OUVIDORES DE VOZES

Diandra da Silva Garcia[1]; Agnes Almeida da Costa; Lucas Augusto Oliveira[2]; Priscilla dos Santos da Silva; Luciane Prado Kantorski[3]

Universidade Federal de Pelotas– diandragarcia1997@gmail.com 1
Universidade *Federal de Pelotas– aaggnessss@gmail.com; augustolucas470@gmail.com*
Universidade federal de Pelotas– priscillaaass@gmail.com; kantorskiluciane@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

O movimento ouvidores de vozes surgiu na Holanda no final da década de 1980. O psiquiatra Marius Romme sugeriu que sua paciente Patsy Hage, diagnosticada com esquizofrenia, em uso de antipsicóticos, em risco de suicídio e ouvidora de vozes procurasse outras pessoas que também ouviam vozes para compartilharem experiências. Através de um programa de televisão encontraram aproximadamente setecentas pessoas que compartilhavam da mesma experiência, e cerca de cento e cinquenta delas relataram que encontraram maneiras de controlar as vozes. Juntos eles organizaram workshops e em seguida grupos de mútua ajuda para oferecer apoio a pacientes e familiares e promover o enfrentamento das vozes. (ROMME e ESCHER, 1997, BAKER, 1998, KANTORSKI, 2017).

Em 1987, nasceu o Movimento dos Ouvidores de Vozes - The Hearing Voices Movement, fundado por Marius Romme e Sandra Escher. Para divulgação das experiências foi criada uma organização formal que oferece apoio administrativo e coordena uma ampla variedade de iniciativas em diversos países, denominada Intervoice (The International Network for Training, Education and Research into Hearing voices). Em 1989, em Manchester – UK, foi criada a The Hearing-Voices Network, integrada por ouvidores de vozes, familiares e profissionais de saúde de diversos países, uma importante associação de suporte mútuo de ouvidores de vozes.

Ouvir vozes é uma experiência humana, comumente associada a transtornos psiquiátricos, no entanto sabemos através de um estudo de Sidgewick em 1894, que 8% dos homens e 12% das mulheres, de uma amostra de dezessete mil pessoas, já tinham experienciado alguma vivência alucinatória. Outro estudo muito importante foi o de Tien (1991), que em uma amostra de 18.572 pessoas encontrou uma prevalência de 2.3% de pessoas que ouvem vozes com frequência em contraste com a prevalência de 1% de pessoas com diagnóstico de

esquizofrenia. Esse estudo mostra que ouvir vozes, por si só, não pode ser considerado sintoma de uma doença. Esse dado vai ao encontro da afirmação de Baker (2016), de que mesmo que uma em cada três das pessoas que ouvem vozes acabe fazendo uso de serviços de saúde mental, duas em cada três conseguem lidar bem com as vozes e não precisam de atendimento psiquiátrico.

Este estudo, portanto, tem como objetivo relatar a experiência de um Grupo de Ouvidores de Vozes.

2. METODOLOGIA

Este trabalho trata de um relato de experiência de um Grupo de Ouvidores de Vozes que ocorre quinzenalmente, desde novembro de 2017 em um Centro de Atenção Psicossocial do município de Pelotas/ RS.

O grupo é coordenado por uma professora da Universidade Federal de Pelotas, uma profissional do serviço e conta com a participação de uma bolsista de extensão.

Para elaboração do relato de experiência utilizou-se as anotações e registros de acompanhamento realizadas ao longo dos meses de junho, julho e agosto de 2022.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O grupo de ouvidores de vozes é uma reunião realizada quinzenalmente, com duração de uma hora e meia e cerca de 8 participantes que ouvem vozes que os outros não ouvem, 2 profissionais de saúde mental, 1 bolsista de extensão e ocasionalmente acadêmicos da área da saúde em estágio no CAPS.

Os participantes são usuários do CAPS, contam com diagnóstico psiquiátrico prévio, fazem uso de medicações antipsicóticas, são indicados pela equipe do serviço para frequentar o grupo e são ouvidores de vozes. Todos são adultos, entre 30 e 60 anos, a maioria já teve um companheiro ou companheira e vive com familiares, e todos moram num bairro específico da cidade.

Segundo Romme e Escher (1989), as soluções propostas pela psiquiatria para a audição de vozes tem sido a de ignorar o significado da experiência para o ouvidor e se concentrar na remoção do que consideram como sintoma pelo uso de medicamentos antipsicóticos. Sabe-se que a medicação é eficaz para algumas

pessoas, mas ainda há uma proporção de 30% que ouve vozes mesmo com doses muito elevadas de antipsicóticos (Curson, et al., 1985).

O grupo é um espaço protegido para falar sobre a experiência de ouvir vozes, experiências como ouvidor de vozes, relatar as dificuldades enfrentadas no cotidiano, explicitar sentimentos e emoções mobilizadas em função das vozes, detalhar e caracterizar as vozes e também é no grupo que o ouvidor pode falar livremente sobre as vozes, sem ser julgado ou chamado de louco. Os integrantes relatam a dificuldade de falar das vozes com familiares, amigos e outras pessoas, pela dificuldade de serem entendidos numa experiência tão particular.

Uma das finalidades do grupo consiste em buscar estratégias para lidar com as vozes no dia a dia, para que a pessoa que ouve vozes, consiga manter uma rotina de vida e convivência com os outros, de modo que as vozes não a atrapalhem e ela mantenha o controle sobre sua própria vida.

Algumas técnicas podem ser utilizadas nos grupos de ouvidores de vozes, para ajudar a compreender a experiência e ter maior controle sobre elas como responder às vozes; designar um tempo definido para escutar as vozes; dispensar as vozes por um determinado período; escrever o que as vozes dizem e querem dizer, verificar se o que as vozes dizem é verdade; criar fronteiras; adiar ordens; substituir diferentes ordens e aprender a expressar raiva; antecipar a voz; e falar com alguém sobre as vozes (ROMME; ESCHER, 2000).

O Grupo de Ouvidores tem se mostrado um recurso potente para dividir esta experiência, aprender com o outro e se fortalecer como pessoa numa experiência tão complexa e tão pouco debatida.

4. CONCLUSÕES

Através da minha experiência como bolsista no projeto Ouvidores de Vozes pude conhecer muitas pessoas com essa condição e aprendi a ter um olhar mais empático para esse tipo de situação e também entendi a importância do serviço e saúde na assistência dessas pessoas.

Durante o período inicial da pandemia de covid-19 as atividades com os grupos de ouvidores foram suspensas e pude perceber que muitos dos pacientes que frequentavam o CAPS quase que diariamente se sentiram bastante frustrados e muitos relataram, inclusive, a piora das vozes.

Portanto, é evidente a importância do serviço de saúde para a qualidade de vida de pessoas que experienciam algum tipo de sofrimento mental, seja qual for. Ter um espaço onde se pode contar com pessoas que lhe entendam, além de ajudar com suas angustias tornou-se uma experiência muito positiva para a maioria dos ouvidores, que sempre relatam a melhora dos sintomas e uma maior facilidade de enfrentar as vozes.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Curson, D. A., Barnes, T. R., Bamber, R. W., Platt, S. D., Hirsch, S. R., & Duffy, J. C. (1985). Long-term depot maintenance of chronic schizophrenic out-patients: the seven year follow- up of the Medical Research Council fluphenazine/placebo trial. III. Relapse postponement or relapse prevention? The implications for long-term outcome. *The British Journal of Psychiatry*, *146*(5), 474-480.

Tien, A. Y. (1991). Distribution of hallucinations in the population. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, *26*(6), 287-292.

Sidgwick, H. et al. (1894). Report on the census of hallucinations. In: *Proceedings of the Society for Psychical Research* (Vol. 41, pp. 25-394). London, UK: Trübner & Co.

BAKER, P. *The voice inside*: a practical guide to coping with hearing voices. [S. l.]: Paperback, 1998. Disponível em: <https://southbayprojectresource- dotorg.files.wordpress.com/2015/09/a-practical- -guide-to-coping-with-hearing-voices.pdf>. Acesso em: 19 abr. 2017.

Romme, M. A., & Escher, A. D. (1989). Hearing voices. *Schizophrenia Bulletin*, *15*(2), 209.

ROMME, M.; ESCHER, S. *Na companhia das vozes*: para uma análise da experiência de ouvir vozes. Lisboa: Estampa, 1997.

Romme, M., & Escher, S. (2000). *Making sense of voices: a guide for mental health professionals working with voice-hearers*. London, UK: MIND.

Kantorski, Luciane Prado et al. Grupos de ouvidores de vozes: estratégias e enfrentamentos. Saúde em Debate [online]. 2017, v. 41, n. 115 [Acessado 14 Agosto 2022] , pp. 1143-1155.