SISTEMATIZAÇÃO DA ASSISTÊNCIA DE ENFERMAGEM COM ACADÊMICOS DE ENFERMAGEM: SAÚDE MENTAL EM TEMPOS DE PANDEMIA¹

Beatriz Gomes², Karol Trevisan Sartori², Larissa Righi², Lisiane de Borba Müller³,
Dirce Stein Backes⁴

RESUMO

Objetivou-se desenvolver a Sistematização da Assistência de Enfermagem com acadêmicos do curso de graduação em Enfermagem, com enfoque na saúde mental em tempos de pandemia, na perspectiva do pensamento da complexidade. Trata-se de uma narrativa investigativa educativa desenvolvida como atividade avaliativa para a disciplina de Fundamentos Teórico Filosóficos da Enfermagem, do curso de Enfermagem da Universidade Franciscana. Foram desenvolvidas as cinco etapas da SAE. Evidenciou-se a partir do processo de Enfermagem que os acadêmicos possuem insônia, Síndrome de estresse por mudança, ansiedade, regulação do humor prejudicada e disposição para o enfrentamento melhorado, indicando que a saúde mental dos mesmos estavam prejudicada, apesar de os mesmos tentam mudar seus hábitos de vida para melhorar sua saúde mental. Conclui-se, que a Sistematização de Assistência em Enfermagem se constitui em metodologia relevante, principalmente durante o isolamento social, visto que os acadêmicos necessitam de maior suporte e orientações de como se conduzirem para minimizar os efeitos relacionados à saúde mental.

Palavras-chave: Saúde Mental; Isolamento Social; Pandemia; Ansiedade; Estudantes de enfermagem

ABSTRACT

This paper aimed to develop the Systematization of Nursing Care with graduate students, focusing on mental health in times of pandemic on the perspective of human complexity. This is an educational investigative narrative developed as an evaluative activity for the discipline of Theoretical and Philosophical Foundations of Nursing of the Franciscan University nursing course. Five steps of the SNC were developed. It was evident from the nursing process that the students have insomnia adjustment disorder, anxiety, impaired mood regulation and improved coping disposition, which indicates that their mental health was impaired, even though they tried to change their life habits in order to improve their mental health. It was concluded that the Systematization of Nursing Care is a relevant methodology, especially during social isolation, since the students need more support and guidance on how to conduct themselves to minimize the effects related to mental health.

Key Words: Mental Health; Social Isolation; Pandemic; Anxiety; Studente Nursing.

¹ Atividade avaliativa realizada para disciplina de Fundamentos Teóricos Filosóficos de Enfermagem do curso de enfermagem da Universidade Franciscana

² Acadêmicos do Curso de Enfermagem da Universidade Franciscana – UFN. E-mails: beatriz.gomes.pj@gmail.com; karol_sartori@hotmail.com; larissarighi89@gmail.com

³ Enfermeira. Aluna do Mestrado Profissional em Saúde Materno Infantil da Universidade Franciscana. E-mail: lisi_enf@yahoo.com.br

⁴ Professora Orientadora da disciplina Fundamentos teóricos filosóficos de enfermagem backesdirce@ufn.edu.br

1. INTRODUÇÃO

A Sistematização da Assistência de Enfermagem (SAE) é descrita, no Brasil, como uma ferramenta que organiza o trabalho profissional, possibilitando a implementação do Processo de Enfermagem (PE). Esse trata-se de instrumento metodológico que orienta o cuidado profissional de enfermagem, organizado em cinco etapas inter-relacionadas. De forma geral, um completa o outro e não existe uma sistematização completa sem o processo de enfermagem (SILVA; GARANHANI; PERES, 2015).

O Processo de Enfermagem, além de um aporte teórico, se organiza em cinco etapas respectivamente: Coleta de dados como uma investigação a fundo nos problemas e necessidades do paciente para melhor pensar no que deve ser feito. Diagnóstico de enfermagem uma descrição clínica e uma forma direcionada de perceber os problemas e necessidades. Planejamento trata-se de um pensamento acolhedor para que os resultados sejam os esperados. Implementação que consiste nas prescrições de enfermagem para que os objetivos sejam alcançados. Avaliação de enfermagem que é o acompanhamento e avaliação de resultados (TANNURE; PINHEIRO, 2010).

De acordo com a teoria da complexidade humana de Morin (1990), ao nos introduzirmos no pensamento complexo, questiona os saberes fragmentados e dispersos, os quais não cabem em uma cabeça bem feita. Para Morin, é dever da sociedade atual contextualizar cada conhecimento, visto que nada acontece por acaso, isto reflete bastante no contexto atual mundial. A fragmentação do saber, sem levar em consideração as outras áreas de conhecimento, é entendido como saber reducionista e mutilador da verdadeira compreensão humana.

Segundo o Ministério da Saúde (2020) o Coronavírus é uma família de vírus que causam infecções respiratórias agudas (SARS). O novo agente do Coronavírus foi descoberto em dezembro de 2019, após casos registrados na China e, posteriormente no Brasil. Desde então, muito se tem discutido sobre o que deve ser feito para evitar contaminação, como a higiene contínua das mãos, uso de máscaras, desinfecção de objetos, manter ambientes ventilados e abertos, evitar tocar mucosas, não compartilhamento de objetos e distanciamento social (ANS, 2020).

Poucos estudos, entretanto, exploraram os impactos do COVID-19 e da quarentena em relação a saúde mental de estudantes universitários, principalmente quanto aos níveis de

depressão, ansiedade e estresse. Considerando que as alterações rápidas em que os estudantes universitários foram sujeitos, por ocasião da suspensão das aulas presenciais, em função de decreto do estado de emergência, pode ter desencadeado dificuldades de adaptação e estados emocionais menos positivos, sendo de grande importância explorar as circunstâncias psicológicas dos desencadeamentos (MAIA; DIAS, 2020).

2. OBJETIVO

Desenvolver a Sistematização da Assistência de Enfermagem com acadêmicos do 4º semestre do curso de graduação em Enfermagem, com enfoque na saúde mental em tempos de pandemia, na perspectiva do pensamento da complexidade.

3. METODOLOGIA

Trata-se de uma narrativa investigativa educativa, realizada por alunas do 4º semestre de graduação de enfermagem de uma Instituição de Ensino localizada na região central do Rio Grande do Sul. A atividade avaliativa foi desenvolvida para a disciplina de Fundamentos Teórico Filosóficos da Enfermagem, cursada ao longo do primeiro semestre de 2020, sob orientação do professor responsável da disciplina.

O presente estudo foi desenvolvido com base nas etapas da SAE, com 23 acadêmicos do 4º semestre de graduação em enfermagem de uma universidade particular na cidade de Santa Maria/RS. O estudo foi realizado por meio de enquetes informais com sete perguntas, de forma online, onde obteve-se os dados históricos e relatos dos alunos.

Essa pesquisa ocorreu no período de abril e junho de 2020, tendo como aporte científico estudos da base de dados Scielo, Google Acadêmico e notificações governamentais.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Apresenta-se na sequência as etapas da SAE desenvolvida com acadêmicos de enfermagem do 4º semestre, nas quais são: Histórico, Diagnóstico, Planejamento, Implementação e Avaliação de Enfermagem.

HISTÓRICO DE ENFERMAGEM

Participaram do estudo 23 alunos do 4º semestre da UFN (Universidade Franciscana) que em maio de 1955 chamava-se Escola de Enfermagem Nossa Senhora da Medianeira e posteriormente passando para o nome de Centro Universitário Franciscano e atualmente (Desde 2018) Universidade Franciscana. Os alunos do 4º semestre de enfermagem da UFN, durante o semestre possuem 5 disciplinas obrigatórias de importante valor profissional e pessoal, sendo duas práticas paralelamente com a teoria. Dentre estas disciplinas está Fundamentos teórico-filosóficos em enfermagem, cuja professora orientadora busca sempre estimular os estudantes para o âmbito da pesquisa e da evolução enquanto profissionais.

A turma do quarto semestre é altamente integrada e acolhedora, pois demonstram empatia e compaixão com os colegas. Bondade, Empatia, Respeito, Admiração e Incentivo são palavras que descrevem claramente todos os alunos da turma.

Nesse período, por conta da pandemia, as aulas estão sendo realizadas de forma remota, o que dificulta a adaptação dos estudos em geral, visto que há afazeres domésticos e trabalho. Nesse período percebeu-se durante conversas online com os estudantes, que a saúde mental está sendo deixada de lado pois, os mesmo se sentem sobrecarregados com tantas atividades.

Por meio das conversas, os alunos deixam claro a mensagem de exaustão e cansaço emocional, porém sempre buscam ajudar os colegas, como uma corrente do bem. No geral, os alunos cooperaram com as enquetes, de forma que refletiram acerca da própria rotina expressivamente, conforme ilustrado no questionamentos que seguem.

Figura 1: Durante a pandemia provocada pela COVID-19 você tem cuidado da sua saúde?

Figura 2: Você tem dificuldade para dormir?

Você tem dificuldade para dormir?

Figura 3: Quanto a alimentação, como você tem percebido durante o isolamento?

Quanto a alimentação, como você tem percebido durante o isolamento?

Figura 4: Durante o isolamento social você tem percebido diferenças no seu humor/saúde mental?

Durante o isolamento social você tem percebido diferenças no seu humor/saúde mental?

Figura 5: Se sim, quais diferenças?

Figura 5: Se sim, quais diferenças?

Figura 6: Durante o isolamento você passou a usar medicamentos ou voltou a usar?

DIAGNÓSTICOS E PLANEJAMENTO DE ENFERMAGEM

Realizou-se, com base no diagnóstico de Enfermagem, um planejamento de cuidados de Enfermagem, conforme segue no quadro a seguir.

Quadro 1: Diagnóstico e Planejamento de Enfermagem

Diagnóstico	Planejamento
Insônia	Sugerir prática de exercícios físicos durante a manhã ou à tarde, sugerir práticas de atividades relaxantes, tais como banho morno, escutar músicas calmas, orientação quanto práticas de atividades espirituais, como a meditação
Síndrome de estresse por mudança	Apoio emocional, por meio de incentivo no grupo dos alunos quanto às dificuldades da vida acadêmica e pessoal, Orientação quanto a práticas relaxantes, Realização de escuta qualificada.
Resiliência	Estabelecer e manter a autoestima e a autoeficácia, Promoção de apoio familiar e incentivo quanto a adaptação
Ansiedade	Incentivar coletivamente a expressão de sentimentos, Orientar a realizar respiração adequada para o relaxamento, Apoio familiar e dos colegas
Regulação do humor prejudicada	Sugerir quanto a práticas de exercícios físicos, orientar quanto a busca de fragilidades, Estabelecer comunicação terapêutica
Disposição para enfrentamento melhorado	Assistência para o enfrentamento, Orientar quanto grupos de apoio

INTERVENÇÃO E AVALIAÇÃO DE ENFERMAGEM

Enviou-se, na sequência, para os estudantes um vídeo do youtube, com duração de um minuto e 36 segundos, o qual aborda sugestões de como manter a saúde mental durante a quarenta, falando acerca de práticas de exercícios físicos, espirituais, apoios e afins. O vídeo foi retirado do canal YouTube da UFF (Universidade Federal Fluminense). Ao final do processo da SAE, foi enviado, ainda, um formulário no modelo online com três perguntas relativas à eficácia das sugestões propostas pelo vídeo.

Na sequência, serão ilustradas as respostas aos questionamentos avaliativos propostos.

Gráfico 1: Você tem percebido mudanças pessoais a partir das sugestões apresentadas pelo vídeo?

Gráfico 2: Você acredita que as sugestões apresentadas pelo vídeo são efetivas e funcionais para melhorar a saúde mental durante o isolamento?

Gráfico 3: Você tem alguma outra sugestão que você tenha visto ou realizado?

Você tem alguma outra sugestão que você já tenha visto ou realizado?

● Atividades físicas ● Atividades de Lazer ● Atividades espirituais
● Desenvolver habilidades ● Não

5. CONCLUSÃO

Conclui-se, que a Sistematização de Assistência em Enfermagem se constitui em metodologia relevante, principalmente durante o isolamento social, visto que os acadêmicos necessitam de maior suporte e orientações singularizadas de como se conduzirem para minimizar os efeitos relacionados à saúde mental.

Denotou-se, que o vídeo sugerido como atividade de intervenção, foi de fundamental importância para o repensar de atitudes e posturas pessoais e coletivas. As atividades complementares, tais como a meditação, a yoga, os exercícios físicos e outros, são de relevantes para induzir novas práticas de apoio à saúde mental, sobretudo, de estudantes universitários.

6. REFERÊNCIAS

BRASIL. Agência Nacional de Saúde Suplementar. Coronavírus (Covid-19): Confira informações e saiba como se prevenir. Rio de Janeiro 2020. Disponível em: <https://www.ans.gov.br/aans/noticias-ans/consumidor/5344-coronavirus-confira-informacoes-e-saiba-como-se-prevenir>. Acesso em 20 de junho 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. Coronavírus – Tele SUS. O que é coronavírus? (COVID-19) – Brasília: **Ministério da Saúde**, 2020.

MAIA, B. R.; DIAS, P. C. Ansiedade, depressão e estresse em estudantes universitários: o impacto da COVID-19. **Estudos de psicologia**. Campinas 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/estpsi/v37/1678-9865-estpsi-37-e200067.pdf> Acesso em 14 de junho 2020.

MORIN, E. Introdução ao pensamento complexo. 2. Ed. Lisboa: Instituto Piaget, 1990.

SILVA, J. P.; GARANHANI, M.L; PERES, A. M. Sistematização da Assistência de Enfermagem na graduação: um olhar sob o Pensamento Complexo. **Rev. Latino-Am. Enfermagem** jan.-fev 2015. Disponível em: https://www.scielo.br/pdf/rlae/v23n1/pt_0104-1169-rlae-23-01-00059.pdf. Acesso em 14 de junho de 2020

TANNURE, M. C.; PINHEIRO, A. M. **Sistematização da Assistência de Enfermagem: guia prático**. 2.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2010.