

PROMOVENDO SAÚDE INTEGRAL: INTEGRAÇÃO DA PSICOLOGIA NA FORMAÇÃO EM SAÚDE

PROMOTING INTEGRAL HEALTH: INTEGRATION OF PSYCHOLOGY IN HEALTH EDUCATION

Alessandra Mirelle Vieira de Sá

FASP - Faculdade São Francisco da Paraíba.

alessandra.sa@aluno.pb.gov.br, <http://lattes.cnpq.br/8631663540517843>.

Ana Jéssica Leite de Sousa

FASP - Faculdade São Francisco da Paraíba.

anasouza55544@gmail.com, <http://lattes.cnpq.br/6994379207130301>

Lara Fabian Oliveira Silva

FASP - Faculdade São Francisco da Paraíba

fabianlara832@gmail.com, <https://lattes.cnpq.br/0332338061101692>

Maria Clara Moreira Silva

FASP - Faculdade São Francisco da Paraíba

mariaklara23@hotmail.com, <http://lattes.cnpq.br/7590589717659512>

Lorraine Lacerda Leite

Professora orientadora FASP - Faculdade São Francisco da Paraíba

lorraine@fsf.edu.br, <http://lattes.cnpq.br/2639143002960993>

Resumo

Esse trabalho apresenta um relato de experiência realizado em cidades do sertão paraibano, Santa Inês e Lastro. Por meio do Projeto de Extensão com a temática “Promovendo Saúde Integral” na vida dos profissionais. Este estudo teve como objetivo verificar a percepção dos profissionais de saúde da Unidade Básica de Saúde e do Centro de Atenção Psicossocial (CAPS). Os profissionais presentes interagiram e nos parabenizaram por essa iniciativa, pois além de debatermos sobre o contexto biopsicossocial, buscamos informações sobre como atuar de maneira profissional com as pessoas e a importância de manter a saúde integral. A temática buscava saber como os profissionais das instituições buscam um equilíbrio e cuidado constante para manter a saúde integral em dia, como elas gerenciam o estresse, e apontar caminhos para a atenção à saúde integral. Portanto, foi executada uma roda de conversa com esses profissionais, onde foi tratado a temática, panfletagem foi usada para recurso, os participantes apresentaram com clareza suas experiências executadas no seu cotidiano, abordando seus conceitos na perspectiva biopsicossocial. Assim, foi observado que os profissionais ali presentes interagiram e nos parabenizaram pela iniciativa, pois além de discutirmos sobre o contexto biopsicossocial, buscamos informações sobre como lidar de maneira profissional com as pessoas.

Palavras-chave: Saúde, Integral, Biopsicossocial, Psicossocial,

Abstract

This work presents an experience report carried out in cities in the backlands of Paraíba, Santa Inês and Lastro. Through the Extension Project with the theme “Promoting Integral Health” in the lives of professionals. This study aimed to verify the perception of health professionals at the Basic Health Unit and the Psychosocial Care Center (CAPS). The professionals present interacted and congratulated us on this initiative, as in addition to discussing the biopsychosocial context, we sought information on how

to act professionally with people and the importance of maintaining comprehensive health. The theme sought to find out how professionals in institutions seek balance and constant care to maintain comprehensive health, how they manage stress, and point out ways to provide comprehensive health care. Therefore, a conversation circle was held with these professionals, where the topic was discussed, pamphlets were used as resources, the participants clearly presented their experiences carried out in their daily lives, approaching their concepts from a biopsychosocial perspective. Thus, it was observed that the professionals present interacted and congratulated us on the initiative, as in addition to discussing the biopsychosocial context, we sought information on how to deal with people in a professional manner.

Keywords: Health, Unabridged, Biopsychosocial, Psychosocial.

INTRODUÇÃO

A Saúde de Modo Integral, diz respeito a ter os campos físicos, mentais e sociais, em completa harmonia, trabalhando juntas para que o indivíduo mantenha uma boa saúde. De acordo com Bredow e Dravanz (2010), a criação da Política Nacional de Promoção de Saúde, pelo Ministério da Saúde em 2006, tem como prioridade a promoção da qualidade de vida, a inclusão social e redução de riscos à saúde da população. A saúde de modo integral é ideal para mantermos uma vida equilibrada e saudável em todos os aspectos do nosso cotidiano.

O modelo Biopsicossocial retrata estudos que têm como objetivo entender a origem das doenças, e sua evolução de modo integral, levando em consideração aspectos biológicos, psicológicos e sociais, para que isso seja desenvolvido todo o estilo de vida paciente é investigado diante destes aspectos trabalhando em conjunto, assim como o próprio nome. Como destaca Luciana Castaneda (2009), trata-se de uma necessidade de completar as informações do comportamento do indivíduo, amplamente sobre as condições de saúde, incluindo todas as partes, desde as funções corporais, atividades de participação, fatores ambientais, estrutura do corpo até aos fatores pessoais. Um dos fenômenos mais estudados recentemente, envolve a relação entre os aspectos psicológicos, biológicos, sociais, e também o estresse, todos envolvidos de forma única, pois o estresse descontrolado também traz prejuízos à saúde do indivíduo (Capitão, Scortegagna e Baptista, 2005).

É ideal reforçar a importância da saúde de modo integral para as pessoas, pois, muitas delas tendem a ter atenção em apenas uma área de sua vida, desta forma, acabam adoecendo mesmo mantendo uma boa rotina, ou apenas alimentando-se bem. Assim sendo, este relato tem como principal ideia, o objetivo de

apresentar para as pessoas o conceito de saúde integral e a importância dele em suas vidas.

METODOLOGIA

O relato de experiência tem o objetivo de descrever nossa ação realizada fora da faculdade, para repassarmos nosso conhecimento para outras pessoas, utilizando algum recurso para nos auxiliar a desenvolver essa atividade com o tema do trabalho que tem como tema a Integração da Psicologia na Formação em Saúde.

O trabalho trata-se de um relato de experiência vinculado ao projeto de extensão com o tema “Promovendo Saúde Integral: Integração da Psicologia na Formação em Saúde”, que foi realizado por estudantes do primeiro semestre do Curso de Enfermagem da Faculdade São Francisco da Paraíba (FASP), sob a orientação do docente. Esta proposta foi desenvolvida nos dias 24 de maio de 2024 e 27 de maio de 2024, com aproximadamente 1 hora de duração, realizado nas cidades de Santa Inês e Lastro, ambos na Paraíba. O projeto foi desenvolvido com os profissionais da saúde atuantes no Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) e em uma Unidade Básica de Saúde (UBS).

O trabalho foi realizado com o intuito de conscientizar os profissionais da área da saúde sobre a importância da saúde integral, e quais os métodos são utilizados para desenvolver essa prática corretamente. Recursos como panfletos foram utilizados para realizar de maneira efetiva essa experiência. Por fim, desenvolvemos uma atividade onde os profissionais respondiam perguntas sobre o seu dia a dia, o que de fato acontece no CAPS e na UBS diariamente, e aplicaram o contexto biopsicossocial no determinado assunto aplicado na experiência. Portanto, no final da exposição do trabalho efetuamos com um agrado a cada profissional e a nós mesmos.

RESULTADOS

Nesta seção, apresentamos os resultados obtidos na experiência realizada no âmbito do projeto sobre a psicologia na formação em Saúde de Modo Integral. Os dados coletados são fundamentais para entendermos a integração da saúde mental,

buscando oferecer bem-estar sucessivo, promovendo cuidados na rede de serviços de trabalho, focando não apenas no tratamento de doenças. Ao chegar no local onde foi aplicada a ação, o nosso grupo foi perfeitamente acolhido pelos profissionais presentes naquele espaço. Um importante ponto a ser ressaltado é o quanto os profissionais foram receptivos e prestativos, com relação às nossas dificuldades no local, por ser um ambiente novo, como também, experiências novas.

Ademais, uma profissional apresentou-nos o espaço, e as pessoas que lá trabalham, logo após esse momento, foi dado início a uma roda de conversa onde os profissionais das instituições da Unidade Básica de Saúde e do Centro de Atenção Psicossocial (CAPS), onde nessa conversa com esses profissionais da área da saúde, foi abordado o conceito da Perspectiva Biopsicossocial de uma forma sucinta, e ao mesmo tempo foram feitas perguntas às essas pessoas, com intuito que elas pudessem interagir conosco e identificar exemplos de tal temática nas suas vidas, os mesmos relataram, a forma de como eles enfrentam o seu dia a dia, ou seja, como eles lidam com essa rotina sobrecarregada, e ao mesmo tempo estressante, além disso, mencionaram a relevância de buscar o equilíbrio entre os aspectos, físico mental e social, a fim de que obtenham uma saúde estável. Ao longo da conversa com os profissionais, o resultado que demonstraram foi uma admirável comunicação com a gente.

Figura 1 - Foto com a psicóloga da Unidade Básica de Saúde (UBS) da cidade de Santa Inês, na Paraíba.



Fonte: Autoria própria, 2024.

Figura 2 - Foto com a psicóloga da Unidade Básica de Saúde (UBS) da cidade de Santa Inês, na Paraíba.



Fonte: Autoria própria, 2024.

Nas Figuras 1 e 2 mostra duas alunas que realizaram a ação do projeto na cidade de Santa Inês na Paraíba em intervenções com uma psicóloga, imagem referem-se ao encerramento das atividades na UBS.

Figura 3 - Foto com uma enfermeira e o psicólogo do Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) na cidade Lastro, na Paraíba.



Fonte: Autoria própria, 2024.

No dia 24 de maio de 2024, às 14:00 horas visitamos o CAPS da cidade de Lastro, Paraíba, e no dia 27 de Maio de 2024, às 09:00 horas da manhã visitamos a UBS da cidade de Santa Inês, Paraíba, para uma análise em relação à saúde integral. Os dados foram algo muito importante para adquirir conhecimento, não só para nossa equipe, mas também para os profissionais, conversamos com um psicólogo e uma enfermeira sobre a questão, efetuamos algumas perguntas sobre o significado da saúde integral em relação ao cuidar do corpo, mente e das realizações sociais.

Diante da comunicação, nossas seguintes perguntas foram: Como vocês buscam manter a calma na hora do estresse? Vocês buscam alguma atividade física para se manter saudável? Como vocês se mantêm com as pessoas no seu dia a dia?. No entanto, a duração foi de 1 hora e meia com a participação do psicólogo e enfermeira do CAPS, e cerca de 1 hora com a psicóloga da UBS. Eles interagiram conosco e responderam com positividade, em relação à saúde física, mental e social, em seguida entregamos um chocolate como forma de agradecimento por terem nos recebido, com uma mensagem motivacional.

Figura 3 - Panfleto utilizado para a realização da ação.



Fonte: Autoria própria, 2024.

O nosso projeto utilizou cartazes com o estímulo de inspirar os profissionais do CAPS, como também da UBS, no ato de gerar pilares de saúde em cada dia de suas vidas, promovendo conforto e esperança na saúde integral. Logo, em meio à agitação no mundo atual, a busca pelo equilíbrio físico, mental e social é uma peça crucial, assim quando cuidamos de nós mesmos com atenção e carinho, alcançamos uma harmonia em todas nossas ações.

Portanto, finalizamos esse relato com um sentimento de gratidão por poder levarmos até a comunidade o que adquiridos em sala de aula, e colocarmos a Psicologia em prática, como também vemos que o nosso trabalho foi aceito e aprovado pelos profissionais.

DISCUSSÃO

Os resultados da experiência foram evidenciados por relatos verbais e ações por parte dos profissionais da saúde, no decorrer da excursão. Este relatório é seguimento de uma jornada de aprendizado e observação na saúde integral, onde colocamos em prática nossa competência sobre os estudos da Perspectiva Biopsicossocial, o estudo em questão abordou a consciência de cada profissional para ter atenção em seus hábitos físicos, mentais e sociais. A disseminação de informação foi essencial para que eles pudessem identificar esses problemas em suas vidas, desta forma:

[...] Na medida em que os participantes puderam apresentar seu feedback quanto ao funcionamento e efetividade do grupo, contribuindo com informações pertinentes à melhoria e manutenção do atendimento grupal, proporcionando uma atmosfera motivacional aos profissionais envolvidos na condução desse tipo de intervenção. (Andrade, Farinha e Esperidião, 2020)

O principal motivo para a realização deste trabalho, foi o aumento da proporção de casos de doenças causadas pela demanda exagerada do trabalho, onde os profissionais não tinham saúde - mental ou física para exercerem sua profissão com maestria. Como destaca Rebouças, Legay e Abelha (2007) com sua pesquisa, "Como esperado, a maioria das características associadas aos menores níveis de satisfação

no emprego esteve associada aos mais elevados níveis de impacto do trabalho.” Dito isto, os profissionais são mais atenciosos com os pacientes do que consigo mesmo.

Além disso, é de grande importância ter ciência sobre as consequências que a instabilidade da saúde integral pode trazer para a vida pessoal e profissional, um indivíduo com problemas é inviável para resolver o problema dos pacientes. Assim como retrata a fala de Esperidião, Saidel e Rodrigues (2020) “O mesmo traz implicações diretas na qualidade de vida dos trabalhadores da saúde, na saúde ocupacional das instituições, nas condições do cuidado ofertado, nas condições psicossociais de quem oferece ou busca ajuda, com prejuízos de toda ordem neste cenário.” Ainda seguindo essa lógica, os profissionais estão submetidos a muitas doenças derivadas de problemas mentais que se manifestam de formas diferentes, afetando o corpo, piorando doenças já existentes ou deixando o indivíduo vulnerável para outras doenças, como pode ser observado nesta fala:

Com base nesse cenário, repercutem-se as estatísticas crescentes de depressão, síndromes variadas de ansiedade, comportamento suicida, síndrome de *burnout*, surtos psicóticos, uso problemático de álcool e outras drogas, estresse, fadiga e esgotamento profissional (Esperidião, Saidel e Rodrigues, 2020).

Por fim, os resultados obtidos por meio deste projeto foram excelentes, todos foram participativos e gentis ao serem abertos para compartilhar um pouco da sua vida conosco e responder nossos questionamentos sobre o tema, além de serem ótimos ouvintes quanto a nossa apresentação sobre a temática e em como ela é importante para que eles pudessem ter um novo ponto de vista e praticarem mais o autocuidado em suas vidas.

CONCLUSÃO

A partir da avaliação inicial com os psicólogos, foi verificado que suas principais demandas esta relacionadas principalmente com enfermeiros daquele âmbito, explicaram os entraves que eles vivenciam incluindo estar sobrecarregado e abalado emocionalmente com a sua própria rotina, os psicólogos informaram que sugerem a todos os profissionais que busquem por equilíbrio tanto em aspectos físicos, quanto

em mentais, emocionais e sociais o que resulta em uma saúde integral equilibrada. Demos início ao nosso projeto debatendo sobre assuntos imprescindíveis, fizemos diversas perguntas para os psicólogos, desenvolvendo um pensamento aprofundado sobre o que nós enquanto profissionais da área iremos vivenciar no âmbito hospitalar, seja com os pacientes e até mesmo com os outros profissionais.

Sendo assim, os profissionais ali presentes interagiram e nos parabenizaram por essa iniciativa, pois além de debatermos sobre o contexto biopsicossocial, buscamos informações sobre como atuar de maneira profissional com as pessoas. A experiência vivida para realização deste trabalho foi de suma importância para nosso desenvolvimento acadêmico, tivemos a oportunidade de repassar nosso conhecimento para a sociedade e também, aprender com eles. Acredito que nossas expectativas e objetivos foram alcançados com sucesso.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, Juliana Macedo Melo; FARINHA, Marciana Gonçalves; ESPERIDIÃO, Elizabeth. Enfermagem em saúde mental: intervenção em sala de espera na assistência integral à saúde. **Revista brasileira de enfermagem**, v. 73, p. e20180886, 2020. Acesso em 02 jun. 2024.

BREDOW, S. G.; DRAVANZ, G. M. Atuação do Serviço Social na Saúde Mental: entre os desafios e perspectivas para efetivação de uma política intersetorial, integral e resolutiva. **Textos & Contextos** (Porto Alegre), [S. l.], v. 9, n. 2, p. 229–243, 2010. Disponível em: <https://revistaseletronicas.pucrs.br/index.php/fass/article/view/7384>. Acesso em: 1 jun. 2024.

CAPITÃO, Cláudio Garcia; SCORTEGAGNA, Silvana Alba; BAPTISTA, Makilim Nunes. A importância da avaliação psicológica na saúde. **Aval. psicol.**, Porto Alegre, v. 4, n. 1, p. 75-82, jun. 2005. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-04712005000100009&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 01 jun. 2024.

CASTANEDA, Luciana. O Cuidado em Saúde e o Modelo Biopsicossocial: aprender para agir. In: **CoDAS**. Sociedade Brasileira de Fonoaudiologia, 2019. p. e20180312. Acesso em: 1 jun. 2024.

ESPERIDIÃO, Elizabeth; SAIDEL, Maria Giovana Borges; RODRIGUES, Jeferson. Saúde mental: foco nos profissionais de saúde. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, p. e73supl01, 2020. Acesso em: 2 jun. 2024.

REBOUÇAS, Denise; LEGAY, Letícia Fortes; ABELHA, Lúcia. Satisfação com o trabalho e impacto causado nos profissionais de serviço de saúde mental. **Revista de Saúde Pública**, v. 41, p. 244-250, 2007. Acesso em 02 jun. 2024.

Em branco.