

## **Instituição**

Gaia+

## **Título da tecnologia**

Corações E Mentres Lgbtqia+

## **Título resumo**

### **Resumo**

O Corações e Mentres LGBTQIA+ é uma tecnologia social da Gaia+ voltada à promoção da saúde mental e ao fortalecimento comunitário de pessoas LGBTQIA+ e suas redes de cuidado. Integra abordagens científicas de compaixão e aprendizagem socioemocional a metodologias de educação popular, criando um modelo replicável e de alto impacto. Atua sobre quem cuida e quem é cuidado, promovendo acolhimento, escuta e fortalecimento das habilidades internas da mente e da convivência diante da exclusão e vulnerabilidade social.

### **Objetivo Geral**

Promover o bem-estar emocional, a empatia e a convivência solidária entre pessoas LGBTQIA+ e suas redes de cuidado, por meio de práticas de compaixão e aprendizagem socioemocional baseadas em evidências científicas, fortalecendo vínculos comunitários e capacidades internas para enfrentar contextos de vulnerabilidade e discriminação.

### **Objetivo Específico**

Fortalecer habilidades socioemocionais de autocuidado, autorregulação e empatia. Capacitar pessoas cuidadoras e lideranças comunitárias como multiplicadoras da metodologia. Promover espaços seguros de diálogo e apoio mútuo entre pessoas LGBTQIA+ e suas redes. Reduzir sintomas de estresse e isolamento por meio de práticas de compaixão. Estimular ações coletivas de convivência e pertencimento em contextos institucionais e comunitários.

### **Problema Solucionado**

A população LGBTQIA+ brasileira enfrenta altos índices de sofrimento psíquico, discriminação e exclusão social. Em casas de acolhimento e centros de referência, tanto pessoas LGBTQIA+ quanto suas redes de cuidado convivem com sobrecarga emocional, falta de preparo técnico para lidar com situações de vulnerabilidade e ausência de espaços seguros de escuta e convivência. Esses fatores geram adoecimento, evasão de serviços e fragilidade nos vínculos comunitários. O Corações e Mentres LGBTQIA+ surge para enfrentar esse cenário, oferecendo um método estruturado de cuidado baseado em evidências científicas sobre compaixão e aprendizagem socioemocional. A tecnologia social pode ser implantada em casas de acolhimento, centros de referência e outras organizações sociais voltadas à diversidade, promovendo ambientes mais empáticos, colaborativos e saudáveis. Ao fortalecer quem cuida e quem é cuidado, o programa reduz tensões relacionais e amplia a capacidade coletiva de enfrentamento à discriminação e ao estresse social.

### **Descrição**

A Gaia+ Educação com Compaixão atua desde 2014 com programas voltados à formação de profissionais, educadores e lideranças comunitárias em metodologias baseadas em compaixão, ética e aprendizagem socioemocional. Com presença em todos os estados brasileiros, a instituição consolidou uma atuação contínua em territórios vulneráveis, unindo ciência, educação e engajamento social. O Corações e Mentres LGBTQIA+ foi desenvolvido como uma adaptação das metodologias internacionais CBCT® - Cognitively Based Compassion Training e SEE Learning® - Social, Emotional and Ethical Learning, ambas criadas na Universidade Emory (EUA), para o contexto da população LGBTQIA+ brasileira. Essa adaptação foi realizada com assessoria técnica do Instituto +Diversidade, que atuou na tradução cultural, no letramento LGBTQIA+ da equipe e na formação de pessoas facilitadoras da Gaia+, assegurando coerência, representatividade e sensibilidade interseccional ao processo. A estrutura metodológica da tecnologia social foi organizada em duas frentes complementares de ação: Formação de profissionais e lideranças comunitárias, por meio de workshops vivenciais e módulos formativos sobre atenção, estabilização emocional, empatia, compaixão e ação ética; Atendimento direto às pessoas LGBTQIA+, por meio de rodas de conversa e práticas de convivência que promovem escuta, fortalecimento de vínculos e desenvolvimento de habilidades socioemocionais. Essas duas frentes foram definidas a partir de um processo aprofundado de escuta de lideranças, gestores e usuários de serviços de acolhimento, além de visitas técnicas e consultorias especializadas. O objetivo foi compreender as demandas reais de cada território e identificar barreiras institucionais e emocionais que precisavam ser enfrentadas. A partir desse diagnóstico, o programa foi moldado de forma participativa, garantindo aderência às dinâmicas e necessidades locais. A metodologia de implantação envolve etapas articuladas: Escuta e diagnóstico

participativo, para identificação das necessidades e definição conjunta dos objetivos locais; Planejamento colaborativo, com desenho de cronogramas, logística e estratégias de engajamento a partir das realidades específicas de cada casa ou centro de acolhimento; Formação de facilitadores e educadores, com base nas metodologias de compaixão e aprendizagem socioemocional adaptadas; Realização dos encontros formativos e rodas de conversa, organizados em módulos semanais e pautados pela participação ativa das pessoas atendidas; Sistematização e acompanhamento, com registros qualitativos e devolutivas coletivas para orientar a continuidade do trabalho. O Instituto +Diversidade também teve papel central no processo de formação continuada da equipe da Gaia+, promovendo letramento em diversidade sexual e de gênero, e assessorando a inclusão de perspectivas interseccionais — considerando raça, classe, deficiência e territorialidade. Essa atuação garantiu que o Corações e Mentis LGBTQIA+ fosse conduzido por uma equipe plural e preparada para lidar com a complexidade das vivências LGBTQIA+. As ações foram realizadas em parceria com casas de acolhimento, centros de referência e políticas públicas, como o Programa Transcidadania, da Prefeitura de São Paulo. Essa articulação assegurou o acoplamento da tecnologia social a estruturas públicas já existentes, ampliando seu alcance e favorecendo a sustentabilidade institucional. O programa também contou com a participação de facilitadores diversos, representando diferentes identidades e trajetórias da comunidade LGBTQIA+, o que fortaleceu o princípio da escuta horizontal e da representatividade real. Essa diversidade de vozes foi essencial para garantir que os encontros abordassem temas a partir de múltiplas vivências, promovendo o reconhecimento mútuo e a construção de empatia entre participantes. Para favorecer o acesso e a inclusão, foram produzidos materiais pedagógicos multimodais, incluindo guias impressos, apresentações em PowerPoint e áudios em pajubá, elaborados por pessoas trans participantes do projeto. Esses conteúdos traduzem conceitos de compaixão, empatia e convivência em linguagem acessível, culturalmente situada e afirmativa, tornando o material uma extensão da própria tecnologia social. A logística e os calendários de execução foram desenhados com base na escuta das necessidades específicas de cada casa e centro de referência. Essa personalização garantiu aderência à rotina institucional e respeitou o ritmo e a disponibilidade de cada grupo. O cronograma dos encontros foi definido coletivamente, equilibrando a frequência ideal para assimilação dos conteúdos com as demandas operacionais das instituições parceiras. Durante todo o processo, a interação entre a Gaia+ e as comunidades se manteve horizontal, participativa e contínua. A equipe técnica acompanhou as formações de modo presencial e remoto, promoveu encontros de planejamento conjunto e realizou devolutivas periódicas com os grupos atendido

## **Recursos Necessários**

A formação de profissionais é ofertada de duas formas. No virtual, ampliando o poder de abrangência e permitindo que profissionais de qualquer lugar do Brasil possam participar. O único requisito é ter acesso a internet. As aulas ocorrem na Plataforma Zoom. Damos todo o auxílio técnico individualizado para que todos possam usufruir da plataforma da melhor maneira possível. No presencial, realizamos a formação nas sedes das instituições parceiras. A comunicação com participantes ocorre por Whatsapp, ferramenta já comumente utilizada pela ampla maioria. Os materiais são disponibilizados em uma página aberta na internet (<https://www.fiquebem.org.br/lgbt>), com acesso gratuito e irrestrito. Todos os links são enviados no grupo de Whatsapp. As inscrições são feitas pela plataforma Wix ou Google Forms, sempre de maneira simples para facilitar o acesso. As rodas com pessoas atendidas acontecem sempre presencialmente, nas sedes das instituições parceiras. No formato presencial, utilizamos recurso para transporte. Além disso, ofertamos materiais impressos para desenvolvimento contínuo das instituições dentro da temática.

## **Resultados Alcançados**

O Corações e Mentis LGBTQIA+ consolidou-se como uma tecnologia social de alto impacto psicossocial, com resultados expressivos tanto na saúde emocional das pessoas participantes quanto na cultura institucional dos espaços em que foi implantado. O programa foi realizado em parceria com casas de acolhimento, centros de referência e políticas públicas como o Programa Transcidadania, atingindo diretamente mais de 200 pessoas entre cuidadores(as), gestores(as) e pessoas LGBTQIA+ em situação de vulnerabilidade social. Os resultados observados refletem avanços significativos em três dimensões: emocional, relacional e institucional. Na dimensão emocional, 95% das pessoas relataram que o curso ajudou muito a desenvolver um senso de segurança e tranquilidade internas. Em seus relatos, participantes destacaram que as práticas de estabilização e atenção os ajudaram a enfrentar o cotidiano de forma mais equilibrada, com redução da ansiedade e ampliação da sensação de segurança subjetiva. Na dimensão relacional, houve ampliação da empatia, da escuta e da qualidade das interações entre cuidadores e pessoas acolhidas. 100% dos profissionais participantes disseram que o curso contribuiu para que elas mesmas pudessem reconhecer as necessidades e vulnerabilidades de outras pessoas. Em várias instituições, o programa impulsionou a criação de rodas permanentes de convivência e autocuidado, conduzidas pelos próprios profissionais formados. Na dimensão institucional, o programa contribuiu para práticas de gestão humanizada. 98% dos profissionais participantes relataram que o curso ampliou suas perspectivas sobre como dependemos uns dos outros para atuar e desenvolver nossos trabalhos. Além disso, o diálogo entre diferentes áreas dos serviços foi ampliado. Outro resultado relevante foi a formação de multiplicadores locais — profissionais e lideranças comunitárias que passaram a aplicar a metodologia

de forma autônoma. Essa rede de pessoas facilitadoras garante a continuidade e a sustentabilidade da tecnologia social, reduzindo custos e ampliando o alcance territorial. Do ponto de vista cultural, a produção de materiais acessíveis em pajubá e linguagem inclusiva fortaleceu a identidade coletiva e ampliou o sentimento de valorização da comunidade trans e travesti. Em síntese, o Corações e Mentes LGBTQIA+ promoveu mudanças mensuráveis na saúde mental, na convivência e na gestão dos espaços parceiros, transformando o cuidado em um instrumento de cidadania e equidade.



## **Locais de Implantação**

### **Endereço:**

---

Bom Retiro, São Paulo, SP

---

Centro, São Bernardo do Campo, SP

---

Centro, São Paulo, SP

---

Butantã, São Paulo, SP

---