

Grupo de troca de cartas: alternativas da atenção primária à saúde para lidar com o isolamento social

Letter exchange group: primary health care alternatives to deal with social isolation

DOI:10.34119/bjhrv5n5-196

Recebimento dos originais: 30/08/2022

Aceitação para publicação: 05/10/2022

Larissa da Silva Suarez Salas

Pós-Graduada Terapeuta Ocupacional Lato-Sensu do Programa de Residência Multiprofissional de Atenção Integral à Saúde da Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto pela Universidade de São Paulo
Instituição: Universidade de São Paulo
Endereço: Butanta, São Paulo - SP
E-mail: larissa.salas@alumni.usp.br

Regina Yoneko Dakuzaku Carretta

Doutora do Departamento de Ciências da Saúde
Instituição: Faculdade de Medicina de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo
Instituição: Universidade de São Paulo
Endereço: Butanta, São Paulo - SP
E-mail: reginadc@fmrp.usp.br

RESUMO

O presente trabalho trata-se de um relato de experiência, em que elaborou-se um Grupo de Troca de Cartas com o objetivo de cumprir com os princípios da Atenção Primária à Saúde durante o isolamento social, em decorrência da pandemia da Covid-19. A escrita de cartas foi discutida pela equipe e comunidade de um serviço de Estratégia de Saúde da Família do Distrito Oeste de Ribeirão Preto, como uma opção potencial para proporcionar um processo grupal, respeitando o isolamento social. A atividade mostrou-se potente para proporcionar a socialização de pessoas que se encontravam afastadas fisicamente da unidade, mas que pertenciam à área de abrangência do serviço, e o utilizavam como rede de apoio e cuidado. O grupo teve funcionamento mensal. Os temas, pré-determinados, assim como o material para a escrita – papel e envelope – eram entregues no início do mês, em visita domiciliar. Ao final do mês, as cartas eram recolhidas, analisadas pelos profissionais coordenadores, e trocadas, gerando um espaço de comunicação e interação. Tal proposta resultou na participação de pacientes que não eram a pessoal-central de cuidado nas famílias acompanhadas pelo serviço. Além disso, trocas culturais, fortalecimento de redes de apoio e espaço com potencial terapêutico foram criados.

Palavras-chave: isolamento social, atenção primária à saúde, promoção da saúde.

ABSTRACT

This paper is an experience report, in which a letter writing group was developed with the objective of fulfilling the principles of Primary Health Care during social isolation, due to the Covid-19 pandemic. Letter writing was discussed by the team and community of a Family Health Strategy service in the Western District of Ribeirão Preto, as a potential option to provide

a group process, while respecting social isolation. The activity proved to be powerful in providing socialization to people who were physically distant from the unit, but who belonged to the area covered by the service, and used it as a support and care network. The group ran on a monthly basis. The predetermined themes, as well as the writing material - paper and envelope - were delivered at the beginning of the month, during home visits. At the end of the month, the letters were collected, analyzed by the coordinating professionals, and exchanged, generating a space for communication and interaction. Such a proposal resulted in the participation of patients who were not the central caregivers in the families followed by the service. In addition, cultural exchanges, strengthening of support networks and space with therapeutic potential were created.

Keywords: social isolation, primary health care, health promotion.

1 INTRODUÇÃO

O tema presente foi primeiramente apresentado na XI Exposaúde de Ribeirão Preto - 2021 - Exposição de experiências bem sucedidas nas unidades de saúde e das pesquisas aplicadas para a prática no SUS. Como seguimento, elaborou-se este relato de experiência, detalhando e refletindo sobre o processo desenvolvido.

A medida de isolamento social para combater a propagação do coronavírus teve desdobramentos negativos, principalmente impactos danosos à saúde mental e psicossocial da população isolada (SPOSITO, 2021). Pode-se mencionar que sentimentos como solidão, tédio, sensação de desamparo, além de depressão, podem surgir devido ao isolamento (IASC, 2020).

O IASC – Inter-Agency Standing Committee, em seu guia preliminar “Como lidar com os aspectos psicossociais e de saúde mental referentes ao surto de COVID-19”, aponta a importância de redes sociais ou outras formas de tecnologia como forma de apoio social, considerando o isolamento social (IASC, 2020). Por sua vez, Brito et al (2021), enfatiza a utilização de atividades de lazer e de cuidado como estratégias de enfrentamento ao prejuízo à saúde mental em decorrência do isolamento social acionado no momento pandêmico.

Nesse sentido, torna-se importante cuidar das pessoas nessa situação. A Estratégia Saúde da Família, considerando-se as suas características, se mostra fundamental para o desenvolvimento de ações junto à população de sua área de abrangência, visto a sua responsabilidade territorial (MEDINA et al, 2020).

Buscando estratégias viáveis e adequadas neste contexto para proporcionar uma estratégia de cuidado a essa população, elaborou-se o Grupo de Troca de Cartas. A escrita de cartas, ideia inicialmente concebida pela terapia ocupacional, foi discutida pela equipe e comunidade de um serviço de Estratégia de Saúde da Família localizada no Distrito Oeste de Ribeirão Preto, como uma alternativa para proporcionar cuidado à população isolada

socialmente e virtualmente, a fim de vivenciarem um processo grupal, respeitando o isolamento social. A atividade mostrou-se potente para proporcionar a socialização de pessoas que encontravam-se afastadas fisicamente da unidade, mas que pertenciam à área de abrangência do serviço, e o utilizavam como rede de apoio e cuidado (BRASIL, 2011).

Tomou-se como perspectiva a valiosa possibilidade de troca de histórias. As histórias podem conter vivências, fantasias, orientações, relatos de ações assertivas e errôneas, além de angústias. É a partir da contação de histórias que o ser humano troca informações, exercita a criatividade, se socializa, desabafa e se apoia; gerando importantes trocas e exercitando os princípios da humanização. Portanto, a troca de histórias por carta pode ser considerada como espaço com potencial terapêutico, de pertencimento, de favorecimento de trocas sociais, emergindo com rede de apoio (GONÇALVES, LISBOA, 2007).

Nesse contexto, um grupo de troca de cartas pode ser caracterizado como recurso terapêutico, estratégia de promoção de saúde, de participação e de lazer. Assim, a escrita das histórias foi eleita como opção, de forma que os participantes não necessitavam sair de casa e assim manter os cuidados sanitários necessários.

2 OBJETIVO DA PROPOSTA

Este relato objetiva descrever e refletir sobre a experiência do Grupo de troca de cartas, que visou aproximar as pessoas no período de isolamento social, através de uma das possibilidades de contato humano segura sanitariamente: escrever e compartilhar cartas.

3 ESTRATÉGIAS DESENVOLVIDAS

A partir da ideia preliminar discutida na equipe, iniciou-se com uma pesquisa junto a população da área de abrangência do serviço de saúde da família em questão, utilizando-se de redes sociais, entrega de folders, consultas e visitas domiciliares. Percebendo que a proposta foi bem aceita pela comunidade local, identificou-se os interessados e deu-se início ao processo grupal. Após esse processo, o grupo formado por 8 mulheres, foi organizado em quatro passos: 1 - Comunicação da usuária do serviço apontando interesse em participar da atividade, para qualquer profissional da equipe. 2 - Organização do material de escrita (papel, caneta e envelopes) pela equipe, bem como elaboração de instruções a serem dadas. A entrega do material ocorria na primeira semana do mês, juntamente com as instruções para o grupo. 3 - Escrita da carta pela participante em sua própria casa; com ou sem ajuda de algum familiar ou profissional da equipe, conforme o tema proposto, com o prazo de escrita até a última semana do mês corrente. Ao finalizar, realizava a entrega da carta diretamente no serviço, ou informava

a equipe. 4 - Recolhimento da carta pela equipe, sendo no próprio serviço de saúde ou em visita domiciliar, após o qual realizava-se a leitura das cartas. Foram definidas regras para as cartas não registrarem conteúdo preconceituoso e propagandas partidárias; além disso, a participante pôde ou não se identificar. 4 - Por meio de visita domiciliar, a equipe realizava a troca das cartas. Nesse momento, também realizava a entrega do material do próximo mês, consistindo em uma folha e um envelope, e a orientação do tema do mês seguinte, realizando assim a manutenção do grupo.

Inicialmente propôs-se como tema a troca de experiências sobre a rotina durante a pandemia. Os participantes descreviam as atividades, dificuldades e estratégias utilizadas nesse período. Nos outros meses foram desenvolvidos os seguintes temas: experiência de ter netos, folclore e parlendas brasileiras, tecnologias da informação e Setembro Amarelo. Os temas escolhidos foram resultantes da discussão entre os profissionais e usuários do serviço, de forma que fosse proporcionado serem protagonistas no processo; assim como previsto na Política Nacional de Humanização (2004).

4 RESULTADOS

Cumpriu-se com os objetivos esperados, quando se idealizou esta proposta.

Utilizou-se dos princípios de humanização e promoção da saúde, em uníssono com a estratégia do dispositivo grupal, sendo canalizados através de uma prática inovadora. Como resultado, gerou-se um grupo participativo. A “atenção e respeito, fazem com que o usuário se sinta valorizado e busque soluções para as suas questões de saúde física e mental.” (FERREIRA et al, p.11, 2012)

A escrita da carta, como relatado, poderia ser feita pela própria participante com ou sem ajuda de algum familiar ou profissional da equipe. Para que o processo da escrita da carta pudesse favorecer a participação, as orientações para a sua elaboração envolveram estímulo para que a atividade pudesse ocorrer com maior independência possível, porém, quando isso não era viável, foi importante considerar a rede de apoio, informal ou formal, para que tal atividade pudesse ocorrer, sem no entanto privar a pessoa de sua expressão, demandas e desejos. Foi um momento, inclusive, de possibilitar estreitamento de vínculos no contexto familiar.

Fato que surpreendeu a equipe foi a participação de filhas cuidadoras, que não eram a pessoa-central do cuidado nas ações clínicas realizadas pelo serviço àquela família. A equipe compreende esse movimento como positivo, resultando na aproximação dessas usuárias com o serviço.

Vale destacar que especialmente nesse momento de pandemia, o cuidador principal se viu mais demandado uma vez que o cuidado restringiu-se ao interior do domicílio, exigindo mais tempo de sua rotina diária, mais dedicação, diminuição de possibilidades de compartilhamento do cuidado com outras pessoas, além das preocupações e ansiedades motivadas pelo próprio receio proveniente do adoecimento quanto ao COVID-19. Segundo Heilborn et al (2020), considerando o isolamento social há intensificação das tarefas domésticas, ampliando-se para os suportes moral e afetivo. O contexto de confinamento impacta a família levando a uma condição de estresse devido a cobranças familiares quanto às responsabilidades do cuidado. Por sua vez, Irigaray (2020), na cartilha “Promovendo Qualidade de Vida em Tempos de Pandemia: um Manual para Idosos e seus Cuidadores” aponta a importância de contar sua história de vida, escrever sua trajetória, enfrentamentos, compartilhando com alguém. Também destaca a esperança e otimismo como importantes aspectos no enfrentamento à pandemia.

Nesse sentido, a estratégia da troca de cartas, pode favorecer tempo, participação e protagonismo para olhar para si, para o auto-cuidado, e para o espaço de compartilhamento, o que colaborou para a saúde destas cuidadoras.

Observou-se o aparecimento de demandas de saúde mental nas cartas escritas, que os profissionais envolvidos, assim como o próprio movimento grupal, proporcionaram um espaço de ventilação de sentimentos, a percepção de escuta, acolhimento e pertencimento entre os participantes. Os temas mais presentes foram sobre o isolamento social, preocupação com as gerações futuras, qualidade na participação familiar, luto e esperança.

Ao início, as cartas foram escritas em anônimo, entretanto, observou-se como tendência a identificação, assim como a interlocução direta com o leitor, com votos para uma ótima semana, manter perseverança e apoiarem-se. Além disso, o conteúdo das cartas apresentou rico repertório cultural e social, abrindo um leque de conhecimento dos profissionais acerca da população do território que atendem.

Ao final, as participantes, usuárias do serviço, questionavam sobre a identidade da pessoa que escreveu a carta que receberam naquele mês (quando não identificada), em busca de tentar identificar se seriam colegas dos grupos do serviço que anteriormente participaram, e foram cessados pela pandemia. Esta busca pode demonstrar tanto a falta que sentiam dos grupos dos quais participavam, dos vínculos estabelecidos, como também a importância de estabelecer uma rede de apoio mais direta entre os participantes desse grupo de cartas.

Vale ressaltar que, como destacado anteriormente, muitas pessoas do território se encontravam em situação de isolamento físico e também virtual. Em tempos em que tanto se

utilizou de estratégias virtuais como grupo de whatsapp, plataforma como google meet, dentre outros, pessoas se sentiram excluídas ou com dificuldades de acesso a esse meio, a essa tecnologia. Assim, a carta escrita manualmente, retoma uma estratégia de comunicação até mesmo considerada ultrapassada, mas que resgatou consigo um modo de expressão vivenciado no passado por eles. Expressar, compartilhar, aguardar a carta do outro...como abordarão a temática sobre a qual escrevo hoje? Como lerão o que ora escrevo? Que diálogos serão possíveis?

Neste sentido, se preparar para escrever, escrever em si, ler a escrita do outro trouxeram possibilidades de se relacionar, de se identificar, de expressar, de se sentir incluso em um mundo que muitas vezes exclui o que não é digital. Em tempos de isolamento também virtual para muitos, o grupo de carta possibilitou o sentimento de pertença, o pertencimento em um grupo vinculado por laços não fisicamente presenciais, porém entrelaçada enquanto rede de apoio.

A equipe do serviço compreendeu que essa foi uma estratégia criativa e saudável que o Serviço Básico de Saúde encontrou para fortalecer a população adscrita, nos tempos de isolamento social e também virtual.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Compreende-se que o Grupo de Cartas é um dispositivo com potencial de promoção à saúde, favorecendo o movimento grupal e o apoio mútuo entre os participantes. Tal estratégia precursora visou amparar a população durante o contexto pandêmico, colocando em prática as premissas norteadoras da Atenção Primária à Saúde, que teve a tarefa durante a pandemia de continuar sua missão de promoção, prevenção e tratamento.

Ressalta-se a crença que essa estratégia possa ser usada em contexto de isolamento social da população atendida pela APS, e que se vê com prejuízos à sua saúde, não necessariamente em decorrência de pandemia.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria Executiva. Núcleo Técnico da Política Nacional de Humanização. HumanizaSUS: política nacional de humanização: documento base para gestores e trabalhadores do SUS [Online]. 2. Ed. Brasília (DF); 2004. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/humanizaSUS_politica_nacional_humanizacao.pdf>. Acesso em 23 de julho de 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Política Nacional de Humanização. Atenção Básica / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Política Nacional de Humanização. – Brasília : Ministério da Saúde, 2010. 256 p.: il. – (Série B. Textos Básicos de Saúde) (Cadernos HumanizaSUS ; v. 2)

BRASIL. Ministério da Saúde. Portaria 2.488 de 21 de outubro de 2011. Aprova a Política Nacional de Atenção Básica. Disponível em: <http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2011/prt2488_21_10_2011.html> Acesso em 04 de jul. de 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Núcleo de Apoio à Saúde da Família / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. – Brasília: Ministério da Saúde, 2014. 116 p.: il. – (Cadernos de Atenção Básica, n. 39)

BRITO et al. Agravamento das doenças psiquiátricas durante o período de isolamento social: uma breve revisão de literatura. *Brazilian Journal of Health Review*, Curitiba, v.4, n.2, p. 4678-4691 mar./apr. 2021

EXPOSAÚDE DE RIBEIRÃO PRETO. Prefeitura Municipal de Ribeirão Preto - Secretaria Municipal de Saúde, 2022. Disponível em <<https://www.ribeiraopreto.sp.gov.br/portal/saude/exposau>>. Acesso em 04 de setembro de 2022.

FERREIRA et al. A humanização do atendimento na atenção primária à saúde. *Brazilian Journal of Health Review*, Curitiba, v.5, n.1, p. 1680-1693 jan./fev. 2022

GONÇALVES, R.C.; LISBOA, T.K. Sobre o método da história oral em sua modalidade trajetórias de vida. Florianópolis: Revista Katálysis. Online. v.10. p. 83-92. 2007

HEILBORN, M.L.A.; PEIXOTO, C.E. ; BARROS, M.M.L. Tensões familiares em tempos de pandemia e confinamento: cuidadoras familiares. *PHYSIS. Revista de Saúde Coletiva* (online), v. 30, p. 2-8, 2020. Disponível em <https://www.scielo.br/j/physis/a/HZrBGxLgJTfdHXNPQM36CFM/?format=pdf&lang=pt> Acesso em 08 de setembro de 2022.

IASC – Inter-Agency Standing Committee. Como lidar com os aspectos psicossociais e de saúde mental referentes ao surto de COVID-19. Versão 1.5, março 2020. Disponível em <<https://interagencystandingcommittee.org/system/files/2020-03/IASC%20Interim%20Briefing%20Note%20on%20COVID-19%20Outbreak%20Readiness%20and%20Response%20Operations%20-%20MHPSS%20-%20Portuguese%29.pdf>>. Acesso em 07 de setembro de 2022.

IRIGARAY, TQ. Promovendo qualidade de vida em tempos de pandemia [recurso eletrônico] : um manual para idosos e seus cuidadores / organizadora Tatiana Quarti Irigaray. – Dados eletrônicos. – Porto Alegre : EDIPUCRS, 2020. Disponível em http://www.institutodopulmao.com.br/assets/pdf/cartilha-2-pt_br.pdf. Acesso em 08 de setembro de 2022.

MEDINA, MG; BOUSQUAT, LGA; MENDONÇA, MHM; AQUINO, R.. Atenção primária à saúde em tempos de Covid-10: o que fazer? Cad. Saúde Pública 2020; 36(8):e00149720. Disponível em <<https://doi.org/10.1590/0102-311X00149720>>. Acesso em 7 de setembro de 2022.

SILVA, C.A.; et al. História oral e pesquisas qualitativas em enfermagem. Brazilian Journal of Nursing. Online. v. 5, n. 3. 2006.

SPOSITO et al. Covid-19: isolamento social e suas consequências. Brazilian Journal of Health Review, Curitiba, v.4, n.6, p. 25212-25215 nov./dec. 2021