



Acompanhante Terapêutico em Saúde Mental

**Um Guia para Profissionais e
Famílias**

**André Granjeiro
André Almeida**

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Granjeiro, André Luis

Acompanhante terapêutico em saúde mental [livro eletrônico] : um guia para profissionais e famílias / André Luis Granjeiro, André Almeida. -- Campinas, SP : My Journey Health, 2024.

PDF

Bibliografia.

ISBN 978-65-984826-0-2

1. Acompanhamento terapêutico 2. Profissionais da saúde - Formação 3. Saúde emocional 4. Saúde mental
I. Almeida, André. II. Título.

24-228992

CDD-150.195

Índices para catálogo sistemático:

1. Acompanhamento terapêutico : Psicanálise :
Psicologia 150.195

Eliane de Freitas Leite - Bibliotecária - CRB 8/8415

APRESENTAÇÃO

Bem-vindo ao e-book **"Acompanhante Terapêutico em Saúde Mental: Um Guia para Profissionais e Famílias"**.

Este guia foi desenvolvido para fornecer uma compreensão abrangente e prática sobre o papel e a importância do Acompanhante Terapêutico (AT) no campo da saúde mental e emocional.

O acompanhamento terapêutico é uma prática que vem ganhando reconhecimento e importância ao longo das últimas décadas. Esse acompanhamento pode ser realizado em local aberto (ex: um parque, cinema) ou fechado (ex: hospital dia ou consultórios).

De fato, alguns dos primeiros relatos dessa prática datam de 1937, na Suíça, onde uma enfermeira psiquiátrica foi treinada por uma psicanalista para acompanhar uma paciente em seu ambiente doméstico, resultando em um tratamento bem-sucedido e na reintegração da paciente à sociedade.

APRESENTAÇÃO

Este e-book foi criado para servir como um recurso valioso tanto para profissionais da saúde mental que desejam se especializar na área de AT quanto para familiares que buscam entender melhor essa prática e seus benefícios.

Dividido em capítulos claros e informativos, abordaremos desde a definição e histórico do AT até as técnicas e métodos de trabalho, passando por áreas de atuação e benefícios tangíveis para os pacientes.

Esperamos que este guia seja uma fonte valiosa de informações e inspirações, ajudando a promover a prática do acompanhamento terapêutico e a melhorar a qualidade de vida de muitas pessoas.

Prepare-se para explorar o mundo do acompanhamento terapêutico e descobrir como essa prática pode transformar vidas.

Boa leitura!

Equipe André Granjeiro e André Almeida

ÍNDICE

01

O que é um AT?

02

Formação e capacitação de um AT

03

Áreas de atuação de um AT

04

Métodos e técnicas de trabalho do AT

05

Benefícios do AT

06

Ferramentas e recursos para AT

07

Como Contratar um AT

08

Referências Bibliográficas



O que é um AT?

O Acompanhamento Terapêutico (AT) tem como precursores o movimento antipsiquiátrico e a psicoterapia institucional que ocorreram a partir da década de 50 na Europa e nos Estados Unidos. Os principais expoentes desse movimento foram Laing e Cooper, na Inglaterra; Basaglia, na Itália; Oury, na França, Tosquelles na Espanha e Szasz, nos EUA. Na América Latina, o AT surgiu no final da década de 60, em Buenos Aires.

Lá, muitos psicanalistas eram ligados aos hospitais psiquiátricos, o que possibilitou que fossem criadas novas funções para os agentes de saúde mental, que passaram a ser denominados auxiliares psiquiátricos e, em outros lugares, atendentes terapêuticos.

O caráter político deste dispositivo devia-se à busca por um outro lugar social para a loucura, de modo que os loucos pudessem ser recebidos pela sociedade naquele momento em que começavam a sair do manicômio.

O que é um AT?

Histórico do Acompanhante Terapêutico

As funções desses agentes foram, assim, o embrião daquilo que mais tarde foi denominado de amigo qualificado e, posteriormente, de acompanhante terapêutico conforme o trabalho foi se consolidando e deixando as instituições psiquiátricas.

O processo argentino influenciou o movimento antipsiquiátrico que também ocorria no Brasil: o trabalho do auxiliar psiquiátrico passou por Porto Alegre e chegou às comunidades terapêuticas do Rio de Janeiro, São Paulo e Rio Grande do Sul.

No final da década de 70, com o declínio e o fechamento das comunidades terapêuticas, os auxiliares psiquiátricos continuaram a ser solicitados por terapeutas e familiares que buscavam uma alternativa à internação.

Gradualmente, o AT foi se constituindo como um importante recurso no tratamento de pessoas em crises psicóticas e em situações de comprometimento psíquico.

O que é um AT?

Em São Paulo, o acompanhamento terapêutico foi trazido para o Instituto A Casa em 1981 pela psicanalista argentina Beatriz Aguirre, dois anos após sua fundação. Naquela época, e por alguns anos mais, o agente desse trabalho era denominado amigo qualificado.

Sua tarefa consistia em ficar junto dos pacientes nos momentos em que não participavam das atividades do Hospital-Dia, pois alguns deles e, às vezes, também suas famílias, necessitavam de um apoio quando a Instituição não funcionava, principalmente nos finais de semana.

Após alguns anos, o termo acompanhante terapêutico foi adotado, pois considerou-se que ele expressava de maneira mais adequada o trabalho que era realizado: mais do que uma amizade, o AT se caracteriza por seu alcance terapêutico através de um acompanhamento cuidadoso do paciente na sua vida cotidiana.

O que é um AT?

À medida em que o AT foi ganhando espaço como dispositivo de tratamento, houve um movimento crescente de formação e de produção teórica sobre esta prática, de modo que, hoje, o acompanhamento desempenha um importante papel nos projetos terapêuticos de saúde mental.

Papel e Funções do Acompanhante Terapêutico

O papel do AT é multifacetado e pode variar conforme as necessidades específicas do paciente.

No entanto, algumas funções principais incluem:

- **Suporte Emocional e Psicológico:** O AT oferece um espaço de escuta ativa e validação para o paciente, ajudando-o a lidar com seus sentimentos e pensamentos.
- **Incentivo à Autonomia:** Auxilia o paciente a desenvolver habilidades para realizar atividades cotidianas de forma independente, como cuidados pessoais, organização doméstica e gerenciamento de compromissos.
- **Reintegração Social:** Facilita a participação do paciente em atividades comunitárias, eventos sociais e grupos de apoio, promovendo sua inclusão social.

O que é um AT?

- **Mediação Familiar:** Atua como um intermediário entre o paciente e sua família, promovendo uma comunicação saudável e ajudando a resolver conflitos.
- **Acompanhamento em Tratamentos:** Auxilia o paciente em consultas médicas e terapias, garantindo que ele siga o plano de tratamento estabelecido pelos profissionais de saúde.
- **Planejamento e Organização:** Ajuda o paciente a planejar suas atividades e estabelecer metas de curto e longo prazo, contribuindo para uma rotina estruturada.

Diferenças entre AT e outros profissionais de saúde mental

Embora o acompanhante terapêutico trabalhe em estreita colaboração com outros profissionais de saúde mental, seu papel é distinto de outras funções.

Aqui estão algumas **diferenças chave**:

O que é um AT?

- **Psicólogos:** Os psicólogos se concentram na avaliação e intervenção psicológica, utilizando técnicas terapêuticas específicas em um ambiente clínico. O AT, por outro lado, trabalha no cotidiano do paciente, ajudando-o a aplicar as estratégias aprendidas na terapia em situações reais.
- **Psiquiatras:** Os psiquiatras são médicos especializados em saúde mental, focando no diagnóstico e tratamento de transtornos psiquiátricos, muitas vezes utilizando medicação. O AT não prescreve medicamentos, mas pode apoiar o paciente no seguimento das orientações médicas e na adesão ao tratamento.
- **Terapeutas Ocupacionais:** Esses profissionais ajudam os pacientes a desenvolver habilidades práticas e funcionais para o dia a dia. Embora o AT também trabalhe na promoção da autonomia, seu enfoque é mais abrangente, incluindo o suporte emocional e a reintegração social.

O que é um AT?

- **Assistentes Sociais:** Os assistentes sociais lidam com questões sociais e comunitárias, ajudando os pacientes a acessar recursos e serviços. O AT pode complementar esse trabalho, oferecendo suporte contínuo e personalizado no ambiente do paciente.

Diferença entre AT e Outros Profissionais de Cuidado

Embora o AT compartilhe algumas responsabilidades com cuidadores de idosos, conselheiros em dependência química e terapeutas holísticos, há diferenças significativas em termos de formação, foco e abordagem.

O que é um AT?

Cuidador de Idosos

- **Formação:** Pode variar desde cursos técnicos específicos até formação em enfermagem. Não necessariamente precisa de formação em saúde mental.
- **Foco:** Cuida de idosos, atendendo suas necessidades físicas e de saúde, como higiene, alimentação, medicação e mobilidade.
- **Abordagem:** Proporciona cuidados práticos e físicos diários, garantindo o bem-estar e segurança dos idosos. Foca na manutenção da saúde física e na realização das atividades básicas do dia a dia.

O que é um AT?

Conselheiros em Dependência Química

- **Formação:** Podem ter formação em psicologia, assistência social, ou receber treinamento especializado em dependência química e recuperação.
- **Foco:** Auxiliam indivíduos a superar a dependência de substâncias, oferecendo suporte emocional, aconselhamento e planejamento de tratamento.
- **Abordagem:** Utilizam técnicas de aconselhamento e terapia, frequentemente em contextos clínicos ou em grupos de apoio. Envolvem-se na prevenção de recaídas e no desenvolvimento de estratégias de enfrentamento.

Terapeutas Holísticos

- **Formação:** Formação varia amplamente, podendo incluir cursos em áreas como medicina alternativa, massoterapia, reiki, acupuntura, entre outros.
- **Foco:** Promovem o bem-estar integral do indivíduo, abordando aspectos físicos, emocionais, espirituais e energéticos.
- **Abordagem:** Utilizam métodos de tratamento alternativos e complementares, focando na harmonia e equilíbrio do corpo e da mente.

O AT é um profissional versátil e essencial no campo da saúde mental, oferecendo suporte prático e emocional que complementa o trabalho de outros especialistas.

Sua atuação visa promover a autonomia, reintegração social e qualidade de vida dos pacientes, preenchendo uma lacuna importante no cuidado integral à saúde mental.

Resumo das Diferenças

Critério	Acompanhante Terapêutico (AT)	Cuidador de Idosos	Conselheiros em Dependência Química	Terapeutas Holísticos
Formação	Áreas de saúde mental	Técnicos ou enfermagem	Psicologia, assistência social, ou especialização	Medicina alternativa, massoterapia, etc.
Foco	Transtornos mentais e emocionais	Cuidados físicos e de saúde de idosos	Superação da dependência de substâncias	Bem-estar integral (físico, emocional, espiritual)
Abordagem	Suporte emocional, social, prático, reintegração social	Cuidados práticos diários, segurança e bem-estar	Aconselhamento, prevenção de recaídas, planejamento de tratamento	Métodos alternativos, equilíbrio corpo-mente
Contexto de Trabalho	Ambiente natural do paciente (casa, comunidade)	Domicílio, lares de idosos	Clínico, grupos de apoio, centros de reabilitação	Clínicas holísticas, ambientes de relaxamento
Interação com Outros Profissionais	Coordenação com profissionais de saúde	Interação limitada a aspectos físicos	Coordenação com profissionais de saúde	Geralmente independente



Formação e capacitação de um AT

Requisitos básicos para ser um AT

Para se tornar um acompanhante terapêutico, é necessário cumprir alguns requisitos básicos que garantam a competência e a eficácia do profissional na execução de suas funções.

Estes requisitos podem variar conforme a regulamentação local, mas geralmente incluem:

- **Formação Acadêmica:** Preferencialmente, o candidato deve possuir formação em áreas relacionadas à saúde mental, como psicologia, terapia ocupacional, assistência social, enfermagem, ou em cursos específicos de acompanhamento terapêutico.
- **Conhecimento em Saúde Mental:** É fundamental ter uma compreensão sólida dos transtornos mentais, suas manifestações e tratamentos. Conhecimentos em psicopatologia, psicofarmacologia e técnicas terapêuticas são essenciais.

Formação e capacitação de um AT

Requisitos básicos para ser um AT

- **Habilidades Interpessoais:** Empatia, paciência, comunicação eficaz e capacidade de lidar com situações de crise são habilidades cruciais para um AT.
- **Experiência Prática:** Experiência anterior em trabalhos relacionados à saúde mental, seja através de estágios, voluntariado ou empregos anteriores, é altamente valorizada.

Cursos e Capacitações Disponíveis

Existem diversas formas de adquirir a formação necessária para se tornar um acompanhante terapêutico.

- **Cursos de Extensão e Especialização:** Muitas universidades e instituições de ensino oferecem cursos de extensão ou especialização em acompanhamento terapêutico.

Formação e capacitação de um AT

Cursos e Capacitações Disponíveis.

- **Workshops e Seminários:** Participar de workshops e seminários específicos sobre acompanhamento terapêutico pode proporcionar aprendizado prático e teórico, além de possibilitar networking com outros profissionais da área.
- **Formação Complementar:** Cursos em áreas relacionadas, como psicologia, terapia ocupacional, assistência social e enfermagem, podem complementar a formação do AT, proporcionando uma base sólida de conhecimento e habilidades.
- **Treinamentos Específicos:** Alguns centros de saúde mental e instituições especializadas oferecem treinamentos específicos para acompanhantes terapêuticos, abordando desde técnicas de intervenção até aspectos éticos e legais.

Formação e capacitação de um AT

Importância da Supervisão e da Formação Contínua

Supervisão: A supervisão por profissionais mais experientes é essencial para garantir a qualidade do atendimento oferecido pelo AT. Além disso, ajuda a prevenir o desgaste emocional e o esgotamento profissional.

Benefícios da Supervisão:

- Feedback construtivo e orientação prática;
- Desenvolvimento de habilidades clínicas e interpessoais;
- Apoio emocional e profissional;

A supervisão permite a reflexão sobre a prática, a discussão de casos complexos e o desenvolvimento de estratégias mais eficazes de intervenção.

Formação e capacitação de um AT

Importância da Supervisão e da Formação Contínua

Formação Contínua: AA área da saúde mental está em constante evolução, com novas pesquisas, técnicas e abordagens sendo desenvolvidas regularmente.

Formas de Formação Contínua:

- Participação em cursos e workshops avançados;
- Leitura de literatura científica e participação em conferências;
- Envolvimento em grupos de estudo e discussão;

A formação contínua permite que o AT se mantenha atualizado com as melhores práticas e inovações na área, garantindo um atendimento de alta qualidade aos pacientes.

Clique aqui e conheça o curso de **Formação de Acompanhante Terapêutico** da Clínica AG.



Áreas de Atuação

O acompanhante terapêutico (AT) é um profissional versátil que pode atuar em diversas áreas, atendendo a diferentes necessidades de seus pacientes. A seguir, exploramos as principais áreas de atuação do AT, destacando as especificidades de cada uma.

Saúde Mental

Os transtornos psiquiátricos e emocionais representam uma área central de atuação para os acompanhantes terapêuticos.

Nessa área, o AT trabalha diretamente com pacientes que sofrem de uma variedade de condições mentais, ajudando-os a manejar seus sintomas e a melhorar sua qualidade de vida.

- **Transtornos Psiquiátricos:** Envolvem condições graves como esquizofrenia e transtorno bipolar. O AT oferece suporte contínuo, ajudando os pacientes a seguir tratamentos médicos e a manter uma rotina estável.

Áreas de Atuação

- **Depressão:** O AT auxilia na realização de atividades diárias, motivando o paciente a engajar-se em atividades prazerosas e sociais, e oferecendo suporte emocional.
- **Ansiedade:** O AT trabalha com técnicas de enfrentamento e relaxamento, ajudando o paciente a lidar com situações de estresse e a desenvolver habilidades de manejo da ansiedade.
- **Esquizofrenia:** Envolve apoio no uso de medicação, gerenciamento de sintomas psicóticos e promoção de interações sociais saudáveis.
- **Transtorno Bipolar:** O AT ajuda a monitorar as mudanças de humor, incentivando práticas de autocuidado e ajudando a estabilizar a rotina do paciente.

Áreas de Atuação

Reabilitação de Dependentes Químicos

A dependência química é uma área em que o AT desempenha um papel crucial, fornecendo suporte integral aos indivíduos que estão em processo de recuperação de vícios em substâncias como álcool e drogas.

- **Suporte Emocional e Motivacional:** O AT oferece apoio emocional contínuo, ajudando o paciente a manter a motivação para a recuperação.
- **Monitoramento de Tratamento:** Auxilia no seguimento de programas de tratamento, como consultas médicas, terapias e grupos de apoio.
- **Prevenção de Recaídas:** Trabalha com o paciente para identificar gatilhos e desenvolver estratégias de prevenção de recaídas, além de incentivar o envolvimento em atividades saudáveis e construtivas.

Áreas de Atuação

Reintegração Social de Ex-Internos Psiquiátricos

A transição de um ambiente institucionalizado para a comunidade pode ser desafiadora para ex-internos psiquiátricos.

O AT ajuda a facilitar essa reintegração, promovendo a autonomia e a inclusão social.

- **Adaptação à Vida Cotidiana:** Ajuda os pacientes a readaptarem-se às atividades diárias, como cuidar de si mesmos, administrar finanças e realizar tarefas domésticas.
- **Inclusão Social:** Incentiva a participação em atividades comunitárias e sociais, ajudando a construir redes de apoio e a desenvolver habilidades sociais.
- **Acesso a Recursos:** Auxilia no acesso a serviços comunitários, como assistência médica, habitação e programas de apoio.

Áreas de Atuação

Acompanhamento de Idosos

Os idosos, especialmente aqueles com condições de saúde mental ou física, também se beneficiam do acompanhamento terapêutico.

O AT oferece suporte integral, promovendo a qualidade de vida e a autonomia dos idosos.

- **Adaptação à Vida Cotidiana:** Ajuda os pacientes a readaptarem-se às atividades diárias, como cuidar de si mesmos, administrar finanças e realizar tarefas domésticas.
- **Inclusão Social:** Incentiva a participação em atividades comunitárias e sociais, ajudando a construir redes de apoio e a desenvolver habilidades sociais.
- **Acesso a Recursos:** Auxilia no acesso a serviços comunitários, como assistência médica, habitação e programas de apoio.

Áreas de Atuação

Acompanhamento Terapêutico - Jurídico

O acompanhamento terapêutico no contexto jurídico é voltado para indivíduos envolvidos em processos legais que impactam sua saúde mental e emocional.

- **Apoio em Processos Judiciais:** Auxilia indivíduos que enfrentam processos legais estressantes, oferecendo suporte emocional e ajudando na organização de documentos e preparação para audiências.
- **Intervenção em Situações de Risco:** Trabalha com pessoas em situações de vulnerabilidade, como vítimas de violência doméstica ou de abuso, proporcionando suporte emocional e ajudando a acessar recursos legais e de proteção.
- **Acompanhamento de Medidas Socioeducativas:** Atua junto a adolescentes em cumprimento de medidas socioeducativas, promovendo a reintegração social e oferecendo suporte na construção de um projeto de vida.

Áreas de Atuação

Acompanhamento Terapeutico - Infância (Alienação Parental)

A alienação parental é uma situação delicada em que uma criança é manipulada para rejeitar um dos pais. O AT pode desempenhar um papel crucial na intervenção nesses casos, proporcionando suporte tanto para a criança quanto para os pais.

- **Suporte à Criança:** Ajuda a criança a expressar seus sentimentos e a lidar com a situação de conflito entre os pais, promovendo o bem-estar emocional
- **Mediação Familiar:** Trabalha com os pais para melhorar a comunicação e resolver conflitos, promovendo um ambiente mais saudável para a criança.
- **Intervenção Terapêutica:** Colabora com psicólogos e outros profissionais para desenvolver estratégias de intervenção que ajudem a reduzir os efeitos da alienação parental e a restabelecer o vínculo saudável entre a criança e o pai alienado.

Áreas de Atuação

Casos Especiais

O AT também atua em casos especiais, oferecendo suporte a indivíduos com necessidades específicas, como autismo, deficiência intelectual e transtornos de desenvolvimento.

- **Autismo:** Trabalha no desenvolvimento de habilidades sociais, comunicação e comportamento adaptativo, ajudando a criança ou adulto a navegar em diferentes ambientes sociais e escolares.
- **Deficiência Intelectual:** Ajuda a desenvolver habilidades práticas e funcionais, promovendo a independência e a qualidade de vida.
- **Transtornos de Desenvolvimento:** Oferece suporte individualizado para melhorar as habilidades motoras, cognitivas e sociais, colaborando com terapeutas e educadores para implementar planos de intervenção.



Métodos e Técnicas de Trabalho

O trabalho do acompanhante terapêutico (AT) envolve uma variedade de métodos e técnicas para atender às necessidades individuais de cada paciente.

Este capítulo aborda as principais abordagens terapêuticas, técnicas de suporte emocional e motivacional, planejamento de atividades e rotinas, e estratégias de mediação familiar.

Abordagens Terapêuticas Utilizadas

Os ATs utilizam diversas abordagens terapêuticas para apoiar seus pacientes. As principais incluem:

Métodos e Técnicas de Trabalho

Cognitivo-Comportamental (TCC): Focada na identificação e modificação de padrões de pensamento e comportamento disfuncionais. O AT ajuda o paciente a desenvolver estratégias para lidar com pensamentos negativos e a adotar comportamentos mais adaptativos.

- **Exemplo:** Utilizar técnicas de reestruturação cognitiva para ajudar um paciente a identificar e desafiar pensamentos automáticos negativos que contribuem para a ansiedade.

Humanista: Centrada na valorização do indivíduo e na promoção de seu crescimento pessoal. O AT cria um ambiente de aceitação e empatia, encorajando o paciente a explorar seus sentimentos e a desenvolver seu potencial.

- **Exemplo:** Utilizar a abordagem centrada na pessoa, de Carl Rogers, para proporcionar um espaço seguro onde o paciente possa se expressar livremente e ser aceito incondicionalmente.

Métodos e Técnicas de Trabalho

Psicanalítica: Enfatiza a exploração do inconsciente e a resolução de conflitos internos. O AT ajuda o paciente a compreender como suas experiências passadas influenciam seus comportamentos atuais.

- **Exemplo:** Trabalhar com o paciente para explorar memórias de infância e identificar padrões de relacionamento que afetam suas interações atuais.

Sistêmica: Foca nas interações e dinâmicas familiares e sociais. O AT observa e intervém nos padrões de comunicação e relacionamento do paciente dentro de seu sistema familiar.

- **Exemplo:** Utilizar a terapia familiar sistêmica para ajudar uma família a melhorar a comunicação e resolver conflitos que afetam o bem-estar do paciente.

Métodos e Técnicas de Trabalho

Técnicas de Suporte Emocional e Motivacional

O suporte emocional e motivacional é uma parte crucial do trabalho do AT. Algumas das técnicas mais eficazes incluem:

Escuta Ativa: Envolver-se completamente na escuta do paciente, mostrando interesse genuíno e empatia. Isso ajuda o paciente a se sentir valorizado e compreendido.

- **Exemplo:** Parafrasear e refletir o que o paciente diz para garantir que ele se sinta ouvido e compreendido.

Validação Emocional: Reconhecer e aceitar os sentimentos do paciente sem julgamento. Isso fortalece a confiança e a autoestima do paciente.

- **Exemplo:** Dizer ao paciente "Entendo que você esteja se sentindo muito triste agora. Seus sentimentos são importantes e válidos."

Métodos e Técnicas de Trabalho

Técnicas de Motivação: Utilizar estratégias para aumentar a motivação do paciente para a mudança e a realização de objetivos.

- **Exemplo:** Trabalhar com o paciente para definir metas SMART (Específicas, Mensuráveis, Alcançáveis, Relevantes e Temporais) e criar um plano de ação.

Reforço Positivo: Recompensar comportamentos desejáveis para incentivá-los no futuro.

- **Exemplo:** Elogiar o paciente por pequenos progressos, como sair de casa para uma caminhada, para reforçar comportamentos positivos.

Métodos e Técnicas de Trabalho

Planejamento de Atividades e Rotinas

O planejamento de atividades e rotinas estruturadas é essencial para ajudar os pacientes a manterem uma vida organizada e produtiva.

Estabelecimento de Rotinas Diárias: Criar uma rotina diária que inclua atividades básicas como higiene pessoal, alimentação, exercícios e lazer.

- **Exemplo:** Ajudar o paciente a criar um cronograma diário que inclua horários específicos para cada atividade, promovendo uma sensação de controle e previsibilidade.

Atividades Terapêuticas: Planejar atividades específicas que ajudem no tratamento do paciente, como terapia ocupacional, exercícios físicos, e atividades de relaxamento.

- **Exemplo:** Incorporar sessões de ioga ou meditação na rotina do paciente para reduzir o estresse e a ansiedade.

Métodos e Técnicas de Trabalho

Planejamento de Metas de Longo Prazo: Trabalhar com o paciente para estabelecer e alcançar metas de longo prazo, como educação, emprego e relacionamentos.

- **Exemplo:** Auxiliar o paciente a criar um plano de carreira, incluindo etapas como capacitação profissional e busca de emprego.

Em tratamentos tradicionais, muitas vezes o cuidado com o paciente é realizado em um consultório ou ambiente específico.

No entanto, no acompanhamento terapêutico usamos o que chamamos de **setting aberto ou ampliado**.

Isso significa que o **tratamento não se limita a um local fixo**, como um consultório.

O AT **acompanha** o paciente em **diferentes momentos** do dia a dia, seja em casa, no trabalho, em passeios ou em outras atividades cotidianas.

Métodos e Técnicas de Trabalho

Estratégias de Mediação Familiar

A mediação familiar é uma parte importante do trabalho do AT, especialmente quando os conflitos familiares impactam a saúde mental do paciente.

Facilitação da Comunicação: Ajudar os membros da família a comunicar-se de forma mais eficaz, promovendo a escuta ativa e a expressão aberta de sentimentos.

- **Exemplo:** Organizar sessões de mediação onde cada membro da família tem a oportunidade de falar sem interrupções, com o AT facilitando a troca de perspectivas.

Resolução de Conflitos: Intervir em conflitos familiares para ajudar a encontrar soluções mutuamente aceitáveis e reduzir o estresse emocional.

- **Exemplo:** Utilizar técnicas de resolução de conflitos, como negociação e compromisso, para ajudar a família a resolver disputas.

Métodos e Técnicas de Trabalho

Promoção da Coesão Familiar: Planejar atividades familiares que fortaleçam os laços e promovam a coesão e o apoio mútuo.

- **Exemplo:** Organizar atividades recreativas ou projetos em família que incentivem a colaboração e o sentimento de união.

Educação e Sensibilização: Informar a família sobre a condição do paciente e como melhor apoiá-lo, promovendo um ambiente de compreensão e aceitação.

- **Exemplo:** Conduzir workshops ou sessões informativas sobre a condição do paciente e técnicas de suporte adequadas.



Benefícios do Acompanhamento Terapêutico

O acompanhamento terapêutico (AT) oferece uma gama de benefícios que impactam positivamente a vida dos pacientes, desde a melhora na qualidade de vida até a redução de internações e crises.

Este capítulo explora os principais benefícios do AT, apresentando também testemunhos e estudos de caso que ilustram a eficácia dessa intervenção.

Impacto na Qualidade de Vida dos Pacientes

O acompanhamento terapêutico promove uma significativa melhora na qualidade de vida dos pacientes ao proporcionar suporte contínuo e individualizado. Alguns dos principais impactos incluem:

- **Suporte Emocional:** A presença constante de um AT ajuda os pacientes a se sentirem compreendidos e apoiados, reduzindo sentimentos de solidão e desamparo.

Benefícios do Acompanhamento Terapêutico

- **Promoção de Hábitos Saudáveis:** O AT auxilia na criação e manutenção de rotinas saudáveis, incluindo exercícios físicos, alimentação equilibrada e práticas de autocuidado.
- **Engajamento em Atividades Significativas:** Ao incentivar a participação em atividades sociais, culturais e recreativas, o AT ajuda os pacientes a encontrar prazer e propósito em suas vidas.

Redução de Internações e Crises

O acompanhamento terapêutico pode desempenhar um papel crucial na redução de internações psiquiátricas e crises emocionais. Algumas das maneiras pelas quais o AT contribui para isso incluem:

- **Monitoramento Contínuo:** O AT monitora os sinais de alerta e mudanças no comportamento do paciente, permitindo intervenções precoces antes que uma crise se desenvolva.

Benefícios do Acompanhamento Terapêutico

- **Adesão ao Tratamento:** Ao ajudar os pacientes a seguir seus planos de tratamento, tomar medicação conforme prescrito e comparecer a consultas, o AT contribui para a estabilidade clínica.
- **Técnicas de Manejo de Crises:** O AT ensina e reforça técnicas de enfrentamento que ajudam os pacientes a lidar com situações de estresse e a prevenir crises.

Melhoria nas Habilidades Sociais e de Autonomia

O desenvolvimento de habilidades sociais e de autonomia é um dos principais objetivos do acompanhamento terapêutico. Os benefícios nesse aspecto incluem:

- **Habilidades Sociais:** O AT trabalha com os pacientes para melhorar a comunicação, a empatia e a capacidade de formar e manter relacionamentos saudáveis.

Benefícios do Acompanhamento Terapêutico

- **Independência:** Através do incentivo à realização de atividades diárias e ao estabelecimento de metas, o AT ajuda os pacientes a se tornarem mais independentes e autossuficientes.
- **Integração Comunitária:** Ao apoiar a participação em atividades comunitárias e grupos de apoio, o AT facilita a reintegração social dos pacientes.

Importância da Reinserção Social

A reinserção social é um aspecto fundamental do acompanhamento terapêutico, promovendo a inclusão e a participação ativa dos pacientes na comunidade.

Os benefícios da reinserção social incluem:

- **Redução do Estigma:** A interação social e a participação em atividades comunitárias ajudam a reduzir o estigma associado aos transtornos mentais, promovendo uma maior aceitação e compreensão.

Benefícios do Acompanhamento Terapêutico

- **Fortalecimento de Redes de Apoio:** A reinserção social facilita a construção de redes de apoio, incluindo amigos, familiares e grupos comunitários, que podem oferecer suporte emocional e prático.
- **Aumento da Autoconfiança:** A participação em atividades sociais e a conquista de independência aumentam a autoconfiança dos pacientes, permitindo-lhes assumir novos desafios e responsabilidades.
- **Qualidade de Vida:** A integração social contribui significativamente para a qualidade de vida, proporcionando um senso de pertencimento e propósito.



Ferramentas e Recursos para Acompanhantes Terapêuticos

Você já imaginou uma ferramenta que não só aprimora sua prática clínica mas também revoluciona a jornada de saúde mental dos seus pacientes?

A **My Journey Health** é essa inovação.

Inspirada nas melhores práticas de saúde mental e nas últimas inovações em tecnologia digital, nossa solução dual - composta por uma plataforma web para profissionais e um aplicativo para pacientes - é desenhada para transformar o cuidado em saúde mental.

Ideal para acompanhar pacientes com:

Ansiedade, Depressão, Bipolaridade, Borderline, TDAH, Autismo, Dependência Química (Álcool e Outras Drogas) e Codependência.

Vamos juntos nesta jornada!

Ferramentas e Recursos para Acompanhantes Terapêuticos

Otimize sua prática: aplique, meça, visualize

Para Você, Profissional: **Uma Visão 360° do Paciente**

- **Acompanhamento Integral:** Nossa plataforma permite um monitoramento detalhado do paciente, desde o início até o fim de sua jornada, assegurando um cuidado contínuo e personalizado.
- **Insights Profundos:** Através da análise de padrões de comportamentos e emoções, você ganha uma compreensão aprofundada dos desafios únicos de cada paciente, permitindo intervenções mais assertivas.
- **Conteúdo Personalizado:** Capacitamos você a criar intervenções terapêuticas sob medida, elevando não só a assertividade do tratamento mas também o engajamento do paciente.
- **Fortalecimento do Vínculo:** Nossa tecnologia foi projetada para estreitar o relacionamento profissional-paciente, promovendo uma base sólida de confiança e cuidado.

Ferramentas e Recursos para Acompanhantes Terapêuticos

Fortaleça sua jornada de saúde mental: a qualquer hora, em qualquer lugar.

Para Seus Pacientes: **Autocuidado e Conexão**

- **Monitoramento de Sintomas e Diário de Sentimentos:** Ferramentas intuitivas permitem que seus pacientes registrem suas experiências diárias, promovendo autoconsciência e progresso contínuo.
- **Educação e Suporte:** Oferecemos acesso imediato a recursos educacionais e uma comunidade de apoio, orientando e conectando seus pacientes a uma rede de suporte ampla e compreensiva.
- **Conexão Profissional:** Facilitamos uma ponte direta entre você e seus pacientes, garantindo um suporte acessível e eficaz a qualquer momento.



Como Contratar Um Acompanhante Terapêutico

Contratar um acompanhante terapêutico (AT) é um passo importante para garantir o suporte adequado a indivíduos com necessidades específicas de saúde mental e emocional.

Crítérios para Escolher um Bom Profissional

Escolher o acompanhante terapêutico certo envolve avaliar uma combinação de habilidades, experiência, e características pessoais.

Aqui estão alguns critérios essenciais a serem considerados:

- **Formação Acadêmica:** Verifique se o candidato possui formação relevante em áreas como psicologia, terapia ocupacional, assistência social ou cursos específicos de acompanhamento terapêutico.
- **Experiência Profissional:** Avalie a experiência prévia do candidato, especialmente em contextos semelhantes ao da pessoa que necessitará do acompanhamento.

Como Contratar Um Acompanhante Terapêutico

- **Habilidades de Comunicação:** Um bom AT deve possuir excelentes habilidades de comunicação, tanto para interagir com o paciente quanto com a família e outros profissionais de saúde.
- **Empatia e Paciência:** Características essenciais para lidar com situações desafiadoras e proporcionar um suporte emocional eficaz.
- **Flexibilidade e Adaptabilidade:** A capacidade de se adaptar às necessidades e circunstâncias cambiantes do paciente é crucial.
- **Certificação e Credenciamento:** Verifique se o profissional possui certificações reconhecidas ou é membro de associações profissionais de AT, o que pode garantir um nível de qualidade e compromisso com a profissão.

Perguntas a Serem Feitas Durante a Seleção

Durante a entrevista com potenciais candidatos, fazer as perguntas certas pode ajudar a avaliar a adequação do profissional.

Como Contratar Um Acompanhante Terapêutico

Aqui estão algumas perguntas úteis:

Qual é sua formação e experiência na área de acompanhamento terapêutico?

- **Avaliar a formação acadêmica e a experiência prática.**

Pode descrever um caso anterior onde você atuou como acompanhante terapêutico?

- **Obter exemplos concretos do trabalho realizado e os resultados obtidos.**

Quais técnicas e abordagens terapêuticas você utiliza?

- **Entender a metodologia e as técnicas preferidas do candidato.**

Como você lida com situações de crise ou emergências?

- **Avaliar a capacidade de gerenciar crises e aplicar intervenções apropriadas.**

Como Contratar Um Acompanhante Terapêutico

Como você se comunica com a família e outros profissionais de saúde?

- **Verificar as habilidades de comunicação e a abordagem colaborativa.**

Quais são suas expectativas em relação ao trabalho como AT para este paciente específico?

- **Entender se as expectativas do candidato estão alinhadas com as necessidades do paciente.**

Você pode fornecer referências de trabalhos anteriores?

- **Verificar a credibilidade e a reputação do candidato através de referências.**

Expectativas e Definições Claras de Funções

Estabelecer expectativas claras e definir as funções do AT desde o início é crucial para um relacionamento profissional eficaz e benéfico.

Aqui estão alguns pontos a serem considerados:

Como Contratar Um Acompanhante Terapêutico

- **Objetivos e Metas:** Defina claramente os objetivos do acompanhamento terapêutico. Quais são as metas de curto e longo prazo? Como será medido o progresso?
- **Responsabilidades Diárias:** Detalhe as tarefas diárias e semanais do AT, incluindo atividades de suporte emocional, planejamento de atividades, monitoramento de medicação, etc.
- **Horários e Disponibilidade:** Estabeleça horários de trabalho e a disponibilidade esperada do AT. Inclua informações sobre disponibilidade para emergências, se necessário.
- **Comunicação:** Defina como a comunicação será realizada entre o AT, o paciente, a família e outros profissionais de saúde. Estabeleça canais de comunicação e a frequência dos relatórios de progresso.

Como Contratar Um Acompanhante Terapêutico

- **Confidencialidade:** Assegure que o AT compreenda e adira às normas de confidencialidade e ética profissional.
- **Feedback e Avaliação:** Estabeleça um sistema de feedback regular e avaliação de desempenho. Isso pode incluir reuniões periódicas para discutir o progresso e ajustar o plano de acompanhamento, se necessário.

Contratar um acompanhante terapêutico adequado é fundamental para garantir o suporte eficaz e a melhoria da qualidade de vida do paciente.

Seguindo os critérios de seleção, fazendo as perguntas certas e estabelecendo expectativas claras, você pode encontrar um profissional qualificado que atenderá às necessidades específicas do paciente e contribuirá positivamente para o seu bem-estar.



Referências

Pitia, A. C. A., & Santos, M. A. (2005). Acompanhamento terapêutico: a construção de uma estratégia clínica. São Paulo: Vetor.

Pitiá, Ana Celeste de Araújo. (2006). Um olhar sobre o acompanhamento terapêutico pelo conceito reichiano de auto-regulação social. *Psychê*, 10(18), 141-150.

Organizado pela equipe de AT. Equipe de AT's de "A CASA" (org.). A Rua como Espaço Clínico: Acompanhamento Terapêutico. São Paulo, Escuta, 1991.

Organizado pela equipe de AT. Equipe de AT's de "A CASA" (org.). Crise e Cidade: Acompanhamento Terapêutico. São Paulo, Educ, 1997.

Organizado pela equipe de AT. Equipe de AT's de "A CASA" (org.). Textos, Texturas e Tessituras no Acompanhamento Terapêutico. São Paulo, Hucitec, 2007.

Mauer, S. K. E. S. Resnizky. Acompanhantes Terapêuticos e Pacientes Psicóticos. Campinas, Papirus, 1987.

Barreto, K.D. Ética e Técnica no Acompanhamento Terapêutico, São Paulo, Unimarco, 1998.

Referências

Londero I, Pacheco JTB. Por que encaminhar ao acompanhante terapêutico? uma discussão considerando a perspectiva de psicólogos e psiquiatras. *Psicol Estud* [Internet]. 2006May;11(2):259–67. Available from: <https://doi.org/10.1590/S1413-73722006000200004>

Sales, K. C. (2010). *Acompanhamento Terapêutico: Histórico e Perspectivas*. São Paulo: Editora Vetor.

Gonçalves, A. (2012). *Acompanhamento Terapêutico: Uma Prática da Inclusão*. Porto Alegre: Artmed.

Núñez, M. A., & Mazzuca, P. (2005). *Acompanhamento Terapêutico: Clínica e Política*. Buenos Aires: Lugar Editorial.

Ferreira, J. R. (2018). "O Papel do Acompanhante Terapêutico no Contexto da Saúde Mental". *Revista de Psicologia Clínica*, 30(2), 120–130.

Pereira, M. S., & Silva, R. L. (2019). "Acompanhamento Terapêutico: Reflexões sobre a Prática Clínica". *Psicologia em Estudo*, 24(3), 385–396.



SOBRE OS AUTORES

André Luis Granjeiro, palestrante e psicólogo Clínico - CRP 06/144060, atuando nos formatos presencial, online e domiciliar. É proprietário da **Clínica AG**- CRP 06/9290/J, situada na cidade de Campinas - SP.

Pós-graduado em **Saúde Mental** com especialização em **Dependência Química** pela UNIFESP/UNIAD. Pós-graduado em **Avaliação Psicológica e Clínica** pela Kroton. Pós-graduado em **Psicologia do Trânsito** pela UNIP. Coordenador do curso de Acompanhamento Terapêutico em Dependência Química, presencial “teoria, prática e supervisão” da Clínica AG. Sócio na RA4 Consultoria.

Professor e coordenador da supervisão do curso internacional de AT realizado na plataforma EUREKA EDUCANDO. Professor do curso EAD de Psicologia do Trânsito na Cogna Educação.

Membro da Sociedade Internacional de Profissionais da Prevenção e Tratamento de Uso de Substâncias (**ISSUP**) e da Associação Brasileira de Estudos de Álcool e Outras Drogas (**ABEAD**). Perito do **Detran** (avaliação CNH) e da **Polícia Federal** (porte de arma).

SOBRE OS AUTORES

André Almeida 'e mestrando na Faculdade Ciências Médicas (Psiquiatria e Saúde Mental) na UNICAMP. Pesquisador em saúde digital aplicada ao tratamento de dependências.

mpreendedor, palestrante e cofundador da startup **My Journey Health**.

Associado da Associação Brasileira do Estudo de Álcool e Outras Drogas (**ABEAD**) e Associado da Sociedade Internacional de Profissionais de Prevenção e Tratamento do Uso de Substâncias (**ISUUP**).

Acompanhante Terapêutico em dependência química formado pela Clínica AG (4º Turma).

Autor de **quatro capítulos** de livros sobre tecnologia, dependências químicas e comportamentais, além de LGBTQIAPN+.



Acompanhante Terapêutico em Saúde Mental

André Granjeiro
André ALmeida

ISBN: 978-65-984826-0-2

CD



9 786598 482602