

NOTA TÉCNICA 007-23



**“SAÚDE MENTAL PARA TODOS”
CAMPANHA MUNDIAL
CELEBRADA EM OUTUBRO**

Autores:

Sarah Magalhães Ribeiro Mata

Centro de Informações sobre Medicamentos
(CIM)

Universidade Federal de Alfenas (UNIFAL-MG)

Email: cimunifal@gmail.com

Instagram: [@cim.unifal](https://www.instagram.com/@cim.unifal)

Facebook: Cim Unifal-MG

Blog: cimunifalmg.blogspot.com

Telefone: (35) 99136-0717

Dra. Luciene Alves Moreira Marques e

Dr. Ricardo Radighieri Rascado

Assessoria Técnica - CRF/MG

Telefone: (31) 3218 1012

duvidastecnicas@crfm.org.br



Introdução

O dia 10 de outubro (10/10) é considerado o Dia Mundial da Saúde Mental e essa data foi criada pela Federação Mundial da Saúde Mental, instituída em 1992. Têm-se como objetivo conscientizar a população sobre um problema presente em todo o mundo e apoiar aqueles que enfrentam transtornos mentais.

Mesmo possuindo o dia da conscientização sobre a saúde mental desde 1992, foi somente nos últimos anos em que surgiu certo reconhecimento da importância do cuidado com a saúde mental e o papel da mesma no desenvolvimento global. A depressão é uma das principais causas de incapacidade e o suicídio é a quarta maior causa de morte de jovens com idades entre 15 e 29 anos. Além disso, pessoas com transtornos mentais graves morrem prematuramente até duas décadas antes, em função de problemas físicos evitáveis (OMS, 2023).

Ainda que todo esse progresso tenha sido registrado e também visto nos últimos anos em alguns países, as pessoas com transtornos mentais ainda são, de forma bem frequente, vítimas de discriminação, estigma e graves violações dos direitos humanos (OMS, 2023).

É importante ter em mente que há estratégias viáveis, eficazes e também acessíveis com o intuito de promover, proteger e também restaurar a saúde mental, e a demanda de ações a respeito da saúde mental, sendo esta, urgente e indiscutível.

A saúde mental

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS) a saúde mental:

“É um estado de bem-estar mental que permite às pessoas lidar com o estresse da vida, realizar suas habilidades, aprender bem e trabalhar bem, e contribuir para sua comunidade. É um componente integral de saúde e bem-estar que sustenta nossas habilidades individuais e coletivas para tomar decisões, construir relacionamentos e moldar o mundo em que vivemos. A saúde mental é um direito humano básico. E é crucial para o desenvolvimento pessoal, comunitário e socioeconômico.”

É possível interpretar, através dessa definição, que a saúde mental vai além da ausência de transtornos mentais. A saúde mental varia de pessoa pra pessoa, com graus de angústia e dificuldades diferentes, assim como distintos resultados sociais e clínicos.

História da saúde mental

Na época do Império no Brasil, já se tinha conhecimento sobre a saúde mental, devido à chegada da família real. As pessoas vindas de famílias tradicionais e ricas eram tratadas em um tipo de asilo ou Casas de Misericórdia, para serem afastadas do convívio social. Causava espanto e vergonha, as famílias que tinham em seu convívio um parente considerado doente mental, ou como eram chamados, loucos (SANTOS; MIRANDA, 2015).

Por anos e anos, pessoas com doenças mentais eram excluídas, pelo princípio de serem anormais. E essa exclusão resultou em pacientes mentais abrigados em ambientes segregados, para eliminá-los do meio social (SANTOS; MIRANDA, 2015).

Foram criados então os manicômios ou hospitais psiquiátricos, com a intenção de acabar com os sintomas da desordem psíquica, utilizando no tratamento internação em si, técnicas de hidroterapia, administração exagerada de medicamentos, aplicação de estímulos elétricos e até o uso de procedimentos cirúrgicos (GUIMARÃES et al., 2013).

Somente depois de muito tempo que a saúde mental foi observada de uma forma diferenciada, com a psiquiatria positiva, uma ciência e prática clínica que procura entender e promover o bem-estar dos indivíduos, tratar do doente e cultivar o que há de bom em cada pessoa (CORDEIRO et al., 2012).

Em 1950 e nos anos seguintes, as políticas de saúde mental passaram por modificações, se intensificando nas décadas de 80, 90 e do século XX. O Movimento dos Trabalhadores em Saúde Mental reivindicava mudanças no modelo assistencial com uma luta antimanicomial que prega a desinstitucionalização e focaliza no cuidar das pessoas com transtornos mentais (HIRDES, 2009).

A Lei da Reforma Psiquiátrica (Lei 10.216) foi promulgada em 2001, essa lei redireciona o modelo da assistência em saúde mental no Brasil, e foi desde a criação desta que pessoas com transtornos mentais passam a ter seus direitos como cidadãos preservados. A Lei 10.216 de 2001, diz sobre os direitos da pessoa doente mental, de sua autonomia quanto aos tratamentos propostos, da não internação desnecessária, da internação voluntária e involuntária, e da reinserção do doente em seu meio social. O doente mental precisa ser visto como um indivíduo que apresenta uma doença, e como em outras doenças, precisa receber o melhor tratamento disponível para que assim ele consiga ter uma melhor qualidade de vida (BRASIL, 2001).

Fatores e características da saúde mental

Alguns fatores podem contribuir para o desenvolvimento de problemas de saúde mental, como é o caso de fatores biológicos individuais, fatores psicológicos, genética, o uso de substâncias e habilidades emocionais (OMS, 2022). Além disso, exposição a situações econômicas, sociais, geopolíticas e ambientais que não sejam favoráveis aumentam o risco das pessoas de sofrerem com transtornos mentais (OMS, 2022). Esses riscos podem se manifestar ao longo de todos os estágios da vida de uma pessoa, porém é mais prejudicial se ocorrer em períodos sensíveis ao desenvolvimento, como na infância (OMS, 2022).

Promoção e prevenção da saúde mental

Para promover e prevenir a saúde mental, intervenções são criadas para identificar os determinantes estruturais, individuais, sociais e da saúde mental para então intervir a fim de reduzir riscos, gerar uma ideia de resiliência e também estabelecer uma área de apoio para essa condição de saúde (OMS, 2022).

A prioridade global que está incluída nos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável é a prevenção do suicídio, e têm-se alcançado progresso através de acesso a meios, reportagens responsáveis e também através da educação social e emocional para jovens e adolescentes, assim como uma intervenção precoce. Além disso, a proibição de pesticidas perigosos auxilia na redução das taxas de suicídio (OMS, 2022).

É importante a promoção de saúde mental para crianças e adolescentes, e também promover e proteger a saúde mental no trabalho (OMS, 2022).

Métodos de tratamento

A abordagem de tratamento para os transtornos mentais inclui o uso de psicofármacos, sendo que esses medicamentos alteram a atividade mental e assim aliviam os sintomas dos transtornos mentais, ajudando na reintegração do indivíduo ao meio familiar e social (LUCCHETA; MASTROIANNI, 2012).

Os psicofármacos foram desenvolvidos para modificar os processos mentais e devem ser usados de acordo com o diagnóstico, já que vão atuar no pensamento e comportamento do paciente, modificando ou estimulando a melhora do humor e podem apresentar propriedades sedativas (BIZZO et al., 2018).

Para um tratamento completo, os pacientes psiquiátricos, precisam do uso de psicofármacos associado à psicoterapia (BIZZO et al., 2018).

Centro de Atenção Psicossocial (CAPS)

O Centro de Atenção Psicossocial, também conhecido como CAPS, funciona como um serviço comunitário de saúde pertencente ao SUS. No CAPS são tratados pacientes cujas doenças são, entre outras, psicoses, transtornos mentais e neuroses graves e persistentes, ou seja, quadros clínicos que evidenciam sua permanência em um dispositivo de atenção diária (BRASIL, 2004).

É função do CAPS, segundo a Secretaria do Estado da Saúde de Santa Catarina: “evitar a internação em hospitais psiquiátricos, dar suporte e atenção à saúde mental na rede básica, promover a inserção social das pessoas com transtornos mentais por meio de ações intersetoriais” entre outras

Impacto da covid-19 na saúde mental

Uma das situações mais complicadas vividas pela população nos últimos anos foi a pandemia causada pelo coronavírus. Isto gerou uma situação de medo, estresse, preocupações e incertezas. Surgiu também o trabalho de casa, desemprego temporário, educação domiciliar de crianças, privação do convívio social, falta de atividades físicas e o luto pela perda de familiares e amigos, afetando tanto a saúde física como a mental do indivíduo (OPAS, 2020). De acordo com a OMS, no primeiro ano de pandemia, a prevalência de depressão e ansiedade subiu 25% (ONU, 2022).

Papel do farmacêutico na saúde mental

Como já foi dito, a definição de saúde de acordo com a OMS não diz respeito à ausência de doença ou enfermidade, mas diz que “é um estado de bem-estar físico, mental e social do indivíduo” (WHO, 2018). De acordo com as Nações Unidas (ONU), em 2019 foi feito um levantamento e quase um bilhão de pessoas viviam com transtorno mental, sendo 14% adolescentes (ONU, 2022).

Conforme a Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP), a esquizofrenia e o transtorno bipolar são consideradas as doenças mais graves, sendo priorizada pela política de saúde

mental; e a depressão, ansiedade e dependência química, as doenças mais prevalentes (LEONARDO et al., 2017).

Uma vez que o tratamento é feito através de psicofármacos, é de extrema importância a presença do farmacêutico acompanhando o paciente. O farmacêutico vai promover o uso racional de medicamentos, educação em saúde e também realizar o acompanhamento farmacoterapêutico (BIZZO et al., 2018).

Já assistiu? ASSISTA!

Assista ao documentário “Holocausto Brasileiro”, baseado nas histórias do Manicômio de Barbacena, Minas Gerais. Através desse documentário é possível entender a situação em que pacientes com transtornos mentais viviam e como eram tratados. Disponível no YouTube <https://www.youtube.com/watch?v=jlentTu8nc4>.

Este documentário é uma adaptação do livro “Holocausto Brasileiro” escrito por Daniela Arbex, dirigido pela mesma e por Armando Mendz, lançado em 2016 com classificação acima de 16 anos.

Bibliografia

BIZZO, C. V. N. F.; SILVA, D. C.; CHAMBELA, M. C.; VASQUES, L. B. L.; ARAÚJO, G. M. N. A. A importância do profissional farmacêutico na saúde mental. SEMIOSES: inovação, desenvolvimento e sustentabilidade, v. 12, n. 4. Rio de Janeiro, out/dez, 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. Residências Terapêuticas: o que são, para que servem. Brasília – DF, 2004. Disponível em: <https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/120.pdf>. Acesso em: 28 ago. 2023.

CORDEIRO, Franciele Roberta, et al. Cuidados de enfermagem à pessoa com esquizofrenia: Revista de enfermagem da UFSM, 2012, n. 2, v.1, p 174-181. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/reufsm/article/view/3123>.

GUIMARÃES, Andréa Noeremberg, et al. Tratamento em saúde mental no modelo manicomial (1960 a 2000): histórias narradas por profissionais de Enfermagem. Revista Texto Contexto Enferm, Florianópolis, 2013, n. 22. V. 2, p.361-369. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-07072013000200012.

HIRDES, Alice. A reforma psiquiátrica no Brasil: uma revisão. Revista ciência e saúde coletiva, 2009, n. 1, v. 14, p. 297-305. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/csc/v14n1/a36v14n1.pdf>.

LIANDRO, Bismarck. A EVOLUÇÃO DA SAÚDE MENTAL NO BRASIL: REINserÇÃO SOCIAL. Revista Científica Semana Acadêmica. Fortaleza, ano MMXVIII, Nº. 000126, 16 jun. 2018

LEONARDO, C.B.; CUNHA, D.F.; SAKAE, T.M.; REMOR, K.V.T. Prevalência de Transtornos Mentais e Utilização de Psicofármacos em Pacientes Atendidos em um Ambulatório Médico de Especialidades. Arquivos Catarinenses de Medicina, v.46, n.2, p.39-52. 2017.

LUCCHETTA, R.C.; MASTROIANNI, P.C. Intervenções farmacêuticas na atenção à saúde mental: uma revisão. Revista Ciência Básica Aplicada, v.33, n.2, p.165-169. 2012.

ONU. Organização das Nações Unidas. 2022.

OPAS. Organização Pan-Americana da Saúde. Intervenções recomendadas em saúde mental e apoio psicossocial durante a pandemia. Jun. 2020.

SECRETARIA DO ESTADO DA SAÚDE DE SANTA CATARINA. SUPERINTENDENCIA DE POLÍTICAS DE ATENÇÃO INTEGRAL À SAÚDE/SPAIS. Gerência de Ações Integradas de Saúde/GEAIS. Disponível em: http://www.mp.go.gov.br/portalweb/hp/8/docs/orientacao_caps_-_secretaria_estadual_de_saude.pdf. Acesso em: 2 out. 2023.

SANTOS, P., A., N., dos; MIRANDA, M. B. S. O percurso histórico da reforma psiquiátrica até a volta para casa. Revista escola de medicina e saúde pública, 2015.

World Health Organization. Mental health: strengthening our response. 2014.

WHO. Mental Health Atlas 2017. Geneva: World Health Organization. 2018.

WHO/Sergey Volkov. World Health Organization. Mental Health. 2023