

# Cartilha da Família



**COMUNIDADE TERAPÊUTICA NOVA ALIANÇA**

*Amando, acreditando e investindo em pessoas.*

## Sumário

<i>Sejam bem vindos!</i> .....	3
<i>Entendendo o problema</i> .....	4
<i>Codependência</i> .....	5
<i>O que fazer depois do acolhimento?</i> .....	6
<i>MOTIVAÇÃO - A principal função da família</i> .....	7
<i>Tipos de alta do programa</i> .....	8
<i>O que fazer se meu familiar me pedir para desistir do programa?</i> .....	9
<i>VISITAS TERAPÊUTICAS: Como funciona?</i> .....	10
<i>Telefonemas</i> .....	10
<i>Ligações para a Equipe Transdisciplinar</i> .....	10
<i>Ligações para o acolhido</i> .....	11
<i>Saídas temporárias com a família</i> .....	11
<i>Reuniões familiares</i> .....	12
<i>Fale Conosco</i> .....	13
<i>Referências</i> .....	14

## ***Sejam bem vindos!***

A Comunidade Terapêutica Nova Aliança agradece a VOCÊ e seus Familiares por terem confiado o seu ente querido aos nossos cuidados. Tenha a plena consciência de que procurar ajuda foi a melhor escolha.

É fundamental destacar que continuaremos trabalhando de maneira incansável, com o firme propósito de atingirmos o melhor resultado para você e o seu familiar. Contamos com a sua colaboração para que possamos obter juntos excelentes resultados.

O primeiro passo para você nos ajudar neste momento é ler esta CARTILHA detalhadamente, sem desconsiderar nenhum tópico. Tudo que está escrito aqui é de enorme importância, e ignorar qualquer ponto deste material poderia interferir diretamente na eficácia do tratamento.

A nossa parceria está apenas começando! Tenham uma ótima leitura! Que se esclareçam todas as dúvidas.

***Sejam muito bem-vindos ao NOVO!***



## ***Entendendo o problema***

O primeiro grupo social do qual fazemos parte é a família. É neste grupo que o indivíduo desenvolve habilidades, intelecto, emoções e valores.

Os pais são o modelo de comportamento dos filhos. Assim o consumo excessivo de qualquer tipo de drogas (medicamentos, álcool, cigarro, cocaína, entre outros) por parte dos pais é inconscientemente um incentivo à criança que os observa. Desta forma, muitos dependentes químicos iniciaram seu envolvimento com as drogas exatamente no lugar onde se creia estarem mais seguros: dentro de casa.

Algumas pessoas têm uma visão equivocada quanto aos danos das drogas lícitas, julgando-as inofensivas e relacionando apenas às ilícitas como a maconha, cocaína, crack etc, o status de substâncias prejudiciais e destruidoras. No entanto, nesse sentido, não há diferença significativa entre as drogas, pois todas produzem efeitos catastróficos na vida do usuário, em todos os aspectos.

E é devido a essa avaliação equivocada por parte da família que a criança tem seu primeiro contato com as drogas (visual), que desperta a curiosidade e futuramente poderá a conduzir ao consumo de substâncias psicoativas.

**A dependência química pode ser considerada, então, uma doença familiar, pois afeta diretamente a família. As substâncias encurtam a vida do usuário e prejudica a qualidade de vida de si e dos seus.**

A boa notícia é que apesar de algumas famílias representarem um fator de risco, contribuindo para o início do uso de drogas, a família também é o MAIOR FATOR DE PROTEÇÃO. Ou seja, quando essa família se dá conta de todo esse processo da adicção, ela se torna preparada para auxiliar na recuperação do indivíduo dependente. Desta forma, você, familiar, é o principal apoio do qual seu ente querido necessitará durante o processo de recuperação, não apenas no oferecimento de afeto, mas também no estabelecimento de limites e no desenvolvimento de diálogos saudáveis.

No decorrer desta cartilha, daremos algumas instruções básicas sobre o papel da família no processo terapêutico.

## *Codependência*

Codependência é um termo usado para se referir a pessoas fortemente ligadas emocionalmente a uma pessoa com séria dependência física e/ou psicológica de uma substância (como álcool ou drogas ilícitas) ou com um comportamento problemático e destrutivo. É um fato conhecido que a dependência patológica causa grande impacto e sofrimento na vida das pessoas próximas, mas poucos percebem como a codependência é altamente prejudicial para ambas partes envolvidas. Ao invés de ajudar o dependente a melhorar, certos tipos de codependentes acabam reforçando o comportamento patológico, neste caso, o abuso de drogas.

Uma das principais características da codependência é a ilusão de controle. A família acredita que deve controlar, que poderá mudar a situação desta forma. Cada vez mais sem controle da situação, a família mantém a ilusão do controle sobre o uso e fica obcecada pelo comportamento de seu familiar. Que horas chegou, como chegou, com quem falou, se usou, o que usou, quanto usou? Começa a ditar regras disfuncionais e, na maioria das vezes, não as sustenta (Miranda, 2015).

Ainda segundo Miranda (2015), é importante ressaltar que à medida que o familiar fica obcecado em controlar o comportamento do outro, ele se afasta cada vez mais de si mesmo, deixando de lado o controle de sua própria vida, perdendo aspectos de sua identidade, ficando cada vez mais mergulhado num universo fora de si, rejeitando tudo aquilo que é seu, que precisaria ser visto, cuidado, amado. Ele se autoabandona. E, no final das contas, isso não auxilia em nada na recuperação do dependente. Muito pelo contrário, isso **atrapalha** as mudanças comportamentais propostas na Comunidade Terapêutica.



## ***O que fazer depois do acolhimento?***

O passo mais importante, a maior conquista foi o fato de seu familiar ter aceitado ajuda e se sujeitado ao acolhimento. Isso já é uma grande vitória!

Agora, você precisará, de fato, entregá-lo sob os cuidados da Equipe, confiando nos apontamentos e intervenções que serão realizadas. Ressaltamos que é necessário que a família abandone a ilusão de controle e se esforce para também se engajar no processo terapêutico. Os familiares precisam, assim como o acolhido, se colocar em uma posição de aprendizado e de aceitação de mudanças, afinal, toda a família foi atingida e prejudicada pela dependência química.

Orientamos que vocês, familiares, busquem auxílio profissional (psicólogo, psiquiatra etc.) ou um grupo de apoio, caso seu município disponha de tal assistência.

Procure em um dos sites abaixo e encontre o grupo mais próximo da sua residência:

Amor Exigente - [www.amorexigente.org.br](http://www.amorexigente.org.br)

Al-Anon - [www.al-anon.org.br](http://www.al-anon.org.br)

Nar-Anon - [www.naranon.org.br](http://www.naranon.org.br)

Pastoral da Sobriedade - [www.sobriedade.org.br](http://www.sobriedade.org.br)

É necessário, também, que a família busque informações sobre dependência química e se inteire deste assunto, pois conhecer a doença é o primeiro passo para se tornar um auxiliador em seu enfrentamento.



## ***MOTIVAÇÃO - A principal função da família***

Motivar o acolhido é uma tarefa um tanto difícil, principalmente quando a família já está habituada a conviver com tantas frustrações relacionadas ao dependente químico. Por isso, os familiares precisam estar tendo algum acompanhamento profissional externo, para terem condições de auxiliar positivamente na recuperação do acolhido.

É para a família que o acolhido irá falar de suas dificuldades e muitas vezes verbalizar seu desejo de desistência do programa. Nestes casos, a família precisa estar preparada para agir com firmeza e amor, resistindo a todo tipo de manipulação que possa surgir. É natural que, sob uma crise de abstinência, o acolhido apresente alguns argumentos (crenças desadaptativas) para ir embora como:

*“Já estou preparado para sair. Já aprendi a lição”.*

*“Prometo que nunca mais colocarei drogas (álcool) em minha boca”.*

*“Outro acolhido me tratou com desrespeito. Não quero mais ficar aqui”.*

*“Aqui tem muitas regras. Tem horário pra tudo, isso é insuportável”.*

*“Estou com saudades de vocês. Queria voltar para casa”.*

*“Já posso voltar pra casa. Pretendo ir pra igreja, fazer as coisas certas agora”.*

Esses e muitos outros argumentos poderão surgir, e em TODOS OS CASOS a orientação da Equipe é que você, familiar, entre em contato conosco e nos coloque à par da situação para podermos realizar uma intervenção eficiente.

Ao longo de todos os anos de experiência de Comunidade Terapêutica, foi nítido perceber que a grande maioria dos acolhidos que permaneceram em recuperação e alcançaram um novo estilo de vida, foram aqueles que tiveram a motivação constante de seus familiares.



## ***Tipos de alta do programa***

O Programa Terapêutico da Comunidade Terapêutica Nova Aliança possui como período proposto 9 (nove) meses de acolhimento. Estes meses são divididos em 4 fases, sendo que cada etapa possui metas estabelecidas que devem ser cumpridas para que o acolhido avance no programa e, por fim, conclua o processo terapêutico.

Porém, todo esse processo ocorre de maneira voluntária, sendo assegurado ao acolhido o direito de desistência. Neste caso, o acolhido deverá informar à Equipe seu desejo de desistência com antecedência de 24 horas, período no qual a Comunidade Terapêutica entrará em contato com a família informando da situação, ao mesmo tempo em que realiza intervenções junto ao acolhido para auxiliá-lo a refletir quanto às vantagens e desvantagens de interromper o processo terapêutico. O objetivo desta intervenção é tentar evitar uma saída inconsequente da instituição, motivada, muitas vezes, por síndromes de abstinência.

Portanto, existem 4 possíveis tipos de altas do programa:

- **ALTA TERAPÊUTICA:** Concedida pela Equipe quando o acolhido concluiu o programa estabelecido e alcançou as metas propostas;
- **ALTA SOLICITADA:** Quando o próprio acolhido solicita sua alta (desiste do programa), ou mesmo quando a família solicita a alta antes da conclusão do programa;
- **EVASÃO:** Saída irregular da instituição sem nenhuma comunicação prévia à equipe ou à família;
- **ALTA ADMINISTRATIVA:** Desligamento realizado pela Equipe devido a grave descumprimento do regulamento interno, ou comportamento de risco que comprometa a segurança do próprio acolhido ou dos demais.





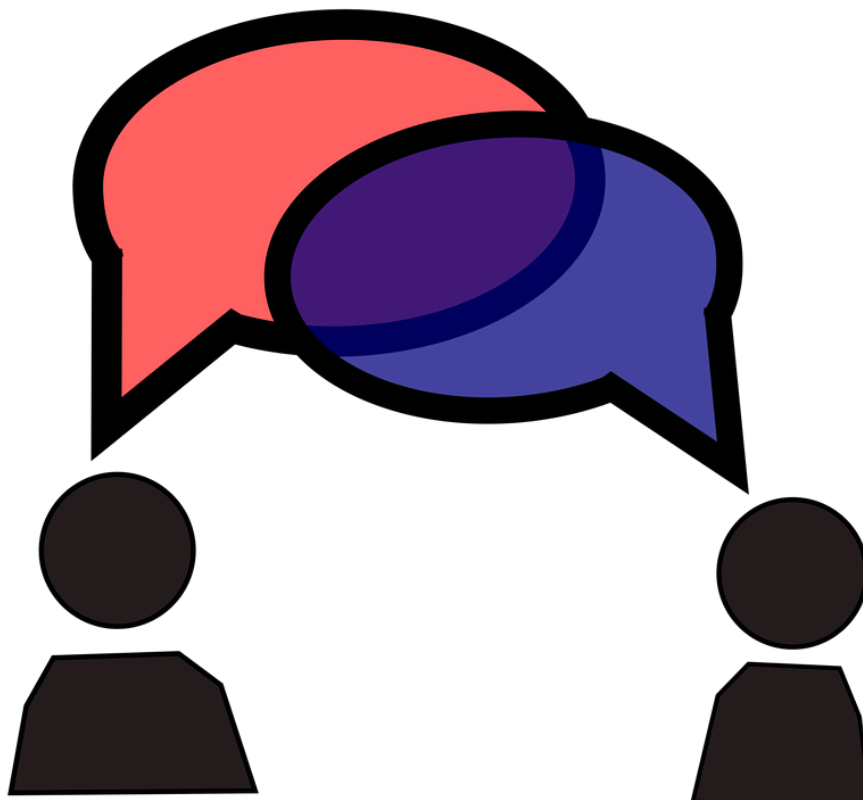
## ***O que fazer se meu familiar me pedir para desistir do programa?***

O desejo de desistência é algo completamente natural para um dependente químico. A própria doença faz com que o indivíduo não saiba lidar com objetivos a longo prazo, com frustrações e esperas. Ou seja, tudo isso precisa ser reaprendido. O hábito do abuso de drogas arraiga no usuário o imediatismo, e ele passa a acreditar que tudo deve ser do seu jeito e no seu tempo. A família, trabalhando em conjunto com a Equipe, tem a função de, amorosamente, fornecer limites ao acolhido, não concordando com atitudes e comportamentos disfuncionais.

Como o familiar deve aprender a se comportar em situações de desejo de desistência do acolhido:

1. Evitar julgamentos e acusações sobre o passado;
2. Procurar saber qual a causa do desejo de desistência;
3. Dizer que compreende o quanto não é fácil estar no acolhimento, mas que esse processo é necessário;
4. Reafirmar que toda a família está ao lado do acolhido e que desejam vê-lo sair da instituição quando de fato estiver preparado para reassumir sua vida;
5. Lembrá-lo de todos os esforços que estão fazendo para que a recuperação dê certo, e de que o acolhido também precisa se esforçar.

**O diálogo entre a família e a Equipe é extremamente importante. Por isso, sempre que o acolhido verbalizar a intenção de desistir do programa, a família deve imediatamente comunicar a Equipe para as possíveis intervenções.**



## ***VISITAS TERAPÊUTICAS: Como funciona?***

Assim como o acolhido, normalmente, os familiares apresentam dificuldades para aceitar e cumprir com as normas estabelecidas pela instituição. Porém, ressaltamos que TODAS as regras propostas possuem o único objetivo de garantir uma melhor eficácia do programa terapêutico. Citaremos abaixo algumas normas direcionadas à família:

- **As visitas ocorrem uma única vez a cada quinzena (um final de semana sim e outro não), das 14:00 às 16:30h;**
- Os dias e horários de visitas e ligações deverão ser fielmente cumpridos;
- **O limite máximo de pessoas para as visitas terapêuticas é de 4 adultos (crianças abaixo de 10 anos podem vir além das 4 pessoas);**
- É expressamente proibido que os familiares estejam em posse de cigarros, bebidas alcoólicas, energéticos ou drogas nos dias de visitação;
- **Durante as visitas, os familiares não podem adentrar a instituição sob a posse de seus celulares. Os aparelhos podem ser deixados no escritório.**
- Os pertences trazidos pelos familiares passam por uma vistoria realizada pela Equipe na Sede Administrativa, antes da entrada no ambiente da visita.
- **Durante as visitas não é permitido o ingresso das famílias nos quartos, cozinha, ou o trânsito em locais afastados do prédio central;**
- Não é permitido aos visitantes o envolvimento afetivo (namoro, paquera, etc.) com os demais acolhidos (as);
- **Nas visitas, as mulheres (mães, filhas, irmãs, esposas, etc.) não devem usar roupas provocativas (justas, decotadas, transparentes e/ou curtas). Trata-se de uma medida de preservação das mulheres de sua família (de olhares indiscretos) e do acolhido (de comentários indiscretos e desavenças).**
- JAMAIS entregue dinheiro ao acolhido (a) independentemente do que ele (a) lhe diga ou de sua insistência: isto pode ser um problema para ele (a) e também para você;



**ATENÇÃO!!**

A primeira visita de seu familiar será dia \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ com início às 14:00h e término às 16:30h.

# TELEFONEMAS



## **LIGAÇÕES PARA A EQUIPE TRANSDISCIPLINAR**

A Equipe está à inteira disposição dos familiares para prestar esclarecimentos, dar orientações e repassar informações sobre o andamento da recuperação do acolhido. Para isso, por questões de organização, temos um dia na semana exclusivamente reservado para essa finalidade. **Estas ligações são às SEXTAS FEIRAS, das 14:00 às 16:30h, sendo este o ÚNICO DIA DA SEMANA reservado para este fim.**

## **LIGAÇÕES PARA O ACOLHIDO**

As ligações para o acolhido ocorrem semanalmente, onde a família pode realizar uma ligação para a instituição, e o acolhido realizar outra ligação para a família. Ambas as ligações têm a duração de 5 minutos.

**A primeira ligação ocorre no oitavo dia de acolhimento, sendo a primeira semana um período reservado para adaptação do acolhido ao ambiente da Comunidade.**

A família poderá ligar para o acolhido, utilizando o telefone fixo:

**(69) 3442-9374 – Ramal 3 (Ala Masculina)**

**Ramal 1 (Ala Feminina)**

As ligações acontecem às segundas, quartas e sextas-feiras, dentro do período das 17:00h às 21:00h, na **Ala Masculina**.

Para a **Ala Feminina**, as ligações ocorrem nos mesmos dias, dentro do período das 08:00h às 11:00h.

**Por motivo de segurança, as ligações apenas são transferidas ao acolhido com a apresentação de um código. O código de seu familiar é:**

\_\_\_\_\_

**A data da primeira ligação de seu familiar é: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_\_**

## **SAÍDAS TEMPORÁRIAS COM A FAMÍLIA**

A reinserção social é um dos maiores objetivos do programa terapêutico oferecido na Comunidade Terapêutica Nova Aliança. Dentre as metas estabelecidas na terceira fase do processo está a realização de saídas temporárias com a família.

O acolhido passa a ter direito a tais saídas a partir do 4º mês do programa (para os casados), e a partir do 5º mês (para os solteiros).

A família, neste caso, responsabiliza-se por comparecer à instituição para o acompanhamento do acolhido. Este passeio possui a duração de 36 horas, sendo que no prazo combinado os familiares devem reconduzir o acolhido à entidade.

É de responsabilidade da família acompanhar o acolhido durante o período dessa saída, propondo a ele atividades saudáveis e livres de qualquer tipo de drogas.

## **REUNIÕES FAMILIARES**

Mensalmente, a Equipe realiza uma reunião com caráter de grupo de apoio com todos os familiares. O objetivo é fornecer amparo emocional, informações, orientações às famílias, além de proporcionar um ambiente onde suas angústias possam ser ouvidas e compartilhadas.

Estas reuniões ocorrem sempre no último domingo do mês, das 15:30h às 16:30h.



## **Fale Conosco**



Contatos:

(69) 3442 9374

(69) 3442 2681

(69) 98464 9372

E-mail: [amandovidas2@gmail.com](mailto:amandovidas2@gmail.com)

[www.cerna.org.br](http://www.cerna.org.br)

Um projeto apoiado pela:



[www.avivalista.com.br](http://www.avivalista.com.br)

## **REFERÊNCIAS**

CARVALHO, L. de S.; NEGREIROS, F. **A co-dependência na perspectiva de quem sofre.** Bol. psicol, São Paulo , v. 61, n. 135, p. 139-148, jul. 2011 . Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0006-59432011000200002&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0006-59432011000200002&lng=pt&nrm=iso)>. Acessos em 28 dez. 2018.

MIRANDA, R. **O que é codependência.** 1ª ed. Capivari, SP: Independa, 2015.