Cuidados ofertados aos funcionários de um ambulatório de especialidades durante os primeiros meses da pandemia de COVID-19

Introdução

O Espaço Cuidar, nome fantasia da Equipe Especializada no Cuidado a Crianças e Adolescentes Vítimas de Violência, surgiu a partir da necessidade de ofertar cuidado especializado para o público alvo referido, pois percebeu-se que essas vítimas necessitam de cuidado especializado em uma perspectiva terapêutica, com ofertas de atendimentos semanais e psicoterapia. No entanto, o processo de implantação da equipe foi diretamente impactada por algo completamente inesperado e que afetou o mundo inteiro. A organização Mundial de Saúde (OMS) declarou em 30 de janeiro de 2020 que o SARS-CoV-2 (Covid 19) tratava-se de uma emergência de saúde pública de importância internacional. Em 11 de março de 2020, a epidemia do novo coronavírus foi declarada oficialmente como uma pandemia mundial, que, além dos impactos na saúde pública a nível mundial, também causou impactos sociais, econômicos, culturais e políticos em todo o mundo. No mesmo mês, o Plenário da Câmara de Deputados aprovou o pedido de reconhecimento de calamidade pública, a proposta foi aprovada pelo Senado Federal. O Estado de São Paulo também fez o reconhecimento do estado de calamidade pública de corrente da pandemia de COVID 19. O mundo todo passou a sentir os impactos da pandemia em todos os setores.

Justificativa

A pandemia afetou profundamente o Sistema Único de Saúde (SUS), pois além do alto número de pacientes infectados, internações e óbitos nos hospitais, houveram mudanças na forma de atendimento prestado pelos serviços, como o cancelamento de atendimentos presenciais e atendimentos coletivos em grupos, os atendimentos só poderiam ser realizados de forma virtual. Em razão do cancelamento, a agenda do ambulatório de especialidades em questão, local escolhido para que equipe especializada realizasse seus atendimentos, restringiu-se aos atendimentos virtuais. Por essa razão, a equipe do Espaço Cuidar foi orientada que não poderia iniciar os atendimentos naquele momento. Visto que todos os atendimentos presenciais e grupos com pacientes foram interrompidos na unidade, a equipe do Espaço Cuidar recebeu o aval da gerência para formular algumas ações visando cuidado em saúde mental e qualidade de vida para os funcionários do AMA E, pois vários funcionários da unidade estavam apresentando medo, receio, ansiedade, do contexto de pandemia, diante desta nova realidade ainda desconhecida. As equipes de saúde atuavam na tentativa de combater a infecção causada por um vírus que ninguém sabia como tratar e tampouco existia, na época, perspectiva de vacina. Por essa razão, a equipe especializada desenvolveu atividades visando ofertar momentos de bem estar e qualidade de vida aos funcionários da unidade em que estavam inseridas.

Objetivo

Mostrar como os cuidados em saúde ofertados pela equipe do Espaço Cuidar contribuíram na qualidade de vida e bem estar dos funcionários do ambulatório durante os primeiros meses de pandemia de COVID-19.

Relato da vivência

A equipe especializada foi contratada em dezembro de 2019 e instalada no referido ambulatório, com previsão do serviço iniciar oficialmente os atendimentos entre fevereiro e março de 2020, pois os primeiros meses foram dedicados a construção do projeto e dos fluxos de atendimento. O Espaço Cuidar estava pronto para começar a funcionar, mas, o período de início coincidiu exatamente com a paralisação dos atendimentos presenciais nos ambulatórios de especialidades, portanto, não foi possível iniciar os trabalhos com as crianças e adolescentes vítimas de violência. Tendo em vista o contexto, a equipe pensou em ações e estratégias que poderiam ser ofertadas aos funcionários do ambulatório, pois eram visíveis os impactos negativos da pandemia na saúde mental e autocuidado dos profissionais de saúde. Realizaram-se diversas atividades com os funcionários, as ações foram planejadas para acontecer tanto no período da manhã quanto da tarde para abranger todos os plantões. Foram atividades com técnicas de alongamento orientadas pela terapeuta ocupacional da equipe, atividades com técnicas de relaxamento com uso dos 5 sentidos e massagens relaxantes, oficinas de sentimentos e emoções onde os funcionários escreviam sobre suas sensações e medos a respeito da pandemia de Covid 19 e recebiam apoio psicológico.

Realizaram-se rodas de conversa onde oferecia-se espaço de escuta e acolhimento com foco nas questões trazidas pelos participantes. Salienta-se que durante as rodas de conversas a maioria dos funcionários afirmava que o maior medo não era se contaminar, e sim infectar algum familiar que convivia na mesma residência, visto que enquanto boa parte das pessoas estavam em home office, os profissionais de saúde continuaram trabalhando de forma presencial. Também foram ensinadas diversas estratégias de autocuidado que poderiam ser realizadas em casa e por outros membros das famílias dos participantes. A equipe também disponibilizou-se para conversar em particular com quem preferia não expor suas questões em público. Realizaram-se, juntamente com a equipe multidisciplinar do ambulatório, treinamentos a respeito dos cuidados com as máscaras de pano utilizadas fora do trabalho, treinamento de como manusear as máscaras fornecidas no ambiente de trabalho e orientações a respeito das atualizações do Covid 19. Houve a confecção de um quadro com envelopes contendo nomes dos funcionários, para que fossem deixados bilhetes e mensagens de apoio entre eles. Realizamos ações para conscientização dentro do ambiente de trabalho e com a população nas ruas com o “distanciômetro”, uma maneira bem- humorada e lúdica de reforçar as orientações de distanciamento social em filas e comércios. Para além do tema COVID, também foram realizadas rodas de conversas temáticas, sendo elas: “violentômetro e assediômetro”, abuso e exploração sexual infantil no Brasil, dia internacional de luta contra a lgbtqfobia; dia da conscientização da violência contra a pessoa idosa, setembro amarelo, combate ao racismo e sobre saúde mental.

Contribuições

As atividades propostas impactaram positivamente na qualidade de vida dos funcionários, visto que os trabalhadores sentiram-se diretamente impactados pelos efeitos negativos do Covid 19, pois diferente de outras categorias que poderiam trabalhar home office, estavam expostos diariamente aos riscos de contaminação tanto dentro do ambiente de trabalho quanto no trajeto, visto que muitos acessam o serviço através de transporte público. Recebemos feedback positivo após a realização das ações os funcionários que participaram elogiaram a iniciativa e seus impactos na vida cotidiana, também salientaram que estavam usando algumas técnicas ensinadas quando estavam em casa, pois dessa forma conseguiam relaxar e desligar-se um pouco do que estava acontecendo no mundo. As ações voltadas para ofertar cuidados aos funcionários foram ofertadas semanalmente e no período manhã e tarde, até o momento em que a equipe especializada foi orientada para finalmente iniciar os atendimentos presenciais. Quando os atendimentos do Espaço Cuidar iniciaram, as ações passaram a ocorrer de forma pontual devido a agenda, no entanto, ocorreram rodas de conversas temáticas com a presença dos funcionários que queriam participar e de alguns pacientes interessados que estavam na recepção, pois o ambulatório também retomou os atendimentos presenciais. Salienta-se que os pacientes participantes também elogiavam a iniciativa e aproveitavam o espaço de conversa e escuta para tirar dúvidas e falar sobre suas questões relacionadas aos temas discutidos. O período em que a vivência exposta ocorreu foi muito proveitoso para todos os envolvidos.