

**World Social Psychiatry**  
**Special Issue on the COVID-19 Pandemic**

**Terapia Comunitaria Integrativa en tiempos del nuevo  
Coronavirus en Brasil y América Latina**

**Adalberto de Paula Barreto, Maria de Oliveira Ferreira Filha, Milene Zanoni da Silva,  
Vincenzo Di Nicola (*translator*)**

Adalberto de Paula Barreto, President, Brazilian Association of Social Psychiatry (APSBRA);  
Professor Emeritus, Faculty of Medicine, Federal University of Ceará, Brazil (UFC), and Founder of  
Integrative Community Therapy E-mail: [abarret.tci@gmail.com](mailto:abarret.tci@gmail.com)

Maria de Oliveira Ferreira Filha, Professor of Nursing, Federal University of Paraíba, Brazil (UFPB)  
E-mail: [marfilha@yahoo.com.br](mailto:marfilha@yahoo.com.br)

Milene Zanoni da Silva, Vice-President, Brazilian Association of Integrative Community Psychiatry  
E-mail: [milenezanoni@gmail.com](mailto:milenezanoni@gmail.com)

Vincenzo Di Nicola, translator from the Portuguese; President, Canadian Association of Social  
Psychiatry (CASP) and President-Elect, WASP; Professor of Psychiatry, University of Montreal,  
Canada E-mail: [vincenzodinicola@gmail.com](mailto:vincenzodinicola@gmail.com)

Traducción al Español : N. Hugon [aetci.paca@gmail.com](mailto:aetci.paca@gmail.com)

Texto original en inglés sobre : [http://www.worldsocpsychiatry.org/text.asp?  
2020/2/2/103/292135](http://www.worldsocpsychiatry.org/text.asp?2020/2/2/103/292135)

Para citar este artículo : Barreto AP, Filha MOF, Silva MZ, Di Nicola V. Integrative  
Community Therapy in the Time of the New Coronavirus Pandemic in Brazil and Latin  
America. World Soc Psychiatry - 2020;2:103-5.

## Resumen

Con la aparición de la pandemia COVID-19, la humanidad experimentó, al mismo tiempo, la contención social como medio de protección y la vulnerabilidad de la vida humana y de las instituciones. En el pasado, las calamidades se superaban colectivamente, mientras que ahora, con esta pandemia, la forma de protegerse es la opuesta: el aislamiento social. En los últimos 27 años, en Brasil, hemos desarrollado la Terapia Comunitaria Integradora ( TCI ) como un método de intervención psicosocial dentro del sistema de Salud Pública, que está presente en diferentes contextos marcados por la ruptura de los vínculos sociales. Por lo tanto, la técnica de la TCI, que siempre ha sido esencialmente una experiencia de encuentro cara a cara, ha tenido que reinventarse a sí misma. Frente a la pandemia, las TCI se han puesto a disposición del público en modo virtual, con los siguientes objetivos: Fortalecer los vínculos y crear redes de apoyo; Reducir el estigma y los prejuicios hacia los afectados, estimulando la empatía; Proporcionar un espacio de acogida a los profesionales que participan en la lucha contra COVID-19. En marzo y abril de 2020, realizamos 100 sesiones en línea con 3579 participantes de 15 países. Los temas más frecuentemente expresados fueron el miedo y la ansiedad (53%), los sentimientos de impotencia (30%), los problemas familiares (10%) y la soledad (7%). Las sesiones de TCI en línea proporcionaron una red de apoyo para dar esperanza a los que estaban confinados, así como para permitirles descubrir sus desconocidas habilidades para transformar los obstáculos de la vida. Realizadas en 15 países, y en cuatro lenguajes, las reacciones emocionales fueron similares en todas partes, mostrando que el dolor y el sufrimiento no tienen fronteras, y uniéndonos en nuestra humanidad.

**Palabras Claves:** Salud Comunitaria, Infección por Coronavirus, Terapia Comunitaria Integrativa En línea, Salud Mental, Resiliencia

Desde los primordios de la humanidad los individuos han sobrevivido a las tragedias, a los desastres y calamidades, debido a su capacidad de organización y superación. Las calamidades tienen varias caras: sequías, inundaciones, deslaves, tempestades, huracanes, terremotos, epidemias. Todas producen caos material y afectivo, siendo una fuente de estrés, generador de sufrimiento.

Con la llegada de la pandemia de la COVID-19, la humanidad conoció, al mismo tiempo, el confinamiento social como forma de protegerse y la vulnerabilidad de la vida humana y de las instituciones. La superación de las calamidades, en el pasado, se hacía por el estar juntos y, con la pandemia, la forma de protección fue a la inversa: aislarse físicamente y evitar la aglomeración, lo que ha aumentado la problemática psicosocial, como la morbilidad de los trastornos mentales (depresión, ideas suicidas) y la violencia intrafamiliar entre otras.

Desde hace más de 27 años hemos desarrollado en Brasil la Terapia Comunitaria Integrativa, como una práctica de intervención psicosocial insertada en el Sistema Público de Salud brasileño (SUS), que está siendo implementada en contextos diversos, marcados por la ruptura de los vínculos sociales. Promover la resiliencia comunitaria y el empoderamiento de las personas y de los grupos, significa apoyarlos en la transformación de las experiencias adversas, como fundamentos para el crecimiento individual y colectivo, a partir del saber construido por la experiencia de vida (Cyrulnik, 2017; Barreto, 2008).

Los resultados de la TCI vienen demostrando su efectividad como instrumento de intervención psicosocial en la Atención Primaria de Salud, valorizando la promoción de la Salud y la calidad de vida (Andrade, 2007; Barreto, 2007; Cezario et al, 2015).

### **TCI *online* y la COVID-19**

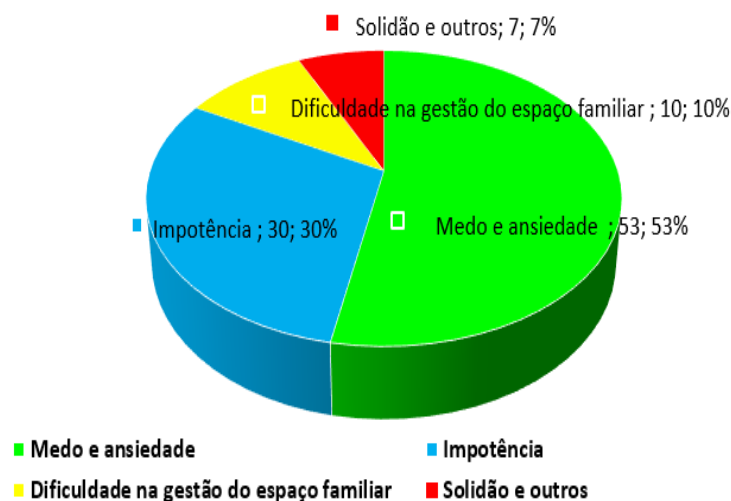
Considerando el número de casos, Brasil es el segundo país más afectado del mundo por la pandemia, en un escenario disgregador de las relaciones sociales, agravadas por el confinamiento. A la vez, las estructuras psíquicas, son sacudidas por las pérdidas sin los debidos rituales de duelo o por la exposición diaria mediática del número de víctimas y muertes (WHO, 2020).

Las ruedas de Terapia Comunitaria Integrativa, que históricamente siempre tuvieron un carácter esencialmente presencial, necesitan reinventarse. La Asociación Brasileña de Psiquiatría Social, el Departamento de Salud Mental Comunitaria de la WASP (Asociación

Mundial de Psiquiatría Social), con el apoyo de la Asociación Brasileña de Terapia Comunitaria, de la Red Latinoamericana de TCI y de la Asociación Europea de TCI, se unieron para realizar acciones conjuntas en Brasil, América Latina y Europa ([www.abratecom.org](http://www.abratecom.org); [www.apsbra.com.br](http://www.apsbra.com.br); [www.aetci-a4v.eu/](http://www.aetci-a4v.eu/)).

La TCI comenzó a ser ofrecida al público de forma virtual, con objetivos de: fortalecer vínculos y construir redes de apoyo; minimizar el estigma y los prejuicios en relación a las personas infectadas, estimulando la empatía; ofrecer un espacio de escucha para los profesionales involucrados en el combate a la Covid-19;

Durante marzo y abril de 2020 se realizaron 100 ruedas online con la participación de 3.579 personas, oriundas de Brasil, Argentina, Paraguay, Uruguay, Chile, Perú, Ecuador, Bolivia, Colombia, República Dominicana, México, Portugal, Francia, España, Suiza e Italia. Durante la realización de la rueda de TCI se escoge apenas un tema para reflexionarse. Sin embargo, en las 100 ruedas de Terapia Comunitaria Integrativa online, fueron presentados un promedio de 5 temas por rueda, lo que representa aproximadamente 500 preocupaciones. Las preocupaciones más frecuentes fueron: 1- miedo y ansiedad (53%); 2- impotencia (30%); 3-



dificultad en la gestión de las relaciones familiares (10%); 4- soledad, depresión, agresividad y otros (7%).

**1- Miedo y ansiedad a causa de las incertidumbres.** Se destacan 3 grandes miedos:

**a) Miedo de recomenzar- enfrentar el futuro:** El futuro parece incierto y se torna fuente de ansiedad: *“Como será después del Covid 19?”*. *”Seré capaz de retomar mi vida, mi lugar, mi empleo?”*.

**b) Miedo a perder personas importantes** como familiares o amigos y no poder abrazarlos más o volver a encontrarlos. *“temo no poder despedirme de las personas que amo”*; *“temo perder el empleo y no poder sustentar a mi familia”*.

**c) Miedo de contagiar o ser contagiado** en este contexto del miedo de lidiar con lo desconocido emerge una gran preocupación por los otros gracias a la empatía.

**2. Impotencia.** Se destaca un sentimiento de estar con las manos atadas. Querer y no poder ayudar a las personas queridas: *“me siento limitado en mi actuar”*. *“estoy asistiendo a los acontecimientos sin poder hacer nada”*. *“Siento falta del contacto directo con mis estudiantes”*. *“Temo por mis pacientes hospitalizados con los recursos técnicos limitados”*. Muchos se refieren a un sentimiento de tener su libertad cercenada y de llevar una vida como un niño dependiente y viviendo bajo tutela.

**3- Gestión de las relaciones familiares.** Se trata de una dificultad de gestión en el espacio familiar. *“me duele el corazón ver personas de la familia que no se protegen”*; *“no estoy sabiendo lidiar con la agresividad de mis hijos”*.

### **Consideraciones finales:**

A pesar de las adaptaciones de la TCI *online*, percibimos una gran adhesión de las personas. Poder hablar, oír, crear vínculos en un ambiente libre de juzgamientos ha sido un aliento para muchos. En medio de las preocupaciones, el descubrimiento y aprendizaje que más llama la atención es la capacidad resiliente de hacer de los acontecimientos traumáticos, una ocasión para crear, inventar: *“he descubierto que puedo hacer más de lo que sería capaz”*; *“cuando decidí vivir cada día como si fuera el último, quedé más tranquilo”*; *“descubrí que enfocarme en la esperanza me da fuerzas para pasar por esta prueba”*; *“aproveché para hacer una limpieza en mi alma”*; *“Yo estaba sin esperanza y estas ruedas de TCI me han dado fuerzas para continuar”*; *“Poder descubrir juntos que estamos viviendo un momento fecundo”*.

Las ruedas virtuales de TCI se han convertido en una red de apoyo para dar esperanza a las personas en confinamiento social y, además, les han permitido descubrir potenciales

desconocidos para transformar las dificultades de la vida, superarlas y, a su vez, ser transformados por ellas. Las TCI en línea han acogido el sufrimiento y han contribuido a crear confianza en la capacidad de las personas para ayudarse a sí mismas, para apoyarse mutuamente, desencadenando la resistencia al compartir y hacer frente a las vicisitudes de la vida. Realizadas en 15 países y en cuatro idiomas, las emociones fueron las mismas en todas partes, demostrando que el dolor y el sufrimiento no tienen fronteras y nos unen en nuestra humanidad.

**Referencias : ver el artículo original en inglés**