

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ MATO GROSSO DO SUL

WANIA SOLANGE AGUILAR

PROGRAMA DE SAÚDE MENTAL NA ATENÇÃO BÁSICA

CAMPO GRANDE - MS

2022

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ MATO GROSSO DO SUL

WANIA SOLANGE AGUILAR

PROGRAMA DE SAÚDE MENTAL NA ATENÇÃO BÁSICA

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Fundação Oswaldo Cruz de Mato Grosso do Sul como requisito para obtenção do título de Especialista em Saúde da Família.

Orientador(a): CLODOALDO PENHA ANTONIASSI

CAMPO GRANDE - MS

2022

RESUMO

O estudo desenvolve-se com vistas a abordagem da saúde mental na atenção primária. Objetivou-se implantar projeto de intervenção em saúde mental na USF Elciria Rita Brandes Aquidauana Mato Grosso do Sul, com vistas ao restabelecimento dos pacientes da USF. Como metodologia utilizou-se o método da estimativa rápida para levantamento dos problemas e execução das ações por etapas, sendo realizadas ações com a equipe de saúde (capacitação) e com os usuários selecionados. Como resultados da proposta desenvolveu-se uma linha de cuidado destes pacientes e uma planilha de monitoramento. Além disso foi criado um grupo de apoio de frequência mensal que dá suporte. Foi criado também um grupo de whatsapp com vistas a comunicação e informações relacionadas a saúde mental e aberto ao diálogo com os pacientes.

ÁREAS TEMÁTICAS: Atenção Primária / Saúde da Família , Promoção da Saúde , Saúde Mental .

DESCRITORES: SAUDE MENTAL, PROGRAMAS DE SAUDE PREVENTIVA, REABILITACAO.

1. INTRODUÇÃO

A saúde mental pode ser entendida como um conjunto de fatores relacionados que devem estar em equilíbrio para que o indivíduo possa desempenhar suas faculdades e responder de modo equilibrado aos anseios da vida. A saúde mental está relacionada a saúde física, emocional, social, econômica, entre outros fatores (BRASIL, 2013).

Nos últimos anos tem se visto que novos transtornos e diagnósticos vem surgindo. Inclusive crianças vem a cada dia apresentando mais problemas relacionados a saúde mental. Na atenção básica, somos os primeiros a identificar algum transtorno relacionado a saúde mental do paciente. Nos últimos dois anos em virtude da pandemia percebeu-se um aumento nos casos, certamente influenciado pela pandemia do covid 19 que agravou ainda mais o quadro (FIGUEIREDO; ALVES; SOUSA, 2021).

Isso porque geralmente o paciente se apresenta com insônia, ansiedade, transtorno alimentar, pensamentos descompassados, crises emocionais, choro frequente, dificuldade de relação sexual, e outras alterações que são sintomas de diagnósticos de saúde mental (BARBOSA et al, 2020).

Atualmente não existe uma uniformização das prevalências de problemas de saúde mental, contudo alguns estudos sugerem que pelo menos 10% da população adulta apresenta algum diagnóstico, seja de depressão, ansiedade, transtornos comportamentais, transtornos do sono, alimentares, entre outros (UFLA, 2021).

Certamente os problemas de saúde mental são multifatoriais. Muitos dos pacientes atendidos na atenção básica passaram por situações traumáticas como abuso sexual, separações, luto, acidentes, ou foram desenvolvendo com o tempo condições que fazem com que tenham dificuldades de sono, sejam extremamente ansiosos, não possuam um compasso de pensamento, apresentem transtornos alimentares, síndromes de pânico, TOC (Transtorno Obsessivo Compulsivo), entre muitos outros diagnósticos possíveis (BRASIL, 2013).

O médico da família quando não possui um amparo de CAPS, e equipe multidisciplinar, precisa buscar diagnosticar e tratar o paciente com medicação e demais orientações, principalmente relacioandas a prática da atividade física,

alimentação de qualidade e inserção de atividades prazerosas no cotidiano do paciente. A suspensão da droga somente deve ser realizada com auxílio e orientação médica.

Já no caso da USF Elcíria Rita Brandes, localizada em Aquidauana Mato Grosso do Sul temos apoio do NASF, CAPS e CRAS e CREAS que tem nos auxiliado no tratamento e restabelecimento dos pacientes de saúde mental. Atualmente são 54 pacientes que estão sendo acompanhados e medicados. Os principais diagnósticos são de depressão, ansiedade, síndrome do pânico e insônia. Temos buscado uma atenção de clínica ampliada não somente focando no paciente mas em todos os aspectos que compõem sua vida, pois problemas de saúde mental nem sempre estão relacionadas somente ao paciente.

Deste modo o objetivo será implantar projeto de intervenção em saúde mental na USF Elcíria Rita Brandes Aquidauana Mato Grosso do Sul, com vistas ao restabelecimento dos pacientes da USF .

2. OBJETIVOS

2.1 OBJETIVO GERAL

Implantar projeto de intervenção em saúde mental na USF Elciria Rita Brandes Aquidauana Mato Grosso do Sul.

2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Realizar a capacitação dos membros da equipe de saúde sobre os principais diagnósticos de saúde mental;

Criar uma linha de cuidado ao paciente de saúde mental;

Desenvolver grupos de saúde mental na unidade de saúde com vistas ao restabelecimento destes usuários;

Monitorar o sucesso dos tratamentos.

3. PROPOSTA DE INTERVENÇÃO

As questões relacionadas a saúde mental a cada dia tem feito parte da realidade da atenção básica. E a partir de 2020 com a pandemia do covid 19, isolamento, medidas restritivas, acirrou ainda mais diagnósticos pré-existentes e condições que sugerem doenças mentais. Neste sentido realizou-se uma reunião entre membros da Unidade de Saúde para detalhar quais as medidas seria realizadas com vistas a reabilitação destas populações com distintos diagnósticos. Neste sentido definiu-se que:

Local do estudo: USF Elciria Rita Brandes Aquidauana Mato Grosso do Sul, com uma população de 1949 usuários cadastrados, sendo destes usuários 54 de saúde mental . A Unidade de Saúde da Família está localizada em uma área humilde da cidade, são indivíduos com baixa escolaridade e baixa renda. Está acessível a população, em uma rua com asfalto, possui água e energia elétrica e internet. O prédio está em boas condições.

Sujeitos da intervenção (público-alvo): Equipe de saúde (educação continuada) formada pela médica da unidade,01 enfermeira,01 tecnico de enfermagem, 01 vacinador,01 dentista,01 auxiliar de dentista e 06 ACSs; usuários do território (educação em saúde e intervenção).

Plano de Ações: Serão usadas algumas ações com os membros da equipe de saúde e outras com os usuários participantes. Com os membros da equipe de saúde serão realizadas duas reuniões dirigidas pela médica da unidade com vistas ao detalhamento da proposta e principais informações sobre os grupos de doenças principais que acometem nossos usuários. Será utilizado materiais do Ministério da Saúde e as reuniões serão direcionadas pela Médica da Unidade. Pretende-se realizar pelo menos duas reuniões com estes membros da equipe de saúde. Já com os usuários participantes serão realizados quatro encontros em modelo de roda de conversa direcionado pela médica da unidade com informações importantes ao reestabelecimento da saúde mental dos mesmos. Estes encontros serão realizados na própria unidade de saúde e envolverá a distribuição de panfletos, realização de dinâmicas e orientações. Serão utilizados manuais do ministério da saúde, e demais recursos que se acharem necessários. Estas ações serão direcionadas pela médica da unidade com apoio dos membros da equipe de

saúde.

Avaliação e Monitoramento: os participantes da proposta serão monitorados em uma planilha com evoluções sobre sua condição e diagnóstico de saúde mental. Parâmetros como qualidade de sono, disposição, vitalidade, evolução da doença serão analisados.

4. AÇÕES E RESULTADOS ALCANÇADOS

Após um levantamento de literatura sobre o problema, como também realização de reunião para planejamento decidiu-se executar as ações durante os meses de fevereiro, março, e abril de 2022.

As ações foram realizadas na própria unidade de saúde e tiveram apoio de toda equipe de saúde (ACS, enfermagem, administrativos e demais profissionais). As ações foram realizadas de 15 em 15 dias com enfoque as sextas feiras no período vespertino. Este horário foi decidido de forma democrática. Até mesmo porque a agenda fica livre na sexta a tarde, respondendo somente a demanda espontânea.

Decidiu-se realizar as ações por etapa, sendo a primeira: duas reuniões com a equipe de saúde buscando capacitar a equipe sobre a melhor forma de atender aos pacientes de saúde mental, como também trazer conhecimentos sobre os principais diagnósticos como depressão, insônia, ansiedade, síndrome do pânico, entre outros.

Nesse sentido decidiu-se realizar em março duas reuniões de 2 horas de duração cada reunião com a participação de todos os membros da equipe de saúde e sendo direcionada pela médica da unidade. Utilizou-se os materiais do Ministério da Saúde como direcionadores do encontro, como também artigos, papers e demais literaturas que trouxessem grandes conceitos sobre a temática. As capacitações foram realizadas nos dias 04 e 11 de março, e foram extremamente importantes no que tange ao parâmetro de capacitação. Decidiu-se realizar no mês de abril as ações relacionadas a linha de cuidado.

As ações relacionadas a linha de cuidado de saúde mental foram realizadas ações dias 8 e 15 de abril. Contaram com ações da equipe de enfermagem, que informaram os maiores entraves e potencialidades dos atendimentos. Decidiu-se que os pacientes de saúde mental seriam ouvidos, seriam nos casos que se julgar necessário buscar horário com a psicóloga e especialista. Além disso seria marcado ainda uma avaliação com educador físico. Estes encontros evidenciaram o quanto é importante a ação do enfermeiro na recuperação do paciente.

Já a terceira ação foi o desenvolvimento dos grupos de saúde mental. Os mesmos foram realizados nos dias 22 e 29 de abril e ainda nos dias 6 e 13 de maio. Estes

encontros se dão as 16 e 17 horas com dois grupos com 1 hora de duração. Os grupos foram formados por 13, 17, 15 e XX (13 de maio – ainda não ocorreu) participantes. Primeiramente é realizado um agradecimento pela participação de todos, e posteriormente são apresentados conceitos relacionados as principais doenças mentais, a importância da alimentação, exercício físico, administração da medicação em momentos corretos, não ingestão de bebida alcoólica, entre outras questões. Os participantes ainda tem direito a um suco e biscoito no final, e há uma interação. Até o momento as ações tem sido extremamente importantes e tenho percebido nos retornos grandes avanços.

Agora em Maio está sendo realizado os últimos encontros como também o monitoramento do avanço. Preliminarmente acredita-se que 40% dos usuários tenham melhora e estejam sendo mutuamente auxiliado pelas ações. Além disso a equipe de saúde melhorou substancialmente nos atendimentos aos pacientes.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A saúde mental é um dos componentes relacionados a saúde humana. Estar saudável mentalmente relaciona-se com equilíbrio necessário as capacidades mentais, influenciando diretamente em questões de sono, pensamento, comportamento, cognição, inteligência, lógica, entre outros quesitos que fazem parte do contexto mental humano (BRASIL, 2013).

E, nos últimos anos tem se visto um aumento considerável de diagnósticos de saúde mental. A depressão, a ansiedade, a insônia, síndrome do pânico, bipolaridade, estão cada vez mais comuns nos consultórios públicos e privados, e, principalmente na atenção primária. Não há dúvidas que a saúde mental é um ramo da medicina e enfermagem que vem ganhando destaque. Isso porque tem se encontrados novos diagnósticos, e desenvolvido mais drogas, terapêuticas alternativas e outras possibilidades (que auxiliam no tratamento), principalmente destes diagnósticos acima apresentados (BARBOSA et al., 2020).

A atenção primária é considerada a porta de entrada para os atendimentos do Sistema Único de Saúde. E este sistema (Sistema Único de Saúde - SUS), é o que mais possui atendimentos de todos os tipos, inclusive de pacientes de saúde mental. A literatura ainda não apresenta todas as soluções aos problemas de saúde mental, contudo percebeu-se uma grande quantidade de publicações ligando os agravos de saúde mental, e a pandemia de covid 19 e muitas outras situações, com destaque para traumas, lutos, abusos, buling e outras realidades que certamente estão intimamente ligadas (FIGUEIREDO, SOUSA, ALVES, 2021).

Com base nesta contextualização inicial pode-se afirmar que as ações realizadas constituíram um sucesso mediante os objetivos traçados. Foi possível desenvolver a capacitação com os membros da equipe de saúde abordando os principais diagnósticos, como também desenvolvendo uma linha de cuidado que inclusive coloca inserto o acompanhamento do CAPS e a contra-referência.

Está sendo realizado os grupos de apoio aos pacientes de saúde mental, sendo realizado uma reunião por mês. Foi criado um grupo de whatsapp que também está servindo como ferramenta de comunicação aos pacientes, que traz informações importantes sobre a saúde mental, independente do seu diagnóstico.

No geral as principais dificuldades estão relacionadas principalmente a necessidade de prática de exercício físico por parte dos usuários, principalmente os

que referem insônia. Além disso o abandono do tabaco e do álcool também tem sido relatado como um desafio. Aponto ainda fatores externos como a crise econômica, a perda de alguns familiares reflexos da pandemia. No geral estas são as principais dificuldades encontradas.

Temos orientado sobre a importância da atividade física e também encaminhado para serviços de assistência social. Além disso as consultas são realizadas periodicamente para que haja um correto monitoramento. Em média 60% dos pacientes apresentam evolução, principalmente após 90 dias da intervenção medicamentosa. Acredita-se que o que resta é o conhecimento a equipe e possibilidade de melhoria no atendimento destes pacientes.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde mental**. Brasília : Ministério da Saúde, 2013.

BARBOSA, A. S., et al. Processo de trabalho e cuidado em saúde mental no Centro de Atenção Psicossocial da UERJ na pandemia de COVID-19. **Brazilian Journal of Health and Biomedical Sciences**, v.19, n. 1, p. 11-19, 2020.

FIGUEIREDO, TPD; SOUSA, MNAD; ALVES, HB. Acolhimento em saúde mental na atenção primária à saúde no contexto da pandemia da COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 7, 2021.

UFLA. Universidade Federal de Lavras. **Boas práticas em saúde mental**. Minas Gerais: UFLA, 2021.

PARANÁ (Estado). Secretaria de Estado da Saúde (SESA). **Saúde Mental [Internet]**. Curitiba: SESA; 2017 [cited 2017 Nov 20]. Available from: <http://www.saude.pr.gov.br/modules/conteudo/conteudo.php?conteudo=2862>. Acesso em 30 mar. 2022.