

**UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO
PROGRAMA INTERUNIDADES EM
FORMAÇÃO INTERDISCIPLINAR EM SAÚDE**

**Proposta de curso
Diálogos e práticas de cuidado
em saúde mental, álcool e outras drogas**

**Káthya Bertolini
Helena Akemi Wada Watanabe**

São Paulo
2026



Licença Creative Commons: CC BY-NC-SA:

Esta licença permite que outros remixem, adaptem e criem a partir do seu trabalho para fins não comerciais, desde que atribuam às autoras o devido crédito e que licenciem as novas criações sob termos idênticos.

APRESENTAÇÃO

Este produto educacional é fruto da pesquisa intitulada ***Encontros e Diálogos sobre o cuidado e as drogas nos territórios***, desenvolvida no Programa de Pós-Graduação em Formação Interdisciplinar em Saúde e aprovado pelo comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade de Saúde Pública sob o CAAE nº 79543724.4.0000.5421, realizada em 2024/2025 com trabalhadores de Unidades Básicas de Saúde, Consultório na Rua e CAPS AD de um município de grande porte na Região Metropolitana de São Paulo.

O curso de formação profissional, ora proposto, se destina a trabalhadores técnicos e administrativos da Atenção Primária em Saúde (APS) e está estruturado da seguinte forma: uma breve introdução em que fazemos alguns apontamentos sobre a importância da redução de danos e o cuidado AD, seguida pelos objetivos deste curso e a apresentação das cinco Unidades que o compõe. As duas primeiras Unidades são “Território vivo” e “Sujeitos, drogas e seus contextos”, divididas em 2 módulos cada uma delas; seguidas pela terceira e quarta Unidades: “Caixa de ferramentas”, e “Planejamento para o cuidado ampliado” com 3 módulos cada e finalmente a Unidade denominada “Projetos em ação”, com 5 módulos.

As Unidades e respectivos módulos podem ser desenvolvidos conforme a conveniência da RAPS local, mas seguindo a sequência didática proposta.

Os módulos estão estruturados em atividades de acolhimento, reconhecimento, cooperação e teorização. Cada um deles tem um tema central e subtemas, com a apresentação dos objetivos específicos esperados de cada participante, o tempo estimado para realização de cada atividade, a descrição das metodologias ativas sugeridas, o material necessário para a realização do encontro e a bibliografia de apoio sugerida.

Compreende um total de 60 horas, sendo 45 horas presenciais distribuídas em 15 módulos e 15 horas para a realização de atividades de dispersão. Recomenda-se realizá-lo no período máximo de 12 meses.

O facilitador do processo formativo deverá ter o perfil educador, associado à trajetória profissional na saúde mental alinhada à perspectiva do cuidado em liberdade e/ou na educação permanente em saúde. Aponta-se como possibilidade o reconhecimento de profissionais do CAPS AD ou Consultório na Rua para a função, na perspectiva de fortalecimento das articulações e do cuidado compartilhado com a APS, desde que atenda ao perfil citado.

Esta proposta educacional pode ser base para criação de outros desde que seja atribuído os devidos créditos e que não seja utilizado para fins comerciais.

Palavras chave: atenção primária em saúde; cuidado; saúde mental, álcool e outras drogas; redução de danos; educação permanente em saúde

SUMÁRIO

1	INTRODUÇÃO	5
2	OBJETIVOS.....	7
3	ESTRUTURA E UNIDADES	8
3.1	TERRITÓRIO VIVO.....	9
3.2	SUJEITOS, DROGAS E SEUS CONTEXTOS	13
3.3	CAIXA DE FERRAMENTAS.....	17
3.4	PLANEJAMENTO PARA O CUIDADO AMPLIADO	23
3.5	PROJETOS EM AÇÃO.....	28
4	REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	31

1 INTRODUÇÃO

A Política Nacional de Saúde Mental vigente prevê que haja uma Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) com capacidade instalada adequada aos critérios populacionais e com equipes multiprofissionais alinhadas aos princípios da Reabilitação Psicossocial para o cuidado em liberdade (Brasil, 2001; Brasil, 2011b; Brasil 2024).

Na RAPS os Centros de Atenção Psicossocial Álcool e Drogas (CAPS AD) e os Consultórios na Rua (CnR) têm papel estratégico na Articulação das Redes Intra-intersectoriais e na implementação das ações de Redução de Danos (RD) direcionadas ao cuidado das pessoas que têm uma relação problemática ou prejudicial com as drogas, sendo o Matriciamento da Atenção Primária em Saúde uma das formas de articular a Rede, compartilhando saberes e construindo estratégias para o cuidado integral e equânime (Brasil, 2011a; Brasil, 2012; Brasil, 2015; Surjus et al., 2018).

Considerando a pesquisa realizada, foi possível observar que os processos de trabalho em saúde na APS tendem a estar organizados de forma fragmentada e setorializada, persistindo a lógica do encaminhamento burocrático para os especialistas dos CAPS AD, especialmente para a Psicologia e Psiquiatria, e para os serviços de urgência e emergência em situações identificadas como crise.

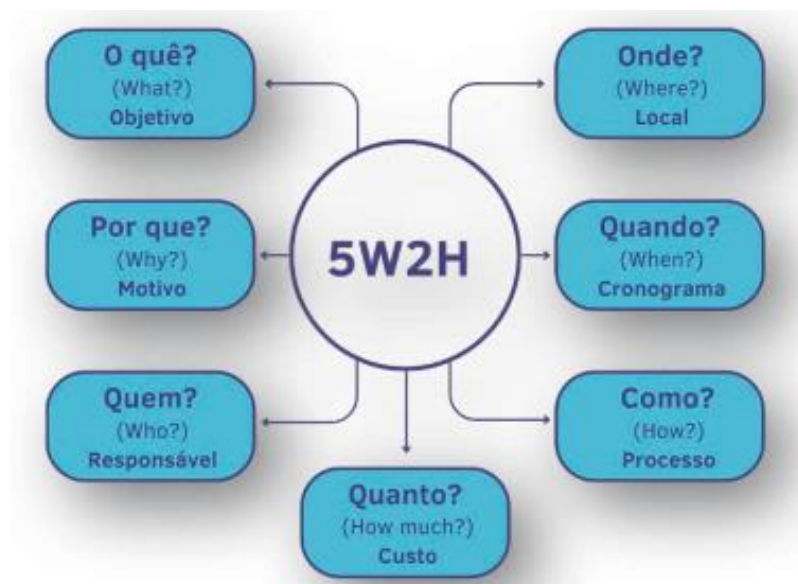
Emergiram três pontos como necessidades para uma boa prática de cuidado AD: preparo, tempo e espaço. Podemos dizer que os elementos citados compõem e transitam entre o conhecimento teórico-técnico (preparo) e a organização dos processos de trabalho (gestão do tempo e do espaço em um dado serviço ou equipe em um dado território)

Neste sentido, a proposta ora apresentada aponta para a importância da reflexão sobre a prática que se realiza nas UBS/ESF, pautada em conhecimentos teórico-técnicos à luz do entendimento da produção de equipe, da gestão dos serviços e redes, dos contextos e dos sujeitos que usam aquele dado serviço, com especial atenção ao uso da escuta, do vínculo e do acolhimento como ferramentas que operacionalizam o cuidado em ato - aquele que está pautado no ato de cuidar da vida, focado nas necessidades de saúde dos usuários, sem julgamentos.

O curso ora proposto, foi construído utilizando metodologias ativas de ensino e estruturado em módulos que em processo dinâmico possibilitem encontros e diálogos na perspectiva do território e da Redução de Danos, instituintes da articulação e integração da Rede, considerando os lugares estratégicos diferenciados que ocupam as UBS/ESF, CAPS AD e CnR para o cuidado AD em liberdade.

Para a sua construção, utilizou-se a ferramenta 5W2H, que tem suas raízes nos métodos de gestão da qualidade e planejamento estratégico utilizados por grandes empresas e que vem sendo utilizada como ferramenta no planejamento e organização de ações na área pública, especialmente na saúde.

Figura 1: Modelo 5W2H



Fonte: <https://atenaeditora.com.br/catalogo/ebook/tecnicas-e-ferramentas-para-gestao-organizacional>

2 OBJETIVOS

Objetivo geral: Formação de trabalhadores administrativos e técnicos das UBS para o cuidado em Saúde Mental, álcool e outras drogas na perspectiva da Reabilitação Psicossocial e da Redução de Danos

Objetivos específicos:

- provocar a discussão sobre a problemática do álcool e outras drogas nos territórios;
- apoiar a reflexão e o cuidado AD nos territórios, incluindo ações de prevenção ao uso precoce e uso indevido, reabilitação e redução de danos;
- oferecer subsídios para a construção de ações promotoras da saúde e fomentar a intersetorialidade nos territórios, contribuindo para o fortalecimento da RAPS..

3 ESTRUTURA E UNIDADES

Considerando facilitar o uso desta proposta, no quadro 1 apresentamos, em linhas gerais, o Plano de Ação do curso.

Quadro 1 - Plano de Ação, em linhas gerais.

O que será feito?	Ação formativa em serviço, composta por 45 horas presenciais distribuídas em 15 módulos e 15 horas previstas de atividade de dispersão, totalizando 60 horas.
Para que será feito?	➤ provocar a discussão sobre a problemática do álcool e outras drogas nos territórios; ➤ apoiar a reflexão e o cuidado AD nos territórios, incluindo ações de prevenção ao uso precoce e uso indevido, reabilitação e redução de danos; ➤ favorecer a construção de projetos de promoção de saúde na intersetorialidade; ➤ fortalecer a RAPS.
Com quem faremos?	➤ trabalhadores da saúde da Atenção Primária em Saúde; ➤ em grupos de 9 a 15 trabalhadores de um mesmo serviço/território ou distrito de saúde
Onde faremos?	Em local de fácil acesso para os trabalhadores, preferencialmente em uma das unidades de saúde envolvidas no processo.
Como faremos?	➤ Encontros presenciais, conforme capacidade instalada e possibilidade de organização dos serviços; ➤ Metodologia ativas como rodas de conversa, exposição dialogada, dinâmicas e vivências, aprendizagem baseada em problemas, grupos de trabalho; ➤ Atividades de dispersão nos territórios com total de 15 horas, distribuídas entre os encontros presenciais; ➤ Sugestão bibliográfica.
Quanto custará fazer?	Não estimado, pois depende de onde será realizado. Constitui-se na somatória do valor/hora do trabalhador e dos educadores/apoiadores, mais custos com espaço e materiais.

3.1 TERRITÓRIO VIVO

MÓDULO 1 - Cartografando o território		
Acolhimento Tempo estimado: 1 hora	Metodologia Roda de conversa Mote: Quem sou eu e o que trago e o que trarei para estes encontros? Como fazer: em semicírculo ➤ Lançar o mote e provocar o compartilhamento da trajetória profissional, afetos e fortalezas construídas na trajetória. ➤ Solicitar detalhamento sobre os processos de trabalho atuais, se não emergir espontaneamente. ➤ Registrar o local onde o trabalhador está lotado no momento da atividade, iniciando o mapeamento da micro Rede presente.	Objetivos ➤ Conhecer e reconhecer o grupo de trabalhadores ➤ Favorecer o reconhecimento dos pares na Rede
		Materiais Cartolina e canetas hidrográficas coloridas (ou material similar disponível, como papel kraft, flipchart ou lousa branca; quadro negro e giz)
Território Tempo estimado: 45 minutos	Metodologia Roda de conversa e apresentação dialogada Mote: Como é o território que trabalho? Como fazer: em semicírculo diante do mapeamento da micro rede, convidá-los a falar mais sobre o território onde trabalham. ➤ Apresentar e problematizar conceitos ➤ Registrar palavras chaves da discussão	Objetivo Construir o conceito de território vivo a partir dos diferentes olhares e sua interface para o cuidado em SM, álcool e outras drogas
		Materiais Cartolina e canetas hidrográficas coloridas

Território Vivo Tempo estimado: 1 h15 min	Metodologia Grupos de Trabalho Mote: ➤ 1º tempo (20min): O que eu vejo no território? O que eu penso sobre o que eu vejo? O que sinto sobre o que eu vejo e penso? ➤ 2º tempo (20 min): Reconheço cenas de uso no meu território? ➤ 3º tempo (20 min): Cartografar Como fazer: em pequenos grupos de 3 a 5 pessoas, distribuídos por proximidade geográfica (15 min para organização dos grupos), a partir da discussão, construir um mapa falante (exercício de contar ao outro, em detalhes, tudo o que vê, pensa e sente sobre o território que atua) e a cartografia do território	Objetivos ➤ Compreender o território ➤ Reconhecer cenas de uso de drogas ➤ Compreender-se como trabalhador de um dado território Materiais Um kit para cada GT com: cartolina (ou similar), barbante, cola, tesoura, canetas hidrográficas coloridas, materiais diversos como tampinhas de garrafa, palitos de fósforo e botões
Bibliografia indicada ➤ Lima EMF de A, Yasui S. Territórios e sentidos: espaço, cultura, subjetividade e cuidado na atenção psicossocial. Saúde em Debate [Internet]. 2014;38(102). Doi: https://doi.org/10.5935/0103-1104.20140055. [citado 1 fev. 2026]. Disponível em: https://www.scielo.br/j/sdeb/a/QbbzS8wB6xFWrmKHPKCNRMb/?format=pdf&lang=pt. ➤ Santos M (org) Território, territórios: ensaios sobre o ordenamento territorial. Rio de Janeiro: Lamparina, 2011. 416 p.		

MÓDULO 2 - Reconhecendo o território		
Cenas de uso Tempo estimado: 1 hora	Metodologia Apresentação dos GTs e problematização Como fazer: ➤ Solicitar que o GT se encontre e atualize sua cartografia (15 minutos) ➤ Apresentação da cartografia (10 minutos para cada grupo) ➤ Problematização das situações e experiências relatadas (15 minutos)	Objetivo Reconhecer possíveis afetações, preconceitos e fragilidades no cuidado
		Materiais O mapa cartografado pelo GT durante o módulo 1
Vulnerabilidades e estigmas Tempo estimado: 1 h 30 min	Metodologia Dinâmica de troca de papéis e apresentação dialogada Como fazer: ➤ O GT define um dos participantes para receber a tarjeta. Este participante irá assumir o personagem recebido. (10 min) ➤ Enquanto o escolhido estuda seu personagem, o restante dos participantes do GT deverá definir qual serviço irão compor, considerando seus locais de atuação como opções. (10 min) ➤ A cena acontece como personagem-usuário adentrando o serviço em busca de cuidado. Importante ressaltar que o escolhido deve ler suas características no início da cena, bem como os demais devem dizer que serviço é aquele. (10 min) ➤ O escolhido troca de GT e oferece o personagem a um dos presentes e a cena recomeça (10 min) ➤ O novo escolhido vai para outro GT e entrega sua tarjeta para um dos participantes que ainda não trocou de papel (10 min) ➤ No grande grupo, provocar o compartilhamento da experiência. (20 minutos) ➤ Apresentar e dialogar sobre estigma, vulnerabilidades e vulneração (20 minutos)	Objetivos ➤ Discutir o encontro cuidador ➤ Refletir sobre processos de vulneração
		Materiais Levar 3 tarjetas com a descrição de 1 personagem diferente por tarjeta com todas suas características de gênero, raça, condição social e familiar, bem como seu padrão de uso de drogas.

Diálogos nos territórios 1 Tempo estimado: 30 minutos	Metodologia Atividade de dispersão Como fazer: ➤ Orientar que os trabalhadores solicitem pauta junto ao conselho gestor local ou em reunião de equipe ou em assembleias ou em grupos existentes para apresentar a cartografia realizada ➤ Apresentar-se e à discussão, considerando a atividade como parte integrante da ação formativa que estão realizando ➤ A cartografia deverá ser utilizada como mobilizadora e disparadora da roda de conversa sobre o território, suas vulnerabilidades e possíveis cenas de uso de drogas ➤ Orientar sobre a produção da síntese do encontro, considerando principais necessidades e prioridades elencadas, bem como desafios, fragilidades e fortalezas encontradas.	Objetivos ➤ Exercitar o acolhimento e a escuta ➤ Promover os diálogos sobre o cuidado AD nos territórios ➤ Identificar necessidade para o cuidado AD no território ➤ Favorecer a participação social e o olhar atento às situações complexas Materiais A cartografia do território
Bibliografia indicada ➤ Carmo ME do, Guizardi FL. O conceito de vulnerabilidade e seus sentidos para as políticas públicas de saúde e assistência social. Cadernos de Saúde Pública. 2018 Mar 26;34(3). [citado em 1 fev. 2026]. Disponível em: https://doi.org/10.1590/0102-311X00101417 ➤ David ECC; Marques ALM; Silva FFL. Redução de danos e racismo. In: Surjus, ST de LL, Carvalho P, Org. S. Ampliação da vida e materialização de direitos [E-book]. [citado 1 fev. 2026]. Disponível em: https://unifesp.br/campus/san7/images/E-book-Reducao-Danos-versao-final.pdf		
Atividade de Dispersão 1 Diálogos nos territórios 1, com tempo estimado de 2 horas		

3.2. SUJEITOS, DROGAS E SEUS CONTEXTOS

MÓDULO 3 - Diálogos e práticas 1		
Acolhimento Tempo estimado: 45 minutos	Metodologia Dinâmica corporal e apresentação dialogada sobre Práticas Corporais Como fazer: ➤ Realizar uma sequência de exercícios de alongamento, propriocepção das articulações e respiração profunda, com música (15 minutos) ➤ Convidar ao compartilhamento da experiência (15 minutos) ➤ Breve apresentação sobre as Práticas Corporais no cuidado AD (15 minutos)	Objetivos ➤ Favorecer a percepção corporal e o autocuidado ➤ Processar a experiência como ferramenta para o cuidado AD
		Materiais ➤ Aparelho de som ou caixa de som ➤ Música instrumental lenta
Diálogos nos Territórios 1 Tempo estimado: 1 h e 30 min	Metodologia Apresentação individual e problematização da experiência Como fazer: ➤ Cada trabalhador deverá apresentar sua síntese da atividade de dispersão (5 minutos/cada) ➤ Problematizar a experiência (de 15 a 45 minutos, a depender do nº de participantes) ➤ Registrar palavras chaves	Objetivos ➤ Refletir sobre os desafios e as potências dos encontros e dos diálogos nos territórios ➤ Refletir sobre as necessidades dos territórios
		Materiais ➤ A síntese produzida pelos trabalhadores ➤ Cartolina e caneta hidrográfica colorida
Diálogos nos territórios 2 Tempo estimado: 15 minutos	Metodologia Atividade de Dispersão Mote: “A escola ou a praça?” Como fazer: ➤ Visitar uma praça e uma escola do território ➤ Registrar o que viu, o que pensou e o que sentiu durante a visita em um diário de bordo ➤ Orientar sobre o diário de bordo	Objetivos Estimular aproximação e observação atenta de cenários da comunidade

Bibliografia indicada

- Brito C, Silva LN da. População em situação de rua: estigmas, preconceitos e estratégias de cuidado em saúde. *Ciência & Saúde Coletiva*. 2022 Jan;27(1):151–60. doi: [10.1590/1413-81232022271.196620211](https://doi.org/10.1590/1413-81232022271.196620211). [citado em 1 de fev.2026]. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/7LPJ5Lk7TZkZSG9fnprTPyg/?format=pdf&lang=pt>
- Campos AG e Souza MPF. Violência muda e preconceito: estratégias de uma equipe de saúde em defesa da cidadania da população de rua. *BIS Boletim do Instituto de Saúde*. 2013; 14(3):344-351. [citado em 1 fev. 2026]. Disponível em: <https://periodicos.saude.sp.gov.br/bis/article/view/33752/32558>
- Moreira FG, Silveira DX da, Andreoli SB. Redução de danos do uso indevido de drogas no contexto da escola promotora de saúde. *Ciência & Saúde Coletiva*. 2006 Set;11(3):807–16. Doi: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232006000300028> [citado 1 fev. 2026]. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/6cfChpcqC76NVpKh8gfj6YG/?lang=pt>

Atividade de Dispersão 2

Diálogos nos territórios 2, com tempo estimado de 3 horas

MÓDULO 4 - Relações em diálogo		
Relação de Dependência Tempo estimado: 1 hora	Metodologia Dinâmica dos Prazeres e excessos Como fazer: ➤ Convidar os trabalhadores a contarem algo que gostem muito de fazer e que possam contar porque gostam ➤ Provocá-los a pensar numa situação de excesso a partir do que relataram ➤ Construir uma tabela de possíveis pontos positivos e negativos numa relação de excessos	Objetivo Favorecer o entendimento, o reconhecimento e a empatia sobre a relação de dependência das drogas
		Materiais Cartolina e canetas hidrográficas coloridas (ou material similar disponível, como papel kraft, flipchart ou lousa branca; quadro negro e giz)
Sobre a relação com as Drogas Tempo estimado: 1 hora	Metodologia Recolhimento do saber prévio e Exposição dialogada complementar sobre drogas e os diferentes padrões de uso (recreativo, indevido, precoce, problemático, prejudicial) Como fazer: ➤ registro de palavras chaves do saber prévio recolhido ➤ apresentação em power point como auxiliar da exposição ➤ correlacionar saberes	Objetivo ➤ Identificar conhecimentos prévios, ampliando repertório a partir deles ➤ Identificar conceitos e preconceitos, desmistificando-os ➤ Favorecer o reconhecimento dos diferentes padrões de uso
		Materiais ➤ Cartolina e canetas hidrográficas coloridas (ou material similar disponível, como papel kraft, flipchart ou lousa branca; quadro negro e giz) ➤ Computador e data show (ou similar)

Cuidado nos territórios Tempo estimado: 1 hora	Metodologia Recolhimento do saber prévio e Exposição dialogada complementar sobre Redução de Danos e Promoção de Saúde Mental na Intersetorialidade Como fazer: ➤ registro de palavras chaves do saber prévio recolhido ➤ apresentação em power point como auxiliar da exposição ➤ correlacionar saberes	Objetivos ➤ Construir ou revisar o conceito de RD ➤ Construir o conceito de fatores de proteção e fatores de risco ➤ Favorecer a compreensão da importância do cuidado AD em Rede e na perspectiva da RD Materiais ➤ Cartolina e canetas hidrográficas coloridas (ou material similar disponível, como papel kraft, flipchart ou lousa branca; quadro negro e giz) ➤ Computador e data show (ou similar)
Bibliografia indicada - Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde - Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Guia Estratégico para o cuidado de pessoas com necessidades relacionadas ao consumo de álcool e outras drogas: Guia AD - Brasília: Ministério da Saúde, 2015. [citado 1 fev.2026]. Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_estrategico_cuidado_pessoas_necessidades.pdf - Niel M; da Silveira DX (orgs) Drogas e Redução de Danos: uma cartilha para profissionais de saúde. São Paulo: PROAD/UNIFESP – São Paulo, 2008. 96 p. - Torossian SD. Paixões e químicas. In:Torossian SD; Torres S; Kveller DB (orgs). Descriminalização do cuidado: políticas, cenários, experiências em redução de danos [recurso eletrônico]. Porto Alegre: Rede Multicêntrica, 2017. p. 369-371. [citado 1 fev. 2026]. Disponível em: http://hdl.handle.net/10183/159744		

3.3. CAIXA DE FERRAMENTAS

MÓDULO 5 – Diálogos e prática 2		
Acolhimento Tempo estimado: 50 minutos	Metodologia Experimentação prática Como fazer: ➤ Realizar uma das Práticas Integrativas Complementares como a Dança Circular, Yoga, Tai Chi Chuan, Lian Gong ou Meditação (20 minutos) ➤ Convidar ao compartilhamento da experiência (15 minutos) ➤ Breve apresentação sobre as PICs (15 minutos)	Objetivos ➤ Vivenciar uma prática cuidadora em grupo ➤ Processar a experiência como ferramenta para o cuidado AD
		Materiais ➤ Focalizador ou instrutor especializado na prática escolhida ➤ Espaço adequado e materiais necessários à realização da prática proposta
Diálogos nos territórios 2 Tempo estimado: 1h e 30 min	Metodologia Apresentação individual e problematização da experiência Como fazer: ➤ Cada trabalhador deverá apresentar em síntese os principais pontos do diário de bordo realizado nas visitas na atividade de dispersão 2 (5 minutos para cada um) ➤ Problematizar a experiência (de 15 a 45 minutos, a depender do nº de participantes) ➤ Registrar palavras chave	Objetivos Construir conceitos sobre dispositivos e intersectorialidade
		Materiais ➤ O diário de bordo produzido pelos trabalhadores ➤ Cartolina e caneta hidrográfica colorida

Diálogos nos territórios 3 Tempo estimado: 40 minutos	Metodologia Atividade de Dispersão Mote: Construir um Plano de Ação Como fazer: ➤ Discutir Promoção de Saúde e RD (10 min) ➤ Retomar o GT para elaboração do Plano de Ação e definição do cenário de intervenção, considerando na discussão as necessidades e prioridades elencadas na dispersão 1 e as visitas realizadas na dispersão 2 (20 minutos) ➤ Apresentar da ferramenta 5W2H e orientar construção do Plano de Ação (10 min)	Objetivos ➤ Estimular o planejamento estratégico em grupo ➤ Favorecer a compreensão da Intersetorialidade nas Ações de Promoção à Saúde e da Reabilitação Psicossocial Materiais Computador e data show (ou similar)
Bibliografia indicada ➤ Cordeiro L, Soares CB, Maria C. Pesquisa ação na perspectiva da Saúde Coletiva: relato de experiência da formação de agentes comunitários da saúde para o enfrentamento do consumo prejudicial de drogas. <i>Saúde & Transformação Social</i>, 2013 ;4(2):106–16. [citado 1 de fev. 2026]. Disponível em: https://incubadora.periodicos.ufsc.br/index.php/saudeetransformacao/article/view/2239 ➤ Oliveira, EC (org) <i>Administração: técnicas e ferramentas para a gestão organizacional</i>. Ed. Atenas; 2024 [E-book] [citado 1 fev. 2026]. Disponível em: https://atenaeditora.com.br/catalogo/ebook/tecnicas-e-ferramentas-para-gestao-organizacional ➤ Santos FF dos, Ferla AA. Saúde mental e atenção básica no cuidado aos usuários de álcool e outras drogas. <i>Interface - Comunicação, Saúde, Educação</i>. 2017 Fev; 21(63):833–44. [citado 1 fev. 2026]. Disponível em: https://doi.org/10.1590/1807-57622016.0270 ➤ Souza FE, Ronzani TM. Desafios às práticas de redução de danos na atenção primária à saúde. <i>Psicologia em Estudo</i> [Internet]. 2018 Mar;23. [citado 1 fev. 2026]. Disponível em: https://www.scielo.br/j/pe/a/6BjjKWf6GTFnPkCQZ7Ydvnb/abstract/?lang=pt		
Atividade de Dispersão 3 Diálogos nos territórios 3, com tempo estimado de 2 horas		

MÓDULO 6 - Tecnologias Leves		
Acolhimento Tempo estimado: 50 minutos	Metodologia Experimentação prática Como fazer: ➤ Realizar uma das Práticas Integrativas Complementares como a Dança Circular, Yoga, Tai Chi Chuan, Lian Gong ou Meditação (20 minutos) ➤ Convidar ao compartilhamento da experiência (15 minutos) ➤ Breve apresentação sobre as PICs no cuidado AD (15 minutos)	Objetivos ➤ Vivenciar uma prática cuidadora em grupo ➤ Processar a experiência como ferramenta para o cuidado AD
		Materiais ➤ Focalizador ou instrutor especializado na prática escolhida ➤ Espaço adequado e materiais necessários à realização da prática proposta.
Caixa de ferramentas Tempo estimado: 50 minutos	Metodologia GT e Grande Grupo Mote: “Que ferramentas temos para o cuidado AD?” Como fazer: ➤ estimular o compartilhamento e a discussão sobre o cuidado AD (15 minutos) ➤ orientar registro escrito para apresentação ➤ orientar a apresentação (5 minutos para cada grupo) ➤ problematizar e construir coletivamente uma lista de consenso de ferramentas (20 minutos)	Objetivos ➤ Identificar, reconhecer e compartilhar ferramentas existentes para o cuidado AD ➤ Experimentar negociar e construir consenso
		Materiais ➤ Um kit para cada GT com: cartolina (ou similar), barbante, cola, tesoura, canetas hidrográficas coloridas, materiais diversos como tampinhas de garrafa, palitos de fósforo e botões ➤ Cartolina ou similar para registro da lista de consenso de ferramentas

Tecnologias relacionais Tempo estimado: 1 h 20 min	Metodologia Grupos aleatórios e Grande Grupo Como fazer: ➤ Serão formados 3 grupos aleatórios e cada um deles receberá um texto curto sobre tecnologias leves ou relacionais para ler, discutir e preparar uma apresentação (40 minutos) ➤ Deverá apresentar os principais conceitos ao Grande Grupo (10 minutos para cada grupo) ➤ Será possível depositar tarjetas com perguntas que deverão ser organizadas pelo educador/apoiador e respondidas pelo grupo no final (20 minutos)	Objetivos ➤ Compartilhar, rever e aprofundar conceitos sobre as tecnologias relacionais ➤ Exercitar-se no papel educador Materiais ➤ Textos impressos ➤ 4 Cartolinas (ou similar) e papel sulfite, canetas hidrográficas coloridas ➤ Caixa de perguntas ➤ Tarjetas de sulfite (2 para cada pessoa)
Bibliografia indicada ➤ Lancetti A. Clínica Peripatética. São Paulo: Hucitec; 2008. 126 p Merhy EE. O ato de cuidar: a alma dos serviços de saúde. In: Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Gestão do Trabalho e Educação na Saúde. Departamento de Gestão da Educação na Saúde. Ver-SUS Brasil: caderno de textos. Brasília: Ministério da Saúde. 2004; p.108-137. [citado 1 fev. 2026] Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/CadernoVER_SUS.pdf ➤ Merhy EE e Franco TB. Por uma composição técnica do trabalho em saúde centrado no campo relacional e nas tecnologias leves. Apontando mudanças para os modelo tecno-assistenciais. In: Saúde debate. 2003, set- dez; 27(65): 316-323. [citado 1 fev. 2026]. Disponível em: https://docs.bvsalud.org/biblioref/2023/05/676242/v27-n65-setdez-2003-12a-conferencia-nacional-de-saude-sergio-ar_DGKxlyw.pdf		

MÓDULO 7 - Outras tecnologias		
Acolhimento Tempo estimado: 50 minutos	Metodologia Experimentação prática Como fazer: ➤ Realizar uma Prática Integrativa Complementar como a Dança Circular, Yoga, Tai Chi Chuan, Lian Gong ou Meditação (20 minutos) ➤ Convidar ao compartilhamento da experiência (15 minutos) ➤ Breve apresentação sobre as PICs no cuidado AD (15 minutos)	Objetivos ➤ Vivenciar uma prática cuidadora em grupo ➤ Processar a experiência como ferramenta para o cuidado AD
		Materiais ➤ Focalizador ou instrutor especializado na prática escolhida ➤ Espaço adequado e materiais necessários à realização da prática proposta.
Grupos e Oficinas Terapêuticas Tempo estimado: 1 hora	Metodologia Recolhimento do saber prévio e Exposição dialogada complementar sobre dispositivos grupais na APS Como fazer: ➤ Registrar palavras chaves do saber prévio recolhido ➤ Apresentar em power point como auxiliar da exposição ➤ Correlacionar saberes	Objetivos ➤ Identificar conhecimentos prévios, ampliando repertório a partir deles ➤ Identificar conceitos e preconceitos, desmistificando-os ➤ Favorecer a compreensão do dispositivo grupal para o cuidado AD
		Materiais ➤ Cartolina e canetas hidrográficas coloridas (ou material similar disponível) ➤ Computador e data show (ou similar)

PTS Tempo estimado: 1 h10 min	Metodologia Recolhimento do saber prévio e Exposição dialogada complementar sobre PTS Como fazer: ➤ Registrar palavras chaves do saber prévio recolhido ➤ Apresentar em power point como auxiliar da exposição ➤ Correlacionar saberes	Objetivos ➤ Identificar conhecimentos prévios, ampliando repertório a partir deles ➤ Favorecer a compreensão do PTS como ferramenta estratégia ➤ Discutir contratualidade e consenso Materiais ➤ Cartolina e canetas hidrográficas coloridas (ou material similar disponível) ➤ Computador e data show (ou similar)
Bibliografia indicada ➤ Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde mental / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Cadernos de Atenção Básica, n. 34 – Brasília: Ministério da Saúde, 2013.176 p.: il. [citado 1 fev.2026]. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cadernos_atencao_basica_34_saude_mental.pdf ➤ Brasil. Ministério da Saúde: Centro de Estudo em Pesquisa Coletiva. Guia prático de matriciamento em saúde mental. Chiaverini, D.H. (organizadora). Brasília: Ministério da Saúde, 2011. [citado 1 fev.2026]. 2011. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_pratico_matriciamento_saude_mental.pdf ➤ Kinoshita RT. Recursos e estratégias do cuidado. [Recurso eletrônico]. In: Büchele B; Dimenstein BMD [orgs.] Curso de Atualização em Álcool e Outras Drogas, da Coerção à Coesão. - Florianópolis :Universidade Federal de Santa Catarina. Centro de Ciências da Saúde. Departamento de Saúde Pública/UFSC. 2014. 98 p.: il. [citado em 1 fev. 2026]. Disponível em: https://ares.unasus.gov.br/acervo/html/ARES/1723/1/Modulo%206%20alcool%20e%20drogas.pdf		

3.4. PLANEJAMENTO para o CUIDADO AMPLIADO

MÓDULO 8 – Perspectivas		
Acolhimento Tempo estimado: 30 minutos	Metodologia Dinâmica corporal e apresentação dialogada sobre Práticas Corporais Como fazer: ➤ Realizar uma breve sequência de exercícios de alongamento e propriocepção das articulações, seguida pelo convite para se experimentar dançar sozinho e na batida da música (15 minutos) ➤ Convidar ao compartilhamento da experiência (15 minutos)	Objetivos ➤ Favorecer a percepção corporal e o autocuidado ➤ Estimular espontaneidade, criatividade e o encontro com os afetos ➤ Processar a experiência como ferramenta para o cuidado AD
		Materiais ➤ Aparelho de som ou caixa de som ➤ Música instrumental com batidas fortes
Reabilitação Psicossocial Tempo estimado: 1 h e 10 min	Metodologia Recolhimento do saber prévio e Apresentação de experiências de Reabilitação Psicossocial Roda de conversa Mote: Mas o que é mesmo reabilitação psicossocial? Como fazer: ➤ Registrar em palavras chaves experiências e conceitos trazidos pelo grupo ➤ Trazer um representante ou um coletivo do CAPS AD ou CnR do município ou região para contar sua experiência ou ➤ Apresentar um vídeo de uma experiência na RAPS da Mostra Virtual Nós na Rede ou ➤ Apresentar e discutir uma experiência exitosa do CONASEMS e COSEMS	Objetivos Provocar reflexões sobre o cuidado e a clínica ampliada na perspectiva da Reabilitação Psicossocial
		Materiais ➤ Recursos audiovisuais ➤ Selecionar material e/ou fazer convite ➤ Cartolina (ou similar) e canetas hidrográficas coloridas

Geração de Trabalho Renda Tempo estimado: 1 h e 10 min	Metodologia Recolhimento do saber prévio e Apresentação de experiências de Reabilitação Psicossocial Roda de Conversa Note: Geração de trabalho e renda? Como assim? Como fazer: ➤ Registrar em palavras chaves experiências e conceitos trazido pelo grupo ➤ Trazer um representante ou um coletivo do CAPS AD ou CnR do município ou região para contar sua experiência ou ➤ Apresentar um vídeo de uma experiência na RAPS da Mostra Virtual Nós na Rede ou ➤ Apresentar uma experiência exitosa do CONASEMS e COSEMS ➤ Conversar a respeito	Objetivos Provocar reflexões sobre o cuidado e a clínica ampliada na perspectiva da Reabilitação Psicossocial Materiais ➤ Recursos audiovisuais ➤ Selecionar material ou fazer convite ➤ Cartolina (ou similar) e canetas hidrográficas coloridas
Bibliografia indicada ➤ Garcia LS. Intersetorialidade - Moradia e Trabalho. In: Surjus, LT de LS, Formigoni, MLO de S, Gouveia, F (Org) Redução de Danos: Conceitos e Práticas, Material comemorativo aos 30 anos de redução de danos no Brasil, 1ª. ed. São Paulo, Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP), Universidade Virtual do Estado de São Paulo (UNIVESP), Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas (SENAD); 2018. 57 p. ISBN: 978-85-62377-21-1 [Internet], p. 44-57. [citado 1 fev. 2026] Disponível em: https://www.supera.org.br/wp-content/uploads/2021/04/UNIVESP_SUPERA13_RD_reduzido.pdf ➤ Kinoshita RT Contratualidade e reabilitação psicossocial. In: Pitta A. A reabilitação psicossocial no Brasil. São Paulo: Hucitec, 2ª ed; 2001. p. 55- 59. ➤ Saraceno B. A concepção de reabilitação psicossocial como referencial para as intervenções terapêuticas em saúde mental. Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo [Internet]. 1998 Fev 10 [citado 2025 Maio 12];9(1):26–31. Disponível em: https://www.revistas.usp.br/rto/article/view/224835.		

MÓDULO 9 - Redes		
Articulação de Rede na Saúde Tempo estimado: 1 hora	Metodologia Recolhimento do saber prévio e Apresentação de experiências de Articulação na RAPS Roda de conversa Mote: Como cuidar em liberdade? Como fazer: ➤ Registrar em palavras chaves experiências e conceitos trazido pelo grupo ➤ Trazer um representante ou um coletivo do CAPS AD ou CnR do município ou região para contar sua experiência ou ➤ Apresentar um vídeo de uma experiência na RAPS da Mostra Virtual Nós na Rede ou ➤ Apresentar uma experiência exitosa do CONASEMS e COSEMS ➤ Conversar a respeito	Objetivos ➤ Provocar reflexões sobre o cuidado e a clínica ampliada na perspectiva da Reabilitação Psicossocial e da RD ➤ Elencar desafios e potências na RAPS
		Materiais ➤ Recursos audiovisuais ➤ Selecionar material ou fazer convite ➤ Cartolina (ou similar) e canetas hidrográficas colorida
Articulação da Rede Intersetorial Tempo estimado: 1 hora	Metodologia Recolhimento do saber prévio e Apresentação de experiências de Articulação na RAPS Roda de Conversa Mote: Como cuidar em liberdade? Como fazer: ➤ Registrar em palavras chaves experiências e conceitos trazido pelo grupo ➤ Trazer um representante ou um coletivo do CAPS AD ou CnR do município ou região para contar sua experiência ou ➤ Apresentar um vídeo de uma experiência na RAPS da Mostra Virtual Nós na Rede ou ➤ Apresentar uma experiência exitosa do CONASEMS e COSEMS ➤ Conversar a respeito	Objetivos ➤ Provocar reflexões sobre o cuidado e a clínica ampliada na perspectiva da Reabilitação Psicossocial e da RD ➤ Elencar desafios e potências na RAPS
		Materiais ➤ Recursos audiovisuais ➤ Selecionar material ou fazer convite ➤ Cartolina (ou similar) e canetas hidrográficas colorida

Diálogos nos territórios 3 Tempo estimado: 30 minutos	Metodologia GT Como fazer: ➤ atualizar sobre os Planos de Ação ➤ sanar dúvidas ➤ orientar sobre apresentação	Objetivo Favorecer o Planejamento Estratégico		
Avaliação Tempo estimado: 30 minutos	Metodologia Tarjetas móveis e priorização Note: “Sobre o que eu gostaria de falar mais?” Como fazer: ➤ Entregar 1 tarjeta para cada participante e orientar, que individualmente, escrevam sobre qual tema gostariam de conversar ou conversar mais ➤ As tarjetas serão organizadas coletivamente em núcleos de sentido e priorização	<table border="1"> <tr> <td data-bbox="900 557 1339 725"> Objetivo Incluir pautas e temas significativos ao processo </td> </tr> <tr> <td data-bbox="900 725 1339 1124"> Materiais Tarjetas em sulfite e canetas hidrográficas coloridas </td> </tr> </table>	Objetivo Incluir pautas e temas significativos ao processo	Materiais Tarjetas em sulfite e canetas hidrográficas coloridas
Objetivo Incluir pautas e temas significativos ao processo				
Materiais Tarjetas em sulfite e canetas hidrográficas coloridas				

Bibliografia indicada

- Akerman M, Franco de Sá R, Moyses S, Rezende R, Rocha D. Intersetorialidade? IntersetorialidadeS! Ciência & Saúde Coletiva [Internet]. 2014 Nov 1;19:4291–300. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/LnRqYzQZ63Hr5G4Hb7WPQLD/?lang=pt>
- Mendonça EM, Pinheiro VA, Reis J de AR, Barreto RBFA. O Projeto Redes em Betim/MG: encontros intersetoriais para o fortalecimento da rede de atenção e redução de danos a pessoas que usam drogas. Pesquisas e Práticas Psicossociais [Internet]. 2021 ;16(1):1–14. [citado 1 Fev 2026]. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-89082021000100005&lng=pt&nrm=iso
- Oliveira E de, Soares CB, Silva J de A. Pesquisa-ação emancipatória com jovens escolares: relato de experiência. Revista Gaúcha de Enfermagem [Internet]. 2016 [citado 1 fev. 2026];37(3). Doi: <http://dx.doi.org/10.1590/1983-1447.2016.03.62059>. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1983-14472016000300801&script=sci_arttext&lng=en

MÓDULO 10 - Diálogos e práticas 3		
Diálogos nos territórios 3 Tempo estimado: 1 h e 30 min	Metodologia Apresentação do GT , com apoiador Como fazer: ➤ Convidar um apoiador que pode ser um trabalhador do CAPS AD e/ou do CnR e/ou da EPS ➤ Cada GT deverá apresentar seu Plano de Ação nos territórios(15 minutos/cada) ➤ Apoiadores e demais presentes poderão debater a proposta (até 15 minutos por Plano de Ação) ➤	Objetivos ➤ Fortalecer o acolhimento e escuta como ferramentas ➤ Fortalecer a RAPS
		Materiais Recursos audiovisuais disponíveis
Planejamento Tempo estimado: 45 minutos	Metodologia GT	Objetivos Revisar e adequar projeto inicial, conforme pontuações e problematizações realizadas
Diálogos nos territórios 4 Tempo estimado: 45 minutos	Metodologia Roda de conversa sobre Primeiros Passos Mote: Como vamos começar nosso Projeto Aplicativo?	Objetivos Estimular início do projeto de intervenção
Bibliografia indicada ➤ Merhy EE Os CAPS e seus trabalhadores: no olho do furacão antimanicomial. Alegria e alívio como dispositivos analisadores. In Merhy EE, Franco TB (orgs), Trabalho, produção de cuidado e subjetividade: textos reunidos (p.213-225) São Paulo: Hucitec, 2013. 366 p		
Atividade de Dispersão 4 Diálogos nos territórios 4, com tempo estimado de 2 horas		

3.5 PROJETOS EM AÇÃO

MÓDULO 11 - Diálogos e práticas 4		
Diálogos nos territórios 4 Tempo estimado: 1 h e 30 min	Metodologia Apresentação do GT, com apoiador Como fazer: ➤ Convidar um apoiador que pode ser um trabalhador do CAPS AD e/ou do CnR e/ou da EPS ➤ Cada GT deverá apresentar os primeiros passos dados, as situações e experiências vividas (15 minutos/cada) ➤ Apoiadores e demais presentes poderão debater a proposta (até 15 minutos por Plano de Ação)	Objetivos ➤ Compartilhar a experiência ➤ Estimular reconhecimento e cooperação na Rede ➤ Discutir manejos específicos
Projeto em ação Tempo estimado: 1 hora	Metodologia GT Como fazer: ➤ apresentar a matriz FOFA ➤ estimular o trabalho coletivo ➤ orientar continuidade das ações	Objetivos Identificar fragilidades, fortalezas, ameaças e oportunidades na condução do projeto
Avaliação	Metodologia Roda de Conversa Mote: “Como me sinto no Projeto em Ação?”	Objetivos Identificar e reconhecer afetos

MÓDULO 12, 13 e 14 - Módulos em tessitura		
Temas do grupo Tempo estimado: 1 h e 30 min	Metodologia A metodologia deverá ser avaliada diante do emergente do grupo	Objetivo Acolher a demanda e necessidade do grupo
Projeto em Ação Tempo estimado: 1 h e 30 min	Metodologia Roda de Conversa sobre o Projeto em Ação	Objetivos ➤ Promover Ações de cuidado nos territórios ➤ Compartilhar a experiência ➤ Estimular reconhecimento e cooperação na Rede ➤ Discutir manejos específicos
Atividade de Dispersão 5, 6 e 7: Projeto em Ação Espera-se a realização de 3 ações em território nos intervalos entre a realização dos módulos 12, 13 e 14, num total de 6 horas		

MÓDULO 15 - Diálogos e práticas 5		
Projeto em Ação Tempo estimado: 1 hora	Metodologia Roda de Conversa, com apoiador Como fazer: ➤ Convidar um apoiador que pode ser um trabalhador do CAPS AD e/ou do CnR e/ou da EPS ➤ Discutir os Projetos em Ação a partir dos territórios, da experiência acumulada	Objetivos ➤ Discutir próximos passos do Projeto em Ação ➤ Fortalecer a RAPS
Matriciamento Tempo estimado: 1 hora	Metodologia Roda de Conversa, com apoiador Mote: E o que mais? Como fazer: ➤ Estimular a discussão sobre outros casos e situações, com a presença de apoiadores do CAPS AD e CnaR ➤ Estimular a manutenção de uma agenda ou a definição de fluxos iniciais para encontros e diálogos	Objetivos ➤ Fortalecer a RAPS ➤ Apoiar a construção de PTS e do cuidado compartilhado, sempre que necessário
Avaliação Tempo estimado: 1 hora	Metodologia Roda de conversa Mote: “O que deixo neste processo? O que levo deste processo?”	Objetivos ➤ Avaliar o processo ➤ Avaliar a ampliação de repertório para o cuidado AD nos territórios

Os critérios de avaliação sugeridos para o curso são: 75% como mínimo de frequência individual nos encontros presenciais; 75% como mínimo na apresentação das atividades de dispersão individuais e coletivas, elaboração colaborativa de proposta de Projeto em Ação.

4 REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Brasil. Ministério da Saúde: Secretaria de Atenção Especializada à Saúde. Departamento de Saúde Mental. Rede de Atenção Psicossocial. [Internet] Jan 2024. [citado 1 fev.2026]. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saes/desme/raps>

Brasil. Lei n.º 10.216 de 6 de abril de 2001. Dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas portadoras de transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial em saúde mental. Diário Oficial da União, Brasília, 2001. [citado 1 fev.2026]. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/leis_2001/l10216.htm

Brasil. Ministério da Saúde. Portaria nº 130 de 26 de janeiro de 2012. Redefine o Centro de Atenção Psicossocial álcool e outras drogas 24 horas (CAPS AD III) e os respectivos incentivos financeiros (portaria revogada por consolidação). Brasília: Ministério da Saúde, 2012. [citado 1 fev.2026]. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2013/prt0130_26_01_2012_rep.html

Brasil. Ministério da Saúde: Centro de Estudo em Pesquisa Coletiva. Guia prático de matriciamento em saúde mental. Chiaverini, D.H. (organizadora). Brasília: Ministério da Saúde, 2011a. [citado 1 fev.2026]. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_pratico_matriciamento_saude_mental.pdf

Brasil. Ministério da Saúde. Portaria no 3.088, de 23 de dezembro de 2011. Institui a Rede de Atenção Psicossocial para pessoas com sofrimento ou transtorno mental e com necessidades decorrentes do uso de crack, álcool e outras drogas no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Brasília: Ministério da Saúde, 2011b. [citado 1 fev.2026]. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2011/prt3088_23_12_2011_rep.html

Brasil. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde - Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Guia Estratégico para o cuidado de pessoas com necessidades relacionadas ao consumo de álcool e outras drogas: Guia AD - Brasília: Ministério da Saúde, 2015. [citado 1 fev.2026]. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/guia_estrategico_cuidado_pessoas_necessidades.pdf

Surjus, LT de LS, Formigoni, MLO de S, Gouveia, F (Org) Redução de Danos: Conceitos e Práticas, Material comemorativo aos 30 anos de redução de danos no Brasil, 1ª. ed. São Paulo, Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP), Universidade Virtual do Estado de São Paulo (UNIVESP), Secretaria Nacional de Políticas sobre Drogas (SENAD); 2018. 57 p. ISBN: 978-85-62377-21-1 [Internet], p. 44-57. [citado 1 fev. 2026] Disponível em: https://www.supera.org.br/wp-content/uploads/2021/04/UNIVESP_SUPERA13_RD_reduzido.pdf