

RELATO DE EXPERIÊNCIA NO CAPS: UM GUIA DE INTERVENÇÕES PARA GRUPOS TERAPÊUTICOS

Isabella Brandão Paes dos Santos, Eduardo Guadagnin.

Universidade do Vale do Paraíba/Faculdade de Educação e Artes, Avenida Shishima Hifumi, 2911, Urbanova - 12244-000 - São José dos Campos-SP, Brasil, isabellabpsantos@gmail.com, eduguadsjc@gmail.com.

Resumo

Fundamentado na Reforma Psiquiátrica, o artigo tem como objetivo relatar a experiência de estágio em saúde mental realizado no Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) de São José dos Campos, com ênfase no CAPS Álcool e Drogas. A metodologia consistiu em duas etapas: participação em atividades de estágio curricular supervisionado e registro das dinâmicas aplicadas em grupos terapêuticos, posteriormente sistematizadas em uma tabela padronizada. Os resultados evidenciaram que intervenções como oficinas, jogos e arteterapia favoreceram a autonomia, o autoconhecimento e a ressignificação dos vínculos pessoais, ampliando a visão dos usuários para além do uso de substâncias. Além disso, a vivência demonstrou a relevância da escuta qualificada, do ambiente acolhedor e do trabalho interdisciplinar. Como produto, está em elaboração um guia prático com dinâmicas terapêuticas para apoiar estudantes e psicólogos. Conclui-se que o estágio contribuiu significativamente para a formação crítica dos discentes e reforçou o papel social do psicólogo em práticas éticas, inclusivas e humanizadas.

Palavras-chave: Saúde mental. CAPS. Grupo terapêutico.

Área do Conhecimento: Ciências Humanas

Introdução

Os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) surgiram como uma contraposição à lógica manicomial vigente até a década de 1980 (Amarante; Nunes, 2018). Nesse contexto, Amarante (2006) ressalta que a saúde mental não pode ser reduzida à patologização do diagnóstico, cuja resposta se limita ao tratamento medicamentoso. A partir de um novo cenário, são desenvolvidos CAPS que atuam promovendo potência de vida, oferecendo um olhar ampliado para o indivíduo e uma compreensão mais abrangente da saúde mental. Tais serviços proporcionam acolhimento às pessoas em sofrimento psíquico por meio do cuidado multiprofissional e de uma prática humanizada. Diferentemente do modelo hospitalar anteriormente empregado, os CAPS possuem atuação territorial, com regimes de internação para casos específicos e breves, favorecendo o convívio em sociedade e o fortalecimento dos laços culturais no ambiente (Conselho Federal de Psicologia, 2013).

Atualmente a caracterização da rede de saúde mental é elaborada e implementada por cada município através do Plano Municipal de Saúde em vigor. Em São José dos Campos busca-se aumentar a cobertura dos CAPS e ambulatórios de saúde mental para alcançar uma taxa de 1,00 por 100 mil habitantes até 2025, visando resolver os problemas das equipes da atenção primária por meio do apoio matricial realizado pelos CAPS, com a meta de promover uma comunicação eficiente e padronizada entre as instituições até 2025. A prefeitura também visa à implantação de atendimentos por telemedicina para consultas em psiquiatria, como forma de ampliar o acesso (Prefeitura Municipal de São José dos Campos, 2021).

Quanto a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS), São José dos Campos conta com aproximadamente 40 Unidades Básicas de Saúde (UBS) dentro da rede do Sistema Único de Saúde (SUS), que podem atuar na identificação inicial de casos de sofrimento psíquico, realizando escutas qualificadas, acompanhamento de quadros leves e encaminhamentos para os serviços da RAPS, conforme a complexidade da demanda (Prefeitura Municipal de São José dos Campos, 2025;

Sarmiento, 2023). Os ambulatórios de saúde mental desempenham papel fundamental no cuidado especializado. Existem dois ambulatórios conveniados ao SUS: um voltado ao atendimento de adultos, e outro direcionado ao público infantojuvenil. (Complexo de Saúde Mental Francisca Julia, 2024). Complementando a rede de cuidado, a cidade conta com 9 residências terapêuticas mantidas pelo mesmo hospital no município. (Complexo de Saúde Mental Francisca Julia, 2024).

Atualmente o município possui quatro Centros de Atenção Psicossocial: CAPS Infantil, CAPS Centro/Norte, CAPS Álcool e Drogas (ad) e CAPS Sul. Todas as unidades contam com uma equipe multiprofissional composta por psicólogos, assistente social, enfermeiros e auxiliares, psiquiatra, farmacêutico, clínico geral, terapeuta ocupacional e profissionais responsáveis pela gestão administrativa, sob coordenação de uma gerência (Prefeitura Municipal de São José Dos Campos, 2025). As unidades ofertam diferentes atendimentos, como por exemplo atendimentos psiquiátricos, clínicos e oficinas e grupos terapêuticos. O CAPS ad também contempla a possibilidade de internação de curta permanência, até 14 dias (Prefeitura Municipal de São José dos Campos, 2025).

A Universidade do Vale do Paraíba (UNIVAP) possui vinculação acadêmica para estágio nas quatro unidades disponíveis, esta parceria permite aos alunos participarem de diversos trabalhos dentro das instituições, no CAPS Centro/Norte e CAPS ad são realizados grupos terapêuticos conduzidos pelos estagiários e o professor supervisor. Este artigo visa relatar a experiência do estágio da autora realizado no CAPS ad que possui como resultado a elaboração de um guia contemplando as dinâmicas aplicadas no CAPS ad e Centro/Norte pelos estudantes. Este projeto, desenvolvido de março a dezembro de 2025 apresentará o objetivo e aplicação de cada intervenção realizada.

Metodologia

Este artigo consiste em um relato de duas experiências complementares, de caráter descritivo-reflexivo, a primeira referente ao estágio curricular supervisionado em políticas públicas e práticas educacionais voltado para saúde mental, realizado no curso de Psicologia da Universidade do Vale do Paraíba e a segunda, o acompanhamento e captação de dados das dinâmicas realizadas no CAPS Centro/Norte e CAPS ad.

As atividades da primeira experiência ocorreram no Centro de Atenção Psicossocial - Álcool e Drogas (CAPS ad), durante o primeiro semestre de 2025. Foram desenvolvidas 10 intervenções durante 15 encontros em grupo com uma média de 13 participantes por encontro, voltadas a indivíduos que possuem dependência de álcool e substâncias psicoativas. As supervisões aliadas aos registros em relatórios semanais fundamentaram a análise reflexiva apresentada neste artigo.

Para a realização da segunda experiência, foi apresentado para os alunos um modelo de tabela para preenchimento acerca das atividades realizadas com os grupos, esta tabela possui as colunas Nome da Dinâmica, Objetivo, Sugestão de Público, Materiais, Aplicação, Duração, Número de Participantes e Referência Teórica, deste modo, padroniza-se a captação dos dados e fornece os insumos necessários para a construção do guia de dinâmicas. Após a construção da tabela e a validação com o orientador, apresentou-se a planilha eletrônica para todos os estudantes que atuaram em ambos os CAPS durante duas reuniões de 2 horas cada, nestes encontros explicou-se o objetivo do guia, a forma de captação dos dados, descreveu-se o significado de cada coluna da tabela e o local eletrônico que esta seria disponibilizada, também criou-se um canal de comunicação via aplicativo de mensagem para dúvidas e esclarecimentos.

Resultados

Rompendo com a lógica manicomial, o estágio no CAPS ad foi uma grata surpresa promovendo um olhar humano e empático. O acolhimento dos usuários e da equipe com as estagiárias ocorreu de uma forma muito gentil e acolhedora. O ambiente, ao contrário do estigma socialmente imposto, é muito bem-organizado, limpo e colorido devido as decorações com as obras produzidas nos grupos e oficinas. A soma desses fatores torna o espaço tranquilo e acolhedor para todos que o frequentam.

As atividades realizadas na instituição com o grupo “Motivação” sempre dialogaram com os temas trazidos pelos próprios usuários durante as dinâmicas. A intervenção teve no início o objetivo de trabalhar aspectos da vida dos participantes que vão além do uso de substâncias. A cada atividade, foi possível perceber o processo de reconexão do sujeito consigo mesmo. Embora o álcool e outras

substâncias psicoativas ainda fossem temas recorrentes, os desejos pessoais, os sonhos, os objetivos e as relações familiares passaram a ocupar lugar de maior destaque nas discussões.

Compreende-se que nem todas as atividades atingiram plenamente as expectativas iniciais, no entanto, algumas superaram o esperado. Um exemplo foi a atividade "Passo a Passo", que contribuiu significativamente para a visualização concreta dos caminhos a serem percorridos na busca por seus objetivos. Mesmo não sendo possível realizá-la com todos os usuários individualmente, aqueles que participaram demonstraram ter sido impactados de alguma forma por meio de falas como "Após essa atividade entendo que preciso planejar pequenas ações para alcançar meus objetivos [sic]". Entende-se que o principal objetivo do estágio foi alcançado: os participantes conseguiram voltar o olhar para si mesmos e para suas relações. Através das atividades pode-se observar mudanças de comportamentos como a busca ativa por emprego, a procura pela retomada das relações familiares respeitando a desconfiança da família, a rejeição do álcool mesmo em situações propícias para o consumo [sic] "quando meu pai me ofereceu (cachaça) minha boca se encheu d'água, mas eu sei que se eu tomar um pouquinho eu não vou conseguir parar, por isso eu recusei".

Este processo de desenvolvimento de atividades de caráter grupal é muito rico para a formação dos estudantes, contudo, houve uma dificuldade em encontrar um repertório de dinâmicas, estas estão presentes em diversos artigos, porém atualmente, não há uma forma prática de encontrar uma atividade voltada diretamente para o tema trabalhado, portanto, diante da diversa gama de atividades realizadas, houve o interesse de escrever um guia prático para auxiliar psicólogos e estudantes de graduação.

Discussão

A Reforma Psiquiátrica brasileira representa um marco fundamental na transformação do cuidado em saúde mental, rompendo com o paradigma manicomial e propondo um modelo de atenção substitutivo, centrado na comunidade. Nesse contexto de desinstitucionalização, os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) surgem como dispositivos centrais, sendo implementados para acolher e tratar pessoas com transtornos mentais graves e persistentes, incluindo usuários de álcool e outras drogas. A criação dos CAPS reflete a busca por um cuidado mais humanizado, territorializado e que promova a autonomia e a reinserção social, distanciando-se do isolamento e da exclusão característicos dos antigos hospitais psiquiátricos (Amarante; Nunes, 2018).

Neste cenário, a atuação do psicólogo no CAPS, vai além do atendimento clínico tradicional, abrangendo o cuidado em rede, o apoio à autonomia dos usuários e a construção de vínculos terapêuticos. Práticas como a clínica ampliada, o acolhimento qualificado, o desenvolvimento do Projeto Terapêutico Singular (PTS) e o apoio matricial formam uma atuação mais adequada e acessível. Baseando-se em princípios como integralidade, corresponsabilidade e escuta qualificada, promove-se uma abordagem territorializada e intersetorial (Conselho Federal de Psicologia, 2013).

A elaboração e aplicação de jogos junto ao grupo é uma ferramenta muito eficaz, pois através deles é possível transmitir valores, fomentar a socialização e desenvolver a autonomia (Silva, 2016). Monteiro (2012) reforça esta premissa ressaltando a importância do lúdico como instrumento para ampliar a resistência e ampliar a visão de si construindo novas descobertas.

Para além disso, dentre as dinâmicas realizadas em grupo destaca-se também a arteterapia como uma importante ferramenta a ser utilizada, um dispositivo terapêutico transdisciplinar poderoso ao integrar saberes da arte, saúde e educação para promover o resgate da integralidade humana via autoconhecimento e transformação (Coqueiro *et al.*, 2010). Especialmente sob a inspiração de Nise da Silveira, que destaca a arteterapia como recurso essencial em grupos terapêuticos por possibilitar expressão simbólica e comunicação não verbal especialmente valiosa para indivíduos em sofrimento psíquico (Mascarenhas, 2025). Ademais, a realização em grupo favorece a socialização, construção de laços, social e afetiva, e transforma o sofrimento em oportunidade de autoconhecimento e protagonismo no processo terapêutico (Coqueiro *et al.*, 2010).

Por fim, deve-se ressaltar o quanto a fala e a escuta com atenção são essenciais no processo grupal, a partir da experiência do outro cria-se um cenário de compartilhamento que fomenta o acolhimento e reflexão acerca de si (Bechelli; Santos, 2005).

Conclusão

O estágio em políticas públicas contribuiu significativamente para nossa formação ao proporcionar vivências práticas em contextos sociais marcados por vulnerabilidades e desigualdades. Essa experiência amplia a compreensão do papel social do psicólogo, desenvolvendo uma escuta sensível, ética e comprometida com a promoção dos direitos humanos e da cidadania. Assim podemos compreender a psicologia como uma prática que vai além do ambiente clínico tradicional.

Além disso, o estágio favorece o desenvolvimento de competências como o trabalho em equipe interdisciplinar, a atuação em rede e a construção de intervenções coletivas. Com base nos princípios do SUS, durante o período de estágio pode-se criar estratégias de cuidado que respeitaram as realidades dos envolvidos e promoveram autonomia e inclusão. Assim, a experiência do estágio voltado para saúde mental amplia a formação crítica, contribuindo com uma prática profissional mais acessível e humana.

Como já mencionado anteriormente, toda a experiência desenvolvida durante o período de estágio pelos alunos resultou na estruturação dos dados, tendo em vista a ausência de um material teórico mais prático para ser utilizado. Como resultado das dinâmicas aplicadas, tem-se, como desdobramento deste artigo, a construção de uma guia para servir como material de apoio para alunos e psicólogos.

Referências

AMARANTE, P; NUNES, M. O. A Reforma Psiquiátrica no SUS e a luta por uma sociedade sem manicômios. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 23, p. 2067–2074, 2018.

AMARANTE, P. Saúde Mental e Saúde Coletiva. In: CAMPOS, G. W. S. et al. **Tratado de Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro: Ed. Fiocruz, 2006, p. 615 - 634.

BECHELLI, L. P. C.; SANTOS, M. A. O paciente na psicoterapia de grupo. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 13, n. 1, p. 118–125, jan. 2005.

CAMPOS, C. M. G. O lúdico nos grupos terapêuticos, pedagógicos e organizacionais. **Revista Brasileira de Psicodrama**, São Paulo, v. 21, n. 2, p. 157–159, 16 jan. 2020. Disponível em: <https://revbraspsicodrama.org.br/rbp/article/view/344/338>. Acesso em: 24 ago. 2025.

COMPLEXO DE SAÚDE MENTAL FRANCISCA JÚLIA. Atendimento para pessoas – Francisca Júlia. São José dos Campos: **Complexo de Saúde Mental Francisca Júlia**, 2024. Disponível em: <https://franciscajulia.org.br/atendimentopessoas/>. Acesso em: 26 jun. 2025.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Referências Técnicas para Atuação de Psicólogos(os) no CAPS** - Centro de Atenção Psicossocial. Brasília, DF: CFP, 2013.

COQUEIRO, N. F. et al. Arteterapia como dispositivo terapêutico em saúde mental. **Acta Paulista de Enfermagem**, São Paulo, v. 23, n. 6, p. 859-862, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/9LVK4BKMMB5mrwXwjDbWgfh>. Acesso em: 22 jun. 2025.

MASCARENHAS, Y. P. Nise da Silveira: Pioneira da Psicoterapia Ocupacional no Brasil. **CiênciaWeb**, 27 maio 2025. Disponível em: <https://cienciaweb.ifsc.usp.br/nise-da-silveira-pioneira-da-psicoterapia-ocupacional-no-brasil/>. Acesso em: 24 ago. 2025.

MONTEIRO, R. F. **O lúdico nos grupos**: terapêuticos, pedagógicos e organizacionais. São Paulo: Editora Ágora, 2012.

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DOS CAMPOS (SP). CAPS Álcool e Drogas. Carta de Serviços ao Usuário: unidades de atendimento – Saúde. São José dos Campos: **PMSJC**, [s.d.], 2025. Disponível em: <https://www.sjc.sp.gov.br/carta-de-servicos/cidadaos/saude/unidades-de-atendimento/caps-alcool-e-drogas/#tituloservico>. Acesso em: 22 jun. 2025.

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DOS CAMPOS (SP). **Secretaria Municipal de Saúde**. Plano Municipal de Saúde: 2022–2025. São José dos Campos: SMS, 2021. Disponível em: https://www.sjc.sp.gov.br/media/planosau2022_2025.pdf. Acesso em: 22 jun. 2025.

SARMENTO, T. Cuidado em saúde mental no SUS: o papel da atenção psicossocial. **Saber Viver** – UFRGS, [s.d.], 2023. Disponível em: <https://www.ufrgs.br/saberviver/cuidado-em-saude-mental-no-sus-o-papel-da-atencao-psicossocial/>. Acesso em: 26 jun. 2025.

SILVA, T. C. **Jogos como ferramenta terapêutica**: Manual de jogos. Monografia (Especialização em Terapia Analítico-Comportamental Infantil) – Instituto Brasiliense de Análise do Comportamento (IBAC), Brasília, out. 2016.