



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

ADRIANA DE ALMEIDA

SAÚDE MENTAL E O COVID-19 NA USF RIBEIRA, ZONA URBANA DO MUNICÍPIO
DE RIBEIRA - SÃO PAULO

SÃO PAULO
2021

ADRIANA DE ALMEIDA

SAÚDE MENTAL E O COVID-19 NA USF RIBEIRA, ZONA URBANA DO MUNICÍPIO
DE RIBEIRA - SÃO PAULO

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: GISELE LOPES DA SILVA MANTOVANI

SÃO PAULO
2021

Resumo

Pelo problema de saúde pública do COVID- 19, estamos com muitos pacientes que não têm se deparado muito bem com o momento: tanto pelo fato da população ter que realizar isolamento social, de forma muito rápida e inesperada, quanto pelo fato de que todas as pessoas estão propensas a pegar esta doença que tem matado milhões de pessoas no mundo inteiro. Outras pessoas, têm sofrido pela perda de entes queridos, fato esse que pode levar à depressão, dentre outros fatores podem levar a esta enfermidade. Pacientes chegam à Unidade de Saúde relatando que, logo após o contágio por COVID-19, adquiriram ansiedade, pois tem percebido ficar muito nervosos, além dos familiares, em grande parte, terem pego. O fato de ficarem preocupados em pegar o vírus, já os deixam muito apreensivos. A pretensão com esta ação é ajudar os pacientes, que estão sofrendo com a ansiedade e outras doenças de caráter mental, provindos do COVID-19. Pretendemos ainda com esta ação, também ajudar os paciente que não têm buscado ajuda, mas que precisam e não tem coragem de ir à Unidade de Saúde, e que, por vezes, são pacientes que mais necessitam de atendimento do que os pacientes que têm nos procurado. Para isso, foi pensado em ações que irão de alguma forma ajudar no nosso objetivo, que é promover e restaurar a saúde mental dos pacientes. Realizar grupos de pessoas com esse diagnostico, junto com o psicólogo oferecido pelo NASF; atividades de educação em saúde sobre diversos assuntos; encontro individual com psicólogo. Ao final do projeto, iremos analisar todas as etapas e verificar se o objetivo proposto almejado, foi atingido que é promover e restabelecer a saúde mental dos pacientes que, de alguma forma, foram acometidos ou não pelo COVID-19.

Palavra-chave

Educação em Saúde. Transtornos de Ansiedade. Transtornos Mentais. Visita Domiciliar. Unidade Básica de Saúde. Saúde Mental.

PROBLEMA/SITUAÇÃO

Para que pudesse começar este projeto, há alguns meses realizei uma reunião com minha equipe de atuação, na qual expliquei sobre o que se tratava o projeto, a importância e o porquê de sua realização. Expliquei a necessidade de realizar um projeto de saúde no território na qual abordasse a saúde mental, pois neste ano temos atendido pacientes com transtornos mentais, como não tínhamos atendido nos últimos anos, e isso de fato tem preocupado nossa equipe.

Nesta reunião, ainda foram listados os problemas que a unidade enfrenta e as reais necessidades que devem ser melhoradas. Após elencados todos os problemas, foi determinado que os pacientes acometidos com problemas mentais relacionados ao COVID-19 eram os de maior necessidade de tratamento, no momento.

Pelo problema de saúde pública do COVID-19, temos tido muitos pacientes que não têm se deparado muito bem com o momento, tanto pelo fato que a população tem tido que realizar isolamento social muito rápido e pelo fato de que todas as pessoas estão propícias a pegar esta doença que tem matado milhões de pessoas pelo mundo.

Outras pessoas têm sofrido pela perda de ente querido, fato esse que pode gerar depressão e outras enfermidades.

Pacientes chegam à unidade relatando que logo após o contágio por COVID-19, adquiriram ansiedade, pois tem percebido ficar muito nervosos, além dos familiares em grande parte terem pego também. O fato de ficar preocupado em pegar o vírus novamente, já os deixa apreensivos.

Nascimento et al. (2020) quando realizou o estudo sobre a pandemia atual, estimou que esta poderia trazer problemas mentais às pessoas mais vulneráveis, mas não imaginou que poderia ocorrer tantos casos, como está ocorrendo.

Visto que o impacto que o COVID-19 tem feito na vida das pessoas, e como tem afetado não somente a uma pessoa, mas a família como um todo, somente neste ano tivemos quinze pessoas em que necessitaram de ajuda com o psicólogo, e a sorte é que, podemos dizer assim, é que nós contamos com o NASF que tem apoio para esse grupo de pessoas.

Visto a necessidade de intervenção nesse grupo de pessoas, vemos a real importância em se realizar um projeto no qual aborde o tema saúde mental nos pacientes que adquiriram neste momento de pandemia de COVID-19, alguma enfermidade mental.

ESTUDO DA LITERATURA

O chamado surto da COVID-19 teve início na China em dezembro de 2019, desde então as pessoas de todo o mundo tem sofrido inúmeros problemas, desde financeiros, de saúde física, mental e psíquico. Como se já não fosse o bastante, as inúmeras mortes que ocorreram desde o final do ano de 2019, juntos vieram outras doenças, como as doenças mentais, que também têm acometido muitas pessoas devido ao surto (CRODA; GARCIA, 2020).

O vírus do Coronavírus é um RNA de fita simples positivo e além de infectar a população e grande parte dos animais, o maior sinal de que a pessoa é portadora do vírus é a pneumonia, o que faz com que facilite o seu diagnóstico. Os sintomas mais comuns ocorrem sete dias após a infecção, logo depois vem a febre, tosse, congestão nasal, fadiga e outros sinais de infecções do trato respiratório superior. Quando se iniciam esses sintomas, o ser humano pode ficar ansioso e a angústia começa aparecer. No sintoma mais grave ocorrem as dispnéias com dor no tórax (VELAVAN; MEYER, 2020).

O fato, que tem propiciado para que muitas pessoas desenvolvam algum problema de saúde de caráter mental, por o mínimo que seja, tem sido em partes o distanciamento social, que fez com que grande parte das pessoas tivessem que deixar de visitar amigos e familiares, bem como sair somente em caso de extrema necessidade e urgência (DUARTE et al., 2020).

Os estudos que foram realizados desde que teve o início a pandemia, sempre relatam que as pessoas que realizam quarentena apresentaram sintomas psicológicos, como estresse, insônia, humor depressivo e, em alguns casos, irritabilidade, fato esse que esteve presente em pessoas com e sem algum transtorno mental (BARROS et al., 2020).

No Brasil, já existe muitos estudos que abordam o assunto sobre a saúde mental, relacionado ao COVID-19 e trazendo ainda informações de como se adquirem os problemas (PEREIRA et al., 2020). Por isso, é importante que os profissionais das unidades básicas de saúde, que são quem estão mais próximos aos pacientes, devem tomar medidas e intervirem de alguma forma.

Os profissionais, que atuam na linha de frente do COVID-19, também têm enfrentado bastante problemas, pelo fato de que o maior meio de se prevenir e não ser contaminado, é ficar em casa. E, infelizmente, eles não podem fazer isso, fato esse que tem trazido muitas noites sem dormir, além da preocupação com as pessoas que estes profissionais amam (TEIXEIRA et al., 2020).

Assim como os profissionais de área da saúde, que não deixaram de trabalhar, ainda existe as pessoas que moram sozinhas, fato que torna o isolamento ainda mais desafiador, sendo que, quando esta pessoa chega em casa, não encontra ninguém. Desta forma, a ansiedade e a solidão acabam por afetar a saúde mental dos mesmos, fato que também é preocupante (BARLOTI et al., 2020).

Na verdade, os estudos que ligam a saúde mental afetada devido a pandemia de Coronavírus ainda são poucos, pois é um fenômeno que acabou de chegar. Mas, os poucos que têm, trazem resultados negativos frente a este assunto, resultando em medo dos familiares serem infectados, medo de ser infectado e passar para um familiar, ligados ainda em não poder parar de trabalhar e, assim, adquirir depressão, ansiedade ou estresse (SCHMIDT et al., 2020).

No entanto, podemos dizer ainda, que existe um despreparo desses profissionais, pois por ser da área da saúde deveriam saber que, em algum momento, iriam surgir situações desafiadoras como essas (BARLOTI et al., 2020).

Podemos falar, neste momento do texto, sobre a reforma psiquiátrica, que teve início em 1970, na qual envolveu desde a desconstrução do manicômio, até o cuidado da enfermagem frente ao assunto, o que, por vezes, tornam, os profissionais da enfermagem, responsáveis pelos cuidados com os pacientes de saúde mental, na grande maioria das vezes (LACCHNI et al., 2011).

É papel da atenção primária, a saúde envolvendo as unidades básicas de saúde e unidades de saúde da família, que possuem atendimentos, aos pacientes, relacionados aos problemas causados pelo isolamento social, cuidar dos mesmos e trazer melhoras nos estados físico e psíquico, pois não são todas as pessoas que reagem bem às notícias, rapidamente, como foi o caso do isolamento e do lockdown, nos quais as pessoas tiveram que se isolar rapidamente e os comércios fecharam precocemente (SARTI et al., 2020).

DE ALMEIDA COSTA et al., (2020) dizem, em seu estudo, que a população idosa, pelo fato de já serem suscetíveis às doenças que chegam com a idade, como é o caso de insônia e estresses emocionais e também por não terem mais uma qualidade vida em que as funções físicas e emocionais não estão como as de um jovem, foram a população mais acometida com os fatores corriqueiros de saúde mental nesse momento de pandemia.

A unidade básica de saúde tem o papel de realizar as pesquisas na população de abrangência e assim realizar o acompanhamento médico, psicológico e farmacêutico, bem como realizar ainda atividades de educação e promoção a saúde, visando novos modelos de saúde mental (AOSANI; NUNES, 2013).

A estratégia de saúde da família é assim uma estrutura organizada para a Atenção Primária de Saúde, e desta maneira frisa que as ações de educação e promoção a saúde sejam efetivadas, isso no âmbito local e municipal onde, a partir daí, terão informações da população em geral (TESSER et al., 2011).

Quando se trata de alguns atendimentos, alguns estão sendo de forma on-line prioritariamente, o que facilita ainda mais os atendimentos com os profissionais das unidades (FLOSS et al., 2020)

O suporte para as pessoas acometidas ou não pelo COVID-19, deve seguir prontamente as regras de vigilância preventiva, mas dando todo o apoio sanitário, financeiro, psicológico e social, incluindo assim as visitas domiciliares realizadas pelos agentes comunitários de saúde e equipe (FLOSS et al., 2020).

Desta maneira, o último parágrafo traz à tona o nosso objetivo, que é ajudar a recuperar e promover a saúde física, mental e psicológica dos pacientes atendidos na área de abrangência da USF Ribeira, Zona Urbana do Município de Ribeira- São Paulo.

AÇÕES

A pretensão, com esta ação, é ajudar os pacientes que estão sofrendo com a ansiedade e outras doenças de caráter mental, provindos do COVID-19. Pretendemos ainda, com esta ação, ajudar também os paciente que não têm buscado ajuda, mas que precisam e não tem coragem de ir a unidade, mas que os parentes tem nos procurado.

Para isso foi pensado em ações que irão de alguma forma ajudar no nosso objetivo, que é promover e restaurar a saúde mental dos pacientes.

As ações referentes aos problemas de saúde mental, provenientes do momento de pandemia do COVID-19, serão realizar grupos de pessoas com esse diagnostico, junto com o psicólogo oferecido pelo NASF, para realizar encontros mensalmente e assim abordar diversos assuntos nos encontros, a fim de ajudá-los a reestabelecer e promover a saúde dos mesmos.

Nos dias dos encontros mensais, serão realizadas atividades de educação em saúde sobre diversos assuntos, tais como meios de prevenção ao Coronavírus e os meios de proteção. Será realizado parceria com a Secretaria de Saúde do Município de Ribeira para que disponibilizemos máscaras e álcool para os pacientes e, assim, sempre manter estes meios de prevenção ao Coronavírus.

A ação, que será realizada, também será marcar por um encontro individual com o psicólogo que ficará responsável pelos pacientes, para que assim, individualmente, cada paciente relate o seu estado de saúde mental. No mesmo dia a médica, no caso eu, estarei disponível também, para que caso surja algum problema físico, atender e resolver sua situação se possível. E, se não for de minha competência, encaminhar o paciente para o médico especialista e ter o comprometimento de que este paciente será atendido precocemente.

Ao final do projeto, serão analisadas as etapas e identificar se o objetivo foi alcançado.

RESULTADOS ESPERADOS

Ao final do projeto, iremos analisar todas as etapas e verificar se o objetivo proposto foi alcançado: que é promover e restabelecer a saúde mental dos pacientes que, de alguma forma, foram acometidos ou não pelo COVID-19.

Como descrito no campo Ações, serão realizados encontros mensais. Foi realizado um encontro apenas, até o momento, no qual conseguimos juntar sete pacientes que se encontravam com diagnóstico de saúde mental afetada neste período de COVID-19. Sempre mantendo os cuidados necessários preconizado pela OMS, foram realizadas atividades de educação em saúde sobre as prevenções e como agir se souberem que um familiar ou amigo esteja contaminado com o vírus do COVID-19. Falamos ainda sobre as doenças sexualmente transmissíveis, abordando o tema, em geral, para que os pacientes acabarem esquecendo-se um pouco sobre o assunto de Coronavírus e se entretendo com outros assuntos e atividades. A psicóloga tem feito um trabalho maravilhoso, no qual realizou visitas domiciliares junto comigo, aos pacientes e vimos resultados positivos, até o momento.

O encontro individual ocorreu com apenas alguns pacientes, porém ainda não tive acesso ao relatório da psicóloga.

Grande parte de jovens, adultos e idosos ainda adquiriam ou descobriam que são portadores de ansiedade na população da nossa área de abrangência e esse número pode aumentar. Pois, as pessoas que já possuem estes transtornos, podem piorar seu quadro, por isso é necessário intervenção de quem pode ajudar, que são as pessoas da área da saúde juntos aos demais profissionais e equipe.

Em síntese, não é uma ação fácil para jovens e adultos ficar em casa sem poder ir à uma praça, visitar a família e até mesmo sair para se divertir. Por isso, muitas pessoas foram pegadas de surpresa ao adquirir alguns dos sintomas supracitados. Por isso, as unidades de saúde da família, por se tratarem de unidades que trabalham com a família e para a família, devem realizar atividades de educação em saúde que ajude esse grupo de pessoas.

Durante quase um ano, as unidades foram orientadas a atender somente casos mais graves e com suspeita de COVID-19, orientando as pessoas que são portadores de doenças crônicas, a comparecerem a unidade somente em caso de extrema importância, ou pedir para um familiar buscar seus remédios na unidade, pelo menos na ESF em que atuo. Este fato citado, também ilustra o quanto as pessoas ficaram confinadas em suas casas e podem ter desenvolvido alguma enfermidade de cunho mental.

REFERÊNCIAS

CRODA, Julio Henrique Rosa; GARCIA, Leila Posenato. Resposta imediata da Vigilância em Saúde à epidemia da COVID-19. **Epidemiol. Serv. Saúde**. 2020.

DUARTE, Michael de Quadros et al. COVID-19 e os impactos na saúde mental: uma amostra do Rio Grande do Sul, Brasil. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 3401-3411, 2020.

BARROS, Marilisa Berti de Azevedo et al. Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, v. 29, p. e2020427, 2020.

BORLOTI, Elizeu et al. Saúde mental e intervenções psicológicas durante a pandemia da COVID-19: Um panorama. **Revista Brasileira de Análise do Comportamento**, v. 16, n. 1, 2020.

SARTI, Thiago Dias et al. Qual o papel da Atenção Primária à Saúde diante da pandemia provocada pela COVID-19?. **Epidemiol. Serv. Saúde**. 2020.

DE ALMEIDA COSTA, Felipe et al. COVID-19: seus impactos clínicos e psicológicos na população idosa. **Brazilian Journal of Development**, v. 6, n. 7, p. 49811-49824, 2020.

FLOSS, Mayara et al. A pandemia de COVID-19 em territórios rurais e remotos: perspectiva de médicas e médicos de família e comunidade sobre a atenção primária à saúde. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 36, p. e00108920, 2020.

LACCHINI, Annie Jeanninne Bisso et al. A enfermagem e a saúde mental após a reforma psiquiátrica. **Revista Contexto & Saúde**, v. 11, n. 20, p. 565-568, 2011.

NASCIMENTO, Sandra et al. Pandemia COVID-19 e Perturbação Mental: Breve Revisão da Literatura. **Revista Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental**, v. 6, n. 2, p. 67-76, 2020.

AOSANI, Tânia Regina; NUNES, Karla Gomes. A saúde mental na atenção básica: a percepção dos profissionais de saúde. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 5, n. 2, 2013.

PEREIRA, Mara Dantas et al. A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 7, p. e652974548-e652974548, 2020.

SCHMIDT, Beatriz et al. Saúde mental e intervenções psicológicas diante da pandemia do novo coronavírus (COVID-19). **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 37, 2020.

TESSER, Charles Dalcanale et al. Estratégia saúde da família e análise da realidade social: subsídios para políticas de promoção da saúde e educação permanente. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 16, p. 4295-4306, 2011.

TEIXEIRA, Carmen Fontes de Souza et al. A saúde dos profissionais de saúde no enfrentamento da pandemia de Covid-19. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 25, p. 3465-3474, 2020.

VELAVAN, Thirumalaisamy P.; MEYER, Christian G. The COVID - 19 epidemic. **Medicina tropical e saúde internacional**, v. 25, n. 3, pág. 278, 2020.