



VIVÊNCIA EM SAÚDE MENTAL: ESTÁGIO EM PSICOLOGIA NO CAPS DE VÁRZEA GRANDE

*Lívia Bacci
Thomaz Ribeiro*

1. Discente do 9º semestre do Curso de Psicologia do UNIVAG, Campus Varzea Grande
bacci_livia1@outlook.com
2. Docente do Centro Universitario de Varzea Grande- UNIVAG
thomaz@univag.edu.br

Resumo

O presente documento tem como objetivo relatar e refletir sobre a experiência adquirida durante o estágio supervisionado em Psicologia, realizado no Centro de Atenção Psicossocial (CAPS), no período de março a junho de 2025. O estágio em saúde mental, desenvolvido dentro dessa instituição, tem como proposta proporcionar uma vivência prática significativa, que complemente e amplie os conhecimentos teóricos adquiridos ao longo da formação acadêmica. A prática no CAPS permite ao estudante desenvolver um olhar mais sensível e humanizado sobre a saúde mental, enxergando o indivíduo para além de seu diagnóstico, e promovendo sua reintegração social, com foco na escuta, no acolhimento e na construção de vínculos terapêuticos.

Promover a saúde mental é fundamental para garantir o bem-estar das pessoas e o bom funcionamento da sociedade como um todo. A saúde mental não se refere apenas à ausência de transtornos psicológicos, mas à capacidade de lidar com os desafios da vida, manter relacionamentos saudáveis, trabalhar de forma produtiva e contribuir para a comunidade. Quando a saúde mental é valorizada e cuidada, há uma melhora significativa na qualidade de vida, tanto no âmbito pessoal quanto profissional. Além disso, a promoção da saúde mental ajuda a prevenir doenças como depressão, ansiedade e síndrome de burnout, que afetam milhões de pessoas em todo o mundo. Falar sobre o tema de forma aberta e acessível também contribui para reduzir o estigma em torno dos transtornos mentais, encorajando mais pessoas a buscar ajuda e tratamento quando necessário. Outro ponto importante é o fortalecimento das relações sociais, já que pessoas mentalmente saudáveis tendem a se comunicar melhor, ter mais empatia e construir laços mais sólidos com os outros. No ambiente de trabalho, a atenção à saúde mental resulta em maior produtividade, menos afastamentos e um clima organizacional mais positivo. Além disso, investir em saúde mental representa uma economia significativa para os sistemas de saúde, ao reduzir a necessidade de tratamentos mais complexos e prolongados. A promoção da saúde mental deve começar desde a infância, com ações voltadas para o desenvolvimento emocional equilibrado, e continuar ao longo da vida, com o apoio de políticas públicas, ambientes acolhedores, acesso a serviços especializados e campanhas de conscientização. Assim, é possível construir uma sociedade mais saudável, solidária e resiliente.

Durante o período de estágio que ocorreu de março a junho de 2025, teve como objetivo ajudar a promover saúde mental para aqueles que necessitam. A experiência foi capaz de permitir o desenvolvimento de observação, conhecimentos e habilidades pessoais e interpessoais. Visto que foi possível contar com a prática de acolhimento, atendimento individualizado e também conhecimento nas práticas grupais, o estágio propôs tratar os pacientes da forma mais respeitosa e humana possível.

Amarante afirma que, os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) têm um papel fundamental na reorganização da atenção à saúde mental no Brasil, proporcionando um cuidado mais próximo da comunidade, com base em uma abordagem terapêutica que privilegia a liberdade e a autonomia do usuário, rompendo com o modelo hospitalar e oferecendo um atendimento contínuo e integral.

Segundo Amarante (2007), é fundamental que a atenção psicossocial reconheça o sujeito em sua totalidade, considerando seu contexto social, histórico e relacional. Tal abordagem possibilita que o cuidado vá além da sintomatologia e se volte para o fortalecimento da identidade, da autonomia e da capacidade de reinserção social. O CAPS, nesse sentido, representa uma conquista da reforma psiquiátrica brasileira, ao oferecer um espaço de cuidado contínuo, comunitário e humanizado, rompendo com os modelos excludentes e as práticas manicomiais.

Durante o atendimento individualizado, foi possível obter durante um período em que o paciente estava afastado do grupo terapêutico um olhar mais profundo sobre sua condição, visando sempre sua melhora para poder retornar ao grupo já que no CAPS não é realizado consultas individuais, apenas em casos de necessidade. Visto isso, durante o semestre foi trabalhado com o paciente suas questões de sofrimento que lhe impediam de obter melhora, usando teorias e abordagens necessárias para que o indivíduo pudesse sentir-se acolhido.

Com o apoio e ajuda do supervisor de campo e também da psicóloga, foi possível criar um plano terapêutico com foco nas demandas que foram abordadas através de um extenso estudo de caso.

Com isso, o estágio foi importante para que trouxesse um novo olhar para outra realidade presente na sociedade, lidando com situações de crises psicológicas e também experiência direta com o paciente. Sendo assim, o estágio em Saúde mental se apresenta como uma oportunidade de extrema relevância para que os estudantes de psicologia possam desenvolver habilidades práticas, adquirirem compreensão mais profunda de como é a vivência em uma unidade como o CAPS. Promovendo também o aprendizado do trabalho em equipe, visto que dentro da instituição possuem médicos, enfermeiros, recepcionista e psicólogo que vivenciam também a realidade de promoverem saúde mental. Além disso, tem-se o aprendizado da condução e importância da escuta em grupos terapêuticos.

Palavras-chave: Saúde mental; Humanização; Psicologia; Atenção Psicossocial.



REFERENCIAS

AMARANTE, P. **Saúde Mental e Atenção Psicossocial**. Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2007.