

DESENVOLVIMENTO DE UM WEBSITE EM SAÚDE MENTAL DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19

LILIAN CRUZ SOUTO DE OLIVEIRA SPERB¹; CÉSAR BRASIL SPERB²;
VALÉRIA CRISTINA CHRISTELLO COIMBRA²; WENDY GIFFORD²; ARIANE DA
CRUZ GUEDES²; LUCIANE PRADO KANTORSKI³

¹ UFPel – lica.cso@hotmail.com

² UFPel – cesarsperb@gmail.com

² UFPel – valeriacoimbra@hotmail.com

² UOttawa – wgifford@uottawa.ca

² UFPel – arianecguedes@gmail.com

³ UFPel – kantorski@uol.com.br

1. INTRODUÇÃO

O prognóstico é incerto e as consequências da pandemia na saúde mental podem ser graves, tanto para a população em geral, quanto para os profissionais que estão atuando na linha de frente no combate ao COVID-19, sendo a maior preocupação neste momento o transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) que pode ser gerado pelo confinamento, suprimentos inadequados, dificuldade em obter cuidados em saúde e medicamentos e ainda pelas perdas financeiras (PFEFFERBAUM, 2020).

Em virtude da pandemia de COVID-19 no início deste ano, o sistema de saúde, assim como os profissionais de saúde em todo o país, precisaram se reinventar com urgência para continuar fornecendo atendimento ao paciente de forma remota. Embora ainda seja novidade no Brasil, em muitos países, este tipo de atendimento, de maneira virtual, já ocorre desde a década de 70 e diversos estudos já comprovaram os muitos benefícios da sua utilização (SPERB, 2018).

A utilização das tecnologias de e-Mental Health, como por exemplo, a utilização de portais de web para serviços de saúde mental demonstram ser um ótimo aliado nos momentos de crise e para consultar um serviço, além disso, podem ser eficazes para encurtar as distâncias entre o serviço e o usuário e melhorar o acesso em saúde mental, como reportado por Sperb (2018) e ainda pode ser uma excelente alternativa para tempos de emergências humanitárias.

Atualmente, a busca por informações em saúde na internet tornou-se rotina, antes mesmo da procura pelo diagnóstico médico (BOWDEN, 2017). O motor de busca Google, o mais utilizado pelos usuários segundo Alexa (2020), desempenha um papel importante na transmissão do conhecimento para o público que pesquisa por estas informações, no entanto, se as informações contidas nos websites em saúde forem incorretas ou incompletas, podem desempenhar um papel negativo na tomada de decisão das pessoas.

Outras tecnologias em e-Mental Health são inovadoras e promissoras e vem demonstrando grande potencial no cuidado e tratamento em saúde mental (GRIFFITHS, 2007; OTTAWA, 2014; STEPHEN, 2016), mas neste contexto os websites mostraram-se ser potencialmente úteis para encorajar as pessoas a buscar ajuda já que em um website pode haver milhares de informações referentes à ajuda e tratamento e além disso, uma pessoa com sintomas depressivos ou outros transtornos mentais que, porventura, não querem sair de casa neste momento de pandemia, acaba encontrando apoio virtual.

O Grupo de Pesquisa em Enfermagem, Saúde Mental e Saúde Coletiva da UFPel, que completa seus 20 anos de fundação em 2020, implementou no início



da pandemia o portal de web www.gruposaudemental.com, baseado em evidências científicas, como forma de promover cuidados em saúde mental de maneira virtual, utilizando das práticas em e-Mental Health. Desta maneira, este trabalho tem o propósito de apresentar o portal de web que foi desenvolvido para promover um melhor acesso em saúde mental.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo com abordagem metodológica utilizando o Knowledge Translation (KT) desenvolvido por Straus et al (2013) e tendo como referência a pesquisa realizada por SPERB (2018) para a construção de websites em saúde.

O portal www.gruposaudemental.com, implementado pelo Grupo de Pesquisa em Enfermagem, Saúde Mental e Saúde Coletiva da Faculdade de Enfermagem da UFPEL, o qual é vinculado ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), foi desenvolvido por profissionais capacitados utilizando ferramentas de construção para websites em saúde para garantir a qualidade e a confiabilidade das informações em saúde e legibilidade. A construção deu-se início em março de 2020 e no início do mês de abril de 2020 foi disponibilizado para a população.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para se desenvolver um website em saúde é necessário primeiramente ter em mente o que se pretende construir. Elaborar um planejamento e se aprimorar das ferramentas necessárias para que o website ou portal para garantir a qualidade e a confiabilidade das informações em saúde e sua legibilidade, e ainda segundo Gifford et al (2018) utilizar a evidência científica como prática a ser implementada. Desta maneira, além de desenvolver o website com conteúdo claro e verídico foi preciso definir a escolha das cores, o layout, o menu, as fontes das letras, definir os conteúdos, identificar o que era necessário estar no website, seguindo os instrumentos de avaliação e que fosse importante para atingir os objetivos iniciais. Tanto os menus e submenus, quanto os tópicos dos ícones-links foram desenvolvidos objetivando suprir as necessidades de informação e conteúdo. Houve uma preocupação em construir um design de fácil visualização e com facilidades “ao clicar”. Além disso, o portal foi desenvolvido para ser visualizado tanto na versão desktop quanto na versão mobile.

Na página inicial do portal, além do menu com os principais tópicos, foram inseridos 4 ícones-link para serem visualizados com mais facilidade, que se dividem em 4 principais frentes: “informações sobre o grupo”; “chat”; “canal conta comigo” e “cursos em andamento”; além de apresentar um slide em carrossel com informações atualizadas. Há ainda, no rodapé, uma área de assinantes, a data de atualização, o logo do copyright, dentre outras informações pertinentes, o qual permanece fixo nas demais páginas, além do menu principal.

Na página “Grupo de Pesquisa” www.gruposaudemental.com/inicio, são apresentados 3 ícones-link: “sobre a gente”, “nossas atividades” e “produção científica”, as quais vão para novas páginas. Além destas, há um espaço para post (“últimas notícias”), orientações sobre a Covid-19 e uma frase de impacto. No ícone-link “sobre a gente”, há uma breve apresentação do grupo de pesquisa; um link para o cnpq com outras informações sobre o grupo e ainda 4 ícones-link apresentando algumas informações pertinentes: “coordenadoras do grupo”; “membros do grupo”; equipe técnica” e “sobre o site”.

A página “Canal do Comigo” www.gruposaudemental.com/canal-conta-comigo é um espaço que foi construído para dar suporte para o momento que estamos vivendo. Através da contribuição dos participantes do grupo de pesquisa e de experts em saúde mental são desenvolvidas diversas atividades e amostras para suporte virtual em saúde mental. Atualmente os ícones-link encontrados são estes: “Escuta Terapêutica” (a qual vamos descrever a seguir); “horários da escuta terapêutica”; “Rodas de terapia”; “De | para”; “Trabalho e Covid-19”; “Receitas Saudáveis”; “Enfermagem do Front”; “vídeos”; “Saúde Mental dos Idosos”; “Sugestão de Leitura”; “Filmes”; “Telefones úteis”; “Poesias”; “Ouvidores de Vozes”; “Infância Conta Comigo”; “Pet Terapia” e “Redes Sociais”. Cada ícone-link referido apresentam um conteúdo específico e tem um propósito para o cuidado em saúde mental.

Na página da “Escuta Terapêutica” www.gruposaudemental.com/chat é possível acessar o chat, que está disponível das 13h às 21h, e acolhe pessoas e profissionais da área da saúde com mais de 18 anos que necessitam de suporte. Nesta página, ainda há outras informações como “sobre o chat”; “horários de atendimento” e “outros espaços de escuta”.

Foi desenvolvida também uma página www.gruposaudemental.com/registro-curso-sm-covid19 que hospeda o “Curso de Atualização de Saúde Mental em Emergências Humanitárias como a Pandemia de Covid-19”, o qual foi disponibilizado dentro do portal do grupo.

Ainda há uma página “Contato” www.gruposaudemental.com/contato, a qual foi elaborada com o propósito de receber mensagem de qualquer pessoa/profissional/instituição que precise de alguma ajuda ou que queira colaborar com o grupo. É preciso salientar que, alguns conteúdos de texto estão em construção e que o portal www.gruposaudemental.com nunca estará “finalizado” pois, sempre deverá estar com conteúdo atualizado a respeito da saúde mental, já que a ciência está sempre se (re)construindo. Vale ressaltar ainda que, a contribuição dos participantes da pesquisa e dos experts em saúde mental sempre será de extrema importância para ajudar a alimentar o portal.

Em cinco meses de funcionamento, completados em setembro de 2020, o portal já teve 14.707 acessos de pessoas de diversas cidades do Brasil; 591 inscrições de cadastro para receber as atualizações; houveram 773 chamados para o chat; realizou 920 inscrições para o Curso ofertado e ainda recebeu diversas mensagens de parabenização pelo portal, profissionais que se disponibilizaram a colaborar com o grupo, pedidos de ajuda e também mensagens de outras instituições para realizar cooperação. Uma destas mensagens resultou em uma cooperação com a UESB (Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia), a qual serão realizadas atividades em conjunto dentro do portal do grupo, como as “rodas de terapia comunitárias integrativa” www.gruposaudemental.com/rodasdeterapia. O website teve divulgação em redes sociais, rádios locais e regionais e ainda houve uma divulgação pelo jornal matinal do maior grupo televisivo do estado.

As novas tecnologias vem se mostrando como complementos para os serviços tradicionais de saúde, atuando como dispositivos eficientes tanto na prevenção, quanto no tratamento à saúde mental. Diversos estudos mostraram que os websites são eficientes e eficazes enquanto propagadores de informações em saúde mental, já que o ambiente on-line é cada vez mais reconhecido como um cenário disponível, permitindo o acesso aos serviços às pessoas de forma privada e em seu próprio ritmo para obterem informação e suporte (KOKABISAGHI, 2016; BURNS, 2016).

4. CONCLUSÕES

Na era www, é possível com conhecimento da ciência e informação promover e desenvolver práticas de e-Mental Health no Brasil já que, existem muitos recursos que podem trazer avanços significativos para a área da saúde mental.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

PFEFFERBAUM, B; CAROL S. NORTH, C.S. Mental Health and the Covid-19 Pandemic. **The New England Journal of Medicine**, Massachusetts, v.383, n.6, p.510-512, 2020.

SPERB, L.C.S.O. **Os novos caminhos para as melhores práticas do acesso aos serviços de saúde mental infanto-juvenil: a importância do e-health na era digital**. 2018. 196f. Tese (Doutorado em Enfermagem) – Curso de Pós-graduação em Enfermagem, Universidade Federal de Pelotas.

BOWDEN, D.J. et al. Is the Internet a Suitable Patient Resource for Information on Common Radiological Investigations?: Radiology-Related Information on the Internet. **Acad Radiol**. v. 24, n. 7, p.826-830, 2017.

ALEXA. **Top sites by category**. Acessado em 23 set. 2020. online. Disponível em:
http://www.alexa.com/topsites/category/Computers/Internet/Searching/Search_Engines

GRIFFITHS, K. M. et al. Internet-based mental health programs: A powerful tool in the rural medical kit. **Australian Journal of Rural Health**, v. 15 p.81–87, 2007.

OTTAWA. E-Mental Health in Canada: Transforming the Mental Health System Using Technology. (2014). Ottawa, ON: Mental Health Commission of Canada

STEPHEN, G. ; ANTHONY, K.; STRETCH, L. S.; NAGEL, D.M. **Technology in mental health: applications in Practice, Supervision and Training**. Charles c Thomas Publisher, 2016. 424p

STRAUS, S. E. ; TETROE, J ; GRAHAM, I.D. **Introduction Knowledge translation: What it is and what it isn't, in Knowledge Translation in Health Care: Moving from Evidence to Practice**. United Kingdom, BMJ Books, 2013. 424p

GIFFORD, W.A., SQUIRES, J.E., ANGUS, D.E. et al. Managerial leadership for research use in nursing and allied health care professions: a systematic review. **Implementation Sci** . v.13, n.127,2 018.

BURNS,J. M., et al. The role of technology in Australian youth mental health reform. **Australian Health Review**. v.40, n.5, p.584-590, 2016

KOKABISAGHI, F. I et al. **The Right to Mental Health in the Digital Era- ELR**. n. 3, 2016.