MENTAL NA E COM A COMUNIDADE:
ANÁLISE DE UMA EXPERIÊNCIA**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito obrigatório à obtenção do título de bacharel em Terapia Ocupacional, sob orientação da Profa. Dra. Martha Morais Minatel.

SÃO CARLOS

2025

DEDICATÓRIA

Dedico este trabalho à minha mãe, meu pai, minha irmã e meu avô, pelo incentivo, força e amor ao longo desse processo. Também dedico à minha avó, que, do céu, acompanha a realização deste sonho.

AGRADECIMENTOS

Agradeço, em primeiro lugar, a Deus, por me trazer e me sustentar até aqui, por me apresentar à Terapia Ocupacional e a tantas pessoas incríveis, por me escolher e me amar.

Aos meus pais, Tânia e Benê, que tanto me amaram, esforçaram-se e me incentivaram a chegar aqui.

À minha irmã, Luana, por ser exemplo para mim, por me acolher, por me amar e me auxiliar nessa caminhada.

Às minhas amigas da graduação, por compartilharem tantos momentos e se fazerem presente, acolhimento e amor na minha vida.

À minha família e amigos da vida, por estarem comigo ao longo dessa trajetória.

À minha orientadora, Martha, pelo cuidado e pela oportunidade de participação no projeto e reflexão sobre questões tão importantes para a vida, para a graduação e para a prática profissional.

Às docentes do Departamento de Terapia Ocupacional da UFSCar e minhas supervisoras e preceptoras de estágio, por me ensinarem a amar a TO.

Às mulheres da roda que tanto me ensinaram e tornaram possível tantas vivências, levarei cada uma de vocês no coração.

Por fim, a todos que, de alguma forma, se fizeram presentes em minha vida e no processo de tornar-me terapeuta ocupacional.

“Nada é pequeno se feito com amor”

Santa Teresinha do Menino Jesus

RESUMO

O presente trabalho busca analisar minha experiência enquanto estudante de Terapia Ocupacional junto a um grupo de promoção de saúde mental a partir da comunidade, coordenado por uma Terapeuta Ocupacional. A partir dos princípios da Educação Popular e da Atenção Psicossocial, o projeto “Território do Cuidar”, imerso na dinâmica social de opressões, sofrimentos e possibilidades, visa possibilitar a produção de vida, de sentido e de sociabilidade a partir da construção coletiva e da valorização dos saberes populares. O objetivo foi compreender como a experiência de extensionista contribuiu para a minha formação, utilizando o relato de experiência para descrever e refletir sobre as práticas vivenciadas. Observou-se que a aproximação com a comunidade e o território revelou a potência do coletivo, em que, através do acolhimento, do pertencimento, da troca, da amorosidade e dos afetos é possível gerar transformação e promover um cuidado mútuo e compartilhado que transborda no cotidiano das participantes. Conclui-se que a vivência no “Território do Cuidar” permitiu que eu fosse afetada pelas práticas realizadas, gerando transformações, orientando minha formação e prática profissional, ampliando minha compreensão através dos diversos fazeres da Terapia Ocupacional. Essa experiência reafirma a importância da aproximação e da construção conjunta da universidade com o território, a fim de promover uma prática cada vez mais contextualizada e promotora de transformações.

Palavras-chave: Terapia Ocupacional, Comunidade, Formação em Saúde.

ABSTRACT

This study aims to analyze my experience as an Occupational Therapy student in a mental health promotion group within the community, coordinated by an Occupational Therapist. Based on the principles of Popular Education and Psychosocial Care, the project “Território do Cuidar”, immersed in the social dynamics of oppressions, suffering, and possibilities, seeks to enable the production of life, meaning, and sociability through collective construction and the valorization of popular knowledge. The objective was to understand how the experience as an extensionist contributed to my education, using the experience report to describe and reflect on the practices experienced. It was observed that the approach to the community and territory revealed the potential of the collective, in which, through welcoming, belonging, sharing, lovingness and affection, it is possible to generate transformation and promote mutual and shared care that overflows into the daily lives of the participants. It is concluded that the experience in “Território do Cuidar” allowed me to be affected by the practices experienced, generating transformations, guiding my education and professional practice, and expanding my understanding through the diverse practices of Occupational Therapy. This experience reaffirms the importance of the university’s approach and joint construction with the territory, in order to promote a practice that is increasingly contextualized and transformative.

Keywords: Occupational Therapy, Community, Health Education

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	9
2. OBJETIVO.....	12
3. METODOLOGIA.....	12
4. RESULTADOS E DISCUSSÃO.....	13
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	20
6. REFERÊNCIAS.....	22

1. INTRODUÇÃO

O presente trabalho diz respeito à análise da experiência de participação no projeto de extensão universitária, caracterizada como uma extensão popular, que tem por objetivo o desenvolvimento de ações de promoção e prevenção em saúde mental com a comunidade em seu território de vida. O objeto é analisar, a partir da experiência de formação em terapia ocupacional, o que essa imersão trouxe de aprendizados e aprofundamentos quanto às possibilidades de trabalho no âmbito da promoção de saúde mental no contexto comunitário.

Compreende-se atividade de extensão enquanto um processo capaz de promover uma interação transformadora entre Universidade e sociedade, em que os saberes acadêmicos contribuem com a sociedade e os saberes da sociedade enriquecem a construção do saber da Universidade (Fórum de Pró-Reitores de Extensão das Universidades Públicas Brasileiras, 2012). Em consonância, a Resolução nº 7, de 18 de dezembro de 2018 do MEC/CNE/CES estabelece que

Art. 3º A Extensão na Educação Superior Brasileira é a atividade que se integra à matriz curricular e à organização da pesquisa, constituindo-se em processo interdisciplinar, político educacional, cultural, científico, tecnológico, que promove a interação transformadora entre as instituições de ensino superior e os outros setores da sociedade, por meio da produção e da aplicação do conhecimento, em articulação permanente com o ensino e a pesquisa.

Art. 4º As atividades de extensão devem compor, no mínimo, 10% (dez por cento) do total da carga horária curricular estudantil dos cursos de graduação, as quais deverão fazer parte da matriz curricular dos cursos;
(MEC/CNE/CES Resolução Nº 7, de 18 de Dezembro de 2018)

Na Universidade Federal de São Carlos (UFSCar), as atividades de extensão devem gerar impacto tanto na sociedade quanto na formação dos estudantes, alinhando-se às diretrizes da Política Nacional de Extensão Universitária, que enfatiza o diálogo entre universidade e sociedade, interdisciplinaridade e interprofissionalidade, relação com ensino e pesquisa, e produção de impacto e transformação social (Universidade Federal de São Carlos, 2016; FORPROEX, 2012).

Conforme pautado pela União Nacional dos Estudantes (UNE) no início da década de 1960, há a necessidade de um compromisso da universidade com as classes trabalhadoras, afastando-se da noção de posse do conhecimento, que reforça as estruturas de dominação, e promovendo uma aproximação da comunidade, produção do conhecimento e múltiplas possibilidades a partir da construção em realidade e da troca de saberes sistematizados, acadêmicos e populares (Melo Neto, 2014; Figueiredo *et al.*, 2022).

Dessa forma, reitera a dimensão popular da prática descrita neste trabalho, que se caracteriza pela concepção de pensar, fazer e pautar a extensão universitária a partir dos

princípios teóricos-metodológicos da Educação Popular - principalmente através das perspectivas propostas por Paulo Freire e diversos outros autores - que apresenta um compromisso social e político de propor mudança na sociedade e das relações educativas presentes nela, baseando-se em princípios como autonomia, participação, democracia e justiça social (Gadotti & Torres, 1994; Cruz, 2015; Cruz *et al.*, 2021).

A Extensão Popular assume, assim, um papel de substância alternativa que, através do diálogo entre estudantes, docentes e técnicos com os protagonistas populares e sociais e imersos na complexa dinâmica social de opressões, sofrimentos e possibilidades de construções coletivas, busca promover um pensar e agir com caráter emancipatório frente às realidades de exclusão, exploração e injustiça nas dimensões humana, social e política, rompendo com padrões impostos por uma classe dominante (Gadotti & Torres, 1994; Cruz, 2015; Cruz *et al.*, 2021).

É na percepção do agir extensionista que compreende a Extensão enquanto comunicação, isto é, como um processo que não acontece de maneira isolada, mas conjunta, valorizando ações que promovam efetivamente a escuta a grupo socialmente marginalizados, que é construído o caminho mobilizador da colaboração (Cruz *et al.*, 2021; Falcão, 2018).

Ao me referir à Extensão Popular, estou falando sobre uma Extensão Universitária que não é qualquer trabalho fora da Academia ou mero serviço assistencialista à população carente. Seu propósito é maior: fundir o que se aprende e se produz na Universidade e aplicar para o desenvolvimento de uma comunidade, de modo respeitoso e valorativo dos saberes, das histórias, das lutas e dos interesses das classes populares (Falcão, 2018, p. 157).

Diante desse cenário, o Projeto de Extensão “Território do Cuidar” emerge enquanto uma iniciativa de articulação entre comunidade acadêmica e comunidade de uma região periférica de um município do interior do Estado de São Paulo. Apresenta-se como um projeto coletivo de cuidado e proteção, fomentando ações de prevenção e promoção de saúde mental com a comunidade a partir do território. Para tanto, utiliza da articulação entre discentes e docentes de graduação e pós-graduação, projetos sociais locais, Associação de Moradores, unidades de saúde da atenção básica e escolas do território (Minatel, 2024).

Compreendendo a importância do cuidado em saúde mental como um processo de produção de vida, de sentido e de sociabilidade (Amarante, 2007), valorizando os saberes populares e a construção em conjunto, o Projeto de Extensão, portanto, utiliza dos referenciais teóricos metodológicos da Educação Popular em Saúde e Atenção Psicossocial enquanto orientadores das ações desenvolvidas. Segundo Dias e Amarante (2022), os dois campos dialogam e se encontram principalmente no que se refere à concepção ampliada de saúde que

adotam, na valorização de tecnologias e dispositivos que funcionam para além do paradigma biomédico e no reconhecimento da atenção básica como organizadora da rede de saúde.

Conforme aponta Yasui (2010), a Reforma Psiquiátrica é feita de rupturas e encontros, propondo, desde a década de 1970, uma transição do modelo psiquiátrico, ao rejeitar a compreensão do sofrimento humano como um “objeto simples da doença mental” e concebê-lo em sua complexidade, apresentando, assim, um modelo que está sendo tecido ao longo dos últimos anos, com inúmeros fios de diferentes disciplinas e experiências concretas: a Atenção Psicossocial.

É em um contexto de crítica ao paradigma científico e de sua racionalidade que o processo da Reforma Psiquiátrica desvenda uma importante ruptura com o modo psiquiátrico de olhar e compreender essa estranha e complexa experiência humana que podemos genericamente nomear de loucura (Yasui, 2010, p. 77).

É promovida, portanto, a descentralização da doença, direcionando a atenção para o sujeito em sua integralidade, o que redefine e amplia o objeto de ação do cuidado ao mesmo tempo em que questiona as práticas instituídas, como as instituições totais e a segregação de pessoas em sofrimento psíquico de seu contexto - aqui, então, o sofrimento psíquico passa a ser pensado vinculado ao contexto de vida do sujeito. Neste momento, não falamos mais de um processo curativo, mas de promoção de estratégias de cuidado que visem a autonomia e singularização do sujeito, inseridas em um novo conceito de clínica, que se apresenta enquanto local de invenção, de encontro e de produção de sentidos (Dias e Amarante, 2022; Yasui, 2010).

Dessa forma, a partir da Atenção Psicossocial, o cuidado em saúde mental passa a ser pensado como um processo que envolve a construção de redes comunitárias e intersetoriais, em que os agentes do cuidado serão os coletivos, formados por cuidadores de diversas profissões e instituições, familiares, amigos e quem estiver disposto a articular nessa ampla rede de cuidados (Dias e Amarante, 2022; Yasui, 2010). Conforme disserta Yasui (2010), existe, portanto, a necessidade de que um serviço substitutivo ao hospital psiquiátrico seja um dispositivo que tece e aciona uma rede de cuidados, favorecendo, assim, que o local de cuidado seja onde houver possibilidade de “encontro com a vida e com a autonomização do sujeito” (Yasui, 2010, p.112).

A prática comunitária no cuidado em saúde mental, conforme apresentam Arruda (2011) e Souza *et al.* (2011), revela-se enquanto um potente espaço capaz de transformar realidades e construir saberes, promovendo o acolhimento e o diálogo sobre os atravessamentos que perpassam o cotidiano das pessoas que participam (Campos; Bezerra; Jorge, 2020). Propõe-se um movimento coletivo de constante reflexão, aprendizagem e

propagação de um saber que é tecido através das trocas que acontecem entre os sujeitos, mediado pelos afetos de alegria, parceria, amorosidade, respeito, reciprocidade, solidariedade entre outros, proporcionando, portanto, uma “experenciação” - com o corpo, sentimentos, vibrações, cores e sabores - das práticas de cuidados possíveis (Meneses, 2017). Nesse contexto, o cotidiano do trabalho em saúde é produzido de maneira constante por inúmeras vivências que compõem essas experiências, as quais deixam marcas em nós, nos outros e no mundo (EPS EM MOVIMENTO, 2014).

A Política Nacional de Educação Popular em Saúde no SUS (PNEPS-SUS) apresenta a importância da promoção de práticas de cuidado, diálogo e transformação social (Brasil, 2013), trazendo a Educação Popular enquanto perspectiva teórica orientadora e direcionada à promoção de autonomia, consciência crítica, cidadania participativa e superação das desigualdades sociais (Meneses, 2017). Assim também, a prática descrita neste trabalho é uma experiência coletiva, guiada pelos princípios do diálogo, da amorosidade, da problematização, da construção compartilhada do conhecimento, da emancipação e do compromisso com a construção do projeto democrático popular (Brasil, 2013). Dessa forma, infere-se que essa Extensão Popular - “Território do Cuidar” - ao passo que é vivenciada de forma coletiva, comunitária, provoca movimentações e transformações naqueles que a compõem, assim como afirma Freire (2013), ao dizer que os sujeitos acadêmicos sairão ensopados, encharcados e, dessa forma, poderão compor com os protagonistas de cada realidade social na discussão a ser explorada.

2. OBJETIVO

Analisar minha experiência enquanto estudante de Terapia Ocupacional junto a um grupo de promoção de saúde mental, a partir da comunidade, coordenado pela Terapeuta Ocupacional.

3. METODOLOGIA

Este trabalho se caracteriza enquanto um relato de experiência, utilizando o diário de campo como ferramenta para registrar observações, relatos, percepções e reflexões ao longo das vivências. De acordo com a Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF, 2017), um relato de experiência busca descrever as práticas vivenciadas pelo autor, compartilhando reflexões e aprendizados que agregaram para a sua área de atuação, a fim de contribuir com discussões, trocas e proposições de ideias.

Nesse sentido, a experiência se apresenta enquanto elemento central na construção do conhecimento, apoiando-se na ideia de Bondía (2002), ao afirmar que a experiência é aquilo que nos acontece, nos passa e nos toca. Para isso, é necessário parar para pensar, para observar, para ouvir, para sentir, suspender o juízo, ter paciência, estar atento aos detalhes, cultivar a delicadeza e a atenção (Bondía, 2002).

São destacados, neste trabalho, a subjetividade e os sentidos atribuídos às vivências que foram favorecidas pelo Projeto de Extensão junto à comunidade, ao passo que o sujeito da experiência, segundo Bondía (2002), coloca-se enquanto um “território de passagem”, uma “superfície sensível”, que é afetado pelo o que lhe acontece, o que imprime marcas, produz afetos e deixa vestígios e efeitos, colocando-se aberto à sua própria transformação. Assim, o saber de experiência se caracteriza enquanto “particular, subjetivo, relativo, contingente, pessoal”, é o que se adquire ao dar sentido ao acontecer que nos acontece (Bondía, 2002, p.27).

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O Projeto de Extensão

Inicialmente, contextualizar e localizar as práticas experienciadas ao longo do projeto é essencial para compreender os movimentos e transformações que me atravessaram. O Projeto de Extensão “Território do Cuidar” ocorre a partir de um grupo de mulheres, composto por integrantes da comunidade acadêmica (docentes, extensionistas e bolsistas), trabalhadoras e moradoras de um território periférico em uma cidade no interior de São Paulo.

Iniciado no período de 2022, estruturou-se por meio de encontros presenciais realizados às sextas-feiras, complementados por um grupo de interação virtual. Os encontros que fazem parte deste trabalho, aconteceram durante os meses de abril a julho de 2024, semanalmente, com duração de cerca de três horas, a depender da atividade realizada e da participação das mulheres presentes. A cada semana eram realizadas diferentes propostas de vivências, a partir do repertório pessoal e coletivo das participantes, bem como nas percepções e desejos que emergiam ao longo do processo.

O grupo se estrutura com a proposta de ser aberto, receptível e acessível à comunidade do território, permitindo e favorecendo o movimento no qual as participantes convidam outras para compor os encontros. Dessa forma, ao longo do tempo, modificou-se em relação à composição de suas participantes, visto que algumas ingressaram enquanto outras se afastaram em diferentes momentos do processo, permanecendo duas mulheres desde o início das atividades. No recorte das vivências aqui descritas, participaram em torno de 10 mulheres.

Em relação aos locais de encontro, também houve significativas mudanças ao longo do processo, por questões diversas relacionadas à dinâmica do território. No início das atividades, o grupo acontecia e permaneceu por um período em um centro comunitário do território. Posteriormente, foi transferido para uma Unidade de Saúde da Família próxima e, mais tarde, passou a ser realizado na casa de uma das integrantes, situada no mesmo território, a partir de seu desejo e concessão. Neste trabalho, serão discutidos os encontros realizados durante um semestre na casa da participante.

Sobre os processos desenvolvidos e os atravessamentos na minha formação

O que nos sustenta são as alianças afetivas dessa nossa constelação e coletividade, são as trocas e variações na sensibilidade, o engajamento crítico, a consciência das nossas resistências diante dos poderes que reduzem a potência da vida e a coragem para reinventar o que somos, o que fazemos e como vivemos. Essa forma acolhedora, amorosa e generosa intrínseca a como compreendemos as relações, a criação, o corpo, a arte, a cultura e a subjetividade, nos faz problematizar e pousar reflexivamente nas atividades humanas (Cardinalli *et al*, 2021, p. 11).

É importante ressaltar que o Projeto “Território do Cuidar” apresenta, em suas práticas, a importância da inserção das PICS (Práticas Integrativas e Complementares em Saúde), distanciando-se da centralidade do modelo biomédico e ampliando o espaço para outras formas de assistência, de saberes que ajudam a compor um cuidado considerando a complexidade do sujeito e o universo que o cerca, compreendendo a integralidade da relação saúde-doença e valorizando as subjetividades (Brasil, 2006). Visa, portanto, através do contato e construção conjunta com a comunidade do território, proporcionar vivências que auxiliem na promoção de um cuidado em saúde cotidiano.

Nesse contexto, há um exercício de compreender que o cuidado não se faz de forma pontual e isolada, mas perpassa e transborda no cotidiano de cada pessoa, na maneira com que se relacionam consigo, com os outros e com o mundo à sua volta. É um convite para sair daquilo que já está estabelecido e pensar em novas formas de construir esse processo de maneira a contemplar a coletividade e também as subjetividades. Esse exercício se faz presente ao longo de todo o processo do projeto, em cada etapa e em cada atividade somos convidadas a essa (des)construção conjunta.

A dinâmica dos encontros tinha seu início a partir da chegada de cada participante na casa onde aconteciam as atividades, cada uma era recepcionada com o sorriso e o abraço da anfitriã que nos acolhia, o que gerava movimentos para que também as integrantes acolhessem umas às outras. Além disso, era percebido, em todas as vezes, um cuidado da

dona da casa com a preparação do espaço de forma agradável a receber todas as participantes. Esses movimentos já demonstravam uma sensação de pertencimento e acolhimento inicial, que se estende no desenrolar das atividades que são desenvolvidas no grupo.

Participavam dos encontros as mulheres da comunidade, uma docente e cerca de três a seis discentes de Terapia Ocupacional. Após a recepção, nos organizávamos, em conjunto com a anfitriã, a fim de preparar o ambiente, dispondo cada elemento de maneira significativa. Era posicionada a bandeira do projeto - estampa de chita com o escrito "Território do Cuidar" em cores vibrantes - na janela da frente da casa, visível a todos que por ali passavam, como um convite a compor esse espaço e para nos identificar. Também eram dispostas chitas - tecido de algodão com estampas florais de cores fortes - em formato de círculo e, no centro, um tapete - confeccionado por uma participante - e uma planta. Em alguns encontros, também era utilizado um difusor de óleos essenciais para compor a ambientação.

O cuidado com a ambiência revela a importância de olhar também para além daquilo que é falado, permitindo espaço para os pequenos fazeres, para os detalhes e os sentidos que vão sendo atribuídos. Segundo Malard (2001), habitar é cuidar e envolve arrumar, modificar, construir, arranjar e embelezar os espaços, e essa perspectiva se traduz na forma com que conferimos a identidade do projeto e das pessoas que o compõe ao ambiente, caracterizando o que é produzido naquele espaço. A ambiência é a extensão do processo de acolhimento, em que, ao caracterizarmos o espaço, permitimos o reconhecimento deste como ambiente seguro e como um lugar que também se torna nosso.

Então, todas que estavam presentes se posicionavam em roda, uma configuração que convida cada participante a ter o seu espaço, promove o encontro de olhares umas das outras, permite a escuta atenta e o diálogo, reiterando o projeto como um espaço de construção coletiva. É possível notar, assim, uma afirmação da horizontalidade nas relações, em que cada ator - da comunidade acadêmica ou do território - é convidado a se envolver e ser responsável pelo processo, reconhecendo e valorizando os saberes, as experiências e trajetória de cada um, assim como o que é construído coletivamente.

Nessa construção compartilhada, não há uma desvalorização do saber técnico-científico, mas uma evidência da importância de todos os saberes. Pra mim, enquanto estudante e em constante formação, é de extrema importância deslocar-me para além dos muros da universidade - onde se há uma produção intensa de conhecimento, mas muitas vezes marcada pela desconexão com muitas realidades - para o território vivo, onde a vida acontece e os saberes são constantemente produzidos e compartilhados. Colocar-me no direito de falar,

compartilhar, de escutar, aprender e acolher, de estabelecer trocas e olhar no olho, torna-se um exercício que é fortalecido pelo coletivo.

É reafirmado, assim, o caráter popular do Projeto de Extensão, ao colocar-se como substância alternativa que não propõe um mero serviço assistencialista (Falcão, 2018), mas que fomenta o diálogo entre atores da comunidade acadêmica e protagonistas populares e sociais (Gadotti & Torres, 1994; Cruz, 2015; Cruz *et al.*, 2021), desenvolvendo práticas de cuidado que valorizem os saberes populares e a construção conjunta, visando promover autonomia, cidadania participativa, consciência crítica e superação das desigualdades sociais (Meneses, 2017).

Após a organização em roda, adentrávamos na proposta de vivência para o dia, que era escolhida nos encontros anteriores ou pela percepção das necessidades naquele momento. Iniciamos com o que Meneses (2017) apresenta como “mística da sensibilização”, com momentos que proporcionam acolhimento e produzem sentidos para o que será vivido na roda. Em alguns encontros, realizamos a dança como parte desse momento, que foi conduzida por uma participante - a qual, ao longo dos encontros, demonstrou seu interesse pela dança. Considerando sua timidez e postura mais reservada, convidamos para que ela pudesse nos ensinar uma coreografia, aproveitando seu interesse para potencializar esse saber e o que ela poderia partilhar com o grupo.

Seu ensinar, seu fazer e se colocar à disposição indicam o quanto ela se sente pertencente, conectada e uma parte muito importante desse espaço. Ao se colocar nesse lugar de exposição, de protagonismo, ensinando uma coreografia para as mulheres que já possuía vínculo ou não, revela que esse é um espaço que ela se sente segura, acolhida e valorizada. É importante perceber o quanto é necessário esse movimento de possibilitar que os sujeitos expressem suas necessidades e desejos, que se sintam acolhidos para tomar iniciativas e se sintam seguros para ser. Não parte, portanto, de um lugar de hierarquia, mas de construção conjunta que valorize a escuta e ações de grupos socialmente marginalizados para, então, promover o caminho mobilizador da colaboração (Cruz *et al.*, 2021; Falcão, 2018).

Outra prática utilizada também para a “mística da sensibilização” foi a meditação. Relacionando com o que seria abordado na proposta do dia, esse momento teve como objetivo funcionar como uma pausa para olhar para si e recordar de todas as mulheres que participam de nossa vida e cuidam de nós. As participantes foram convidadas a recordar suas raízes, apreciar quem fez e faz ser quem são, compreender que não estão sozinhas e não devem se deixar sós. Fazendo-me sensível ao que acontece, o que nos toca, também pude me colocar

em um lugar de vulnerabilidade que se transforma em potência, reconhecendo aquilo que carrego e que me constitui, compondo o auxílio para a condução dessa vivência.

O desenrolar das atividades acontece a partir de práticas coletivas que promovem reflexão sobre suas vivências e atravessamentos pessoais, sobre o que perpassa e o que se passa em seu cotidiano e os movimentos que são gerados a partir disso. As participantes são convidadas, através da conversa e das trocas, da dança, da pintura e de outras atividades, a uma suspensão do cotidiano - conceito de Heller (2016) - em que, saindo da alienação cotidiana, tomamos consciência, conseguimos nos apropriar de nosso cotidiano e transformar a realidade a partir de atividades conscientes orientadas para o coletivo.

Uma das práticas muito utilizada na roda é a TCI (Terapia Comunitária Integrativa), que se caracteriza como uma tecnologia leve do cuidado (Lemes et al, 2020), isto é, baseada na relação, no acolhimento, na conversa, no vínculo, muito valorizados pelo projeto. Ela é conduzida por um terapeuta comunitário – que podem ser pessoas com diversas formações, no projeto, normalmente, era uma docente de terapia ocupacional – que não assume um papel principal, de detentor do conhecimento, mas sim de mediador, possuindo a potência de possibilitar essas trocas. Devem haver etapas para orientar essa prática: “acolhimento, escolha do tema, contextualização, problematização e encerramento ou rituais de agregação”, (Oliveira *et al.*, 2011) bem como algumas regras para o bom aproveitamento, como não julgar, não dar conselhos, permanecer em silêncio enquanto outro estiver falando, falar de si, propor músicas, poemas e afins que tenham relação com o assunto discutido.

Todas as vezes em que essa prática era proposta, a mediadora retomava e explicava, para aquelas que já haviam ou não vivenciado a TCI, os passos e as regras importantes. Dessa forma, as participantes iniciavam celebrando o que aconteceu de bom durante a semana - compartilhando notícias boas, progressos feitos, pessoas importantes e se alegrando por estarem presentes nesse espaço. Ao compartilhar, é possível tornar-se sensível aos pequenos e grandes detalhes que promovem felicidade em si e também na outra, valorizando o caminho percorrido, as transformações e os afetos.

Muitas vezes, as participantes apresentavam os progressos e as transformações geradas a partir do que foi discutido na roda, revelando a potência desse coletivo. Esse momento de celebração apresentava também o quanto o grupo é importante para a vida de cada uma. Era possível notar a felicidade genuína que se expressava em cada olhar, cada gesto e cada palavra ao celebrar a alegria de outras mulheres, evidenciando o fortalecimento de laços e criação de uma rede de apoio na roda. Evidencia, portanto, a necessidade de um cuidado em saúde

pautado no envolvimento dos coletivos como agentes de cuidado, possibilitando um “encontro com a vida e autonomização do sujeito” (Yasui, 2010, p.112).

Depois dessa etapa, as mulheres que se sentiam confortáveis e tinham algo para partilhar, diziam o que as estava incomodando, situações que as atravessam de maneira a gerar sofrimento e afetar seu cotidiano. Diversas questões emergiam - como desafios no relacionamento com a família, amigos e consigo, dificuldades no trabalho, questões financeiras, violência e preconceitos sofridos, entre outros atravessamentos. O sofrimento era compreendido, portanto, em sua complexidade e vinculado ao contexto de vida do sujeito (Yasui, 2010). Esse era um momento que as mulheres se permitiam ser vulneráveis, refletindo e reconhecendo os desafios e dificuldades de seu cotidiano e possibilitando a criação de um espaço seguro, de confiança para compartilhar o que, muitas vezes, não se faz visível a outras pessoas.

Muitas das questões trazidas, apesar de serem diversas, refletiam diretamente no autocuidado e na autoimagem. Era possível notar o quanto cada mulher, ao assumir diversos papéis, eram consumidas por atividades domésticas, responsabilidades profissionais e familiares, fazendo com que, muitas vezes, elas se colocassem em segundo plano. A sobrecarga gerada pelas diversas responsabilidades de seu cotidiano, ao longo do tempo, torna-se fonte de adoecimento. Dessa forma, ao dar espaço para a reflexão e discussão sobre essas questões, é possível resgatar sua identidade, reconhecer-se enquanto mulher, enquanto pessoa que também necessita e merece cuidado, promovendo, como afirma Dias e Amarante (2022), a atenção para o sujeito em sua integralidade.

E então, acontecia uma votação, em que as mulheres, ao se reconhecer na dor da outra, elegem uma situação apresentada para entender melhor e discutir em coletivo. Feita a votação, a participante cujo tema foi escolhido era convidada a responder algumas perguntas, a fim de contextualizar a situação de forma mais detalhada. Assim, a mediadora motivava as participantes a contar se já passaram por situações semelhantes, compartilhando sua trajetória acerca do tema, os movimentos que a situação gerou e as estratégias que foram eficazes para elas. Acontecia, então, uma problematização que partia das experiências pessoais, em que cada uma, a partir de suas vivências, relata sua realidade para potencializar a transformação.

Os relatos, apesar de se encontrarem em certos pontos, sempre se mostravam muito diversos. A mediadora enfatizava que cada pessoa lida com determinada situação da maneira que faz sentido para ela e para a sua realidade, dessa forma, a mulher cujo tema foi escolhido deve acolher os relatos e compreender o que pode se encaixar na sua realidade. Nesse sentido, como apresenta a Atenção Psicossocial, não são pensadas estratégias curativas, mas de

promoção de cuidado que possibilitem a autonomia e singularização do sujeito (Dias e Amarante, 2022; Yasui, 2010).

Esse processo fortalece a autonomia da mulher no seu processo de cuidado, ao passo que convida à reflexão sobre sua vivência e as estratégias que pode adotar, rompendo com a lógica hierárquica do saber que impõe respostas e fortalecendo a potência dos saberes populares, daquilo que é acumulado a partir das vivências e também construído coletivamente. Revela a potência da prática comunitária enquanto um espaço que promove acolhimento e diálogo sobre os atravessamentos cotidianos, capaz de construir saberes e transformar realidades (Arruda, 2011; Souza *et al.*, 2011; Campos, Bezerra e Jorge, 2020).

É importante destacar que compartilhar nossa história para as mulheres da roda revela nossa humanidade, nossas fragilidades e potências, e a diversidade de experiências que passamos. Esse ato também convida a cultivar a confiança, reforçando que não há hierarquia e criando esse espaço seguro em que serão respeitadas, acolhidas e cuidadas. Isso se revela na forma em que nós discentes ou docentes somos tratadas na roda, e que somos valorizadas enquanto pessoas, o que está relacionado com a forma com que nos posicionamos e nos apresentamos, seja a roupa que usamos, o que partilhamos, a forma com que falamos, ouvimos, acolhemos, olhamos nos olhos e estamos presentes, a maneira com que nos abraçamos.

A roda nos convida a estarmos em movimento, isto é, a transformar tudo aquilo que já estava enraizado e sairmos de nós para que possamos olhar para a outra. Fazer-se presente, não apenas estar, mas se permitir ser atravessada por aquilo que é produzido coletivamente e possibilitar o vivenciar, olhar no olho, abraçar, ouvir, acolher, compartilhar, estar e fazer junto. Reconhecer que cada uma de nós carrega uma parte essencial para o coletivo e que o nosso fazer-se presente possibilita que possamos contribuir a partir de nossas vivências e aprender a partir do coletivo, dos fazeres e do diálogo que favorece este encontro.

É possível notar o quanto a roda fomenta a criação e fortalecimento de vínculos, de uma rede de apoio, que se expande para outros espaços, ao mesmo tempo em que permite que as relações estabelecidas em outros contextos também se ampliem para a roda. Ao se sentirem acolhidas, pertencentes e protagonistas daquele espaço convidam as amigas que fazem na roda para atividades físicas, para passeios, para conversas fora dali e também apresentam o projeto para pessoas importantes para elas. Dessa forma, as relações estabelecidas e o que foi aprendido e vivenciado na roda transcendem esse espaço e refletem no cotidiano das participantes, reafirmando a importância das redes de cuidado para o processo (Dias e Amarante, 2022; Yasui, 2010).

Esse movimento também é gerado a partir da conexão do projeto com o território, demonstrando que a roda não acontece de forma isolada, mas é constituída para e pelas pessoas do território. Não é uma vivência dissociada das realidades, mas, como afirma Santos (2006), o olhar se volta para os modos de vida do território, as necessidades e potencialidades, as relações estabelecidas, entendendo, portanto, a necessidade de concebê-lo não como palco, mas como ator, que molda e influencia os processos sociais (Santos, 2007).

Finalizando a dinâmica da roda, todas as participantes se colocavam em pé, abraçadas e cantavam a música “Estou balançando mas não vou cair. Estou balançando na minha vida, estou balançando mas não vou cair. Estou balançando na terapia, estou balançando mas não vou cair”, apresentando que o que nos sustenta é termos umas as outras, são esses afetos produzidos e as potências que são geradas por ele, as “as alianças afetivas dessa nossa constelação e coletividade”, conforme apresenta Cardinalli *et al.* (2021, p. 11). Assim, o cuidado em saúde é fortalecido e permitido através dessa amorosidade - importante princípio da PNEPS-SUS (Brasil, 2013) - que reconhece a cidadania e respeita a diversidade do outro.

Em todos os encontros, para o encerramento, era proposto um café coletivo, construído pelas mulheres e para as mulheres. Aquelas que conseguiam, contribuíam com o café, preparando diversas receitas carregadas de cuidado e cultura. Era um momento de descontração e também de compartilhamento e conexão, com muita conversa, trocas e risadas. Por fim, arrumamos novamente o espaço e nos despedimos com um abraço e dizendo que nos encontraríamos na próxima semana.

Estar junto com essas mulheres nesse espaço tão potente me permitiu ser terapeuta ocupacional. Possibilitou me arriscar, sair da minha zona de conforto e ir ao encontro de vidas, de pessoas, de histórias, de saberes. Proporcionou que eu me afetasse e gerasse afetos, que eu acolhesse e fosse acolhida, que eu escutasse e fosse escutada, que eu compreendesse a potência de estar junto e fazer junto, a necessidade do coletivo. O Território do Cuidar me proporcionou encontros que me ensinaram a ser terapeuta ocupacional, cada gesto, cada fazer, cada palavra, cada pessoa que compôs o grupo deixaram marcas profundas em minha vivência, história e formação. É, então, nessa amorosidade e sensibilidade, na valorização dos saberes práticos e no encontro com o outro que está a Educação Popular (Freire, 1991).

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente trabalho buscou analisar minha a experiência de participação enquanto estudante de terapia ocupacional no projeto de extensão junto à comunidade. As rodas promovidas se revelaram enquanto um campo fértil para o diálogo, troca de saberes e

construção coletiva, pautadas pelos princípios da Educação Popular e da Atenção Psicossocial. Revelou-se a potência dos encontros - de saberes, de histórias, de vidas - em que o processo de cuidado se torna um ato político, buscando transformar as realidade que nos atravessam.

O conceito de extensão universitária aqui explorado vai além de uma prática de transmissão de conhecimento. Ele se conecta à proposta de uma extensão com caráter emancipatório, em que discentes, docentes e técnicos dialogam com os protagonistas das realidades sociais, imersos em contextos de opressões e sofrimento, mas também em possibilidades de construção coletiva. Nesse sentido, valoriza-se a construção compartilhada do conhecimento, o fazer junto à comunidade.

No Território do Cuidar tive a oportunidade de, a cada encontro, ser atravessada pelas histórias de vida, pelos saberes das participantes e pela amorosidade construída, colocando-me não apenas como observadora, mas enquanto alguém que se permitia ser afetada e que também trazia suas vivências, seus saberes e sua humanidade. Ao parar para ouvir, pensar, sentir, observar, estar atenta aos detalhes, desenvolver a paciência, atenção e delicadeza, pude cultivar a experiência, isto é o que me acontece, me passa e me toca, conforme afirma Bondía (2002).

A terapia ocupacional que aprendi ao vivenciar com essas mulheres diz sobre a produção de vida, de sentido e de sociabilidade, consoante com o que apresenta Amarante (2007) ao falar sobre o cuidado em saúde mental. O convite a pensar e fazer o cuidado a partir da convivência, da escuta, da troca gera transformação não apenas para quem é cuidado, mas também para quem cuida. Nesse processo, o cuidado é uma prática mútua e compartilhada, expandindo, multiplicando-se e reinventando-se a partir da coletividade. O cuidado vivido e compartilhado se traduz no cotidiano, em outros espaços, em outras relações, permanecendo enquanto ferramenta de transformação.

Portanto, posso concluir que o Território do Cuidar me possibilitou pensar e reafirmar o papel da terapia ocupacional como facilitadora da autonomia, inclusão, formação de redes de suporte e transformação social. As vivências marcaram e continuarão a orientar minha prática, para que ela seja cada vez mais sensível, atenta e amorosa. Assim, afirmo que esse encontro me possibilitou sair “ensopada, encharcada” - Freire (2013) - ressaltando a necessidade e a potência do fazer contextualizado e coletivo. Assim, destaco a necessidade da aproximação da universidade com as comunidades, com o território, concebendo-o no papel de ator e estabelecendo diálogo com as pessoas, que são as protagonistas das histórias. Promovendo uma prática contextualizada e de transformação social.

6. REFERÊNCIAS

- Amarante, P. D. Saúde mental e atenção psicossocial. Rio de Janeiro: Fiocruz; 2007.
- Arruda, A. G. Saúde mental na comunidade: a terapia comunitária como dispositivo de cuidado. Dissertação (Programa de Mestrado Acadêmico em Saúde Pública). Universidade Estadual do Ceará, Centro de Ciências da Saúde. Fortaleza, 2011.
- Bondia, L. J. “Notas sobre a experiência e o saber de experiência”. Revista Brasileira de Educação, Nº 19, 2002.
- BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS. Brasília, DF: Ministério da Saúde; 2006.
- BRASIL. Portaria no 2.761, de 19 de novembro de 2013. Institui a Política Nacional de Educação Popular em Saúde no âmbito do Sistema Único de Saúde (PNEPS-SUS).
- BRASIL. Resolução nº 7, de 18 de dezembro de 2018. Ministério da Educação. Conselho Nacional de Educação. Câmara de Educação Superior. Estabelece as Diretrizes para a Extensão na Educação Superior Brasileira e regimenta o disposto na Meta 12.7 da Lei nº 13.005/2014, que aprova o Plano Nacional de Educação – PNE 2014 – 2024 e dá outras providências.
- Campos, D. B.; Bezerra, I. C.; Jorge, M. S. B. PRODUÇÃO DO CUIDADO EM SAÚDE MENTAL: práticas territoriais na rede psicossocial. Trabalho, Educação e Saúde, Rio de Janeiro, v. 18, n. 1, 2020.
- Cardinalli, I. Ninho de nós: sentidos da atividade humana em terapia ocupacional. 2022. Tese (Doutorado em Terapia Ocupacional) – Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, 2022.
- CRUZ, P. J. S. C. Agir crítico em nutrição: uma construção pela educação popular. Doutorado. João Pessoa: Programa de Pós-Graduação em Educação. Universidade Federal da Paraíba, 2015.
- Cruz, P. J. S. C.; Araújo, R. S.; Mélo, C. T.; Rodrigues, A. F. S. Extensão Popular: bases teórico-metodológicas. Reflexão e Ação, Santa Cruz do Sul, v. 29, n. 2, p. 69-85, jul. 2021.
- Dias, J.V.S.; Amarante, P.D. Educação popular e saúde mental: aproximando saberes e ampliando o cuidado. Saúde em Debate [online]. v. 46, n. 132, p. 188-199, 2022.
- EPS EM MOVIMENTO. A EPS, aprendizagem flutuante e um convite para pensar, sentir e se expressar. 2014.
- Falcão, E. F. Extensão popular: caminhos para a emancipação. João Pessoa: Editora do CCTA, 2018.
- Figueiredo, M. DE O. *et al.*. A atividade de extensão na terapia ocupacional: revisão de escopo na literatura nacional. Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional, v. 30, 2022.

Forproex – Fórum de Pró-Reitores das Instituições Públicas de Educação Superior Brasileiras. Política Nacional de Extensão. Manaus, 2012.

Freire, P. A educação na cidade. São Paulo: Cortes, 1991.

Freire, P. Pedagogia do oprimido. 50. ed. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2013.

Gadotti, M.; Torres, C. A. (Orgs.). Educação popular: utopia latino-americana. São Paulo: Cortez, 1994.

Heller, A. O cotidiano e a história. São Paulo: Paz e Terra, 2016.

Lemes, A. G. *et al.* A terapia comunitária integrativa no cuidado em saúde mental: revisão integrativa. Revista Brasileira em Promoção da Saúde, v. 33, 2020.

Malard, M. L. Os objetos do cotidiano e a ambiência. Encontro Nacional de Conforto e Ambiente, 2001.

Melo Neto, J. F. de. Extensão Popular. 2. ed. João Pessoa: Editora da Ufpb, 122 p, 2014.

Meneses, M. N. Tendões do Afeto Popular: a experiência(ação) de uma prática de cuidado no Extremo Sul, do Rio Grande do Sul. REMEA - Revista Eletrônica do Mestrado em Educação Ambiental, p. 197-211, 2017.

Minatel, M. M.; Taño, B. L.; Morato, G. G. Quando crianças pedem rede: terapia ocupacional, intersectorialidade e educação popular no cuidado com as infâncias. Revista Interinstitucional Brasileira de Terapia Ocupacional, São Carlos, v. 6, n. 1, p. 822-833, 2022.

Minatel, M.M. Território do Cuidar. Relatório de Projeto de Extensão. Proex UFSCAR. 2024.

Oliveira, D. S. T. *et al.* Contribuição dos recursos culturais para a Terapia Comunitária Integrativa na visão do terapeuta. Revista Gaúcha de Enfermagem, v. 32, p. 524-530, 2011.

Política Nacional de Extensão Universitária, Diretrizes para as Ações de Extensão Universitária, FORPROEX, 2012

Regimento Geral da Extensão da Universidade Federal de São Carlos. Resolução CoEx nº 03/2016, de 17 de março de 2016, Artigo 2º.

Santos, M. A natureza do espaço: técnica e tempo, razão e emoção. In: SANTOS, Milton. São Paulo: Edusp, 2006.

Santos, M. O Espaço Cidadão. 7. ed. São Paulo: Edusp, 2007.

Souza, G. M. L. *et al.* A contribuição da terapia comunitária no processo saúde-doença. Cogitare Enfermagem, Curitiba, v. 16, n. 4, p. 682-688, 2011.

Universidade Federal de Juiz de Fora - Campus Governador Valadares. Instituto de Ciências da Vida. Departamento de Nutrição. “INSTRUTIVO PARA ELABORAÇÃO DE RELATO DE EXPERIÊNCIA”. 2017.

Universidade Federal de São Carlos (UFSCar). Pró-Reitoria de Extensão. Resolução CoEx nº 03/2016, de 17 de março de 2016. Aprova o Regimento Geral da Extensão da Universidade Federal de São Carlos. São Carlos, 2016

Yasui, S. Rupturas e Encontros: desafios da Reforma Psiquiátrica brasileira Rio de Janeiro: Editora Fiocruz; 2010.