

A IMPORTÂNCIA DO AUTOCUIDADO PARA MULHERES EM SITUAÇÃO DE VULNERABILIDADE SOCIAL

GERLINE AGUIAR DE ALMEIDA

Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: gerlinealmeida21@gmail.com

JESSIANE MENDES DA SILVA

Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: jeissianesilva1402@gmail.com

MARIA HELENA DE SOUSA LIMA

Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: mariah.limasousa@hotmail.com

MARIA KILZIANE ALVES DA SILVA

Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: kilzianeallv@outlook.com

MÉRCIA CAPISTRANO OLIVEIRA

Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário Católica de Quixadá (UNICATÓLICA).

E-mail: mercia@unicatolicaquixada.edu.br

RESUMO

As mulheres que vivem em posição socialmente desfavorecidas encontram-se vulneráveis e propensas ao desenvolvimento de relacionamentos fragilizados e apresentam-se sujeitas a situações de violência com o agravamento da falta de acesso a políticas públicas. Quando se trata de violência interpessoal, pode-se dizer que a intensidade de seu impacto na vida das pessoas está relacionada às características mais comuns de indivíduos e/ou famílias em situação de vulnerabilidade socioeconômica, tais como desnutrição, traumas anteriores e maus-tratos na infância, e características de agressão. Apesar de vir de um ambiente familiar vulnerável e estar exposta direta ou indiretamente a altos níveis de violência, é necessário considerar a resiliência, fornecendo recursos pessoais e relacionais para não repetir comportamentos aprendidos. O objetivo deste trabalho é conhecer e discutir as experiências de vidas das participantes de um grupo de mulheres que aborda diversos temas relacionados as vivências e assuntos habituais de seus dias. Trata-se de um relato de experiência das práticas integrativas VII, que foi realizado na instituição Mispinha (MIAC), localizada na cidade de Quixadá-CE, com intervenções entre os meses de março a maio de 2023. As atividades desenvolvidas, junto ao grupo, consistiram em rodas de conversas sobre suas vivências e a importância da saúde mental através do autocuidado feminino. O perfil das participantes são mulheres com idades entre 19 e 65 anos, que residem no bairro Campo Novo. As histórias dessas mulheres mostram um processo de rupturas e continuidades, elas carregam a marca da exclusão social, ainda assim, os bens pessoais as impulsionam a sobreviver à adversidade. Diante dessas situações, elas superam experiências negativas e encontram forças para reconstruir sua trajetória. O que esta pesquisa revela é a manifestação da exclusão social na vida dessas mulheres de famílias carentes, que também emergem de papéis protetores devido à dor física, psicológica e emocional. Suas histórias mostram que a vulnerabilidade das populações à margem da estrutura social dos sistemas capitalistas semiperiféricos é moldada por múltiplos processos de vulnerabilidade e exclusão, ressaltando assim a necessidade de intervenções voltadas a promoção e ao estímulo de práticas de saúde mental com mulheres em situações socialmente desfavorecidas.

Palavras-chave: Vulnerabilidade social. Exclusão. Ambiente familiar. Mulheres.