



SAÚDE MENTAL NA ATENÇÃO PRIMÁRIA EM SAÚDE: PERCEPÇÃO DE ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM EM UMA DISCIPLINA EXTENSIONISTA

Fernanda Graciela de Moura Monteiro (Universidade Estadual de Maringá)

Samira Sena Mercado (Universidade Estadual de Maringá)

Mariana da Cruz Abreu (Universidade Estadual de Maringá)

Andressa Larissa Dias Müller de Souza (Universidade Estadual de Maringá)

Roberta Tognollo Borotta Uema (Universidade Estadual de Maringá)

Maria de Fátima Garcia Lopes Merino (Universidade Estadual de Maringá)

Contato: fernandagra05@outlook.com

Resumo:

Introdução: as doenças crônicas representam as principais causas de mortalidade no Brasil, são duradouras e necessitam de tratamento constante. Nos últimos anos, verificou-se aumento da ansiedade e depressão que refletem desafios para a saúde pública. **Objetivo:** descrever a percepção de acadêmicos de enfermagem sobre a realização de uma ação de promoção de saúde mental com mulheres pertencentes ao território de uma Unidade Básica de Saúde. **Metodologia:** trata-se de um relato de experiência sobre as atividades desenvolvidas em uma disciplina extensionista chamada “Cuidado do indivíduo, família e comunidade” do curso de Enfermagem da Universidade Estadual de Maringá. A disciplina propõe a divisão da turma em grupos de dez alunos acompanhados por duas docentes e tem por objetivo relacionar as políticas públicas com a atuação da Atenção Primária à Saúde em Unidades Básicas de Saúde específicas. **Resultados:** a ação desenvolvida pelos alunos ocorreu no dia 07 de julho de 2024, no período da tarde, e teve por objetivo promover saúde mental por meio da realização de um grupo para mulheres acima de 40 anos. **Considerações Finais:** enquanto acadêmicos de enfermagem que participaram do processo de planejamento das ações e desenvolvimento efetivo da atividade, pode-se afirmar que tanto o grupo, como a disciplina favorecem a aproximação dos acadêmicos com a comunidade externa e propiciam a formação de vínculo e aproximação da universidade com os demais serviços de saúde.

Palavras-chave: Doenças Crônicas; Saúde Mental; Relato de Caso.

1. Introdução

As doenças crônicas são caracterizadas por serem duradouras e exigirem tratamento constante e podem ser classificadas em transmissíveis e não transmissíveis (Brasil; 2014). Podem ser desenvolvidas ao longo da vida ou então estarem presentes desde o nascimento,



configurando-se como crônicas. Atualmente, as doenças crônicas são a maior causa de morte no mundo, afetando grande parte da população e frequentemente associadas a outras doenças, o que resulta em um prognóstico pior (Brasil, 2019).

No Brasil, cerca de 50% da população apresentou ao menos uma doença crônica não transmissível diagnosticada no ano de 2019, sendo as mais comuns a hipertensão e diabetes. No entanto, nos últimos anos, houve um aumento significativo nas doenças que afetam a saúde mental, com destaque para a depressão. O número de diagnósticos dessa condição cresceu notadamente, tornando-se um desafio para a saúde pública (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2019).

Em virtude do aumento das doenças crônicas não transmissíveis, em especial as que afetam a saúde mental dos indivíduos, faz-se necessário pensar em intervenções e atividades que possam auxiliar a população, em especial no âmbito da atenção primária. As atividades de extensão com foco na parceria entre comunidade e âmbito acadêmico podem beneficiar os usuários dos serviços de saúde e neste contexto, a disciplina ‘Cuidado do indivíduo, família e comunidade’ proposta pelo segundo ano do curso de graduação em enfermagem da Universidade Estadual de Maringá (UEM), surge como uma estratégia.

A disciplina tem como foco preparar o estudante para atuar na prática junto à atenção primária em saúde por meio do desenvolvimento de projetos de intervenção, amparadas por políticas públicas de saúde em prol do bem estar de pacientes, famílias, cuidadores e comunidades. Frente ao exposto, o presente trabalho possui como objetivo descrever a percepção de acadêmicos de enfermagem sobre a realização de uma ação de promoção de saúde mental com mulheres pertencentes ao território de uma Unidade Básica de Saúde (UBS), realizada durante a disciplina de extensão.

2. Metodologia

Trata-se de um relato de experiência. A atividade a ser descrita faz parte da disciplina ‘Cuidado do indivíduo, família e comunidade’, na qual um grupo de dez acadêmicos de enfermagem orientados por duas docentes da disciplina realizam encontros semanais voltados à conceitualização do cuidado aos pacientes com condições crônicas e desenvolvimento de uma ação sobre essa temática, com uma população adscrita ao território de uma UBS.



A UBS escolhida para desenvolvimento da ação foi a Unidade Básica da Vila Operária no município de Maringá-PR, a qual se caracteriza por apresentar alta demanda relacionada à saúde mental por parte dos usuários, em especial por mulheres. Após conversa com a enfermeira da unidade, agentes comunitárias de saúde e psicóloga, foi identificado que muitas mulheres acima de 40 anos haviam procurado atendimento psicológico, demanda esta que a psicóloga da unidade ainda não havia conseguido suprir, sugerindo, então, a realização de um grupo para promoção de saúde mental.

A ação foi realizada no dia 07 de julho, com cinco das 43 mulheres que foram convidadas, nas dependências da unidade e contou com uma roda de conversa, seguido de uma dinâmica relacionada ao autocuidado e promoção de saúde mental e finalizado com exercícios de alongamento e relaxamento, além da oferta de um coffee break para as participantes. Ao final dos seis encontros procedeu-se à uma apresentação conjunta das atividades realizadas pelos demais acadêmicos da disciplina a fim de trocar experiências e suscitar novas ideias e reflexões. Neste momento estavam presentes os outros docentes que compõem a disciplina, bem como a coordenadora da mesma.

3. Resultados e Discussão

O desenvolvimento das ações relacionadas à saúde mental se constituiu como um desafio. Desde o momento em que o tema foi selecionado, passando pelo contato das participantes e até o desenvolvimento próprio do grupo, os acadêmicos sentiram-se preocupados e sensibilizados com a alta demanda de ansiedade e depressão pelos usuários da UBS Vila Operária.

Para o desenvolvimento da atividade, foi necessário a edificação do conhecimento sobre políticas públicas. No primeiro encontro, o grupo discutiu sobre as medidas e diretrizes que envolvem as Doenças Crônicas, a exemplo do Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas e Agravos Não Transmissíveis no Brasil. Ainda, foi pontuado a importância da atenção primária na promoção, prevenção e tratamento de doenças, o que norteou os acadêmicos à escolha da ação e seu objetivo.

Sequencialmente, com conhecimento encaminhado, a visita à UBS- Vila Operária possibilitou a visualização do território e das demandas do mapa com as doenças prevalentes



na região que, mesmo desatualizado, evidenciou uma grande incidência de problemas relacionados à saúde mental. Nesse momento, surgiu a preocupação de quais estratégias utilizar para conduzir a ação de forma satisfatória, sem gerar qualquer desconforto ao público escolhido e aos estudantes. Logo, a psicóloga da unidade relatou um grande número de mulheres aguardando vaga para consulta e, assim, amadureceu-se a ideia de trabalhar as questões que envolvem o bem-estar emocional com esse grupo e que tivesse continuidade.

Seguido de mais três encontros, os acadêmicos buscaram no conhecimento científico embasamento sobre temas relacionados à ansiedade e depressão necessários para orientar as atividades propostas. Em vista disso, na etapa de planejamento e organização dos materiais, os alunos julgaram a elaboração de perguntas relacionadas ao bem-estar, autoestima, qualidades, habilidades e gratidão como plano efetivo para promover uma roda de conversa educativa, além da prática de exercícios de respiração e alongamento como alternativas para relaxar.

No dia da ação, o grupo encontrou-se apreensivo quanto à quantidade de mulheres que estariam presentes e à receptividade delas às atividades, no entanto, esse pressuposto se desfez à medida que as participantes sentiram segurança em compartilhar suas histórias de vida, quais os motivos para terem aceitado o convite, como estavam se sentindo no dia e quais os motivos de angústias e frustrações. Além disso, expressaram interesse em aprender as técnicas de respiração e alongamentos.

A importância de buscar ajuda profissional, o estímulo ao autocuidado, a compaixão e a empatia fazem parte do cuidado direcionado à saúde mental. O exercício da escuta ativa buscando conversar sobre seus próprios sentimentos, angústias, tristezas e felicidades contribui de forma significativa para elucidar as ideias e pensar em soluções para o problema (Zuchetto; et al, 2019).

Enquanto acadêmicos de enfermagem participantes da atividade de extensão, pode-se afirmar que as práticas desenvolvidas se configuraram como uma oportunidade de inserção precoce na comunidade, estimulando o contato dos discentes com os serviços de saúde e auxiliaram no processo de ensino-aprendizagem, possibilitando a vivência de alguns pilares da enfermagem como a escuta ativa e o cuidado holístico e integral ao indivíduo (Medeiros; Calegari; Oliveira, 2022).



4. Considerações

O desenvolvimento da intervenção representou um conhecimento especializado que agregará para além do conhecimento da grade curricular. Voltar o olhar às cinco mulheres como indivíduos que necessitam de atendimento em sua totalidade, foi fundamental para compreender os determinantes que condicionam a saúde. As expectativas foram atingidas ao passo que as atividades foram bem aceitas pelas mulheres, em que demonstraram envolvimento e interesse no assunto abordado. Verificou-se a importância de expandir a ciência e saberes produzidos dentro da Universidade para além de sua dependência.

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. Portaria nº 483 de 1º de abril de 2012: Redefine a Rede de Atenção à Saúde das Pessoas com Doenças Crônicas no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS) e estabelece diretrizes para a organização das suas linhas de cuidado. Brasília, 2014. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2014/prt0483_01_04_2014.html. Acesso em: 12 ago. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde. Departamento de Análise em Saúde e Vigilância de Doenças Não Transmissíveis. Plano de Ações Estratégicas para o Enfrentamento das Doenças Crônicas e Agravos não Transmissíveis no Brasil 2021-2030. Brasília: Ministério da Saúde, 2021. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/svsa/doencas-cronicas-nao-transmissiveis-dcnt/09-plano-de-dant-2022_2030.pdf. Acesso em: 12 ago. 2024.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. Pesquisa Nacional de Saúde 2019: percepção do estado de saúde, estilos de vida, doenças crônicas e saúde bucal. Rio de Janeiro: IBGE, 2020.

MEDEIROS, Nathália de; CALEGARI, Tatiany; OLIVEIRA, Livia Ferreira. A vivência de uma acadêmica de enfermagem em um serviço de humanização hospitalar: relato de experiência. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 16, e81111637693, 2022, Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/37693>. Acesso em: 12 ago. 2024.

ZUCHETTO, Milena Amorin; ENGEL, Franciely Daiana; MEDEIROS, Luciano Silveira Pacheco de; HAMMERSCHMIDT, Karina Silveira de Almeida; SCHOELLER, Soraia Dornelles. Empatia no processo de cuidado em enfermagem sob a ótica da teoria do reconhecimento: síntese reflexiva. *Revista Cuidarte*. Colômbia, v. 10, n. 3, e:624, 2019. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.15649/cuidarte.v10i3.624>. Acesso em: 12 ago. 2024.