

CUIDADO EM LIBERDADE EM TEMPOS DE CONFINAMENTO

Revisão Integrativa acerca do cuidado Psicossocial em saúde mental

KAROLINE DOS SANTOS GERMANO¹; JANAINA QUINZEN WILLRICH²

¹Universidade Federal de Pelotas – karolgermano@hotmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – janainaqwill@yahoo.com.br

1. INTRODUÇÃO

Em Dezembro de 2019, no município de Wuhan, na China, teve início um surto de gripe causado por uma nova cepa do Coronavírus do tipo SARS-CoV-2. No Brasil, de acordo com as fontes oficiais, o primeiro caso de COVID-19 foi notificado no dia 26 de Fevereiro de 2020 (BRASIL, 2020). Neste cenário, a Organização Mundial da Saúde (OMS) decretou estado de Pandemia, e cada País tomou medidas para enfrentamento da nova gripe. Dentre as medidas de prevenção propostas, estava o distanciamento social, esta medida contribui para a diminuição da contaminação, mas gera impactos sociais (BRASIL, 2020).

A OMS define saúde como “bem estar físico, mental, social e espiritual” e não apenas a ausência de doenças, logo a mudança na dinâmica de vida das pessoas, impactou em todos estas esferas. Tal definição é exercida no Campo de Atenção Psicossocial, que considera o adoecer como um processo que atravessa fatores sociais, psicológicos, espirituais e culturais (PAIVA, 2013).

A Assistência Psicossocial é o tipo de abordagem exercida nos Centro de Atenção Psicossociais na área da saúde, estes tinham a proposta de substituir os Hospitais Psiquiátricos e inclusão do sujeito em seu contexto social. Mas, existência destes serviços substitutivos por si só, não garantem cuidado Psicossocial, por isso é importante a articulação destes serviços com ações sociais, políticas e culturais. O cuidado em Saúde Mental nesta perspectiva, transpassa técnicas individuais de atendimento, ele requer uma visão holística dos sujeitos, suas relações com a sociedade.(COSTA-ROSA, 2000).

Sendo assim, refletir acerca do cuidado Psicossocial em saúde mental durante a pandemia faz-se importante, visto que o sofrimento psíquico é um fenômeno social e cultural, e a partir desta perspectiva precisa ser assistida. Por tanto, o estudo objetivou discutir as estratégias psicossociais de cuidado em saúde mental presentes na literatura.

2. METODOLOGIA

Realizou-se uma Revisão Integrativa através do levantamento de materiais publicados nas bases de dados: Scielo, Pubmed, BVS e PsycInfo, para revelar as intervenções descritas na literatura. Para tanto foi utilizada uma sistematização em cinco etapas.

I) Identificada a problemática da pesquisa e elaboração da questão norteadora da revisão: Quais estratégias psicossociais de cuidado em saúde mental descritas na literatura durante o período da Pandemia?

II) Selecionados descritores na plataforma DeCS da BSV: COVID-19, Coronavírus, Pandemia, Saúde Mental. A estratégia de busca utilizada foi: COVID-19 OR Coronavírus OR Pandemia AND Saúde Mental.

III) Localização de 71 artigos em todas as bases de dados coletadas. Foram organizados no software Zotero, resultando em 43 artigos para leitura de títulos.

Após a seleção por título, ficaram 20 textos para leitura de resumos. Dois artigos foram incluídos manualmente.

IV) Leitura dos resumos, selecionando 14 artigos para análise de dados.

V) Leitura dos artigos na íntegra e categorização das intervenções, subdividiu-se em três temáticas para discussão dos resultados.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Micro Intervenções	<ul style="list-style-type: none"> • Técnicas de relaxamento • Manejo do Luto • Solidariedade e Empatia • Exercícios Físicos • Suporte Social
Intervenções territoriais	<ul style="list-style-type: none"> • Intervenções Psicoterapêuticas • Teleatendimento • Visitas Domiciliares • Medicações • Articulação entre serviços • Mapeamento das demandas
Macro Intervenções	<ul style="list-style-type: none"> • Políticas públicas respeitando a diversidade • Retomada das atividades e convívio Social • Testes Demográficos • Políticas Sociais • Garantia de Alimentação • Informações

As temáticas foram propostas para visualização das dimensões das estratégias, visto que algumas focam em ações individuais e outras coletivas. As ações individuais propostas pelos artigos, são estratégias não medicamentosas, e de baixo custo, como técnicas de relaxamento, respiração e Exercícios físicos. Estas práticas mostraram-se eficazes para alívio dos sintomas de ansiedade e melhora da qualidade do sono em pessoas diagnosticados com COVID-19 (MOREIRA; et.al., 2020; IASC, 2020). Além dos impactos na saúde mental, as práticas promovem fortalecimento da imunidade, capacidade cardiopulmonar e doenças crônicas, principalmente entre pessoas dos grupo de risco(NOGUEIRA; et.al., 2020).

Solidariedade e empatia foram citadas nos estudos como cuidado em saúde mental, principalmente no que se refere as ondas de violência e xenofobia à alguns grupos (NOGUEIRA; et.al., 2020; WHO, 2020; IASC 2020). O apoio e suporte social foram apontados como cuidado em saúde mental. Compor com lideranças sociais, religiosas, e outros atores do território, a fim de promover aproximação da comunidade. Criar uma rede de suporte às situações difíceis, como o Luto, é importante visto que rituais tradicionais estão suspensos (IASC, 2020; MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA Y ASISTENCIA SOCIAL, 2020).

As intervenções territoriais encontradas são de responsabilidade de serviços de Saúde em geral. Para facilitar a assistência é importante a capacitação dos profissionais da rede, e articulação entre serviços. O mapeamento do perfil das demandas de saúde mental, a fim de direcionar as Intervenções e identificar

fatores de risco, facilita ações como visitas Domiciliares (IASC,2020), e o acompanhamento de usuários que fazem uso de mediações psiquiátricas e precisam de monitoramento neste período(ANDRADE; et.al, 2020). O Teleatendimento foi apontado como uma possibilidade de oferecer cuidado aos usuário e ferramenta de trabalho para profissionais(NOGUEIRA; et.al., 2020). Um dos estudo realizado em um CAPS de Porto Alegre, ressaltou que a diminuição dos atendimentos presenciais, poderiam impactar no aumento das demandas dos serviços de emergência, sendo assim o Teleatendimento tem sido utilizado para acompanhamentos(SALUM; et. al, 2020).

As transformações sociais que vem ocorrendo, deixará marcas na forma de cuidado no futuro Pós-Pandemia. Bem como nas mudanças sociais que ocorreram, Políticas Públicas são fundamentais para conter os impactos da Pandemia e o risco escassez de recursos à população também é cuidado em saúde mental. Estratégias para manter parte da renda de trabalhadores, formais e informais, e desempregados, garantir recursos básicos, como água, energia elétrica e comida foram encontradas (IPEA, 2020).

Outro tipo de cuidado em Saúde Mental está relacionado às informações disseminadas nas redes sociais. Tanto em relação facilidade de compreensão das informações quanto a sua veracidade são cuidados propostos (IASC,2020). A implementação de canais e serviços que chequem a autenticidade da informação, com a elaboração de materiais oficiais educativos, diminuem quadros de ansiedade e estresse causado pela “ infodemia”, termo criado pelo diretor-geral da OMS,para a disseminação de materiais falsos sobre a COVID-19 (IPEA, 2020).

A Portaria GM n.1565, estipula orientações sobre a retomada das atividades sociais, assinada pelo Ministro da Saúde Eduardo Pazuello, determina que esta ação é considerada uma estratégia de Promoção em Saúde Mental, já que, segundo esta portaria,o confinamento produz adoecimento psíquico (BRASIL, 2020). Vale salientar que está estratégia pode refletir no número de contaminados pelo COVID-19.

O cuidado a grupos populacionais socialmente vulneráveis também foi encontrado. A dificuldade de acesso, tanto físico, quanto intelectual, aos portadores de algum tipo deficiência precisa ser considerada. Bem como a atenção à população institucionalizada, à população de rua, indígenas, às mulheres vítimas de violência doméstica, entre outros grupos que precisam de cuidados redobrados durante o período de distanciamento social (IASC,2020).

4. CONCLUSÕES

A partir desta Revisão Integrativa, foi possível constatar o que vem sendo construído em relação à temática aqui estudada, além de possibilitar o entendimento sobre o conceito de Atenção Psicossocial, e sua importância no momento de Pandemia, já que a população está submetida à adoecimento por impactos sociais também. Os estudos aqui discutidos variaram quanto a seus desenhos metodológicos, contribuindo para com a compreensão e reflexão sobre pontos que requerem atenção. Por ser um momento singular na história, materiais que abordam as estratégias na saúde mental ainda estão sendo elaborados, por isso foi encontrado mais notas técnicas e manuais institucionais, mas pode-se ver a crescente preocupação com o tema.

Sabe-se que ainda há muito a ser estudado sobre os possíveis impactos que estas estratégias utilizadas terão no futuro. Esta revisão deve ser atualizada frequentemente, visto que a produção de ciência acerca dessa temática, é

produzida na íntegra, e o cuidado Psicossocial requer associação de diversas frentes de conhecimento.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Brasil. Ministério da Saúde (MS). Brasil confirma primeiro caso da doença. Brasília, 26 fev. 2020. Acessado em Abr 25 2020. Online. Disponível em: <https://www.saude.gov.br/noticias/agencia-saude/46435-brasil-confirma-primeiro-caso-de-novo-coronavirus>

Brasil. Ministério da Saúde (MS). O que é COVID-19. Acessado 2020 Set. Online. Disponível em: <https://coronavirus.saude.gov.br/sobre-a-doenca#o-que-e-covid>

PAIVA, V.S.F. Psicologia na saúde: sociopsicológica ou psicossocial? Inovações do campo no contexto da resposta brasileira à AIDS. **Temas psicol**, Ribeirão Pret, v. 21, n. 3, p. 531-549, 2013.

COSTA-ROSA, A. O modo psicossocial: um paradigma das práticas substitutivas ao modo asilar. In: AMARANTE, P. (org.) **Ensaio: subjetividade, saúde mental, sociedade**. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2000. Loucura & Civilização collection. 8, p. 141-168.

MOREIRA, W.C.; SOUSA, K.H.J.F.; SOUSA, A.R.; SANTANA, T.S.; ZEITOUNE, R.C.G.; NÓBREGA, M.P.S.S. Intervenções em saúde mental em tempos de COVID-19:scoping review. **Preprints SciELO**, 2020.

INTER AGENCY STANDING COMMITTEE. Guia Preliminar- Como lidar com aspectos Psicossociais e de saúde mental referentes ao surto de COVID-19. Geneva: United Nations, 24 Abr 2020. Acesso em 13 Set 2020. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/documents/interim-briefing-note-addressing-mental-health-and-psychosocial-aspects-covid-19-outbreak>

NOGUEIRA, C.J.; CORTEZ, A.C.L.; LEAL, S.M.O.; DANTAS, E.H.M. Precautions and recommendations for physical exercise in face of COVID-19: an integrative review. **Preprints SciELO**, 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Mental health and psychosocial considerations during the COVID-19 outbreak, 18 Mar 2020. Acessado em 25 Ago 2020. Online. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/331490>.

MINISTERIO DE SALUD PÚBLICA Y ASISTENCIA SOCIAL. Procedimientos Para La Preparacion Y Respuesta Frente Al Nuevo Coronavirus. Guatemala, 12 Mar 2020. Acessado em 13 Set. 2020. Disponível em: http://bvs.gt/ligcsa/docs/bvsqt_0014.pdf.

ANDRADE, G.; COUTO, F.S.; MARA-PESTANA, L. Recommendations about the Use of Psychotropic Medications during the COVID-19 Pandemic. **Acta Med Port.**,§v. 33. n.13, p. 1-11, 2020.

SALUM, G.A.; REHMENKLAU, J.F.; CSORDAS, M.C.; PEREIRA, F.P.; CASTAN, J.U.; FERREIRA, A.B.; et al. Supporting people with severe mental health conditions during the COVID-19 pandemic: considerations for lowand middle-income countries using telehealth case management. **Braz J Psychiatry**, v. 42, n. 4, p.451-452, 2020.

IPEA. Prevenindo conflitos sociais violentos em tempos de pandemia: garantia da renda, manutenção da saúde mental e comunicação efetiva / Nota Técnica n. 27 Brasília, 3 Abr. 2020. Acessado em 30 Set. 2020. Online Disponível em: https://www.ipea.gov.br/portal/images/stories/PDFs/nota_tecnica/200403_nt_diest_n_27.pdf

BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. Portaria n.1565, DE 18 DE JUNHO DE 2020. Diário Oficial da União, Brasília, DF, 19 Jun. 2020. p. 64.