

TEORIA E PRÁTICA EM SAÚDE MENTAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA NA FORMAÇÃO DA ENFERMAGEM

Bianka Nóbrega Fernandes¹; Iolanda Carlli da Silva Bezerra²; Suênia Bezerra dos Santos³; Áyra Bezerra Costa Afonso de Sousa⁴; Selene Cordeiro Vasconcelos⁵.

Universidade Federal da Paraíba, biankafernandes_pb@hotmail.com¹; Universidade Federal da Paraíba, iolandacarlli@gmail.com²; Universidade Federal da Paraíba, suenia.bezerra@yahoo.com.br³; Universidade Federal da Paraíba, ayra.afonso@gmail.com⁴; Universidade Federal da Paraíba, selumares@gmail.com⁵.

Resumo: Durante a formação acadêmica dos estudantes de enfermagem surgem diversos questionamentos e anseios sobre a teoria associada à prática, por já existir o estigma sobre a doença mental e as instituições que tratam do usuário em sofrimento psíquico. O presente estudo trata-se de um relato de experiência, de caráter descritivo, realizado em um Centro de Atenção Psicossocial III, com o objetivo de relatar a vivência prática dos estudantes de enfermagem em saúde mental. No intuito de apresentar a atuação dos acadêmicos, abordando a sua inserção no meio e fornecendo uma visão ampla a respeito das suas perspectivas e o trajeto percorrido ao longo do processo ensino-aprendizagem, aprofundando seus conhecimentos e estimulando o raciocínio crítico acerca do cuidar de pessoas em sofrimento psíquico.

Palavras-chave: Saúde Mental, Formação em Enfermagem, CAPS, Grupo Terapêutico.

Introdução

Por muito tempo as pessoas que possuíam algum transtorno mental eram segregadas da comunidade e opção de tratamento consistia principalmente no isolamento desses indivíduos e nas mais diversas abordagens terapêuticas (SCHRANK; OLSCHOWSKY, 2008).

Com o movimento da reforma psiquiátrica o modelo centralizado nos hospitais psiquiátricos deu lugar à assistência extra-hospitalar focalizada na incorporação dos usuários a serviços especializados de base territorial, como os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), iniciando a superação da lógica manicomial (FAGUNDES JÚNIOR; DESVIAT; SILVA, 2016). A atenção psicossocial preconiza que todos os indivíduos acometidos por transtornos mentais devem ser acompanhados na atenção básica e em unidades especializadas (BORGES, et al. 2015).

Na ótica de Maia et al. (2017) a reforma psiquiátrica trouxe um grande benefício para os indivíduos em adoecimento psíquico, pois estes são vistos como cidadãos e devem fazer parte da sociedade respeitando suas limitações.

Nessa concepção, os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) fornecem a possibilidade de uma vida em sociedade, pois a rotina deste serviço permite o convívio social, estabelecimento de vínculos entre os profissionais e usuários, e os próprios usuários, compartilhando experiências e anseios, valorizando assim a dimensão social (NUNES, et al. 2008).

A legislação preconiza que o atendimento dos usuários nos CAPS deve ser realizado por uma equipe multidisciplinar, atendendo às normas definidas para cada modalidade de CAPS. A lógica do cuidar dessas instituições é focada na reabilitação e autonomia do sujeito, com participação dos usuários, profissionais e familiares, proporcionando um cuidado integral, implementando estratégias que favoreçam a redução de danos, adotando a clínica ampliada, e programas de educação continuada para profissionais envolvidos nesse cuidado (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2002).

Em geral a abordagem psicossocial é realizada por meio de grupo terapêutico, que constitui importante ferramenta do cuidado adotada pelos profissionais da saúde, principalmente pela enfermagem, centrado no compartilhar de vivências e na escuta qualificada do profissional, colaborando com o enfrentamento das crises, na adaptação as situações divergentes, além de identificar o movimento grupal e as particularidades de cada integrante. Ademais, apresenta-se como um excelente

recurso terapêutico para lidar com pessoas que vivem situações de crise, tendo como objetivos promover coesão e apoio, elevando a autoestima e a autoconfiança de seus participantes (ALVAREZ et al., 2012).

Do exposto, a rede de apoio oferecida ao psicológico tem papel primordial na reabilitação social, com principal foco em reinserir os usuários na comunidade, trabalhando a reestruturação de suas vidas pessoais, a capacidade de autonomia, e o fortalecimento para prevenção de crises, fornecendo maior dignidade e cidadania. A partir desta afirmação, compreendemos que a abordagem coletiva terapêutica é uma das principais estratégias para auxiliar no enfrentamento das crises e atuar na prevenção destas, pois proporciona aos usuários um ambiente de confiança, de maneira que oportuniza a criação de uma fonte de suporte (MAIA, et al. 2017).

O papel da enfermagem é indispensável na assistência ao usuário com transtorno mental, assumindo uma postura acolhedora voltada para a humanização do cuidado, adotando uma escuta qualificada, permitindo a expressão verdadeira do usuário e valorizando sua fala, visando melhorar a qualidade do serviço oferecido e focalizando na participação do usuário no seu processo do cuidar (COSTA, et al. 2016; OLIVEIRA, et al. 2016).

A formação da enfermagem vai além da destreza na aplicação dos conhecimentos técnicos, é também compreendida na postura humanizada, embasada nos valores e comportamentos aprendidos durante a vida acadêmica, com objetivo de desenvolver a identidade profissional do enfermeiro (MARAÑÓN; PERA, 2015).

O desafio da formação do acadêmico de enfermagem consiste na percepção e no exercício desse papel na assistência à pessoa em sofrimento psíquico. Do exposto, o presente estudo tem como objetivo relatar a experiência da inserção de estudantes de enfermagem no cuidado à pessoa com transtorno mental.

Metodologia

O presente estudo possui caráter descritivo, na modalidade de relato de experiência com abordagem qualitativa, e propõe relatar a vivência teórica-prática experimentada por estudantes de enfermagem da Universidade Federal da Paraíba cursando a disciplina de Saúde Mental, englobando seus sentimentos, anseios, valores e expectativas. Realizado no Centro de Apoio Psicossocial, João Pessoa-PB, por meio de grupo operativo e reuniões de discussões de casos clínicos e das atividades, sob a supervisão da professora.

Ao longo da formação acadêmica na UFPB os estudantes cursam a disciplina de Saúde Mental. Inicialmente a disciplina aborda toda a reforma psiquiátrica, e posteriormente são estudados os transtornos mentais detalhadamente, garantindo aos alunos um leque amplo de conhecimento acerca das doenças mentais, e conhecimento compatível com a entrada no âmbito da prática.

O relato de experiência admite uma posição de interesse para a comunidade acadêmica por abordar, de maneira informal, uma reflexão sincera acerca de determinada situação vivenciada e na modalidade de pesquisa qualitativa trás a perspectiva a abordagem voltada para o subjetivo, com valores e significados, que não é possível admitir em números (ALVAREZ; et al. 2012; CAVALCANTE; LIMA, 2012).

Resultados

A rotina do CAPS, no turno da tarde se inicia com o acolhimento dos usuários intitulado “Boa Tarde”, um momento voltado para o debate de assuntos importantes para a comunidade do CAPS, informar avisos, ouvir as necessidades dos integrantes e também um momento para identificar o estado geral dos usuários.

No primeiro dia no cenário prático na disciplina os estudantes participaram do “Boa Tarde” junto aos funcionários e usuários do serviço e logo em seguida foram apresentados aos participantes como alunos de enfermagem da Universidade Federal da Paraíba (UFPB), cursando a disciplina de Saúde Mental. As cadeiras estavam dispostas em um círculo, promovendo a interação dos participantes e a inclusão dos estudantes na dinâmica grupal. No intuito de familiarizar e facilitar a identificação, cada um falou seu nome e a equipe a qual pertencia, o que possibilitou localizar seus prontuários para posterior evolução. Foram pactuadas as normas de convivência e o cronograma de atividades do grupo educação em saúde como atividade teórico-prática da disciplina.

Os participantes foram questionados sobre os temas que gostariam que fossem abordados, elencaram: Qualidade de Vida; Meio ambiente; Alimentação saudável; Saúde mental e por fim, Enfrentamento de Crises, e solicitaram a confecção de recurso didático explicativo para compartilhar com seus familiares contribuindo na superação dos momentos de crise.

Após a sessão os estudantes e a professora se reuniram em uma sala onde eram guardados os prontuários, para realizar as evoluções de enfermagem, registrando as impressões percebidas durante o movimento grupal,

sobre o estado geral de cada membro e como se comportaram durante a intervenção. No decorrer das anotações eram discutidos aspectos teóricos sobre comportamentos inapropriados que alguns usuários apresentavam e as funções psíquicas alteradas identificadas, além de relacionar o diagnóstico médico com o comportamento apresentado.

As anotações de enfermagem foram feitas de maneira sucinta, relatando, em caráter específico, o estado geral dos clientes, alterações significativas no comportamento, o interesse demonstrado na participação do grupo, colaboração, atenção, dentre outros aspectos importantes. Os sentimentos dos alunos centraram-se em dificuldade e insegurança em avaliar os aspectos mencionados anteriormente sobre a dinâmica comportamental por ser o primeiro contato com o processo de trabalho do enfermeiro em saúde mental.

O primeiro dia foi um misto de sentimentos ambivalentes, permeados por curiosidade pelo primeiro contato com esse campo de atuação e os clientes envolvidos, e por angústia e receio, relacionados à crença estereotipada sobre o doente mental como uma pessoa que pode ser louca, imprevisível, oferecendo o risco para violências físicas e verbais.

Na segunda sessão do grupo educação em saúde, utilizou-se metodologia ativa iniciando o debate a partir do conhecimento dos usuários sobre a temática escolhida, sendo feita uma apresentação dinâmica em slides para explanar o tema qualidade de vida. Os participantes foram questionados sobre qual o significado de qualidade de vida, e responderam que seria estar bem consigo mesmo. A partir desse questionamento inicial, foram discutidos os aspectos relacionados à melhora da qualidade de vida, da saúde, da importância da alimentação saudável, ingestão hídrica, sono, atividades físicas e relações sociais.

Este conteúdo gerou uma discussão abrangente, gerando argumentos e controvérsias e a cada tópico abordado eles faziam colocações, sobre as dificuldades em realizar os comportamentos saudáveis para promover uma melhora na sua condição de bem-estar recomendados durante a sessão. Salienta-se que alguns dos presentes referiram caminhar, dormir bem e ter hábitos de alimentação saudável.

O conteúdo foi abordado e os usuários mostraram-se receptivos, interessados e participativos, e compartilhavam suas tentativas para cumprir com o recomendado, mas outros referiram que devido à sua condição de saúde são incapazes de cumprir as recomendações. Uma das participantes do grupo referiu que ingere uma grande quantidade de medicamentos e que eles a fazem dormir por boa parte do tempo, e que isso a torna incapaz de exercitar-se. Outros componentes do grupo referiram tentar adequar seus

estilos de vida para praticar atividades físicas, principalmente porque alguns deles já possuem doenças de base, como diabetes ou hipertensão, ou por indicação médica para reduzir taxas metabólicas.

Abordou-se de forma geral sobre a importância das atividades físicas e como elas influenciam na saúde do corpo, na disposição, auto estima, redução do estresse, regulação do peso, melhorar a qualidade do sono e também reduzir o risco para outras patologias. Ademais, ressaltou-se sobre a necessidade de traçar uma rotina para exercitar-se e da aquisição de uma alimentação adequada para que o corpo possa ter energia suficiente para as atividades diárias.

Foi explicado sobre a adequação do sono e descanso para o bem-estar corporal e vigor para o dia seguinte, lembrando que as necessidades de repouso são individuais. Diante dos questionamentos sobre dificuldades em conciliar o sono, foi recomendado evitar ingestão de bebidas energéticas, manter ambiente seja propício, com a luz e ventilação adequadas, e o mínimo de barulho e de não fracionar o sono com cochilos muito longos durante a tarde.

A perspectiva da qualidade de vida inclui também a manutenção das relações sociais, promovendo a inserção dos doentes mentais na comunidade e exercício de sua capacidade e habilidade de adaptar-se a situações de estresse. Nesse sentido, o grupo operativo funciona como um ambiente social protegido e atuando como um espaço de aprendizagem, possibilitando o compartilhar de experiências, informações, ouvir e ser ouvido.

Ao final da sessão, foi estimulado a construção coletiva de um conceito de qualidade de vida, após várias sugestões, um usuário deu desfecho ao grupo colaborando com a fala: “Ter qualidade de vida é reter o que é bom.”

No último dia da vivência prática em saúde mental foi abordado o tema alimentação saudável, por meio de uma dinâmica para identificar as preferências alimentares dos membros do grupo. Discutiu-se sobre os macronutrientes relacionados aos alimentos, as quantidades adequadas, os alimentos de melhor escolha para cada refeição, e a importância da ingestão hídrica. Os usuários contribuíam com falas indicando quais alimentos compunham sua dieta e compartilhando seus conhecimentos relativos à temática.

As evoluções de enfermagem registradas nos prontuários seguiram o mesmo padrão dos dias anteriores, desta vez, esta tarefa foi realizada com menos dificuldade e com mais propriedade nos registros. Os estudantes relataram maior facilidade em lembrar os nomes dos usuários, associar a dinâmica comportamental relacionada aos transtornos, discutir e identificar os comportamentos inadequados e incomuns.

Antes do contato com os integrantes do CAPS os estudantes e a professora reuniram-se em uma sala para discutir a proposta para o dia, pactuando as atividades práticas e para orientações. Após cada sessão do grupo terapêutico, eram discutidos os registros de enfermagem, os transtornos mentais, as funções psíquicas alteradas, o aprendizado adquirido e o manejo do grupo. Em resumo, este era o principal momento das atividades teórico-práticas, por ser um espaço de compartilhar os sentimentos, receios, angústias e conhecimentos.

Discussão

A enfermagem é o profissional mais encontrado nas unidades de saúde, e desempenha papel indiscutível na dimensão do cuidar, onde desde a sua formação deve ser capacitado para atuar nos centros especializado no atendimento à pessoa em sofrimento psíquico, por estar em constante contato com esses usuários (BARBOSA; et al. 2016).

A inserção dos alunos de enfermagem no campo prático de atuação em saúde mental é uma experiência única, e principalmente margeada de expectativas e sentimentos diversos. Segundo Pinho e Santos (2006), os discentes que vivenciam a experiência prática nessa esfera referem receio de entrar em contato com esses usuários, pelo estereótipo já atrelado à sociedade, traduzindo as pessoas com transtornos mentais como instáveis, agressivas, perturbadas e sujas.

Corroborando com Pinho e Santos (2006), os estudantes relataram que sua crença foi desmistificada após a experiência vivida na prática, por perceber nos indivíduos em adoecimento psíquico pessoas carentes de atenção e cuidado, que dependiam muitas vezes dos familiares ou dos próprios funcionários do serviço, e também nutriam uma relação de confiança com os funcionários da equipe.

As atividades práticas permitem aos acadêmicos um contato real com a profissão e o papel do enfermeiro, contribuindo para a construção de sua identidade profissional. Os medos e inseguranças deram lugar ao instinto que a profissão carrega consigo, o de cuidar e valorizar o indivíduo na sua integralidade. Somente desta forma os futuros enfermeiros podem compreender seu papel e aplicar seus conhecimentos, além da possibilidade de se identificar, visto que a Rede de Atenção Psicossocial demanda profissionais preparados e prontos para atuar com excelência (PINHO; SANTOS, 2006).

Conclusão

O presente relato de experiência mostra que no início da vivência teórico-prática na disciplina de Saúde Mental, os estudantes relataram um misto de sentimentos ambivalentes, permeados por curiosidade, angústia e receio relacionados à crença estereotipada sobre o doente mental como uma pessoa que pode ser louca, imprevisível e oferecer risco para violências físicas e verbais. No decorrer dos dias, eles se aproximaram e compreenderam as necessidades psicoemocionais dos usuários, percebendo-os como seres humanos fragilizados.

A formação na disciplina de saúde mental é relevante para a inserção dos estudantes no contexto do cuidar de pessoas em sofrimento psíquico, por proporcionar a aplicação dos conhecimentos teóricos na aplicação prática por meio do manejo dos grupos terapêuticos.

Por fim, este estudo mostrou que a inserção dos universitários na rede de atenção à saúde mental é crucial para a sua formação acadêmica e deve ser promovida em todas as instituições.

REFERÊNCIAS

ALVAREZ, S. Q. et al. Grupo de apoio/suporte como estratégia de cuidado: importância para familiares de usuários de drogas. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre, v. 33, n. 2, p. 102-108, jun, 2012.

BARBOSA, M. C.; VASCONCELOS; C. R. de; OSELAME, G. B. A percepção do acadêmico de enfermagem sobre a loucura. **Revista de Enfermagem e atenção a Saúde**. v. 5, n. 2, ago/dez, 2016.

BORGES, T. L.; HEGADOREN, K. M.; MIASSO, A. Transtornos mentais comuns e uso de psicofármacos em mulheres atendidas em unidades básicas de saúde em um centro urbano brasileiro. **Revista Panamericana de Salud Pública**, v. 38, p. 195-201, 2015.

BRASIL. **Ministério da saúde**. Portaria nº 336, de 19 de fevereiro de 2002.

COSTA, P. C. da; FRANCISCHETTI-GARCIA, A. P. R.; PELLEGRINO-TOLEDO, V. Expectativa de enfermeiros brasileiros acerca do acolhimento realizado na atenção primária em saúde. **Revista salud pública**, Bogotá, v. 18, n. 5, p. 746-755, out. 2016

FAGUNDES JÚNIOR, H. M.; DESVIAT, M.; SILVA, P. R. F. da. Reforma Psiquiátrica no Rio de Janeiro: situação atual e perspectivas futuras. **Ciência e Saúde Coletiva**, [s.l.], v. 21, n. 5, p.1449-1460, maio 2016.

MAIA, A. B. B. et al. Aplicação de psicoterapia de grupo em um CAPS III e hospital psiquiátrico: relato de experiência. **Revista de Enfermagem Ufpe**, Recife, v. 2, n. 11, p.1315-1319, fev. 2017.

MARAÑÓN, A. A.; PERA, M. P. I. Theory and practice in the construction of professional identity in nursing students: a qualitative study. **Nurse education today**, v. 35, n. 7, p. 859-863, 2015.

NUNES, M. et al . A dinâmica do cuidado em saúde mental: signos, significados e práticas de profissionais em um Centro de Assistência Psicossocial em Salvador, Bahia, Brasil. **Caderno de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 1, p. 188-196, jan. 2008.

OLIVEIRA, R. M. P. de et al. The psychiatric nursing clinic and its new care technologies. **Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online**, [S.l.], v. 8, n. 1, p. 3922-3934, jan. 2016.

PINHO, L. B. de; SANTOS, S. M. A. dos. Estágio de docência em enfermagem psiquiátrica: uma experiência durante a pós-graduação. **Revista Gaúcha de Enfermagem**, Porto Alegre, v. 2, n. 27, p.176-184, jun. 2006.

SCHRANK, G.; OLSCHOWSK, A. O centro de atenção psicossocial e as estratégias para inserção da família. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, v. 42, n. 1, p. 127-134, 2008.