

ESCUA BREVE FOCAL MENTES QUE CUIDAM

O projeto *Mentes Que Cuidam* foi implementado no Hospital Universitário de Canoas com o objetivo de oferecer suporte psicológico aos funcionários hospitalares, que enfrentam desafios diários como estresse, pressão emocional e carga de trabalho intensa. Nesse contexto, a escuta breve focal foi adotada como uma intervenção eficaz para lidar com as demandas de saúde mental, proporcionando um espaço de acolhimento e suporte emocional. Este relato visa descrever as atividades realizadas durante o estágio clínico, destacando a importância dessa abordagem para a promoção do bem-estar no ambiente de trabalho.

O espaço terapêutico *Mentes Que Cuidam* está localizado em um prédio simples e acolhedor, composto por salas de atendimento e áreas comuns para o suporte administrativo do projeto. Iniciado em dezembro de 2023, o projeto está vinculado ao SESMIT e à equipe de medicina do trabalho, formando uma rede de apoio multidisciplinar. Durante o estágio, observou-se que a escuta breve focal se mostrou uma ferramenta valiosa para oferecer suporte emocional rápido e eficaz aos funcionários do hospital, que frequentemente lidam com situações de estresse agudo.

O projeto *Mentes Que Cuidam* foi estruturado em uma abordagem multidisciplinar, integrando profissionais de psicologia, psiquiatria e medicina do trabalho, com o intuito de oferecer um suporte psicológico eficaz aos funcionários do Hospital Universitário de Canoas. A metodologia adotada inclui a escuta breve focal, uma técnica que permite intervenções rápidas e específicas, adaptadas às necessidades imediatas dos colaboradores. Durante o estágio clínico, as atividades foram organizadas em sessões individuais, nas quais os funcionários puderam expressar suas emoções e desafios cotidianos em um ambiente seguro e acolhedor. As sessões foram projetadas para promover a identificação de estratégias de enfrentamento e o fortalecimento da resiliência emocional. Além disso, a colaboração com a equipe de medicina do trabalho garantiu um acompanhamento holístico, integrando suporte psiquiátrico e farmacológico quando necessário. A experiência foi acompanhada por registros sistemáticos das interações, permitindo uma avaliação contínua da eficácia da abordagem e a adaptação das intervenções às demandas emergentes dos profissionais de saúde.

A experiência no projeto *Mentes Que Cuidam* evidencia a eficácia da escuta breve focal como uma intervenção crucial para a saúde mental dos profissionais de saúde no Hospital Universitário de Canoas. Ao proporcionar um espaço seguro e acolhedor, o projeto não apenas facilita a expressão emocional, mas também promove o desenvolvimento de habilidades de enfrentamento e resiliência entre os colaboradores. A integração de uma abordagem multidisciplinar, aliada ao suporte psiquiátrico e farmacológico, demonstra a importância de um cuidado holístico e centrado nas necessidades individuais. Os resultados observados durante o estágio reforçam a necessidade de iniciativas semelhantes em ambientes de trabalho, visando a prevenção do adoecimento psíquico e a promoção de um ambiente de trabalho mais saudável e produtivo. A experiência também ressalta a relevância da ética e da empatia no cuidado da saúde mental, fundamentais para a construção de um ambiente de apoio e solidariedade entre os profissionais de saúde.

1. Silveira, L. C., et al. (2014). A escuta do sofrimento psíquico relacionado ao trabalho: Contribuições da psicanálise para o cuidado em saúde. *Psicologia em Revista*, 20(1), 19-33. <https://doi.org/10.5752/P.1678-9523.2014v20n1p19>
2. Solano-Campos, A. (2020). Group therapy for disaster survivors: Building shared narratives. *Journal of Clinical Psychology*, 76(6), 1167-1180.
3. Vieira, M. F., Velasco, V. O. L., & Tomaz, R. S. R. (2020). O papel da psicologia frente à pandemia do COVID-19. *Revista Brasileira de Terapia Cognitiva*, 16(1), 5-10.

Ediane Almeida André
Elisa Pereira Lima
Tamires Quaresma
Luciana Brun

