



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

EDUARDO MAURO DOS SANTOS

SAÚDE MENTAL NA PANDEMIA DO COVID 19

SÃO PAULO
2020

EDUARDO MAURO DOS SANTOS

SAÚDE MENTAL NA PANDEMIA DO COVID 19

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: SIMONE DE CARVALHO SANTOS

SÃO PAULO
2020

Resumo

O presente trabalho parte da experiência obtida durante a atuação como médico na Unidade de Saúde Vila Dirceu em Serra Negra SP. Após o início da pandemia tem-se observado um aumento significativo na busca por atendimento médico, em relação á saúde mental, e como consequência um aumento no uso de psicotr3picos.Foi realizado um estudo da literatura no o qual encontrou-se dados importantes sobre a saúde mental no momento de pandemia. O objetivo deste trablho é de qualificar a assist4ncia prestada aos pacientes que se encontram hoje com a saúde mental diretamente comprometida pelo cen3rio pand4mico que nos encontramos.Para isso foram traçadas algumas aç3es. Espero como resultado, diminuir ao m3ximo o estado depressivo e ansioso das pessoas, evitando assim, danos a sua saúde mental, física e espiritual, através da diminuição do consumo de psicotr3picos, ansiol3ticos e outros.

Palavra-chave

Depress3o. Qualidade de Vida. Doenç3 Mental.

PROBLEMA/SITUAÇÃO

Através deste trabalho farei um resumo sobre a saúde mental em meu território. Busco usar as diretrizes locais para abordar o assunto e construir uma base para discussão da saúde mental e aplicação de medicamentos nos pacientes.

Atuo como médico em uma Unidade de Saúde do município de Serra Negra-SP, em uma comunidade com características rurais e urbanas. A USF tem pouco espaço físico, mas tenho um consultório acolhedor e saudável. A equipe é constituída por mim, três agentes comunitários de saúde (ACS), uma recepcionista, uma técnica de enfermagem, uma enfermeira e uma auxiliar de limpeza. As consultas são previamente marcadas e temos também a demanda espontânea de usuários que chegam sem agendamento e passam por triagem para terem suas necessidades acolhidas e programadas. Muitos passam em consulta no mesmo dia e outros são direcionando a outro tipo de atendimento. Não possuímos Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF) e as especialidades, quando necessárias, são acionadas por meio de encaminhamento com agendamento através de um processo lento e com feedback pouco positivo.

Com o início da pandemia, a unidade de saúde foi fechada e a equipe passou a atuar em locais diferentes. Eu fui alocado em Pronto Atendimento (PA) do município. Aos poucos, este cenário parece estar voltando ao normal e logo teremos nossa Unidade de Saúde aberta.

Tenho percebido um aumento significativo do uso de psicotrópicos e ansiolíticos nos pacientes de meu território após o início da pandemia. Tenho atendido muitos deles no PA em que estou atuando. Percebo a grande necessidade de uso dessas medicações pelas pessoas deste novo território também.

As consultas são muito direcionadas a queixas ligadas a esta instabilidade emocional causada pelo momento em que estamos passando. São medos relacionados ao que vai acontecer, como vai acontecer e quais seriam as sequelas no mundo, na cidade e neles mesmos. O desespero psíquico é notório. O desequilíbrio vem se alastrando de forma progressiva, as pessoas estão vivendo em pânico, em função de uma catástrofe anunciada da qual não temos controle. Vivencio isto a todo momento.

O problema elencado é: como tratar um paciente ao qual eu não tenho vínculo, usando medicação psicotrópica, de forma segura e resolutiva.

ESTUDO DA LITERATURA

As consultas ou minutos de acolhimento (psíquico principalmente) são preciosos e ajudam a humanizar o processo. Percepção de confiança sobre as condições do cenário da doença. As pessoas se sentem mais seguras quando percebem que são consideradas como pessoas e não apenas como doentes (FIOCRUZ, 2020).

A pandemia está trazendo além de uma grande crise mundial, além de uma nova visão e foco de toda a população para novos hábitos e costumes, uma grande lacuna na saúde mental, a pandemia está sendo um enorme catalisador/disparador das doenças que acometem a saúde mental de toda a população. Se antes tínhamos um sistema falho que não tinha a capacidade de absorver e tratar a todos (nas questões de saúde também) o que a pandemia fez foi demonstrar essa situação de forma mais veemente, de forma mais clara(FIOCRUZ, 2020a).

O alerta que fica é, se antes tínhamos dificuldade para tratar de pacientes vitimados psicologicamente com a pressão social existente, como ficariam os mesmos e os novos pacientes que estarão a partir dessa data expostos e incluídos em um novo contexto pessoal, em uma nova janela terapêutica já antes tão esquecida e pormenorizada? (FIOCRUZ, 2020a).

A necessidade da APS - atenção primária a saúde, bem como a ESF - estratégia de saúde da família, devem ser pilares de abordagem sindrômica de problemas durante e pós pandemia. Haverá um crescente número de internações hospitalares de casos de média e alta complexidade, e consequentes óbitos. O trabalho da psicologia e psiquiatria nesses momentos serão de importância vital. Parâmetros de assistência psíquica, reuniões de equipe para definição de critérios de atenção são de suma necessidade. A reestruturação das pessoas e das famílias acometidas pelo Covid 19 deverá ser feita de forma crescente e organizada ainda nos hospitais se possível e estendendo se a um acompanhamento ambulatorial, residencial ou pessoal com visita domiciliar, cada caso estudado individualmente (FIOCRUZ, 2020a).

A assistência a profissionais de saúde durante a pandemia também é um outro tema a ser abordado, tanto em sua saúde física quanto psíquica teremos vários acontecimentos desses profissionais durante o intercurso dessa pandemia, a assistência a saúde mental deverá ser feita de maneira efetiva e presente (prevenção e assistência) imediata e posterior. Incentivo ao auto cuidado facilitando a preservação dos profissionais de saúde (FIOCRUZ, 2020).

O impacto emocional do adoecimento pode influenciar a progressão da patologia, além de aumentar sofrimento, morbidade psicológica e psiquiátrica, risco de suicídio e consequências que se estendem além da hospitalização. Em situações de doenças infecto contagiosas as medidas de isolamento (biosegurança) acabam por segregar o paciente (FIOCRUZ, 2020).

AÇÕES

Na minha área de atuação, tenho a pretensão de ajudar as pessoas, atendendo as consultas que forem classificadas como psiquiátricas, de forma acolhedora e com foco mais sensível para este momento de pandemia. Aproveitando todo o tempo disponível para um contato diferenciado e minucioso apesar de estar atendendo no PA, onde se espera um atendimento mais pontual e “rápido”.

Durante as minhas consultas, o principal objetivo é o abrandamento da mente e o acalento do coração e do espírito do paciente. Tentando mostrar que tudo tem seu tempo e o quanto ele (o paciente) é uma peça importante na engrenagem da vida... Através disso, pretendo contribuir para que esta comunidade caminhe para uma auto estima renovada, carisma próprio e tranquilidade para vencer a pandemia.

As terapias individuais ou em grupo serão incentivadas e orientadas para um momento oportuno e o matriciamento com psiquiatra e psicólogo para casos específicos também podem contribuir muito uma vez que, mesmo atuando para amenizar o sofrimento dessas pessoas, sou generalista e surgem dúvidas.

Campanhas de cunho visual ou através de cartilhas também poderão ser pensadas para um segundo momento, afinal mesmo após a pandemia poderemos ter casos de uso abusivo de drogas controladas.

RESULTADOS ESPERADOS

Com esta atuação, espero como resultado, minimizar ao máximo o estado depressivo e ansioso das pessoas, evitando assim, danos a sua saúde mental, física e espiritual, através da diminuição do consumo de psicotrópicos, ansiolíticos e outros. A colaboração para uma estruturação da saúde mental no paciente é o foco principal do meu trabalho.

Ter a comunidade com suas dúvidas sanadas e esclarecidas e orientada quanto ao cenário atual com base em informações passadas pela Secretaria Municipal da Saúde, através das Vigilâncias Epidemiológica e Sanitária.

O cidadão é o nosso ouro do momento..A joia principal para o equilíbrio de toda a comunidade e precisa estar com o pensamento organizado e centrado para contribuir de forma positiva dentro desta comunidade.

Queremos uma população esclarecida e levando a sério as propostas de melhoria das condições de saúde individual e coletiva. E esclarecida de que esforços deverão ser feitos por todos e em conjunto. Lançar mão de medicamento controlados, somente com receita médica e em último caso, propiciando o consumo consciente.

REFERÊNCIAS

FIOCRUZ. Fundação Osvaldo Cruz. Ministério da Saúde. Saúde Mental e Atenção psicossocial na Pandemia COVID 19. Orientação AS/AOS Psicólogas/os Hospitalares. 2020. Disponível em: file:///C:/Users/User/Downloads/cartilha_psicologos_hospitalares.pdf. Acesso em 28/052020.

FIOCRUZ. Fundação Osvaldo Cruz. Ministério da Saúde. Saúde Mental e Atenção psicossocial na Pandemia COVID 19. Cuidados paliativos. Orientações aos Profissionais de Saúde. 2020 a. Disponível em:file:///C:/Users/User/Downloads/cartilha_cuidados_paliativos.pdf. Acesso em 28/052020.