

# **CRIANDO PONTES**

*para a adesão ao tratamento*



# EXPEDIENTE



**UFAM**

MINISTÉRIO DA  
EDUCAÇÃO



## **REITORA**

Professora Doutora Tanara Lauschner

## **VICE-REITOR**

Professor Doutor Geone Maia Corrêa

## **PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO**

Programa de Pós-Graduação em Enfermagem no Contexto Amazônico - Mestrado Profissional (PPGENF-MP/UFAM)

## **ORGANIZAÇÃO**

Julia Campos Melo e Silva de Oliveira

Professora Doutora Alaidistania Aparecida Ferreira

## **REALIZAÇÃO**

Universidade Federal do Amazonas (UFAM)

## **APOIO**

Secretária Municipal de Saúde de Manaus

Secretaria Municipal de Saúde de Manacapuru

Secretaria Municipal de Saúde de Parintins

## **PROJETO GRÁFICO**

Rafael Miranda

# SUMÁRIO



<b>3</b>	<b>BOAS-VINDAS</b>	<b>27</b>	<b>ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL</b>
<b>5</b>	<b>O QUE É O TRATAMENTO NO CAPS AD?</b>	<b>29</b>	<b>SONO</b>
<b>7</b>	<b>ÁLCOOL E OUTRAS DROGAS: TIPOS E EFEITOS</b>	<b>31</b>	<b>RECAÍDAS</b>
<b>9</b>	<b>ABERTURA DO PRONTUÁRIO</b>	<b>33</b>	<b>PREVENÇÃO</b>
<b>11</b>	<b>RAPS: REDE DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL</b>	<b>35</b>	<b>FAMÍLIA</b>
<b>13</b>	<b>FLUXO DE ATENDIMENTO</b>	<b>37</b>	<b>APOIO SOCIAL</b>
<b>15</b>	<b>ACOLHIMENTO INICIAL</b>	<b>39</b>	<b>PRECONCEITO E DISCRIMINAÇÃO</b>
<b>17</b>	<b>ACOLHIMENTO DIURNO</b>	<b>41</b>	<b>GRUPOS TERAPÊUTICOS</b>
<b>19</b>	<b>ACOLHIMENTO NOTURNO</b>	<b>43</b>	<b>TRATAMENTO FARMACOLÓGICO</b>
<b>21</b>	<b>REDUÇÃO DE DANOS</b>	<b>45</b>	<b>PRÁTICAS INTEGRATIVAS</b>
<b>23</b>	<b>PROJETO TERAPÊUTICO SINGULAR (PTS)</b>	<b>47</b>	<b>SAÚDE MENTAL E JUSTIÇA</b>
<b>25</b>	<b>ATIVIDADE FÍSICA</b>	<b>49</b>	<b>A JORNADA CONTINUA...</b>
		<b>51</b>	<b>REFERÊNCIAS</b>

# BOAS-VINDAS

Este álbum foi criado para construir uma conexão entre profissionais de saúde e os usuários, com o objetivo de apoiar o processo de adesão ao tratamento e promover um caminho de recuperação mais próximo e humanizado.

Aqui, você encontrará reflexões, práticas e dicas essenciais para fazer a diferença na vida daqueles que buscam ajuda. Juntos, podemos criar pontes de compreensão e apoio.

Cada imagem e cada palavra foram pensadas para ajudar a construir pontes de confiança, respeito e parceria, fundamentais para promover a adesão consciente ao tratamento.

**Juntos, podemos transformar encontros em caminhos de cuidado, esperança e reconstrução.**

**Vamos nessa jornada?**





# **BEM-VINDO(A) AO NOSSO ESPAÇO DE ACOLHIMENTO E TRANSFORMAÇÃO**



# O QUE É O TRATAMENTO NO CAPS AD?

O tratamento no CAPS Álcool e Drogas é centrado no cuidado integral e respeitoso da pessoa.

Aqui, trabalhamos para promover saúde, autonomia e qualidade de vida, considerando a história, o contexto e os desejos de cada um.

O CAPS AD oferece atendimentos individuais, em grupo, oficinas terapêuticas, atividades comunitárias e suporte familiar.

Nosso objetivo é fortalecer o protagonismo do usuário em sua jornada de cuidado e recuperação.

**Cada passo é construído em parceria!**



# O QUE É O TRATAMENTO NO CAPS AD?

O CAPS AD oferece tratamento humanizado para pessoas com problemas relacionados ao uso de álcool e outras drogas.

**Aqui, o cuidado é centrado na pessoa, com respeito à sua história e contexto de vida.**



# ÁLCOOL E OUTRAS DROGAS: TIPOS E EFEITOS

## CLASSIFICAÇÃO DAS DROGAS

### DEPRESSORAS

Diminuem a atividade cerebral, tendo um efeito sedativo.

Exemplos: álcool, remédios para dormir, inalantes ou solventes (lolô, cola de sapateiro).

### ESTIMULANTES

Aceleram as atividades da cérebro.

Exemplos: tabaco, anfetaminas (remédios que tiram o apetite), cocaína, crack, cafeína.

### PERTURBADORAS

Atuam no cérebro causando distorções de percepção.

Exemplos: maconha, cogumelo, ecstasy, LSD.

O álcool e outras drogas atuam diretamente no cérebro, alterando pensamentos, emoções e comportamentos. Alguns exemplos:

- **Álcool:** depressor do sistema nervoso central; pode causar relaxamento, mas também agressividade e perda de controle.
- **Maconha:** altera percepção e memória, podendo provocar ansiedade e, em alguns casos, desencadear crises psicóticas.
- **Cocaína e crack:** estimulantes; aumentam energia e euforia, mas podem levar à paranoia e forte dependência.
- **Ecstasy:** aumenta sensação de prazer, mas pode causar desidratação, confusão e depressão.
- **Opioides:** usados para dor, mas causam intensa dependência e risco de overdose.

Fonte: Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas. 2022



# ÁLCOOL E OUTRAS DROGAS: TIPOS E EFEITOS

Existem diferentes tipos de drogas, com **efeitos variados sobre o corpo e a mente**. O uso abusivo pode causar **dependência, prejuízos físicos, mentais e sociais**.

O álcool e o cigarro, por exemplo, drogas comuns e legais para maiores de dezoito anos de idade, igualmente causam dependência. Muitos adultos e idosos têm cada vez mais abusado das drogas lícitas.

Sendo assim, é necessário compreender que estas drogas podem causar tanto dano à saúde quanto as drogas ilícitas, se usadas de maneira abusiva.

**Cada pessoa sente efeitos diferentes e a repetição do uso pode gerar dependência química e complicações de saúde.**



# ABERTURA DO PRONTUÁRIO

Os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) são serviços de saúde mental que buscam garantir acesso universal e acolhedor, independentemente da situação documental da pessoa. Isso significa que, mesmo sem documentos, é possível iniciar o atendimento no CAPS e receber suporte para problemas de saúde mental.

- **Acesso Universal:** Os CAPS são estabelecidos para atender a população em geral, sem restrições, inclusive pessoas sem documentação.
- **Acolhimento:** Os CAPS oferecem um espaço acolhedor e seguro para quem busca ajuda em saúde mental, priorizando a escuta e o estabelecimento de um vínculo terapêutico.
- **Sem Barreiras:** O objetivo é facilitar o acesso ao tratamento, removendo barreiras como a falta de documentos ou a necessidade de agendamento prévio.
- **Porta Aberta:** Os CAPS funcionam em regime de porta aberta, o que significa que a pessoa pode ir ao serviço sem a necessidade de encaminhamento ou agendamento.

Fonte: Ministério da Saúde. Centros de Atenção Psicossocial





# ABERTURA DO PRONTUÁRIO

Mesmo quem não tem documentos pode iniciar o atendimento.

**O CAPS busca garantir acesso universal e acolhedor, sem barreiras.**



# RAPS: REDE DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL

A RAPS é o conjunto de serviços que organiza o cuidado em saúde mental no Brasil.

Seu objetivo é garantir **atenção integral e contínua** às pessoas com sofrimento psíquico ou problemas relacionados ao uso de álcool e outras drogas.

## A RAPS é formada por:

- CAPS (Centros de Atenção Psicossocial)
- Unidades Básicas de Saúde (UBS)
- Hospitais Gerais e Serviços de Urgência
- Residências Terapêuticas
- Consultórios na Rua
- Comunidade e redes de apoio social

## A RAPS tem como diretrizes:

- Respeito aos direitos humanos
- Combate a estigmas e preconceitos
- Ênfase em serviços de base territorial e comunitária
- Participação e controle social dos usuários e de seus familiares

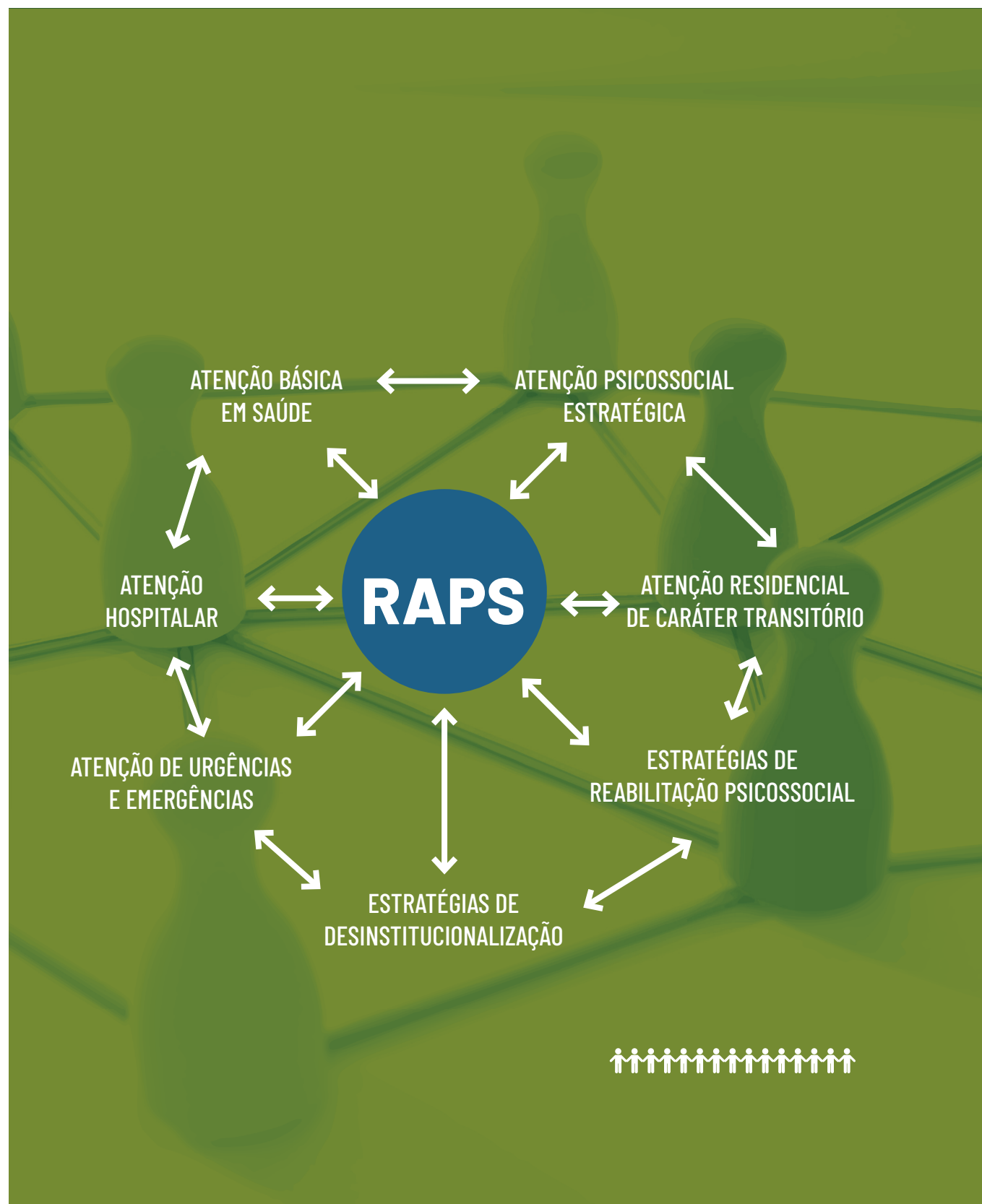
Fonte: Ministério da Saúde. Rede de Atenção Psicossocial.



# RAPS: REDE DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL

A RAPS é uma rede de serviços que trabalha de forma integrada para oferecer cuidado contínuo e articulado em saúde mental.

**A ideia é que o cuidado esteja próximo da vida da pessoa, respeitando seu território, sua história e suas necessidades.**



# FLUXO DE ATENDIMENTO

O atendimento no CAPS AD é organizado para acolher cada pessoa de maneira humanizada e personalizada.

## Passo a passo:

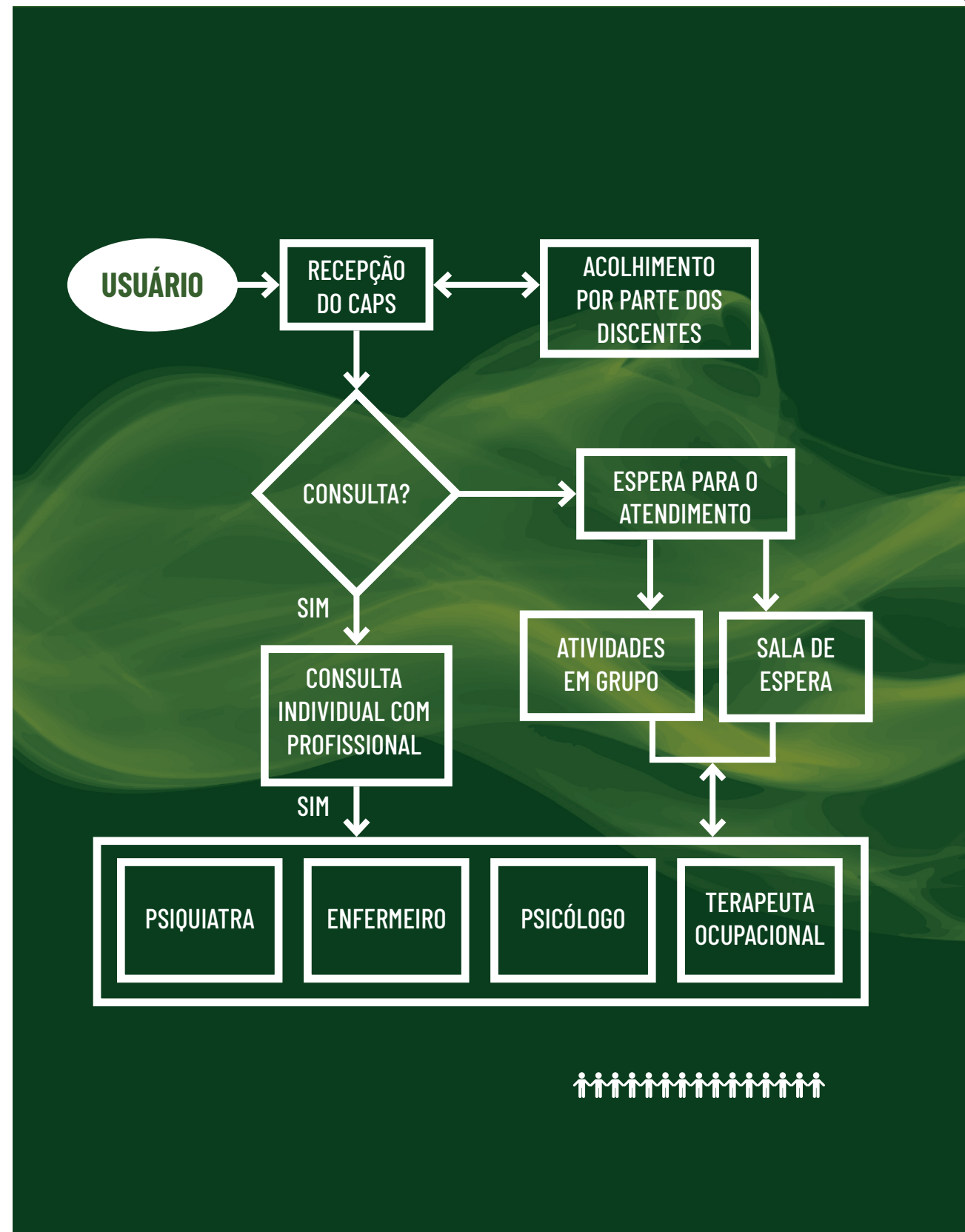
- 1. Acolhimento:** Primeiro contato da pessoa com o serviço. Escuta atenta e sem julgamentos.
- 2. Avaliação:** Entendimento das necessidades, demandas e prioridades da pessoa e sua família.
- 3. Plano de cuidado:** Construído junto com o usuário, definindo atividades, grupos, consultas e oficinas.
- 4. Acompanhamento:** A pessoa é acompanhada pela equipe multiprofissional em todo o processo, com revisões periódicas do plano.

**O fluxo é flexível, respeitando o tempo e a singularidade de cada usuário.**



# FLUXO DE ATENDIMENTO

O atendimento no CAPS segue um **fluxo flexível, com escuta qualificada, acolhimento e construção de um plano individual de cuidado:**



# ACOLHIMENTO INICIAL

O acolhimento inicial é a porta de entrada para o cuidado no CAPS AD.

É o momento de **ouvir, compreender e acolher** sem julgamentos, respeitando a história e o sofrimento de cada pessoa.

## No acolhimento:

- Criamos um ambiente seguro e respeitoso.
- Buscamos entender a demanda principal da pessoa.
- Iniciamos o vínculo de confiança essencial para a continuidade do cuidado.

**O acolhimento deve ser feito por toda a equipe, de forma compartilhada e contínua, valorizando o protagonismo do usuário em sua trajetória de tratamento.**





# ACOLHIMENTO INICIAL

O usuário chega ao CAPS AD, onde é recebido e acolhido por um profissional, que realiza uma escuta inicial para entender as necessidades e demandas do usuário.

**O acolhimento é o primeiro passo: um momento de escuta, sem julgamento, onde se constrói vínculo e confiança.**



# ACOLHIMENTO DIURNO

O acolhimento diurno é a permanência do usuário no CAPS AD durante parte do dia, participando de atividades terapêuticas, educativas e recreativas.

Seu objetivo é **fortalecer vínculos, oferecer suporte emocional e promover o desenvolvimento de habilidades** para a vida cotidiana.

## No acolhimento diurno:

- O usuário tem uma rotina estruturada e protegida.
- Participa de oficinas, grupos terapêuticos, momentos de convivência e refeições.
- Recebe apoio contínuo da equipe multiprofissional.

**É uma estratégia fundamental para reduzir riscos, fortalecer a autonomia e possibilitar a reinserção social.**



# ACOLHIMENTO DIURNO

O acolhimento diurno oferece espaço seguro para convivência, atividades terapêuticas, cuidados e fortalecimento da autonomia.

**No acolhimento diurno, o usuário passa o dia em tratamento no serviço, participando dos grupos, oficinas e sendo assistido pela equipe de acordo com suas necessidades, e a noite ele volta para casa; nesta modalidade, ele terá acesso às refeições oferecidas pelo serviço.**



# ACOLHIMENTO NOTURNO

O acolhimento noturno no CAPS AD oferece um espaço seguro para o repouso dos usuários que, por questões clínicas, sociais ou familiares, necessitam de proteção durante a noite.

## **Ele é indicado em situações como:**

- Crises decorrentes do uso de substâncias.
- Risco de vulnerabilidade social ou abandono.
- Necessidade de suporte terapêutico intensivo.

**O acolhimento noturno é temporário, sendo parte de uma estratégia maior de cuidado, que busca fortalecer a autonomia do usuário e promover a reintegração social de forma gradual e segura.**

O usuário será encaminhado ao acolhimento integral (leitos de retaguarda para desintoxicação) de acordo com sua necessidade clínica e situação de vulnerabilidade social. Nesta modalidade, além de participar do acolhimento diurno, ele passará a noite no serviço e poderá ficar até 14 dias “internado”, podendo ser prorrogado se houver necessidade.



# ACOLHIMENTO NOTURNO

Quando necessário, o CAPS pode oferecer acolhimento noturno.

**É um cuidado temporário em situações de crise ou vulnerabilidade.**



# REDUÇÃO DE DANOS

## Exemplos de estratégias de redução de danos:

- **Distribuição de materiais de redução de riscos:** Como seringas descartáveis, preservativos, e kits de higiene.
- **Apoio e orientação:** Para usuários de drogas, suas famílias e comunidades, para lidar com as consequências do uso de drogas.
- **Acessibilidade a serviços de saúde:** Como tratamento para dependência química e cuidados de saúde relacionados ao uso de drogas.
- **Redução do estigma:** Através da promoção da compreensão e da sensibilização sobre o uso de drogas e a redução de danos.

## Benefícios da redução de danos:

- **Redução da transmissão de doenças:** Como HIV e hepatites, que podem ser transmitidas pelo compartilhamento de agulhas e outros instrumentos para uso de drogas.
- **Melhora da saúde e do bem-estar:** Dos usuários de drogas e de suas famílias.
- **Promoção da autonomia e da liberdade de escolha:** Dos usuários de drogas.





# REDUÇÃO DE DANOS

A redução de danos é uma estratégia que visa minimizar os prejuízos do uso de substâncias psicoativas, sem necessariamente exigir a abstinência como única solução.

**Ela foca na prevenção aos danos, ao invés da prevenção ao uso em si, e busca oferecer medidas de proteção à saúde e integridade dos indivíduos, reconhecendo que o uso de substâncias pode ocorrer em diferentes contextos e com diferentes significados.**



# PROJETO TERAPÊUTICO SINGULAR (PTS)

O Projeto Terapêutico Singular (PTS) é uma ferramenta essencial para o cuidado individualizado no CAPS AD. Ele visa construir, junto com o usuário, um plano de cuidado único, respeitando sua história e suas necessidades.

É realizada uma avaliação aprofundada, para identificar o tipo e a intensidade da dependência, bem como as comorbidades e necessidades de cuidado do usuário.

## No PTS:

- O usuário é protagonista no processo de cuidado, definindo suas metas e expectativas.
- A equipe multiprofissional colabora para desenvolver estratégias e ações específicas, adaptadas ao contexto de vida da pessoa.
- O plano é revisado periodicamente, ajustando-se conforme o progresso e os desafios enfrentados.

**O PTS é fundamental para garantir que cada pessoa receba o cuidado que realmente precisa, de forma personalizada e eficaz.**



# PROJETO TERAPÊUTICO SINGULAR (PTS)

Com base na avaliação, é elaborado um PTS, que define as estratégias de tratamento individualizadas, com foco nas metas e objetivos do usuário.

**O PTS é um plano de cuidado  
construído de forma  
personalizada, com participação  
ativa do usuário, considerando  
suas necessidades e desejos.**



# ATIVIDADE FÍSICA

A atividade física em um CAPS AD (Centro de Atenção Psicossocial Álcool e Drogas) pode ser uma ferramenta poderosa para a recuperação e reinserção social.

A atividade física em grupo pode promover a socialização e a convivência, ajudando os usuários a se sentirem mais conectados com a comunidade e a se sentirem valorizados.

## A atividade física:

- Ajuda a reduzir o estresse e a ansiedade, promovendo o bem estar.
- Melhora a qualidade do sono e o funcionamento do corpo.
- Estimula a produção de neurotransmissores como a serotonina, melhorando o humor.
- Fortalece o vínculo entre os participantes, promovendo a socialização e a integração no grupo.

Fonte: SILVA, P. P. et al. **Práticas corporais no Centro de Atenção Psicossocial de Álcool e Drogas: a percepção dos usuários.** Revista Brasileira de Ciências do Esporte, v. 41, ed. 1, p. 3-9, 2019.

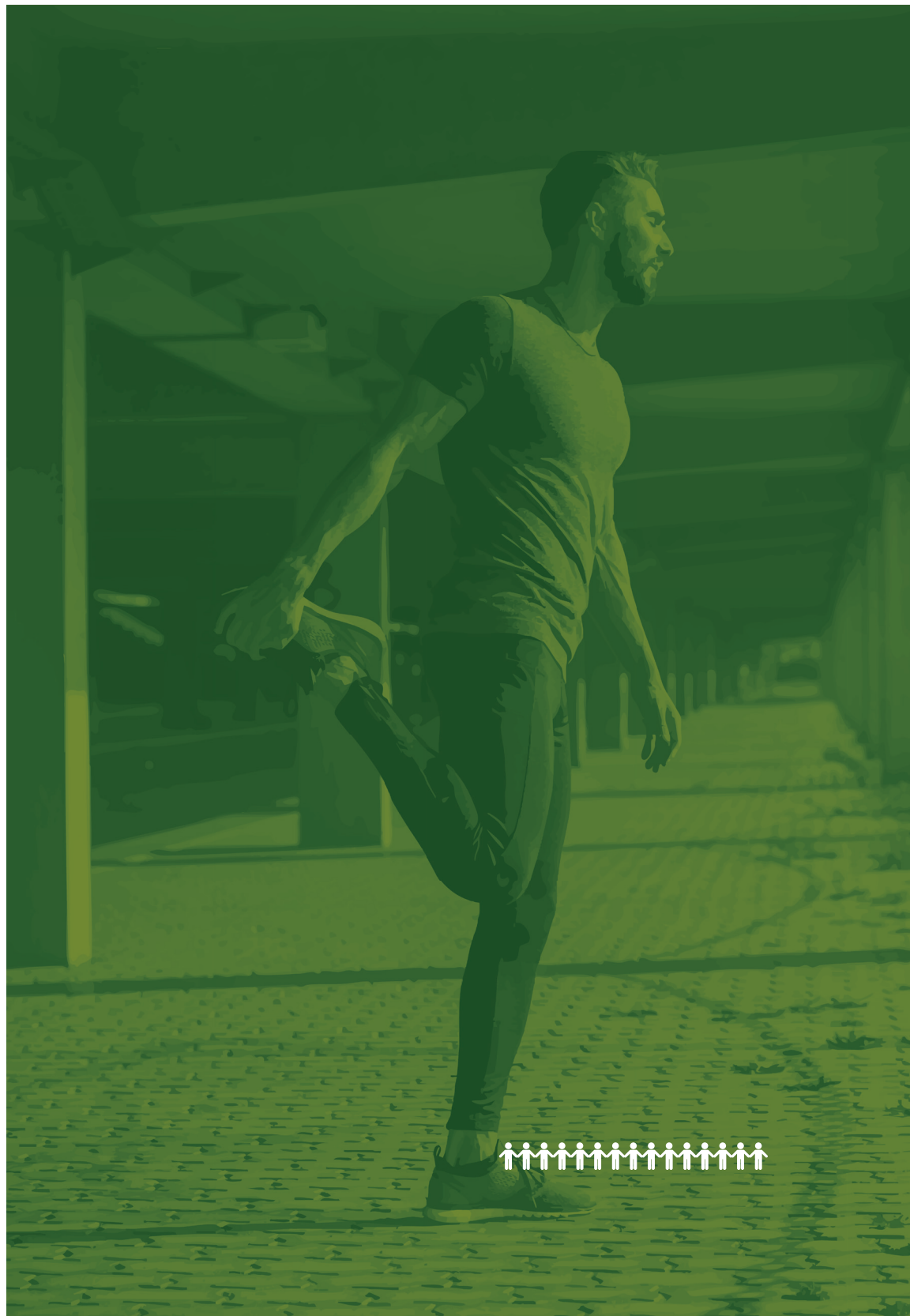


# ATIVIDADE FÍSICA

A atividade física contribui para o bem-estar físico, emocional e social.

É parte importante do cuidado integral, especialmente no contexto do tratamento no CAPS AD.

**No CAPS AD, as atividades físicas são pensadas de forma individualizada, levando em conta as necessidades e os limites de cada pessoa, para que todos possam se beneficiar de maneira segura e eficaz.**



# ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

## Alimentação no CAPS AD:

- A alimentação é planejada com acompanhamento nutricional, garantindo qualidade, variedade e nutrientes necessários para uma boa saúde.
- O objetivo é oferecer uma alimentação completa, que vá além de um simples prato de comida, considerando as necessidades de cada usuário.
- A alimentação é vista como parte integrante do tratamento multidisciplinar, visando a recuperação e reinserção do paciente.

## Papel da Nutrição:

- A atuação do nutricionista no CAPS inclui organização, coordenação, supervisão e avaliação dos serviços de nutrição.
- Também inclui a prestação de assistência dietoterápica e a promoção da educação nutricional.
- O nutricionista atua em conjunto com a equipe multidisciplinar para garantir um atendimento completo e adequado às necessidades dos usuários.

Fonte: RIBEIRO, D. R.; CARVALHO, D. S. **Associação entre estado nutricional e padrões de uso de drogas em usuários de Centros de Atenção Psicossocial Álcool e Drogas.** SMAD, Rev. Elet. Saúde Mental Álcool Drog., v. 2, pág. 92-100, jun. 2016.





# ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL

Comer bem melhora o humor, a disposição e o funcionamento do corpo e da mente. A alimentação é parte do tratamento.

**No CAPS AD, buscamos oferecer orientações sobre hábitos alimentares saudáveis e, sempre que possível, promover práticas de alimentação coletiva, criando um ambiente de apoio e cuidado.**



## SONO

A prática regular de exercícios físicos pode contribuir para a melhora da qualidade do sono e da saúde mental.

**Oficinas terapêuticas e atividades como meditação, yoga e expressão corporal podem auxiliar no relaxamento e na melhora do sono.**

O CAPS AD pode fornecer informações sobre a importância do sono, os distúrbios do sono e as estratégias para melhorar a qualidade do sono.

**É fundamental estabelecer uma rotina de sono regular, com horários consistentes para dormir e acordar, evitando estimulantes antes de dormir e criando um ambiente propício ao sono.**

Fonte: Ministério da Saúde. Centros de Atenção Psicossocial



# SONO

Dormir bem ajuda na recuperação da saúde mental e no controle do uso de substâncias. Há técnicas e rotinas que ajudam nesse cuidado.

**A regularização do sono pode ser um aspecto importante do tratamento para pessoas com problemas relacionados ao uso de substâncias, pois o sono de qualidade impacta diretamente a saúde mental.**



# RECAÍDAS

As recaídas são uma parte comum e natural do processo de recuperação. Elas não significam fracasso, mas sim uma oportunidade de aprender e fortalecer o compromisso com o tratamento.

## Quando ocorre uma recaída:

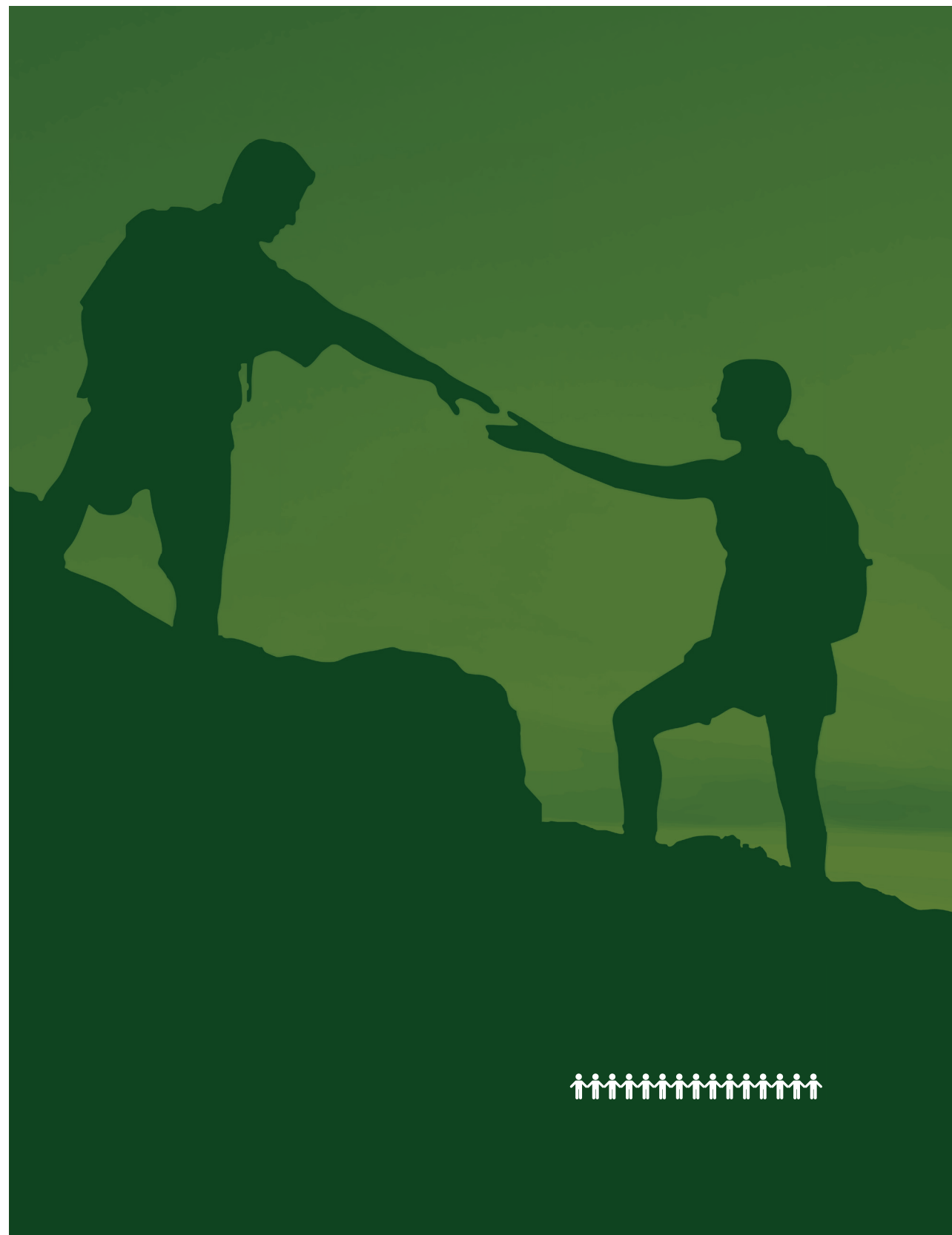
- É importante não se culpar. **O importante é levantar-se**, compreender o que causou o retrocesso e buscar ajuda.
- O CAPS AD está aqui para ajudar a identificar gatilhos, desenvolver estratégias de prevenção e apoiar no recomeço.
- A recaída pode ser uma chance de ajustar o plano de cuidado, tornando-o ainda mais eficaz.

**Lembre-se: a recuperação é um processo contínuo, e cada passo, incluindo os desafios, faz parte dessa jornada de transformação.**



# RECAÍDAS

A recaída pode fazer parte do processo. Não é fracasso. **É importante acolher, compreender e retomar o cuidado com apoio.**



# PREVENÇÃO

A prevenção é uma estratégia fundamental para evitar o uso problemático de substâncias e promover a saúde mental e emocional.

No CAPS AD, trabalhamos a prevenção de forma contínua, com ações educativas, atividades de sensibilização e construção de hábitos saudáveis.

## A prevenção envolve:

- Educação sobre os riscos do uso de substâncias e seus efeitos no corpo e na mente.
- Fortalecimento de habilidades emocionais e sociais, como a capacidade de lidar com o estresse, a ansiedade e as frustrações.
- Promoção de um ambiente saudável, com apoio da família, amigos e rede de apoio.
- Estratégias de autocuidado que ajudam a manter o equilíbrio e a saúde.

**Prevenir é investir na saúde a longo prazo, promovendo um futuro mais saudável e livre de vícios.**





# PREVENÇÃO

**A prevenção começa com informação,  
diálogo e oportunidades.**

É possível evitar o uso abusivo com  
ações na escola, família e comunidade.





# FAMÍLIA

O CAPS tem demonstrado efetividade na substituição da internação hospitalar, por um cuidado que não afasta os usuários de suas famílias e da comunidade, capaz de envolver familiares no atendimento, com acolhimento e humanização, ajudando na reabilitação psicossocial.

**Dessa forma, o comprometimento da família direcionado ao cuidado do portador de transtorno mental passa a exigir uma nova organização familiar e aquisição de habilidades capazes de desarticular o cotidiano e funcionamento deste núcleo.**

Da mesma forma, o familiar pode se tornar um parceiro da equipe de saúde no cuidado ao usuário, sendo facilitador nas ações de promoção da saúde mental e de inserção do indivíduo na comunidade.

**No CAPS AD, buscamos envolver a família em todas as etapas do tratamento, oferecendo orientação, escuta e suporte para que ela também possa fortalecer seu papel no processo de recuperação do usuário.**



# FAMÍLIA

**A família pode ser grande aliada no processo de recuperação. Apoio, escuta e compreensão fortalecem o cuidado.**

## **O papel da família:**

- Apoiar emocionalmente, oferecendo segurança e confiança para o usuário.
- Estar presente nas decisões sobre o plano de tratamento, quando possível, para garantir um cuidado integrado.
- Compreender a natureza da dependência e aprender a lidar com os desafios que surgem durante o tratamento.



## APOIO SOCIAL

No CAPS AD, incentivamos a construção de uma rede de apoio social sólida, que contribui para:

- Fortalecer vínculos entre a pessoa e sua rede de amigos e familiares.
- Promover o sentido de pertencimento, ajudando o usuário a se reintegrar na comunidade e evitar o isolamento.
- Oferecer suporte emocional e psicológico nos momentos de dificuldade.
- Desenvolver estratégias comunitárias, como grupos de apoio, atividades e eventos que envolvem a todos.

**O apoio social não é apenas sobre oferecer ajuda, mas também sobre construir uma rede de confiança, respeito e colaboração mútua.**



# APOIO SOCIAL

O apoio social — como moradia, trabalho e vínculos comunitários — é essencial para a reinserção e autonomia do usuário.

**O apoio social é essencial para a recuperação de qualquer pessoa. Ele envolve não só o suporte da família, mas também o apoio de amigos, colegas e da comunidade como um todo.**



# PRECONCEITO E DISCRIMINAÇÃO

O preconceito e a discriminação são barreiras importantes que dificultam o processo de recuperação. Pessoas que enfrentam problemas com o uso de substâncias muitas vezes lidam com estigmas e julgamentos negativos.

No CAPS AD, trabalhamos para combater o preconceito, criando um ambiente de acolhimento e respeito, onde:

**Todos são tratados com dignidade**, independentemente de seu passado ou da condição de saúde.

Buscamos **educar a comunidade** sobre o impacto negativo do estigma, promovendo compreensão e apoio.

**Valorizamos a individualidade**, reconhecendo as histórias e trajetórias únicas de cada pessoa.

**Combater a discriminação é essencial para garantir que todos tenham as mesmas oportunidades de tratamento e recuperação, sem medo de julgamento.**



# PRECONCEITO E DISCRIMINAÇÃO

O estigma dificulta o acesso ao cuidado.

Respeitar e acolher é essencial para promover saúde mental e cidadania.

**Você já vivenciou alguma situação e gostaria de compartilhar conosco?**





# GRUPOS TERAPÊUTICOS

O objetivo é tratar o paciente em liberdade e buscar sua reinserção social, dentro de uma perspectiva individual e coletiva de evolução contínua.

Faz parte das atividades desenvolvidas no CAPS, a psicoterapia de grupo, pois permite o contato do usuário a diferentes práticas que explorem sua criatividade, possibilidades e habilidades.

São comumente conhecidas como oficinas e dentro delas são trabalhadas diversas dimensões humanas que caracterizam parte do tratamento não medicamentoso.

## Vantagens dos grupos terapêuticos:

- **Compartilhamento de experiências:** os participantes podem falar sobre suas dificuldades e sucessos, aprendendo uns com os outros.
- **Fortalecimento de vínculos:** o grupo cria um ambiente de apoio e confiança, essencial para a recuperação.
- **Desenvolvimento de habilidades sociais:** os grupos ajudam a melhorar a comunicação, empatia e resolução de conflitos.
- **Prevenção de recaídas:** o apoio do grupo é fundamental para lidar com os desafios e evitar o isolamento.

Fonte: SOUZA, C.; SABARÁ, M. K. R. **A relevância do grupo terapêutico como auxílio no tratamento de adolescentes usuários do CAPS-AD.** Anais do 20º Encontro Científico Cultural Interinstitucional, 2022.





# GRUPOS TERAPÊUTICOS

Os grupos são **espaços de troca, escuta e fortalecimento mútuo**. Eles ajudam na construção de vínculos e autoestima.

Os grupos terapêuticos no CAPS AD são conduzidos por profissionais capacitados e podem incluir atividades como rodas de conversa, discussões sobre temas específicos, dinâmicas de grupo e exercícios de autocuidado.

**Trata-se de um espaço seguro para a troca de experiências, apoio mútuo e aprendizado coletivo.**



# TRATAMENTO FARMACOLÓGICO

O tratamento farmacológico é uma parte fundamental no cuidado de pessoas com dependência de substâncias. Ele visa auxiliar no controle de sintomas, reduzir o desejo compulsivo e melhorar o bem-estar.

## No tratamento farmacológico:

**Medicamentos podem ser utilizados** para controlar os efeitos da abstinência, reduzir os sintomas de ansiedade e depressão, ou auxiliar na diminuição do uso de substâncias.

**Acompanhamento médico contínuo** é essencial para ajustar os medicamentos conforme a necessidade de cada pessoa, garantindo a segurança e a eficácia do tratamento.

O uso de medicamentos é **combinado com outras estratégias terapêuticas**, como psicoterapia e grupos de apoio, para proporcionar uma recuperação mais completa e sustentável.

O tratamento farmacológico deve sempre ser supervisionado por uma equipe especializada, que realizará avaliações periódicas para garantir que a pessoa esteja no caminho certo para a recuperação.



# TRATAMENTO FARMACOLÓGICO

**Os remédios podem ajudar  
no controle de sintomas e na  
estabilidade emocional.**

Devem ser usados com  
acompanhamento profissional.



# PRÁTICAS INTEGRATIVAS

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) no contexto dos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) para Álcool e Drogas (CAPS AD) são abordagens terapêuticas que visam complementar o tratamento convencional, promovendo o bem-estar e a saúde mental dos usuários.

Elas incluem diversas modalidades, como arteterapia, aromaterapia, meditação, Reiki e outras, que podem ser adaptadas às necessidades individuais de cada paciente.

No CAPS AD, utilizamos diferentes práticas integrativas, como:

- **Meditação:** técnica de relaxamento que ajuda a reduzir o estresse, melhorar a concentração e promover o equilíbrio emocional.
- **Yoga:** atividade que combina posturas físicas, respiração e meditação para melhorar a flexibilidade, reduzir a ansiedade e aumentar a consciência corporal.
- **Terapias manuais:** como massagens terapêuticas, que ajudam a aliviar tensões musculares e promover o relaxamento.

Essas práticas auxiliam no processo de recuperação, melhorando a qualidade de vida e proporcionando ao usuário novas ferramentas para lidar com o estresse e as emoções de maneira saudável.



# PRÁTICAS INTEGRATIVAS

**As práticas integrativas são abordagens terapêuticas que buscam equilibrar o corpo, a mente e as emoções.**

Elas complementam o tratamento convencional, proporcionando bem-estar e fortalecimento da saúde.



# SAÚDE MENTAL E JUSTIÇA

A relação entre saúde mental e justiça é fundamental no contexto do tratamento no CAPS AD. As pessoas com transtornos relacionados ao uso de substâncias podem, muitas vezes, ser afetadas por questões legais, seja por envolvimento com a justiça ou pela própria luta interna com a dependência.

## No CAPS AD, buscamos:

- **Garantir o direito ao cuidado:** todas as pessoas têm o direito de receber tratamento de saúde mental adequado, independentemente de sua situação jurídica.
- **Apoiar a reintegração social:** o tratamento no CAPS AD ajuda a reintegrar o indivíduo à sociedade de forma respeitosa, com foco na recuperação e no bem-estar.
- **Promover a educação sobre direitos:** informamos os usuários sobre seus direitos legais, buscando a equidade no acesso à saúde e à justiça.

O tratamento no CAPS AD deve ser uma ponte para a recuperação e reintegração social, respeitando sempre a dignidade e os direitos humanos dos usuários.

Fonte: Ministério da Saúde. **Reforma Psiquiátrica e política de saúde mental no Brasil**. Brasília. 2005.



# SAÚDE MENTAL E JUSTIÇA

O CAPS também atua em articulação com a justiça para garantir direitos, evitar internações compulsórias e promover cidadania.





# A JORNADA CONTINUA...

## Lembre-se:

- O CAPS AD está aqui para apoiar em todas as fases do tratamento, oferecendo cuidados contínuos, acolhimento e estratégias personalizadas.
- A participação ativa no tratamento e o envolvimento com as diferentes atividades terapêuticas são essenciais para o sucesso da recuperação.
- Não existe um caminho único para a recuperação, mas com o apoio da equipe, da família e da rede de apoio, é possível alcançar uma vida mais saudável e equilibrada.

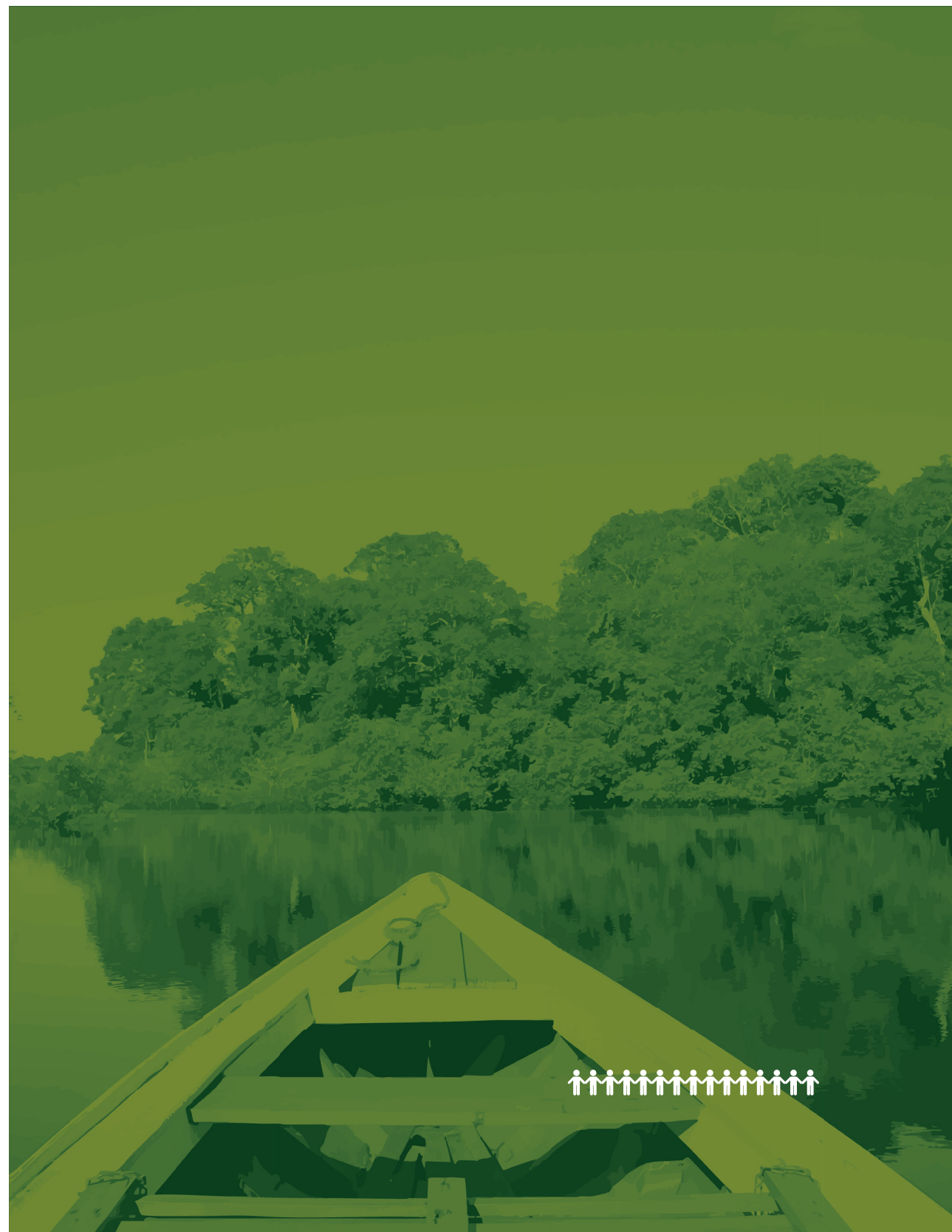
**Estamos com você em cada passo dessa jornada,  
promovendo seu bem-estar e oferecendo as  
ferramentas necessárias para a recuperação plena.**



# A JORNADA CONTINUA...

O tratamento no CAPS AD é um processo contínuo, que envolve desafios, mas também muitas vitórias e aprendizados.

**A recuperação é uma jornada, e cada passo dado, por menor que seja, é um avanço significativo.**



# REFERÊNCIAS

ALMEIDA, L. S. **Dependência Química e Terapias Integrativas: A evolução das abordagens terapêuticas no tratamento do abuso de substâncias**. Editora Atena, 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Política do Ministério da Saúde para a Atenção Integral às Pessoas com Uso de Álcool e outras Drogas**. 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Plano Nacional De Políticas Sobre Drogas 2022-2027**. 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Centros de Atenção Psicossocial**. <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saes/desmad/raps/caps>

BRASIL. Ministério da Saúde. **Reforma Psiquiátrica e política de saúde mental no Brasil**. Brasília. 2005.

CARVALHO, A. C.; LIMA, E. L. (Org.). **Saúde Mental e Direitos Humanos: O que muda na prática dos profissionais da saúde**. Editora Hucitec, 2021.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA (CFP). **Práticas Psicoterapêuticas no Tratamento de Dependência Química: Abordagens e Desafios**. CFP, 2022.

FURTADO, M. A. S. **O cuidado em saúde mental no Brasil: uma revisão histórica da Política Nacional de Saúde Mental**. Editora Fiocruz, 2019.

REDE RAPS. **Guia de Atendimento Psicossocial no Sistema de Saúde**. Ministério da Saúde, 2021.

RIBEIRO, D. R.; CARVALHO, D. S. Associação entre estado nutricional e padrões de uso de drogas em usuários de Centros de Atenção Psicossocial Álcool e Drogas. **SMAD, Rev. Elet. Saúde Mental Álcool Drog.**, v. 2, pág. 92-100, jun. 2016.

SILVA, P. P. et al. Práticas corporais no Centro de Atenção Psicossocial de Álcool e Drogas: a percepção dos usuários. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 41, ed. 1, p. 3-9, 2019.

SOUZA, C.; SABARÁ, M. K. R. **A relevância do grupo terapêutico como auxílio no tratamento de adolescentes usuários do CAPS-AD**. Anais do 20º Encontro Científico Cultural Interinstitucional – 2022.

