



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

ISIS RIVERO VAQUERO

A INCLUSÃO DAS AÇÕES DE CUIDADO DA SAÚDE MENTAL NA ATENÇÃO BÁSICA
COMO UMA NECESSIDADE PARA DIMINUIR O USO DE SUBSTÂNCIAS
PSICOTRÓPICAS E A MELHORA DE QUALIDADE DE VIDA DOS USUÁRIOS

SÃO PAULO
2018

ISIS RIVERO VAQUERO

A INCLUSÃO DAS AÇÕES DE CUIDADO DA SAÚDE MENTAL NA ATENÇÃO BÁSICA
COMO UMA NECESSIDADE PARA DIMINUIR O USO DE SUBSTÂNCIAS
PSICOTRÓPICAS E A MELHORA DE QUALIDADE DE VIDA DOS USUÁRIOS

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Curso de Especialização em Saúde da
Família da Universidade Federal de São Paulo
para obtenção do título de Especialista em
Saúde da Família

Orientação: CRISTIANE LOPES DE SOUZA

SÃO PAULO
2018

Resumo

A inclusão das ações de saúde mental na prática das equipes de saúde da família reforça os princípios do SUS e contribuem para a consolidação da Reforma Psiquiátrica Brasileira. A promoção da saúde mental envolve ações para criar condições de vida e ambientes que apoiem a saúde e permitam às pessoas adotar e manter estilos de vida saudáveis. O uso de psicotrópicos nos últimos anos mostrou-se crescente na sociedade, possivelmente por causa das novas cobranças do mundo atual que representam um papel importante nesse processo. As transformações no modelo de atenção em saúde mental priorizam ações voltadas para inclusão social e autonomia dos pacientes. Um ambiente que respeite e proteja os direitos básicos civis, políticos, socioeconômicos e culturais é fundamental para a promoção da saúde mental e depende em grande parte de estratégias intersetoriais. O objetivo deste trabalho é elaborar um plano de ações para diminuir o uso excessivo de psicotrópicos na comunidade do bairro Alvorada e contribuir na melhoria da qualidade de vida destes usuários com transtornos mentais, desenvolvendo um programa de educação continuada, sensibilizando e comprometendo os profissionais da UBS e familiares de nossos pacientes, fornecendo outras alternativas de cuidados. Quanto à abuso de substâncias psicotrópicas, o estudo demonstrou que muitos usuários conseguiram reduzir e até mesmo deixar de usar medicamentos controlados com outros serviços terapêuticos, além que foi possível diminuir a quantidade de medicamentos em uso dos pacientes de saúde mental, assim como o uso de outras drogas, perante os cuidados compartilhados com outros profissionais: Centro de Atendimento Psicossocial (CAPS), o qual começou a funcionar no decorrer deste trabalho.

Palavra-chave

Saúde mental. Psicotrópicos. Qualidade de vida

Introdução

A saúde mental é uma parte integrante e essencial da saúde. A constituição da OMS afirma: "saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a mera ausência de doença ou enfermidade". Uma implicação importante dessa definição é que a saúde mental é mais do que a ausência de transtornos mentais ou deficiências. Trata-se de um estado de bem-estar no qual um indivíduo realiza suas próprias habilidades, pode lidar com as tensões normais da vida, pode trabalhar de forma produtiva e é capaz de fazer contribuições à sua comunidade.(OMS,2006).

Saúde mental e bem-estar são fundamentais para nossa capacidade coletiva e individual, como seres humanos, para pensar, nos emocionar, interagir uns com os outros e ganhar e aproveitar a vida. Nesta base, a promoção, proteção e restauração da saúde mental podem ser consideradas como uma preocupação vital dos indivíduos, comunidades e sociedades em todo o mundo.(Almeida 1999)

Estudos epidemiológicos mostram que milhões de pessoas sofrem algum tipo de doença mental no mundo e que este número vem sofrendo um aumento progressivo, principalmente nos países em desenvolvimento. Casos com sintômas ansiosos ou depressivos mesmo não satisfazendo todos os critérios diagnósticos de doença mental, apresentam uma elevada prevalência na população adulta e são motivos frequentes de consulta na atenção primária de saúde. No Brasil, "...a prevalência global de transtornos mentais na população está estimada em 20%. Pesquisas epidemiológicas realizadas em cidades brasileiras de diferentes regiões encontram prevalências de demanda por cuidado psiquiátrico que variam de 34% (Brasília e Porto Alegre) e 19% (São Paulo) ...". ALVES et al. (1994)

A inclusão das ações de saúde mental como prática das equipes de saúde da família reforça os princípios do SUS e contribuem para a consolidação da Reforma Psiquiátrica Brasileira. As equipes da Atenção Básica se apresentam como um recurso estratégico para o enfrentamento de importantes problemas de saúde pública, como os agravos vinculados ao uso abusivo de substâncias psicotrópicas, álcool e outras drogas. Poderíamos dizer que todo problema de saúde é também de saúde mental. Nesse sentido, será sempre importante e necessária a articulação da saúde mental com a Atenção Básica. Contudo, nem sempre a Atenção Básica apresenta condições para dar conta desta importante tarefa. Por esta razão, o Ministério da Saúde vem estimulando ativamente, nas políticas de expansão, formulação e avaliação da Atenção Básica, diretrizes que incluam a dimensão subjetiva dos usuários e os problemas mais frequentes de saúde mental. Afinal, grande parte das pessoas com transtornos mentais leves ou severos está sendo efetivamente atendida pelas equipes de Atenção Básica nos grandes e pequenos municípios. Assumir este compromisso é uma forma de responsabilização em relação à produção da saúde, à busca da eficácia das práticas e à promoção de equidade, da integralidade e da cidadania num sentido mais amplo. (Ministerio da saúde, 2004. Brasília).

Múltiplos fatores sociais, psicológicos e biológicos determinam o nível de saúde mental de uma pessoa. Por exemplo, as pressões socioeconômicas contínuas são reconhecidas como riscos para a saúde mental de indivíduos e comunidades. A evidência mais clara está associada aos indicadores de pobreza, incluindo baixos níveis de escolaridade. Uma saúde mental prejudicada também está associada a rápidas mudanças sociais, condições de trabalho estressantes, discriminação de gênero, exclusão social, estilo de vida não saudável,

risco de violência, problemas físicos de saúde e violação dos direitos humanos. Há também fatores psicológicos e de personalidade específicos que tornam as pessoas vulneráveis aos transtornos mentais. Por último, há algumas causas biológicas, incluindo fatores genéticos, que contribuem para desequilíbrios químicos no cérebro, segundo a OMS.

No tratamento da saúde mental são utilizados os medicamentos psicotrópicos. É uma substância química que age principalmente no sistema nervoso central, onde altera a função cerebral e temporariamente muda a percepção, o humor, o comportamento e a consciência. (Kantorski et al., 2013; Xavier et al., 2014). Essa alteração pode ser proporcionada para diferentes fins. Elas se classificam em diversos grupos: antidepressivos, estabilizadores de humor, anticonvulsivantes, antipsicóticos-neurolépticos, benzodiazepínicos-ansiolíticos e psicoestimulantes. O aumento do número de prescrições e o possível abuso desses fármacos, com indicações duvidosas e durante períodos que podem prolongar-se indefinidamente, além das repercussões com os gastos envolvidos, são problemas relevantes na atenção primária de saúde, além dos riscos que esses medicamentos acarretam em curto e longo prazo. Entre os principais efeitos colaterais do uso destas substâncias encontra-se: abstinência (ansiedade, tremores, confusão mental); dependência, ganho ou perda de peso, impregnação, perda de efeito, efeito na sexualidade (diminuição da libido, retardo na ejaculação ou no orgasmo), tolerância (precisar de dose maior para ter o mesmo efeito), queda de cabelo, etc. (Souza et al., 2013).

Assistimos, hoje, no cenário da saúde, à estruturação de novos parâmetros norteadores, principalmente no que diz respeito a uma melhor escuta da comunidade, sendo o movimento da reforma sanitária a base propulsora de uma nova visão que cresceu nacionalmente. A partir dessa visão, a ênfase nas políticas públicas se direciona na implementação de programas na linha da prevenção e, principalmente, da promoção da saúde. Nesse sentido, surge a partir de 1994, o Programa de Saúde da Família (PSF) centrado no trabalho com equipes interdisciplinares. A proposta assistencial do PSF inclui trabalho externo às unidades tradicionais de saúde; estabelecimento das equipes interdisciplinares; vínculos estreitos da relação médico-paciente-família; manejo de grupos de apoio de educação para saúde e de trabalho comunitário. Neste ponto torna-se importante que toda a equipe de saúde perceba a multicausalidade dos agravos à saúde.

Tendo em conta que as equipes de saúde não sempre são completas por falta de profissionais que possam avaliar a esfera psicológica destes pacientes e como consequência disto, os médicos generalistas acabam prescrevendo psicofármacos como medida paliativa para tentar amenizar as queixas dos pacientes. Infelizmente evidencia-se uma contradição entre o grande contingente de problemas na área da saúde mental e a baixa oferta de serviços e de recursos humanos capacitados. Assim, no sentido de auxiliar os profissionais da saúde e a comunidade, o presente tem como objetivo elaborar um plano de ações para diminuir o uso excessivo de psicotrópicos em nossa comunidade e contribuir na melhoria da qualidade de vida destes usuários, implementando outras formas de diminuir a ansiedade, o estresse, e a depressão que sejam mais saudáveis que não apresentem consequências negativas para a saúde dos indivíduos e melhore o desempenho deles na sociedade, melhorando a qualidade de vida. Desta forma, buscou-se trabalhar as necessidades e realidades dos pacientes, e da equipe de saúde com a intenção de ampliar e gerar novos conhecimentos que facilitem a gestão e a prevenção deste problema y realizar ações de educação em saúde junto à comunidade e profissionais da unidade básica de saúde Benedita Araújo, do bairro Alvorada, no município Charqueada, SP. Sobre o enfoque das atuais

políticas públicas de prevenção e promoção da saúde.

Objetivos (Geral e Específicos)

Objetivo Geral:

Elaborar um plano de ações para diminuir o uso excessivo de psicotrópicos na comunidade do bairro Alvorada e , contribuir na melhoria da qualidade de vida dos usuários que apresentam transtornos mentais.

Objetivos específicos:

1-Desenvolver um programa de educação continuada, sensibilizando e comprometendo os profissionais da UBS e familiares de nossos pacientes de saúde mental.

2-Diminuir a quantidade de pacientes em uso de psicotrópicos fornecendo outras alternativas de cuidados em saúde que promovem a melhora da saúde mental.

3- Avaliar os casos complexos em consultas compartilhadas com a equipe multidisciplinar e construir o projeto singular terapêutico do paciente.

4-Melhorar a qualidade de vida destes pacientes reinsertando-lós na sociedade para melhorar sua interação e adaptação social.

5-Promover estilos de vida saudáveis fornecendo alternativas para controlar e diminuir o estresse.

Método

Tipo de estudo: Projeto de intervenção.

Cenário: UBS Benedita Quadros Araújo. Município Charqueada. Estado São Paulo.

Público alvo e participantes: O público alvo são todos os pacientes adultos da área de abrangência da unidade básica de saúde no período de dezembro 2016 até dezembro 2017. Com um universo de 2815 pessoas. A mostra foi constituída por todos os pacientes atualmente em uso de psicofármacos que são 490.

Inicialmente, realizou-se reuniões com a ESF e representantes da comunidade, para avaliar a situação das diferentes micro áreas. A fim de avaliar o uso de psicofármacos na comunidade. Foram realizadas visitas domiciliares e um cadastramento novo dos pacientes atualmente em uso destes medicamentos. Para esta atividade, os agentes comunitários foram treinados para realização de entrevistas domiciliares de acordo com um questionário estruturado. Nessas visitas foram abordados dados sobre o uso de psicofármacos, verificação da prescrição, especialidade do médico prescritor, motivo da prescrição, frequência de uso, tempo de uso, melhora dos sintomas, conhecimento acerca de efeitos adversos, interferência no convívio familiar, investigação de uso de psicofármacos entre outras pessoas da família situação socioeconômica; investigação acerca do uso de drogas ilícitas e álcool; presença de reações adversas ou agravos na saúde.

A coleta da informação foi feita de forma manual e o processamento foi realizado perante o programa Microsoft Excel. Depois de avaliar e compilar as informações coletadas os casos mais complexos foram encaminhados ao CAPS para avaliação pela equipe de saúde mental (psiquiatra, psicólogo), em consultas compartilhadas com a equipe multidisciplinar para construir os projetos terapêuticos singulares dos pacientes.

Numa segunda etapa todos os profissionais da equipe da UBS, desenvolveram um plano de ações de conjunto com os fatores da comunidade e a participação de representantes do governo local (assistência social) onde se desenvolveram palestras para os pacientes em uso de psicofármacos, onde foram discutidas informações sobre o tratamento, com enfoque nas corretas indicações de uso, da necessidade de prescrição e acompanhamento médico, e dos riscos de seu uso incorreto. Também houve uma inserção em grupos de promoção à saúde já existentes, como o de diabéticos e hipertensos e o da terceira idade, buscando discutir respostas às dúvidas pré-existentes sobre o tema com introdução do assunto nas reuniões., juntamente com os médicos, participaram das reuniões membros da equipe de saúde mental para capacitá-los, agentes comunitários de saúde, enfermeiros, técnicos de enfermagem, e odontólogos.

Avaliação e Monitoramento

Nesta parte, nosso propósito é avaliar com uma periodicidade de um ano a intervenção, para com este monitoramento verificar se o PI está caminhando como planejado ou se necessita ajustes. Através desta análise é possível reformular as ações ou confirmar a validade da intervenção. Oferecendo as bases para a realização de novas edições do projeto.

Resultados Esperados

A inclusão das ações de saúde mental como prática das equipes de saúde da família reforça os princípios do SUS e contribuem para a consolidação da Reforma Psiquiátrica Brasileira. As equipes da Atenção Básica se apresentam como um recurso estratégico para o enfrentamento de importantes problemas de saúde pública, como os agravos vinculados ao uso abusivo de substâncias psicotrópicas, álcool e outras drogas. Com a educação continuada e um programa de cuidados compartilhados de nossos pacientes com comprometimento e participação da equipe de saúde familiar, os usuários, familiares e a comunidade, esperamos diminuir o uso excessivo de psicotrópicos na comunidade do bairro Alvorada e, contribuir na melhoria da qualidade de vida dos usuários que apresentam transtornos mentais.

Referências

CONSTITUIÇÃO DA ORGANIZAÇÃO MONDIAL DA SAUDE. 45a edição, Outubro, 2006.

ALMEIDA FILHO, N; COELHO, M.T. A; PERES. M.F.T. O conceito de saúde mental. Rev. USP, n. 43, p. 100 – 25, 1999.

ALVES, D.S.N. et al. Reestruturação da atenção em saúde mental: situação atual: diretrizes e estratégias. In: AMARANTE, P. Psiquiatria social e reforma psiquiátrica. Pp. 197- 204. Rio de Janeiro, FIOCRUZ, 1994.

Ministério da Saúde. (2004). Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. Saúde Mental no SUS: os Centros de Atenção Psicossocial. Brasília: Author.

Kantorski L.P., Guedes A.C., Feijó A.M., & Hisse C.N. (2013). Medicação pactuada como recurso terapêutico no processo de trabalho de um CAPS: contribuições para a enfermagem. Texto Contexto-Enferm, 22(4), 1022-1029.

Xavier M.S., Terra M.G., Silva C.T., Souto V.T., Mostradeiro S.C.T.S., & Vasconcelos R.O. (2014) A utilização de psicofármacos em indivíduos com transtorno mental em acompanhamento ambulatorial. Enferm glob, 13(36), 114-125.

Souza C., Vedana K.G.G., Mercedes B.P.C., & Miasso A.I. (2013). Transtorno bipolar e medicamentos: adesão, conhecimento dos pacientes e monitorização sérica do carbonato de lítio. Rev. LatinoAm. Enfermagem, 21(2), 8.

CARLINI, E.A. ET AL. I Levantamento domiciliar sobre o uso de drogas psicotrópicas no Brasil: estudo envolvendo as 107 maiores cidades do país: 2001. São Paulo, CEBRID, 2002.

CASÉ V. Saúde Mental e sua Interface com o Programa de Saúde da Família: Quatro Anos de Experiência em Camaragibe in: Saúde Mental e Saúde da Família Série SaúdeLoucura no7, Editora Hucitec, Campinas, 1999.

NASTASY, H; RIBEIRO, M; MARQUES, A.C.P.R. Abuso e dependência de benzodiazepínicos. Associação Brasileira de Psiquiatria, 2002.

COSTA NETO, M.M. Educação Permanente - Cadernos de Atenção Básica. Programa de Saude da Família - Ministério da Saúde. Departamento de Atenção Básica, Brasília, 2000.

MORÉ, C.L.O.O. Atendendo a demanda: Proposta de um modelo de sistematização de intervenção psicológica junto a postos de saúde comunitários. Tese de Doutorado. Pontifícia Universidade Católica. São Paulo, 2000. NASTASY, H; RIBEIRO, M; MARQUES, A.C.P.R. Abuso e dependência de benzodiazepínicos. Associação Brasileira de Psiquiatria, 2002