

Terapia Comunitária Integrativa (TCI)

Materiais em PDF para participantes, condução e implantação responsável

Versão: 01/01/2026. Conteúdo alinhado ao artigo: etapas, acordos, dinâmicas simples e cuidado com 'não aconselhar'.

O que você encontra aqui

- 1) Guia rápido para participantes (1 página).
- 2) Roteiro de condução (facilitadores): as 5 etapas + perguntas e cuidados.
- 3) Dinâmicas simples que respeitam metodologia e segurança.
- 4) Checklist de segurança e qualidade + registro rápido do encontro.
- 5) Checklist inicial para implantação em serviço/comunidade.
- 6) Leituras e documentos recomendados (PDFs / referências).

1) Guia rápido para participantes

O que é a TCI

Um encontro coletivo, com começo, meio e fim, em que o sofrimento vira linguagem, vínculo e recurso - sem colocar ninguém na posição de 'defeituoso'.

O que esperar do encontro

- **Um clima de respeito e horizontalidade:** ninguém vira dono da verdade.
- **Um tema por vez:** o grupo escolhe o que está mais vivo no momento.
- **Partilha de experiências:** cada pessoa fala do que viveu e do que fez.
- **Encerramento com um passo possível:** micro-mudança praticável (algo respirável).

Acordos (o que sustenta a segurança)

- **Confidencialidade:** o que é dito aqui não vira assunto fora da roda.
- **Falar no 'eu':** eu conto minha experiência - não interpreto a vida do outro.
- **Não aconselhar:** trocamos caminhos pessoais ('o que eu fiz foi...') - não receitas ('você tem que...').
- **Não julgar:** acolher sem humilhar, sem ironia e sem exposição.
- **Ritmo:** ninguém é obrigado a falar. Participar também é escutar.

O objetivo real

Não é 'resolver tudo'. É não atravessar tudo sozinho - e sair mais acompanhado por dentro.

Quando procurar ajuda individual/urgente

Se houver crise aguda, risco de autoagressão, violência ou sofrimento insustentável, procure ajuda individual e urgente. A roda é potência, mas crise aguda precisa de resposta imediata.

Brasil (referências úteis): SAMU 192 | Polícia 190 | Bombeiros 193 | CVV 188

2) Roteiro de condução (facilitadores)

Princípio que guia tudo

TCI não é palestra nem debate. Não é disputa de narrativa. É construção de pertencimento e recurso, com segurança.

Regra de ouro: em vez de 'consertar', o grupo escuta e compartilha experiências próprias.

As 5 etapas (fluxo com começo, meio e fim)

1) Acolhimento

- Objetivo: o corpo chega antes da história. Clima, acordo e ritmo.
- Como abrir: uma palavra de como chegou + 30 segundos de respiração/pés no chão.
- Cuidados: interromper cedo palestra/debate; reforçar confidencialidade.
- Perguntas úteis: 'Com que palavra você chega hoje?'
- Ritual curto: silêncio de 30 segundos para aterrissar.

2) Escolha do tema

- Objetivo: tirar o grupo do 'tudo ao mesmo tempo'. Um tema por vez.
- Como fazer: acolher 3-4 inquietações e perguntar onde há mais ressonância.
- Cuidados: evitar exposição além do que a pessoa sustenta.
- Frase útil: 'Qual desses temas está mais vivo para o grupo hoje?'
- Acordo: tema escolhido não precisa ser o 'maior' - precisa ser o 'mais presente'.

3) Contextualização

- Objetivo: dar contorno sem interrogatório.
- Como fazer: perguntas simples que devolvem chão e direção.
- Cuidados: não buscar detalhes que identifiquem terceiros; não pressionar.
- Perguntas úteis: 'Quando começou a apertar?', 'O que piora?', 'O que melhora um pouco?', 'Quem te dá chão?'

4) Problemática

- Objetivo: partilha de caminhos, não receitas.
- Como fazer: convidar o grupo a falar no 'eu' (experiências).
- Cuidados: cortar 'você tem que...' e moralizações; proteger protagonista.
- Frase de condução: 'Quem já viveu algo parecido e pode dizer o que fez que ajudou um pouco?'
- Reforço: 'Aqui a gente compartilha experiências, não dá ordens'.

5) Encerramento

- Objetivo: conotação positiva sem forçar felicidade. Sair com um passo possível.
- Como fazer: agradecimentos, reconhecimento e micro-mudança praticável.
- Cuidados: checar como a pessoa sai; orientar busca individual se necessário.
- Pergunta útil: 'Qual passo pequeno e possível você leva daqui para essa semana?'
- Ritual: música/provérbio/frase de força - sempre com respeito ao grupo.

Dinâmicas simples (que sustentam o essencial)

Dinâmica, na TCI, não é 'encher o encontro de atividade'. É o que ajuda o grupo a entrar em presença, criar vínculo e manter segurança.

Acolhimento

- Check-in de 1 palavra (uma palavra mesmo).
- Silêncio curto: 30 segundos para respirar e perceber os pés no chão.
- Celebrar o que é celebrável: aniversário, notícia boa, vitória pequena.

Escolha do tema

- Coleta de 3-4 inquietações (sem pressa).
- Votação por ressonância: mãos/gesto simples, sem constranger.
- Reforço do ritmo: 'você pode falar pouco; escutar também participa'.

Contextualização

- Perguntas de chão: quando começou, o que piora, o que melhora, quem ajuda.
- Perguntas que evitam invasão: foco na experiência e no impacto, não em detalhes de terceiros.

Problematização

- Rodada de experiências: cada um começa com 'o que eu fiz foi...' / 'o que me ajudou foi...'.
- Regras claras: sem ordens, sem diagnóstico do outro, sem sermão.

Encerramento

- Agradecimentos específicos: coragem, esforço, sensibilidade.
- Um passo possível (micro-mudança): pequeno, realista e com data.
- Ritual de agregação (opcional): música/frase curta - com consentimento do grupo.

3) Checklist de segurança + registro rápido

Checklist de segurança (antes e durante)

- Reforçar confidencialidade no início (e lembrar em caso de tensão).
- Sinalizar 'falar no eu' e 'não aconselhar' como cuidado (cortar 'você tem que' cedo).
- Proteger o ritmo: ninguém é empurrado a falar mais do que sustenta.
- Cortar debate/palestra: reconduzir para experiência e pertencimento.
- Evitar exposição de terceiros (nomes, detalhes identificáveis).
- Observar sinais de crise aguda (risco imediato) e orientar busca de ajuda individual/urgente.

Checklist de qualidade (depois do encontro)

- O encontro terminou com fechamento (não ficou 'aberto' sem aterrissar).
- Houve passo possível (micro-mudança praticável) para quem precisou.
- O grupo saiu com sensação de respeito e horizontalidade.
- Se houve necessidade, encaminhamentos foram orientados com cuidado e privacidade.

Registro rápido do encontro (sem identificar participantes)

Use este registro quando precisar documentar a prática em serviço/comunidade. Evite dados que identifiquem pessoas.

Data:	____/____/____	Horário:	____:____ - ____:____
Local:	_____	Facilitador(a):	_____
Nº de participantes:	_____	Tipo de roda:	_____
Tema escolhido (geral):			
Recursos citados pelo grupo (ex.: rede, estratégias, apoios):			
Passos possíveis (micro-mudanças) que apareceram:			
Encaminhamentos/orientações (se houve):			
Observações de segurança (sem detalhes pessoais):			

Nota importante de cuidado

Se você ou alguém estiver em risco imediato (autoagressão, violência, desespero intenso), procure ajuda urgente na rede local. A roda é potência, mas crise aguda precisa de resposta imediata e individualizada.

Brasil (referências úteis): SAMU 192 | Polícia 190 | Bombeiros 193 | CVV 188

4) Implantação (gestão/serviço): checklist inicial

Para começar com responsabilidade

Este checklist ajuda a organizar critérios, fluxo e responsabilidades. Ajuste à sua realidade e às diretrizes locais.

Estrutura mínima

- Espaço físico/online com privacidade e interrupções mínimas.
- Horário fixo e duração definida (começo, meio e fim).
- Facilitador(a) com formação adequada em TCI e supervisão quando necessário.
- Acordo de confidencialidade explicado e reforçado.

Fluxo e registro (sem exposição)

- Fluxo das 5 etapas praticado e protegido (acolhimento, tema, contextualização, problematização, encerramento).
- Registro rápido do encontro (sem nomes/dados identificáveis).
- Procedimento de encaminhamento para atendimento individual quando necessário.

Segurança e cuidado

- Critérios claros para crise aguda/risco imediato (rede de emergência e saúde).
- Conduta para quebra de confidencialidade (tolerância baixa; reparar rápido).
- Cuidado com aconselhamento direto e moralização (priorizar 'falar no eu').

Siglas: SUS (Sistema Único de Saúde) | PICS (Práticas Integrativas e Complementares em Saúde) | PNPIC (Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares)

5) Leituras e documentos recomendados

Lista baseada nas referências citadas no artigo. Links incluídos em texto para consulta.

Manual de Implantação de Serviços de PICS no SUS (Ministério da Saúde) - PDF

https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pics/publicacoes/manual_implantacao_servicos_pics.pdf/view

PNPIC - Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS (2ª edição) - PDF

https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_praticas_integrativas_complementares_2ed.pdf

Protocolo de Terapia Comunitária Integrativa - Secretaria de Saúde (GO) - PDF

<https://goias.gov.br/saude/wp-content/uploads/sites/34/cremic/protocolo-terapia-comunitaria-integrativa.pdf>

Nota Técnica 02/2020 - TCI na Rede de Atenção à Saúde (RS) - PDF

<https://admin.atencaoprimaria.rs.gov.br/upload/arquivos/202009/14093602-nota-tecnica-terapia-comunitaria-integrativa-02-2020-docx.pdf>

Cuidando da Saúde Mental em Tempos de Crise: TCI (ObservaPICS/Fiocruz) - PDF

<https://observapics.fiocruz.br/wp-content/uploads/2021/02/Especial-PICS-Covid-TCI-ObservaPICS.pdf>

ABRATECOM - Associação Brasileira de Terapia Comunitária Integrativa (site oficial)

<https://abratecom.org/>

Relatório de Monitoramento Nacional das PICS (Ministério da Saúde) - PDF

<https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/relatorios/2024/relatorio-de-monitoramento-nacional-das-praticas-integrativas-e-complementares-em-saude.pdf>

E-book: Terapia Comunitária Integrativa (EDUFCG) - PDF

<https://dspace.sti.ufcg.edu.br/bitstream/riufcg/41042/1/TERAPIA%20COMUNIT%C3%81RIA%20INTEGRATIVA%20-%20E-BOOK%20EDUFCG%202025.pdf>