



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA CATARINA
CENTRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE
DEPARTAMENTO DE SAÚDE PÚBLICA
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM ATENÇÃO BÁSICA 2017

Fábio Felber Retróz

Uso indiscriminado de psicotrópicos e introdução de
terapias complementares e alternativas em
Canoinhas/SC

Florianópolis, Janeiro de 2023

Fábio Felber Retróz

Uso indiscriminado de psicotrópicos e introdução de terapias
complementares e alternativas em Canoinhas/SC

Monografia apresentada ao Curso de Especialização na Atenção Básica da Universidade Federal de Santa Catarina, como requisito para obtenção do título de Especialista na Atenção Básica.

Orientador: Larissa Hermes Thomas Tombini
Coordenadora do Curso: Profa. Dra. Marta Inez Machado Verdi

Florianópolis, Janeiro de 2023

Fábio Felber Retróz

Uso indiscriminado de psicotrópicos e introdução de terapias complementares e alternativas em Canoinhas/SC

Essa monografia foi julgada adequada para obtenção do título de “Especialista na atenção básica”, e aprovada em sua forma final pelo Departamento de Saúde Pública da Universidade Federal de Santa Catarina.

**Profa. Dra. Marta Inez Machado
Verdi**
Coordenadora do Curso

Larissa Hermes Thomas Tombini
Orientador do trabalho

Florianópolis, Janeiro de 2023

Resumo

O contexto apresentado abarca o uso indiscriminado de medicamentos psicotrópicos. Tem como principal objetivo, estabelecer novas abordagens frente à problemática estabelecida perante a população da Unidade Básica de Saúde Campo D'Água Verde de Canoinhas – SC. Iniciadas em 2018, as ações propostas seguem em desenvolvimento no ano 2019. Por meio da coleta de dados locais e da análise do entorno de toda comunidade foi possível estabelecer um diagnóstico situacional na região, dessa forma se obteve o perfil e as características dos adictos aos psicotrópicos na região. Realizou-se então uma singela revisão bibliográfica a cerca do tema, e assim foi possível estabelecer ações em parceria com a comunidade com respectivos detalhamentos. A partir desses, foi possível trazer a fundo a problemática do tema e propor um plano de intervenção onde fosse possível integrar UBS e comunidade na busca de meios alternativos e complementares em prol do bem comum. Terapias complementares propostas tem a finalidade de diminuir o uso exacerbado ou exagerado de psicotrópicos e demonstrar que existem meios mais saudáveis e de igual qualidade terapêutica fora da indústria farmacêutica. Estabelecer um vínculo humano e interpessoal é o propósito final deste projeto, pois, o afeto e a compreensão junto à esperança têm sido armas indispensáveis na batalha pela busca incessante da qualidade de vida no serviço de saúde mental na região descrita.

Palavras-chave: Acolhimento, Benzodiazepinas, Psicotrópicos, Saúde Mental, Terapias Complementares

Sumário

| | | |
|-----|--|----|
| 1 | INTRODUÇÃO | 9 |
| 2 | OBJETIVOS | 13 |
| 2.1 | Objetivo geral | 13 |
| 2.2 | Objetivos específicos | 13 |
| 3 | REVISÃO DA LITERATURA | 15 |
| 4 | METODOLOGIA | 21 |
| 5 | RESULTADOS ESPERADOS | 23 |
| | REFERÊNCIAS | 25 |

1 Introdução

Presenciamos um momento onde, o estado de Santa Catarina esta para se tornar referencia em saúde a nível nacional, e que para isso aconteça integralmente é imprescindível melhorar aspectos de cidades especificas que apresentam níveis abaixo da media estadual do quesito saúde da família. Um exemplo é o município de Canoinhas localizada no planalto norte de Santa Catarina. Esta é uma cidade centenária e histórica, fundada em plena região da onde ocorreu a Guerra do Contestado e que preserva ainda hoje suas tradições como o Museu do Contestado, com rico acervo da época e, a FESMATE festa que celebra o titulo: capital nacional da erva mate, que ocorre anualmente no mês de Setembro. Apesar do título, a economia do município está baseada na agricultura familiar, produção de celulosa e madeira.

Canoinhas possui cerca de 54 292 habitantes subdivididos em 8 bairros e região interiorana, sendo o bairro Campo D'Água Verde o mais populoso, com cerca de 10 557 moradores. Este bairro conta com uma Unidade Básica de Saúde (UBS) que abarca duas Estratégias da Saúde da Família (ESF) e que aloja cerca de 30 funcionários atuantes, sendo a equipe 001 e seu território o foco desta proposta de intervenção. A referida equipe está composta por 01 medico, 01 enfermeira, 01 técnica de enfermagem, 01 dentista e 05 agentes comunitários de saúde e possui uma população adscrita que se aproxima a 3 594 pessoas, subdividida em 302 menores de 4 anos, 862 que possuem de 5 a 14 anos, 2108 que oscilam entre 15 e 64 anos e 223 que passaramos 65 anos. A população adscrita está composta por diferentes níveis de escolaridade, poder aquisitivo e religioso, entretanto a maioria se encontra com ensino médio ou superior completo, classe média e católicos, dados que ultrapassam os 65% da população adscrita.

Destaca-se que a ESF 001 atende cerca de 100 pacientes por dia entre procedimentos de enfermagem, orientações, consulta medica e odontológica. A busca por queixas relacionadas à saúde mental se destaca, principalmente depressão e transtorno bipolar, seguidos ou acompanhados por problemas metabólicos e sistêmicos como a diabete, e a hipertensão arterial sistêmica, hipercolesterolemia, insuficiência cardíaca, puericulturas, infecções respiratórias na infância e pré natal. Como sintomas clássicos se destacam: choro, tristeza, solidão, adinamia, cefaléia, tosse, febre, mialgia, artralgia e fadiga.

Considerada a alta demanda voltada à saúde mental, a equipe de saúde enfrenta um grande problema na promoção da qualidade de vida e saúde dos usuários da área de abrangência, pois, os índices de usuários e dependente de psicotrópicos vêm aumentando de forma alarmante, e na grande maioria das vezes esse uso indiscriminado ocorre por falta de terapia complementar, disponibilidade de profissionais e apoio familiar. Por se tratar de uma população de escolaridade e poder aquisitivo considerável, a maioria dos casos de depressão acontece por indiferença, isolamento e abandono. Segundo os envolvidos, a

corrida educacional, a busca econômica e o clima normalmente frio e nublado favorecem quadros depressivos e conseqüentemente aumentam a incidência de pensamentos suicidas. Entender que se enfrentam altos índices de usuários de psicotrópicos, remete à necessária busca de soluções para diminuição dos mesmos, visando que este tema tem importância sobre toda a comunidade.

Como alternativa ao tratamento de usuários com quadros depressivos, apresentam-se as terapias complementares como meditação, auriculoterapia, reiki, massoterapia e fitoterapia, que, além de proporcionar a aproximação e retirada do isolamento, proporcionará economia para o município, logo, o investimento financeiro é baixo e o retorno em bem estar é alto. Ainda, a inclusão e oferta dessas práticas nas UBS oferece oportunidade para promover o conhecimento das famílias e comunidade envolvida, sobre as novas técnicas e estimular, por meio da curiosidade, o uso das mesmas.

Reestruturar o lação familiar e estreitar relações afetivas, da mesma forma, ajudam de forma substancial em qualquer tratamento, e em muitos casos o reestabelecimento de relações abandonadas, por si so, já são suficiente para o desmame ou retirada de psicotrópicos como a Fluoxetina por exemplo. Auniao familiar e a fraternidade da vizinhança são fundamentais para o reconhecimento, tratamento e cura de infinitas alterações da saúde mental, o amor e compaixão junto com a compreensão são indispensáveis para o sucesso nessa jornada para retirada dos psicotrópicos.

O empenho da equipe em fazer uma farmácia viva, formar grupos de apoio como o troca de conhecimentos, gestando um sonho, grupos de dança e coral, teatro e reuniões semanais como grupos organizados por redes de amigos e familiares, vem envolvendo toda a comunidade junto a unidade de saúde e tem melhorado a relação interpessoal de todos, alem de desafogar a demanda de atendimentos individuais de psicólogos e psiquiatras. Pode-se mostrar que a educação em saúde, voltada para e com a comunidade, deve ser aplicada por todos e usada para todos, retirando os pilares hierárquicos estabelecidos de forma aristocrata. Neste contexto é possível vivenciar o real conceito de comunidade e fraternidade dentro da área de abrangência da equipe 001.

O atual momento é propício para abordar o tema principal da medicalização dos sentimentos e uso abusivo de psicotrópicos entre os usuários, fundamentados na crença e certeza de que a atenção básica pode e deve se empenhar incondicionalmente na prevenção de agravos relacionados e, na busca de meios de promover a saúde e qualidade de vida de usuários e familiares. O enfrentamento da questão e a proposição de intervenção como esta em apresentação, respaldados pelo vínculo entre ESF 001 e usuários são cruciais para o sucesso do projeto. Os envolvidos, desde profissionais a pacientes, participam do acolhimento e assim promovem o crescimento da rede que já se estende por outros bairros, mostrando a importância que laços afetivos podem compor o tratamento, para alem do medicamentoso e, provando que o sucesso terapêutico não se concentra apenas no mundo farmacológico e sim em um contexto onde é possível equilibrar e juntar varios comple-

mentos visando um resultado que é a saúde e qualidade de vida do paciente, família e comunidade.

2 Objetivos

2.1 Objetivo geral

Diminuir o numero de usuários em uso de medicamentos psicotrópicos, adscritos à UBS Campo D'Água Verde – Canoinhas/SC.

2.2 Objetivos específicos

Capacitar os profissionais da ESF 001 para o manejo de transtornos envoltos a saúde mental.

Sensibilizar a população sobre os transtornos mentais leves (TML) e o uso de medicação sem acompanhamento profissional

Oferecer alternativas ao tratamento medicamentoso dos TML (auriculoterapia, massoterapia, reiki, acupuntura, fitoterapia)

Estabelecer acolhimento com escuta qualificada aos usuários com TML, promovendo desmame e proporcionando um seguimento continuado de referidos pacientes para evitar uma “recaída” dos mesmos.

Fomentar atividades coletivas nos diferentes espaços sociais e responsabilidade compartilhada entre equipe e comunidade.

3 Revisão da Literatura

REVISÃO DE LITERATURA

Conceitualização dos Benzodiazepínicos

Os fármacos psicotrópicos ou psicoativos são substâncias que atuam no Sistema Nervoso Central (SNC) e “geram alterações no comportamento, humor e cognição, tendo grande propriedade reforçadora do SNC, sendo, portanto, passíveis de auto-administração”, e causam dependência (SILVA, 2009)

Sua divisão se faz por: anestésicos, ansiolíticos e hipnóticos, antipsicóticos, antidepressivos, antiepilépticos, estimulantes psicomotores, drogas alucinógenas e analgésicas ((SILVA, 2009).

Segundo dados do Ministério da Saúde (MS) os benzodiazepínicos constituem uns dos medicamentos mais conhecidos, em termos de utilização, no Brasil e, com isso, torna o país um dos maiores consumidores do mundo.

A busca pelos medicamentos são motivo de revoltas e tabus no dia a dia das Unidades Básicas de Saúde (UBS), com usuários implorando por renovação de receitas e médicos contrariados em fazê-lo. Enfrentar este grande problema parece ser uma batalha sem precedentes, a responsabilidade deve ser entoada integral à equipe e paciente.

Os benzodiazepínicos se tornaram atrativos devido ao baixo número de óbitos ocasionados por eles em comparação com os barbitúricos. Após milhares de pessoas já se tornarem dependentes, em algumas práticas dos serviços de saúde, podem funcionar como uma válvula de escape para a equipe, uma vez que, a grande demanda voltada a benzodiazepínicos se tornou insustentável, seja pelo lado do paciente requerente, insistente ou mesmo por parte dos médicos frente a enormes queixas. Infelizmente essa prática oculta verdadeiros problemas socioeconômicos e culturais encrostados no seio familiar (BRASIL et al., 2013).

O uso excessivo e indiscriminado em relação a utilização dos benzodiazepínicos tem se tornado um grave problema devido aos sérios prejuízos que os mesmos estão acarretando em meio a saúde de seus usuários (MENDES, 2013).

A excelente aceitação dos benzodiazepínicos vem ocorrendo desde sua introdução no mercado aliada à sua grande popularidade devido a enormes campanhas publicitárias ofertadas pelas indústrias farmacêuticas, condicionadas às modificações no estilo vida e qualidade em saúde da população pós século XX, que se caracteriza por “tentar” se adaptar ao sistema de globalização atual (MENDES, 2013)

A utilização prolongada de benzodiazepínicos, superando períodos de 4 a 6 semanas condiciona ao desenvolvimento de tolerância, abstinência e dependência, sendo indicados conforme quadro abaixo (FORSAN, 2010).

Fonte: BRASIL, 2013

| Nome do fármaco | Meia-vida (h) | Faixa terapêutica | Dose usual | Observações |
|------------------------|---------------|-------------------|------------|---|
| Diazepam | 30-100 | 2.5-30 | 10 mg | Perfil ansiolítico/insônia terminal. Em caso de prescrição IM, a absorção é lenta e variável. |
| Clordiazepóxido | 30-100 | 5-75 | 25 mg | Perfil ansiolítico/insônia terminal. |
| Lorazepam | 6-20 | 0.5-6 | 2 mg | Perfil intermediário. Útil em pacientes com graus leves de insuficiência hepática (por ser eliminado por via renal). |
| Clozapepam | 30-100 | 0.5-8 | 0,5-2 mg | Perfil intermediário. Por vezes utilizado no tratamento da epilepsia. |
| Bromazepam | 8-19 | 1.5-20 | 3 mg | Perfil indutor do sono. |
| Alprazolam | 6-20 | 0.5-2,0 | 0.5-2 mg | Perfil indutor do sono. Útil em transtornos ansiosos, principalmente no transtorno do pânico. |
| Midazolam | 1-5 | 7.5-30 mg | 15 mg | Perfil indutor do sono. Baixo desenvolvimento de tolerância. Prescrição IM útil em agitação. |

A ansiedade pode ser considerada uma experiência normal do ser humano, positiva para sua sobrevivência e melhor desempenho em seu dia a dia. Quando suas manifestações são desproporcionais ao esperado em intensidade, duração, interferência ou frequência, tornando-se uma experiência desagradável e, em geral, acompanhada de alterações somáticas, é considerada patológica. A ansiedade é a que mais apresenta demanda potencial para os serviços de saúde. A prevalência dos transtornos ansiosos em serviços primários de saúde está entre 26,7% a 39,6% do total de pacientes atendidos. Em relação à depressão, esta é uma doença que se caracteriza pelo humor depressivo, pela perda de interesse e prazer nas atividades habituais, pela diminuição da energia, com sensação de cansaço, que leva a uma diminuição no ritmo das atividades. Podem estar presentes outros sintomas como a falta de concentração e atenção, a baixa autoestima, sentimentos de culpa ou inutilidade, pessimismo, alterações do apetite, do peso corporal e alterações do padrão do sono ((BRASIL, 2003)

Apesar de serem considerados seguros, entre os efeitos que o uso prolongado dos benzodiazepínicos estão a sonolência diurna, a perda da memória e da função cognitiva e, o desequilíbrio (MENDES, 2013)

Diversos efeitos adversos estão relacionados em sua grande maioria à depressão do sistema nervoso central, como: “o prejuízo de memória e o de desempenho psicomotor, a dependência fisiológica, comportamental e psicológica são os diversos efeitos adversos encontrados” ((MENDES, 2013)).

A dependência de benzodiazepínicos: um desafio para a equipe de saúde da família.

Por meio da perspectiva pré definida a Estratégia Saúde da Família (ESF) Campo D'Água Verde vem atrelando a renovação de receitas de benzodiazepínicos a consultas e avaliações médicas, desviando a premissa de apenas prescrever sem a presença do paciente, o que dificulta a disseminação do medicamento sem um controle. No entanto existe uma resistência por parte dos pacientes visto que os mesmos estavam acostumados a apenas renovar receitas sem sofrer uma reavaliação. Dessa forma é possível promover a discussão da dosagem do medicamento utilizada e da possível suspensão mediante o manejo não medicamentoso da causa. E em conjunto multidisciplinar com o Núcleo Ampliado de Saúde da Família (NASF) e o Centro de Apoio Psicossocial (CAPS), elaborar estratégias que possam minimizar a utilização dos benzodiazepínicos por seus usuários .

Os instrumentos de intervenção psicossocial na atenção básica constituem-se em importante estratégia para produção do cuidado em saúde. Com uma oferta de tecnologias que contemplem necessidades e demandas que surgem do território como a formação de grupos voltados a saúde mental. A formação de grupos pode ser feita de acordo com as necessidades de cada área de abrangência. Essas ofertas surgem da necessidade diária em que os profissionais, cada vez mais, desejam incorporar novas ferramentas de trabalho, perguntando-se “como faço grupo?”, “como saio do meu espaço clínico individual?”, buscando assim realizar uma atenção direcionada ao entorno do paciente não o individualizando e sim o vendo de forma integral, podendo juntar-se a demais usuários para geração de atividades coletivas saudáveis (BRASIL et al., 2013).

A formação de um processo grupal, quando bem estabelecida a sua finalidade, estrutura e manejo permitem importante troca de experiências e transformações subjetivas que jamais seriam possíveis alcançar em um usuário visto individualmente. Isto graças ao fenômeno de compartilhamento possíveis de serem realizados em reunião grupal (BRASIL et al., 2013)

Os objetivos da formação e continuidade do grupo são de produzir impactos significativos nos indicadores, na perspectiva da educação em saúde. Usuários reunidos em grupo podem agenciar outros efeitos na vida social, entendendo e enfrentando os motivos do sofrimento para além da doença e produzindo novos suportes no território, criando novos meios que possam articular trabalho, cultura e renda na perspectiva da economia

solidária e geração de renda, criando uma rede comunitária que visa o bem estar de toda comunidade (BRASIL et al., 2013).

Palestras, passeios, inserção das pacientes em grupos já existentes na comunidade são atividades que também vão preencher a ociosidade vivenciada pelos pacientes (MENDES, 2013).

Para Mendes (2013), a importância do acolhimento, humanização, integralidade, adscrição de clientela, promoção e prevenção de agravos à saúde, são fatores indispensáveis que permitem que o paciente seja acompanhado por equipe conhecedora de suas origens, sua família e seus costumes. Orientar para um controle mais rigoroso na confecção das receitas controladas, conscientizar o profissional médico sobre a disseminação medicamentosa e, instruir os pacientes sobre os malefícios do uso prolongado dos benzodiazepínicos, ainda é a melhor alternativa para reduzir essa utilização desordenada que atinge a sociedade moderna.

Ainda em acordo com Mendes (2013, p. 19), a atenção integral à saúde mental pela equipe multiprofissional é “fundamental para promover nos pacientes o autocuidado em relação ao uso abusivo de psicofármacos, prevenindo assim prejuízos para a sua saúde e melhoria da vida familiar, social, profissional atingindo maior equilíbrio físico, mental e espiritual”.

Como propõe (SANDES, 2015), para esta atuação conjunta, o atendimento deve ser multidisciplinar, estimulando-se de forma ativa “as políticas de expansão, formulação e avaliação da atenção básica, a inclusão de diretrizes que atendam a dimensão subjetiva dos usuários e os problemas de saúde mental”.

As Práticas Integrativas e Complementares: e estratégia para o manejo dos dependentes de benzodiazepínicos

A união entre junção de uma junta multidisciplinar com o campo das Práticas Integrativas e Complementares (PICs) forma sistemas médicos complexos e recursos terapêuticos que visam estimular os mecanismos naturais que formarão uma prevenção de possíveis pioras e recuperação da saúde por meio naturais, de baixo custo, eficazes e seguras. Realizando as PICs é possível compartilhar um entendimento diferenciado referente ao conceito saúde mental, aumentando a visão sobre o problema e adicionando possibilidades terapêuticas em meio as condutas, fortalecendo assim corrente do autocuidado (BRASIL et al., 2013)

De acordo com o MS, a Medicina Tradicional Chinesa (MTC) “compreende que o equilíbrio do Yin-Yang e dos cinco elementos no indivíduo, e deste com o meio, são fundamentais para a manutenção da saúde. E que o desequilíbrio destes, desencadeia o processo de adoecimento do corpo e da mente” (BRASIL, 2013, p. 133). Através de elementos diagnósticos avalia estas desarmonias, e possui como principais recursos terapêuticos, a acupuntura, auriculopuntura, eletroacupuntura, moxaterapia, ventosaterapia, plantas medicinais, dietoterapia, práticas corporais e mentais, todas com a finalidade de

restabelecer a cognição e melhorar a sinapses, reduzindo ou eliminando assim o uso dos benzodiazepínicos.

Ainda dentro das PICs, pode-se destacar para o campo da saúde mental o uso das plantas medicinais que pertencem à fitoterapia e que podem oferecer grande resultados em pacientes que buscam melhora frente ao uso combinado de benzodiazepínicos e outras drogas como o álcool (BRASIL et al., 2013).

Em resumo, “as colaborações e contribuições das plantas medicinais e da Fitoterapia para o campo da Saúde Mental, na condição de práticas multi e interdisciplinares, fundamentam-se no fortalecimento da abordagem humanizada, singularizada e integral em uma dimensão mais ampla do cuidado à saúde” (BRASIL et al., 2013, p. 136)

Na construção de um usuário mais saudável mentalmente, é necessário usar de recursos que muitas vezes estão fora dos consultórios e UBS. A família e todo o acervo aqui descritos são os pilares fundamentais na edificação do bem estar físico, mental e social e não só a ausência de enfermidades.

4 Metodologia

Através das orientações obtidas em torno da realidade situacional, onde se objetiva realizar o plano de intervenção apresentado, foram obtidas informações inicialmente por meio de levantamento de dados relacionados a características socioeconômicas, geográficas e culturais referentes à área de desejo de aplicação de referido projeto. Desta forma foi possível estabelecer um diagnóstico situacional por meio de páginas (DATASUS, IBGE e Ministério da Saúde), bem como informações por meio da Secretaria Municipal de Saúde e Epidemiologia ambas do Município de Canoinhas – SC, além de coletas de dados diretas obtidas com Agentes Comunitários de Saúde e comunidade local.

Posteriormente, se realizou uma ampla revisão bibliográfica em torno do tema apresentado, sempre com a perspectiva de buscar autores e textos com fundamentação, clareza e objetividade, bem como embasar e alicerçar o referido tema com situações similares a proposta original de modo a incrementar experiências obtidas sobre o assunto. Para sua elaboração, foram usados itens de reconhecimento a nível nacional pertencente à vasta gama do acervo informativo ofertada pelo Ministério da Saúde (sites e cadernos atenção básica) e Ministério da Educação (Universidade Federal), ambos do Governo Federal e uma importante contribuição da Organização Mundial da Saúde, bem como bibliografias aleatórias não pertencentes a esfera federal, entretanto dentro da temática proposta.

Finalmente, foi criada proposta de intervenção com intenção de obter uma diminuição dos “altos índices de usuários de psicotrópicos no Campo D’Água Verde / Canoinhas - SC”, que encontra-se em desenvolvimento pela equipe de saúde da referida UBS. Para o alcance dos objetivos ora propostos foram organizadas reuniões com os usuários de psicotrópicos e pleiteado soluções comunitárias envolvendo equipe de saúde e comunidade na criação de uma rede de afetos onde todos mantêm um elo de comunicação contínua e duradora fomentando as estratégias e alcance dos resultados.

As ações nesta intervenção propostas iniciaram no ano de 2018 e seguem em agenda prioritária no ano de 2019 junto à equipe e comunidade local.

A capacitação dos profissionais da ESF 001 para o manejo de transtornos envoltos a saúde mental é desenvolvida via palestras e atividades coletivas em equipe, iniciadas no último trimestre de 2018 e continuidade prevista para o primeiro semestre de 2019, utilizando-se os momentos de reuniões de equipe de forma a garantir a participação de todos (médico, enfermeiro, técnicos/auxiliares em enfermagem, agentes comunitários de saúde, equipe de apoio e, profissionais do Núcleo Ampliado de Saúde da Família - NASF). As palestras são conduzidas pelo médico, enfermeiro, psicólogo e farmacêutico do NASF, com duração média de 1 hora, conforme cronograma definido com o grupo, pautadas no uso de metodologias ativas de aprendizagem significativa como discussão de casos, dramatizações, trilhas sensitivas e dinâmicas. São abordados os temas: 1. Transtornos

mentais graves, moderados e leves; 2. Detecção e abordagem dos transtornos mentais leves pela ESF; 3. Manejo dos transtornos mentais leves pela ESF; e 4. Tratamento não medicamentoso dos transtornos mentais leves e uso das terapias alternativas na atenção básica.

A sensibilização e educação permanente da equipe sobre o tema, assim como a organização do processo de trabalho possibilitam o acolhimento com escuta qualificada aos usuários com transtornos mentais leve (TML). Estes pacientes são acolhidos sob forma de demanda espontânea (quando necessário) ou programática (com agendamento prévio em dia específico para o grupo), promovendo desmame e proporcionando um seguimento continuado de referidos pacientes para evitar uma “recaída” dos mesmos.

Para sensibilizar a população sobre os TML e o uso de medicação sem acompanhamento profissional, são desenvolvidos encontros na comunidade / sala de espera, conforme cronograma organizado pela equipe de saúde, assim como utilizados os diferentes espaços e oportunidades de encontro entre profissionais e usuários de psicotrópicos (consultas médicas, de enfermagem, odontológicas, procedimentos de enfermagem, visitas domiciliares, atendimentos profissionais NASF), sob responsabilidade do médico.

Da mesma forma, a oferta alternativas ao tratamento medicamentoso dos TML como auriculoterapia, massoterapia, reiki, acupuntura e fitoterapia é realizada e incentivada pelos profissionais da equipe utilizando-se dos diferentes encontros profissionais/usuários, com destaque às consultas médicas, de enfermagem e dos profissionais do NASF.

Por fim, para fomentar atividades coletivas nos diferentes espaços sociais e responsabilidade compartilhada entre equipe e comunidade segue em organização um grupo permanente de discussão em saúde mental, onde participam membros da equipe de saúde (ESF e NASF), usuários de psicotrópicos e familiares, com encontros mensais de discussão de casos, vivências e experiências. O grupo é conduzido pelos profissionais médico e psicólogo, no salão da comunidade local.

5 Resultados Esperados

Em coerência ao tema, foi realizado um estudo amplo por meio de revisões bibliográficas, dados municipais e coleta popular local, e em todos os âmbitos foi possível a constatação de utilização crônica e da total falta de rastreio dos psicotrópicos se torna evidente em ambas as pesquisas. Também foi possível verificar que o conhecimento sobre os reais malefícios provocados pelos referidos psicoativos, quando não utilizados de forma correta, chegam à grande massa usuária com certa descrença e assim desmotivam a busca por meios alternativos ou complementares que possam auxiliar o “desapego” ao medicamento adito.

A solidão e o temor de se assumir-se como psico-usuário são entraves enfrentados na busca por soluções duradoras e eficazes, bem como a resistência por não acreditar em novos mecanismos de tratamento e seguimento terapêutico. Estes, desacreditados pela indústria farmacêutica que prega o imediatismo como principal característica de marketing, desacreditando assim quaisquer outras formulas que possam ofertar benefícios em longo prazo. Ainda que sejam menos agressivas, as referidas formulas em longo prazo não chamam a atenção de médicos e usuários, pois, com alta demanda e números cada vez mais incrementados de pacientes adstritos a patologias em torno à saúde mental, o seguimento contínuo e interpessoal parece cada vez mais difícil de acontecer, logo, o imediatismo prevalece sem dar chance ao “novo”, não por desejo da comunidade senão pelas condições do atual momento caótico em que vivemos.

Desta forma com o intuito de diminuir o número de usuários em uso de medicamentos psicotrópicos, adscritos à UBS Campo D’Água Verde – Canoinhas/SC, iniciaram-se, em 2018, estratégias de abordagem da temática, com e resultados alcançados como:

a produção de educação continuada e a capacitação permanente dos profissionais da UBS para o manejo de transtornos envoltos a saúde mental, buscando assim o entendimento dos usuários sobre a real importância do tema proposto e proporcionar acesso a informação por meio de qualquer profissional da equipe, pois, todos “falam a mesma língua em torno do tema” e tem a mesma importância e responsabilidade diante do problema, logo a obtenção de informações de qualidade e do serviço de saúde será ofertada de forma clara, objetiva e simples;

a sensibilização da população sobre os transtornos mentais leves (TML) e o uso de medicação sem acompanhamento profissional, fazendo assim com que o paciente se torne parte do problema e que o mesmo se indague sobre seu papel dentro do tema e busque junto aos profissionais uma solução menos agressiva e mais duradora, tornando-se parte e não aparte;

a oferta de alternativas ao tratamento medicamentoso dos TML como auriculoterapia, massoterapia, reiki, acupuntura efitoterapia, disponibilizadas à comunidade e realizadas

em coletividade, melhorando assim os laços comunitários bem como as relações interpessoais criando assim uma rede de contato onde é possível buscar por apoio ou aporte emocional não apenas nos profissionais e sim na própria vizinhança e família do indivíduo; e

o acolhimento com escuta qualificada aos usuários com TML com a promoção de desmame e o seguimento continuado destes pacientes para evitar uma “recaída”. Esta estratégia, considerada como principal desafio ao tempo em que se traduz em deixar a “porta aberta” para uma possível queda durante o tratamento, evolui de forma satisfatória visto que a “porta” foi ampliada para a área da família, amigos, vizinhos, parentes, colegas de trabalho e aos profissionais da UBS, logo, o número de recaídas de pacientes reduziu significativamente, aumentando desta forma a eficácia do acolhimento e da participação integral da comunidade frente a problemática.

Tomando em conta as dificuldades enfrentadas durante a implantação e atual desenvolvimento do projeto dentro da comunidade, o saldo tem se apresentado extremamente positivo, pois hoje é possível obter informações acerca do tema saúde mental com todos os profissionais de saúde da UBS, estendidas a líderes de bairro e representantes locais. Ainda, foi possível estabelecer uma rede de contatos continuo onde todos se integram ao problema e buscam soluções juntos, por meio de experiências já realizadas e também por meio de novas a serem vividas.

O desmame de usuários de psicotrópicos, ponto mais desafiante se tornou o mais surpreendente, pois, cerca de 30% dos antigos psico-usuarios hoje diminuíram significativamente as doses e, em muitos casos, houve o desuso por completo com o auxílio das terapias complementares e atividades coletivas. Alguns ex-psico-usuarios colaboram em palestras e terapias de grupo com intuito de fomentar cada vez mais o desuso dos psicotrópicos.

Mais uma vez foi possível mostrar que com a informação correta é possível transformar opiniões e acrescentando uma “pitada” de boa vontade é possível transformar seu entorno e conseqüentemente toda uma comunidade.

Referências

BRASIL, M. da S. *MANUAL DE CONDUTAS MEDICAS*. São Paulo: Secretaria de Estado da Saúde de São Paulo Av. Dr. Enéas de Carvalho Aguiar, 188 05403-000 • São Paulo/SP • Brasil Tel: (55 11) 3066-800, 2003. Citado na página 16.

BRASIL, M. da S. et al. *CADERNOS ATENÇÃO BASICA N. 34*: Saúde mental. Brasília - DF: MINISTÉRIO DA SAÚDE Secretaria-Executiva Subsecretaria de Assuntos Administrativos Coordenação-Geral de Documentação e Informação Coordenação de Gestão Editorial SIA, Trecho 4, lotes 540/610 CEP: 71200-040 – Brasília/DF Tels.: (61) 3315-7790 / 3315-7794 F, 2013. Citado 4 vezes nas páginas 15, 17, 18 e 19.

FORSAN, M. A. O uso indiscriminado de benzodiazepínicos: Uma análise crítica das práticas de prescrição, dispensação e uso prolongado.: Os efeitos dos benzodiazepínicos. *CAMPOS GERAIS / MG*, n. 1, 2010. Curso de Especialização em Saúde da Família, Departamento de Centro de Saúde, Universidade Federal de Minas Gerais. Cap. 1. Citado na página 15.

MENDES, K. C. D. C. O uso prolongado de benzodiazepínicos - uma revisão de literatura: Conceituação de benzodiazepínicos. *POMPÉU - MINAS GERAIS*, n. 1, 2013. Curso de Especialização em Saúde da Família, Departamento de Centro de Saúde, Universidade Federal de Minas Gerais. Cap. 1. Citado 3 vezes nas páginas 15, 17 e 18.

SANDES, J. A. Uso racional de medicamentos psicotrÓpicos pela populaÇÃO do municÍpio de piaÇabuÇu-al: RevisÃO bibliogrÁfica. *PIAÇABUÇU-AL*, n. 1, 2015. Curso de Especialização em Saúde da Família, Departamento de Centro de Saúde, Universidade Federal de Minas Gerais. Cap. 1. Citado na página 18.

SILVA, D. M. C. AvaliaÇÃO do consumo de medicamentos psicotrÓpicos no municÍpio de pacatuba: RevisÃO bibliogrÁfica. Fortaleza - CE, n. 1, 2009. Curso de Especialização em Vigilância Sanitaria, Departamento de Centro de Saúde, Escola de Saúde Pública do Ceará. Cap. 1. Citado na página 15.