TRABALHO COMPLETO
FULL PAPER
XXVIII SEPE
Simpósio de Ensino, Pesquisa e Extensão
Teaching, Research and Extension Symposium
ISSN: 2316-9745
24 A 26 DE SETEMBRO DE 2024
SEPTEMBER 24th to 26th, 2024
UFN
https://doi.org/10.48195/sepe2024.28653

PROMOÇÃO E PREVENÇÃO EM SAÚDE MENTAL: RELATO DE EXPERIÊNCIA NO ATENDIMENTO PSICOLÓGICO HOSPITALAR

Maria Eduarda Bortoluzzi Diaz[1]; Milena Stoever Bittencourt[2]; Márcia Elisa Jager[3]

RESUMO

Este trabalho relata uma experiência de estágio em Psicologia Hospitalar com ênfase em prevenção e promoção em saúde realizado no curso de Psicologia da Universidade Franciscana. O objetivo é relatar e refletir sobre a prática do atendimento psicológico pela abordagem cognitivo-comportamental realizada em uma unidade de internação de saúde mental de um hospital público situado em uma cidade do interior do Estado do Rio Grande do Sul. A metodologia adotada para o desenvolvimento deste trabalho foi o relato de experiência. Os resultados evidenciam a eficácia das intervenções baseadas na Terapia Cognitiva, especialmente em situações de crise, e a importância de uma abordagem interdisciplinar centrada na pessoa. Reforça-se a necessidade de adaptação das práticas psicológicas às demandas hospitalares e a relevância de uma formação acadêmica sólida. Conclui-se que a experiência de estágio contribuiu para o desenvolvimento de competências técnicas e éticas, alinhadas à promoção de uma saúde mental integrada e humanizada.

Palavras-chave: Caso; Hospitalização; Prevenção Primária; Saúde Mental.

ABSTRACT

This paper reports an internship experience in Hospital Psychology with an emphasis on health prevention and promotion, conducted during the Psychology course at Universidade Franciscana. The aim is to describe and reflect on the practice of psychological care using the cognitive-behavioral approach in a mental health inpatient unit of a public hospital located in a city in the interior of Rio Grande do Sul. The methodology adopted for the development of this work was the experience report. The results highlight the effectiveness of Cognitive Therapy-based interventions, especially in crisis situations, and the importance of a person-centered interdisciplinary approach. It reinforces the need to adapt psychological practices to hospital demands and the relevance of solid academic training. It is concluded that the internship experience contributed to the development of technical and ethical skills aligned with the promotion of integrated and humanized mental health care.

[1] Universidade Franciscana, m.diaz@ufn.edu.br
[2] Universidade Franciscana, milenastoever@gmail.com
[3] Universidade Franciscana, marcia.jager@prof.ufn.edu.br

Keywords: Case; Hospitalization; Mental Health; Primary Prevention.

Eixo Temático: Atenção Integral e Promoção à Saúde (AIPS)

1. INTRODUÇÃO

O presente trabalho tem como objetivo relatar e refletir sobre a prática do atendimento psicológico pela abordagem cognitivo-comportamental realizada na unidade de internação de saúde mental situado em uma cidade do interior do estado do Rio Grande do Sul Esta prática fez parte da disciplina de Estágio Específico I do curso de Psicologia da Universidade Franciscana com ênfase nos processos de prevenção e promoção da saúde.

A experiência foi desenvolvida em um contexto onde a promoção e a prevenção em saúde mental são essenciais, considerando-se os conceitos amplamente discutidos na literatura e preconizados pela Organização Mundial de Saúde (OMS) e pelo Sistema Único de Saúde (SUS). A OMS define saúde como "bem-estar físico, mental e social, mais do que a mera ausência de doença ou enfermidade" (OMS, 1946).

A partir disso, a promoção e prevenção em saúde têm uma abordagem ampla, visando não só melhorar a qualidade de vida, mas também prevenir riscos à saúde. A 8ª Conferência Nacional de Saúde, em 1986, definiu o Conceito Ampliado de Saúde, que considera a saúde além da ausência de doenças, englobando bem-estar físico, mental, social e espiritual (BRASIL, 1986). Isso reflete a compreensão de que vários fatores influenciam a saúde, como ambiente, estilo de vida e condições socioeconômicas.

Essa discussão sobre bem-estar indicou a necessidade de transformações sociais e uma nova perspectiva estatal, relacionada ao processo político de democratização. Isso levou à aplicação do conceito de universalidade como direito à saúde dentro de uma visão ampliada de bem-estar (ROSÁRIO; BAPTISTA; MATTA, 2020).

A reorientação das práticas de saúde, alinhada a esse movimento, implica uma transição de modelos centralizados para abordagens mais descentralizadas e

participativas, onde a comunidade desempenha um papel ativo na definição de prioridades, na implementação de ações preventivas e na promoção de ambientes propícios à saúde. Ao priorizar a prevenção e a promoção do bem-estar, esse movimento visa não apenas tratar enfermidades, mas também criar condições para uma população mais saudável e resiliente a longo prazo.

A ênfase do estágio na promoção e prevenção de saúde mental também implicou a reorientação das práticas de saúde observadas, transicionando de modelos centralizados para abordagens mais descentralizadas e participativas, nas quais a comunidade e os profissionais de saúde têm um papel ativo na definição de prioridades e na implementação de ações preventivas. Durante o estágio, essas dinâmicas foram exploradas através de atividades voltadas para a saúde mental, atenção primária à saúde, e a compreensão dos princípios do SUS, incluindo o modelo ampliado de saúde e os desafios na organização dos serviços de saúde.

O estágio, que teve duração de março a junho de 2024, totalizou 180 horas de prática no local, complementadas por supervisões acadêmicas semanais na Universidade. Essas supervisões foram essenciais para a discussão das práticas desenvolvidas, permitindo a construção conjunta do conhecimento com os supervisores no hospital e a reflexão crítica sobre a atuação no campo.

2. METODOLOGIA

A metodologia é o relato de experiência. O relato de experiência é um tipo de produção de conhecimento que descreve uma vivência acadêmica e/ou profissional em um dos pilares da formação universitária (ensino, pesquisa e extensão), cuja característica principal é a descrição da intervenção (MUSSI; FLORES; ALMEIDA, 2021).

A prática de estágio baseou-se no Código de Ética Profissional do Psicólogo (CFP, 2005).

I. O psicólogo baseará o seu trabalho no respeito e na promoção da liberdade, da dignidade, da igualdade e da integridade do ser humano, apoiado nos valores que embasam a Declaração Universal dos Direitos Humanos.

II. O psicólogo trabalhará visando promover a saúde e a qualidade devidas das pessoas e das coletividades e contribuirá para a eliminação de quaisquer formas de negligência, discriminação, exploração, violência, crueldade e opressão.

III. O psicólogo atuará com responsabilidade social, analisando crítica e historicamente a realidade política, econômica, social e cultural.

2.1. Contexto e Participantes

O estágio foi realizado entre março e junho de 2024, com uma carga horária total de 180 horas no local, complementadas por 40 horas de supervisão acadêmica, somando um total de 220 horas semestrais. As atividades foram desenvolvidas por estagiários do curso de Psicologia da Universidade Franciscana, sob a orientação de profissionais de saúde mental da unidade e supervisores acadêmicos da universidade. A unidade conta com 25 leitos e alta rotatividade, o que resulta em uma grande quantidade de atendimentos. Devido a essa dinâmica, não é possível precisar o número de pacientes atendidos no período.

2.2. Procedimentos

As práticas de estágio envolveram diversos procedimentos. Em primeiro momento, priorizou-se a observação participante. A observação participante é um método de pesquisa qualitativa em que o pesquisador se integra ao ambiente ou grupo que está sendo estudado para observar e interagir diretamente com os participantes (CORREIA, 2009). Durante a observação participante, o pesquisador não apenas observa os comportamentos, interações e atividades, mas também participa delas de forma ativa, permitindo uma compreensão mais profunda e contextualizada do fenômeno estudado. O método foi projetado para a prática de estágio como uma estratégia para reconhecer o campo e as demandas circunscritas no ambiente. Assim, foram realizadas observações diárias das rotinas, dinâmicas de atendimento, interações entre profissionais e pacientes, e a organização do cuidado dentro da unidade de saúde mental. Essas observações foram registradas em diários de bordo, que serviram como base para reflexões subsequentes.

Além disso, as estagiárias realizaram atendimentos psicológicos supervisionados, participando ativamente do processo terapêutico de pacientes

internados. Esses atendimentos seguiram os protocolos da unidade e foram discutidos em supervisões regulares, tanto no hospital quanto na universidade.

Semanalmente, foram realizadas discussões de casos com os supervisores, onde se analisavam as práticas desenvolvidas, os desafios encontrados, e as estratégias para lidar com as complexidades do ambiente hospitalar. Essas discussões foram documentadas e analisadas para compor este trabalho.

3. RESULTADOS E DISCUSSÕES

A proposta do atendimento psicológico no contexto de promoção e prevenção em saúde, segundo Rodrigues, Portella e Malik (2019), enfatiza um modelo centrado na pessoa e a importância de articular uma rede de cuidados. Salienta-se que a prática do cuidado centrado no paciente produz efeitos positivos sobre os resultados clínicos, estimulando a cooperação e possibilitando o suporte e a conservação dos direitos dos pacientes. A vista disso, este modelo tem potencial de dissolver com os paradigmas do modelo biomédico tradicional que persistem dentro dos hospitais, logo, promovendo uma abordagem mais holística e integrada, que é o essencial para ajudar o paciente.

Além disso, ressalta-se que o termo “cuidado centrado na pessoa” é considerado mais adequado para a realidade do sistema de saúde brasileiro, pois a expressão “paciente” pode restringir a abordagem do sujeito, sugerindo vulnerabilidade e excluindo o componente de promoção da saúde. Desta forma, a abordagem centrada na pessoa reconhece as especificidades e complexidades individuais, favorecendo uma assistência que não apenas trata doenças, mas também promove a saúde e o bem-estar geral dos indivíduos (RODRIGUES; PORTELLA; MALIK, 2019).

Dentro da prática da internação em saúde mental, a abordagem cognitiva, fundamentada no modelo teórico desenvolvido por Aaron Beck, desempenha um papel crucial na compreensão e no tratamento dos transtornos mentais emergentes. A Terapia Cognitiva (TC) destaca-se pela sua ênfase na identificação e na modificação de padrões de pensamento distorcidos que contribuem para a manutenção dos sintomas psiquiátricos. Este modelo parte da premissa de que os indivíduos interpretam eventos de maneira distorcida, influenciando diretamente

suas emoções e comportamentos. Assim, existe uma colaboração entre o psicólogo e o paciente para identificar esses padrões de pensamento negativos e desenvolver estratégias para reestruturá-los de maneira mais adaptativa (BECK, 2013).

Na prática de internação em saúde mental, a aplicação da Terapia Cognitiva (TC) é breve e focal, devido à natureza variável do tempo de permanência dos pacientes. Os profissionais se concentram na avaliação sistemática das cognições do paciente para entender como seus pensamentos influenciam sua condição mental. Isso possibilita intervenções direcionadas e eficazes não só para aliviar sintomas agudos, mas também para prevenir recaídas. A TC se destaca por sua abordagem estruturada e orientada para objetivos, especialmente relevante no contexto da internação, onde a estabilização rápida e a promoção da recuperação são metas prioritárias (BECK, 2013).

Diante da realidade vivida nos hospitais, onde há uma alta demanda por atendimento psicológico e necessidade de resolução rápida, a Terapia Cognitiva (TC) tem demonstrado grande eficácia, tanto em sua aplicabilidade quanto nos resultados obtidos. Isso se deve às características intrínsecas da TC, que é uma terapia breve, focada no presente, estruturada, e voltada para a resolução de problemas e a flexibilização de pensamentos e crenças disfuncionais (MAZUTTI; KITAYAMA, 2008).

No caso específico da unidade de internação em saúde mental, utilizou-se do modelo cognitivo para a compreensão dos casos clínicos dos pacientes. Além disso, as técnicas da TC foram especialmente úteis por sua brevidade. Foram utilizadas atuações relacionadas à atenção plena, como a atenção seletiva, para o manejo da ansiedade. Atenção seletiva refere-se ao processo pelo qual uma pessoa se concentra mais em certos aspectos da experiência ou do ambiente enquanto ignora outros (BUTLER, 1983).

Também utilizou-se do questionamento socrático. O questionamento socrático é uma técnica utilizada na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) que se baseia no método de diálogo filosófico desenvolvido por Sócrates. O objetivo dessa técnica é ajudar os pacientes a explorar e desafiar suas crenças e pensamentos automáticos de maneira estruturada e reflexiva (WALTMAN; CODD III; MCFARR; MOORE, 2023). Essas perguntas ajudam o paciente a examinar a validade de seus

pensamentos, a considerar outras possibilidades e a desenvolver uma compreensão mais objetiva e equilibrada de suas experiências. O questionamento socrático é uma ferramenta poderosa na TCC para promover mudanças cognitivas e comportamentais, levando a uma melhora no bem-estar emocional e na qualidade de vida dos pacientes.

Outra técnica utilizada foi a entrevista motivacional. A entrevista motivacional (EM) é uma abordagem terapêutica centrada no cliente, desenvolvida por William R. Miller e Stephen Rollnick, que visa promover a mudança de comportamento através da resolução da ambivalência do cliente e o fortalecimento de sua própria motivação, a fim de estimular mudança de comportamento (MILLER; ROLLNICK, 2001). É amplamente utilizada em contextos como tratamento de dependências, gestão de doenças crônicas, promoção de saúde e bem-estar, e muitos outros.

Vale mencionar que os pacientes atendidos na unidade de internação psiquiátrica incluíam adolescentes, adultos e idosos, predominantemente em situações involuntárias e judiciais. A maioria dos internados apresentavam diagnósticos de transtornos de dependência, transtornos de humor , esquizofrenia, transtornos de personalidade e transtornos depressivos (APA, 2022). Os atendimentos eram realizados de forma diversa, ocorrendo no pátio durante atividades, quando surgia a necessidade de abordar temas relacionados à atividade, ou em momentos mais privados, realizados em salas. Esses atendimentos eram sempre conduzidos em conjunto com outro estagiário, residente ou sob a supervisão de um profissional local.

O principal objetivo desses atendimentos era compreender o caso do paciente, oferecer suporte imediato às suas demandas e estabilizar crises psíquicas. Dado o curto período de internação, o foco era a estabilização dos pacientes, não sendo viável a realização de psicoterapia contínua. Assim, o objetivo primordial dentro da unidade era o manejo eficaz das crises e a estabilização do estado mental dos pacientes, proporcionando um cuidado imediato, focal e alinhado às necessidades urgentes dos internados.

4. CONCLUSÃO

Este estudo teve como objetivo relatar e refletir sobre a prática do

atendimento psicológico pela abordagem cognitivo-comportamental realizada em uma unidade de internação de saúde mental de um hospital público situado em uma cidade do interior do Estado do Rio Grande do Sul.

A experiência de estágio na unidade de internação de saúde mental proporcionou uma imersão prática na complexidade do atendimento em saúde mental dentro do contexto hospitalar. Ao longo do estágio, foi possível observar e aplicar técnicas psicológicas que visam não apenas a estabilização dos pacientes internados, mas também a promoção do bem-estar e a prevenção de recaídas, mesmo em um ambiente marcado por intervenções de curto prazo e demandas urgentes.

A abordagem cognitiva, especialmente a Terapia Cognitiva (TC), se mostrou particularmente eficaz para o manejo de crises e a reestruturação de padrões de pensamento distorcidos, características comuns nos transtornos mentais graves atendidos na unidade. A utilização de técnicas como a atenção plena, o questionamento socrático e a entrevista motivacional destacou-se como estratégias fundamentais para o atendimento de uma população diversa, incluindo adolescentes, adultos e idosos em condições de internação involuntária.

Os desafios enfrentados durante o estágio ressaltam a importância de uma formação acadêmica sólida e contínua adaptação às realidades complexas do ambiente hospitalar. A Psicologia da Saúde, integrada aos princípios de promoção e prevenção, oferece uma perspectiva abrangente que vai além do tratamento de doenças, incorporando o bem-estar físico, mental e social dos pacientes.

Este estágio também evidenciou a necessidade de uma prática interdisciplinar e colaborativa, fundamental para a formulação de planos de tratamento que atendam às necessidades imediatas e de longo prazo dos pacientes. A experiência reforçou a importância de um modelo de cuidado centrado na pessoa, que reconhece as especificidades individuais e promove a saúde de forma holística e integrada.

Por fim, a prática de estágio em saúde mental hospitalar não apenas contribuiu para o desenvolvimento de competências técnicas, mas também para uma reflexão crítica sobre as práticas institucionais, evidenciando a relevância de uma formação acadêmica que prepare o psicólogo para atuar em contextos

desafiadores e dinâmicos, promovendo a saúde mental de maneira ética, eficaz e humanizada.

REFERÊNCIAS

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION - APA. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**: DSM-5-TR. Porto Alegre: Artmed, 2022.

BECK, Judith S. **Terapia Cognitivo-Comportamental:** teoria e prática. 2a edição. Porto Alegre: Artmed. 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Anais da 8ª Conferência Nacional de Saúde**. Centro de Documentação, 1986. 392 p. Disponível em: http://www.ccs.saude.gov.br/cns/pdfs/8conferencia/8conf_nac_anais.pdf

BUTLER, K.G. **Language processing:** selective attention and mnemonic strategies. In: LASKY, E.Z.; KATZ, J. Central auditory processing disorders: problems of speech, language, and learning. Baltimore: Park Press, 1983 p. 297-319.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. Resolução CFP no 010, agosto de 2005. Aprova o Código de Ética Profissional do Psicólogo. 2005. Disponível em: https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2005/07/resolucao2005_10.pdf

CORREIA, M. da C.B. A Observação Participante Enquanto Técnica de Investigação. Pensar Enfermagem, Vol. 13, N. 2, 2009. Disponível em: https://pensarenfermagem.esel.pt/index.php/esel/article/view/32

MAZUTTI, S.R.G.; KITAYAMA, M.M.G. **Psicologia hospitalar:** um enfoque em terapia cognitiva. Rev. SBPH, v.11 n.2, 2008. Disponível em: https://www.google.com/url?q=http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script%3Dsci_arttext%26pid%3DS1516-08582008000200010&sa=D&source=docs&ust=1718129796487665&usg=AOvVaw2hB1oHMu0hFAUOgjZDSScU

MILLER, W.R., ROLLNICK, S. **Entrevista Motivacional:** Preparando as pessoas para a mudança de comportamentos adictivos. Porto Alegre: Artes Médicas, 2001.

MUSSI, R. F. F.; FLORES, F. F.; ALMEIDA, C. B. Pressupostos para a elaboração de relato de experiência como conhecimento científico. **Práx. Educ., Vitória da Conquista** , v. 17, n. 48, p. 60-77, out. 2021 . Disponível em <http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2178-26792021000500060&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 19 ago. 2024. Epub 25-Nov-2021.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Constituição da Organização Mundial da Saúde**. Genebra: OMS, 1946.

RODRIGUES, J.L. da S. de Q.; PORTELA, M.C.; MALIK, A.M. **Agenda para a pesquisa sobre o cuidado centrado no paciente no Brasil.** Ciênc. saúde coletiva, 24 (11), 2019. Disponível em: https://www.scielo.br/j/csc/a/NbjdSZYLx5yxyLtZ963R7LC/#

ROSÁRIO, C.A.; BAPTISTA, T.W. de Faria; MATTA, G.C. **Sentidos da universalidade na VIII Conferência Nacional de Saúde:** entre o conceito ampliado de saúde e a ampliação do acesso a serviços de saúde. Saúde debate, 44 (124), 2020. Disponível em: https://scielosp.org/article/sdeb/2020.v44n124/17-31/pt/

WALTMAN, S.H.; CODD III, R.T.; MCFARR, L.M.; MOORE, B.A. **Questionamento Socrático para Terapeutas:** Aprenda a Pensar e a Intervir como um Terapeuta Cognitivo-comportamental. Porto Alegre: Artmed, 2023.