



Ministério da Saúde

FIOCRUZ  
Fundação Oswaldo Cruz  
Brasília

## ESCOLA FIOCRUZ DE GOVERNO-EFG/GEREB/FIOCRUZ

### PROGRAMA DE RESIDÊNCIA MULTIPROFISSIONAL EM SAÚDE MENTAL, ÁLCOOL E OUTRAS DROGAS

#### PROJETO BÁSICO CUIDAR DO OUTRO É TAMBÉM CUIDAR DE MIM

**OBJETIVO:** oferecer suporte emocional para profissionais residentes da FIOCRUZ que trabalham em cenários de prática relacionados a pandemia do COVID-19.

#### **JUSTIFICATIVA:**

O Núcleo de Saúde Mental Álcool e outras Drogas da Fiocruz Brasília através do Programa de Residência Multiprofissional, Álcool e outras drogas desenvolveu uma proposta de suporte emocional para profissionais residentes que estão atuando nos cenários de prática que trabalham com o COVID-19.

Esta experiência consiste na organização de grupos tutorias que desenvolvem suporte emocional a profissionais residentes que necessitam de ajuda no trabalho para uma situação concreta que pede rapidez de solução, ou ainda para um sofrimento que se revela intenso. Nessa situação, propõe-se suporte emocional para lidar com as situações de sofrimento gerado pelo trabalho em saúde na pandemia do Corona vírus.

Os grupos tutorias são formados por um residente do Programa de Residência Multiprofissional, Álcool e outras drogas, tutoria de campo da residência e outros 20 profissionais residentes que trabalham diretamente com situações ligadas a Pandemia do Coronavírus. Sendo que além dos grupos tutorias também foi organizada uma ação de intervenção individual, no qual o profissional residente inserido no grupo tutorial que sentir vontade ou necessidade pode pedir atendimento específico por um psicólogo, também residente do programa. O profissional psicólogo é supervisionado diretamente por outros psicólogos, tutores de campo, que estão organizados para oferecer suporte psicológico breve focado na redução da ansiedade circunstancial e ajudar o profissional residente a lidar melhor com suas limitações, além de utilizar seus recursos internos na resolução dos conflitos do trabalho.

Os grupos tutorias são desenvolvidos no WhatsApp. A medida que são organizados grupos de cerca de 20 profissionais residentes, o residente do programa de saúde mental é

orientado por seu tutor a criação de um grupo de WhatsApp no qual são estipuladas regras de convivência e rodas de conversa que estimulam expressões para trabalhar a saúde física, emocional e mental, permitindo que a partir da fala, fotografias, desenhos, músicas, entre outros objetos intermediários o profissional residente possa sentir alívio diante das demandas e pressões que o trabalho pode estar lhe causando naquele momento. Todos são bem-vindos, mesmo aqueles que não apresentam ansiedade, uma vez que a ação consiste em uma ferramenta de ajuda mútua na qual o grupo se cuida como um todo, ao mesmo tempo que cada um pode cuidar de si. Se constitui nesse sentido como um mecanismo de promoção da saúde e permite o empoderamento e protagonismo das pessoas participantes.

Para os profissionais residentes que expressam no grupo uma maior afetação, indicando processos de sofrimento que tem prejudicado seu estado de saúde, é indicado o suporte psicológico breve, oferecido de forma individual, por um psicólogo do programa, através de uma plataforma de comunicação on-line.

Com essa iniciativa o programa de residência multiprofissional em saúde mental, álcool e outras drogas espera de forma solidária contribuir com os profissionais residentes que vivem situações elevadas de stress podendo gerar colapsos. E, nesse sentido, contribuir para atenuar expectativas e medos, raivas e insatisfações, além de possibilitar maior tolerância e cuidado consigo e com outro, podendo assim, contribuir de maneira significativa para redução das taxas de adoecimento no trabalho e melhorar a qualidade de vida.

### **CAPACIDADE DE ATUAÇÃO:**

Hoje o programa de residência multiprofissional em saúde mental álcool e outras drogas da Fiocruz Brasília tem ofertado essa ação para 120 profissionais residentes vinculados a outros programas na FIOCRUZ Brasília.

É possível estender essa oferta a outros 360 profissionais residentes vinculados aos programas da FIOCRUZ. Sendo assim o programa fica disponível para receber inscrições de todos os programas de residência da FIOCRUZ que tenham interesse em ofertar esse suporte aos seus residentes.

### **QUEM PODE PARTICIPAR:**

Profissionais residentes vinculado ao programas de residência da FIOCRUZ, incluindo:

- Residências uni e multiprofissionais
- Residentes de qualquer ano



## **COMO SE INSCREVER:**

Para se inscrever os profissionais residentes no projeto, basta enviar uma planilha com os dados dos residentes que deverão ser incluídos nos grupos tutoriais para: [rmsaumental@fiocruz.br](mailto:rmsaumental@fiocruz.br)

A planilha deve ser feita em Excel e deve conter as seguintes informações:

- Nome, Nome do programa de Residência, Estado, Cidade, Profissão, Telefone com WhatsApp, E-mail.

No corpo no e-mail é necessário colocar nome e contato da coordenação da residência.

Nossa equipe entrará em contato com o coordenador da residência com objetivo de explicar detalhadamente como funcionará os grupos e orientar como informar os residentes sobre sua inclusão na ação. Além de entender melhor quais são as demandas de saúde mental levantadas pela coordenação.

## **DURAÇÃO DA OFERTA:**

A ação está programada inicialmente para acontecer até a mês de julho de 2020, com possibilidades de prorrogação a depender das demandas relacionadas a pandemia.

## **DÚVIDAS:**

Caso tenha vontade de inscrever um grupo de residentes na ação e precisa de maiores esclarecimentos, pode contatar a equipe do Núcleo de Saúde Mental, Álcool e outras Drogas da FIOCRUZ Brasília através das seguintes pessoas:

- André Guerrero (61) 981655504 - [andre.guerrero@fiocruz.br](mailto:andre.guerrero@fiocruz.br)
- Jaqueline Tavares de Assis (61) 981624760 – [jaqueline.assis@fiocruz.br](mailto:jaqueline.assis@fiocruz.br)

MATERIAL PRODUZIDO PARA AÇÃO: <https://youtu.be/GG7BsSrXZRU>