



Número 4
Semanas 12 a 15 - 31/05/2020 a 27/06/2020

ANTECEDENTES

Este número do boletim do [Subcomitê de Saúde Mental e Apoio Psicossocial](#) (SSMAP) apresenta dados referentes às ações realizadas pelo *Grupo de Atenção Psicossocial e Organização de Redes* durante a pandemia da COVID-19, no período de 31/05/2020 a 27/06/2020. O SSMAP é um dos cinco subcomitês do [Comitê Gestor do Plano de Contingência para Enfrentamento da Covid-19 \(COES\) da Universidade de Brasília](#).

O referido subcomitê é composto por cinco Grupos de Trabalho:

ATENÇÃO PSICOSSOCIAL E ORGANIZAÇÃO DE REDES

PREVENÇÃO E PROMOÇÃO DA SAÚDE

PESQUISA, INOVAÇÃO E EXTENSÃO

COMUNICAÇÃO

EDUCAÇÃO E CAPACITAÇÃO

As atividades desenvolvidas pelos grupos estão descritas no [Plano de Contingência e Saúde Mental e Apoio Psicossocial para Enfrentamento do Novo Coronavírus](#).

O boletim número 4 também descreve as ações realizadas pelo *Serviço*

Cuidar, projeto implementado pela Comissão de Humanização, Unidades Psicossocial e de Reabilitação do Hospital Universitário de Brasília (HUB/EBSERH). O *Serviço Cuidar* conta com duas integrantes do SSMAP em sua equipe.

Para ter acesso aos três primeiros números do boletim do SSMAP, clique [aqui](#).

ATENDIMENTO PSICOLÓGICO INDIVIDUAL

No período de 31/05 a 27/06/2020 foram registradas 49 novas solicitações de atendimentos psicológicos individuais, em sua maioria, por estudantes (93,8% do total). Não foram registradas solicitações de atendimento por docentes ou pelos profissionais terceirizados no período, conforme Figura 1.

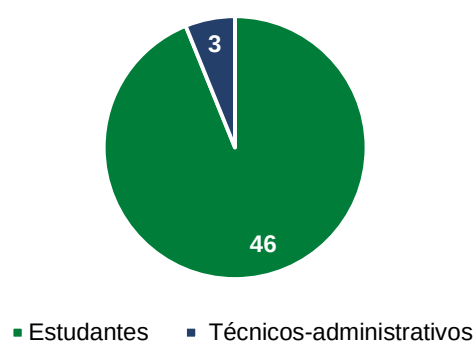


Figura 1 – Número de solicitações de atendimento psicológico, segundo vínculo com a UnB.

As solicitações de atendimento pelos estudantes da UnB apresentaram aumento a partir da semana de 14/06, conforme descrição da Figura 2.

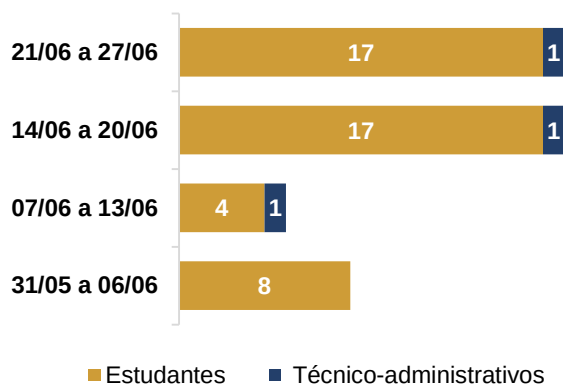


Figura 2 – Solicitações de atendimento psicológico individual, segundo vínculo com a UnB.

O total de pessoas acompanhadas pelo GT em sessões psicológicas individuais totalizou 51 na semana 15, conforme ilustração demonstrada na Figura 3.

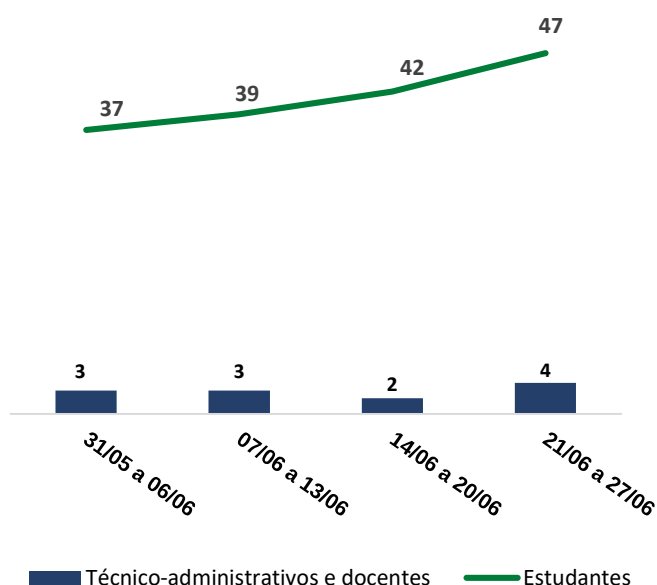


Figura 3 – Número de pessoas em atendimento psicológico individual, segundo vínculo com a UnB.

O total de sessões psicológicas individuais realizadas no período foi de 163. A categoria de estudantes representou a

maior proporção dos atendimentos (91,4%). Não foram realizados atendimentos individuais para o grupo de trabalhadores terceirizados no período analisado.

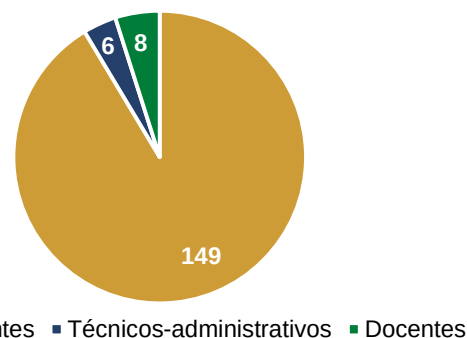


Figura 4 – Número total de atendimentos psicológicos individuais realizados, segundo vínculo com a UnB.

O total de atendimentos psicológicos em sessões individuais por semana aumentou 25% no período, passando de 36 na semana 12 para 45 na semana 15 (Figura 5).

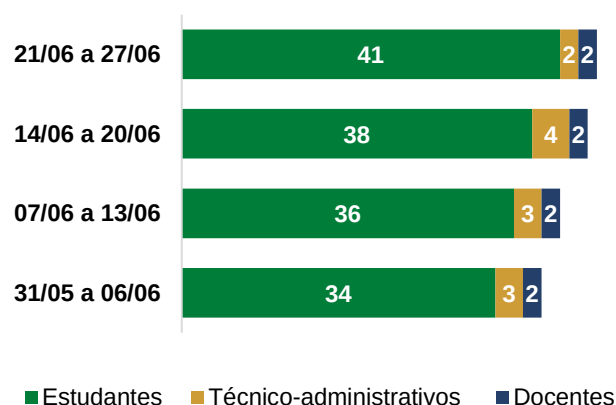


Figura 5 – Número de atendimentos psicológicos individuais realizados, segundo vínculo com a UnB e período de análise.

Os estudantes foram o público majoritário dos atendimentos psicológicos in-

dividuais, com destaque para os estudantes da graduação, conforme detalhado na Figura 6.

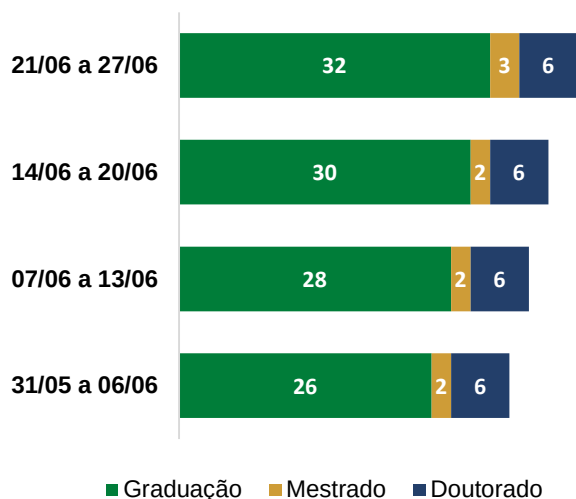


Figura 6 – Nível do curso do(a) estudante em atendimento psicológico individual.

Em relação ao gênero do público acolhido pelos atendimentos individuais, não foram autorreferidas as categorias mulher trans e não-binário. A proporção de mulheres, homens e homens-trans atendidos ao longo das semanas está detalhada na Figura 7.

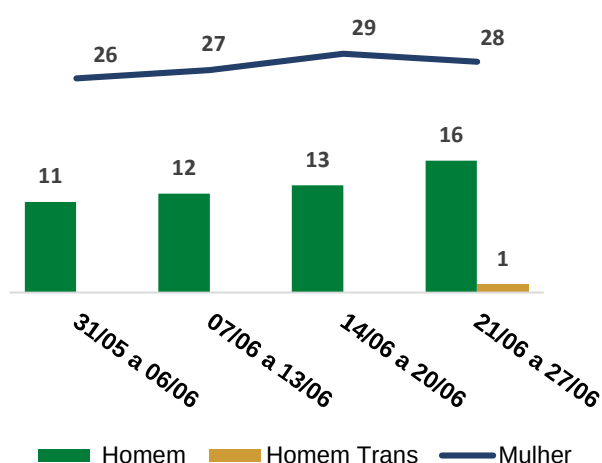


Figura 7 – Número de pessoas em atendimento psicológico individual, segundo o gênero e período analisado.

Em relação às idades de todas as pessoas atendidas, a mínima foi de 18 e a máxima de 57 anos. A média das idades dos acolhidos pelo serviço, segundo o vínculo com a universidade, está descrita na Figura 8.

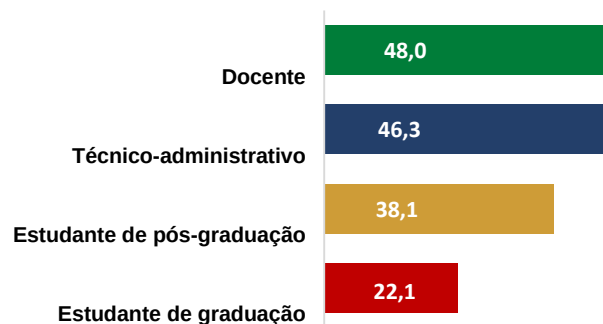


Figura 8 – Média de idade (anos) das pessoas em atendimento psicológico individual, segundo vínculo com a UnB.

Em relação às queixas reportadas nos atendimentos individuais, as principais categorias que emergiram a partir da análise de conteúdo foram: 1. *Crises de ansiedade relacionadas a questões familiares, ao convívio em casa e a questões acadêmicas*, 2. *Medo de adoecer, de morrer e dos acontecimentos atuais*.



Figura 9 – Nuvem de palavras para as principais queixas relatadas no atendimento psicológico individual.

A maioria das pessoas (76,1%) que procurou o atendimento oferecido pelo GT o fez por demanda espontânea, seguido por encaminhamentos.

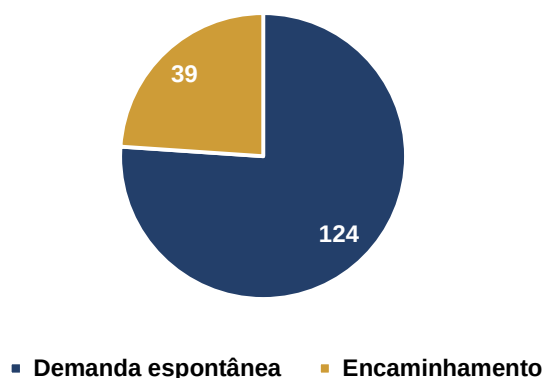


Figura 10 – Forma de acesso ao serviço de atendimento psicológico individual.

Os usuários do serviço relataram, em maior proporção (38,0%), o conhecimento acerca do atendimento psicológico oferecido pelo GT por meio de amigos ou conhecidos. A categoria “outros” também apresentou destaque (27,6%), com relatos importantes sobre a informação via grupos de *WhatsApp*. O e-mail apresentou a menor proporção nos resultados encontrados (2,4%).

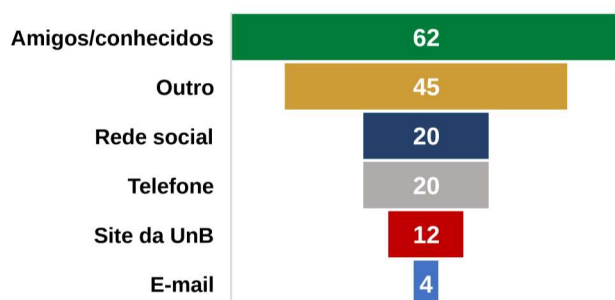


Figura 11 – Formas de conhecimento acerca do atendimento psicológico individual oferecido pela UnB.

FALARTE

O grupo FalArte é um espaço de fala aberto a todos os estudantes da comunidade acadêmica, com o objetivo de acolher, em um espaço coletivo, o mal-estar comum às vivências próprias da fase estudantil. O número de inscritos e os participantes em cada encontro estão descritos na Figura 12.

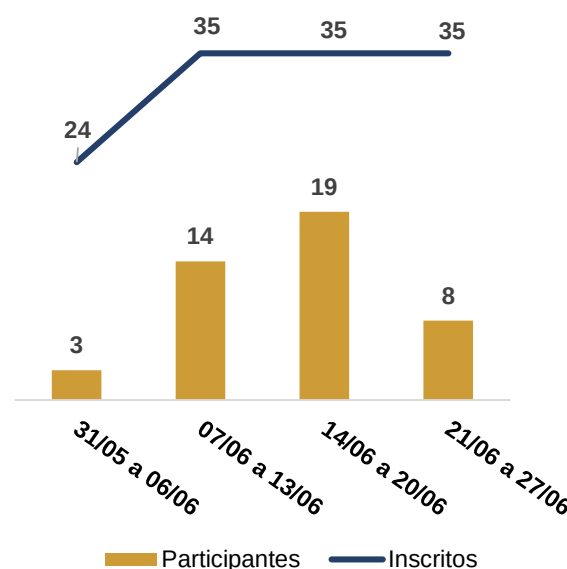


Figura 12 – Número de inscritos e de participantes do grupo FalArte para estudantes.

Durante o período analisado, ocorreram quatro sessões do grupo, com 44 participações no total.

DO GIZ À PALAVRA

Espaço on-line de encontro entre os professores para troca de experiências pessoais e coletivas nesse momento de

isolamento social pela pandemia da COVID-19. O total de participações contabilizadas nas semanas 12 a 15 foi de 24. Não houve encontro na semana de 14/06 a 20/06.

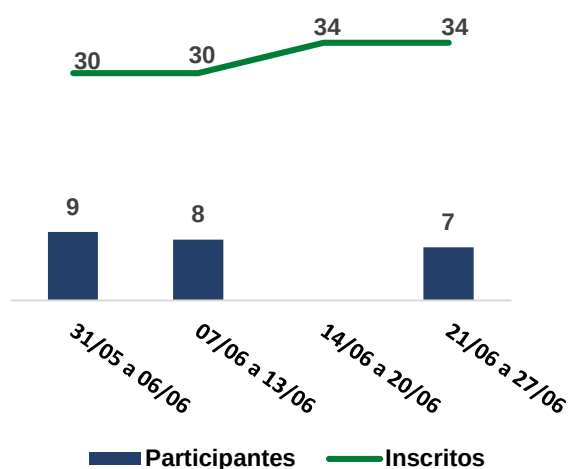


Figura 13 – Número de inscritos e de participantes do grupo “Do Giz à Palavra”.

A PALAVRA COMO APOIO

Espaço on-line de encontro entre servidores técnicos-administrativos no contexto da COVID-19 para troca de experiências pessoais e coletivas durante o isolamento. O total de participações registradas no período foi de seis, em três encontros. Não houve encontro na semana de 14/06 a 20/06.

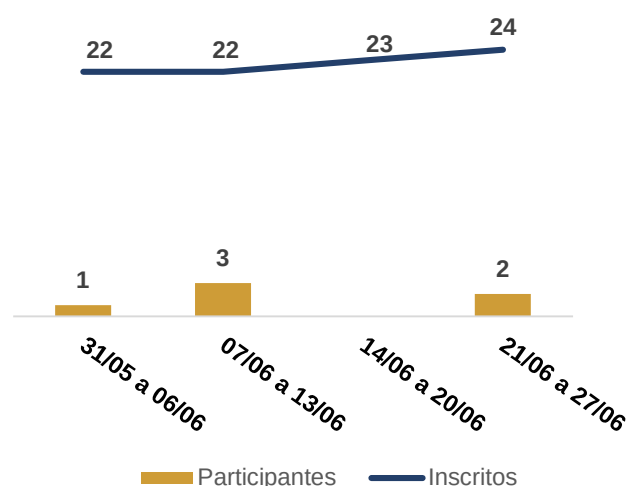


Figura 14 – Número de inscritos e de participantes do grupo “A palavra como apoio”.

MINDFULNESS

Encontros on-line para práticas de intervenções baseadas em *Mindfulness*, como práticas multimodais que incluem relaxamento, centramento e psicoeducação, por meio de visualização guiada, consciência da respiração e alongamentos.

No período compreendido entre as semanas 12 e 15, o grupo realizou quatro encontros, com 189 participações no total.

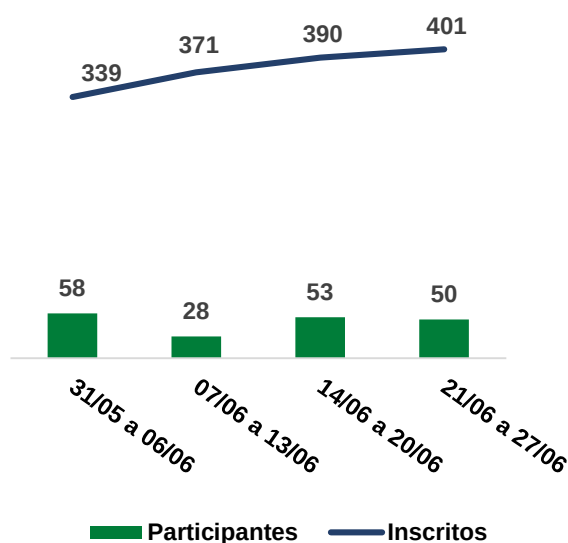


Figura 15 – Número de inscritos e de participantes do grupo “Mindfulness”.

A EDUCAÇÃO DOS FILHOS EM PERÍODO DE PANDEMIA

O grupo tem como objetivo refletir sobre a educação dos filhos durante o isolamento físico e se propõe a ajudar no encontro de possibilidades criativas para lidar com essa nova situação que tem gerado angústias. De 31/05 a 27/06, foram realizadas quatro sessões. O número total de participações foi de 17, registradas em quatro sessões.

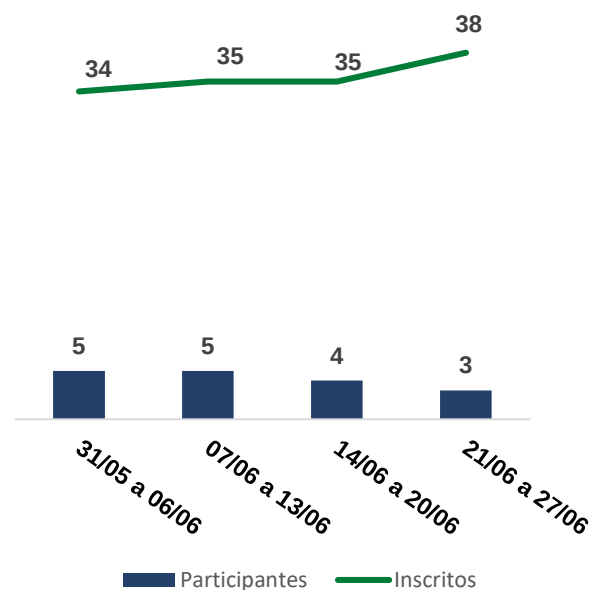


Figura 16 – Número de inscritos e de participantes do grupo “A educação dos filhos em período de pandemia”.

AÇÕES DESENVOLVIDAS NO HOSPITAL UNIVERSITÁRIO DE BRASÍLIA (HUB/EB-SERH)

As ações desenvolvidas no Hospital Universitário de Brasília/ Empresa Brasileira de Serviços Hospitalares (HUB/EB-SERH) buscam promover a redução de possíveis danos psicossociais ao seu coletivo de profissionais. Essas ações foram planejadas e implementadas pela Comissão de Humanização, Unidades Psicossocial e de Reabilitação do HUB/EB-SERH por meio do projeto *Serviço Cuidar*. Essa iniciativa objetiva ofertar espaços de escuta, acolhimento e cuidado terapêutico com práticas integrativas e complementares em saúde para, aproximadamente,

2.700 colaboradores do hospital. O público-alvo do projeto são funcionários, gestores, professores, residentes e terceirizados que atuam no HUB.

As ações do Serviço Cuidar começaram a ser oferecidas na última semana de março e, durante o período de 31/05 a 27/06, totalizaram 217 atendimentos, considerando todas as atividades. A distribuição dos atendimentos oferecidos nas semanas analisadas está descrita na Figura 17.

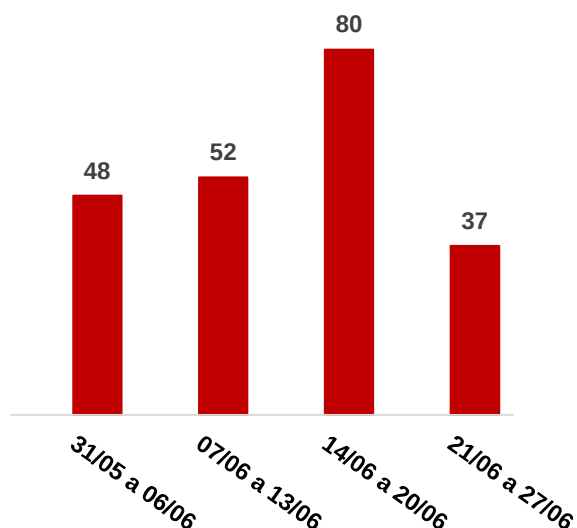


Figura 17 – Número de atendimentos realizados pela Comissão de Humanização/Divisão de Gestão do Cuidado/Gerência de Atenção à Saúde no Hospital Universitário de Brasília (HUB/EBSERH).

As atividades oferecidas são: acolhimento em saúde mental, acolhimento para reestruturação de rotina, acupuntura, auriculoterapia, terapia floral, aromaterapia e cristaloterapia, atendimento psicológico, constelação familiar, quick massagem, reiki e relaxamento. O relaxamento,

a auriculoterapia e a quick massagem concentraram a maioria (64%) dos atendimentos oferecidos.

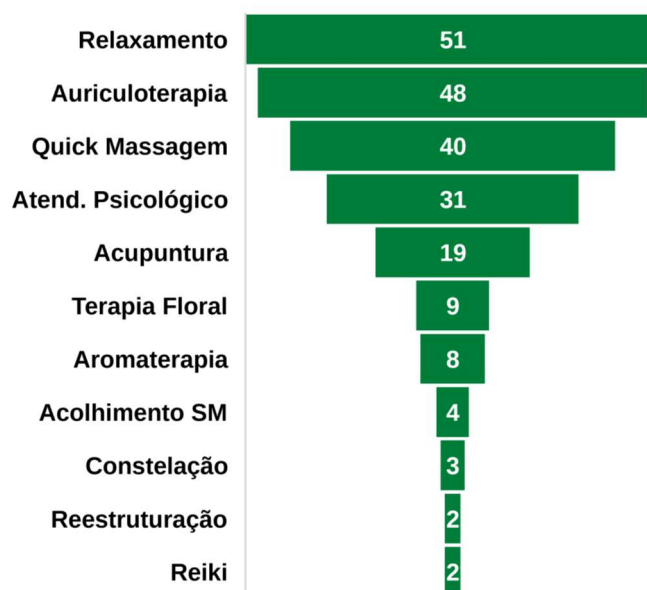


Figura 18 – Número de atendimentos realizados pela Comissão de Humanização/Divisão de Gestão do Cuidado/Gerência de Atenção à Saúde no Hospital Universitário de Brasília (HUB/EBSERH), por ação e/ou modalidade.

Todas as modalidades de cuidado oferecidas no HUB/EBSERH serão descritas com maiores detalhes nos tópicos a seguir.

ACOLHIMENTO EM SAÚDE MENTAL

O acolhimento em saúde mental ocorre de maneira virtual e é realizado por psiquiatras e psicólogos para aqueles colaboradores que sintam a necessidade do suporte emocional desses profissionais. Durante o período considerado, ocorreram quatro atendimentos nessa modalidade.

ACOLHIMENTO PARA REESTRUTURAÇÃO DE ROTINA

O acolhimento para reestruturação de rotina consiste em serviço realizado por profissional de Terapia Ocupacional visando o desenvolvimento de estratégias de promoção da saúde mental a partir da reorganização e reestruturação da rotina e do engajamento em atividades significativas de forma individual. Durante o período analisado, foram realizados dois atendimentos com esse objetivo.

ACUPUNTURA

A acupuntura é um método terapêutico que consiste na estimulação de pontos cutâneos específicos através de agulhas.

A estimulação destes pontos tem a propriedade de regular o fluxo energético que, segundo a visão da medicina tradicional chinesa, é responsável pela fisiologia do corpo humano. Durante o período considerado, foram realizados 19 atendimentos, conforme descrição da Figura 19. Não foram registrados atendimentos na semana 12.

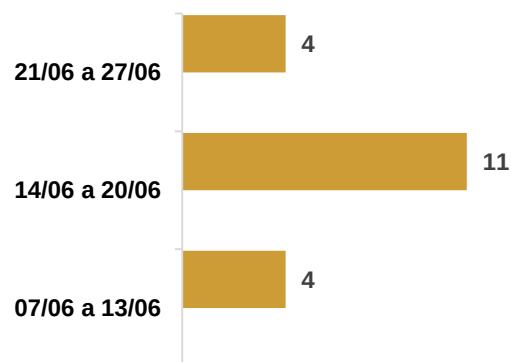


Figura 19 – Número de atendimentos em acupuntura realizados no Hospital Universitário de Brasília (HUB/EBSERH).

AROMATERAPIA E CRISTALOTERAPIA

A aromaterapia e cristaloterapia são terapias holísticas que utilizam como recurso os óleos essenciais e os cristais, promovendo bem-estar físico, mental e espiritual. Durante o período analisado, foram realizados oito atendimentos nessa modalidade, sendo seis na semana 14/06 a 20/06.

ATENDIMENTO PSICOLÓGICO

Foram realizados 31 atendimentos psicológicos entre as semanas 12 e 15, com distribuição dos atendimentos descrita na Figura 20.

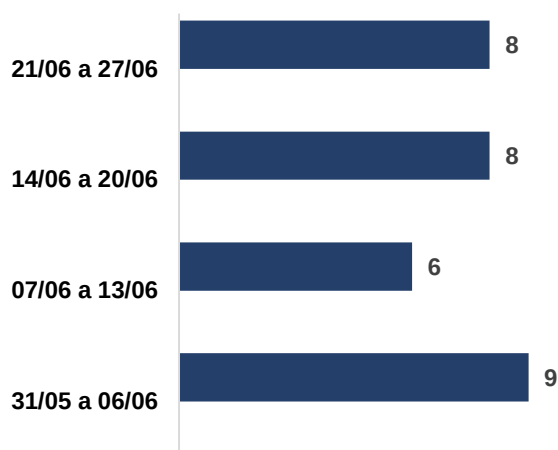


Figura 20 – Número de atendimentos psicológicos individuais realizados no Hospital Universitário de Brasília (HUB/EBSERH).

AURICULOTERAPIA

A auriculoterapia é uma terapia natural que consiste na estimulação de pontos nas orelhas, sendo por isso muito semelhante à acupuntura para tratar problemas de saúde ou alívio de sintomas. Durante as semanas 12 a 15, foram realizados 48 atendimentos, conforme descrição da Figura 21.

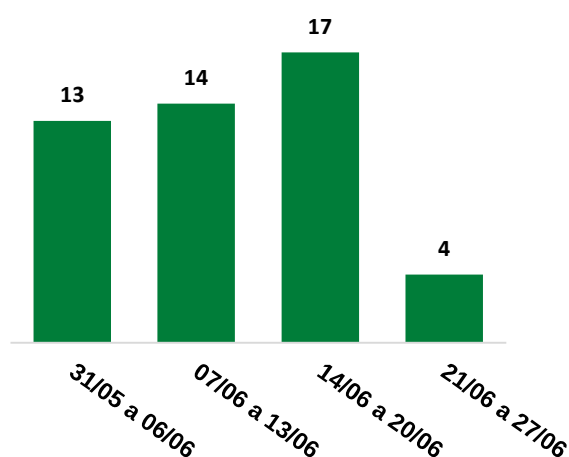


Figura 21 – Número de atendimentos em auriculoterapia realizados no Hospital Universitário de Brasília (HUB/EBSERH).

CONSTELAÇÃO FAMILIAR

A Constelação Familiar é uma prática terapêutica usada para tratar questões físicas e mentais a partir da revelação das dinâmicas ocultas de uma família. Foram realizados três atendimentos para constelação familiar no período analisado.

QUICK MASSAGEM

A *quick* massagem é uma técnica de massagem rápida realizada com manobras adaptadas de técnicas orientais e tem como foco proporcionar conforto e relaxamento em aproximadamente 15 minutos. O total de atendimentos realizados para *quick* massagem foi de 40, conforme descrição da Figura 22.

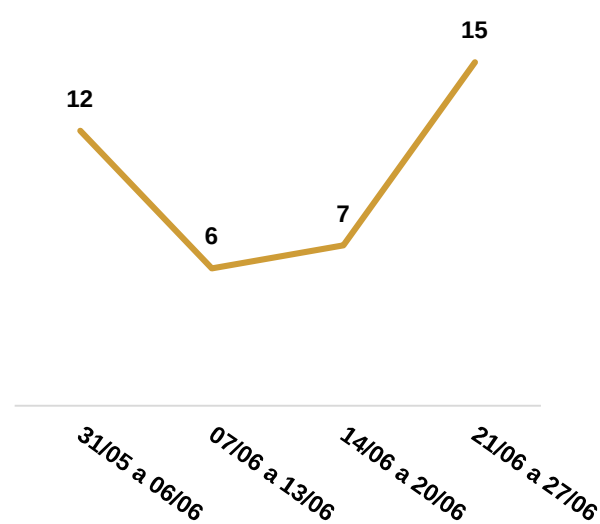


Figura 22 – Número de atendimentos para *Quick* Massagem realizados no Hospital Universitário de Brasília (HUB/EBSERH).

REIKI

É uma terapia natural de energização, equilíbrio e autodesenvolvimento, que trata o ser humano como um todo. O Reiki através da imposição das mãos do terapeuta, recupera o equilíbrio nas áreas física, mental, emocional e espiritual do indivíduo. Foram oferecidos dois atendimentos em Reiki durante as semanas 12 e 15.

RELAXAMENTO MUSCULAR

A técnica de relaxamento muscular progressivo de Jacobson, também conhecida como terapia de relaxamento progressivo, é uma técnica que ensina a contrair e relaxar os músculos do corpo de acordo com uma sequência específica para aliviar progressivamente todas as tensões musculares, relaxando e reduzindo o impacto físico do stress. O total de atendimentos realizados de relaxamento no período analisado foi de 51.

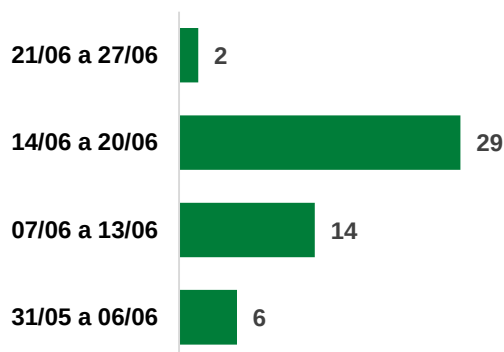


Figura 23 – Número de atendimentos de relaxamento muscular realizados no Hospital Universitário de Brasília (HUB/EBSERH).

TERAPIA FLORAL

A terapia floral é um método holístico de cura que busca tratamento de maneira global. Nesse processo terapêutico, utilizam-se essências florais que agem em situações circunstanciais ajudando o indivíduo a vivenciar internamente tal situação, sem formar bloqueios energéticos e traumas emocionais. Durante o período analisado, foram realizados nove atendimentos, sendo sete na semana de 07/06 a 13/06.

LEITURAS

- BRASIL. Ministério da Saúde. Glossário temático de práticas integrativas e complementares em saúde. Brasília: Ministério da Saúde. 2018.
- DACAL, M. P. O.; SILVA, I. S. Impactos das práticas integrativas e complementares na saúde de pacientes crônicos. Saúde Debate, Rio de Janeiro, v. 42, n. 118, p. 724-735, Set, 2018.
- HAUSNER, S. Constelações familiares e o caminho da cura: a abordagem da doença sob a perspectiva de uma medicina integral. São Paulo: Editora Cultrix, 2008.
- McBEATH, A. G.; PLOCK, S.; BAGER-CHARLESON, S. The challenges and experiences of psychotherapists working remotely during the coronavirus

pandemic. Counseling Psychology Research, p. 1-12, 2020.5

-  MONTIBELER, J. et al. Efetividade da massagem com aromaterapia no estresse da equipe de enfermagem do centro cirúrgico: estudo-piloto. Revista Escola de Enfermagem da USP, São Paulo, v. 52, 03348, 2018.

LINKS

-  Sociedade Brasileira de Psicologia (SBP) - <https://www.sbponline.org.br/>
-  Associação Brasileira de Psicologia e Medicina Comportamental (ABPMC) - <http://abpmc.org.br/>
-  Associação Brasileira dos Terapeutas Ocupacionais (ABRATO) - <https://www.facebook.com/abratonacional/>

EXPEDIENTE

Concepção

Subcomitê em Saúde Mental e Apoio
Psicossocial

Coordenação: Larissa Polejack Brambatti

Fonte de Dados

Grupo de Trabalho Atenção Psicossocial e
Organização de Redes

Coordenação: Cristineide Leandro França

Colaboração: Karen Lima Macêdo

Elaboração e execução

Grupo de Trabalho de Pesquisa, Inovação
e Extensão

Coordenação: Sheila Giardini Murta

Priscila Almeida Andrade

Laércia Abreu Vasconcelos

Núcleo de Monitoramento e Avaliação

Flávia Reis de Andrade

José Antonio Iturri de la Mata

Mariana Sodário Cruz

Revisão

Dione Oliveira Moura

Vanessa Oliveira Tavares

Contato

dasu@unb.br

Leia [aqui](#) os boletins do Comitê Gestor do Plano de Contingência para Enfrentamento da Covid-19 (COES) da Universidade de Brasília.