# CUIDADO EM EQUIPE

Ouvir o outro! O que ele tem a me dizer?

E eu te conto: nada certo, e, porém, o tudo.

Posto que me encantam as histórias,

me emocionam os apuros,

me humanizam as sutilezas,

mas aprisionam-me os muros,

apontam caminhos os seus causos...

e sinalizam os percalços

por onde ainda há muito pelo qual eu luto.

A luta não é em vão, ainda mais em união,

pois a força é maior em grupo.

**Autoria:** Natalia Moreira dos Santos

**Serviço:** CSIII-Sueli Aparecida Batista Rossignolo

**Município:** Santa Rita d'Oeste, São Paulo, DRS XV

**Identificação**

**Título:** Cuidado em Equipe

**Autoria:** Natalia Moreira dos Santos

**Serviço:** CSIII-Sueli Aparecida Batista Rossignolo,

**Município:** Santa Rita d'Oeste – SP, DRS XV

**Categoria:** Trabalho em equipe

**Formato:** Fotopoema

**Descrição**

Sou Natalia, psicóloga clínica e atuo há 5 anos e 9 meses na Estratégia da Saúde da Família da unidade básica de saúde CSIII - Sueli Aparecida Batista Rossignolo, no pequeno município de Santa Rita d'Oeste, no interior de São Paulo, com seus pouco mais de 2700 habitantes. O fotopoema "Cuidado em equipe" é de minha autoria e veio de um desejo de criar um espaço potente de cuidado e fortalecimento da equipe que comigo e antes de mim tem caminhado os caminhos do atendimento às pessoas da cidade onde a maioria nasceu, cresceu e ali construiu sua história. São, portanto, ao mesmo tempo, trabalhadores e usuários da saúde.

Em 26 de janeiro e em 02 de fevereiro de 2024 os trabalhadores presentes nas últimas horas de expediente de tais sextas-feiras se reuniram para falar de saúde mental, com inspiração na Campanha Janeiro Branco em uma atividade promovida por mim e pela colega Cindy, que também atuava como psicóloga ali na época. Foram propostas reflexões e técnicas de grupo que visaram estimular o olhar para si, o cuidado consigo e com coletivo e o fortalecimento da equipe como um dos componentes importantes na promoção da saúde mental no ambiente de trabalho.

Trabalhando todos esses anos nessa UBS, eu noto que muitos foram os encontros para garantir educação e formação em saúde, porém em janeiro de 2024 notou-se que nunca se abriu espaço para o cuidado em equipe e assim dois dias de atividades com o grupo foram organizados e aplicados no próprio local de trabalho. Tudo transcorreu em parceria com a Secretaria Municipal

de Saúde, que garantiu o convite aos trabalhadores, o lanche servido e os materiais utilizados. E lembro que essa tende a ser uma característica das gestões dessa secretaria: o apoio e suporte às atividades coletivas em geral.

Dentre os desafios encontrados estava a dificuldade de conciliar os horários disponíveis de todos os colaboradores que ali atuam, de modo que de mais de 40 pessoas, apenas 12 participaram do primeiro dia e 08 no segundo. O prazer de possibilitar um espaço de cuidado para os colegas deu então lugar ao sentimento de frustração pelo que inicialmente julguei ser uma baixa adesão, mas, diante de uma rotina efervescente da atenção à saúde da população, mobilizar esse número é também plantar a semente para que estes possam levar os aprendizados para os seus setores e agirem como multiplicadores da luta pela qualidade de vida e saúde mental. Deste modo, da frustração veio a gratificação pessoal de quem semeia um belo jardim.

Uma característica marcante desse grupo é a diversidade na união, sendo presentes na foto trabalhadores da limpeza à gestão, passando pelos profissionais de ensino superior e técnicos, que tendem a acolher os usuários e executar suas rotinas com olhar atento às demandas dos usuários e atitude positiva no contato entre os colegas de trabalho, além de ser um grupo que promove festas e momentos de diversão entre si ao longo de momentos específicos do ano. No entanto, há sinais de cansaço e de que nem todos priorizam sua saúde física e mental. E assim surgiu a motivação que este fosse um momento para aprenderem sobre sono e alimentação de qualidade, engajamento em rotinas de exercícios físicos, a importância do lazer e de relações sociais valorosas, autoconhecimento e emoções, consciência da respiração e técnicas de atenção plena.

Na foto, oito desses trabalhadores buscam equilibrar as diferenças individuais no manejo de uma caneta amarrada a frágeis fios, para produzir o desenho de uma pessoa, símbolo da nossa vulnerabilidade humana e do nosso poder coletivo.

Inspirada na força dessa imagem, o poema foi escrito por mim, expressando as emoções de uma rotina de trabalho integrada, os desafios de escutar o outro, sendo esse um usuário da rede ou um colega de trabalho, respeitando as diversidades de conhecimentos e as vivências que democraticamente formam a trama social junto ao qual estamos todos tecidos.

O momento captado pela fotografia é de um dos exercícios desenvolvidos no encontro e as instruções foram a de desenhar a referida figura humana, de modo coletivo, usando uma canetinha em que eles não poderiam tocar diretamente durante o desenho, uma folha de sulfite e fios de barbantes. E o que foi entregue por eles ao final foi um desenho simples, mas completo de uma pessoa.

O que pôde ser notado e concluído por todos no momento do *feedback*, é que o diálogo foi fundamental para o sucesso da turma na execução da tarefa já que que todos tiveram espaço para se comunicar, questionar, ouvir e ser ouvido, errar sem ser julgado e se divertir no processo. O resultado, portanto, não foi a entrega do desenho completo, mas a força do trabalho de uma equipe que se cuida.

Ainda, na conclusão dos encontros, no depoimento de um dos colaboradores, ele relatou uma situação muito complexa que estava tendo que enfrentar em seu setor e que estava perdendo noites de sono com preocupações, além de isolamento e irritabilidade, mas que desde as atividades, vinha buscando levar a vida com mais leveza e buscar ajuda no trabalho, o que diminuiu o estresse no enfrentamento do referido problema.

Como principal referência em saúde na pequena cidade, o cotidiano intenso e amplo de trabalho integrado aos demais órgãos de acolhimento e atuação da RAPS, como a Secretaria de Promoção Social, CRAS, Conselho Tutelar, Secretaria de Educação e demais agentes e setores sociais, sentimentos como os relatados pelo colaborador citado emergem frequentemente e nota-se o engajamento dos colegas nas resoluções das mais diferentes situações, mas não sem desgastes, muitas vezes com muitas reuniões, questões judiciais, burocracias e outras situações estressoras. E o espaço de escuta e acolhimento da própria equipe pode enfim, ser um momento de cuidado de quem sempre zela por toda uma população.

Por fim, a fotografia da obra “Cuidado em equipe” inspirou o poema e juntos constroem uma composição das emoções vividas no cotidiano do trabalho dessa competente e engajada equipe, cujas qualidades transbordam no viver da profissão assim como transbordam na imagem que aqui eternizo.