



Ministério da Saúde

FIOCRUZ

Fundação Oswaldo Cruz

Nota Técnica 01/2020

Orientações sobre Saúde Mental e a Pandemia COVID-19 para Residentes em Saúde da Fundação Oswaldo Cruz/MS

A pandemia de Covid-19, causada pela infecção pelo novo coronavírus (SARS-CoV-2), tem demandado de governos e sociedade, em especial de instituições de ensino e pesquisa, postura responsável e comprometida com a defesa da vida e a saúde da população. A Fundação Oswaldo Cruz, em consonância com sua missão, possui um papel estratégico nesse momento tão difícil e desafiador para saúde pública brasileira.

Assim, por meio dessa Nota Técnica, a Coordenação de Residências em Saúde da Fiocruz, numa iniciativa do Fórum de Coordenadores de Residências em Saúde dessa instituição, vem apresentar orientações gerais sobre prevenção e apoio, voltadas para seus residentes e suas residentes, no que se refere aos funcionamentos, referências técnicas, princípios relacionais e compromissos éticos entre todos e todas envolvidos nos programas de Residências: residentes, preceptores, supervisores, tutores e professores.

Reconhecemos o empenho, a dedicação e o esforço que tem sido ofertado para manter o cotidiano das Residências, buscando atender ao nosso compromisso institucional de atuar com qualidade, responsabilidade social, com base em evidências científicas, lisura administrativa e centralidade nas pessoas.

Entendemos que o momento é de apreensões, sofrimentos e incertezas, em que, por vezes, nos sentimos com medo e inseguros. Esses são sentimentos legítimos e esperados no período em que atravessamos, e reafirmam nossa condição humana.

O cotidiano de cada um e cada uma de nós foi completamente alterado, tomado por um senso de urgência em que o tempo parece se traduzir apenas no momento presente. Podem surgir dúvidas sobre nossos conhecimentos e como devemos atuar. Por isso, é imprescindível nos lembrarmos do que já aprendemos e fazemos bem, assim como de construir relações de confiança com os profissionais e as profissionais dos campos em que atuamos, para que possamos nos apoiar mutuamente e consigamos atravessar com segurança esses tempos difíceis.

A Fiocruz é uma instituição construída ao longo de 120 anos de desafios e precisamos atuar de forma firme e coerente com essa história de formação de trabalhadores e trabalhadoras de saúde e tradição científica. Somos todos e todas Fiocruz e, neste momento, é fundamental que nos mantenhamos unidos e unidas, nos sentindo parte de uma comunidade, um todo orgânico e coeso.

Consideramos que os residentes e as residentes, juntamente com demais trabalhadores e trabalhadoras de saúde, integram um grupo sinérgico cuja principal tarefa, neste momento, é enfrentar a pandemia do COVID-19. Para que isso ocorra de forma responsável, é preciso que todos e todas estejam atentas à sua saúde e sua segurança, procurando agir seguindo boas

práticas e respeitando as singularidades das experiências locais, assim como as necessidades dos diferentes programas.

Assim, através desta Nota Técnica, propomos que:

1. Todas as atividades práticas devem ser compreendidas como de extrema importância, sendo preservadas, desde que orientadas pelos diferentes planos de contingência institucionais nos quais os programas estão inseridos, e considerando a atenção à saúde mental dos residentes e das residentes.

Entendemos que promover as atividades cotidianas de formação profissional configure-se como uma tarefa complexa no contexto atual, mas igualmente necessária. Simplicidade, valorização da experiência, coerência com as necessidades dos territórios e da população atendida e cuidada, sensibilidade, criatividade, solidariedade e cooperação são elementos estruturantes de nosso dia-a-dia. É preciso não esquecermos das pequenas coisas que motivam e dão suporte às pessoas: os encontros e as celebrações possíveis, mesmo que a distância e através dos diversos recursos digitais; as coisas que fazem lembrar quem somos e porque lutamos (fotos, signos, símbolos, músicas...).

Valorizar as relações, o diálogo e a troca de experiências sempre foram uma escolha dos processos educacionais institucionais da Fiocruz e devem estar presentes também nas formas de viver o compromisso com a atenção e o cuidado, no período da pandemia. Mesmo diante do senso de urgência necessário, devemos fortalecer os encontros entre residentes, demais trabalhadores de saúde e a população, de acordo com critérios/formatos recomendados para o momento.

2. É fundamental e necessário que tenhamos clareza que “isolamento social” deve ser físico e não afetivo e que, precisaremos, neste período, lançar mão de estratégias criativas, que envolvam múltiplos signos, símbolos e gestos que motivem, conectem e deem suporte às pessoas — mesmo que à distância. As redes de cuidado, apoio e afeto, assim como as redes de solidariedade ampliadas, deverão ser construídas de forma coletiva e cotidianamente, pois são necessárias e potentes para nos lembrarmos que existe história e que não estamos sós e, sim, compartilhando uma experiência coletiva.
3. Para todos os nossos Programas de Residência, ressaltamos a importância das iniciativas institucionais, de toda ordem, que ambicionem garantir, proteger e defender a vida de cada pessoa envolvida nos contextos de ensino-aprendizado, proporcionados pelos processos de cuidar da saúde das populações, sem exceção de função, posição institucional, núcleo de saber, classe social ou qualquer outra. Entendemos o impacto dessas decisões na saúde mental das pessoas, especialmente no que tange às iniciativas que têm a potência de gerar sensação de segurança, de valorização do trabalho e da vida. Em função desses princípios, dentre as iniciativas institucionais em curso, estamos providenciando, com a maior premência possível, material técnico-informativos (para diferentes populações, linguagens e contextos), implantação de leitos hospitalares, produção de testes, viabilização do acesso a Equipamentos de Proteção Individual (EPI's), realização de treinamentos/atualizações virtuais, estabelecimento de estratégias de comunicação, entre outras iniciativas.

Especialmente no que diz respeito aos Equipamentos de Proteção Individual, que têm no seu uso a possibilidade de conferir às pessoas não somente proteção de seus corpos, mas igualmente de sua saúde mental, entendemos como de suma importância sua garantia de provimento, assim como oferta de esclarecimentos sobre sua relevância, especificidades técnicas e racionalidade de uso. É fundamental lembrarmos que, sobre o uso desses materiais, sua disponibilidade é tão significativa quanto questões tais como desenvolver processos de trabalho que considerem as condições físicas, emocionais e psíquicas das pessoas, para sua utilização. Por exemplo, estudos têm demonstrado que trabalhadores e trabalhadoras muitos exaustos, no final de longas jornadas de trabalho, embora bem informados, descuidam-se dos protocolos de retirada de EPI's e se expõem ao contágio, nesses momentos. Assim, sem dúvidas, considerar aspectos relacionais dos procedimentos/protocolos técnicos, aumentam a segurança dos pacientes, cuidadores e cuidadoras.

4. Para sustentarmos nossa coesão é preciso nos comunicarmos de modo efetivo e claro. A Fiocruz tem ofertado organizada, periódica e sistematicamente informações atualizadas e confiáveis, sobre as mais diversas dimensões de enfrentamento dessa pandemia. Assim, recomendamos, como nossa primeira fonte de informações, nosso Portal institucional (<https://portal.fiocruz.br/coronavirus>). Lá, encontram-se informações suficientes e necessárias para qualificar a atuação dos trabalhadores e trabalhadoras em seus diferentes espaços de atuação.

Todavia, orientamos que as pessoas diminuam a intensidade de busca por informações, para evitar confusões e dúvidas desnecessárias. Vá ao portal duas vezes por dia. Isso será suficiente para se atualizar. Outras fontes confiáveis são o curso da UNA-SUS, o portal Campus Virtual Fiocruz, o site da Organização Mundial da Saúde (OMS) e da Organização Pan-Americana da Saúde (Opas), os protocolos de manejo clínico do Ministério da Saúde, das Secretarias Estaduais e Municipais de Saúde, as notas técnicas, portais de universidades e outras instituições de pesquisa de reconhecimento científico e as publicações das sociedades de especialidades médicas.

5. Ainda, recomendamos que todos os programas de residência incluam ofertas educacionais sobre o tema COVID-19, utilizando parâmetros que viabilizem o acesso a informações seguras e permanentemente atualizadas, considerando evitar a sobrecarga diária no fluxo de informações aliada a jornada de trabalho dos residentes e das residentes.
6. Comunicar é também ouvir. A escuta qualificada e interessada deve ser uma das nossas prioridades. Precisamos nos apoiar uns aos outros. A escuta precisa ser atenta e livre de pré-julgamentos, de modo a ser efetiva e afetiva o suficiente para nos sentirmos seguros e apoiados. Garantir lugares e momentos, os mais apropriados possíveis, para essa comunicação, é igualmente importante.

Apesar dos desafios cotidianamente enfrentados, precisamos estar presentes, contribuindo para a construção de relações em que cada um e cada uma, sinta que não está sozinho e sozinha, vivenciando o apoio institucional em seu cotidiano.

Assim, canais acessíveis de comunicação precisam ser ativados e divulgados. Precisamos saber o que está acontecendo, para conseguirmos responder, com a mínima efetividade, aos desafios e às demandas identificadas.

Com este intuito, recomenda-se aos residentes e às residentes que mantenham contato constante com as coordenações de seus programas, com destaque para os residentes de primeiro ano, recém inseridos e inseridas e ainda se familiarizando com as atividades. Os contatos podem ser realizados, por exemplo, via web, por aplicativos (como o Whatsapp) e por e-mail, compartilhando seu dia-a-dia, suas dúvidas e apreensões. Vivências de perda e luto poderão ser mais frequentes agora, e é preciso buscar apoio.

7. Em situações nas quais se identifique sofrimento mental mais intenso (fobias, processos ansiogênicos etc.), é importante contar com o apoio da coordenação de cada programa para que o residente e a residente seja acolhida e encaminhada a uma pessoa de referência, que possa mediar seu acompanhamento para atendimento especializado. Sabemos que alguns programas possuem iniciativas de apoio ao residente e à residente, ou também parceria com clínicas universitárias e outras organizações e, da mesma forma, apoiamos tais iniciativas. Também recomendamos que os residentes e as residentes sejam referenciados às instâncias relacionadas à saúde do trabalhador e do discente. Na Fiocruz, no nível central, o residente e a residente podem contar com o Centro de Apoio ao Discente, fazendo o contato pelo e-mail cad@fiocruz.br ou pelo Whatsapp (21) 3882-9066 e com o setor de psicologia da Coordenação de Saúde do Trabalhador (CST) pelo endereço eletrônico: psicologia@fiocruz.br.

Concluimos, reafirmando nosso compromisso institucional, técnico, ético e político de formarmos profissionais para atuar de modo consistente e responsável no Sistema Único de Saúde brasileiro (SUS), de acordo com as necessidades e demandas da sociedade, de modo a contribuir para a garantia de direitos e qualidade de vida das populações em seus diferentes formatos e contexto. Da mesma forma (e em função disso) queremos reiterar nosso compromisso com a saúde e a formação de todos e todas que são residentes da Fundação Oswaldo Cruz/MS.

**Coordenação de Residências em Saúde (CGE)/
Vice-Presidência de Educação, Informação e Comunicação da Fiocruz
Fórum de Coordenadores de Residências em Saúde da Fiocruz**

Contribuíram para esta nota:

Centro de Apoio ao Discente (CAD/VPEIC): Márcia Silveira

Vice Direção de Ensino/Gereb: Luciana Sepúlveda

Programa de Residência em Saúde Mental/Gereb: Graziella Barreiros e Jacqueline Assis

Departamento de Ensino/IFF: Corina Mendes

EGS/PRMSF: Renata Ruiz Calicchio

Rio de Janeiro, 6 abril de 2020.