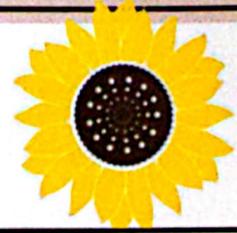


JORNAL DO CAPS AD



CAPS AD GIRASSOL 16 ANOS DE HISTÓRIA: DIVERSOS CAMINHOS TRILHADOS COM OLHAR NO FUTURO

Em julho de 2008, no município de Imperatriz Maranhão, nasce o Centro de Atenção Psicossocial Álcool e Outras Drogas, sob Portaria de nº 579 de 06 de outubro de 2008 (BRASIL, 2008) destinado a ofertar cuidado a pessoas que apresentam problemas relacionados ao consumo de álcool e outras drogas.

Dessa forma, o Caps ad foi se desenhando no decorrer de sua trajetória baseado no modelo de Cuidado Integral, adotando a concepção de indivíduo a partir do conceito biopsicossocial, compreendendo-o assim, em sua totalidade.

Definido como serviço de caráter aberto e comunitário, constituído por equipe multiprofissional que atua sobre a ótica interdisciplinar, o Caps ad possui leitos de acolhimento 24h, com a finalidade de oferecer assistência em casos, a exemplo de desintoxicações e outras condições clínicas leves a moderadas, além de crises de ordem psicossociais. Além disso, também oferece atendimentos individuais e grupos terapêuticos, aos usuários e seus familiares.

Assim, hoje adolescente, o Caps ad vem ao longo de sua trajetória histórica colecionando momentos, memórias e trilhando um caminho permeado por desafios e conquistas, rumo ao FUTURO.

Usado fonte: ???

Em 2023, durante os meses de maio à outubro, foram registrados 171 triagens para novos usuários, sendo 58% com o uso de múltiplas drogas, com a faixa etária de 35 à 55 anos. Sendo o mês de junho com maior registro, com 67 de triagens.





MAIS UM POUCO SOBRE O QUE ACONTECE NO CAPS AD GIRASSOL

OFICINAS TERAPÊUTICAS

Funciona todos os dias da semana pela manhã e tarde, conduzida pela terapeuta Maria Eliene dos Santos Silva, licenciada em teatro. Sendo abordados sobre o cotidiano os usuários.

As atividades mais desenvolvidas são reaproveitadas do lixo, como garrafas, lata de sardinha, caixa de leite entre outros. Podendo ser utilizadas como forma de criação de renda extra aos usuários.

Sendo espaços de cuidado, socialização e trocas entre indivíduos, que permitem a possibilidade de atividades artísticas, com a valorização do potencial criativo, imaginativo e expressivo do usuário.



MEIO AMBIENTE Desastre climático e suas consequências na saúde física, psíquica e social da população afetada

Desastre climáticos, como enchentes, furacões e secas representam uma ameaça significativa à saúde física, psíquica e social das populações impactadas.

Em termos de saúde física, como por exemplo, as enchentes, podendo causar afogamento ou contaminação de água potável, aumentando o risco de doenças transmitidas pela água. Além disso, deslizamentos de terras colapsadas, que podem causar ferimentos graves e até fatais. Podendo dificultar o acesso aos cuidados de saúde após um desastre, devido a destruição de infraestrutura e a interrupção dos serviços médicos.

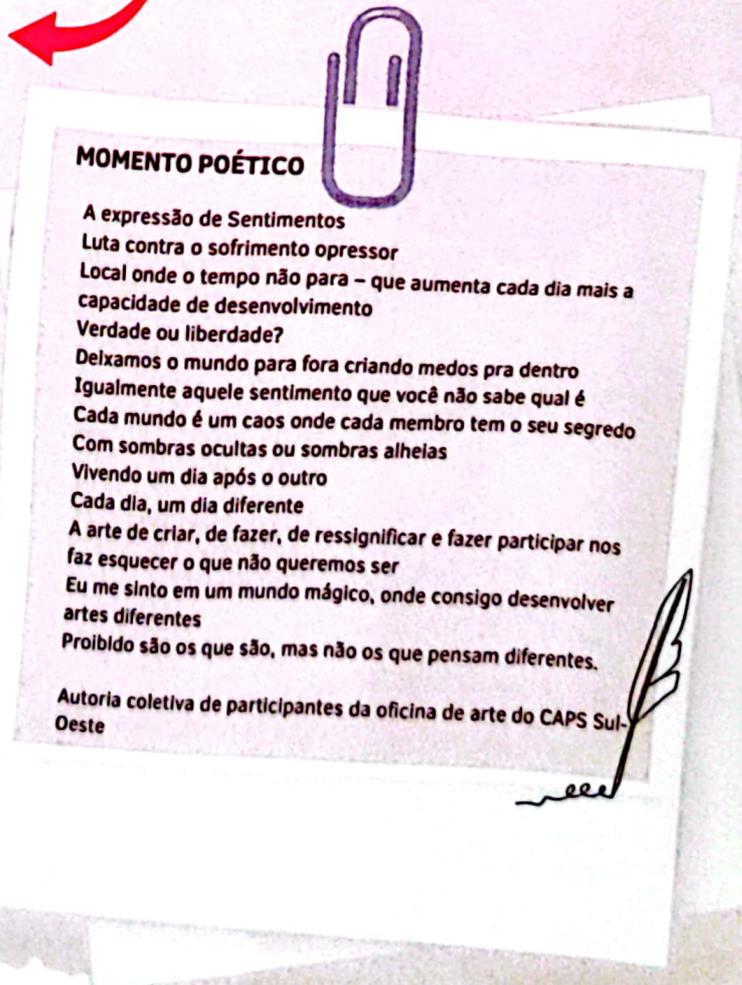
Em relação à saúde social, podem agravar as desigualdades já existentes e criar novos desafios sociais. As comunidades mais vulneráveis, pessoas de baixa renda, idosos e doentes, frequentemente são os mais impactados e possuem menos recursos para se recuperarem. Além disso, tais eventos podem afetar de forma significativa a população, incluindo a preocupação pela perda de emprego, deslocamento, separação de famílias.

No que diz respeito a saúde psíquica, podem gerar um grande impacto emocional na população afetada. Trauma, ansiedade, depressão e estresse pós-traumático são comuns em pessoas que testemunham eventos extremos.

Contudo, para enfrentar os efeitos dos desastres climáticos na saúde das comunidades afetadas, é imprescindível adotar uma abordagem ampla que considere as necessidades físicas, mentais e sociais das vítimas.

Não apenas garantindo o acesso aos cuidados médicos básicos, mas também fornecendo apoio psicológico para lidar com traumas relacionados. Além disso, é crucial assegurar a segurança e a estabilidade das comunidades, oferecendo abrigo seguro, alimentos e água potável.

A perda de entes queridos, danos materiais e deslocamento forçado podem levar a sentimentos de medo, desamparo e desesperança. Além disso, a incerteza do futuro e reconstrução pode agravar ainda mais o estado de saúde mental das vítimas.



MOMENTO POÉTICO

A expressão de Sentimentos
 Luta contra o sofrimento opressor
 Local onde o tempo não para – que aumenta cada dia mais a capacidade de desenvolvimento
 Verdade ou liberdade?
 Deixamos o mundo para fora criando medos pra dentro
 Igualmente aquele sentimento que você não sabe qual é
 Cada mundo é um caos onde cada membro tem o seu segredo
 Com sombras ocultas ou sombras alheias
 Vivendo um dia após o outro
 Cada dia, um dia diferente
 A arte de criar, de fazer, de ressignificar e fazer participar nos faz esquecer o que não queremos ser
 Eu me sinto em um mundo mágico, onde consigo desenvolver artes diferentes
 Proibido são os que são, mas não os que pensam diferentes.

Autoria coletiva de participantes da oficina de arte do CAPS Sul-Oeste

JORNAL DO CAPS AD



MAIS UM POUCO SOBRE O QUE ACONTECE NO CAPS AD GIRASSOL

DATAS IMPORTANTES

18 de maio

Combate ao Abuso e à Exploração Sexual de Crianças e Adolescente

Marcado pela campanha Maio Laranja, com o fortalecimento de ações de combate ao abuso infantil em todo o país. O símbolo da campanha é a gérbera, uma flor de cor laranja.

A planta foi escolhida por ser muito popular no país e pela sua fragilidade e vulnerabilidade. Desde então, não só um dia, mas todo o mês de maio passou a ser simbólico na luta contra essa realidade. É dever de todos nós proteger as crianças e adolescentes!



CHARGEANDO
CHARGEANDO

QUE CARINHA BOA É ESSA? NAMORANDO?

RELACIONAMENTO SÉRIO COM MINHA SAÚDE MENTAL.



Fonte: Charge do Niuniu



A solidão é fera, a solidão devora
É amiga das horas, prima-irmã do tempo
E faz nossos relógios caminharem lentos
Causando um descompasso no meu coração.

A solidão é fera, a solidão devora
É amiga das horas, prima-irmã do tempo
E faz nossos relógios caminharem lentos
Causando um descompasso no meu coração

A solidão é fera
É amiga das horas
É prima-irmã do tempo
E faz nossos relógios caminharem lentos
Causando um descompasso no meu coração

A solidão dos astros
A solidão da Lua
A solidão da noite
A solidão da rua

A solidão é fera, a solidão devora
É amiga das horas, prima-irmã do tempo
E faz nossos relógios caminharem lentos
Causando um descompasso no meu coração, só solidão

A solidão é fera, a solidão devora
É amiga das horas, prima-irmã do tempo
E faz nossos relógios caminharem lentos
Causando um descompasso no meu coração

A solidão é fera
É amiga das horas
É prima-irmã do tempo
E faz nossos relógios caminharem lentos
Causando um descompasso no meu coração

A solidão dos astros
A solidão da Lua
A solidão da noite
A solidão da rua

18 de maio

DIA NACIONAL DA LUTA ANTIMANICOMIAL

A Luta Antimanicomial, nascida em 1987 a partir da contestação da violência dos manicômios, é celebrada no dia 18 de maio no Brasil. Essa data preconiza que todo cidadão tem o direito à liberdade, o direito a viver em sociedade, partindo do princípio de que a liberdade é terapêutica e que a saúde e a cidadania devem caminhar juntas.



Fonte: Ministério da Saúde



ENTREVISTA

UMA JORNADA SUPERANDO A DEPENDÊNCIA QUÍMICA

O caminho da recuperação de um dependente químico é repleto de desafios e superações, como testemunhado no relato de Roberto Marinho, um homem de 50 anos que compartilhou sua jornada de luta contra as drogas. Sua história é um exemplo vívido das complexidades enfrentadas por aqueles que lutam para se libertar do ciclo vicioso da dependência química.

Desde sua juventude, Roberto, foi confrontado com o mundo das drogas, testemunhando o uso delas em ambientes sociais e experimentando seu efeito pela primeira vez aos 20 anos. O que começou como uma experiência casual com maconha rapidamente se transformou em uma dependência de longa data, marcada pelo uso regular e, eventualmente, pelo encontro devastador com o crack.

Em uma entrevista, Roberto, compartilhou sua jornada de luta contra o vício em drogas e a esperança encontrada através do tratamento no Centro de Atenção Psicossocial (CAPS).

Pergunta: Como tem sido sua experiência no tratamento no CAPS?

Resposta: O tratamento no CAPS tem sido fundamental para minha recuperação. A equipe multidisciplinar aqui é incrível. Eles me ajudaram a enfrentar os desafios físicos e emocionais da recuperação.

Roberto compartilhou como o apoio da equipe do CAPS tem sido crucial em sua jornada de reabilitação, oferecendo suporte emocional e orientação prática para enfrentar os desafios do processo de recuperação.

Pergunta: Você pode destacar alguns aspectos específicos do tratamento que foram especialmente importantes para você?

Resposta: Com certeza. A interação com os profissionais do CAPS tem sido crucial. Eles me dão a liberdade de expressar o que estou sentindo e me ajudam a enfrentar meus desafios. Além disso, as terapias de grupo têm sido muito úteis. Ver a experiência de outros pacientes me ajuda a me enxergar de forma mais clara e a evitar recaídas.

Roberto enfatizou a importância do apoio individualizado oferecido pelos profissionais do CAPS, bem como o valor das sessões de terapia em grupo, onde ele encontrou apoio e compreensão compartilhada com outros pacientes em recuperação.

Pergunta: Como você se sente em relação ao seu progresso até agora?

Resposta: Estou comprometido com meu tratamento e me sinto muito mais esperançoso em relação ao futuro. Estar aqui no CAPS e participar ativamente do meu processo de recuperação tem sido uma experiência transformadora.

Roberto expressou sua gratidão pelo progresso alcançado até o momento e sua determinação em continuar seu caminho em direção à recuperação completa.

Roberto concluiu sua entrevista com uma mensagem de encorajamento e esperança para aqueles que lutam contra o vício em drogas, destacando a importância de buscar ajuda e se comprometer com o processo de recuperação. Sua história é um testemunho inspirador de coragem, determinação e superação.

MENTE, CORPO, BELEZA

NÃO ESPREMA MAIS SUAS ESPINHAS

Essa dica acompanha a maioria das pessoas desde a adolescência, mas se espremer as espinhas ainda faz parte da sua vida, o momento de parar é agora! Os pontinhos vermelhos das acnes podem se tornar cicatrizes, cada vez mais visíveis com o passar dos anos.

BOA AUTOESTIMA DEIXA TUDO MAIS BONITO

Na adolescência, todo assunto de beleza é relacionado a tendências e escolhas de celebridades. Quando as mulheres se aproximam dos 30 anos, porém, tudo isso pode parecer cansativo. Por isso, em vez de se concentrar naquilo que não gosta na sua aparência, esse é o momento de amar cada vez mais os detalhes que já adorava antes. Sentir-se bem com certeza vai deixar sua aparência muito mais bonita.

FALTA DE SONO TRAZ PROBLEMAS BEM ALÉM DAS OLHEIRAS

Falando de sono, a falta dele é a grande causadora das temidas olheiras, mas também pode gerar muitos outros problemas de beleza. A privação do sono tem relação direta da pele desidratada e aparência cansada.

Fonte: LOREALPARIS.COM.BR

Jogo dos 7 erros





O BRASIL CONTA COM 22 MILHÕES DOS CHAMADOS NATIVOS DIGITAIS, MAS AFINAL, POR QUE AS TELAS VICIAM?

Os principais fatores destacados pelos estudiosos são:

Impacto no sono

O costume de jogar ou conversar nas redes sociais antes de ir para a cama está adiando o horário de dormir. Crianças e adolescentes deveriam se deitar por volta das 21h30, três horas depois que escurece. O cérebro obedece a um ciclo de três horas e só vai entrar em sono profundo depois da meia-noite e meia. Quem adia esse momento está mais exposto ao vício e à insônia.

Ilusão de companhia

A tecnologia entra onde falham as relações sociais. Sherry Turkle, autora da obra intitulada Alone together, afirma que, na vida contemporânea, "somos sozinhos, mas receosos de desenvolver a intimidade". Ao receber muitas 'curtidas', o usuário desenvolve uma visão melhorada de si mesmo e cria uma perspectiva muito intensa de conseguir controlar o próprio sucesso.

Luz azul

Os aparelhos eletrônicos emitem uma imperceptível onda azul, situada na faixa de onda entre 460 a 480 nanômetros. Ao chegar à retina, a blue light dá um sinal para o cérebro interromper a produção de melatonina, que faria essa pessoa ter sono. Na verdade, essa substância é responsável por reduzir a circulação de sangue no intestino, avisando o corpo que é hora de priorizar o cérebro, que inicia então a sua 'faxina' nos pensamentos e reorganiza as ideias.

Sem pensar

Os usuários que não largam seus aparelhos dentro do ônibus, ao atravessar a rua e até no momento de dormir, deitando com o celular embaixo do travesseiro, bolcotam a si próprios. Sem intervalos para aquietar a mente, ficam impossibilitados de refletir sobre os acontecimentos do dia a dia e sobre a sua própria vida. A mente de quem "surfa" é agitada.

Sensação de prazer

Toda atividade que se faz compulsivamente, até mesmo ler um livro com afinco ou checar todo minuto o portal predileto, cria uma motivação bioquímica. Depois de oito minutos, o corpo reage ao estímulo e começa a liberar dopamina, que dá a sensação de prazer. O usuário passa a acessar as telas quando está entediado, como forma de anestesiar sentimentos.

Déficit de atenção

A leitura no papel permite maior aproveitamento do conteúdo. A geração digital está adquirindo o costume de ler na tela dos tablets e smartphones. O problema é que o padrão de atenção exigido para decodificar e absorver as informações virtualmente é mais 'disperso'. O uso indiscriminado da tecnologia está levando a uma explosão de crianças com déficit de atenção, que sentem maior dificuldade de ativar outras funções mentais.

Fonte: ero.com.br

A visão do cuidador



“Minha visão sobre a rede de saúde mental e o tratamento para com os usuários é muito positivo, os usuários quando chega para procurar ajuda é de pronto atendimento, recebe orientação a partir da recepção a qual oferta o primeiro atendimento, precisa-se fazer a triagem e agendamento para os profissionais

O usuário tem momento de acolhimento, de suporte em relação ao seu problema com as drogas, a rede de saúde mental acolhe o usuários assim também como a sua família, um tratamento humanizado, visando a melhora na vida do usuário reinserção familiar, social, comunitária e no mercado de trabalho do usuário, em troca vem a satisfação dos profissionais em ver o usuário dar a volta por cima, sair do fundo do poço, sair do mundo das drogas e ter uma vida melhor.

A rede de saúde mental oferta vários atendimentos: de Assistente social, psicológico, médico, de enfermagem e farmacêutico.

Adilton Sousa - Cuidador

A Visão da recepção



“Um dos propósitos centrais do CAPS AD é ajudar e apoiar o paciente, encontrando meios de reinventar e resgata-lo ainda que devagar, reduzindo danos, sem estipular prazos, reconduzindo este indivíduo ao equilíbrio físico e mental, sendo um papel fundamental da recepção o primeiro contato com o indivíduo e sua história, onde se inicia o vínculo, prestando-lhes o devido acolhimento.”

SINEIDE COSTA - RECEPCIONISTA

JORNAL DO CAPS AD



ACONTECE NO CAPS AD, : GRUPOS TERAPEUTICOS:

Família e Cidadania

Espaço de apoio aos familiares, compreender suas expectativas e fazer a inclusão destes, nas ações de cuidados desenvolvidas com os usuários de álcool e outras drogas.

Dia/Horário: Quarta-feira às 9h.

Estimulação Cognitiva

Favorece o desenvolvimento pessoal e social, buscando potencializar o domínio de capacidades mentais como raciocínio, linguagem, atenção, concentração memória, funções executivas, entre outras.

Dia/Horário: Quinta-feira às 14h

Corpo e Mente

Trabalha questões físicas e emocionais favorecendo o entendimento do corpo humano como um todo.

Dia/Horário: Quinta-feira às 14:30

Releitura

Através do lúdico e da arte o desenvolve a criatividade, habilidades manuais, sobre a ótica de temas gerais, ligados a fatos artísticos, pessoais e fatos do cotidiano.

Dia/Horário: Segundas às 14:30

Viver saudável

Promove orientações em Saúde Nutricional

Dia/Horário: Terças-feiras às 14h

Dependência Química

Trabalha questões gerais sobre dependência química e o tratamento dos usuários.

Dia/Horário: Segunda-feira, às 09h.

Reconstruindo Significados

Tem por objetivo desconstruir e construir conceitos e estigmas, possibilitando o desenvolvimento de estratégias de autonomia.

Dia/Horário: Quartas-feiras as 14:00

Oficina terapêutica

Promove a inclusão social, o desenvolvimento de habilidades e a expressão de emoções, atuando como um espaço de acolhimento e cuidado.

Dia/Horário: Segunda à sexta feira às 10:00

APOIO:



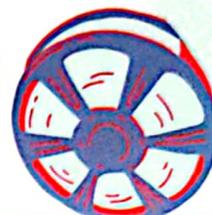
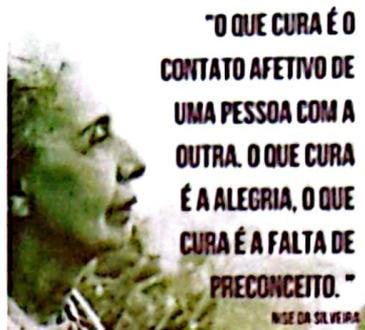
EDITORES

Adilton Sousa Oliveira, Cristine Welke L. Sudário Teófilo
Iara da Silva Alves, Kariny P. Cunha, Karoline Giele M. De Aguiar
Moisés Vinicius de Matos, Sineide da Silva Costa

Colaboradores:

Estagiárias de Psicologia-UNICEUMA

INDICAÇÃO DE FILME



Interpretada pela atriz Glória Pires, o filme retrata a história de Nise da Silveira, médica psiquiátrica que revolucionou os tratamentos psiquiátricos no Brasil, assim como sua influência direta na revitalização do setor de terapia ocupacional no Brasil no primeiro centro psiquiátrico Pedro II, no Rio de Janeiro.

De forma sensível, o filme mostra a quem assiste a força por trás do tratamento humanizado tão inerente em Nise.