

## **IX CONGRESSO VIRTUAL DE GESTÃO, EDUCAÇÃO E PROMOÇÃO DA SAÚDE**

Autores:

Júlia Rodrigues Savoia (estudante do curso de graduação em enfermagem da UENP; e-mail: [jusavoiaa@gmail.com](mailto:jusavoiaa@gmail.com));

Jennifer de Oliveira Vitor (estudante do curso de graduação em enfermagem da UENP; e-mail: [jenni.vvitor@gmail.com](mailto:jenni.vvitor@gmail.com));

Sarah Giovana Giolo Fernandes Dias (estudante do curso de graduação em ciências biológicas da UENP; e-mail: [sarahgiiovana17@gmail.com](mailto:sarahgiiovana17@gmail.com));

Ana Lúcia De Grandi (enfermeira, professora do curso de graduação de enfermagem da UENP, disciplinas: Enfermagem em Saúde Mental e Psiquiatria, Saúde do Idoso; orientadora do projeto; e-mail: [analudegrandi@yahoo.com.br](mailto:analudegrandi@yahoo.com.br))

Tema: Experiências vivenciadas com um grupo de alcoolistas em recuperação durante o afastamento social

Área de interesse: Evidências científicas e relatos de experiência sobre Covid-19

## INTRODUÇÃO:

O uso abusivo de álcool se tornou um sério problema de saúde pública e os efeitos da droga sobre cada indivíduo são diferentes e dependem de uma série de fatores genéticos, ambientais, culturais e sociais (OMS, 2010).

No Brasil, mais da metade da população alega ter consumido bebida alcoólica pelo menos uma vez na vida (KRAPP, 2019), tornando necessárias intervenções de promoção de saúde e prevenção de doenças, em conjunto com redução de danos para acidentes de trânsito, violência doméstica, consumo de álcool tardio com venda da substância apenas para maiores de 18 anos, entre outras estratégias (BRASIL, 2015).

O consumo precoce de álcool atrapalha o desenvolvimento do cérebro, sua maturação, causando características deletérias que consistem na perda de neurônios corticais cerebelares que geram menores capacidades de tomada de decisões (HAES et al., 2010).

O alcoolismo é uma patologia considerada grave, pois afeta indivíduo e aqueles que convivem diretamente ou não com ele, trazendo consequências e possíveis traumas para o desenvolvimento da pessoa, afetando sua qualidade de vida (FARINA et al., 2013). Pode acarretar sofrimentos psicológicos e psicossociais graves, problemas interpessoais, como a perda de emprego, dificuldades de aprendizado e memorização, podendo também levar a ansiedade e depressão (SILVA, 2014).

Sendo assim, é necessária uma ação de cuidados ao usuário da substância, pois o abuso do álcool pode acometer a síndrome de dependência alcoólica (SDA), um transtorno que ocasiona tolerância e dependência à droga, consumindo-a frequentemente, em qualquer ocasião, o que causa danos fisiológicos, psicológicos e sociais (GIGLIOTTI; BESSA, 2004).

O álcool é um inibidor de GABA, neurotransmissor inibidor do sistema nervoso central, que causa efeitos sedativos, ansiolíticos e falta de coordenação, podendo causar intoxicação e distúrbios cognitivos. Com o tempo, ocorre a substituição de receptores GABA para receptores Glutamato, que acomete na suspensão dos efeitos agudos da droga, que irá causar sintomas de SDA, onde a gravidade é quantificada pela quantidade de sintomas (HAES et al., 2010).

Para as pessoas que não querem mais continuar dependentes da bebida alcoólica, existem diversos tipos de tratamentos, sendo uma das possibilidades, participar de grupos de mútua ajuda, como os Alcoólicos Anônimos (AA), que tem como objetivo atingir uma meta em comum, onde as pessoas se ajudam mutuamente, compartilhando experiências do sofrimento do vício e de como se manter abstinentes (CORDEIRO; DIEHL, 2019).

Esses grupos são autônomos, que tem como filosofia a recuperação do alcoolismo, por meio dos 12 passos, que são um conjunto de princípios espirituais, aplicados como forma de vida, mas que podem auxiliar na obtenção de uma vida íntegra, feliz e produtiva para a família e para a sociedade (CORDEIRO; DIEHL, 2019), ou seja, o grupo atua como apoio social aos participantes, fundamental na obtenção de melhores resultados na manutenção da abstinência. Existe uma variação do grupo AA, chamada de Associação de Recuperação do Alcoolatra (ARA), como no município em que relatamos essa vivência. No grupo ARA é desenvolvido um projeto de extensão por um grupo de acadêmicos, coordenado por uma professora, que auxilia na promoção do apoio social desenvolvendo atividades através da técnica da psicoeducação.

A psicoeducação é uma técnica que relaciona os instrumentos psicológicos e pedagógicos com objetivo de ensinar a pessoa e os cuidadores sobre a patologia física e/ou psíquica, bem

como sobre seu tratamento, desenvolvendo um trabalho de prevenção e de conscientização em saúde. Ela possibilita a orientação ao indivíduo para conhecer a sua patologia, trabalhando ativamente no seu tratamento, para o melhor manejo dos sinais e sintomas, evoluindo para menores episódios de recaídas e manejo da doença (LEMES; ONDERE NETO, 2017). Sem falar que indivíduos que participam de grupos de mútua ajuda alcançam taxas de abstinência mais elevadas que aqueles que não possuem esse apoio social (CORDEIRO; DIEHL, 2019).

Nesta técnica, o indivíduo é um colaborador, não um paciente que apenas recebe diagnósticos e intervenções, ele tem a possibilidade de compreender a sua doença, para aprender a prevenir situações em todos os âmbitos da sua vida, também trabalhando com a família e sociedade, pois tem dois princípios, a visão do ser humano e o potencial educador do cotidiano para alcançar os seus objetivos, mas não a cura em si (LEMES; ONDERE, 2017).

Essa técnica pode ser utilizada para grupo de alcoolista, contando com enfermeiros que trabalham na promoção de saúde mental para desenvolver diretamente a motivação das pessoas, surtindo efeitos para reduzir taxas de recaída e de hospitalizações, explanando informações diante de necessidades, promovendo hábitos saudáveis para melhora da qualidade global de vida (STEFANELLI; FUKUDA; ARANTES, 2017).

#### **OBJETIVO:**

Relatar as experiências vividas pelos participantes de um projeto de extensão frente ao período de distanciamento social do seu núcleo de atuação (grupo de alcoolistas em recuperação).

#### **DESENVOLVIMENTO:**

O projeto de extensão PSICOEDUCAÇÃO NA ASSOCIAÇÃO DE RECUPERAÇÃO DO ALCOÓLATRA (ARA) DE BANDEIRANTES é desenvolvido por alunos de graduação dos cursos de Enfermagem e Ciências Biológicas, sendo coordenado por uma docente do curso de Enfermagem, com experiência em Saúde Mental, Enfermagem Psiquiátrica e Uso e Abuso de Álcool e outras Drogas. O projeto está em funcionamento desde 2011, quando um grupo de membros da ARA buscou por auxílio na universidade. O intuito era que alguma atividade diferente pudesse ser realizada na ARA para ajudar a divulgar o serviço prestado por esta instituição à população, além de ser atrativo para novos participantes.

Dessa forma, após discussões com os membros da diretoria e a universidade, decidiu-se desenvolver um projeto de extensão junto a esta população, pois era uma forma da universidade estar em contato com a comunidade contribuindo com a transformação da realidade local.

O projeto de extensão se ampara na técnica da psicoeducação, que tem a importante função de orientar a pessoa em diversas formas, como nas consequências dos comportamentos, crenças, valores, sentimentos e como elas refletem em sua vida, e em quem está ao seu redor, buscando por meio desse modelo, ajudar os integrantes do grupo com informações, rodas de conversas, dinâmicas com discussões acerca do assunto do álcool e suas diferentes interfaces, para a conscientização e apoio destes no tratamento da dependência do álcool.

As atividades aconteciam presencialmente, na última sexta-feira do mês, após a reunião ordinária da ARA. Eram atividades em que os temas eram combinados previamente com o grupo, seguindo seus desejos e anseios, desenvolvidos pelos alunos juntamente com a

orientadora do projeto, com a participação dos membros da ARA e suas famílias que frequentam a instituição, com diversas abordagens acerca do álcool, explanando as dúvidas fisiológicas, sociais, emocionais e ambientais.

No entanto, desde o mês de março de 2020, às atividades presenciais na universidade foram suspensas devido a pandemia do novo coronavírus, que levou o mundo a uma situação de distanciamento e afastamento social como forma de contenção no novo vírus, o SARS-CoV-2, que causa a doença COVID 19. Assim, o projeto teve que se adaptar a essa nova rotina e a esse novo modelo de organização social, com todos os integrantes buscando diferentes formas de exercer o contato e a rede de apoio com as pessoas participantes do ARA.

Os alunos, a princípio, ficaram sem contato com o grupo e passaram a analisar formas de retomar as atividades. O grupo é formado majoritariamente por homens de meia e terceira idade, de classe baixa, tanto social quanto economicamente, o que dificulta o contato via internet por eletrônicos, pelo fato de não possuírem ou não terem conhecimento prévio para utilização dessas tecnologias.

Com isso, os alunos e a professora orientadora do grupo do projeto de extensão começaram a se encontrar por plataformas *online* de transmissão de chamadas de vídeo, com a preocupação de estudar e se informar sobre como a COVID 19 atingiria a população alcoolista.

Nesse primeiro momento, decidiu-se construir um *flaer* contendo informações gerais sobre a COVID 19 e formas de se proteger, além de informações específicas para esse nicho. Esse documento foi encaminhado para um dos membros da diretoria do grupo ARA, via aplicativo de celular (WhatsApp), para que fosse distribuído entre os outros membros do grupo.

Junto ao documento foi enviado um vídeo, em que uma das acadêmicas do projeto, canta a música “Tristeza do Jeca”, com o intuito de animá-los e trazer uma lembrança do sertanejo raiz, um estilo musical que os participantes da ARA se identificam. No vídeo, que teve o intuito de se aproximar dos membros do grupo ARA, mostrando que os participantes do projeto se importam com suas vidas, a aluna faz uma declaração sobre a saudade sentida decorrente do afastamento social e, pede sugestões de temas para possíveis atividades. O objetivo era que os membros do grupo temas para que os alunos pudessem elaborar atividades a serem repassadas à eles, seja na promoção da saúde, na prevenção de doenças ou como distração para o período de afastamento social.

Os alunos também sugeriram um encontro semanal entre eles e a coordenadora do projeto, para estudo e debates de artigos científicos com temas sobre o álcool, visando maior conhecimento e aprofundamento do assunto, mantendo o contato entre si e promovendo, dessa forma, ciência e rede de apoio entre os mesmos.

Porém, a maior dificuldade estava em como se reunir com as pessoas que frequentam a ARA, já que o próprio grupo estava com dificuldades na manutenção dos contatos, não conseguindo encaminhar o *flaer* e o vídeo produzido pelos alunos para todos os membros e dar retorno aos integrantes do projeto a respeito dos interesses do grupo em assuntos a serem debatidos.

Como os alunos do projeto encontraram afirmações de que o abuso de álcool pode ter aumentado no período de distanciamento social provocado pela pandemia e, possivelmente ficar abstinente poderia estar mais difícil neste momento em que os encontros presenciais estão sendo evitados, como a rede de apoio familiar e do grupo ARA, seria interessante promover o diálogo dos sentimentos vivenciados por essas pessoas e a melhor maneira de agir nessas situações.

A forma encontrada para a manutenção dos encontros foi a comunicação pelo aplicativo de celular WhatsApp, já que muitos possuem acesso e saberiam manusear o aparelho para receber e enviar mensagens de texto e áudio.

O grupo de estudantes também está tentando se adaptar a essa nova realidade, tentando produzir conhecimento para sanar dúvidas e atingir aqueles que têm maior demanda no seu dia a dia, gerando informações confiáveis e debates entre todos, promovendo também qualidade em saúde mental.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS:

A pandemia forçosamente nos sujeitou a um modelo de vida isolado, distantes de outras pessoas, trazendo desafios, novas formas de se relacionar, habilidades para trabalho *home office* e a ressignificação da rotina diária. Houve rupturas sociais e físicas para aqueles que têm a possibilidade de realizar o afastamento social, problemas financeiros, muitos casos angústias, ansiedades e sofrimento sobre a situação atual e inseguranças sobre o futuro.

Por isso, a rede de apoio torna-se essencial para todos nós enquanto pessoas e, o grupo, tenta se adaptar para proporcionar esse apoio um aos outros, principalmente para as pessoas que frequentam o ARA, pois vêem os alunos como ponto de apoio, de conhecimento e incentivadores da promoção de uma melhor qualidade de vida.

A manutenção da rede de apoio é essencial, pois o vínculo e a comunicação entre as pessoas auxilia esse grupo que está abstinente do uso do álcool, cumprindo o seu juramento e conseguindo dia após dia desenvolver qualidade de vida solo e em conjunto familiar.

Nesse momento pandêmico que estamos passando, novo e diferente para todos, é essencial que o conhecimento científico alcance a população, esclarecendo dúvidas gerais e específicas, ensinando métodos de prevenção do contágio da doença, mostrando que é um momento diferente do antigo normal vivido e, que pode sim, gerar sofrimento.

É um período de incertezas em que todos estão buscando se adaptar da maneira que for possível e, o projeto, tenta minimizar os efeitos colaterais do distanciamento social para esta população específica em que atua.

## REFERÊNCIAS:

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Guia estratégico para o cuidado de pessoas com necessidades relacionadas ao consumo de álcool e outras drogas:** Guia AD. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

CORDEIRO, D. C.; DIEHL, A. Os grupos de mútua ajuda para dependentes químicos e familiares. In. DIEHL, A.; CORDEIRO, D. C.; LARANJEIRA, R. (orgs.). **Dependência química:** prevenção, tratamento e políticas públicas. 2 ed. Porto Alegre: Art Med, 2019.

FARINA, M.; TERROSO, L.B.; LOPES, R.M.F.; ARGIMON, I.I.L. Importância da psicoeducação em grupos de dependentes químicos: relato de experiência. **Aletheia**, Canoas, n. 42, p. 175-185, 2013.

GIGLIOTTI, A.; BESSA, M. A. Síndrome de dependência do álcool: critérios diagnósticos. **Rev. Bras. Psiquiatr. [online]**. São Paulo, v. 26, suppl.1, p.11-13, 2004.

HAES, T. M., CLÉ, D. V., NUNES, T. F., RORIZ, J. S., MORIGUITI, J. C. Álcool e sistema nervoso central. **Medicina**. Ribeirão Preto, v. 43, n. 2, p. 153-63, 2010.

KRAPP, J. **Pesquisa revela dados sobre consumo de drogas no Brasil**. FIOCRUZ, 2019.

LEMES, C.B.; ONDERE NETO, J. Aplicações da psicoeducação no contexto da saúde. **Temas psicol.** Ribeirão Preto, v. 25, n. 1, p. 17-28, 2017.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **ICD-10**: International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems. (10th rev). Geneva: WHO, 2010.

SILVA, M. A. A. **O impacto do alcoolismo na vida social e familiar do indivíduo**: a intervenção do profissional da saúde de forma efetiva no tratamento. 22fl. Monografia (Especialização em Atenção Básica em Saúde da Família) – Universidade Federal de Minas Gerais, Teófilo Otoni, 2014.

STEFANELLI, M.C.; FUKUDA, I.M.K.; ARANTES, E.C. **Enfermagem psiquiátrica: em suas dimensões assistenciais**. 2 ed. São Paulo: Manole, 2017.