



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

KAROLINA SAAD RACHED

EDUCAÇÃO POPULAR EM SAÚDE FRENTE A DEPRESSÃO: UMA ESTRATÉGIA NO
MANEJO DA DEPRESSÃO NA UNIDADE DE SAÚDE LUCIANO RODRIGUES COSTA
EM OSASCO/SP

SÃO PAULO
2020

KAROLINA SAAD RACHED

EDUCAÇÃO POPULAR EM SAÚDE FRENTE A DEPRESSÃO: UMA ESTRATÉGIA NO
MANEJO DA DEPRESSÃO NA UNIDADE DE SAÚDE LUCIANO RODRIGUES COSTA
EM OSASCO/SP

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: SERGIO VINICIUS CARDOSO DE MIRANDA

SÃO PAULO
2020

Resumo

Problemas de Saúde Mental são cada vez mais frequentes no mundo, sendo a Depressão um dos mais comuns. No território da Unidade Básica de Saúde - Luciano Rodrigues Costa em Osasco, São Paulo, os casos graves de Depressão não são raros, porém o seu manejo ainda é ineficaz por não haver uma rede de suporte articulada e pela quantidade insuficiente de Psiquiatras e Psicólogos no município, bem como por não haver equipes do Núcleo Ampliado de Saúde da Família, nem serviços de práticas integrativas. Esse quadro leva a equipe da Estratégia de Saúde da Família a ter que lidar com frequência com casos de Depressão sem suporte. Dessa forma, este projeto tem o objetivo de colaborar para a adesão terapêutica dos pacientes com Depressão nesta Unidade Básica de Saúde através da realização de um levantamento da quantidade e perfil de pacientes com Depressão na área, identificação dos casos graves da doença, redução no número de casos de ideação suicida, resgate das funções sociais desses indivíduos, além da criação de um Grupo de Educação Popular em Saúde frente a Depressão, capacitação da equipe para um melhor manejo da doença e criação de Projetos Terapêuticos Singulares para auxiliar no manejo de casos graves sem evolução positiva após 6 meses de participação no Grupo de Educação Popular em Depressão. Assim, espera-se melhores desfechos nos casos de Depressão nessa equipe.

Palavra-chave

Depressão. Educação em Saúde. Saúde Mental. Promoção da Saúde

PROBLEMA/SITUAÇÃO

A Unidade Básica de Saúde (UBS) Luciano Rodrigues Costa localizada na zona Sul do município de Osasco-SP é um território marcado pelo contraste entre ruas comerciais (com supermercados, açougues, lojas, barracas de frutas) e ruas repletas de casas populares com aglomerados de pessoas. Há poucos espaços de lazer, algumas escolas e uma área livre com muitos usuários de álcool e drogas ilícitas. O município tem um grande déficit de profissionais tanto na Atenção Primária quanto Secundária e Terciária, gerando uma grande demanda reprimida e filas de espera para especialidades durando anos, ferindo os princípios do SUS. Além disso, não há equipes de Núcleo Ampliados de Saúde da Família (NASF) ou serviços de práticas integrativas, o que dificulta o trabalho da equipe da Estratégia de Saúde da Família (ESF).

Dentre as especialidades com escassez de profissionais temos a Psiquiatria e a Psicologia, dificultando o cuidado adequado dos centenas de pacientes em sofrimento mental que moram nesse território. Dessa forma, freqüentemente a equipe da ESF precisa lidar sozinha com problemas graves de saúde mental, sendo um dos mais comuns a Depressão. E pela escassez de profissionais e serviços para suporte às doenças da mente não raro temos pacientes com ideação suicida sem apoio especializado.

A equipe da ESF Luciano Rodrigues Costa precisa criar estratégias dentro do território que auxiliem no manejo da Depressão com o objetivo de diminuir os índices de ideação suicida, aumentar a adesão terapêutica dos pacientes depressivos, colaborar para o resgate das funções sociais desses indivíduos, bem como melhorar sua qualidade de vida.

Diante do exposto, faz-se necessário que a equipe da ESF da UBS Luciano Rodrigues Costa planeje ações para um melhor cuidado dos pacientes com Depressão e ideação suicida no seu território. Dessa forma, a criação de um Grupo de Educação Popular em Depressão se demonstra uma promissora estratégia para auxiliar nessa problemática, justificando a importância do presente projeto.

Objetivo Geral:

Colaborar com a adesão terapêutica de pessoas com sintomas depressivos da UBS Luciano Rodrigues Costa

Objetivos Específicos:

- ♦ Identificar o número de depressivos no território.
- ♦ Identificar os depressivos graves que precisam de maior cuidado.
- ♦ Criar um grupo de Educação Popular em Depressão.
- ♦ Orientar os depressivos sobre sua doença, tipos de terapia e suporte.
- ♦ Diminuir os índices de ideação suicida no território.
- ♦ Aumentar o número de pacientes que resgataram suas funções sociais.

ESTUDO DA LITERATURA

A prevalência de problemas de saúde mental como, por exemplo, a Depressão vem aumentando no mundo, em especial em países em desenvolvimento. Estima-se que até 2015 o número de pessoas com Depressão no mundo era em torno de 300 milhões de pessoas. Esta doença pode ter grande repercussão na saúde em geral e é considerada incapacitante, sendo responsável por cerca de 800000 mortes por suicídio por ano, afetando pessoas de todas as faixas etárias e classes sociais (WHO, 2017).

Os sintomas da Depressão têm um grande impacto na vida das pessoas, a previsão é que em 2030 esta será a primeira causa específica de incapacidade. Essa doença é uma comorbidade frequente em pessoas com outras doenças como acidente vascular cerebral (AVC) e diabetes, piorando os seus desfechos. É também uma doença associada a um impacto negativo na dinâmica familiar (DUNCAN *et al.*, 2013).

Pessoas deprimidas tendem a usar mais os serviços de saúde (DUNCAN *et al.*, 2013). A ESF acompanha os pacientes individualmente e inseridos no seu contexto e consegue reconhecer as especificidades da comunidade que podem afetar a vida da população sob seus cuidados. A sua territorialização e longitudinalidade no cuidado favorecem a criação do vínculo com os pacientes e a construção de ações de promoção, prevenção e reabilitação em saúde mental (SOUZA *et al.*, 2012).

Através da promoção em saúde os indivíduos são capacitados, a fim de ter um melhor controle da sua saúde e qualidade de vida. A educação em saúde é uma forma de promoção em saúde que permite o desenvolvimento de habilidades pessoais, estimulando o autocuidado. O trabalho com grupos na ESF é uma ferramenta potente para a realização da promoção, prevenção e educação em saúde, contribuindo para o bem da comunidade. Dentre as potencialidades dos grupos está o estímulo para que a comunidade busque o autocuidado e se fortaleça para o enfrentamento de dificuldades propiciando a superação das doenças, promovendo saúde. Além disso, é um espaço terapêutico para pacientes e equipe e mais uma rede de suporte no território (MACENO; HEIDEMANN, 2016).

A Educação Popular em Saúde é uma ferramenta que proporciona formas coletivas de aprendizado, tomando como ponto de partida o saber prévio do educando, valorizando as experiências individuais na construção de um aprendizado em conjunto e, assim, proporcionando o fortalecimento do vínculo entre educador e educando. Funciona também como uma estratégia de mobilização social pelo direito à saúde colaborando para a garantia da prática dos princípios e diretrizes do SUS, como universalidade e equidade. Permite ainda, uma gestão do cuidado descentralizada e uma prática profissional mais acolhedora que considera o impacto dos problemas sociais na adesão terapêutica (BRASIL, 2007).

AÇÕES

Este projeto será esquematizado em 6 ações:

1ª- Capacitar a equipe sobre a Depressão, terapêutica e manejo.

2ª- Fazer levantamento da quantidade e perfil de pacientes com Depressão na área de abrangência da UBS Luciano Rodrigues Costa através da criação de uma ficha de perfil de Depressão, incluindo faixa etária, sintomas, grau da Depressão, terapêuticas abordadas, condições de vida e moradia, condições de emprego, problemas familiares, uso de álcool ou drogas ilícitas, tabagismo, ideação suicida, adesão terapêutica, conhecimento sobre a doença, dentre outros.

3ª- Criar um grupo de Educação Popular para abordagem da Depressão.

4ª- Preencher a ficha de perfil de Depressão no início do grupo de Educação Popular e após 1 mês, 3 meses e 6 meses da criação do grupo a fim de acompanhar a evolução dos paciente.

5ª- Fazer rodas de conversa semanais de 1h30 de duração baseadas na Educação Popular em Saúde para esclarecer sobre sinais e sintomas da Depressão, terapias medicamentosas, papel da psicoterapia, práticas integrativas como a meditação, apoio à família, esclarecer a função do Centro de Valorização da Vida, dentre outros.

6ª- Criar um Projeto Terapêutico Singular para os pacientes mais graves, com pouca melhora após 6 meses de participação no Grupo de Educação Popular em Depressão.

RESULTADOS ESPERADOS

Através deste projeto espera-se que a equipe de forma geral esteja mais habilitada a lidar com os pacientes com Depressão, acolhendo-os e guiando-os. Além disso, se espera que seja criado um Grupo de Educação Popular em Depressão, no qual equipe e comunidade poderão trocar saberes e fortalecer seu vínculo, permitindo a diminuição dos índices de ideação suicida e de Depressão no território, bem como o resgate das funções sociais dos indivíduos envolvidos, a visualização de novas perspectivas positivas de vida, o manejo adequado da doença, o engajamento com a comunidade e uma melhor qualidade de vida. Também é esperada a criação de Projetos Terapêuticos Singulares para o melhor manejo dos casos mais complexos, aumentando as chances de desfechos satisfatórios.

REFERÊNCIAS

BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE. *Caderno de Educação Popular em Saúde. Secretaria de Gestão Estratégica e Participativa*. Brasília, 2007. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/caderno_educacao_popular_saude_p1.pdf. Acesso em: 22 de jan. 2020.

DUNCAN, B.B et al. *Medicina ambulatorial: Conduas de Atenção Primária Baseadas em Evidências*. 4ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2013.

MACENO, P.R.; HEIDEMANN, I.T.S.B.. *Desvelando as Ações dos Enfermeiros nos Grupos da Atenção Primária à Saúde*. *Texto & Contexto Enfermagem*, 2016; 25(4). Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/0104-07072016002140015> Acesso em: 23 de jan. 2020.

SOUZA, L.G.S. et al.. *Saúde Mental na Estratégia de Saúde da Família: revisão da literatura brasileira*. *Saúde e Sociedade*. São Paulo, v.21, n.4, p.1022-1034, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/sausoc/2012.v21n4/1022-1034>. Acesso em: 23 de jan. 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). *Depression and Other Common Mental Disorders – Global Health Estimates*, 2017. Disponível em: <http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/254610/1/WHO-MSD-MER-2017.2-eng.pdf?ua=1>. Acesso em: 22 jan. 2020.