



Universidade Federal do Rio Grande do Norte - UFRN
Secretaria de Educação à Distância – SEDIS
Laboratório de Inovação Tecnológica em Saúde - LAIS
Programa de Educação Permanente em Saúde da Família – PEP SUS
CURSO DE ESPECIALIZAÇÃO EM SAÚDE DA FAMÍLIA

SAÚDE MENTAL DOS PACIENTES NA PANDEMIA DO COVID-19 NA UBS
SANTO EXPEDITO EM TONANTINS-AM

THAYRLA CUNHA CARDOSO

NATAL/RN
2020

SAÚDE MENTAL DOS PACIENTES NA PANDEMIA DO COVID-19 NA UBS SANTO
EXPEDITO EM TONANTINS-AM

THAYRLA CUNHA CARDOSO

Trabalho de Conclusão apresentado ao
Programa de Educação Permanente em
Saúde da Família, como requisito parcial
para obtenção do título de Especialista
em Saúde da Família.

Orientador: SUYANE DE SOUZA
LEMONS

NATAL/RN
2020

Expresso aqui meus sinceros agradecimentos a todos os que me apoiaram não só na conclusão dessa especialização, mas em todos os momentos da minha vida. Agradeço primeiramente à Jeová Deus, o Criador, que me deu a vida e o dom de cuidar das pessoas que precisam, não só de cuidar delas, mas de acolhê-las físico, emocional e espiritual.

Agradeço ao meu pai Delmir, que sempre esteve ao meu lado mesmo que de longe, me apoiando e me incetivando, desde criança a lutar e a não desistir dos meus sonhos. Um amigo e ser humano maravilhoso que me ensinou com ações a cultivar qualidades, que me deu conselhos úteis que me ajudaram em todos os aspectos da minha vida e que guardo até hoje.

À minha amorosa mãe Rosenir que sempre acreditou em mim, me incetivou e me apoiou nos momentos mais difíceis da minha vida. Ela é meu exemplo de coragem, perseverança e alegria.

Ao meu namorado e melhor amigo, Edson Ricardo Czarneski, uma das melhores pessoas que já conheci, agradeço a ele por me amar e cuidar de mim, por ser tão compreensivo e paciente comigo.

Agradeço à minha amiga e irmã Cleizyane por todos os momentos difíceis que passamos juntas, que superamos e por ter ficado do meu lado quando eu mais precisei.

Enfim, agradeço a todos as pessoas que conheci e que passaram pela minha vida, porque todas elas de alguma forma me ensinaram lições, algumas eu quiz imitar as qualidades por serem seres humanos iluminados, cheios de amor pelo próximo, empatia, humildade e compaixão, outras foram tão cruéis e insensíveis que me ensinaram a não ser como elas. À todas as pessoas que fizeram parte da minha vida dedico essa minha eterna gratidão.

Dedico esse trabalho a todos os profissionais de saúde e aos meus pacientes, que são os principais envolvidos. Espero que essa intervenção incentive a equipe de saúde a oferecer um melhor acolhimento a nossos pacientes e mais acessibilidade aos serviços de saúde. Que nossos pacientes passem a nos ver não como superiores e que não tenham receios de conversar e nos contar seus problemas de saúde. Mas que nos vejam da maneira que realmente somos, como iguais, porém capazes de lhes oferecer uma melhor qualidade de vida, a promover saúde no mais pleno sentido da palavra.

SUMÁRIO

- 1.Introdução.06
- 2.Relatório de Microintervenção.08
- 3.Considerações Finais.11
- 4.Referências.12

1. INTRODUÇÃO

Tonantins é um município do estado do Amazonas, sua população encontra-se por volta de 18.755 habitantes. Seu Índice de Desenvolvimento Humano (IDH) é de 0.548, de acordo com dados de 2010, o que é considerado baixo pelo PNDU (IBGE, 2002).

O território de atuação do ponto de vista econômico ainda encontra-se em fase de desenvolvimento, precisando de melhoras significativas na saúde e educação, apresenta predomínio da classe social baixa. A política no território se destaca de maneira acentuada. O território visto de um ângulo religioso apresenta forte inclinação para o catolicismo, talvez por conta de sua origem.

A Unidade Básica de Saúde local de trabalho conta com três equipes. Cada equipe conta com um médico, uma enfermeira, sete agentes comunitários de saúde, um técnico de enfermagem.

Para a saúde da família, o cuidado em saúde mental visa evitar a internação psiquiátrica e sustentar o usuário no seu contexto de vida com o apoio da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS). A internação precisa ser considerada como último recurso e, quando necessária, como instrumento do Projeto Terapêutico Singular (PTS) e não como resposta a uma situação específica. Devendo também, quando necessário, ser realizada prioritariamente nos CAPS, com a lógica do acolhimento integral, e nos hospitais gerais de forma articulada com a rede (BRASIL,2020).

As três áreas de intervenções elegidas são cuidados gerais de proteção contra o covid-19, não diminuir as restrições de isolamento social, cuidado com a saúde mental dos pacientes acometidos e não acometidos com a doença. Sobre os cuidados gerais de proteção contra a doença covid-19 pode-se citar as adaptações que foram feitas na própria UBS como cartazes orientando sobre lavagem de mãos, uso de máscaras e álcool em gel. Depois que as autoridades de saúde foram gradativamente diminuindo as restrições de isolamento social observa-se um aumento no número de casos da doença. As intervenções são de fundamental importância para o território por conta do aumento do número de casos de doenças mentais na pandemia do covid-19, bem como aumento do número de casos da própria doença covid-19 no município.

O objetivo geral das intervenções foi orientar a população em geral sobre a importância do isolamento social no município, com adoção de medidas que propiciem um isolamento social sem piora da saúde mental; no intuito de melhorar a saúde mental da população, tentando diminuir o número de casos de covid -19 e de doenças mentais causadas pelo covid-19 no município.

Os objetivos específicos das intervenções envolve o isolamento social que visa evitar aglomerações, porém isso não significa que nada pode ser feito, cuidar da saúde e evitar o estresse deve ser um tema abordado na consulta médica com os pacientes. Torna-se necessário

orientar sobre praticar exercícios físicos que podem melhorar o humor, comer alimentos nutritivos e descansar o suficiente. Orientar o paciente a evitar hábitos como fumar ou abusar de bebidas alcoólicas. Além de recomendar a adoção de técnicas de meditação e relaxamento, evitar pensamentos negativos, não se concentrar demais nas notícias divulgadas na internet e televisão.

2. RELATO DE MICROINTERVENÇÃO

A microintervenção foi voltada para pacientes que estão desenvolvendo transtornos psiquiátricos durante o isolamento social na pandemia do covid-19. Foi observado que a maioria das queixas dos pacientes que procuram a unidade básica de saúde são síndrome do pânico, ansiedade generalizada, transtorno do estresse pós-traumático e depressão. Essas e muitas outras doenças estão acompanhadas com a própria doença da covid-19. Foi baseada no monitoramento dos pacientes acometidos pela covid-19 acompanhados de transtornos mentais. A maioria desses pacientes foram acompanhados por telefone e outros meios possíveis no município. Os pacientes acompanhados relataram várias queixas, mas as principais foram traumas envolvidos com o medo de sair de casa, fobias, medo de contrair a doença e achar que estão com a doença covid-19.

A atenção básica é uma estratégia que possibilita um cuidado integral em saúde mental, seja por meio da identificação precoce e busca ativa, seja pelo monitoramento e apoio matricial com o trabalho em equipe. A microintervenção teve pouca rede de apoio e o acompanhamentos dos pacientes foi a maioria pelos médicos e enfermeiros. Os pacientes faziam ligações quase que diárias para a equipe de saúde, falando de suas queixas e receios. A equipe deu o suporte a esses pacientes com orientações e tranquilização dos mesmos. Eles evoluíram favoravelmente em comparação com os que não foram acompanhados por meios eletrônicos, alguns ainda continuam fazendo uso de medicações e tratamentos não farmacológicos, porém encontram-se estáveis e com melhora significativa da qualidade de vida deles e de seus familiares.

A medicação mais usada foi um medicamento antidepressivo da classe dos inibidores seletivos de recaptção de serotonina, a sertralina. Essa foi a medicação mais eficaz e aceita pela maioria dos pacientes. Outros medicamentos menos usados foram a fluoxetina, clonazepam e a amitriptina. Algumas pacientes não precisaram de medicamentos controlados e seus sintomas foram controlados com medicamentos com Ritmoneuran, valeriana e outros fitoterápicos.

Salienta-se que o cuidado em saúde mental orientado por princípios da atenção básica, sob a ênfase nas suas normativas nacionais, mantém uma preocupação com o acolhimento e acompanhamento longitudinal dos casos, mas que seus atributos também sustentam e valorizam ações que têm como eixos centrais o fortalecimento da autonomia e o enfoque na subjetividade, como o incentivo à participação em atividades comunitárias e os grupos de apoio (BRASIL,2020).

O plano de intervenção para melhorar a saúde mental dos pacientes na UBS e para tratar os já instalados está sendo baseado no compartilhamento de conhecimentos de todos os profissionais de saúde incluindo o Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF). Que visa uma abordagem ampla com acompanhamento multidisciplinar e multiprofissional trabalho em conjunto com a equipe incluindo psicólogos, nutricionistas e enfermeiros. Os Agentes

Comunitários de Saúde (ACS) também tem um papel fundamental em identificar os pacientes em suas casas que não procuram ajuda médica.

A principal ferramenta é o acolhimento desses pacientes, humanização do serviço, escuta qualificada e abordagem terapêutica de tratamento farmacológico ou não farmacológico, todos os profissionais devem atuar como terapeutas e gestores da atenção, referenciando aos serviços de Saúde Mental quando necessário. Os profissionais da unidade básica tem se adaptado ao aumento da demanda de casos de doenças mentais e aprimorado suas habilidades de lidar com os pacientes, buscando também diminuir os intervalos entre as consultas, reagendando os casos mais graves para um acompanhamento seguido e intercalado com outros profissionais e quando necessário são realizadas visitas domiciliares para os pacientes que não conseguem se deslocar à Ubs ou que se sentem agitados na unidade.

Na intervenção foram selecionados alguns pacientes com transtornos psiquiátricos causados ou agravados pela pandemia do covid-19. Esses pacientes foram acompanhados de perto por mais o menos um mês. Com consultas ambulatoriais, por contato através de meios eletrônicos, mensagens de texto, ligações intercaladas com o serviço de psicologia da Ubs. Também foram utilizados medicamentos para cada tipo de transtorno e adaptados a aceitação e a tolerância de cada paciente.

Observou-se uma boa evolução clínica da maioria dos pacientes acompanhados de perto em comparação com outros pacientes. Sentiu-se uma maior confiança por parte dos pacientes e uma melhor adesão ao tratamento instituído e gradualmente uma melhora das queixas repercutindo em um menor número de ligações por conta da recuperação e da não mais necessidade de um acompanhamento tão seguido e monitorado diariamente, houve melhorias significativas com a ação realizada no serviço.

Aproximadamente quinze pessoas participaram efetivamente da ação. A maioria dos pacientes evoluíram favoravelmente, porém todos seguem com o tratamento farmacológico, as potencialidades dessas ações repercutiram significativamente na saúde mental dos pacientes e conseqüentemente na qualidade de vida. As dificuldades em realizá-la foram a sobrecarga dos profissionais. Haverá continuidade as ações e planejamos incorporar técnicas aprimoradas de tratamentos não farmacológicos como acupuntura, auriculoterapia, reflexologia e outros para os pacientes melhorarem sua saúde mental.

Os profissionais de saúde são os principais responsáveis em promover a saúde e prevenir doenças e agravos, por isso foram tomadas medidas de prevenção e cuidado na unidade básica de saúde como distribuição de máscaras e álcool em gel nos corredores e salas da Ubs. Foram dadas orientações a todos os pacientes quanto aos cuidados gerais com a higiene pessoal, lavagem de mãos, evitar aglomerações.

Essas orientações são dadas aos pacientes como meio de evitar a propagação do vírus no município de Tonantins, como cuidados gerais que as famílias tem que adotar, são dadas

principalmente pelos ACS, mas toda a equipe promove a saúde através dessas orientações.

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pandemia do Covid-19 mostrou, entre outras coisas, a fragilidade do nosso cotidiano e os problemas sócio-econômicos provenientes do atual cenário mundial. Como resultado, os pacientes, de maneira geral, necessitam de ajuda para o enfrentamento destes problemas.

Com o curso de Especialização em Saúde da Família, foi possível ter justamente a base necessária para dar suporte aos pacientes da unidade de saúde. Com os conhecimentos adquiridos, fica mais fácil identificar os problemas e preocupações relacionados com a pandemia e então, dar um diagnóstico correto relacionado a cada caso.

As impressões sobre a microintervenção realizada na Ubs Santo Expedito foram positivas, pois os pacientes tratados e acompanhados de perto apresentaram melhoras significativas em sua saúde mental, além de demonstrarem muita gratidão pelo cuidado e preocupação, isso aumentou e fortaleceu o vínculo e a relação médico/paciente. Espera-se adotar tais medidas com o maior número de pacientes que necessitarem, assim a Ubs não será apenas um centro de tratamento de doenças, mas uma fonte de acolhimento, encorajamento e ajuda para os pacientes que precisam durante a pandemia.

As fragilidades e as dificuldades das ações foram encontradas nos próprios profissionais de saúde que estão sendo afetados pelo covid-19 quanto pela doença, além do trauma emocional que alguns enfrentaram de ter sido infectados, o que influenciou na qualidade do atendimento prestado aos pacientes, mesmo assim todos estão tentando fazer o trabalho da melhor forma possível. Porém, vivenciar essas situações desafiadoras tem ajudado a melhorar a capacidade de lidar com o paciente e suas famílias.

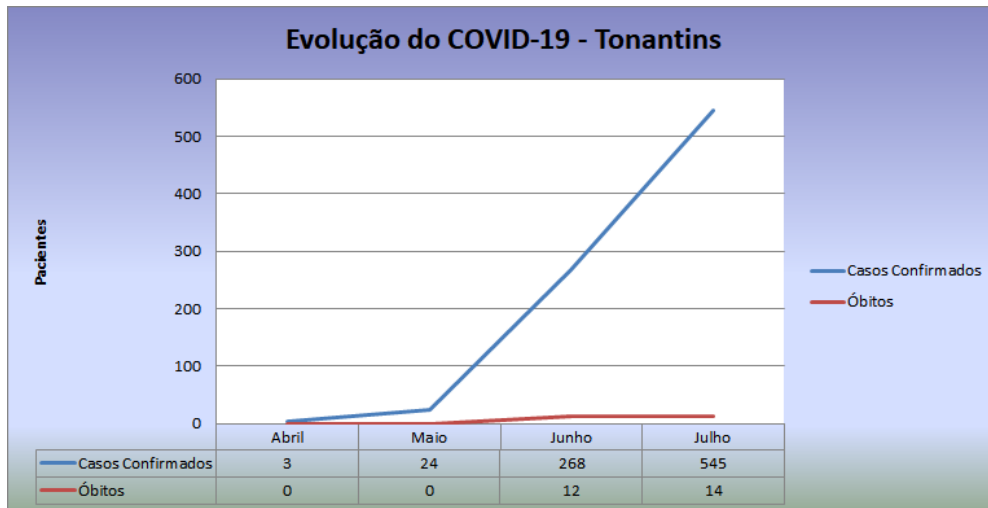
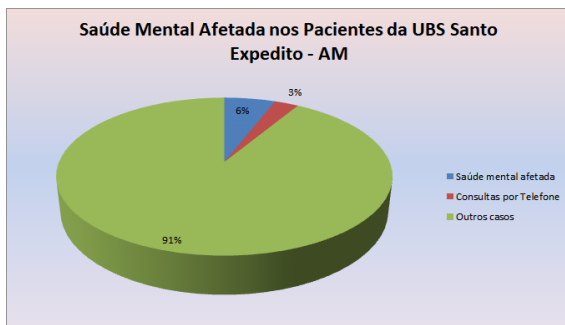
Necessita-se também que as pessoas fossem mais compreensivas com a gravidade da situação que nosso município se encontra e levassem mais a sério as restrições impostas pelas autoridades, o que não está acontecendo no município, pois desde o começo observa-se que as pessoas não tem obedecido as orientações e não colocam em prática as sugestões que sempre estão sendo dadas através dos meios de comunicação possíveis em nosso território: rádio e carros de sons. O que tem levado, infelizmente, ao aumento rápido do número de casos e inclusive vários óbitos.

4. REFERÊNCIAS

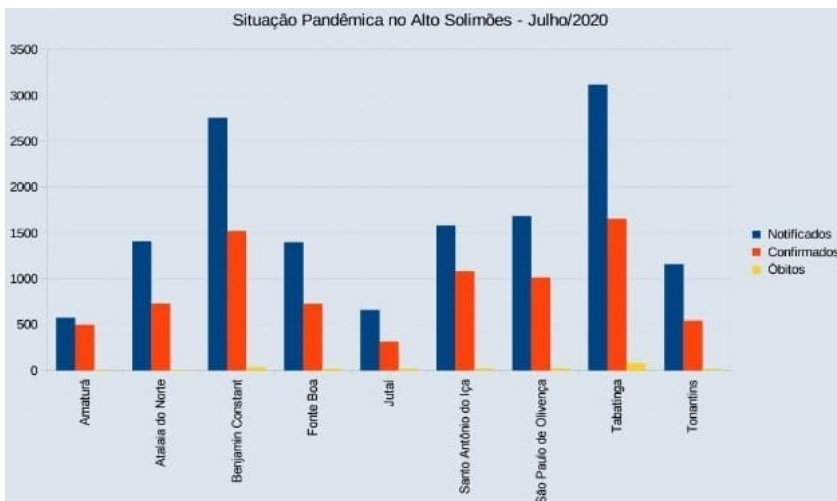
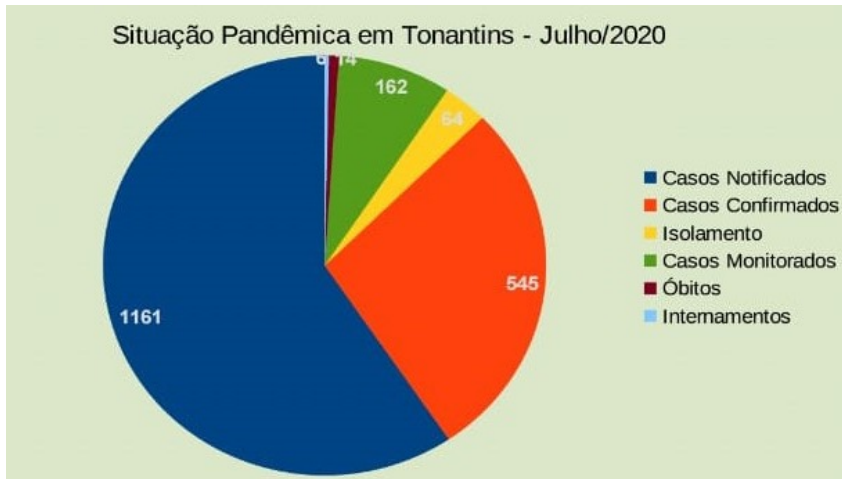
BRASIL. Ministério da Saúde, O que fazer, disponível em <https://coronavirus.saude.gov.br/o-que-fazer> Acesso em: 22/07/2020

BRASIL. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, Tonantins AM, disponível em <https://cidades.ibge.gov.br> Acesso em: 22/07/2020

5. APÊNDICE



6. ANEXOS



Casos Confirmados em Tonantins
Casos de Covid entre a população indígena

