



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

GEMMA PAOLA SOBRAL PAES

PROJETO DE INTERVENÇÃO EM SAÚDE MENTAL NA ATENÇÃO À SAÚDE DA
FAMÍLIA NA UBS PARQUE ANHANGUERA

SÃO PAULO
2020

GEMMA PAOLA SOBRAL PAES

PROJETO DE INTERVENÇÃO EM SAÚDE MENTAL NA ATENÇÃO À SAÚDE DA
FAMÍLIA NA UBS PARQUE ANHANGUERA

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: LUCIA HELENA FERREIRA VIANA

SÃO PAULO
2020

Resumo

O acompanhamento de pacientes com transtornos psiquiátricos acontece rotineiramente na Unidade Básica de Saúde (UBS) Parque Anhanguera, Zona Norte do município de São Paulo, onde, muitas vezes, os mesmos comparecem em busca de receitas de medicamentos de uso contínuo. Assim sendo, o clínico assistente deve familiarizar-se com temas de Saúde Mental e colaborar na desmedicalização dos indivíduos crônicos, à medida que seja possível. Neste processo, a adoção das Práticas Integrativas e Complementares mostra-se uma medida interessante a ser usada como coadjuvante no tratamento destes pacientes. Desde a sua implantação, o Sistema Único de Saúde (SUS), tem como uma de suas diretrizes o atendimento Integral ao indivíduo. Sabemos hoje a importância de prestar uma atenção individualizada e focada no paciente e não na sua doença, visto a quantidade de pacientes crônicos que dependem do uso de medicamentos e ainda assim não apresentam boa qualidade de vida. A utilização de recursos outros que não o medicamentoso no tratamento dos doentes psiquiátricos e no acompanhamento também dos pacientes sadios, através das Práticas Integrativas, configura-se um meio de, já na Assistência Básica, fornecer um atendimento Integral ao usuário do SUS. A adoção das Práticas Integrativas e Complementares (PICs) não só contribui para a saúde individual do paciente, como da sociedade como um todo, proporcionando ainda maior vínculo entre profissionais e pacientes, e permitindo a todos os profissionais explorarem seu potencial independente do cargo que atuem na Unidade Básica de Saúde. Aqui, a interdisciplinaridade ganha espaço e desenvolve-se o trabalho em equipe, criando assim um ambiente mais saudável também para se trabalhar. A união entre funcionários e a participação ativa dos pacientes com seus interesses particulares e a atenção voltada ao bem-estar bio-psico-social dos indivíduos torna-se imprescindível nos dias atuais como forma alternativa de cuidado humanizada aos pacientes do SUS.

Palavra-chave

Saúde Pública. Práticas Integrativas e Complementares. Assistência Integral à Saúde. Saúde Mental.

PROBLEMA/SITUAÇÃO

A Saúde Mental é uma importante e abrangente área da Medicina. O crescimento da incidência dos transtornos psíquicos tem deflagrado a necessidade de dar-se maior atenção a esta área na Atenção Primária à Saúde (APS). A Atenção Básica tem de dar conta de uma grande demanda dos problemas de origem psíquica, mas pouco se investe na área. Na Unidade Básica de Saúde (UBS) Parque Anhanguera, os pacientes mais graves fazem acompanhamento com Psiquiatra, mas na maioria dos casos há o fornecimento de troca de receitas pelo clínico da UBS para os não graves, o que torna a assistência deficiente e na contra-mão da Integralidade. Dispomos hoje de tratamentos alternativos que precisam ser divulgados e assumidos pela Unidade Básica de Saúde, como forma de substituir a medicalização e foco na doença por uma assistência mais humanizada e integral. As Unidades Básicas configuram-se porta de entrada para o acompanhamento dos pacientes e se configura a melhor forma de implantar ações de Práticas Integrativas e Complementares no tratamento dos pacientes sintomáticos e na manutenção da qualidade de vida também dos assintomáticos, para que não venham a tornar-se sintomáticos, tirando assim o foco da doença e colocando-o no indivíduo em sua esfera de bem estar bio-psico-social.

ESTUDO DA LITERATURA

O Ministério da Saúde determina que saúde diz respeito ao bem estar biopsicosocial do indivíduo, logo, não podemos dissociar Saúde Mental da saúde geral de uma população. Devemos levar em consideração, ainda, que muitas das queixas trazidas pelo paciente diz respeito a queixas psíquicas ou de somatização. Com frequência, pacientes psiquiátricos fazem uso crônico de medicações e carecem de acompanhamento com especialista, recorrendo assim à Unidade Básica de Saúde onde faz acompanhamento rotineiro para renovação de receitas. O médico da UBS deve encontrar-se apto para lidar com patologias de origem psiquiátrica e não só renovar receitas, mas contribuir com o bem-estar do seu paciente fornecendo-lhe outras opções de tratamento.

A Atenção Básica é um espaço estratégico para detecção precoce de patologias psíquicas e hoje em dia dispomos de diversos recursos para proporcionar aos pacientes um cuidado integral. O maior número de ferramentas de trabalho viabiliza a ampliação da capacidade de cuidado dos pacientes no SUS, para além da medicalização. Torna-se necessária a qualificação dos profissionais da Atenção Básica para que incorporem e aprimorem competências do cuidado da Saúde Mental na prática diária da equipe de saúde, como as que envolvem as Práticas Integrativas e Complementares. Na Unidade Básica Parque Anhanguera os pacientes carecem de atividades complementares à sua assistência medicamentosa, o que vai de encontro ao esperado no tratamento dos indivíduos desde a Reforma Psiquiátrica e a desmedicalização dos pacientes psiquiátricos.

Intervenções terapêuticas tecnológicas e seguras se fazem necessárias no âmbito da Atenção Básica e aumentam o vínculo entre a equipe e o paciente, bem como dentro da comunidade na qual o indivíduo está inserido. Com o objetivo de ampliar o acesso da população a estes serviços, o Ministério da Saúde aprovou as Práticas Integrativas e Complementares (PICs) no SUS por meio da Portaria GM/MS no 971, em 03 de Maio 2006. A Política Nacional das Práticas Integrativas e Complementares traz diretrizes para a inserção de ações, serviços e saúde da Medicina tradicional chinesa/acupuntura, homeopatia, plantas medicinais, fitoterapia; constitui também observatórios de medicina antroposófica e termalismo social/cronoterapia.

São um total de 19 práticas desde Março de 2017, quando 14 outras práticas foram incluídas à lista de 2006: Arteterapia, Ayurveda, Dança circular, meditação, musicoterapia, naturopatia, osteopatia, quiropraxia, reflexoterapia, Reike, Shantala, Terapia Comunitária Integrativa e Yoga. As PICS proporcionam satisfação, tranquilidade e prazer, além de melhorar doenças crônicas, levando em consideração que o binômio psicofísico é indissociável. Os sistemas estimulam os mecanismos naturais de prevenção de agravos e recuperação da saúde de modo eficaz. Sempre considerando o indivíduo integralmente, com sua subjetividade, singularidade e pontos de vista e adequando a melhor prática à necessidade de cada indivíduo.

Algumas das situações frequentemente encontradas na APS são sofrimento mental comum, transtornos mentais graves, suicídio, distúrbios do sono, demências, uso de álcool e drogas. Para uma abordagem integral do indivíduo, recomenda-se as PICS já no âmbito da Atenção Básica pois, em geral, utilizam tecnologias de elevada complexidade e baixa densidade tecnológica. Assim sendo, não demandam altos investimentos financeiros ou períodos longos para sua implantação, requerendo mais organização, disponibilidade e interesse dos

profissionais da Unidade.

Com a institucionalização das PICs, pode-se abrir mão do uso de tais práticas em todos os âmbitos de cuidado, inclusive quando do Matriciamento de casos para equipes como o Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF) que configura-se uma opção no suporte do tratamento dos indivíduos, à medida que recorre à Multidisciplinariedade e intercomunicação entre os profissionais, fornecendo ao indivíduo um atendimento mais especializado e completo. O paciente precisa de um olhar de cuidado que vá além da sua queixa principal e envolva seu bem-estar biopsicosocial enquanto pessoa no meio em que vive e na maneira com que se relaciona, podendo as PICs contribuir neste processo em conjunto com as demais medidas.

A criação de uma rede de suporte social propicia um maior vínculo dos profissionais de saúde com os pacientes. A interdisciplinariedade da rede de cuidado compartilhado amplia a resolubilidade dos problemas encontrados pelas equipes de saúde, uma vez que compartilha e contextualiza os conceitos e prática cotidiana dos diferentes profissionais. A associação das PICs no tratamento atuam de modo a ampliar o cuidado e envolver membros da equipe e da comunidade na qual estão inseridos.

A prática de atividades da Medicina Tradicional Chinesa ajudam a ampliar o olhar sobre o paciente e o que o leva ao sofrimento mental, reconhecendo as diversas influências nos processos humanos e sua relação com o ambiente. A acupuntura segue a teoria dos canais energéticos chinesa e práticas corporais e mentais utilizam o movimento, a respiração, concentração e massagens com objetivos semelhantes.

A Homeopatia faz uso de doses infinitesimais para reconstrução da saúde integral do indivíduo, levando em consideração o binômio corpo/mente, com prescrição singular. Tem ajudado na retirada de psicotrópicos na prática clínica e opção terapêutica aplicada em pessoas com casos de depressão, ansiedade, insônia, dentre outros problemas psíquicos.

A Fitoterapia, também usada de forma complementar, também ajudam a aliviar o sofrimento mental e o convívio com álcool e drogas. Existe uma lista de medicamentos fitoterápicos aprovados pela ANVISA para uso em casos leves de doença.

A Medicina Antroposófica contribui com a promoção da saúde, prevenção e reabilitação dos indivíduos. Baseia-se na imagem de ser humano ampliada e pode ser acompanhada de outras terapias, como Terapia Artística, Cantoterapia e Musicoterapia. A Antroposofia estimula o desenvolvimento de maior autonomia e autocuidado nos indivíduos.

Apesar da institucionalização das PICs, tais práticas ainda são pouco disseminadas no dia-a-dia da Atenção Básica e não dispõem de investimentos significativos para sua ampliação pelo Governo, necessitando de maior atenção para a área. Ainda assim, é possível sua implantação com recursos já disponíveis e os pacientes psiquiátricos se beneficiarão com a aplicação destas práticas alternativas e complementares ao uso de medicamentos. Outros pacientes da unidade que não os pacientes psiquiátricos também poderão se beneficiar, à medida que as PICs não são exclusivas para pacientes psiquiátricos, e trazem benefícios para a saúde de toda a população. Assim sendo, as PICs se configuram uma medida viável e promissora na Unidade Básica de Saúde Parque Anhanguera.

AÇÕES

Dentre as ações necessárias para a implantação das PICs, existe a capacitação dos profissionais de saúde na APS (médicos, enfermeiros, farmacêuticos, técnicos, ACS) para as práticas integrativas e levantamento de profissionais da equipe NASF já qualificados para implantação das PICs na Unidade Básica de Saúde. O primeiro passo é identificar os indivíduos que têm interesse no desenvolvimento de habilidades para as práticas das PICs e convidar profissionais que já tenham experiência na área para ajudarem na implantação das PICs na unidade e na capacitação dos demais interessados.

A equipe de saúde precisa ainda informar aos indivíduos a disponibilidade de novos recursos terapêuticos e questionar seus interesses individuais para melhor adaptação dos métodos a serem implantados. Através de questionário específico e de intervenções em consulta médica ou de triagem com a enfermagem, falar sobre a importância da abordagem integral do paciente e da melhora da Saúde Mental com o uso de recursos terapêuticos outros além dos medicamentos.

À medida que a pessoa se sente compreendida e que se desenvolve empatia, desenvolve uma maior confiança para com os profissionais e a mediação de conflitos torna-se mais fácil. Dada a cronicidade medicamentosa de pacientes psiquiátricos, fica claro que os medicamentos não são a solução por completo para seus problemas de saúde. Com isso, a abordagem com as PICs promove o encontro mais íntimo entre profissional e paciente, estreitando seu vínculo e melhorando o índice de saúde da população.

O Diagnóstico Situacional irá reconhecer as necessidades e vulnerabilidade locais, utilizando relatórios das Equipes de Atenção Básica e demais dados coletados em campo servirá para a definição de metas e objetivos para o projeto a ser implantado. A determinação dos espaços necessários para a prática das PICs, sejam áreas ao ar livre, consultórios, macas; torna-se imprescindível para desenvolvê-las no ambiente da ABS ou nos seus arredores (parceria com Igrejas, Escolas, etc).

A formação de grupos é de importância majoritária na condução dos casos de Saúde Mental na Atenção Básica. Expressar emoções em situações de grupo (como a terapia comunitária) pressupõe vínculo de confiança, que tende a ser desenvolvido no decorrer das reuniões e configura-se importante pré-requisito para o sucesso da intervenção em saúde. Ouvir e promover a escuta do sofrimento mental do indivíduo na ABS, embora não deva, pode ser o único local onde o indivíduo sente-se acolhido para falar e se entender.

Identificar que outras pessoas passam por situações e dificuldades semelhantes traz conforto e maior confiança no tratamento. Além da fala, a formação de grupos para as mais diversas atividades permite o indivíduo se expressar corporalmente (através de arteterapia, musicoterapia, por exemplo). Desenvolver relaxamento através de prática de Meditação, Yoga, Técnicas da Medicina Chinesa, etc.

Para registro e monitorização das atividades, é necessário o cadastramento da unidade de saúde e profissionais no Sistema de Cadastro Nacional de Estabelecimentos de Saúde (SCNES). Assim, é possível o direcionamento de ações e a ampliação da atuação da equipe, que serão também utilizadas no Sistema de Informação em Saúde para a Atenção Básica (Sisab). Assim, é possível um incremento da gestão da informação, automação dos processos

e melhoria das condições de infraestrutura e de trabalho.

Após elaborado o Plano de Desenvolvimento de Implantação das PICs e com a aprovação pelo Conselho Municipal de Saúde, sugere-se um encontro com profissionais e gestores e as intervenções psicossociais avançadas poderão então serem postas em prática na APS, promovendo um melhor cuidado para a população, em busca de uma atenção o mais Integral possível.

RESULTADOS ESPERADOS

Espera-se com a implantação das PICs na Unidade Básica de Saúde Parque Anhanguera uma menor medicalização dos pacientes que ali fazem acompanhamento. Com as técnicas alternativas com uso de baixa tecnologia e alta complexidade, pode-se abordar de maneira mais completa os indivíduos, fornecendo-lhes maior conhecimento do seu corpo e do poder que cada um tem de interferir positivamente no tratamento de problemas psiquiátricos com outros recursos que não os medicamentos.

O desenvolvimento das PICs colaboram com o desenvolvimento do trabalho em equipe e o potencial de cada indivíduo de exercê-la independente do cargo que atue na unidade. Isso trará mais auto-confiança e satisfação no trabalho, à medida que faz-se o que se domina e que lhes desperta interesse, para além do conhecimento adquirido nas graduações de cada funcionário. No seu exercício, não há destaque da figura do médico como peça principal ou "curador", mas sim um cuidador como os demais, que também terão seu trabalho reconhecido como fundamental no processo de Saúde dos indivíduos da unidade.

Obtém-se, assim, um ambiente de trabalho interdisciplinar e de união, para fornecimento de uma Atenção Integral aos usuários da Atenção Básica, que antes tinham seu tratamento abordado exclusivamente pelo Clínico ou Psiquiatra, e agora dispõe de múltiplos olhares e formas de cuidado, propiciando uma recuperação com maiores índices de sucesso no tratamento daqueles que fazem uso das Práticas Integrativas e Complementares.

Trabalhar em grupo irá beneficiar também os pacientes, que não se sentirão sozinhos, que poderão compartilhar suas angústias com outras pessoas que também apresentam problemas, e desenvolver a auto confiança de cada um. Criar vínculos e estabelecer relações sociais se tornam muitas vezes difícil para o paciente psiquiátrico, que tende a se isolar por se sentir incompreendido ou como sintoma da sua doença de base.

A organização do espaço do trabalho também sofrerá alterações físicas, e torna-se-á mais acolhedor, com ambientes adequados para o desenvolvimento das atividades Integrativas. O foco anterior em consultórios somente com instrumentos médicos são complementadas com áreas maiores e mais abertas, além de parceria com escolas e igrejas, que já fazem parte da rotina dos usuários. A familiarização com esse novo espaço e a sensação de acolhimento que o mesmo propiciará aos indivíduos também se configura passo importante no cuidado e desenvolvimento de Saúde.

Deve-se focar em ações inovadoras de promoção, prevenção e reabilitação em Saúde Mental na Atenção Básica, utilizando de todos os recursos disponíveis para o acompanhamento dos pacientes psiquiátricos em todos os níveis de atenção da saúde. A Atenção Básica tem função chave por propiciar acompanhamento longitudinal do indivíduo e ser porta de entrada para a população que busca assistência no SUS. As Práticas Integrativas e Complementares são um passo em direção ao desenvolvimento de um cuidado Integral e humanitário, elevando o nível de saúde local.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Cadernos de Atenção Básica, n.34. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde mental / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. - Brasília: Ministério da Saúde, 2013. Disponível em:<http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cadernos_atencao_basica_34_saude_mental.pdf> Acesso em: 21/01/2020

BRASIL. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares no SUS - PNPIC-SUS. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. - Brasília : Ministério da Saúde, 2006. Disponível em:

<<http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/pnic.pdf> > Acesso em: 21/01/2020

BRASIL. Portaria nº 849, de 27 de Março de 2017. Ministério da Saúde. - Brasília: Ministério da Saúde, 2017. Disponível em:<http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2017/prt0849_28_03_2017.html> Acesso em: 21/01/2020

BRASIL. Manual de implantação de serviços de práticas integrativas e complementares no SUS. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. - Brasília : Ministério da Saúde, 2018. Disponível em:<http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/manual_implantacao_servicos_pics.pdf> Acesso em: 21/01/2020