

Recomendações para Atenção Psicológica aos Pacientes Suspeitos ou Portadores da COVID-19, Familiares e Equipe de Assistência

Glauce Cerqueira Corrêa da Silva¹, Bruna Dal Fiume Armelin², Iratan Bezerra de Sabóia³, Sâmia Karine Moraes Ribeiro⁴, Tércia Regina Coura Dutra⁵

Colaboradores: Carlos Alexandre Belchor Vieira⁶, Jéssica Couto da Silva Monteiro⁷, Mallu Cerqueira Corrêa da Silva⁸, Marilia Vichnevetsky Aspis⁹, Monica Tavares Gomes¹⁰.

1. Coordenadora do Departamento de Psicologia da ABRAMEDE. Mestre e Doutora pela UFRJ . Coordenadora do Instituto SemNó de Psicologia. Coordenadora do Serviço de Psicologia do Hospital Quinta D'Or. Chefe do Núcleo Integrado de Psicologia Clínica e Hospitalar SCMRJ.
2. Psicóloga, especialista em Psicologia Hospitalar (CFP). Mestrado profissional em Counseling en Intervención en Urgencias, Emergencias y Catástrofes (UMA) . Residente multiprofissional em urgência (PUCRS). Mestre em Saúde da criança.
3. Doutor em Psicologia pela Universidade Federal do Ceará . Professor do Curso de Psicologia da Universidade Federal do Ceará - Campus Sobral. Coordenador do ERGA - Laboratório de estudos do trabalho.
4. Mestre em Saúde Pública pela UFC. Cursando Especialização em Psicoterapia Psicanalítica pela UniFB / Psicóloga Hospitalar do Instituto Dr. José Frota .Coordenadora do Núcleo de Psicologia do IJF. Psicóloga assistente da Residência em Medicina de Emergência - ABRAMEDE Regional Ceará.
5. Psicóloga Clínica na FHEMIG-HJXXIII-NEP. Coordenadora da disciplina Ética e Bioética na Residência Multiprofissional em Saúde - eixo Emergência e Urgência . Especialista em Psicologia Hospitalar e em Gestão Pública . Membro da ABRAMEDE Nacional e ABRAMEDE Regional Minas Gerais

Colaboradores:

6. Membro da ABRAMEDE. Mestrando em Psicanálise e Políticas Públicas UERJ. Psicólogo Hospitalar . Psicólogo Voluntário no NIPCH.SCMRJ . Especialista em Terapia de Família pela UCAM . Psicólogo do Hospital Quinta D'Or.
7. Membro da ABRAMEDE . Psicóloga Voluntária no NIPCH.SCMRJ . Psicóloga do Hospital Quinta D'Or . Pós-Graduanda em Psicologia em Oncologia no Instituto de Pós-Graduação Médica Carlos Chagas – RJ
8. Membro da ABRAMEDE . Psicóloga Voluntária no NIPCH.SCMRJ . Psicóloga do Hospital Quinta D'Or . Pós-Graduanda em Psicologia em Oncologia no Instituto de Pós-Graduação Médica Carlos Chagas – RJ.
9. Membro da ABRAMEDE . Psicóloga Voluntária no NIPCH.SCMRJ . Psicóloga do Hospital Quinta D'Or . Pós-Graduanda em Psicologia em Oncologia no Instituto de Pós-Graduação Médica Carlos Chagas – RJ.
10. Membro da ABRAMEDE . Psicóloga Voluntária no NIPCH.SCMRJ . Psicóloga do Hospital Quinta D'Or . Pós-Graduanda em Psicologia em Oncologia .Pós-Graduada em Gestão de Projetos no Instituto A Vez do Mestre - Cândido Mendes - RJ.

No dia 11 de março de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) reconheceu o surto de SARS-CoV-2, denominado de COVID-19, como uma pandemia. Esse reconhecimento criou um alerta mundial para o rápido alastramento da doença que se espalhou pela Ásia e Europa de maneira generalizada. Sabemos que esse vírus possui algumas características que o tornam verdadeiramente perigoso, seu contágio é de fácil propagação, ele se mantém ativo por muitos dias fora do corpo humano e seu ciclo só apresenta sintomas alguns dias depois do contágio, mas dentro desse período de incubação o infectado é vetor de transmissão da doença.

Considerando as rápidas formas de deslocamento que temos pelo mundo o vírus encontrou um contexto ideal para seu alastramento, associado ao fato de não existir um tratamento eficiente por ser um vírus novo, tão pouco uma vacina que imunize à população, o distanciamento e o isolamento social foram rapidamente identificados como uma das principais armas para à contenção da pandemia, ou ao menos à diminuição de seus efeitos devastadores sobre os sistemas de saúde. Esses efeitos nos sistemas de saúde estão associados à velocidade de contágio e por se tratar de uma síndrome respiratória aguda, uma vez que o número de pacientes que precisem de cuidados médicos pode ultrapassar a capacidade de atendimento dos sistemas. Isso pode significar o colapso destes e um número elevado de mortes por incapacidade de atendimento.

Nesse contexto a vida do mundo mudou. As relações sociais, que nos definem como espécie, foram cerceadas e com elas todos os protocolos de convívio pessoal e profissional foram alterados. Nos hospitais, o cenário não foi diferente. Novas formas de organização das equipes e protocolos de atendimento estão sendo adotados visando à contenção da pandemia dentro do atendimento aos pacientes com e sem COVID-19. Novas alas para internações de pacientes com a doença foram implantadas. Fluxos para evitar o cruzamento de pacientes e equipes que cuidam dos doentes da pandemia e os que não tiveram contato com eles foram implantados. O acompanhamento e visitas aos pacientes nos hospitais foram remodelados. Em suma, o cotidiano dos profissionais da saúde foi remontado e mudou de forma drástica em muito pouco tempo.

Em todo esse cenário, três grupos distintos necessitam de atenção psicológica imediata: os profissionais de saúde, os pacientes e os familiares. É na atuação junto a esses três grupos que o Protocolo de Atenção Psicológica irá focar.

Objetivo

O objetivo deste trabalho é prestar acolhimento e suporte emocional aos pacientes e seus familiares da zona de isolamento e à equipe de assistência oferecendo medidas protetivas essenciais, de prevenção primária e secundária, identificação precoce, minimização do sofrimento agudo, prevenir lutos complicados ou transtornos mentais possíveis em decorrência do momento de crise vivenciado.

Operacionalização

Os profissionais utilizarão, inicialmente, a plataforma de tele-atendimento, disponibilizado pela unidade de saúde na qual trabalha, como meio de contato com os colaboradores. De acordo com a demanda, realizar “rodas de conversa”, seguindo as distâncias recomendadas, com toda a equipe do setor, oportunizando todos falarem suas angústias com a chegada e convivência dos pacientes em encontros (de grupos) presenciais e onde se amparam. Estimular estabelecimento de novas rotas neurais, linhas de pensamento positivo ante ao propósito de terem escolhido trabalhar no contexto da saúde. (em horários a combinar, em ambiente aberto do Hospital.)

Serão elaborados materiais e dinâmicas, visando atentar-se para a humanização da equipe de saúde atuante na zona de isolamento e reverbera aos pacientes e familiares.

Lembrar da comunicação clara, objetiva, direta e em circuito fechado é um fator que gera segurança na atenção prestada pelos profissionais e receptores do cuidado. Lembrar que a segurança é o objetivo de todos.

Ações possíveis:

Os profissionais do Setor de Psicologia podem realizar as seguintes ações:

- 1 Triar de demanda de acompanhamento psicológico da equipe de saúde preferencialmente via tele atendimento.
- 2 Prestar esclarecimentos aos pacientes.
- 3 Prestar esclarecimentos aos familiares.
 - 3.1 Situação clínica do paciente.
 - 3.2 Cuidados com outros membros da família.
 - 3.3 Monitoramento dos outros membros da família.
- 4 Formar grupos para atendimento, segundo a demanda da equipe de saúde.
- 5 Prestar atendimento individual ou em grupo para a equipe de saúde de acordo com a demanda.
- 6 Prestar atendimento aos pacientes internados.
- 7 Acompanhar o médico na notificação de óbito do paciente aos seus familiares.

Coleta de dados

Os dados pessoais serão coletados no prontuário e durante o atendimento. Serão registrados na plataforma de pesquisa para uso posterior, mantendo o sigilo de identificação das informações.

Durante o atendimento, serão coletados os seguintes dados:

Nome, idade, telefone, sexo, estado, cidade, bairro de residência, setor de atuação, escolaridade, profissão.

Sigilo e Confidencialidade

Os atendimentos on-line serão realizados, em conformidade com a Resolução 11/2018 do Conselho Federal de Psicologia, que regulamenta a prestação de serviços psicológicos por meio de tecnologias da informação e da comunicação, com garantias essenciais e manutenção do sigilo e confidencialidade.

Atendimento

Os atendimentos serão prestados a todos os pacientes internados nas unidades Covid e que estejam em condições de interação com a equipe. Serão realizados também atendimentos psicológicos aos seus familiares mediante ligações de vídeo e agendados previamente pela Equipe da Psicologia.

As demandas serão levantadas por meio da listagem diária das unidades Covid das diferentes instituições de saúde.

Dúvidas e orientações acerca dos atendimentos realizados pela Equipe da Psicologia deverão entrar em contato diretamente com Diretora do Departamento de Psicologia, Dra. Glauce Corrêa, pelo número 21 999523670.

O horário estabelecido para atendimento ocorrerá de 2^a a 6^a feira, exceto feriados, no período de 8h às 18h.

Equipe de Psicologia

É no isolamento que precisamos estar mais atentos a todos os sintomas emocionais, físicos, cognitivos e às nossas relações interpessoais, pois eles exacerbam. São dúvidas, medos, sintomas depressivos ou ansiosos, distorções cognitivas, bem como o luto resultante da perda da liberdade.

Sabemos que:

Tédio, solidão raiva e ansiedade já são esperados. Podem causar falta de ar, dor no corpo, fadiga dor de cabeça, mas não quer dizer que é a COVID-19 e sim, preste atenção, sintomas pelo excesso de não fazer nada, excesso de redes sociais e da má postura.

A ansiedade e o pânico nascem do medo. Então, saiba identificar.

Exemplos:

Emocionais

Estado de choque, medo, tristeza, ressentimento, culpa, desesperança, irritabilidade, alta reatividade, aumento da labilidade emocional, dificuldades em expressar seus sentimentos, bloqueio emocional.

Físicos

Tensão, fadiga, problemas de sono, alteração de apetite, náuseas, taquicardia, dores de cabeça tensionais, desconforto músculo-esquelético.

Cognitivos

Confusão, dificuldade de concentração e atenção, lembranças e pensamentos intrusos, embotamento, dificuldade de conexão, ruminação.

Relações Interpessoais

Comportamento de isolamento, evitação de interação, sentimento de rejeição ou abandono, atitude de frieza ou distanciamento dos outros ou, ao contrário, atitudes de superproteção e controle

CUIDADO COM OS PROFISSIONAIS DE SAÚDE

Os profissionais da assistência fazem parte de um grupo especialmente vulnerável. Estão expostos a situações de estresse muito altas.

O medo de se infectar, medo de levar o vírus aos familiares e amigos, (o estresse), a culpa por ter que conciliar a atenção ao trabalho e as necessidades dos familiares, a insegurança, a sobrecarga, a pressão, a exaustão física, o sentimento de impotência, a angústia, os dilemas éticos, não saber lidar com o temperamento de algum doente e confusão mental fazem parte deste processo, estigmatização e discriminação social. Eles precisam saber lidar com isso, para não entrarem em *burnout*, ou colapso emocional, ou fadiga por compaixão.

É necessário ter em mente: foco, direção, estratégia, conduta, psicoeducação e flexibilidade, para transmitir segurança, pois é uma função estabilizadora do estado emocional.

Espera-se de todos os profissionais de assistência, empatia, respeito, que tenham informações qualificadas e que sejam comunicativos. Para isso, o autocuidado é fundamental para que possam contribuir para diminuição da ansiedade, da sobrecarga mental e para promover desconpressão, alívio e bem-estar.

Recomendações de autocuidado:

- Ter preocupação para não transferir o estresse do trabalho para o álcool e as drogas
- Compartilhar experiências para ajudar no fortalecimento
- Compartilhar sentimentos, angústias e apreensões com colegas de trabalho que estão vivendo a mesma situação
- Conectar-se com os familiares que estão em isolamento, para se sentir acolhido e acolher
- Estar atento a sintomas como irritabilidade, hipervigilância, imagens e pensamentos intrusivos, insônia ou tristeza significativa e prolongada. Se necessitar, peça ajuda de um profissional especializado
- Reconhecer que sua contribuição é inestimável e que você está fazendo a diferença na vida de muitas pessoas, oferecendo seu cuidado técnico com humanidade
- Reconhecer a capacidade de realizar o trabalho, mesmo que esteja sentindo toda pressão e estresse ao redor
- Gerenciar a saúde integral, tanto física como psicológica, social e espiritual
- Fazer pequenas pausas, se alimentar de forma saudável, beber água, fazer exercícios físicos e atividades prazerosas como ouvir música, tomar um banho relaxante, meditar, dentre outros
- Não se sentir culpado por dedicar tempo para si. Descansar, comer bem, hidratar-se, fazer exercícios, manter contato com o mundo, mesmo que virtualmente, ter lazer, etc.
- Lembrar-se sempre que as emoções são trazidas pelos pensamentos. Então, que eles nunca se esqueçam da importância do seu trabalho e de como eles estão fazendo a diferença para as vidas que chegam a eles.

Referências:

Direção Geral da Saúde desde 1899 Ordem dos Psicólogos AUTOCAUIDADO E BEM-ESTAR DOS PROFISSIONAIS DE SAÚDE DURANTE A PANDEMIA

Crispim et al. Visitas Virtuais durante a pandemia do COVID - 19, 2020

Crispim et al. Comunicação difícil no contexto da COVID-19, 2020

ANCP Lidando com os impactos psicológicos frente à pandemia do coronavírus COVID, 2020

OSHA: Administración de Seguridad y Salud Ocupacional Guía sobre la preparación lugares de trabajo para COVID-19, 2020