

SAÚDE MENTAL E CUIDADO COM MULHERES EM SALA DE ESPERA NA ATENÇÃO BÁSICA EM SAÚDE

Thais Coutinho Souza¹;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAR), Parnaíba, PI.

<http://lattes.cnpq.br/7692850133734747>

Mateus Egilson Da Silva Alves²;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAR), Parnaíba, PI.

<http://lattes.cnpq.br/3727072272574689>

Paulo Gregório Nascimento Da Silva³;

Universidade Federal de São João del-Rei (UFSJ), São João del-Rei, MG.

<http://lattes.cnpq.br/6759353994210926>

Sávio Augusto Carvalho Teixeira⁴;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAR), Parnaíba, PI.

<http://lattes.cnpq.br/0842994002262789>

Geovanna dos Santos e Silva⁵;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAR), Parnaíba, PI.

<http://lattes.cnpq.br/6002234387754861>

Amanda Grazielle Barbosa Oliveira⁶;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAR), Parnaíba, PI.

<http://lattes.cnpq.br/9467250831616725>

Gustavo Oliveira de Araujo⁷;

Faculdade de Educação e Cultura da Serra da Ibiapaba (FACIBI), Tianguá, CE.

<https://lattes.cnpq.br/5853940233534677>

Rayane Kerolly Farias Nascimento⁸;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAR), Parnaíba, PI.

<https://lattes.cnpq.br/4182011459851861>

Enia Carine de Oliveira Dantas⁹;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAR), Parnaíba, PI.

<http://lattes.cnpq.br/6399398187083156>

Ana Maria Gomes Barbosa¹⁰;

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAR), Parnaíba, PI.

<http://lattes.cnpq.br/2768747514223952>

Bianca Alencar Teles¹¹;

Faculdade de Educação e Cultura da Serra da Ibiapaba (FACIBI), Tianguá, CE.

<http://lattes.cnpq.br/5436174071026309>

Paulo Henrique Oliveira Barbosa¹².

Universidade Federal do Delta do Parnaíba (UFDPAR), Parnaíba, PI.

<http://lattes.cnpq.br/5407107112308131>

RESUMO: A ansiedade emerge como um problema constante nos serviços de saúde, principalmente na atenção básica. O psicólogo, nesse cenário, é visto como um profissional promotor do cuidado em saúde mental e fomentador de práticas coletivas e interprofissionais, destacando a importância do cuidado dissociado da lógica biomédica. Este estudo tem como objetivo relatar a experiência de uma psicóloga residente vinculada a equipe de Estratégia Saúde da Família na execução de uma atividade de educação em saúde com mulheres. Utilizou-se metodologia descritiva, relatando uma atividade desenvolvida com mulheres em uma Unidade Básica de Saúde em um município do nordeste do Brasil. Foi utilizada a ferramenta da sala de espera. O uso da ferramenta da sala de espera possibilitou o acesso às mulheres do território, construção de laços grupais iniciais, trocas de saberes coletivos e entendimento de como o fenômeno da ansiedade permeia o cotidiano das pacientes. A atuação da psicologia permitiu trazer à tona as queixas de ansiedade que têm ocupado um espaço crescente no cotidiano do serviço. A partir desta experiência percebeu-se que trabalhar com a educação em saúde por meio da ferramenta de sala de espera mostrou ser uma atividade com retorno positivo.

PALAVRAS-CHAVE: Mulheres. Ansiedade. Atenção Básica em Saúde.

MENTAL HEALTH AND CARE FOR WOMEN IN A WAITING ROOM IN PRIMARY HEALTH CARE

ABSTRACT: Anxiety has emerged as a constant problem in health services, especially in primary care. In this scenario, psychologists are seen as professionals who promote mental health care and foster collective and interprofessional practices, highlighting the importance of care that is dissociated from biomedical logic. The aim of this study is to report on the experience of a resident psychologist linked to the Family Health Strategy team in carrying out a health education activity with women. A descriptive methodology was used, reporting

on an activity developed with women in a Basic Health Unit in a municipality in northeastern Brazil. The waiting room tool was used. The use of the waiting room tool made it possible to access women in the area, build initial group bonds, exchange collective knowledge and understand how the phenomenon of anxiety permeates patients' daily lives. The psychology department's work made it possible to bring to light the complaints of anxiety that have been occupying a growing space in the service's daily routine. From this experience, we realized that working with health education through the waiting room tool proved to be an activity with a positive return.

KEYWORDS: Women. Anxiety. Primary Health Care.

INTRODUÇÃO

A ansiedade pode ser entendida como uma reação natural desencadeada diante de um foco direcionado ou situação que pode gerar alguma expectativa ou impacto no cotidiano do indivíduo, seja ela desconfortável ou não. Pode ser entendida também como a antecipação de uma ameaça futura, seja ela real ou simbólica. É a partir desse mecanismo que é possível administrar as atividades da vida diária e compromissos, e a sensação tende a dissipar conforme o estímulo ansiogênico é resolvido (APA, 2014).

A conjuntura de patologização dessa reação natural e prevalência de queixas de ansiedade nos serviços de saúde apresenta-se cada vez mais constante, principalmente na Atenção Básica em Saúde (ABS). Em estudo recente (ALMEIDA et al., 2022), foi colocado que 37% das demandas da ABS estão relacionadas à ansiedade, principalmente no público adulto compreendido dos 20 a 40 anos de idade. Principalmente por conta de mudanças e escolhas de vida, adaptações de responsabilidades, contexto social e pessoal, e laços interpessoais.

Entretanto, Andrade et al. (2009) já apontava essa faixa etária como grupo de risco em seu estudo, além de outros fatores como: ser mulher, ter como ocupação serviços domésticos, de forma remunerada ou não, além das condições socioeconômicas. Dentre o conjunto de demandas de saúde mental abarcado pela Atenção Básica, a ansiedade apresenta-se de maneira mais frequente e expressiva nas Unidades Básicas de Saúde (UBS). Seja pela manifestação de sinais e sintomas físicos, na maioria das vezes confundido com outras comorbidades clínicas, como doenças do coração ou gastrointestinais, na busca de assistência profissional pelo indivíduo nos serviços de saúde territoriais (SILVA; VERONEZ, 2021).

Reforçando a necessidade de avanços na compreensão do fenômeno da ansiedade na população e principalmente a resposta dos serviços de saúde em relação à demanda e sua efetividade. Seja por uma sistematização dos fluxos de cuidados, seja pelo fortalecimento de atividades coletivas de prevenção de agravos e promoção da saúde em território.

A psicologia da saúde, nesse sentido, apresenta-se como ciência que busca

compreender as interações, funções e atravessamentos dos aspectos psicológicos na relação saúde-doença e manutenção da saúde do indivíduo, associada ao entendimento dos determinantes sociais da saúde. Dentro do cenário de atuação da atenção básica, o fazer do psicólogo é apontado como uma força no desenvolvimento de práticas que fogem da lógica biomédica e patologizante, favorecendo a construção do cuidado coletivo com um conjunto de ações voltadas para a promoção da saúde e prevenção de agravos, considerando a realidade do território e as necessidades apresentadas (ALMEIDA et al., 2022).

OBJETIVO

Relatar a experiência vivenciada por uma psicóloga residente vinculada a equipe de Estratégia Saúde da Família (ESF) na execução de uma atividade de educação continuada com a comunidade.

METODOLOGIA

Este estudo é do tipo descritivo, em modelo de relato de experiência. Trata-se de um relato de uma atividade desenvolvida por uma psicóloga residente com mulheres em uma Unidade Básica de Saúde (UBS) localizada em um município do nordeste do Brasil. A ação utilizou a ferramenta da sala de espera como espaço de promoção e educação em saúde.

A atividade foi desenvolvida com as mulheres presentes na recepção da UBS, com objetivo de abordar a temática da ansiedade no cotidiano, sinais e sintomas, e formas de enfrentamento da ansiedade. Aspecto percebido como necessário a partir do diagnóstico situacional na comunidade e em equipe. Para tal, inicialmente foi feito um momento de convite para a sala de espera e apresentação grupal, seguido da apresentação breve da temática e um jogo de mitos e verdades sobre a ansiedade.

Posteriormente foi solicitado ao grupo como e quais ações percebem que ajudam a diminuir a ansiedade e lidar com ela, fomentando a troca de saberes grupal. Por fim, foram distribuídos panfletos com orientações sobre a temática, ferramentas de enfrentamento e canais de apoio no município e na UBS. A ação teve duração média de 45 minutos, como materiais foram utilizadas plaquinhas de papel de verdadeiro ou falso, folders orientativos e caderno ata para registro da atividade.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A Unidade Básica de Saúde em questão tinha cobertura total de 583 famílias, com uma estimativa média de 3503 usuários, divididas em sete microáreas adstritas. O conhecimento das características do território, obtido através do processo de territorialização, permite conhecer a área pessoalmente, estabelecer vínculos e favorecer a participação

no cuidado coletivo entre equipe e comunidade. Além disso, a territorialização permite o desenvolvimento do diagnóstico situacional do território, identificação de demandas latentes e estabelecimento de vetores de intervenção necessários à população (OLIVEIRA et al., 2020).

A população coberta era formada por uma variação de públicos idosos, infanto-juvenis e jovens adultos, com maioria dos habitantes em um contexto socioeconômico de baixa renda e escolaridade média. Destes grupos, foi percebido que as mulheres da comunidade eram o grupo de maior frequência no cotidiano da UBS, com maior vulnerabilidade socioeconômica e emocional, e apresentavam queixas de saúde mental em comum, a ansiedade.

A partir desse dado, foi desenvolvido um mês de cuidado com mulheres na UBS tendo como ponto inicial a sala de espera mediada pela psicóloga residente da equipe, foco deste trabalho. A sala de espera é entendida como espaço inicial de contato do usuário com os profissionais de saúde e os fluxos de cuidado, podendo funcionar como local de acolhimento, estabelecimento de vínculos com a população e como espaço pedagógico e de educação em saúde, possibilitando a troca de saberes, ações educativas e construção do cuidado coletivo (RODRIGUES et al., 2018).

No primeiro momento foi feito o convite às mulheres presentes na recepção da UBS para um momento de troca de saberes e apresentação da proposta da sala de espera. Após consentimento das mulheres no espaço, foi mediada pela psicóloga a apresentação grupal e quebra de gelo inicial. Permitindo a familiarização entre as participantes e identificação das motivações de ida ao serviço de saúde no dia logo no início da atividade.

Seguidamente foi introduzida a temática de interesse pela psicóloga de forma breve e psicoeducativa, utilizando-se o jogo de mitos e verdades como ferramenta participativa com o grupo. Percebeu-se questões latentes entre as mulheres, a presença de dúvidas na identificação dos sinais e sintomas comuns da ansiedade dissociados de uma comorbidade física, principalmente entre as mulheres idosas com hipertensão e gestantes com alterações da pressão devido ao período gestacional.

A dificuldade de entendimento da condição emocional e identificação das situações ansiogênicas, além da dificuldade de ferramentas de enfrentamento e fatores protetivos como rede de apoio e sobrecarga emocional também foram elementos que emergiram com frequência durante a atividade dentro do grupo de sala de espera (ROCHA et al., 2022). Durante o momento da sala de espera, as usuárias podiam tirar suas dúvidas e expressar suas vivências livremente, tendo a mediação da psicóloga residente, o que permitiu momentos de aproximação, vinculação e trocas de saberes científicos e populares.

Por fim foi solicitado que cada mulher presente colocasse o que faz ou percebe que pode ajudar na diminuição da ansiedade e como lidar com a ansiedade no cotidiano. Permitindo a troca de saberes populares no espaço grupal, percepção de experiências vividas, identificação de fatores protetivos e ferramentas de enfrentamento entre as participantes (SILVA; VERONEZ, 2021).

O uso da ferramenta da sala de espera, nesse sentido, possibilitou o acesso às mulheres do território, construção de laços grupais iniciais, trocas de saberes coletivos e entendimento de como o fenômeno da ansiedade permeia o cotidiano das pacientes e é expresso por elas. A atuação da psicologia nessa conjuntura, apoiada em um modelo de clínica ampliada, permite trazer à tona as demandas latentes de saúde mental da comunidade, que têm ocupado um espaço crescente no cotidiano da atenção básica em saúde, e compreender fatores transversais que atravessam essas demandas (ALMEIDA et al., 2023).

Como foi percebido nesse relato, como a vulnerabilidade da população, as questões de ausência de apoio das mulheres, sobrecarga emocional e dificuldade de acesso a informações precisas sobre identificação de sinais e sintomas de comorbidade existentes e ansiedade. Entretanto faz-se necessário a organização e desenvolvimento de ações interprofissionais e intersetoriais de forma a integrar o cuidado em saúde e abarcar sua complexidade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir desta experiência percebeu-se que trabalhar com a educação em saúde por meio da ferramenta de sala de espera mostrou ser uma atividade com retorno positivo, tanto pela dinâmica grupal e vinculação com e entre as usuárias quanto pela compreensão das demandas expressas, trocas de diferentes saberes e construção coletiva do cuidado em serviço. A realização de ações de educação em saúde nas unidades básicas de saúde é apontada como uma forma de reduzir as demandas do serviço, auxiliar na prevenção de agravos e promoção de saúde dos usuários, além do estreitamento de laços entre comunidade e serviço e avaliação da efetividade de ações no território.

Ressalta-se a importância de ações que envolvam a complexidade do fenômeno da ansiedade entre mulheres nos serviços de saúde, principalmente as UBS que são a porta de entrada e organizadora das redes de saúde. Além da integração interprofissional e intersetorial em futuras ações de saúde, algo identificado como uma limitação deste estudo. Ademais, aponta-se a necessidade de utilização de ferramentas de fortalecimento de vínculos e desenvolvimento de rede de apoio e convivência entre mulheres.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Paulo Rennan Milhomem; BARBOSA, Estélio Silva. O psicólogo da saúde como produtor de saúde mental na atenção básica. **COGNITIONIS Scientific Journal**, v. 6, n. 2, p. 743-755, 2023. DOI: <https://doi.org/10.38087/2595.8801.319>

ALMEIDA, Wilma Rodrigues Santos et al. Sintomas de ansiedade em adultos jovens: a atuação do profissional de psicologia na atenção básica. **Debates em Psiquiatria**, v. 12, p. 1-22, 2022. DOI: <https://doi.org/10.25118/2763-9037.2022.v12.314>

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). **DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**. Artmed Editora, 2014.

ANDRADE, Fábila Barbosa de et al. Saúde mental na atenção básica: um estudo epidemiológico baseado no enfoque de risco. **Revista brasileira de enfermagem**, v. 62, p. 675-680, 2009. <https://doi.org/10.1590/S0034-71672009000500004>

D'ÁVILA, Livia Ivo et al. Processo patológico do transtorno de ansiedade segundo a literatura digital disponível em português-revisão integrativa. **Revista Psicologia e Saúde**, v. 12, n. 2, p. 155-168, 2020. <https://doi.org/10.20435/pssa.v0i0.922>

OLIVEIRA, Márcya Cândida Casimiro et al. Processo de territorialização em saúde como instrumento de trabalho. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 3, n. 5, p. 13578-13588, 2020. DOI: <https://doi.org/10.34119/bjhrv3n5-179>

ROCHA, F.G.P ; VIEIRA, I. R. L. ; BENTO, L.F ; SOUZA, T. C. **Singularidades da vivência da maternidade: uma sala de espera com mães**. In: II JOAMS: Jornada Acadêmica Multidisciplinar em Saúde, 2022, Belo Horizonte. Anais do II JOAMS: Jornada Acadêmica Multidisciplinar em Saúde. Uberlândia: Health, 2022. v. 1. Disponível em: <https://www.even3.com.br/anais/iijoams/>

RODRIGUES, Leticia Pinto et al. Sala de espera: espaço para educação em saúde. **Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social**, v. 6, n. 3, p. 500-507, 2018.

SILVA, Isabelle Bassani Leme; VERONEZ, Fulvia De Souza. Estratégias da Atenção Básica sobre os casos de Transtorno de Ansiedade em adultos e idosos. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 2, p. 8020-8029, 2021. DOI: <https://doi.org/10.34119/bjhrv4n2-334>