

ANDRESSA DA SILVA
GEICE GABRIELI RIBEIRO ROCHA

**SAÚDE MENTAL NA ATENÇÃO PRIMÁRIA: DESAFIOS E SOLUÇÕES SOB A
PERSPECTIVA DA ENFERMAGEM**

Ji-Paraná

2022.

ANDRESSA DA SILVA

GEICE GABRIELI RIBEIRO ROCHA

**SAÚDE MENTAL NA ATENÇÃO PRIMÁRIA: DESAFIOS E SOLUÇÕES SOB A
PERSPECTIVA DA ENFERMAGEM**

**Artigo apresentado para obtenção do grau
de Bacharel em Enfermagem ao Centro
Universitário São Lucas de Ji-Paraná**

**Orientadora: Prof. Ma. Daniela Cristina
Gonçalves Aidar.**

Ji-Paraná

2022.

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação - CIP

S586s Silva, Andressa da.

Saúde mental na atenção primária: desafios e soluções sob a perspectiva da enfermagem. / Andressa da Silva ; Geice Gabrieli Ribeiro Rocha. – Ji-Paraná, 2022.
19 fls.; il.

Artigo Científico (Curso de Enfermagem) – Centro Universitário São Lucas, Ji-Paraná, 2022.

Orientadora: Prof^a. Ma. Daniela Cristina Gonçalves Aidar.

1. Saúde Mental. 2. Enfermagem. 3. Capacidades. 4. Recursos. I. Rocha, Geice Gabrieli Ribeiro. II. Aidar, Daniela Cristina Gonçalves. III. Título.

CDU 616-083:613.86

Ficha Catalográfica Elaborada pelo Bibliotecário Giordani Nunes da Silva CRB 11/1125

ANDRESSA DA SILVA

GEICE GABRIELI RIBEIRO ROCHA

**SAÚDE MENTAL NA ATENÇÃO PRIMÁRIA: DESAFIOS E SOLUÇÕES SOB A
PERSPECTIVA DA ENFERMAGEM**

**Artigo apresentado à Banca Examinadora
do Centro Universitário São Lucas de Ji-
Paraná, como requisito de aprovação para
obtenção de grau de Bacharel em
Enfermagem.**

**Orientadora: Prof. Ma. Daniela Cristina
Gonçalves Aidar.**

Ji-Paraná, 06 de junho de 2022

Resultado: () Aprovado () Reprovado - Avaliação/Nota: _____

BANCA EXAMINADORA

Enf. Ma. Daniela Cristina Gonçalves Aidar

Rariene da Silva Leal Villa Nova

Aurindo Henrique Costa Matos

SAÚDE MENTAL NA ATENÇÃO PRIMÁRIA: DESAFIOS E SOLUÇÕES SOB A PERSPECTIVA DA ENFERMAGEMAndressa da Silva¹Geice Gabrieli Ribeiro Rocha²Daniela Cristina Gonçalves Aidar⁴

RESUMO: O artigo aqui apresentado desenvolve abordagens acerca da saúde mental na atenção primária, os principais desafios e as soluções sob a perspectiva da enfermagem. É sabido que nos últimos anos tem-se verificado um aumento no número de atendimentos de pacientes na atenção primária com prováveis diagnósticos de doenças relacionadas a saúde mental, como: depressão, bipolaridade, síndrome do pânico, insônia, ansiedade e demais diagnósticos. Estes diagnósticos têm exigido do profissional de enfermagem capacidades e recursos que antes não eram necessários, fazendo com que este tenha ainda mais um olhar holístico sobre o paciente. Neste sentido, foi possível observar nesta abordagem que as doenças mentais têm direta relação com as pressões da sociedade moderna. Atingem principalmente mulheres, com idades superiores a 30 anos. São atendidas na rede pública de saúde com enfoque ao CAPS. São necessários mais profissionais especializados em saúde da família na área da enfermagem que possam desenvolver ações compatíveis a necessidade da população que demanda cada vez mais estes serviços. Quanto a abordagem do paciente de saúde mental deve ser voltada a humanização, com escuta, levantamento de dados que possam auxiliar o diagnóstico e seguir à risca a terapêutica desenvolvida pelo profissional clínico. Certamente o aumento de conhecimento e terapêuticas adequadas trarão um grande avanço nas ações realizadas e conseqüentemente melhoria na abordagem e recuperação do paciente.

Palavras-chaves: saúde mental; enfermagem; capacidades; recursos.

ABSTRACT: The article presented here develops approaches to mental health in primary care, the main challenges and solutions from a nursing perspective. It is known that in recent years there has been an increase in the number of visits to patients in primary care with probable diagnoses of diseases related to mental health, such as depression, bipolarity, panic syndrome, insomnia, anxiety and other diagnoses. These diagnoses have required skills and resources from the nursing professional that were not necessary before, making them have an even more holistic view of the patient. In this sense, it was possible to observe in this approach that mental illnesses are directly related to the pressures of modern society. They mainly affect women, aged over 30 years. They are attended in the public health network with a focus on CAPS. More professionals specialized in family health in the area of nursing are needed to develop actions compatible with the needs of the population that increasingly demands these services. As for the approach of the mental health patient, it should be humanization, with listening, data collection that can help the diagnosis and strictly follow the therapy developed by the clinical professional. Certainly, the increase in knowledge and appropriate therapies will bring a great advance in the actions carried out and consequently improve the approach and recovery of the patient.

Keywords: mental health; nursing; capabilities; resources.

¹Graduanda em Enfermagem do Centro Universitário São Lucas Ji-Paraná, 2022. E-mail: vivyanneandressa@hotmail.com

²Graduanda em Enfermagem do Centro Universitário São Lucas Ji-Paraná, 2022. E-mail: geicegabriely79@gmail.com

⁴Professora orientadora do artigo. Email: daniela.aidar@saolucasjiparana.edu.br

1. INTRODUÇÃO

A saúde mental é um dos componentes relacionados a saúde humana. Estar saudável mentalmente relaciona-se com equilíbrio necessário as capacidades mentais, influenciando diretamente em questões de sono, pensamento, comportamento, cognição, inteligência, lógica, entre outros quesitos que fazem parte do contexto mental humano (PARANÁ, 2017).

E, nos últimos anos tem se visto um aumento considerável de diagnósticos de saúde mental. A depressão, a ansiedade, a insônia, síndrome do pânico, bipolaridade, estão cada vez mais comuns nos consultórios públicos e privados, e, principalmente na atenção primária. Não há dúvidas que a saúde mental é um ramo da medicina e enfermagem que vem ganhando destaque. Isso porque tem se encontrados novos diagnósticos, e desenvolvido mais drogas, terapêuticas alternativas e outras possibilidades (que auxiliam no tratamento), principalmente destes diagnósticos acima apresentados (NOAL, PASSOS, FREITAS, 2020).

A atenção primária é considerada a porta de entrada para os atendimentos do Sistema Único de Saúde. E este sistema (Sistema Único de Saúde - SUS), é o que mais possui atendimentos de todos os tipos, inclusive de pacientes de saúde mental. A literatura ainda não apresenta todas as soluções aos problemas de saúde mental, contudo percebeu-se uma grande quantidade de publicações ligando os agravos de saúde mental, e a pandemia de covid 19 e muitas outras situações, com destaque para traumas, lutos, abusos, *bullying* e outras realidades que certamente estão intimamente ligadas (OPAS, 2022)

O Brasil é um país que modificou a pouco tempo a sua abordagem com relação a Saúde Mental da sua população. Atualmente existe uma rede de atenção que suporta tais condições de pacientes, com um destaque ao CAPS. Anterior a implantação da Política Nacional de Saúde Mental acredita-se que pelo menos 100 mil pessoas viviam em manicômios com transtornos mentais (BRASIL, 2015).

A abordagem dos problemas de saúde mental na atualidade possui um outro enfoque: de atender e socializar indivíduos que apresentam transtornos mentais. Nesse sentido a atenção aos portadores de transtornos mentais tem como objetivo o pleno exercício da cidadania do indivíduo, não somente o controle dos sintomas da

doença de base. De modo que a atenção básica deverá atender as necessidades do indivíduo de forma holística e integral (BRASIL, 2015).

Ainda que não pacificado o conceito de saúde mental; a OMS Organização Mundial da Saúde entende que o mesmo está relacionado a forma como uma pessoa reage às exigências, desafios e mudanças da vida e ao modo como harmoniza suas ideias e emoções (OMS, 2013).

Tem-se percebido que nos últimos anos cada vez mais tem se aumentado a procura por profissionais devido de casos de problemas relacionados a saúde mental; e assim surgindo novos diagnósticos e novas formas de abordagens de tratamento dos problemas relacionados a saúde mental como: insônia, ansiedade e depressão (inclusive a utilização de novos fármacos os fitoterápicos) (ESPERIDIÃO; FARINHAS; SAIDEL, 2020).

Ao realizar um levantamento na literatura sobre o número exato de pessoas com problemas de saúde mental não se teve êxito nem consenso dos estudos. De modo que não existe um número exato de pessoas no mundo com problemas relacionados a saúde mental, contudo acredita-se que pelo menos de 25-30% da população mundial apresenta algum tipo de agravo de saúde mental, seja ele ansiedade, transtornos, depressão, insônia, entre outros. Isso significa que dos 6 bilhões de pessoas do mundo quase 2 bilhões apresentam problemas relacionados a saúde mental (BRASIL, 2013; OMS, 2016; OPAS, 2022).

Os diagnósticos bastantes comuns na atenção básica são de depressão, insônia e ansiedade. O seu tratamento geralmente é feito com drogas convencionais como fluoxetina, escitalopram, mirtazapina, citalopram, diazepam, bromazepam, alprazolam, lorazepam, entre outros. Estas drogas possuem alguns efeitos colaterais com destaque a dependência; e, necessidade de desmame. Justamente por isso muitos médicos psiquiatras e especialistas em saúde mental tem utilizado os fitoterápicos como alternativa viável. Além de outras terapias combinadas, exercícios físicos, e até mesmo métodos não convencionais como Yoga, e acupuntura (BRASIL, 2015).

Em verdade a saúde mental não exige necessariamente um trabalho para além daquele já demandado aos profissionais de Saúde. A mesma requer que os profissionais da atenção básica incorporem ou aprimorem competências de cuidado em saúde mental na sua prática cotidiana, de forma que as intervenções sejam

capazes de considerar a subjetividade, a singularidade e a visão de mundo do usuário no processo de cuidado integral à saúde (BRASIL, 2013).

Na prática o que tem se percebido são problemas de saúde mental cada vez mais cedo, principalmente os transtornos. Há uma boa parcela da população que apresenta depressão, insônia, ansiedade, síndrome do pânico, e muitos outros diagnósticos (AFONSO, 2020).

É perceptível ao desenvolver as atividades relacionadas a saúde de uma crescente demanda por atendimentos relacionados a problemas de saúde mental. Tem-se verificado que na atenção básica, principalmente após (e durante, pois a pandemia não acabou) pandemia do Covid-19 houve aumentos em casos de ansiedade, depressão, insônia, bipolaridade, pânico e outros diagnósticos (BRASIL, 2021).

Acredita-se que esta relação esteja intimamente ligada a mudança de cotidiano na vida das pessoas atrelado a: desemprego, traumas de relações, perda de familiares, abusos, entre outras condições. Neste sentido é importante salientar que o tratamento para muitos destes diagnósticos é feito com drogas que possuem em muitos casos efeitos adversos não desejados. Além disso outras terapias são também necessárias principalmente relacionadas ao acompanhamento psicológico (BRASIL, 2021).

Neste sentido é oportuno mencionar que a ciência precisa apresentar meios de dirimir ou resolver totalmente os problemas que surgem aos humanos. Surge a realidade dos muitos medicamentos farmacológicos apresentarem efeitos colaterais não desejados, principalmente a dependência. Necessita-se portanto apresentar alternativas que solucionem os problemas trazendo o mínimo de impacto possível (AFONSO, 2020).

É preciso entender quais são os diagnósticos mais comuns. Até mesmo porque interpretar ou inferir um diagnóstico de saúde mental nem sempre é fácil. E, os enfermeiros de unidades básicas de saúde podem ser peças fundamentais auxiliando ao médico nesta tarefa. Estes profissionais (enfermeiros e enfermeiras) podem estar desenvolvendo um acolhimento de qualidade que já filtre muitas informações que possam auxiliar aos médicos na definição do diagnóstico (AFONSO et al., 2020).

Segundo Chaverini (2011) existem algumas ações que podem ser realizadas na atenção básica como: proporcionar ao usuário um momento para pensar/refletir, exercer boa comunicação, exercitar a habilidade da empatia, lembrar-se de escutar o que o usuário precisa dizer, acolher o usuário e suas queixas emocionais como legítimas, oferecer suporte na medida certa; uma medida que não torne o usuário dependente e nem gere no profissional uma sobrecarga, e reconhecer os modelos de entendimento do usuário.

Em verdade as intervenções em saúde mental que são desenvolvidas na atenção básica devem promover novas possibilidades de mudar e qualificar as condições e modos de vida do usuário do território, sendo dirigido pela produção de vida e de saúde e não se restringindo somente à cura de doenças. É preciso abrir um olhar holístico sobre a condição de vida e de saúde do paciente, ou seja, acreditar que a vida pode ter várias formas de ser percebida, experimentada e vivida. É preciso analisar o sujeito em seus múltiplos aspectos levando em conta suas dimensões, desejos, anseios, valores e escolhas (ROTOLI e tal., 2019).

Na Atenção Básica, as intervenções de saúde mental são desenvolvidas no cotidiano dos encontros entre profissionais e usuários, onde ambos criam novas ferramentas e estratégias para compartilhar e construir juntos o cuidado em saúde (CORREA et al., 2011).

O diagnóstico é quase sempre feito clinicamente, com base nos sintomas que o usuário apresenta e o tratamento é feito tanto com terapias e auxílio de drogas. Com relação a abordagem da enfermagem tem-se percebido que deve ser voltada a humanização, com escuta, levantamento de dados que possam auxiliar o diagnóstico e seguir à risca a terapêutica desenvolvida pelo profissional clínico. Certamente o aumento de conhecimento e terapêuticas adequadas trarão um grande avanço nas ações realizadas e conseqüentemente melhoria na abordagem e recuperação do paciente. Deste modo o objetivo desta pesquisa é verificar quais os principais desafios relacionados a saúde mental e a abordagem do profissional de enfermagem.

2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Quanto ao delineamento do estudo apresentou-se uma revisão integrativa da literatura. Buscou-se com esta metodologia um aprofundamento sobre determinado fenômeno (saúde mental na atenção básica e a abordagem da enfermagem); fundamentado em estudos anteriores sobre o tema. Utilizou-se a revisão integrativa, em virtude de sintetizar muitas pesquisas em um único artigo, fazendo com que os resultados se apresentem mais acessíveis aos leitores e pesquisadores sobre o tema.

De modo que, a obtenção dos artigos foi dada a partir da consulta das bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO) (<https://scielo.org/>); Centro Latino Americano e do Caribe de Informação em Ciências da Saúde (Bireme)/Organização PanAmericana da Saúde (Opas)/OMS (<https://bvsalud.org/>); e National Library of Medicine (NLM) – PubMed (<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/>).

Sobre os critérios de inclusão preferiu-se optar por artigos publicados dos anos 2016 até a presente data de publicação desta pesquisa, com enfoque aos idiomas espanhol, inglês e português. A tradução dos artigos em língua espanhola e inglesa foi auxiliada pelo tradutor “google translate”, disponível no seguinte endereço da web: <https://translate.google.com.br/?hl=pt-BR>.

A busca nestas plataformas obedeceu a combinação dos unitermos “saúde mental AND Covid-19 OR coronavírus OR pandemias AND atenção básica OR psicotrópicos OR depressão OR insônia OR ansiedade OR transtorno bipolar OR transtorno de pânico OR enfermagem”.

A seleção dos artigos incluiu as seguintes etapas: leitura dos títulos de todos os artigos encontrados; leitura dos resumos da pré-seleção, de acordo com critérios de inclusão e exclusão; leitura, na íntegra, dos artigos da amostra parcial; exploração dos artigos; codificação dos conteúdos emergentes e relevantes; e apresentação dos resultados a partir de categorias identificadas no material pesquisado.

Apresenta-se a seguir a tabela com os autores, o título e ano das publicações utilizadas

Autores	Título	Revista	Cidade	Ano da Publicação
Brasil - Ministério da Saúde	Saúde Mental	Ministério da Saúde	Brasília	2015
Shirley da Rocha Afonso.	Enfermagem em Saúde Mental	Secretaria de Saúde do Estado de São Paulo	São Paulo	2020
Elizabeth Esperidião; Marciana Gonçalves . Farinhas; Maria Giovana Borges Saidel.	Práticas de autocuidado em saúde mental em contexto de pandemia	Editora ABEn	Brasília	2020
Paraná	Saúde Mental	Secretaria de Saúde do Estado do Paraná	Curitiba	2017
Brasil - Ministério da Saúde	Saúde Mental	Ministério da Saúde	Brasília	2013
Dulce Helena Chiaverini	Guia prático de matriciamento em saúde mental	Ministério da Saúde	Brasília	2011
Valmir Rycheta Correa	Saúde mental na atenção básica: prática da equipe de saúde da família	Rev. esc. enferm. USP	São Paulo	2011
Valença, A.;	Relação entre homicídio	Rev Bras	Rio de	2006

Moraes, T. M.	e transtornos mentais.	Psiquiatr.	Janeiro	
Vanessa Veloso Nunes et al.	Saúde mental na atenção básica: atuação do enfermeiro na rede de atenção psicossocial	REBEn	Brasília	2020
Katarina Márcia Rodrigues dos Santos et al.	Depressão e ansiedade em profissionais de enfermagem durante a pandemia da covid-19	Escola Anna Nery	Rio de Janeiro	2021
Francine Andressa Nabuco de Mello Silva et al.	A saúde mental dos profissionais da saúde durante a pandemia da Covid-19: revisão integrativa	Brazilian Journal of Development	Curitiba	2021
André Faro et al.	COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado	Estud. psicol. I	Campinas	2020
OPAS	Estudo alerta para altos níveis de depressão e pensamentos suicidas em trabalhadores de saúde na América Latina durante a pandemia	OPAS	Brasília	2022
Guilherme Nabuco; Maria Helena Pereira Pires de Oliveira;	O impacto da pandemia pela COVID-19 na saúde mental: qual é o papel da Atenção Primária à Saúde?	Rev Bras Med Fam Comunidade.	Rio de Janeiro	2020

Marcelo Pellizzaro Dias Afonso				
Nathália Gameiro	Depressão, ansiedade e estresse aumentam durante a pandemia	Ministério da Saúde	Brasília	2020
Aline Martins Alves et al.	Medicalização do luto: limites e perspectivas no manejo do sofrimento durante a pandemia	Cad. Saúde Pública	Brasília	2021
Aissa Romina Silva do Nascimento et al.	Saúde Mental e Suas Interfaces: Rompendo Paradigmas	Poisson	Belo Horizonte	2021

Fonte: próprio autor, 2022.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A saúde mental pode ser entendida como um conjunto de fatores relacionados que devem estar em equilíbrio para que o indivíduo possa desempenhar suas faculdades e responder de modo equilibrado aos anseios e demandas da vida. A saúde mental está relacionada a saúde física, emocional, social, econômica, entre outros fatores (BRASIL, 2013).

Nos últimos anos tem se visto que novos transtornos e diagnósticos vem surgindo. Inclusive crianças vem a cada dia apresentando mais problemas relacionados a saúde mental. Na atenção básica, nós enfermeiros somos muitas vezes os primeiros a identificar algum transtorno relacionado a saúde mental do paciente. Nos últimos dois anos em virtude da pandemia percebeu-se um aumento nos casos, certamente influenciado pela pandemia do covid 19 que agravou ainda mais o quadro (FIGUEIREDO; ALVES; SOUSA, 2021).

Isso porque geralmente o paciente se apresenta com insônia, ansiedade, transtorno alimentar, pensamentos descompassados, crises emocionais, choro frequente, dificuldade de relação sexual, e outras alterações que são sintomas de diagnósticos de saúde mental (BARBOSA et al, 2020).

Atualmente não existe uma uniformização das prevalências de problemas de saúde mental, contudo alguns estudos sugerem que pelo menos 10% da população adulta apresenta algum diagnóstico, seja de depressão, ansiedade, transtornos comportamentais, transtornos do sono, alimentares, entre outros (UFLA, 2021).

Certamente os problemas de saúde mental são multifatoriais. Muitos dos pacientes atendidos na atenção básica passaram por situações traumáticas como abuso sexual, separações, luto, acidentes, ou foram desenvolvendo com o tempo condições que fazem com que tenham dificuldades de sono, sejam extremamente ansiosos, não possuam um compasso de pensamento, apresentem transtornos alimentares, síndromes de pânico, TOC (Transtorno Obsessivo Compulsivo), entre muitos outros diagnósticos possíveis (BRASIL, 2013).

Deste modo a leitura dos artigos evidenciou que atualmente os problemas de saúde mental estão aumentando. Nesse sentido pode-se afirmar que dentre os diagnósticos o mais comum é a depressão. Trata-se de uma condição de saúde mental de grande impacto a saúde dos brasileiros. Os achados de Bromet et al (2011) evidenciaram que cerca de 17% dos brasileiros já apresentaram depressão ou irão apresentar em algum momento da vida.

O diagnóstico é clínico e pode utilizar alguns testes e ferramentas de apoio. O tratamento é feito com drogas como a fluoxetina, escitalopram, mirtazapina, citalopram, diazepam, bromazepam, alprazolam, lorazepam, entre outros. Estas drogas possuem alguns efeitos colaterais com destaque a dependência e necessidade de desmame (BRASIL, 2015).

Considera-se a insônia como uma dificuldade de iniciar o sono, mantê-lo continuamente durante a noite ou o despertar antes do horário desejado. Não existem estudos que confirmem o percentual da população que sofre de insônia, contudo dados da Associação Brasileira do Sono (ABS) (2021) afirmam que 73 milhões de pessoas sofrem de insônia.

O tratamento convencional da insônia envolve medidas farmacológicas e não farmacológicas. Dentre as não farmacológicas destaque para modificações na dieta,

prática de exercícios físicos e higiene do sono. Já quanto ao tratamento farmacológico estão drogas como: Amitriptilina, Nortriptilina, Clonazepam, Diazepam, Zolpidem, Zopiclona, Melatonina, e Trazodona(BRASIL, 2015).

Muitas destas drogas possuem efeitos colaterais considerados como significativos, como a dependência, perda cognitiva, perda de equilíbrio e muitos outros. É imperativo que a equipe de enfermagem possa ter uma maior sensibilidade e trabalhar segundo protocolos e melhores práticas no que tange a abordagem do paciente de saúde mental na atenção básica do sistema público de saúde.

Sendo um profissional de elevado gabarito podendo acompanhar a terapêutica e orientar segundo o que lhe é atribuído, acompanhando o tratamento medicamentoso e não medicamentoso e prosseguindo sempre com vistas a melhor recuperação.

5 CONCLUSÃO

A ciência tem evoluído de forma sistemática, e novos estudos certamente em breve trarão muito mais conhecimentos sobre os problemas de saúde mental. Estes, de acordo com os estudos realizados tem sido potencializados nos últimos anos. E, aos profissionais de enfermagem que atuam principalmente nas unidades básicas de saúde, porta de entrada ao atendimento público, tem se visto cada vez faixas etárias menores necessitando de apoio relacionados a saúde mental.

Certamente os problemas de saúde mental estão intimamente relacionados as mudanças da sociedade nos últimos 40 anos. O êxodo rural, aliado a uma globalização econômica, e mudanças bruscas no cotidiano das pessoas fez com que novas pressões surgissem, fazendo com que muitos indivíduos não tivessem estrutura suficiente para suportar tais pressões, e desenvolvessem os mais distintos diagnósticos de saúde mental.

Atualmente a sociedade está intimamente influenciada pelas redes sociais, pelos estereótipos, pela cultura da beleza, do sucesso, e o ser humano não é mais detentor de fraquezas; isso faz com que os fracassos, as perdas, as deficiências sejam ainda mais potencializadas, gerando certamente muitos dos diagnósticos existentes.

Além disso existem os déficits bioquímicos, apresentados pelos estudos de vanguarda como catalisadores para muitas das saúde mental (déficit de zinco e lítio).

No geral percebe-se que a tendência dos problemas de saúde mental é só crescer. Não se vislumbra qualquer movimento diferente do superficial do que o que está exposto. As comparações sempre irão existir, e a cultura do sucesso pleno, da não fraqueza só tende a aumentar. Há portanto a necessidade de uma política de saúde voltada ao tratamento destes agravos.

As políticas públicas devem investir em prevenção: em incentivo a prática de atividade física, atividades prazerosas, ao auto conhecimento, diminuição das pressões sociais sobre a beleza, e a cultura do corpo de forma excessiva. É preciso que a mídia e os órgãos de saúde também desempenhem programas que possam incentivar a saúde mental.

É preciso ainda mais recursos nos CAPS, na atenção básica, na contratação de profissionais que sejam de fato especializados em saúde mental. A atenção multidisciplinar também é importante; envolver psicólogos, educadores físicos, nutricionistas para uma terapêutica de maior qualidade que possa enxergar o paciente de forma holística. E, para os profissionais da enfermagem, que possam especializar cada vez mais tanto no conhecimento das interações das principais drogas e terapêuticas não medicamentosas que possam auxiliar o tratamento.

Deste modo a abordagem do paciente de saúde mental deve ser voltada a humanização, com escuta, levantamento de dados que possam auxiliar o diagnóstico e seguir à risca a terapêutica desenvolvida pelo profissional clínico. Certamente o aumento de conhecimento e terapêuticas adequadas trarão um grande avanço nas ações realizadas e conseqüentemente melhoria na abordagem e recuperação do paciente.

6. Bibliografia

AFONSO, Shirley da Rocha. **Enfermagem em Saúde Mental [livro eletrônico]**. 1.ed. 8. vol. São Paulo : Centro Paula Souza, 2020.

BARBOSA, A. S., et al. Processo de trabalho e cuidado em saúde mental no Centro de Atenção Psicossocial da UERJ na pandemia de COVID-19. **Brazilian Journal of Health and Biomedical Sciences**, v.19, n. 1, p. 11-19, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde mental**. Brasília : Ministério da Saúde, 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Saúde Mental** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. – Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

CHIAVERINI, Dulce Helena (Org.) et al. **Guia prático de matriciamento em saúde mental**. Brasília: Ministério da Saúde, 2011. 236p.

CORREA, Valmir Rycheta. et al., Saúde mental na atenção básica: prática da equipe de saúde da família, **Rev. esc. enferm. USP**, v.45, n.6, São Paulo, Dezembro, 2011.

ESPERIDIÃO, Elizabeth. FARINHAS, Marciana Gonçalves. SAIDEL, Maria Giovana Borges. PRÁTICAS DE AUTOCUIDADO EM SAÚDE MENTAL EM CONTEXTO DE PANDEMIA. In **Enfermagem em saúde mental e COVID-19**. 2.ed.rev. Brasília, DF: Editora ABEn; 2020.

FIGUEIREDO, TPD; SOUSA, MNAD; ALVES, HB. Acolhimento em saúde mental na atenção primária à saúde no contexto da pandemia da COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 7, 2021.

FIGUEIREDO, TPD; SOUSA, MNAD; ALVES, HB. Acolhimento em saúde mental na atenção primária à saúde no contexto da pandemia da COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 7, 2021.

NUNES, Vanessa Veloso et al. Saúde mental na atenção básica: atuação do enfermeiro na rede de atenção psicossocial. **Rev Bras Enferm.**, v. 74, 2020.

NOAL, Débora da Silva. FREITAS, Carlos Machado de. PASSOS, Maria Fabiana Damásio. et al. Capacitação nacional emergencial em Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Covid-19: um relato de experiência. **Saúde em Debate**, Rio de Janeiro, v. 44, n. especial 4, p. 293-305, dezembro 2020.

OPAS. Estudo alerta para altos níveis de depressão e pensamentos suicidas em trabalhadores de saúde na América Latina durante a pandemia. 2022. Disponível em:< [https://www.paho.org/pt/noticias/13-1-2022-estudo-alerta-para-altos-niveis-depressao-e-pensamentos-suicidas-em#:~:text=Washington%2C%20D.C.%2C%2013%20de%20janeiro,Columbia%20\(nos%20Estados%20Unidos\)%2C](https://www.paho.org/pt/noticias/13-1-2022-estudo-alerta-para-altos-niveis-depressao-e-pensamentos-suicidas-em#:~:text=Washington%2C%20D.C.%2C%2013%20de%20janeiro,Columbia%20(nos%20Estados%20Unidos)%2C) >. Acesso em 06 junho 2022.

PARANÁ (Estado). Secretaria de Estado da Saúde (SESA). **Saúde Mental [Internet]**. Curitiba: SESA; 2017 [cited 2017 Nov 20]. Available from: <http://www.saude.pr.gov.br/modules/conteudo/conteudo.php?conteudo=2862>. Acesso em 30 mar. 2022.

UFLA. Universidade Federal de Lavras. **Boas práticas em saúde mental**. Minas Gerais: UFLA, 2021.

SÃO LUCAS

J I - P A R A N Á - R O

Afva EDUCAÇÃO
TECNOLOGIA
SAÚDE

VALENÇA, A.; MORAES, T. M. Relação entre homicídio e transtornos mentais.
Revista Brasileira de Psiquiatria, n. 28, supl. 2, p. 62-68, 2006. Disponível em:
<<https://dx.doi.org/10.1590/S1516-44462006000600003>>. Acesso em: 22 fev. 2022.