

(Re)aprender a viver...

Sendo uma resposta social da Cáritas Diocesana de Beja, a Comunidade Terapêutica Horta Nova norteia a sua atuação pela utilização de metodologias adequadas ao tratamento e reinserção de toxicodependentes e alcoólicos. Em entrevista ao ExLibris®, Teresa Chaves, presidente da Cáritas Diocesana de Beja, Maria do Carmo, diretora técnica da Comunidade Terapêutica, e Cátia Graça, psicóloga clínica, evidenciam o modelo terapêutico que tem como objetivo a recuperação plena do adicto. Este é, de facto, um projeto que evidencia que não há limites para os que ousam sonhar em recomeçar e encontrar o sentido da vida!

N um universo de beleza e encantamento, percorremos as planícies alentejanas e chegámos a Beja. Ao dar os primeiros passos na Comunidade Terapêutica Horta Nova, deixámo-nos conquistar pela paisagem idílica, onde o horizonte é rasgado por feixes de luz que resplandecem e formam um verdadeiro esplendor de beleza natural. Esta tela digna de Picasso, Monet ou Matisse é emoldurada pelas lezírias, coroada pelo branco das casas típicas e pincelada pelo dourado do pôr do sol. «Tudo é tranquilo e sonhador. Olhando esta paisagem que é uma tela. De Deus, eu penso então: Onde há pintor. Onde há artista de saber profundo, que possa imaginar coisa mais bela, mais delicada e linda neste mundo?»¹. Enquanto resposta social da Cáritas Diocesana de Beja [ver caixa de texto], a Comunidade Terapêutica tem como missão implementar as metodologias adequadas ao tratamento e reinserção de toxicodependentes e alcoólicos. Nascido em 1998, este projeto tem evidenciado um nível sustentado de crescimento, em prol da recuperação e reinserção de pessoas com dependências químicas.

Neste sentido, num espaço que responde a elevados padrões de qualidade, com uma equipa multidisciplinar, altamente qualificada, bem como supervisão clínica e psiquiátrica, "o residente é estimulado à consciencialização do seu problema, dificuldades e limitações. O objetivo aqui subjacente é criar condições para que se desencadeiem processos de mudança, comportamentais e relacionais que permitam a cada utente, de futuro, manter uma vida abstinentemente de consumos nocivos", afirma Maria do Carmo, diretora técnica. Por isso, e citando as palavras da poetisa Cora Coralina, «mesmo quando tudo parece desabar, cabe a mim decidir entre rir ou chorar, ir ou ficar, desistir ou lutar; porque descobri, no caminho incerto da vida, que o mais importante é decidir». E esta é a altura de decidir caminhar por um novo rumo; descobrir uma segunda oportunidade para reaprender a viver com estilos de vida saudáveis e mecanismos que garantam a sobriedade de quem, outrora, encontrou na Adição uma alternativa. Os residentes da Comunidade Terapêutica Horta Nova encontram, aqui, os alicerces para virar a página e começar a escrever uma nova história que terá, certamente, 'um final feliz'.

Intervenção Terapêutica

Assente nas vertentes Psicoterapêutica, Organizativa/Funcional, de Lazer, Médica, Social e Profissional, o modelo que orienta a ação da Comunidade baseia-

-se, de acordo com Maria do Carmo, "na responsabilidade progressiva de cada residente em relação a si próprio, ao grupo onde se insere e à Comunidade. Pretende-se, sobretudo, valorizar a vivência de sentimentos de honestidade e sinceridade, enquadrados num clima de afeto entre os indivíduos dependentes".

Para dar cumprimento à sua missão, a Instituição prevê o Programa Geral para Toxicodependentes, com duração de 12 a 18 meses, e o Programa Específico para Alcoólicos, que pode mediar de seis a 12 meses. Perfeitamente harmonizada com a evolução da sociedade e, consequentemente, das suas necessidades, a Comunidade irá, em breve, disponibilizar um Programa Específico de Longa Duração, de 36 a 48 meses, estando este direcionado para "situações em que os adictos estejam já desenraizados socialmente. Será um processo extenso e que nos permitirá trabalhar, de forma adequada, os casos mais complexos e, mais tarde, reintegrá-los a nível social e profissional", acrescenta a diretora técnica.

Neste caso, para além das componentes terapêuticas implementadas nos outros programas, "existirá, ainda, uma vertente de intervenção individualizada, relacionada com a aquisição de competências básicas de higiene, normas de conduta e formas de estar. Pretende-se, deste modo, que os residentes se adaptem, de forma progressiva e ao seu ritmo, às exigências do quotidiano na Comunidade Terapêutica, tendo em conta as suas limitações e desintegração social prolongada", assegura.

Relativamente ao Programa Geral para Toxicodependentes, este apresenta-se estruturado em três fases distintas e com objetivos diferentes. Assim, na primeira etapa do processo terapêutico, são desenvolvidos mecanismos que objetivam a integração e envolvimento do utente na Comunidade Terapêutica, nomeadamente através de um sistema de reeducação e re aquisição de normas. Simultaneamente, tenciona-se que o indivíduo se consciencialize das suas dificuldades e aspetos que quer mudar na sua conduta. "Há aqui, portanto, todo um processo em que a pessoa é estimulada a pensar sobre si própria", refere Maria do Carmo, acrescentando que é na segunda fase que o residente "aprofunda a história de vida, promovendo-se o reconhecimento do seu percurso". É e ainda neste domínio que o utente conquista alguns privilégios e se inicia o contacto com o exterior. Posteriormente, na terceira etapa, esta abertura à sociedade e à família é intensificada e inicia-se a elaboração de um projeto



Teresa Chaves, presidente da Cáritas Diocesana de Beja, Maria do Carmo, diretora técnica, e Cátia Graça, psicóloga clínica

«Não importa onde parou(...),
o que importa é que sempre é possível
E necessário recomeçar(...)»
Recomeçar...hoje é um bom dia para começar»
Carlos Drummond de Andrade

de vida, prevenindo-se, por isso, que se estabeleçam contactos para a concretização das ambições profissionais.

No caso do Programa Específico para Alcoólicos, a primeira etapa é semelhante ao Programa Geral, ao passo que, na segunda, para além de se induzir uma reflexão mais profunda sobre si próprio, são planificadas pela equipa técnica sessões temáticas relacionadas com o tema do álcool. A terceira fase é assegurada pelos UILCAD (Unidades de Intervenção Local nos Comportamentos Adictos e nas Dependências) – que, ao substituir os Centros de Atendimento a Toxicodependentes (CAT's), prestam cuidados globais às pessoas com problemas de dependência. "Embora já levem da Comunidade um projeto de reinserção alinhavado, é efetivamente nas entidades mencionadas que é concretizado. Inicialmente, este Programa tinha uma duração de três a seis meses, mas, dado o seu prolongamento, temos mais margem para trabalhar a reinserção", afirma a diretora técnica.

Consciente da importância que a recuperação e a ressocialização assumem no processo de consolidação do tratamento, a Comunidade dinamiza esforços no sentido de trabalhar competências que maximizem o conhecimento do residente, bem

como o aumento da sua formação académica. Neste sentido, em anos transatos, alguns utentes, no momento da alta clínica, tinham concluído o 6º ou 9º ano de escolaridade através do Sistema de Reconhecimento, Validação e Certificação de Competências (RVCC). Este ano, em parceria com o Instituto Politécnico de Beja, a Comunidade beneficiou da visita de voluntários, nomeadamente de uma estudante universitária da vertente de Ensino Básico que desenvolveu ações para reduzir a iliteracia de alguns residentes. Com efeito, e evidenciando níveis de evolução e inovação contínuos, "pensamos dinamizar mais formações no futuro, sendo que estamos a equacionar um projeto na área da Agricultura que contribuirá para certificar a formação dos utentes ao nível do 6º ou do 9º ano", adianta.

Simultaneamente, no domínio do Programa Geral para Toxicodependentes, "a Comunidade detém um projeto, em parceria com o Instituto do Emprego e Formação Profissional (IEFP), que nos possibilita a colocação do residente com alta clínica no mercado de trabalho: o Vida-Emprego", revela Teresa Chaves, presidente da Cáritas Diocesana de Beja. Sendo uma resposta integrada que privilegia o acesso dos utentes às medidas que o IEFP prevê para promover o emprego, esta orientação assume-se como um importante intermediário entre o mercado e a Comunidade Terapêutica. "Ao receber o residente, que continua a ser acompanhado pela Cáritas numa avaliação periódica, a entidade patronal não tem custos e beneficia de um profissional que, devido às competências que adquiriu no processo terapêutico, se traduz num excelente colaborador.

Processo de admissão

Iniciado via telefone ou pessoalmente, pelos interessados ou pelos serviços competentes, o processo de admissão prevê a realização de uma triagem, avaliando, deste modo, a motivação do indivíduo adicto para o seu internamento na Comunidade Terapêutica.

Após o primeiro contacto, é agendada a entrevista onde é analisado o cumprimento dos critérios de admissão, designadamente: ser indivíduo do sexo masculino maior de 18, motivação para aderir voluntariamente ao programa terapêutico, eventualmente em programa de substituição de opiáceos, não ser portador de doenças graves do foro psiquiátrico, entre outros oportunamente informados pela equipa. De portas abertas a residentes em qualquer ponto do país, a Comunidade disponibiliza 30 camas convenionadas com o Serviço de Intervenção nos Comportamentos Aditivos e nas Dependências (SICAD), em que 80% do tratamento é subsidiado pelo Estado, e duas camas privadas. Os utentes que pretendam integrar a Comunidade através das camas convenionadas com o SICAD terão que ser avaliados também pelos UILCAD que depois desenvolverão todo o processo de admissão em conjunto com a Comunidade. No caso das camas privadas o processo de admissão é feito apenas com a Comunidade Terapêutica.

Precisa de ajuda? Ligue o 284331041/ 284 312 210

Cáritas Diocesana de Beja

Enquanto instância típica e oficial da Igreja, a Cáritas Diocesana de Beja, ao longo da sua ação, tem dinamizado iniciativas com vista à promoção da sua ação social, intervindo «em situações de emergência ou dependência, promovendo a autonomia e o desenvolvimento integral do ser humano, de acordo com valores de ética cristã». Sendo a face mais visível da Igreja na sua opção preferencial pelos mais pobres, tem como missão "estar próxima das pessoas mais carenciadas. Para tal, prevê respostas sociais que se destinam à população que não encontra soluções noutras instituições. Isto é, dirigimo-nos para um perfil de pessoas que normalmente vive em extrema situação de exclusão social como a população sem-abrigo, pessoas com grandes carências económicas e com várias problemáticas, entre elas o consumo de substâncias ilícitas e álcool", refere Teresa Chaves.

Entidade orgânica da Cáritas Portuguesa, e pretendendo contribuir para a construção de uma «Nova Humanidade assente em valores de Justiça, Paz e Amor», a Cáritas de Beja prevê como respostas sociais: a Comunidade Terapêutica Horta Nova, uma Comunidade de Inserção para pessoas sem-abrigo, Apoio Domiciliário para idosos, Refeitório e Cantina sociais, apoio de famílias que auferem o Rendimento Social de Inserção, acompanhamento de turmas do Programa Integrado de Educação e Formação (PIEF), Serviço de Apoio Social, Fundo de Emergência Social e Fundo Social Solidário.

Temos registado um índice de sucesso extremamente alto e as entidades patronais manifestam disponibilidade para continuar a acolher estes profissionais. Trata-se, efetivamente, de uma estratégia de excelência na integração social com benefícios para ambos os intervenientes: o residente já tem um local de trabalho quando tem alta clínica, e o empregador usufrui do trabalho de alguém que está empenhado na tarefa que desempenha", acrescenta Teresa Chaves.

Potenciar o sucesso da reabilitação

Assentes numa abordagem personalizada e orientada para o cumprimento das necessidades de cada utente, os programas terapêuticos da Instituição contemplam três componentes diferenciadoras e que promovem o sucesso da reabilitação.

Assim, no âmbito da componente Funcional e Organizativa, o programa visa responder às necessidades básicas do quotidiano, aquisição de hábitos de trabalho e de regras e normas de conduta, bem como de competências de relacionamento interpessoal e de comunicação. Torna-se igualmente imperioso que, neste domínio, o residente adquira uma progressiva responsabilização e, para tal, a Comunidade está organizada em setores de atividade, sendo que cada um é assegurado por um conjunto de utentes.

De acordo com Maria do Carmo, "a hierarquização das responsabilidades que vão sendo gradualmente assumidas pelos residentes permite ir desenvolvendo em cada um a capacidade de raciocinar, apreender, compreender, ponderar, avaliar e de tomar decisões, não condicionados pelo "agir sem pensar", mas pela autorreflexão e autoexigência em interação com o próprio e com os outros". Por isso, "em cada setor de atividade, cabe aos residentes que vão avançando no processo terapêutico a coordenação dos outros residentes, bem como a responsabilidade pelo funcionamento de um setor. Nesta hierarquia, existe ainda um coordenador de casa que superintende, a nível do grupo de residentes, todos os aspetos referentes aos vários setores de atividade da casa". No fundo, "este constructo tem como finalidade ir criando no utente um grau de autonomia que o torne capaz de se organizar sozinho e com capacidade de decidir o seu destino, com sentido de responsabilidade e de respeito pelo outro. É foi com fundamento nos pressupostos terapêuticos explicitados que tecnicamente instituímos que o residente coordenador da casa, sendo o responsável máximo do grupo residente na hierarquia da vivência comunitária, é investido da responsabilidade da gestão da Comunidade Terapêutica em conjunto com

a equipa técnica. Trata-se de uma função fundamentalmente assente no seu simbolismo, mas como é muito marcante para o utente, vai de encontro aos objetivos do nosso projeto", afirma.

A componente Terapêutica, por sua vez, visa, entre outros, promover a aceitação e o conhecimento da dependência, bem como motivar para a continuidade do programa. Para tal, está organizada nos seguintes espaços terapêuticos: reunião de fim de dia, grupos de encontro, grupos terapêuticos, reuniões de fase, terapia individual e dinâmicas de grupo.

A terceira componente, a de Lazer, tem como intuito contribuir para a melhoria da qualidade de vida, através da ocupação dos tempos livres, e realizar atividades de índole cultural e artística que potenciam o desenvolvimento das aptidões pessoais e sociais. Sendo as atividades neste âmbito asseguradas por um profissional com formação na área sociocultural, o lazer pode ser dividido, segundo Cátia Graça, psicóloga clínica, "em duas vertentes: livre e programado. O primeiro domínio reporta-se tanto às atividades diárias de organização da casa, como às psicoterapêuticas, sendo que, a partir das 17h, os residentes têm horário livre, podendo dedicar-se a diversões como televisão, jogos de tabuleiro, cartas, matraquilhos, futebol, etc. Já o lazer programado é uma vertente que valorizamos especialmente e em que programamos diversas atividades para estimular a interação entre os residentes. Esta é, com efeito, uma forma salutar de ocupar os tempos livres que nada tem que ver com a procura de consumo ou com o consumo em si. Nesta altura do ano, dinamizamos as férias terapêuticas e, aos sábados, os utentes têm, inclusive, oportunidade de ir à praia, à piscina ou à praia fluvial. De salientar que a Comunidade privilegia o contacto com entidades locais, pelo que temos entrada gratuita na piscina de Beja e da Vidigueira". Cumulativamente, "realizamos saídas especiais com toda a equipa para que seja fomentado o contacto informal, mais próximo, entre todos os membros da Instituição. Poderia enumerar diversos locais que já visitámos, mas os mais recentes foram o Alqueva e Lisboa e estamos a planejar uma ida às Grutas de Aracena", acrescenta a psicóloga clínica. Neste sentido, a Comunidade Terapêutica Horta Nova protocolou, também, com a Biblioteca de Beja uma parceria denominada «Leitura Furiosa». Destinando-se essencialmente aos residentes "que abandonaram o percurso académico", estes usufruem da visita mensal de um monitor que realiza atividades de leitura, despertando-lhes competências como criatividade e imaginação. Esta iniciativa culmina num evento anual, realizado em simultâneo em vários



pontos de Lisboa, Porto e França, com diversos grupos "zangados com a leitura" e que partilha o mesmo nome do Programa. Nesse dia, são apresentadas as histórias elaboradas pelos escritores nacionais convidados, desenvolvidas a partir de conversas informais com os utentes e ilustradas por artistas locais. As componentes supracitadas são ainda aditadas a de Saúde, Social e Profissional.

Futuro: novas abordagens terapêuticas

Num ambiente que se assemelha, na sua essência, a uma verdadeira família, os residentes desenvolvem, progressivamente, com a equipa, uma aliança terapêutica fundamental para que ocorra o processo de entrega e confiança. E estes são, efetivamente, laços que não se desvanecem após a alta clínica – o auge do projeto terapêutico em que os utentes são convidados a escrever um testemunho que se eternizará nas paredes da sala de convívio. "Os nossos utentes têm a oportunidade de renascer e, por isso, desenvolvem um sentimento de gratidão para com a equipa técnica que lhes proporcionou a segunda oportunidade e a reconciliação com a família. Eles passam a sentir a Comunidade como a sua casa e há aqui subjacente uma relação afetiva muito importante", enfatiza Teresa Chaves.

Com um legado de sucesso e um futuro promissor, a Comunidade Terapêutica Horta Nova delineará, assim, a estratégia de crescimento em prol da reintegração dos residentes. A espelhar esta premissa está o projeto desenvolvido em parceria com a Universidade Lusófona, no domínio da Neuropsicologia. "Através de uma neuropsicóloga em estágio profissional, está a ser aplicado na Comunidade um Programa de Estimulação Cognitiva para Adições. Este foi motivado pelo facto destas originarem, a nível neurológico, vários danos que interferem no restante processo terapêutico", explica Cátia Graça. Neste programa standard, "numa primeira fase, é realizada uma avaliação para analisar quais as áreas do cérebro afetadas e, posteriormente, é aplicado um plano de reabilitação para recuperar parcialmente as competências danificadas. No final, é feita uma nova avaliação para aferir quais os objetivos que se conseguiram alcançar. Embora em fase de validação, já são evidentes alguns benefícios decorrentes da utilização do Programa", acrescenta a presidente da Cáritas Diocesana de Beja. Para os utentes com mais áreas cerebrais em deficit que são normalmente os dependentes do álcool, será desenvolvido um plano de reabilitação personalizado, de forma a fazer uma intervenção mais intensa e célere. ◀

1 Meu Alentejo, de Florbela Espanca



Cáritas
DIOCESANA DE BEJA

Sede da Cáritas Diocesana de Beja
Presidente - Maria Teresa Chaves
Rua Afonso Lopes Vieira nº. 18
7800 - 273 Beja

Telefone: 284 312 210
Telemovel: 92 434 12 07
Fax: 284 341 660

Comunidade Terapêutica Horta Nova
Monte da Horta Nova - Neves

Telefone: 284 312 210
Fax: 284 341 660
geral - caritas@caritasbeja.pt