

SAÚDE MENTAL E ASSISTÊNCIA SOCIAL: UM DIÁLOGO SOBRE A SAÚDE MENTAL DOS PROFISSIONAIS DO CENTRO DE REFERÊNCIA DE ASSISTÊNCIA SOCIAL - CRAS EM MEIO A PANDEMIA DA COVID-19

MENTAL HEALTH AND SOCIAL ASSISTANCE: A DIALOGUE ON THE MENTAL HEALTH OF PROFESSIONALS AT THE SOCIAL REFERENCE CENTER - CRAS IN THE MIDST OF THE COVID-19 PANDEMIC

Déborah Polyana Gomes¹

Resumo: O presente relato de experiência tem por objetivo dialogar sobre a saúde mental dos profissionais do Centro de Referência de Assistência Social - CRAS em meio à pandemia do Covid19, bem como analisar estratégias para cuidar da saúde mental nesse período. Metodologicamente desenvolveu-se através de revisão bibliográfica, pesquisa documental, pesquisa de campo. Como resultados encontramos apontamentos que nos demonstram fragilidades no quesito de saúde mental dos profissionais, principalmente desse momento de pandemia. Os cuidados com a saúde mental são fundamentais para a qualidade de vida e para a prevenção de doenças. Cuidar do físico-psíquico se torna necessário para uma existência saudável e ativa. Nesta base, a promoção, proteção e restauração da saúde mental podem ser consideradas como uma preocupação vital dos indivíduos, comunidades e sociedades em todo o mundo.

Palavras-chave: Saúde Mental; assistência social; profissionais; pandemia.

Abstract: The present experience report aims to discuss the mental health of professionals at the Social Assistance Reference Center - CRAS in the midst of the Covid pandemic19, as well as to analyze strategies to take care of mental health during this period. Methodologically it was developed through bibliographic review, documentary research, field research. As a result, we found notes that demonstrate weaknesses in the professionals' mental health question, mainly from this pandemic moment. Mental health care is essential for quality of life and disease prevention. Taking care of the physical-psychic is necessary for a healthy and active existence. On this basis, the promotion, protection and restoration of mental health can be considered as a vital concern for individuals, communities and societies worldwide.

Keywords: Mental health; social assistance; professionals; pandemic.

¹ Graduanda em Serviço Social pela Universidade Estadual de Ponta Grossa. Estagiária de Serviço Social na Secretaria Municipal de Assistência Social. <https://orcid.org/0000-0002-6320-9018> Email: deborapolyana@outlook.com

INTRODUÇÃO

A presente atividade aborda sobre a experiência desenvolvida pela acadêmica do 4º ano de Serviço Social da Universidade Estadual de Ponta Grossa - UEPG junto aos profissionais do Centro de Referência de Assistência Social - CRAS.

De caráter universal, a Assistência Social adquiriu o seu estatuto de direito, em 1988, com a promulgação da Constituição Federal no Brasil, ganhando legitimidade como um dos tripés da política de Seguridade Social, ou seja, a assistência social é um direito dos cidadãos e cidadãs e dever do Estado brasileiro.

O Sistema Único de Assistência Social - SUAS oferece uma série de serviços de apoio à população vulnerável, como orientação e proteção familiar, prevenção de situações de risco, regularização de documentos e registro das famílias no Cadastro Único, que reúne dados sobre os usuários e orienta as políticas públicas do governo para a população. (BRASIL, 1993)

Com o avanço da pandemia do novo Coronavírus no Brasil, novas medidas de enfrentamento aos impactos da Covid-19 foram adotadas no âmbito do Sistema Único de Assistência Social (SUAS). Devido à crise sanitária, a maior em um século, muitas famílias e indivíduos descobriram-se em situação de vulnerabilidade e risco social, enquanto outros tiveram uma situação pré-existente agravada.

Complica, ainda, o fato de que o isolamento social - principal medida para redução dos impactos da doença e recomendada pelas maiores autoridades em saúde do planeta - tem, inevitavelmente, impactos econômicos. Impactos estes que não estão sendo compensados integralmente com medidas governamentais como o Auxílio Emergencial. Dessa forma, tem crescido nos municípios a demanda por serviços socioassistenciais.

O auxílio emergencial, política mais importante do governo para apoiar a população pobre e trabalhadores informais, foi estruturado e viabilizado por meio de um aplicativo de celular da Caixa, e ignorou essa estrutura de atendimento do SUAS. Milhares de famílias com direito à bolsa temporária de R\$ 600 mensais tiveram seus cadastros rejeitados e, em meio à epidemia, foram obrigadas a se aglomerar em agências do banco público em busca de uma solução para o problema.

A exclusão digital também deve ser pontuada, a "modernização digital" priva os usuários fazendo com que os mesmos, muitas vezes, não consigam acessar seus direitos pela falta de acesso à internet, muitos desses usuários precisaram recorrer a amigos, vizinhos, parentes e profissionais da Assistência Social para conseguir acessar esse direito.

Os profissionais da Assistência tiveram que se adequar as novas demandas, o que pode ter afetado na saúde mental destes.

Segundo a Organização Pan-Americana da Saúde - OPAS /Organização Mundial de Saúde - OMS (2016) o conceito de saúde é bem mais abrangente que a simples ausência de doença: é um completo estado de bem-estar físico, mental e social e, dessa forma, merece atenção em todas as suas vertentes. Assim como a física, a saúde mental é uma parte integrante e complementar à manutenção das funções orgânicas. Manter a saúde mental, no entanto, não é tão simples quanto parece, principalmente nos dias de hoje, e diversos são os fatores que podem influenciar negativamente a nossa saúde mental.

A maior parte das/os profissionais que estão atuando em meio a pandemia, sentem medo do Covid-19 - não só por causa da velocidade da infecção no país, mas porque as condições de trabalho, consideradas ruins, os impedem de se proteger adequadamente.

O trabalho no âmbito da Assistência Social pode produzir um duplo processo contraditório em que de um lado, existe o prazer diante da possibilidade de realizar um trabalho comprometido com os direitos dos sujeitos violados em seus direitos, na perspectiva de fortalecer seu protagonismo político na esfera pública; ao mesmo tempo, existe o sofrimento, a dor e o desalento diante da exposição continuada à impotência frente à ausência de meios e recursos que possam efetivamente remover as causas estruturais que provocam a pobreza e a desigualdade social.

O objetivo desse artigo é dialogar sobre a saúde mental dos profissionais do Centro de Referência de Assistência Social - CRAS durante à pandemia do Covid19.

RELATO DO CASO

Os procedimentos metodológicos utilizados serão a pesquisa bibliográfica, a pesquisa documental e a pesquisa de campo.

Segundo Gerhardt e Silveira (2009, p. 66), a revisão bibliográfica "expõe resumidamente as principais ideias já discutidas por outros autores que trataram do problema, levantando críticas e dúvidas, quando for o caso".

A pesquisa bibliográfica será utilizada em conjunto com a pesquisa documental para dar suporte teórico e legislativo ao trabalho.

A pesquisa de campo será realizada com a aplicação de questionários, por meio digital, aos profissionais do CRAS, para que estes possam responder, voluntariamente. Serão aplicados os questionários aos 13 profissionais.

Ao todo, 11 profissionais participaram da pesquisa, via questionário, o mesmo foi elaborado no *Google Forms*, para aplicar, foi enviado via grupos de WhatsApp. O questionário contou com questões abertas e fechadas que versarão sobre questões como hábitos de vida, e dados específicos, como o que os profissionais tem feito para se sentir bem nesse momento, se sentiram preparadas/os para atuar durante a pandemia e se sentiram impactos negativos em relação a saúde mental.

Utilizou-se também a roda de conversa que segundo Iervolino e Pelicioni (2001) permite a interação entre o pesquisador e os participantes da pesquisa por ser uma espécie de entrevista de grupo, como o próprio nome sugere. Isso não significa que se trata de um processo diretivo e fechado em que se alternam perguntas e respostas, mas uma discussão focada em tópicos específicos na qual os participantes são incentivados a emitirem opiniões sobre o tema de interesse.

De início foi apresentado sobre os objetivos do Projeto, em seguida a psicóloga convidada, Carina Gorte CRP 08/315117, ministrou uma fala sobre saúde mental e apresentou estratégias para cuidar da saúde mental nesse período de pandemia. Subsequente a isso, foi realizada uma dinâmica sobre mitos e verdades relacionados a saúde mental. A afirmação será lida e os profissionais que estiverem participando do encontro deveram erguer a plaquinha de "mito" ou "verdade" conforme a opinião deles, em seguida será explicado sobre a afirmação.

Após a dinâmica a psicóloga realizou um exercício de relaxamento com os profissionais como forma de colocar a mente em um estado calmo e assertivo. Ao

encerrar o exercício, iniciou-se a roda de conversa em que os profissionais puderam expor suas experiências profissionais, positivas e negativas, durante a pandemia, realizar perguntas e expor suas opiniões em relação ao projeto.

O encontro foi realizado em apenas um dia, e ocorreu na sala de reuniões do CRAS, um local amplo e bem arejado, respeitando assim, as orientações da vigilância sanitária.

DISCUSSÃO

O projeto foi aplicado em outubro e contou com a participação da assistente social supervisora de campo. Neste encontro, participaram sete (7) pessoas.

O projeto foi de suma importância, visto que a pandemia do novo Coronavírus desencadeou uma mudança drástica na vida de todos. O mundo precisou se adaptar a essa nova realidade praticamente de um dia para o outro, modificando as relações pessoais e profissionais.

Essa necessidade de ações drásticas e imediatas, refletiu e ainda vem refletindo diretamente no estado psicológico das pessoas. De repente as preocupações rotineiras foram potencializadas e se somaram a outras que antes não existiam.

Desta forma, para aproximação da realidade enfrentada pelos profissionais do CRAS nos atendimentos diários durante a pandemia e sua saúde mental, foi aplicado um questionário via *Google Forms*, ao qual, participou, onze pessoas, sendo estas, 63,6% do sexo feminino e 36,4% do sexo masculino.

Dos profissionais, apenas uma pessoa mora sozinha, e os (as) demais, moram com ao menos uma pessoa, sendo estas, filhos, pais e demais familiares, o que ressalta a importância de refletir quanto a exigência do isolamento, ao qual, não pôde ser seguido por todos dos cidadãos, devido a seu trabalho, o que, pode causar, certa cobrança tanto para o (a) profissional quanto para a própria família. Gerando assim, um agravamento na saúde mental dos (das) envolvidas.

Principalmente quando observamos que dentre os profissionais, três ainda não completaram um ano de experiência no campo, o que pode gerar cobranças quanto ao atendimento emergencial e a manutenção da própria vida. Ressalta-se ainda, que dos participantes, quatro, ressaltaram trabalhar no mesmo ambiente há mais de cinco anos, dentre estes, três, mais de dez anos. O que remete uma atenção, a saúde mental dos mesmos, não, unicamente ao período de pandemia, mas das exigências que o próprio campo demanda aos profissionais.

Em relação ao autocuidado destes profissionais, destaca-se que 72,7% relataram praticar algum tipo de esporte e 100% possuem *hobbies*, o que pode contribuir com sua saúde, tanto biológica quanto mental. Dentre as atividades, observe que, os profissionais destacaram: Estar com pessoas; Exercícios (musculação); Leitura; jogos eletrônicos; música; oração; passeios; esportes ao ar livre; cozinhar; meditar e; estar com a família. Observe, que, com a pandemia, parte destas atividades, não podem mais ser realizadas devido a medida de isolamento, que, salvo regiões do Brasil, perdura até o presente momento.

Destaca-se ainda, que apenas 27,3% fazem acompanhamento terapêutico, o que remete uma atenção, da necessidade de acompanhamento destes profissionais, visto que diariamente, trabalham com demandas de risco e vulnerabilidades de usuárias e usuários, contudo, também, podem estar em situações de vulnerabilidade, e, como trabalhar as demandas, estando também vulnerável?

Talvez, este resultado se dê, no fato de que, dos 27,3% que realizam tratamento, 16,2% consultam de forma particular e 9,1% misto, particular e por convênio. Logo, percebe-se que, o custo pode ser um fator, que afasta muitos profissionais dos acompanhamentos terapêuticos. Compreendendo que, dentre os (as) participantes, 45,5% relataram possui algum transtorno mental (depressão, ansiedade). Observe então, que há, uma grande necessidade de um olhar humanizado a esta equipe

Qualitativamente, vale destacar que a maior parte das/os profissionais não se sentiram preparadas/os mentalmente e nem fisicamente para estar atuando na pandemia, "não me senti preparada, nunca passei por uma pandemia tão intensa como está e tive

medo de ser contaminada/o no trabalho devido ao contato com muitas pessoas” ressalta um/a profissional.

Todas/os as pessoas que responderam à pesquisa disseram que não receberam treinamento quando a pandemia começou, e nem sentiram falta desse treinamento, embora quase todas tenham mudado suas práticas de trabalho no período. Segundo um/a profissional:

Quanto aos EPIs, no início da pandemia houveram debates sobre a necessidade do uso da máscara, mas depois houve o entendimento de sua necessidade e fomos equipados com vários itens como jaleco, luva, máscara, placa de acrílico nas mesas, álcool para higienização do local de trabalho e para as mãos. Sobre a utilização destes, não houve um treinamento, acho que não senti falta do treinamento porque acredito que seu uso é intuitivo e foi divulgado em vários meios a sua importância. (Profissional - CRAS)

Ressaltando a fala da/o profissional, todas/os as/os profissionais receberam EPIs, desde máscaras até placa de acrílico para as mesas.

É sabido que do ponto de vista da saúde mental, uma pandemia de grande magnitude implica em uma perturbação psicossocial que pode ultrapassar a capacidade de enfrentamento da população afetada. Pode-se considerar, inclusive, que toda a população sofre tensões e angústias em maior ou menor grau. Essencialmente, estima-se um aumento da incidência de transtornos psíquicos (entre um terço e metade da população exposta pode vir a sofrer alguma manifestação psicopatológica, de acordo com a magnitude do evento e o grau de vulnerabilidade). (FIOCRUZ, 2020)

Embora se deva destacar que nem todos os problemas psicológicos e sociais apresentados poderão ser qualificados como doenças, a maioria será reações normais diante de uma situação anormal.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os cuidados com a saúde mental são fundamentais para a qualidade de vida e para a prevenção de doenças. Cuidar da saúde mental se torna necessário para uma vida saudável e ativa. Assim, é preciso compreender que os problemas existem e sempre existirão, mas que o adoecimento se apresenta quando ficamos impossibilitados de lidar com eles.

O cuidado com a saúde mental é um exercício diário e dialogar sobre o assunto pode ser essencial, assim como relatado pelos profissionais via questionário, 100% consideram importante esse diálogo no ambiente de trabalho e acham que seria importante a inserção de programas/projetos voltados para a saúde mental das/os profissionais, além de terem sugerido capacitações com relação a saúde mental dos profissionais, mais momentos de diálogo e tratamento psicológico gratuito, não só na pandemia, mas sempre.

A saúde mental é mais do que a ausência de transtornos mentais, é uma parte integrante e essencial da saúde. Saúde mental e bem-estar são fundamentais para nossa capacidade coletiva e individual, como seres humanos, para pensar, nos emocionar e interagir uns com os outros. Nesta base, a promoção, proteção e restauração da saúde mental podem ser consideradas como uma preocupação vital dos indivíduos, comunidades e sociedades em todo o mundo. Porque afinal, não existe saúde sem saúde mental.

REFERENCIAS

BRASIL. **Constituição Federal**. Brasília - DF, 1988.

----- Senado Federal. **Lei Orgânica da Assistência Social**. Brasília - DF, 1993.

BRASÍLIA. **OPAS/OMS apoia governos no objetivo de fortalecer e promover a saúde mental da população**. 2016. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5263:opas-oms-apoia-governos-no-objetivo-de-fortalecer-e-promover-a-saude-mental-da-populacao&Itemid=839. Acesso em: 09 set. 2020.

FUNDAÇÃO OSWALDO CRUZ (FIOCRUZ), Ministério da Saúde, Brasil. **Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19 (Recomendações para gestores)**. Brasília: FIOCRUZ, 2020. Disponível em: https://renastonline.ensp.fiocruz.br/sites/default/files/arquivos/recursos/cartilha_gestores_06_04.pdf. Acesso em: 09 set. 2020

GERHARDT, T. E.; SILVEIRA, D. T.; (Org.). **Métodos de Pesquisa**. Porto Alegre, p.1-120, 2009. Disponível em: <http://www.ufrgs.br/cursopgdr/downloadsSerie/derad005.pdf>. Acesso em: 09 set. 2020

IERVOLINO, S. A.; PELICIONI, M. C. F. A utilização do grupo focal como metodologia qualitativa na promoção da saúde. **Revista Escola de Enfermagem**. USP, v. 35, n. 2, p.115-21, jun. 2001. Acesso em: 09 set. 2020

Serviço Social em Perspectiva, Montes Claros (MG), volume 5, número 2, jul./dez. 2021. ISSN 2527-1849