

# Para tratar a alma, acolhimento

Em uma roda de terapia comunitária, pessoas se reúnem em Santos para falar sobre seus problemas, segredos, mágoas e sonhos

VERA LEON

EDITORA-EXECUTIVA

Falar de nós, contar aqueles altos e baixos que põem nosso mundo do avesso, é coisa para poucos (corajosos). Há quem diga, cheio de ignorância, que é para loucos, e esses que pensam assim não terão espaço por aqui.

Mas quem já provou do gosto de abrir a boca confiando em um ouvido atento sabe que o melhor remédio para um pote até aqui (de mágoas, medos, angústias, raiva) é esvaziá-lo, em um processo que pode se resumir na palavra terapia.

A técnica é relativamente nova, se considerarmos as bases científicas em que se sustentaram as teorias dos psicanalistas Sigmund Freud e Carl Jung, no início dos anos 1900. Mas ela é tão antiga quanto o próprio homem se levarmos em conta que sempre tivemos necessidade de desabafar. E encontrar quem nos ouça com compaixão pode ser a luz a nos tirar da escuridão, o ar fresco nos porões da alma.

Com essa intenção, de falar e ser acolhidas, as mulheres vão chegando para o encontro que tem mudado suas vidas, seu jeito de estar no mundo.

## PROTAGONISTAS

Em uma tarde muito quente e abafada de uma quinta-feira, no ambiente apertado de uma policlínica, cerca de 15 mulheres se acomodam em cadeiras que pouco têm de confortáveis, coladinhas umas às outras, para mais um enredo em que são protagonistas. Afinal, pedacinhos da história de cada uma podem, ali, se colocar.

Elas vêm aprendendo a tomar nas mãos o leme da própria vida desde que passaram a participar da Terapia Comunitária, um trabalho nascido em Fortaleza (CE), há 26 anos, e que se espalhou pelo Brasil, estendeu-se para toda a América Latina e já avançou para alguns países da Europa.



Ilustração: Alex Pontiano

Para as mulheres que conheço nessa tarde de quinta-feira – e para as milhares de pessoas que em mais de duas décadas fizeram o movimento em busca de se ouvir – a roda comunitária é o lugar onde podem simplesmente ser, abrindo-se como flores que perseguem a luz do sol.

Este é o último encontro de 2013 e a oportunidade de dei-

xar, naquele círculo acolhedor, o que não querem carregar para 2014. Problemas, dificuldades financeiras e preocupações são coisas que atormentam todo mundo e que, na hora, são ali descartadas, como a roupa feia e velha que já não se quer.

Mas há outros desassossegos, desgostos e um tanto de segredos inconfessos que podem, se puxados com delicadeza, sair

da gaveta bem trancada.

Segredos que, às vezes, dormiram décadas no poço das vontades. Como o gosto por se enfeitar um pouco mais, quem sabe viajar, voltar ao berço natal e rever a família. Ir mais fundo nos próprios comportamentos e reconhecer que a vida não se pode pautar pelo julgamento dos outros. Ou de não mais ser apenas espectadora

da vida e admitir, finalmente, que a timidez e o medo de dizer bobagem vêm sendo o carimbo da auto-anulação.

## SONHOS

Em uma roda de terapia comunitária há espaço para tudo. Inclusive, para falar alto sobre os sonhos para 2014, sabendo que todos os presentes (no caso, todas) ouvirão com respeito e ain-

## Onde achar

Para participar das rodas de terapia não precisa inscrever-se e nem pagar. Os grupos estão vinculados à Seção de Atenção à Saúde da Comunidade da Secretaria Municipal de Saúde (telefone 3201-5636), sob a responsabilidade da terapeuta comunitária Rosane Cristine dos Santos. A Cidade conta ainda com os grupos do Polo Roda Viva de Santos – Cooperativa Mista para Todos, sob a coordenação de Maria Del Pilar Ferrer Camara (mdpilar@uol.com.br). O Roda Viva mantém o Núcleo de Formação em Terapia Comunitária Integrativa. Mais informações: Associação Brasileira de Terapia Comunitária (<http://www.abratecom.org.br/>)

da darão a maior força.

De repente, agora que a viuvez virou estado civil, quem sabe encontrar Francisco, aquele primeiro namorado que o tempo não desbotou na lembrança? Essa vontade, dita por aquela cheia de timidez, mostra um progresso e tanto!

A roda é também o espaço para expressar gratidão por estar ali pela primeira vez, como a eloquente recém-chegada (há duas nesse dia), que se coloca de pé para dizer o que está sentindo. De olhar doce, buscando ser entendida (mistura o sotaque espanhol com português), ela abre os braços e depois os leva ao peito, como uma repentinista que tivesse descoberto naquele instante o prazer e a emoção de ser o centro das atenções.

Aliás, é bom que se diga. Quem chega para a roda da terapia comunitária será sempre o centro das atenções.

## Terapia Comunitária

### >>>Secretaria de Saúde de Santos

>>>Campo Grande (frente à UBS)

**Igreja Evangélica Projeto de Deus**

Rua Carvalho de Mendonça, 596

Segunda-feira, 14h30

Rosane e Jurema (Seatesc)

>>>UBS Aparecida

Rua Alexandre Martins, 103

Terça-feira, 14h30

Roseli (Counes) e Marlene (Ambesp RCH)

>>>UBS José Menino

Rua Floriano Peixoto, 201

Quarta-feira (quinzenal), 14 horas

1ª e 3ª semana do mês

Anunciação (Seatesc)

>>>UBS Ponta da Praia

Praça Rebouças s/nº

Quinta-feira - 15 horas

Ana Cláudia (I. Mulh) e Anunciação

(Seatesc)

>>>Seambesp - Zona Noroeste

Rua Luiz Gomes Cruz s/nº

Terça-feira, 9 horas

Raquel (RC) e Rosângela (Naps I)

>>>UBS Bom Retiro - Zona Noroeste

Rua João Fracaroli s/nº

Terça-feira, 14h30

Rosani (Seatesc)

>>>Policlínica Gonzaga

Rua Assis Correia, 17

Terça-feira, 14 horas

Ana Bezera (Seatesc) e Karen (Gonzaga)

>>>Centro de Saúde Martins Fontes

Rua Luiza Macuco, 40

Quarta-feira (quinzenal), 14 horas

1ª e 3ª semanas do mês

Rosane (Seatesc)

>>>Senat (tóxico dependentes)

Rua Silva Jardim, 354

Sexta-feira, 9 horas

Ana Maria (Craids), Mariângela (Marapé)

e Andrea (coord. especial)

### >>>NAPS II

Av. Conselheiro Nébias, 325

Segunda-feira, 15h50

Flávia e Conceição (NAPS II)

### >>>NAPS III

Rua Coronel Joaquim Montenegro, 237

Segunda-feira, 9 horas

Rosana e Andréa

### >>> Polo Roda Viva de Santos - Cooperativa Mista para Todos - Polo de Formação

■ Rua Amador Bueno, 309

Segunda-feira, 17 horas

Anunciação e Adriana

■ Rua Ipiranga, 96 - São Vicente

Quinta-feira, 19h30

Lili, Pilar, Janaína e Marcia (quinzenal)

■ Rua Frederico de Figueiredo Neiva, 24,

Rádio Clube, Ong Mãos Entrelaçadas

Quinta-feira, 18 horas

Luíza e João

■ Cecon Arco Íris

Rua João Fracaroli s/nº, Bom Retiro

Sexta-feira, 16 horas

Rosângela e Rosana

■ Escola Estadual Zulmira Campos

Praça Marechal Eurico Gaspar Dutra s/nº,

Castelo

Sexta-feira, 16 horas

Sandra e Adelaide

■ Rua Palmeira dos Índios, 167, em

São Vicente

Domingo, 16 horas

Janaína

■ Jardim Botânico - Santos

Rua João Fracaroli s/nº, Bom Retiro

Domingo, 9 horas

Luíza, Eloísa, João e Cristina

Fonte: Prefeitura de Santos/Secretaria de Saúde e Polo Roda Viva de Santos -

Cooperativa Mista para Todos.

## Metodologia cresce no País e fora

Quando se viu com seus alunos na favela do Pirambu, litoral de Fortaleza, cercado por mais de 30 pessoas que queriam remédio para depressão, insônia e angústias que não tinham nome, o médico psiquiatra Adalberto Barreto se deu conta de que não tinha remédio para todos.

Tudo o que podia fazer por aquelas pessoas era escutá-las e não demorou para constatar que de 80% a 90% daquela demanda de remédio eram só sofrimento. “E sofrimento ninguém medicaliza, a gente acolhe”, diz Barreto, na síntese da descoberta.

Isso foi há 26 anos e daquele encontro com um grupo de homens e mulheres atormentados pelos impactos de suas existências nasceu o trabalho que hoje leva o nome de *Terapia Comunitária*. A metodologia, que já capacitou 26.500 terapeutas em todo o Brasil, criou 46 polos formadores (um deles em Santos) e cresce (para França, Suíça, Alemanha, Itália e Dinamarca) como as notas de uma orquestra em que todos são maestros.

E reger a própria vida com as partituras que cada um tem nas mãos é como se pode traduzir um eixo desse trabalho. Que Adalberto transmite assim para os que chegam à roda: “Eu tenho um saber aprendido na universidade, mas cada um de vocês tem um saber, herança aprendida com os antepassados africanos, indígenas, com a experiência da vida... O que vamos fazer aqui é partilhar esses conhecimentos e saberes”.



Barreto define a terapia como partilha de conhecimentos e saberes

## Descoberta

“... o que sentiam era só sofrimento e o remédio era falar, desabafar, chorar, cantar...”

Adalberto Barreto, psiquiatra

O professor avaliou que, do mesmo jeito que a doença para ser tratada precisa de espaços

específicos como hospitais, a dor da alma também necessitava de ambiente próprio para acolher o sofrimento.

Um dado que revela o quanto o formato é eficaz: de 12 mil questionários respondidos, 88,5% das pessoas que procuraram as rodas tiveram resolutividade ali, “mostrando que o que sentiam era só sofrimento e que o remédio era falar, desabafar, chorar, cantar... E apenas 11,5% precisavam do especialista, do psiquiatra”, comemora Barreto.

## Formação

Adalberto Barreto é professor da Faculdade de Medicina da Universidade Federal do Ceará, com doutorado em Psiquiatria pela Universidade René Descartes, de Paris, e em Antropologia pela Universidade de Lyon, também na França. É licenciado em Filosofia e Teologia pela Pontifícia Universidade de Estudos São Tomás de Aquino, em Roma, na Itália.

## Competências

Não é preciso ter formação superior para ser terapeuta comunitário. A terapia comunitária é uma metodologia que valoriza as competências das pessoas e não as carências, diz Adalberto Barreto. “A Academia produz conhecimento importante, mas a experiência de vida também. Posso amar porque recebi muito amor, mas posso amar porque fui rejeitado. Ou seja, a carência gera competência também e fui vendo que os melhores terapeutas que encontrei nas favelas eram aqueles que superaram dores e sofrimentos terríveis”, afirma Barreto. E por que o nome terapia? “A palavra vem do grego *terapeia*, que significa acolher. E acolhimento não é prerrogativa de nenhuma especialidade. É um ato humano”, conclui, sabiamente, o professor Adalberto.