

## IMPORTÂNCIA DOS GRUPOS TERAPÊUTICOS PARA A PROMOÇÃO DE SAÚDE MENTAL

Eliézer Vinicius de Lima<sup>1</sup>, Suellen Carla Custodio Ferreira<sup>2</sup>, Josiane Moreno<sup>3</sup>, Maria Alexandre de Macena Leite<sup>4</sup>, Amanda Melo Barp<sup>5</sup>, Luiz Faustino dos Santos Maia<sup>6</sup>

<sup>1</sup>Discente do Curso de Enfermagem da Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: eliezervinicius1403@gmail.com; <sup>2</sup>Discente do Curso de Enfermagem da Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: suellenarla796@gmail.com; <sup>3</sup>Discente do Curso de Enfermagem da Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: josianemoreno01@gmail.com; <sup>4</sup>Discente do Curso de Enfermagem da Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: nicollydemacenaite@gmail.com; <sup>5</sup>Discente do Curso de Enfermagem da Faculdade Estácio de Carapicuíba. E-mail: barpamanda64@gmail.com; <sup>6</sup>Enfermeiro. Jornalista. Escritor. Editor Científico. Mestre em Terapia Intensiva e Ciências da Saúde. Docente e Coordenador do Curso de Enfermagem. Coordenador do Grupo de Pesquisa JoaMar Maia do Instituto Enfservic. Membro da Associação Brasileira de Pesquisadores Negros (ABPN). E-mail: dr.luizmaia@yahoo.com.br

**Introdução:** A Reforma Psiquiátrica representa uma trajetória de resistência e significativa superação dentro da área da saúde mental, surgindo simultaneamente ao movimento sanitário com a finalidade de transformar os métodos de cuidado e gestão nas ações de saúde, visando promover a saúde coletiva e proporcionar igualdade nos serviços, além de buscar o fortalecimento tanto dos trabalhadores quanto dos usuários dos serviços de saúde. Este movimento também se destacou pela defesa de alterações nos sistemas de asilo e pela violência que os usuários eram forçados a enfrentar. Com a constituição dos centros de atenção psicossocial (CAPS) como um local de convivência, esse instrumento reúne a família do sujeito, os usuários e os técnicos, nessa reunião discutem sobre os problemas de convivência, atividades para melhoria do tratamento dos pacientes. Os CAPS realizam atividades que podem ser executadas dentro e fora da instituição, podem ser executadas dentro da comunidade, visando a reabilitação psicossocial. **Objetivo:** Apresentar a importância dos grupos terapêuticos como ferramenta de promoção da saúde mental. **Material e Método:** Trata-se de uma revisão da literatura, a busca se deu nas bases de dados SCIELO e LATEINDEX por artigos disponíveis na íntegra em língua portuguesa, publicados entre 2019 e 2025, totalizando 5 artigos. **Resultados e Discussão:** A saúde mental constitui um dos alicerces essenciais para o bem-estar das pessoas, e nas últimas décadas, as pessoas têm apresentado um interesse crescente em cultivar o autocuidado psicológico. A psicoterapia individual representa um recurso importante nesse cenário, porém os grupos de terapia também têm uma função relevante na promoção da saúde mental e no suporte psicológico. A principal finalidade do grupo terapêutico visa contribuir para a atenção integral à saúde das pessoas e assim promovendo a autonomia, melhorando a autoimagem do grupo, oportunizando a livre expressão dos participantes, fortalecendo o vínculo com os profissionais e ampliando o acesso a outros serviços oferecidos no sistema de saúde e na comunidade. Os grupos de terapia têm uma função essencial no cuidado psicológico, proporcionando um espaço de apoio, compreensão e aprendizado. Eles servem como uma alternativa eficaz ou um acréscimo à terapia individual, permitindo que os participantes enfrentem suas dificuldades em um ambiente seguro e acolhedor. Com o reconhecimento crescente da importância da saúde mental na sociedade, os grupos de terapia estão se tornando um recurso importante na busca pelo bem-estar psicológico. Os encontros realizados nos grupos de saúde mental promovem a produção de sentidos a respeito do sofrimento psíquico, reelaborando e redirecionando estratégias de cuidado e enfrentamento das adversidades cotidianas. **Considerações Finais:** O compartilhamento de experiências entre pessoas que vivenciam situações semelhantes contribui para a construção de vínculos e para a percepção de que não está sozinho diante dos obstáculos, estimulam o desenvolvimento da escuta empática e do respeito à diversidade, promovendo um local seguro, no qual os participantes sentem-se à vontade para se expressar sem receio de julgamento. Os grupos terapêuticos representam uma estratégia eficaz, acessível e humanizada para a promoção da saúde mental, sendo especialmente importantes em contextos de vulnerabilidade psicossocial como escolas, comunidades e serviços públicos de saúde. **Contribuições para a Enfermagem:** Participação da equipe multiprofissional, fortalecendo a prática da assistência do cuidar e promovendo reintegração social, assegurando um atendimento humanizado.

**Palavras-chave:** Saúde Mental, Grupos Terapêuticos, Promoção da Saúde.