



PRÓ-REITORIA DE GESTÃO COM PESSOAS
DIVISÃO DE BEM-ESTAR E SAÚDE NO TRABALHO

PROTOCOLO 5

ATENDIMENTO PSICOLÓGICO E PSIQUIÁTRICO DE PROFISSIONAIS DE SAÚDE COM SINTOMAS DEPRESSIVOS, ANSIOSOS OU DE ESTRESSE AGUDO NA SITUAÇÃO DE PANDEMIA PELO COVID-19

Estratégias de intervenção dirigidas para o atendimento psicológico e/ou psiquiátrico **online ou presencial** e acompanhamento de profissionais de saúde atuando no combate à pandemia. O psicólogo deve ter registro no CRP e o psiquiatra no CRM, para essa atividade. A principal atenção será para o rastreio e sintomas leves, moderados ou graves de ansiedade (de forma crônica ou generalizada ou em crise de angústia/ataques de pânico), depressão ou estresse agudo. Atendimento em saúde mental com foco nos fatores de prevenção e promoção mais adequados para essa situação de pandemia, promovendo intervenções especializadas, técnicas psicoterápicas e/ou tratamento farmacológico adequados.

PROCEDIMENTOS GERAIS IMPORTANTES

Aspectos éticos: Garantir a confidencialidade e o sigilo do atendimento e não tirar proveito das informações e dos contatos oriundos desse projeto.

Objetivo do atendimento psicológico e psiquiátrico desse protocolo: promover a saúde mental pelo primeiro socorro psicológico e tratamento de queixas ou sintomas para manejo das tensões estressoras elevadas no trabalho de assistência ou apoio à assistência influenciadas devido a emergência do COVID-19. Rastreio, técnicas psicológicas e intervenções em saúde como ferramentas de primeiro auxílio e encaminhamento conjunto de soluções possíveis aliadas às técnicas psicoterápicas e/ou farmacológicas indicadas pelos profissionais especializados.

Contrato psicológico: estabelecer regras de convívio no atendimento com foco nos primeiros auxílios psicológicos (PAP) e no tratamento psiquiátrico que gerem segurança emocional na relação com os pacientes, sempre trazendo para o foco as questões que impactam no manejo da situação decorrente da emergência pelo COVID-19.

Por quem?

Psicólogos e psiquiatras preparados para esse tipo de atendimento

Elaborado por: Prof. Dra Mariana Calessio Moreira (UFCSPA), Profa. Dra. Ana Luiza Camozzato de Pádua (UFCSPA) e profa. Dra. Carolina Blaya Dreher (UFCSPA) Prof. Dra. Ana Cláudia Souza Vazquez (UFCSPA)



PRÓ-REITORIA DE GESTÃO COM PESSOAS
DIVISÃO DE BEM-ESTAR E SAÚDE NO TRABALHO

Para quem?

Profissionais de saúde da ISCMPA que estão no atendimento de pacientes suspeitos ou internados com COVID-19, de outros pacientes com urgências ou em serviços hospitalares essenciais que não podem ser interrompidos. Paciente procura a plataforma de forma voluntária.

Quais ações básicas?

Esse primeiro contato advém de profissionais com queixas ou que tenha desenvolvido problemas de saúde mental relatados e que necessite de atendimento psicológico ou psiquiátrico nesse período. É essencial que as técnicas utilizadas para rastreio e entrevista clínica para avaliação do estado mental do profissional de saúde sejam baseadas em evidências científicas e fundamentem as intervenções decorrentes.

Ações devem ser dirigidas para:

1. Prestar os primeiros socorros psicológicos e promover escuta ativa de situações práticas e preocupações que permitam inferir efetivamente o impacto emocional, físico e mental do trabalho nos profissionais de saúde;
2. Identificar situações de risco em saúde mental e avaliação do grau de sintomas de ansiedade, depressão ou estresse agudo;
3. Promover estratégias para o enfrentamento e o tratamento adequado dos sintomas avaliados.

O que identificar?

- no horário agendado o psicólogo chama pelo paciente na plataforma.

Neste atendimento:

Se pacientes não apresenta sintomas - Paciente é liberado e poderá acessar o serviço novamente se julgar necessário.

1. Verificar queixas e sintomas, promovendo o primeiro socorro psicológico quanto por meio de:
 - a. Orientações gerais

Elaborado por: Prof. Dra Mariana Calessio Moreira (UFCSPA), Profa. Dra. Ana Luiza Camozzato de Pádua (UFCSPA) e profa. Dra. Carolina Blaya Dreher (UFCSPA) Prof. Dra. Ana Cláudia Souza Vazquez (UFCSPA)



PRÓ-REITORIA DE GESTÃO COM PESSOAS
DIVISÃO DE BEM-ESTAR E SAÚDE NO TRABALHO

- b. Manejo do estresse agudo
 - c. Resolução de problemas
 - d. Autorregulação emocional
 - e. Avaliação da necessidade de entrevista clínica
2. Verificar a qualidade do sono, a possibilidade de fazer exercícios físicos ou de pegar sol pelo menos 15 minutos por dia (isolada);
3. Conhecer a situação social do profissional de saúde;
 - a. Identificar o suporte social a que tem acesso e como esse tem acontecido nas questões práticas (filhos, compras no supermercado)
 - b. Analisar **a qualidade** desse apoio e orientar redes próximas para apoio
 - c. Analisar se o profissional consegue se desconectar ao chegar em casa, possibilitando contatos sociais **de qualidade** com seus familiares e amigos
 - Identificar fatores psicossociais prévios ou secundários potencialmente geradores de estresse em profissionais que estejam em condição de vulnerabilidade (portadores de doenças crônicas, que residem com filhos pequenos ou familiares idosos)
4. Identificar visão de si, mundo/outros e do futuro com objetivo de verificar ansiedade elevada ou sinais e sintomas de depressão;
5. Auxiliar a pensar em estratégias que possam levar a praticar ações de maior proteção e autocuidado;
6. Promover o tratamento psicológico e/ou farmacológico adequado.

O que fazer?

1. Rastrear sintomas de ansiedade, depressão ou estresse agudo e registrar o atendimento no prontuário do serviço de Medicina do Trabalho da ISCMPA,
2. Coletar informações adicionais que auxiliam no diagnóstico psicológico e psiquiátrico adequado
3. Realizar entrevista clínica para avaliar
 - a. Histórico de Transtornos Mentais;

Elaborado por: Prof. Dra Mariana Calessio Moreira (UFCSPA), Profa. Dra. Ana Luiza Camozzato de Pádua (UFCSPA) e profa. Dra. Carolina Blaya Dreher (UFCSPA) Prof. Dra. Ana Cláudia Souza Vazquez (UFCSPA)



PRÓ-REITORIA DE GESTÃO COM PESSOAS
DIVISÃO DE BEM-ESTAR E SAÚDE NO TRABALHO

- b. Sintomas presente no momento, avaliando seu grau de intensidade (leve, moderado ou grave);
 - c. Necessidade de encaminhamento para atendimento psiquiátrico;
 - d. Necessidade de seguimento para intervenção em crise.
4. Se o paciente apresenta risco de suicídio ou heteroagressão, a psicologia encaminha para o pronto-atendimento psiquiátrico de emergência, com apoio técnico do setor de Medicina do Trabalho da ISCMPA.
5. Se o paciente apresenta sintomas de TOC, TEPT ou pânico, a psicologia encaminha para a psiquiatria para avaliação de possível seguimento psicoterápico;
6. Se o paciente apresenta sintomas ansiosos, depressivos ou de insônia, a psicologia avalia grau da sintomatologia:
- a. Se sintomas leves: psicologia inicia tratamento por meio da técnica de Intervenções em Crise (de 4 a 6 sessões);
 - b. Se sintomas moderados e graves: a psicologia encaminha para avaliação psiquiátrica, que avaliar a instituição de tratamento farmacológico e/ou não farmacológico.
7. Se o paciente não apresenta sintomas, é liberado e poderá acessar o serviço novamente se julgar necessário
8. Garantir a confidencialidade e o sigilo do atendimento psicológico profissional
9. Prestar atenção às suas próprias emoções e reações, cuidando de si mesmo.

O que fazer quando a pandemia acabar?

1. Identificar o desamparo emocional dos profissionais de saúde;
2. Fornecer orientações práticas com relação a sintomas de estresse pós-traumático, ansiedade ou depressão.

REFERÊNCIAS

- 1- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N., & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*.
- 2-Centers for Disease Control and Prevention. **Quarantine and isolation**. <https://www.cdc.gov/quarantine/index.html>

Elaborado por: Prof. Dra Mariana Calessio Moreira (UFCSPA), Profa. Dra. Ana Luiza Camozzato de Pádua (UFCSPA) e profa. Dra. Carolina Blaya Dreher (UFCSPA) Prof. Dra. Ana Cláudia Souza Vazquez (UFCSPA)