

# Terapia comunitária como estratégia de promoção da saúde mental de docentes na pandemia de COVID-19

*Community therapy as a strategy for promoting the mental health of professors in the COVID-19 pandemic*

*La terapia comunitaria como estrategia de promoción de la salud mental del profesorado en la pandemia de COVID-19*

Edite Lago Da Silva Sena<sup>a</sup> 

Daiane Brito Ribeiro<sup>b</sup> 

Luma Costa Pereira Peixoto<sup>a</sup> 

Vanessa Thamyris Carvalho dos Santos<sup>c</sup> 

Helca Francioli Teixeira Reis<sup>d</sup> 

Patrícia Anjos Lima de Carvalho<sup>a</sup> 

## Como citar este artigo:

Sena ELS, Ribeiro DB, Peixoto LCP, Santos VTC, Reis HFT, Carvalho PAL. Terapia comunitária como estratégia de promoção da saúde mental de docentes na pandemia de covid-19. Rev Gaúcha Enferm. 2023;44:e20210133. doi: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2023.20210133.pt>

## RESUMO

**Objetivo:** Compreender a percepção de docentes universitários sobre a Terapia Comunitária Integrativa como estratégia de promoção da saúde mental.

**Métodos:** Pesquisa qualitativa, fenomenológica e interventiva, realizada com docentes do curso de Enfermagem da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia, Jequié, Bahia, Brasil. As descrições vivenciais foram produzidas mediante entrevista fenomenológica, cujo material resultante foi analisado com base na técnica Analítica da Ambigüidade.

**Resultados:** As Docentes expressaram carência de interação entre elas, fato que tem se constituído uma realidade no cotidiano da vida acadêmica e que se agravou na emergência da pandemia da COVID-19. Nesse contexto, as rodas de Terapia Comunitária em ambiente virtual se mostraram eficazes ao compartilhamento de demandas psicossociais e físicas, bem como à discussão coletiva de situações-problema e a busca de soluções conjuntas.

**Conclusão:** O Estudo evidencia o potencial da Terapia Comunitária como prática integrativa e complementar ao modelo de atenção à saúde pública brasileiro.

**Palavras-chave:** Docentes. Saúde mental. Promoção da saúde. Terapias complementares. Infecções por Coronavirus.

## ABSTRACT

**Objective:** To understand the perception of university professors about Integrative Community Therapy as a mental health promotion strategy.

**Methods:** Qualitative, phenomenological and interventional research, conducted with professors of the Nursing course at the *Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia*, Jequié, Bahia, Brazil. The experiential descriptions were produced through phenomenological interviews, whose resulting material was analyzed based on the Ambiguity Analytical technique.

**Results:** The professors expressed a lack of interaction between them, a fact that has become a reality in everyday academic life and that has worsened in the emergence of the COVID-19 pandemic. In this context, the Community Therapy circles in a virtual environment proved to be effective in sharing psychosocial and physical demands, as well as in the collective discussion of problem situations and the search for joint solutions.

**Conclusion:** The study highlights the potential of Community Therapy as an integrative and complementary practice to the Brazilian public health care model.

**Keywords:** Faculty. Mental health. Health promotion. Complementary therapies. Coronavirus infections.

## RESUMEN

**Objetivo:** Comprender la percepción de los profesores universitarios sobre la Terapia Integrativa Comunitaria como estrategia para promover la salud mental.

**Métodos:** Investigación cualitativa, fenomenológica e intervencionista, realizada con profesores del curso de Enfermería de la Universidad Estatal del Sudoeste de Bahía, Jequié, Bahía, Brasil. Las descripciones vivenciales se produjeron a través de entrevistas fenomenológicas, cuyo material resultante fue analizado con base en la técnica Analítica de la Ambigüedad.

**Resultados:** Los docentes manifestaron una falta de interacción entre ellos, hecho que se ha hecho realidad en la vida académica cotidiana y que se ha agravado con el surgimiento de la pandemia de COVID-19. En este contexto, las ruedas de Terapia Comunitaria en un entorno virtual demostraron ser efectivas para compartir demandas psicossociales y físicas, así como en la discusión colectiva de situaciones problemáticas y la búsqueda de soluciones conjuntas.

**Conclusión:** El estudio destaca el potencial de la Terapia Comunitaria como práctica integradora y complementaria al modelo de salud pública brasileño.

**Palabras clave:** Docentes. Salud mental. Promoción de la salud. Terapias complementarias. Infecciones por Coronavirus.

<sup>a</sup> Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), Departamento de Saúde. Jequié, Bahia, Brasil.

<sup>b</sup> Universidade Federal da Bahia (UFBA), Programa de Residência Multiprofissional em Urgência. Vitória da Conquista, Bahia, Brasil.

<sup>c</sup> Universidade Estadual de Santa Cruz (UESC), Departamento de Ciências da Saúde. Ilhéus, Bahia, Brasil.

<sup>d</sup> Universidade Federal da Bahia (UFBA), Departamento de Saúde. Vitória da Conquista, Bahia, Brasil.

## ■ INTRODUÇÃO

Os Transtornos Mentais Comuns (TMC) têm sido prevalentes na população mundial e interferem no âmbito pessoal, social e laboral. Alguns estudos demonstram que docentes de ensino superior estão entre os grupos mais afetados por esses transtornos, destacando-se como aquele que apresenta maior nível de estresse e ansiedade quando comparado a outros profissionais<sup>(1,2)</sup>.

Jornadas duplas de trabalho, junto à grande cobrança institucional, tendo que se dispor a desenvolver atividades de ensino, pesquisa e extensão, além de estar sempre em busca de novos aprimoramentos, vivenciar a precariedade das condições de trabalho, estruturas institucionais inadequadas e achatamento salarial, levam a categoria docente à exaustão emocional e ao aparecimento de alguns sintomas que sinalizam a possibilidade da emergência de transtorno mental<sup>(3,4)</sup>. Dentre os principais sintomas, destacam-se “nervosismo, estresse, cansaço mental, esquecimento e insônia<sup>(2)</sup>”.

Nas universidades públicas esta situação torna-se ainda pior, já que, constantemente, ocorrem congelamento dos investimentos, cortes de gastos, diminuição de funcionários e redução dos salários<sup>(4)</sup>.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou, em 30 de janeiro de 2020, o surto pelo novo coronavírus como uma emergência de Saúde Pública de importância internacional e com mais alto nível de alerta da Organização, conforme previsto no Regulamento Sanitário Internacional; sendo a COVID-19 (*Coronavirus Disease 2019*), uma doença infecciosa causada pelo vírus denominado de SARS – CoV -2, considerada uma ameaça à saúde pública global, que pode levar a impactos imprevisíveis à saúde mental de indivíduos, famílias, comunidades e nações, foi caracterizada pela OMS como uma pandemia em 11 de março de 2020<sup>(5-7)</sup>.

Em relação às repercussões da pandemia para o ensino no Brasil, o Ministério da Educação através da Portaria nº 343, publicada em 17 de março de 2020, suspendeu as aulas presenciais enquanto durar a situação, levando a uma nova rotina de trabalho na educação com aulas e atividades diversas por meio remoto. Fato que implicou em readequação das instituições universitárias de todo Brasil e da maneira como os docentes passaram a desenvolver seu processo de trabalho, na tentativa da manutenção das práticas de ensino-aprendizagem na graduação<sup>(8,9)</sup>.

Nesta vertente, a pandemia da COVID-19 desvelou grandes desafios em todas as áreas de atuação profissional, nunca antes vivido por nossa geração. Na docência em especial, os desafios neste tempo de pandemia são inúmeros, pois alcançar e acolher o aluno de forma virtual e relevante, estando o docente em adaptação a essa nova rotina online em um

contexto que requer inovadoras formas de aproximação para compartilhar conhecimentos sem o clássico contato direto, são alguns desafios a serem sinalizados e, que podemos dizer, trazem certa inquietação e ansiedade<sup>(8,9)</sup>. Portanto, tais aspectos nos remete a reflexão não apenas sobre o processo ensino-aprendizagem em tempos de isolamento social, mas, como os docentes têm se sentido nesse cenário reconhecido internacionalmente como o “novo normal”.

Esse contexto tem demandado, cada vez mais, estratégias de promoção da saúde mental de docentes universitários. Nesse sentido, acreditamos no potencial da Terapia Comunitária Integrativa (TCI), por se constituir uma tecnologia de cuidado terapêutico que permite tanto a identificação de situações de sofrimento psíquico, quanto a construção de possibilidades de enfrentamento e superação, podendo ser utilizada no redimensionamento dos conflitos, sofrimentos e emoções<sup>(10,11)</sup>.

A TCI foi inserida na relação das Práticas Integrativas e Complementares (PICs) recomendadas pelo Ministério da Saúde através da Portaria Nº 849, de 27 de março de 2017. Trata-se de uma prática terapêutica desenvolvida por meio de rodas abertas e comunitárias, na perspectiva da horizontalidade, favorecendo a construção de estratégias que auxiliem a enfrentar o sofrimento psíquico<sup>(12)</sup>.

Ao perceber que a universidade, lócus desse estudo, não dispunha de dispositivos de promoção à saúde mental dos docentes, não obstante vivenciarem o aumento das pressões e frustrações relacionadas às diversas funções exercidas, que implicam em sobrecarga de trabalho, entre outros fatores que geram estresse constante, como ocorre nesse novo cenário pandêmico, fomos mobilizadas a implantar a TCI, aberta a qualquer docente que tivesse interesse.

Desse modo, a iniciativa para realização do estudo com caráter interventivo, através da condução de rodas de TCI com os docentes universitários, partiu da inquietação de também docentes, de um curso de graduação em Enfermagem, para o desenvolvimento de estratégias de promoção da saúde mental no mundo universitário, por perceber o entrelaçamento do contexto de vida laboral com o adoecimento psíquico, em especial nesse contexto de pandemia que superdimensionou os desafios e os conflitos do mundo do trabalho na docência.

Tais reflexões levaram-nos à definição da seguinte questão de pesquisa: qual a percepção de docentes universitários sobre a Terapia Comunitária Integrativa como estratégia de promoção da saúde mental?

Para responder à questão, definimos como objetivo: compreender a percepção de docentes universitários sobre a Terapia Comunitária Integrativa como estratégia de promoção da saúde mental.

## ■ MÉTODO

Estudo qualitativo, fenomenológico e de caráter interventivo, fundamentado nas categorias teórico-filosóficas de Maurice Merleau-Ponty, acerca das dimensões da percepção como corpo próprio, sendo que o corpo se mostra sempre como um esboço do que será e o que o torna próprio são as infinitas possibilidades de torna-se outro<sup>(13)</sup>. Esse artigo permitiu-nos compreender o entrelaçamento das cinco dimensões do corpo próprio descritas por Merleau-Ponty, a saber: corpo habitual, corpo perceptivo, corpo falante, corpo sexuado e corpo do outro<sup>(14)</sup>.

O corpo habitual se refere ao horizonte de passado que preenche todos os atos intuitivos e que emerge de forma espontânea em nossas ações independentemente de deliberação pessoal. O corpo perceptivo equivale à ação propriamente dita, que, embora seja irreflexiva, é mobilizada pelo hábito. O corpo falante consiste na potencialidade da fala em gerar outras falas, como ocorre no diálogo, na intersubjetividade. O corpo sexuado significa a capacidade humana de sentir prazer naquilo que se faz; corresponde ao que nos motiva a viver e produzir. E o corpo do outro, também conhecido como experiência do outro, consiste na vivência de transcendência, na potência de se tornar outro mediante a temporalidade<sup>(13,14)</sup>.

O caráter interventivo da pesquisa ocorreu mediante o desenvolvimento das rodas de TCI, que se constitui como espaço comunitário aberto à partilha de experiências de vida e saberes, de forma horizontal e em círculo, permitindo que cada pessoa seja terapeuta de si mesma, mediante a escuta das histórias de vida relatadas nas rodas<sup>(15)</sup>.

A TCI sustenta-se em cinco eixos teóricos: o pensamento sistêmico, a teoria da comunicação, a antropologia cultural, a pedagogia de Paulo Freire e a resiliência. E a operacionalização da terapia envolve as seguintes etapas: acolhimento, escolha do tema, contextualização, problematização, rituais de agregação e conotação positiva, e avaliação<sup>(15)</sup>.

Os temas de cada encontro de TCI emergiram das vivências cotidianas dos próprios participantes durante a etapa de escolha do tema, em que cada docente teve a oportunidade tanto de expressar suas inquietações, como de votar na situação em que mais se identificava e queria discutir no momento<sup>(16)</sup>. Assim, os participantes elegeram os temas discutidos em cada encontro, tais como: sensação de sobrecarga e insatisfação com relação ao trabalho, insegurança com relação ao futuro, vivência de conflitos familiares, experiência do distanciamento e isolamento social, repercussões cotidianas do trabalho remoto, relações interpessoais conflitantes, dentre outras.

O estudo foi realizado na Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB), no campus de Jequié, Bahia, Brasil. A fase de intervenção foi iniciada de modo presencial com a implantação e desenvolvimento de três rodas de TCI integrando docentes da instituição, a cada quinze dias, em uma das salas de aula, no segundo semestre de 2019. No entanto, devido ao distanciamento social como medida protetiva à COVID-19 e contenção da disseminação do novo coronavírus (SARS-CoV-2), as atividades acadêmicas presenciais da UESB foram suspensas e foi necessário adaptar as rodas de TCI à modalidade on-line.

Assim, a partir do mês de maio de 2020, foram desenvolvidas 12 rodas, semanalmente, por meio das plataformas Zoom e Google Meet, sempre por duas docentes da UESB, com formação em TCI, nos papéis de coterapeuta e terapeuta. Além disso, havia a presença de uma discente do curso de enfermagem da UESB, bolsista do Programa Institucional de Bolsa de Iniciação Científica (PIBIC) do Conselho Regional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), que era responsável pela divulgação das rodas nas redes sociais do grupo de pesquisa (Instagram e Whatsapp), convite individualizado às docentes que demonstravam interesse em participar, agendamento e realização das entrevistas, conforme orientação e/ou acompanhamento das docentes responsáveis pela pesquisa.

O convite para participação nas rodas de TCI foi feito por e-mail para todos os docentes da UESB, campus de Jequié-BA, entretanto, doze professoras do curso de enfermagem, se dispuseram a participar. Para a fase da pesquisa propriamente dita, oito delas aceitaram participar das entrevistas. Os critérios de inclusão foram: ter participado de, no mínimo, seis sessões de TCI; e não ter se afastado do trabalho durante a fase interventiva (rodas de TCI). Já, o critério de exclusão: ter se afastado do trabalho por férias e/ou licença de qualquer natureza, durante a fase interventiva e não ter participado de pelo menos 6 rodas de terapia.

Para melhor sinalizar o lugar de fala das participantes do estudo, optamos por apresentar aspectos do perfil socio-demográfico das mesmas. Todas as participantes estavam na faixa etária entre 45 e 60 anos, quatro declararam-se casadas e quatro solteiras; quatro afirmaram ser católicas, três evangélicas e uma não professou credo religioso; todas exerciam a docência há mais de vinte anos; e, residiam no município onde lecionavam.

As descrições vivências (informações) foram produzidas mediante a realização de entrevistas individuais, do tipo fenomenológica<sup>(17)</sup>, tendo em vista o potencial desta técnica para mobilizar a relação dialógica e intersubjetiva entre pesquisador e participantes, o que permite a retomada de

aspectos da temporalidade e o processo compreensivo das descrições. Nesse tipo de entrevista não existe certo ou errado a ser declarado, valoriza-se a fala dos participantes e sua percepção de mundo. Assim, as entrevistas fenomenológicas favoreceram a construção de intersubjetividade, empatia e encontros que contribuíram para o desvelar das informações<sup>(17,18)</sup>.

As entrevistas foram agendadas previamente com os participantes, após eles terem participado, no mínimo, de seis rodas de TCI. Foram realizadas entre os meses de junho e agosto de 2020, de forma on-line, em decorrência do contexto da pandemia da COVID-19. Para execução das entrevistas utilizamos a seguinte questão disparadora: Fale sobre a experiência de participação nas rodas de TCI durante a pandemia. Cada entrevista durou entre 30 e 60 minutos e foi gravada por meio de recurso multimídia, com o consentimento das participantes; em seguida, transcrita na íntegra, constituindo as descrições vivenciais da pesquisa (material empírico). Salienta-se que as informações produzidas nas rodas de TCI não foram analisadas, apesar de terem mobilizado o diálogo em alguns momentos das entrevistas.

A análise das informações desveladas nas entrevistas ocorreu com base na técnica Analítica da Ambiguidade<sup>(19,20)</sup>, cuja operatividade inclui: a leitura minuciosa das descrições vivenciais (dados empíricos); identificação de discursos naturalizados (teses); percepção de ambiguidades relativas às dimensões da natureza humana sensível (sentimentos) e reflexiva (racionalização, pensamento) desveladas na intercorporalidade com as participantes do estudo<sup>(21)</sup>.

A pesquisa seguiu os preceitos éticos da Resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde no que refere à pesquisa com seres humanos. Portanto, o projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia e obteve parecer favorável de nº 333.535 e CAAE: 58163316.7.1001.005. Todas as participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) com esclarecimentos sobre o objetivo da pesquisa, a relevância e as etapas do estudo. Para garantir o anonimato das participantes, as mesmas foram identificadas com nomes fictícios de pessoas.

## ■ RESULTADOS

A seguir são apresentadas as descrições vivenciais das participantes do estudo, que evidenciam o processo de construção da seguinte categoria:

Das incertezas pandêmicas à esperança intersubjetiva: reflexo da Terapia Comunitária Integrativa na saúde mental de docentes universitários.

Os resultados desse estudo revelaram o potencial da roda de TCI para tornar intersubjetivos sentimentos mais encorajadores e gratificantes, mesmo em momentos marcados por tristeza, incerteza, medo e desesperança, como ocorreu na pandemia de COVID-19. Ao mesmo tempo em que os resultados demonstraram que as rodas constituem uma tecnologia de cuidado integral, fizeram ver que essa experiência dialógica pode ser utilizada no contexto universitário para promoção de saúde mental de docentes.

As participantes desse estudo expressaram sentimentos de satisfação e bem-estar por terem participado das rodas de TCI, ao mesmo tempo em que demonstraram como a identificação com o sofrimento do semelhante possibilita a ocorrência de sentimentos com maior potencial para promover esperança, como observamos nas falas a seguir:

*Quase sempre a gente entra meio triste, até sem esperança, triste com a realidade que a gente está vivenciando e, no momento que a gente sai da roda, a gente sai esperançoso. (Julieta)*

*Todos chegam apresentando um problema, algo que incomoda: a incerteza, o medo do que pode vir a acontecer desse momento que a gente está vivendo, a pandemia pela COVID [...], mas as vivências de partilha nas rodas nos ajudam a ter esperança. (Maria)*

*A vivência da roda favorece essa troca, melhora a qualidade da saúde mental dos docentes, era notório os momentos que nós saímos da roda leves. Sem dúvida nenhuma, eram experiências mágicas, que trabalhavam muito o nosso emocional, o nosso mental, nosso todo. (Amanda)*

Para as docentes que participaram do estudo, ao mesmo tempo em que mobiliza o reconhecimento de que todas as pessoas vivenciam problemas, a TCI permite a identificação com sentimentos mais encorajadores, que aumentam o senso de satisfação e contribui para a melhoria nas relações de trabalho, conforme evidenciam as descrições:

*Quando a gente está com problemas familiares, sem conseguir comer e dormir direito, ou está preocupada com o financeiro [...] isso afeta o desempenho na universidade, nas relações de trabalho, pois querendo ou não, por mais que a gente tente não levar essas preocupações para o trabalho, acaba levando. E quando acontecem as rodas, esses sentimentos são amenizados, pois a roda é um lugar de descarregar as emoções do dia a dia [...] traz sentimentos bons, esperança, alegria, reflexão [...] favorecendo o ambiente de trabalho. (Fernanda)*

*Melhora a nossa forma de trabalhar, de desenvolver o nosso trabalho com a ajuda do colega que, muitas vezes, lida com a gente. (Maria)*

O potencial da TCI para mobilizar a expressão de sentimentos como medo, angústia, tristeza, decorrentes da pandemia foi evidenciado pelas participantes ao revelarem que também necessitam de cuidado, como vimos a seguir:

*Com a COVID 19 não estamos com medo de perder o emprego, mas a gente está vivendo outros tipos de medo que nos colocam numa situação de compartilhar esse sentimento que não é só nosso, mas é da humanidade. [...] alguns estão com medo do desemprego, mas nós estamos com medo de outras coisas, medo do adoecimento e da morte, preocupados com o amanhã. (Maria)*

*Na roda tivemos a oportunidade de vivenciar muitos sentimentos, inicialmente de impotência, de angústia com a pandemia, acho que esses eram os sentimentos mais fortes que pairavam no início da roda, quando a gente colocava o problema pra ser discutido ali, depois disso acho que a conversa e a fala geravam sentimentos de alívio e conforto. (Amanda)*

A noção de TCI como espaço de partilha e diálogo evidencia a busca das docentes que participaram do estudo por escuta e ajuda no sentido da resignificação das dificuldades enfrentadas, mediante a expressão do desejo de substituí-las pela fortaleza desvelada por outros participantes, como revelam as descrições a seguir:

*A TCI tem um fluxo muito inteligente, mexe com a gente, uma vez que é relacional; faz com que a gente também consiga colocar para fora emoções que a gente não colocaria se o fluxo não fosse esse, se não tivesse aquelas etapas. Então, as etapas que são proporcionadas [...] eu deixo e eu levo, deixo as minhas dificuldades e levo as fortalezas; esse trocar, esse dialogar é fabuloso, chega a ser fascinante. (Joaquina)*

*A TCI é uma oportunidade que você tem para compartilhar com as outras pessoas as suas vivências e, a partir daquela escuta, as pessoas também podem te ajudar. (Julietta)*

*A terapia apareceu num momento oportuno. Eu tinha o desejo de participar presencialmente, mas não coincidia o horário, [...] na pandemia pude participar de forma on-line, o que me ajudou bastante. Teve momentos que eu não estava bem, com sentimentos não tão positivos por causa da pandemia, angustiada e preocupada. Participar da roda, ouvir outras situações, às vezes, ajudavam*

*a elevar a questão da autoestima; também me deparei com situações em que a pessoa estava em um momento muito mais difícil que o meu, e pude ressignificar aquele momento em que eu estava passando. (Marta)*

As rodas de TCI favorecem a transcendência de uma sensação de gozo, de prazer, de satisfação e felicidade em meio ao encontro com as colegas de trabalho, mesmo em ambiente remoto, permitindo a manutenção das relações afetivas e o estreitamento de laços de amizade, conforme demonstram as descrições:

*Para mim foi um momento de receber ajuda do grupo, mas de qualquer forma, a gente termina ajudando o outro quando se dispõe a ouvir, isso é gratificante. Ter pessoas que queiram ouvir, cantar, distrair, encontrar, principalmente agora no momento da pandemia, momento de encontro, pois a nossa nova normalidade é essa, onde a gente consegue encontrar os amigos e conversar, mesmo pelas reuniões à distância. (Julietta)*

*Felicidade de nos encontrarmos a cada semana, [...] cada um tem alguma coisa que dói, e a gente expressar isso é muito bom, ter alguém que nos escute. Essa coisa de ter alguém ouvindo você falar, que se importa com o que você está sentindo, isso é prazeroso. (Carmem)*

*Você ficar naquela expectativa do encontro, isso também é muito bom; é muito bom sentir que não estamos sozinhos. [...] os afetos, a interação com as pessoas, (a TCI) valoriza muito mais essas questões. (Julietta)*

As descrições dos docentes demonstraram o poder do diálogo, do compartilhamento de vivências, para diminuir o senso de desesperança e produzir abertura à vida e aos relacionamentos:

*A gente também aprende a ouvir o outro e encontrar as soluções tentando tirar as nossas potencialidades, também não cair no desespero [...]. (Julietta)*

*Compartilhar com o outro, aprender com o outro e vislumbrar um futuro diferente. (Carmem)*

*Você sai com experiência, com reflexões, começa a refletir sobre algumas coisas. (Fernanda)*

Para as docentes a relação dialógica proporcionada pelas rodas de TCI favorece a vivência da espiritualidade, mobiliza a construção de amizades e de solidariedade, além de produzir sensação de leveza, alívio, melhora e conforto, mesmo em tempos de pandemia, já que está voltada ao crescimento da coletividade, conforme mostram as descrições:

*Essa tecnologia relacional (a TCI) melhora as angústias, alivia bastante o coração, a alma, o espírito, mexe na gente como um todo em termos de emoção e espírito, as duas coisas estão bem presentes, dá leveza, e isso é muito bom! [...] se eu consegui vencer até aqui é porque tenho um forte Deus que me sustenta! Se tivermos fé, venceremos todas as pandemias. (Joaquina)*  
*Porque a gente pode ajudar de alguma forma, que não seja financeiramente, mas de alguma forma, com a nossa fé, com uma palavra de conforto, isso eu acho interessante. (Antônia)*

As docentes evidenciaram o potencial das rodas de TCI para tornar o semelhante mais esperançoso mediante a transformação de perspectivas para o futuro, de vivê-lo com mais otimismo, leveza e alegria. Através da discussão sobre a vida, a força de uma docente pode impactar a semelhante, no sentido de se autoperceber como uma pessoa forte e, portanto, capaz de superar as adversidades, conforme mostra as descrições:

*Todos se sentem aliviados e saem mais esperançosos, pelo fato de que colocam uma situação e esta é discutida com otimismo, de que há possibilidade de esperança de algo melhor. (Maria)*

*Eu não sabia que eu era tão forte [...]. A vivência nas rodas nos sustentou, porque às vezes a gente perde pra gente mesmo, essa é a pior perda, gera grande frustração. Então, a terapia faz a gente vencer, enfrentar os próprios medos, os mais sombrios, os mais íntimos, porque o resto a gente supera, vencer as nossas incertezas e os nossos limites é a verdadeira vitória. (Joaquina)*

*As rodas têm proporcionado um crescimento muito grande, têm nos fortalecido [...], a minha vida vai mudar a um horizonte lá na frente. (Carmem)*

## ■ DISCUSSÃO

A sustentação teórico-filosófica do estudo à luz do referencial de Maurice Merleau-Ponty impõe a negação de qualquer tentativa naturalista de interpretação das descrições empíricas produzidas com as participantes na pesquisa. Trata-se, portanto, de uma relação dialógica que se caracteriza pelo entrelaçamento de nosso olhar, como pesquisadoras, com as categorias teóricas do filósofo e o material empírico da pesquisa.

Com esse entendimento, a discussão, ora apresentada, consistiu em compreender os resultados do estudo

concernentes às vivências de docentes universitárias relacionadas à participação em rodas de TCI e suas percepções sobre o significado da experiência na promoção da saúde mental. A abordagem filosófica proposta por Merleau-Ponty está centrada na vivência da percepção como ocorrência do campo fenomenal. Sendo assim, na intersubjetividade da experiência dialógica a percepção se desvela em perfis, os quais constituem o que o filósofo designou de corpo próprio<sup>(13,14)</sup>.

Mediante as descrições das participantes do estudo percebemos que no espaço de fala e escuta simultâneas, característico das rodas de TCI, elas tiveram a oportunidade de vivenciar o fenômeno do corpo habitual, uma vez que puderam expressar sentimentos de forma espontânea e sem a preocupação com censuras ou sujeição a julgamento social, independentemente das orientações que os terapeutas costumam fazer no início de cada roda de TCI, por exemplo, a ênfase de que neste espaço não se deve fazer julgamento.

Em termos merleau-pontyanos, o corpo habitual se refere essencialmente ao nosso vínculo primordial com o meio ambiente que nos entorna, corresponde a uma vivência que, embora seja experimentada por todos nós, seres humanos, jamais seremos capazes de conhecê-la plenamente, ou seja, ela sempre nos escapa<sup>(13,14)</sup>.

Assim, as descrições das docentes universitárias que participaram desse estudo reforçaram a importância do corpo habitual na promoção da saúde mental, pois é desse perfil do corpo próprio que emergem as manifestações tanto de sofrimento mental, quanto de satisfação com a vida<sup>(20)</sup>.

Assim, os resultados do estudo confirmaram que a promoção da saúde mental acontece em um complexo de relações e intersubjetividades<sup>(20,21)</sup>, o que Merleau-Ponty compreendeu como vivência de entrelaçamento ou quiasma, que se dar em um campo fenomenal, ou seja, à medida que uma pessoa fala mobiliza a produção de uma série de outras falas e articulações de pensamentos<sup>(13)</sup>. Neste sentido, a TCI mostrou-se efetiva na promoção da saúde mental das docentes participantes do estudo, conforme corroboram suas descrições vivenciais.

Seguindo o processo compreensivo, à luz da teoria do corpo próprio, a dinâmica de articulação de falas e produção de reflexões que aconteceram nas rodas de TCI, conforme demonstradas pelas descrições produzidas durante as entrevistas, corresponderam ao que Merleau-Ponty designou de corpo falante e, em algumas de suas obras, o ilustrou com a experiência estética da arte, com o que ocorre na literatura, na música, na pintura, na escultura, no cinema. São falas que geraram falas e, assim, nas descrições das docentes percebemos que nas rodas de TCI o que, essencialmente, se configurou terapia para elas foi a experiência da fala, da partilha, da intersubjetividade, do encontro vivencial.

As descrições das docentes revelaram que a participação em rodas de TCI impõe vivências diante do outro, do semelhante. E a vivência diante do outro produz em nosso corpo um efeito, o qual Merleau-Ponty caracteriza como sexualidade ou corpo sexuado, enquanto dimensão da percepção humana. Assim, o corpo sexuado, tal como as demais dimensões do corpo próprio, desvela-se na ambiguidade do entrelaçamento que envolve, ao mesmo tempo, uma abertura ao outro e uma ocorrência narcísica<sup>(14)</sup>. O que significa dizer, por exemplo, que, ao perceber o outro, eu, também, percebo a mim mesmo.

Portanto, Merleau-Ponty, remetendo-se ao pensamento freudiano acerca da sexualidade, faz a seguinte ponderação: “o sexual não é o genital, a vida sexual não é o simples efeito de processos dos quais os órgãos genitais são o lugar<sup>(14)</sup>”. Para o filósofo, a sexualidade, na perspectiva de uma abertura ao outro, permite retomarmos o nosso mundo sensível, o universo dos sentimentos, os quais nos fazem coexistência. É nesta perspectiva que se inscreve a noção de corpo sexuado, descrita pelo autor.

Mas, qual é mesmo a significância de buscarmos compreender as vivências dos participantes de nosso estudo segundo a miragem do corpo sexuado? Foi a partir desse olhar que percebemos que uma das necessidades essenciais de docentes universitários foi a interação entre elas, o diálogo, a partilha, a intersubjetividade e a convivência. Notamos que a interação social dos pares no ambiente de trabalho é fundamental para promover a saúde mental dos trabalhadores<sup>(22)</sup>. Assim, compreendemos que interação social é uma vivência de sexualidade e, portanto, de cuidado humano, uma vez que produz satisfação, prazer e aprendizagem.

As docentes participantes do estudo expressaram que a carência de interação entre elas tem se constituído uma realidade no cotidiano da vida acadêmica e a emergência da pandemia da COVID-19, bem como o consequente distanciamento social, contribuíram para agravar a situação, confirmando o estudo desenvolvido em São Paulo, com 70 professores de centros acadêmicos<sup>(23)</sup>. Nesse contexto, as rodas de TCI em ambiente virtual se mostraram eficazes ao compartilhamento de demandas psicossociais e físicas, bem como à discussão coletiva de situações-problema e a busca de soluções conjuntas. Neste sentido, a TCI tem se caracterizado como importante tecnologia de cuidado e promoção da saúde mental de docentes<sup>(24)</sup>.

Ao descrever sobre o modo como nossa percepção (corpo próprio) opera, Merleau-Ponty afirma que a vivência do presente (corpo perceptivo) “secreta tempo”, ou seja, a cada momento nossa percepção reúne um passado e um futuro<sup>(13)</sup>. Portanto, as descrições das docentes sobre a experiência de participação nas rodas de TCI durante a

pandemia nos fizeram ver, de forma muito clara, a filosofia merleau-pontyana em ato.

O olhar para as vivências das docentes referentes a participação em rodas de TCI, durante a pandemia de COVID 19, mobilizou-nos a reconhecer o quanto somos potentes para a resolução de problemas. Como defendem autores da TCI, nós temos problemas, mas, também, temos a solução<sup>(10,11,15)</sup>. Esse olhar perceptivo permitiu-nos, ainda, ver na alteridade sua potência para tornar-se outro; e valorizar mais a intersubjetividade e intercorporalidade como primados da produção de conhecimentos e práticas efetivas de saúde.

Em tempos de pandemia, como a de COVID 19, o engajamento em grupos é fundamental para o fortalecimento da autoestima<sup>(17)</sup>, como mostram os resultados desse estudo. Do mesmo modo, o estudo revelou ainda que esse engajamento nos impulsiona a seguir em frente, a despeito das crises epidemiológica, econômica e política, a exemplo da participação das docentes nas rodas de TCI.

No processo de desdobramento das falas das participantes se desvelou um admirável perfil do corpo próprio - o corpo do outro ou experiência do outro, noção que não se refere ao semelhante, mas a vivência de transcendência, conforme desvelada nas entrevistas, em que as docentes que compartilharam profundo sentimento de medo e angústia, sentiram-se mais aliviadas e desprovidas destes sentimentos após participarem das rodas de TCI.

As descrições de Merleau-Ponty acerca do corpo do outro revelam a sutileza e o cuidado com que aborda sobre o processo de transcendência, que ocorre por meio da interação social, da intersubjetividade<sup>(13)</sup>. Para o filósofo, não há uma explicação para a ocorrência da mudança, trata-se de uma vivência fenomênica, que se dar no imbricamento das duas totalidades, a privada e a social.

Na interface do arcabouço teórico da TCI com a filosofia do corpo próprio de Maurice Merleau-Ponty, encontramos fundamentação para discutir os resultados do estudo e construir um conhecimento que consideramos capaz de evidenciar a TCI como uma tecnologia de cuidado para a promoção da saúde mental de docentes universitários.

## ■ CONCLUSÃO

O estudo evidenciou o potencial da Terapia Comunitária como tecnologia de cuidado e promoção da saúde mental de docentes universitários. Em nosso estudo, buscamos fazer uma interface da epistemologia que sustenta a terapia e as dimensões do corpo próprio, evidenciadas pela filosofia merleau-pontyana.

Na dimensão corpo falante, por exemplo, percebemos a potência da linguagem para mobilizar e produzir

intersubjetividades. Como acontece na contemplação de uma obra de arte, mediante o entrelaçamento da sensibilidade do artista com o meio sociocultural, a interação social nas rodas de terapia gerou resultados, os quais ressignificaram o modo de ser, agir e viver dos participantes.

Nessa perspectiva, as docentes de nosso estudo descreveram suas participações em rodas de terapia como oportunidade de abertura ao outro, de relacionar-se com o semelhante, estabelecendo e/ou fortalecendo os laços de amizade.

O que se configurou terapia na percepção das docentes que participaram desse estudo foi a intersubjetividade, a intercorporalidade, o entrelaçamento, a convivência que permite a retomada do corpo sensível e torna possível a coexistência. Assim, reconhecemos o potencial das rodas para produzir encontro entre “iguais”, entre semelhantes em um mesmo contexto de trabalho, o que faz ver o igual e o diferente que produz esperança, coragem, alívio, força, otimismo, ao mesmo tempo em que mobiliza a resiliência, a autoestima e o bem-estar.

O estudo revelou a potencialidade da terapia para tornar-se espaço permanente de expressão de sentimentos que se impõem a nós, independente de nossa vontade, de modo fenomenal. Assim, a terapia traz à tona a força da partilha de sentimentos e reflexões para o desenvolvimento pessoal e profissional das docentes, especialmente de enfermeiras, já que nesse estudo tanto as pesquisadoras quanto as participantes estão inseridas nesse campo de atuação.

Apesar de alcançar o objetivo proposto e de reconhecermos que em estudos fenomenológicos o conhecimento é sempre inacabado, destacamos como limitação do estudo o fato de que, algumas participantes podem sentir-se constrangidas por estar em ambiente familiar ou em outros que permitam a escuta por pessoas com as quais não gostariam de compartilhar a vida. Além disso, o ambiente remoto está sujeito aos problemas tecnológicos, tais como oscilação de sinal, falhas nos aparelhos eletrônicos e aplicativos digitais, aspectos que podem dificultar a comunicação.

## ■ REFERÊNCIAS

- Baptista MN, Soares TFP, Raad AJ, Santos LM. Burnout, estresse, depressão e suporte laboral em professores universitários. *Rev Psicol Organ Trab.* 2019;19(1):564-70. doi: <https://doi.org/10.17652/rpot/2019.1.15417>
- Neme GGS, Limongi JE. Prevalência e fatores relacionados a transtornos mentais comuns entre professores universitários de uma universidade federal brasileira. *Hygeia.* 2019;15(32):112-20. doi: <https://doi.org/10.14393/Hygeia153249863>
- Santos DAS, Azevedo CA, Araújo TM, Soares JFS. Reflexões sobre a saúde docente no contexto de mercantilização do ensino superior. *Rev Docência Ens Sup.* 2016;6(1):159-86. doi: <https://doi.org/0000-0001-6695-3638>
- Campos T, Vêras RM, Araújo TM. Trabalho docente em universidades públicas brasileiras e adoecimento mental: uma revisão bibliográfica. *Rev Docência Ens Sup.* 2020;10:e015193. doi: <https://doi.org/10.35699/2237-5864.2020.15193>
- World Health Organization [Internet]. Coronavirus disease (COVID-19) outbreak situation. Geneva: WHO; 2020 [cited 2021 Feb 01]. Available from: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>
- Arshad Ali S, Baloch M, Ahmed N, Arshad Ali A, Iqbal A. The outbreak of Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) - an emerging global health threat. *J Infect Public Health.* 2020;13(4):644-6. doi: <https://doi.org/10.1016/j.jiph.2020.02.033>
- Ministério da Educação (BR). Gabinete do Ministro. Portaria nº 343, de 17 de novembro de 2020. Dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durar a situação de pandemia do Novo Coronavírus - COVID-19. *Diário Oficial União.* 2020 mar 18 [citado 2021 fev 01];158(53 Seção 1):39. Disponível em: <https://pesquisa.in.gov.br/imprensa/jsp/visualiza/index.jsp?data=18/03/2020&jornal=515&pagina=39>
- Silva TF, Ramos TCS. Graduation in the area of health in times of pandemic from COVID-19: teaching the discipline of health promotion practice and disease prevention. *Res Soc Dev.* 2020;9(9):e782997974. doi: <https://doi.org/10.33448/rsd-v9i9.7974>
- Palú J, Schutz JA, Mayer L, organizadores. Desafios da educação em tempos de pandemia. Cruz Alta: Ilustração; 2020.
- Castro R, Freitas CA, Rodrigues EP, Silva MB. Terapia comunitária sistêmica e integrativa como instrumento de avaliação e diagnóstico da saúde de servidores da secretaria de educação de Uberaba-MG. *Temas em Educação e Saúde* 2016;12(1):85-96 doi: <https://doi.org/10.26673/tes.v12i0.9814>
- Lemes AG, Rocha EM, Nascimento VF, Volpato RJ, Almeida MASO, Franco SEJ et al. Benefits of integrative community therapy revealed by psychoactive drug users. *Acta Paul Enferm.* 2020;33:e-APE20190122. doi: <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2020ao0122>
- Ministério da Saúde (BR). Gabinete do Ministro. Portaria nº 849, de 27 de março de 2017. Inclui a Arteterapia, Ayurveda, Biodança, Dança Circular, Meditação, Musicoterapia, Naturopatia, Osteopatia, Quiropraxia, Reflexoterapia, Reiki, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga à Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares. *Diário Oficial União.* 2017 mar 28 [citado 2019 abr 28];154(60 Seção 1):68-9. Disponível em: <https://pesquisa.in.gov.br/imprensa/jsp/visualiza/index.jsp?data=28/03/2017&jornal=1&pagina=68&totalArquivos=132>
- Merleau-Ponty M. A prosa do mundo. São Paulo: Cosac Naify; 2012.
- Merleau-Ponty M. Fenomenologia da percepção. 5. ed. São Paulo: Martins Fontes; 2015.
- Oliveira DST, Ferreira Filha MO. Contribuição dos recursos culturais para a Terapia Comunitária Integrativa na visão do terapeuta. *Rev Gaúcha Enferm.* 2011;32(3):524-30. doi: <https://doi.org/10.1590/S1983-14472011000300013>
- Barreto AP. Terapia comunitária passo a passo. 4. ed. Fortaleza: Gráfica LCR; 2010.
- Santos DAS, Moura MES, Paes ARM, Portela NLC, Vilanova AKL. Vivência da entrevista fenomenológica com adolescentes grávidas: relato de experiência. *Rev Augustus.* 2019;19(38):29-35. doi: <https://doi.org/10.15202/10.15202.2014v19n38p29>
- Paula CC, Padoin SMM, Terra MG, Souza IEO, Cabral IE. Modos de condução da entrevista em pesquisa fenomenológica: relato de experiência. *Rev Bras Enferm.* 2014;67(3):468-72. doi: <https://doi.org/10.5935/0034-7167.20140063>
- De Jesus IS, Oliveira MAF, Santos VTC, Carvalho PAL, Andrade LM, Pereira LC, et al. Perception of basic education students about drugs: a look at the light of Merleau-Ponty. *Rev Gaúcha Enferm.* 2017;38(4):e65013. doi: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2017.04.65013>



20. Sena ELS, Araújo ML, Ribeiro BS, Santos VTC, Malhado SCB, Soares CJ, et al. Ambiguity of care in the experience of drug consumers. *Rev Gaúcha Enferm.* 2017;38(2):e64345. doi: <http://doi.org/10.1590/1983-1447.2017.02.64345>
21. Silva MZ, Barreto AP, Ruiz JEL, Camboim SP, Lazarte R, Ferreira Filha MO. O cenário da terapia comunitária integrativa no Brasil: história, panorama e perspectivas. *Temas Educ Saúde.* 2020;16(esp 1):341-59. doi: <https://doi.org/10.26673/tes.v16iesp.1.14316>
22. Santos GMRF, Silva ME, Belmonte BR. COVID-19: emergency remote teaching and university professors' mental health. *Rev Bras Saúde Mater Infant.* 2021;21(Suppl 1):237-43. doi: <https://doi.org/10.1590/1806-9304202100S100013>
23. Zago MC, organizadora. Saúde mental no século XXI: indivíduo e coletivo pandêmico [Internet]. Científica Digital: Guarujá-SP; 2021 [citado 2021 fev 04]. Disponível em: <https://downloads.editoracientifica.org/books/978-65-87196-90-9.pdf>
24. Barreto AP, Filha MOF, Silva MZ, Di Nicola V. Integrative community therapy in the time of the new Coronavirus pandemic in Brazil and Latin America. *World Soc Psychiatry.* 2020;2:103-5. doi: [https://doi.org/10.4103/WSP.WSP\\_46\\_20](https://doi.org/10.4103/WSP.WSP_46_20)

#### ■ Agradecimentos:

Ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPQ) pela bolsa de iniciação científica.

#### ■ Contribuição de autoria:

Administração do projeto: Edite Lago da Silva Sena.

Análise formal: Edite Lago da Silva Sena, Daiane Brito Ribeiro, Luma Costa Pereira Peixoto, Patrícia Anjos Lima de Carvalho.

Conceituação: Edite Lago da Silva Sena, Daiane Brito Ribeiro.

Escrita - rascunho original: Edite Lago da Silva Sena, Daiane Brito Ribeiro.

Escrita - revisão e edição: Vanessa Thamyris Carvalho dos Santos, Helca Franciulli Teixeira Reis, Patrícia Anjos Lima de Carvalho.

Investigação: Daiane Brito Ribeiro, Luma Costa Pereira Peixoto, Vanessa Thamyris Carvalho dos Santos, Helca Franciulli Teixeira Reis, Patrícia Anjos Lima de Carvalho.

Metodologia: Edite Lago da Silva Sena, Patrícia Anjos Lima de Carvalho, Daiane Brito Ribeiro, Luma Costa Pereira Peixoto, Vanessa Thamyris Carvalho dos Santos, Helca Franciulli Teixeira Reis.

Obtenção de financiamento: Edite Lago da Silva Sena.

Supervisão: Edite Lago da Silva Sena.

Validação: Edite Lago da Silva Sena, Daiane Brito Ribeiro.

Os autores declaram que não existe nenhum conflito de interesses.

#### ■ Autora correspondente:

Edite Lago da Silva Sena

E-mail: [edite.lago@uesb.edu.br](mailto:edite.lago@uesb.edu.br)

Recebido: 27.05.2021

Aprovado: 23.12.2022

#### Editor associado:

Dagmar Elaine Kaiser

#### Editor-chefe:

João Lucas Campos de Oliveira