

ABORDAGENS PSICOSSOCIAIS NA ATENÇÃO PRIMÁRIA: CONSTRUINDO UM CUIDADO INTEGRAL EM SAÚDE MENTAL NO SUS

ANA CLARA JEPSEN LATIF¹; JOZIANE CORRÊA RIBEIRO²; MARLETE SOARES ARAÚJO³; SIMONE BEATRIZ SECHAOS PIRES LERÍPIO⁴; PATRÍCIA MARY FRITSCH HAIDUK⁵;

DINARTE ALEXANDRE PRIETTO BALLESTER⁶:

¹Universidade Federal de Pelotas – ajepsenlatif@gmail.com

²Universidade Federal de Pelotas – jozianecorrea198@gmail.com

³Universidade Federal de Pelotas – marletesoaresaraujo123@gmail.com

⁴Universidade Federal de Pelotas – si-be-le-pi-res@hotmail.com

⁵Universidade Federal de Pelotas – pat.haiduk@gmail.com

⁶Universidade Federal de Pelotas – ballester.dinarte@gmail.com

1. INTRODUÇÃO

A Atenção Primária à Saúde (APS) representa a porta de entrada do Sistema Único de Saúde (SUS) e tem como objetivo o cuidado integral e contínuo dos usuários por meio de ações de promoção, prevenção, proteção, diagnóstico, tratamento e reabilitação (BRASIL, 2017). Nesse contexto, destaca-se a crescente demanda relacionada à saúde mental no cotidiano das Unidades Básicas de Saúde (UBS). No Brasil, a prevalência de transtornos mentais comuns — que incluem sintomas como esquecimento, irritabilidade, dificuldades de concentração, queixas somáticas e sentimento de inutilidade — na população geral varia de 17% a 35%, atingindo 38% entre os usuários da Atenção Básica (GONÇALVES et al., 2008; ROCHA et al., 2010). Diante disso, torna-se evidente a importância do cuidado em saúde mental, o qual influencia diretamente a saúde global do indivíduo, uma vez que esta é definida como um estado de completo bem-estar físico, mental e social (WHO, 1948). No entanto, o manejo adequado da saúde mental na atenção básica ainda enfrenta desafios significativos, tais como a deficiência na capacitação de profissionais e a carência de protocolos padronizados para a abordagem do sofrimento psíquico (MARTINS et al., 2021; SILVA et al., 2012).

As intervenções psicológicas vem sendo ressignificadas no âmbito da APS devido a necessidade de ampliar o acesso à atenção em saúde mental. A Organização Mundial da Saúde (OMS) defende a capacitação de profissionais da atenção básica para a aplicação de intervenções psicossociais estruturadas, como o protocolo Problem Management Plus (PM+), desenvolvido pela OMS em 2016 e fundamentado na terapia cognitivo-comportamental. Em um estudo realizado no Paquistão, observou-se uma melhora nos quadros de sofrimento psíquico entre indivíduos acompanhados por agentes comunitários treinados, destacando o potencial dessa estratégia (RAHMAN et al., 2016). No Brasil, uma experiência com grupos de artesanato na atenção primária, voltada a mulheres em sofrimento psíquico, também demonstrou benefícios como o fortalecimento da autoestima, o apoio social e a redução de sintomas ansiosos e depressivos (ALVES et al., 2024). Além disso, outras abordagens relevantes incluem a intervenção breve e a técnica de manejo de problemas, estratégias reconhecidas por sua eficácia na identificação precoce do sofrimento psíquico e na formulação de planos terapêuticos adaptados à realidade dos pacientes. A técnica de manejo de problemas, ou Terapia de Solução de Problemas (TSP), é uma abordagem organizada em etapas como

definição do problema, formulação de alternativas, escolha da melhor solução e planejamento de ações. Pode ser aplicada por profissionais da Atenção Primária, mesmo sem formação especializada em saúde mental, sendo eficaz no enfrentamento de transtornos leves e moderados. Essa técnica promove o protagonismo do paciente e favorece a autonomia no enfrentamento de situações adversas (GONZÁLEZ, 2022). De forma complementar, a intervenção breve tem sido amplamente reconhecida como uma ferramenta eficaz na APS, auxiliando na redução dos comportamentos de risco, com bons índices de adesão e impacto positivo na saúde emocional dos usuários (DIEHL et al., 2019).

Diante desse cenário, identificou-se a necessidade de oferecer abordagens psicossociais para os pacientes que apresentam questões relacionadas à saúde mental e de apoiar os profissionais na condução dessas demandas. O projeto foi então criado com o objetivo principal de desenvolver e propor materiais de apoio técnico para os profissionais atuantes na APS, com foco no manejo dessas situações, visto que as práticas em saúde mental podem ser realizadas por diferentes profissionais da equipe de saúde, mesmo sem formação específica (BRASIL, 2013). A relevância deste trabalho reside na necessidade de fortalecer as abordagens psicossociais na atenção básica, visando ampliar a resolutividade das equipes por meio de ferramentas práticas, reduzir a medicalização excessiva e evitar encaminhamentos desnecessários para serviços especializados. Com isso, busca-se contribuir para a qualificação do cuidado em saúde mental na APS, com base em práticas acessíveis, contextualizadas e centradas no sujeito.

2. ATIVIDADES REALIZADAS

Este projeto foi idealizado a partir da identificação das dificuldades enfrentadas na Atenção Primária quanto ao acolhimento e manejo das demandas relacionadas à saúde mental, e tem como objetivo oferecer suporte aos profissionais e pacientes. Fundamenta-se na utilização de abordagens psicossociais reconhecidas por sua eficácia na identificação precoce do sofrimento psíquico e na formulação de planos terapêuticos viáveis para o paciente de acordo com a demanda. Inicialmente, duas abordagens foram incorporadas ao projeto: a técnica de manejo de problemas e a intervenção breve. Como parte das ações, foi desenvolvido um material direcionado ao profissional responsável pelo atendimento, com o intuito de promover a autorreflexão baseada em estratégias para aprimorar e qualificar a escuta e o diálogo com o paciente. Esse instrumento foi elaborado com base em orientações extraídas da obra “Psicoterapia para médicos de família: a arte de conversar com o paciente” (ALBUQUERQUE, 2023).

O primeiro material abordou a técnica de manejo de problemas, sendo elaborado um esquema de linguagem acessível destinado a auxiliar o paciente na identificação, organização e enfrentamento de desafios cotidianos de forma estruturada. O documento foi desenvolvido para ser preenchido em conjunto com o paciente durante a consulta, sendo posteriormente levado para casa e retomado em atendimentos subsequentes, contribuindo para a continuidade do cuidado. O público-alvo das ações relacionadas à técnica de manejo de problemas abrange pacientes com transtornos mentais comuns e desconfortos leves, que não necessitam de atendimento em serviços especializados, mas que se beneficiariam dessas intervenções na própria APS.

Paralelamente, foi elaborado um material para a aplicação da intervenção breve voltada a pacientes com uso nocivo de substâncias psicoativas. Esse esquema inclui orientações para aplicação de instrumentos validados, como o

Fagerström Test for Nicotine Dependence, o AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test) e o ASSIST (Alcohol, Smoking and Substance Involvement Screening Test) e possibilitam avaliar o grau de consumo e os prejuízos associados ao uso de substâncias, contribuindo para a definição de condutas terapêuticas mais adequadas. Os atendimentos são voltados a indivíduos que apresentam uso nocivo de substâncias, mas que não caracterizam um quadro de dependência. Com o avanço do projeto, novas temáticas serão incorporadas, como a abordagem do sofrimento psíquico e o cuidado voltado à saúde mental de crianças e adolescentes.

A execução do projeto teve início em 2024 e permanece em andamento, sendo implementado, até o momento, em duas Unidades Básicas de Saúde do município de Pelotas. As ações são conduzidas por agentes comunitários de saúde, assistentes sociais, enfermeiras e estudantes de medicina, sob supervisão de um médico psiquiatra com experiência em Atenção Primária. Os profissionais utilizam os materiais elaborados como roteiros de abordagem, definindo metas e prazos em conjunto com os pacientes para o acompanhamento dos casos. Os retornos são agendados conforme a evolução dos quadros, possibilitando o monitoramento do progresso e a realização de ajustes nas estratégias, quando necessário. Além dos atendimentos, são realizadas reuniões mensais para discussão de casos e esclarecimento de dúvidas.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

As abordagens psicossociais empregadas — a técnica de manejo de problemas e a intervenção breve — são amplamente reconhecidas na literatura científica por sua eficácia, o que reforça sua utilização no contexto da Atenção Primária. A experiência até então demonstrou a viabilidade e a relevância da incorporação dessas estratégias no cotidiano das Unidades Básicas, contribuindo para o enfrentamento das questões relacionadas a saúde mental, apesar das limitações observadas nesse nível de atenção.

Os materiais desenvolvidos e as metodologias adotadas têm oferecido suporte prático aos profissionais da saúde, promovendo intervenções mais qualificadas. Além disso, a aplicação dessas abordagens ressaltou a importância do engajamento do paciente e da escuta ativa por parte do profissional, elementos fundamentais para o êxito terapêutico.

Durante a implementação, desafios foram identificados, especialmente no que diz respeito à adesão dos pacientes às intervenções propostas. A ausência em atendimentos subsequentes por parte de alguns usuários comprometeu o acompanhamento contínuo e a efetividade das ações. Esses obstáculos reforçam a importância da construção de vínculo entre profissional e paciente, além da necessidade de estratégias que favoreçam o engajamento dos usuários e da capacitação contínua das equipes para lidar com a complexidade das demandas em saúde mental.

Para avanços futuros, recomenda-se a ampliação do projeto para outras unidades de saúde, com o objetivo de alcançar um número maior de profissionais e usuários. Além disso, destaca-se a importância da inclusão de novas temáticas, como o cuidado em saúde mental voltado a crianças e adolescentes, visando contemplar todas as faixas etárias. Sugere-se, ainda, a realização de estudos avaliativos que mensurem os impactos das intervenções a longo prazo, contribuindo para o aperfeiçoamento contínuo das práticas em saúde mental no âmbito da APS.

4. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALBUQUERQUE, Marco A. C. Psicoterapia para médicos de família: a arte de conversar com o paciente. São Paulo: Editora Blucher, 2023.

ALVES, Kali Vênus Gracie et al. Grupos de mulheres na atenção primária como apoio em saúde mental. *Interface – Comunicação, Saúde, Educação*, Botucatu, v. 25, n. 1, 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Atenção Básica: portaria nº 2.436, de 21 de setembro de 2017. Brasília: Ministério da Saúde, 2017.

BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde mental. Cadernos de Atenção Básica, n. 34. Brasília: Ministério da Saúde, 2013.

DIEHL, Alessandra; CORDEIRO, Daniel Cruz; LARANJEIRA, Ronaldo (orgs.). Dependência química: prevenção, tratamento e políticas públicas. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2019.

GONÇALVES, Daniela M.; TETELBON, M.; KAPCZINSKI, Flávio. Transtornos mentais comuns na atenção primária: um estudo de prevalência. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, São Paulo, v. 30, n. 1, p. 32–37, 2008.

GONZÁLEZ, Javier. Técnica de manejo de problemas na Atenção Primária à Saúde. *Interfaces da Psicologia na Atenção Básica*, Pelotas: UFPel, v. 23, n. 1, p. 125–135, 2022.

MARTINS, A. K. L. et al. Demandas em saúde mental na atenção básica: percepções de profissionais de saúde. *Interface – Comunicação, Saúde, Educação*, Botucatu, v. 25, 2021.

RAHMAN, Atif et al. Problem Management Plus (PM+) in practice: evidence-based psychological intervention delivered by non-specialists in low-income countries. *World Psychiatry*, [s. l.], v. 15, n. 3, p. 276–277, 2016.

ROCHA, Silvia Vanessa et al. Transtornos mentais comuns entre usuários da atenção básica à saúde. *Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil*, Recife, v. 10, n. 1, p. 67–75, 2010.

SILVA, A. T. M. C. et al. Demandas de saúde mental: a percepção de enfermeiros da atenção básica. *Acta Paulista de Enfermagem*, São Paulo, v. 25, n. 2, p. 246–251, 2012.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Constitution of the World Health Organization. Basic Documents. Geneva: WHO, 1948.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). Problem Management Plus (PM+): individual psychological help for adults impaired by distress in communities exposed to adversity. WHO generic field-trial version 1.0. Geneva: WHO, 2016.