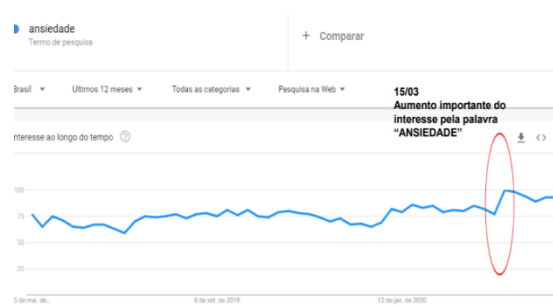
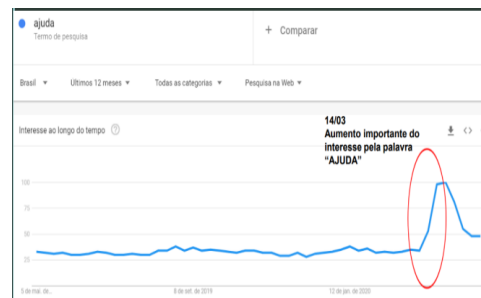
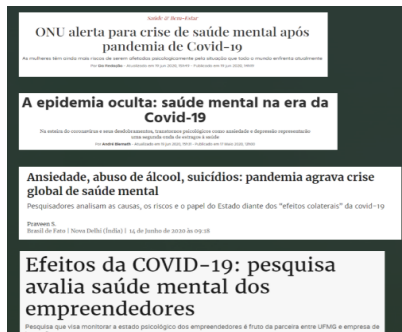
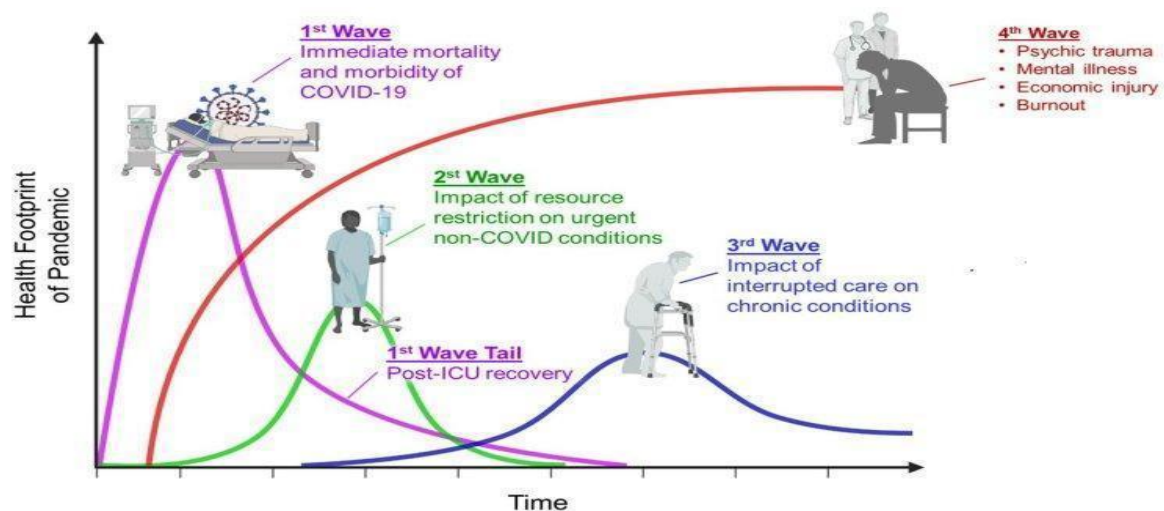


Programa Autoestima - qualificação da RAPS no contexto da pandemia

A pandemia de COVID-19 trouxe novos desafios para a área da saúde mental, devido aos múltiplos impactos que provocou ao redor do mundo. No período inicial da pandemia, as plataformas de busca da internet já identificavam um aumento nas pesquisas relacionadas aos temas: ansiedade, medo e ajuda.



Notícias e publicações científicas também alertavam para o aumento significativo das demandas em saúde mental.



Diante da dimensão do Estado de São Paulo e das consequências do isolamento social, do luto vivenciado pela população, do medo, entre outras condições pessoais e coletivas que impactaram a saúde mental na pandemia, estávamos diante de um cenário totalmente desconhecido e extremamente preocupante. Como toda essa condição impactaria tanto para a população em geral quanto para a população que frequentava os serviços da RAPS?

Como equipe de gestão da saúde mental da Secretaria Estadual de Saúde de São Paulo, tínhamos um grande desafio: como dar acesso à população que até então não buscava serviços de saúde mental, mas necessitava acolhimento para o sofrimento imposto pela pandemia? E como desenvolver alternativas de cuidado para as pessoas vulneráveis que não podiam frequentar os serviços de modo presencial?

Vários setores da sociedade buscavam alternativas, as universidades se mobilizaram para o atendimento de seus alunos e funcionários, empresas e pequenos negócios buscavam entidades de classe pois estavam fechando suas portas o que colocava famílias em situação de vulnerabilidade. Estávamos mobilizados em criar alternativas para lidar cotidianamente com o sofrimento da população.

Nos reunimos online com todos os serviços da RAPS, organizados por Departamento Regional de Saúde, para ouvir suas demandas, desafios, necessidade de formação e iniciativas de cuidado. A partir desse ponto, encontrávamos cotidianamente com as equipes para desenvolver estratégias locais de ação.

Em encontro promovido pelo SEBRAE, com a presença de várias instituições como IPT, USP, entre outras, recebemos o apoio para desenvolver alguma estratégia que levasse atendimento para a população. Essa foi uma grande oportunidade, pois a direção do SEBRAE estava empenhada em nos apoiar na construção de alternativas para o cuidado em saúde mental dentro das políticas públicas, de forma mais ampla, para além do seu segmento, e conseguiu agregar atores ao processo que certamente não conseguiríamos mobilizar.

Como equipe de saúde mental, tínhamos a preocupação de não criar uma estrutura apartada da RAPS, mas sim complementar, que atuasse como espaço de formação, mostra de experiências e espaço de cuidado.

Partindo dessa oportunidade única gerada pelo SEBRAE e apoiada pelo governo do ESP, conseguimos organizar parcerias que levaram ao desenvolvimento, em 4 meses, de uma plataforma para a saúde mental, com os elementos que entendíamos importantes para fortalecer as equipes da RAPS e desenvolver espaço de acolhimento para a

população em sofrimento devido ao isolamento, luto e demais consequências da pandemia.

O Programa Autoestima é uma plataforma, construída de forma solidária e integrada para a saúde mental, coordenada pela área técnica de saúde mental da Secretaria de Estado da Saúde e desenvolvida em parceria com as Secretarias de Estado de Governo, Desenvolvimento Econômico e Comunicação, Fundo Social de SP, Sebrae-SP (através da divulgação do espaço do Empreenda Rápido com oferta de cursos para o mundo do trabalho), Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo (IP-USP), a Universidade Virtual do Estado de São Paulo (UNIVESP), o Instituto de Pesquisas Tecnológicas (IPT), a Prodesp (Companhia de Processamento de Dados) e o Conselho de Secretários Municipais de Saúde (COSEMS).

Foi implantada a partir das demandas em saúde mental relacionadas à pandemia por COVID-19, trazidas pelas equipes das 63 RAPS do ESP, voltada a fortalecer e expandir o alcance e acolhimento nesta área por meio do SUS, oferecendo capacitações para profissionais de saúde e acolhimento psicossocial aos cidadãos, além de espaço para as experiências e iniciativas da RAPS para o cuidado na pandemia.

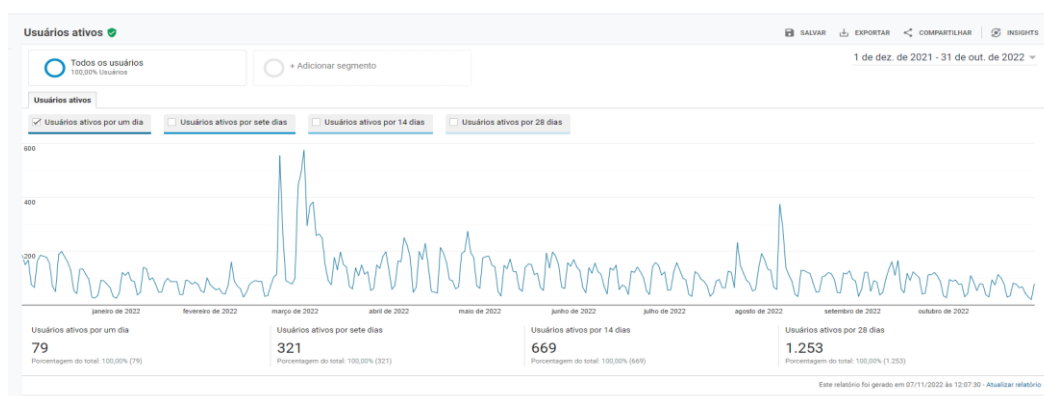
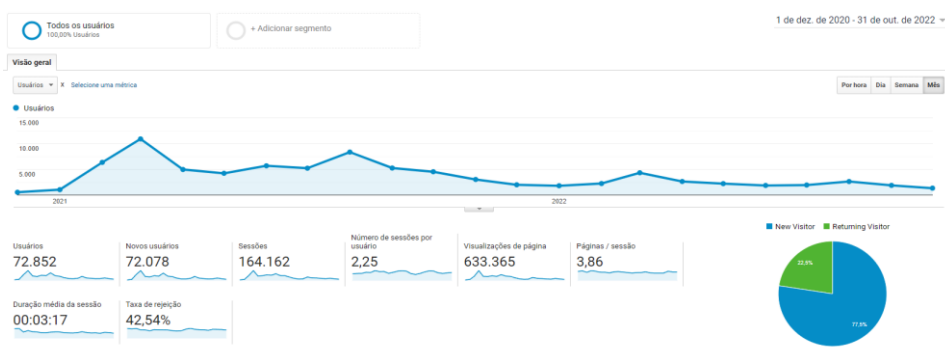
O Programa Autoestima se desenvolveu exclusivamente na forma de cooperação técnica; todas as ações não contaram com recursos financeiros transferidos entre as instituições parceiras. Como estava vinculado à pandemia por COVID, a parceria se encerrou em dezembro de 2022. Cabe destacar que todo o conteúdo técnico da plataforma foi transferido para a SES caso houvesse a possibilidade de continuidade do programa.

O Programa Autoestima atuou em duas frentes principais, voltadas ao cidadão e ao profissional de saúde. Para o público em geral, previu o compartilhamento de informações de qualidade, conteúdos educativos, videoaulas, webconferências sobre temas relevantes relacionados à pandemia, vídeos para promoção de qualidade de vida, entre outros. Para as equipes de saúde, capacitações online especialmente desenvolvidas para os temas mais críticos vinculados à pandemia, aliadas à qualificação para o atendimento breve online, que à época não fazia parte da prática do cuidado em saúde mental na RAPS.

A proposta foi desenvolver os processos de qualificação em formato de extensão profissional certificados pela USP, contendo conteúdos teóricos online síncronos e assíncronos, supervisão de casos que garantiria a qualidade da parte prática, onde os profissionais da RAPS atenderiam online a população.

Essa estratégia favoreceu a organização da rede, não transformando o Programa Autoestima em um recurso apartado da RAPS.

Desde o início das suas ações, o Programa Autoestima apresentou um total de 72.852 usuários, com 633.365 visualizações e uma média de 1.253 usuários ativos a cada 28 dias.



O acolhimento psicossocial online da população foi realizado pelos profissionais de saúde, com supervisão e qualificação da equipe do Instituto de Psicologia da USP (IP/USP) e com a estrutura da UNIVESP - parceiros do Programa. O Programa também favoreceu a participação de pessoas de diversas regiões do estado de São Paulo, tornando a qualificação inclusiva, pois, até o momento, os espaços formativos eram sempre presenciais e concentrados nos grandes centros urbanos do ESP.

Cidade	Aquisição			Comportamento		
	Usuários	Novos usuários	Sessões	Taxa de rejeição	Páginas / sessão	Duração média da sessão
	20.997 Porcentagem do total: 97,29% (21.582)	20.337 Porcentagem do total: 97,58% (20.841)	45.471 Porcentagem do total: 98,60% (46.117)	43,26% Média de visualizações: 43,64% (41,86%)	3,66 Média de visualizações: 3,64 (0,52%)	00:02:59 Média de visualizações: 00:02:58 (0,54%)
1. São Paulo	10.477 (45,12%)	9.644 (47,42%)	21.717 (47,76%)	43,04%	3,71	00:03:04
2. (not set)	1.000 (4,31%)	838 (4,12%)	1.765 (3,88%)	42,38%	3,70	00:02:54
3. Campinas	832 (3,58%)	658 (3,24%)	1.506 (3,31%)	44,75%	3,86	00:03:04
4. Osasco	434 (1,87%)	366 (1,80%)	1.162 (2,56%)	39,59%	3,67	00:03:03
5. Guarulhos	346 (1,49%)	295 (1,45%)	626 (1,38%)	39,94%	4,36	00:03:27
6. Santo André	312 (1,34%)	261 (1,28%)	656 (1,44%)	33,23%	4,18	00:03:32
7. Rio de Janeiro	302 (1,30%)	272 (1,34%)	360 (0,79%)	68,06%	2,64	00:01:26
8. São José dos Campos	296 (1,27%)	239 (1,18%)	610 (1,34%)	39,02%	3,29	00:02:14
9. Sorocaba	268 (1,15%)	247 (1,21%)	463 (1,02%)	46,22%	3,44	00:02:50
10. Ribeirão Preto	246 (1,06%)	204 (1,00%)	462 (1,02%)	42,86%	3,68	00:02:50
11. Santos	240 (1,03%)	206 (1,01%)	537 (1,18%)	43,39%	3,34	00:02:42
12. São Bernardo do Campo	233 (1,00%)	195 (0,96%)	584 (1,28%)	41,95%	3,22	00:02:43
13. Piracicaba	161 (0,69%)	138 (0,68%)	477 (1,05%)	40,25%	4,38	00:03:48
14. Barueri	148 (0,64%)	127 (0,62%)	344 (0,76%)	35,17%	4,18	00:03:25
15. Bauru	130 (0,56%)	101 (0,50%)	227 (0,50%)	47,58%	3,49	00:02:18
16. Curitiba	128 (0,55%)	107 (0,53%)	169 (0,37%)	62,13%	2,75	00:01:51
17. Jundiaí	126 (0,54%)	104 (0,51%)	257 (0,57%)	38,52%	3,54	00:02:45
18. Taboão da Serra	126 (0,54%)	95 (0,47%)	259 (0,57%)	40,15%	4,13	00:03:59
19. São José do Rio Preto	124 (0,53%)	98 (0,48%)	238 (0,52%)	44,54%	3,54	00:02:31
20. Praia Grande	124 (0,53%)	97 (0,48%)	217 (0,48%)	42,86%	3,33	00:02:25

Quanto à qualificação para atuação na área de saúde mental e nos acolhimentos psicossociais virtuais, foram certificados 700 profissionais de saúde da área assistencial do SUS do estado de São Paulo, por meio da oferta de até seis modalidades de curso coordenados pelo IP/USP em cinco edições (total de 29 cursos semestrais distribuídos em dois anos):

- Abordagem do sofrimento nas instituições de saúde: modos de cuidar
- Consultas Terapêuticas e Psicoterapia Breve na Pandemia da COVID-19
- COVID-19 e os Primeiros Cuidados Psicológicos
- Escuta oportuna como cuidado em saúde mental na situação de pandemia
- O luto: reflexões e enfrentamento em período da pandemia por COVID-19
- O trabalho com grupos online: tratamento e promoção de saúde
- Somatização: Teoria e Prática
- Violência Intrafamiliar contra crianças e adolescentes (VDCCA), de gênero, e contra idosos: enfoque interdisciplinar

Do ponto de vista do alcance do projeto, o Programa, até agosto de 2022, atingiu o cadastro espontâneo de cerca de 2.000 profissionais de saúde e de 6.300 usuários no site.

O sistema contabilizou por volta de 16.000 agendamentos e 1.670 acolhimentos contínuos e concluídos (entre 03 e 15 sessões).

Quanto ao perfil da população que não frequentava serviços de saúde mental e buscou acolhimento devido ao sofrimento desencadeado pela pandemia, temos:

- Faixa etária prevalente entre 21 e 40 anos – 65,9%
- Solteiros – 61%
- Gênero: 78,7% feminino
- Raça/cor: 56,8% branco
- Escolaridade: médio completo 29,6%, superior incompleto 27,3% e superior completo 32,6%

Tínhamos consciência de que a população que buscava atendimento online não era a mesma que frequentava os serviços presenciais. Assim, investimos na qualificação para o cuidado das equipes de forma geral, para fortalecer e desencadear alternativas de cuidado para a população que fazia uso dos serviços. Várias iniciativas foram apresentadas pelos profissionais nesses espaços tão importantes de trocas. Foram realizadas também 30 webconferências online com transmissão simultânea para trabalhadores da Rede de Atenção Psicossocial, computando um total de 24.911 visualizações até outubro de 2022 no YouTube.

Nome da web	Link	Ano	Data	Visualizações	Inscritos no canal
O acompanhamento on-line durante a pandemia COVID-19: contribuições da psicologia para a equipe multiprofissional	https://youtu.be/iT3nipvzO1Q	2020	02/07	661	280
Como trabalhar o luto em tempos de pandemia	https://youtu.be/i1I4Zqie4gI	2020	24/06	1.249	280
Violência doméstica contra crianças e adolescentes	https://youtu.be/MkBvTQ7601g	2020	21/07	488	32.900
Trabalho em equipe e matriciamento	https://youtu.be/JhUSsBjF-lU	2020	05/07	703	280
Escuta oportuna como cuidado em saúde mental na situação da pandemia	https://youtu.be/krUKybuKeV0	2020	18/08	1.862	32.900
Somatização em tempos de pandemia COVID-19	https://youtu.be/k3QsJ4KN9Vs	2020	04/08	2.885	32.900

Pandemia e Estratégias de Enfrentamento ao suicídio	https://youtu.be/CWNA7Y8i3Q4	2020	15/09	1.264	32.900
Primeiros Cuidados Psicológicos na pandemia COVID-19	https://youtu.be/20Zhdkm-Hos	2020	03/09	2.038	32.900
Saúde mental e atenção psicossocial em tempos de pandemia	https://www.youtube.com/watch?v=hrlYut3I00	2020	27/10	623	32.900
Isolamento social e depressão na adolescência	https://youtu.be/xMsegDbuZUo	2020	13/10	952	32.900
Clínica ampliada e compartilhada	https://youtu.be/ietYtr7IHus	2020	01/10	3.361	32.900
Uso abusivo de substâncias psicoativas na adolescência	https://youtu.be/Llo0R6uyPcM	2020	10/11	638	32.900
Idosos na pandemia: saúde mental e atendimentos on-line	https://youtu.be/v-tOArY85gU	2020	01/12	565	32.900
Medicalização na infância e adolescência: o que temos a ver com isso?	https://youtu.be/JlfK5tN5X5w	2021	18/05	679	950
Atendimento à crise em saúde mental	https://youtu.be/ZyR3ZqZMt10	2021	15/06	680	950
Práticas integrativas e complementares em saúde mental	https://youtu.be/ytDGA3HPbEU	2021	29/06	412	950
A importância dos cuidados paliativos na pandemia COVID-19	https://youtu.be/NpoUpIn9T3Y	2021	03/08	330	950
Imigrantes e vulnerabilidades na pandemia	https://youtu.be/SP_V4H-XAEk	2021	19/08	172	950
Suicídio na atualidade e estratégias de prevenção comunitária	https://youtu.be/hng4-0intWs	2021	10/09	233	950
Depressão nos ciclos de vida	https://youtu.be/kMcB3EpD-R4	2021	09/09	915	950
Workshop Acolhimento e Projeto Terapêutico Singular	https://youtu.be/HC8y5AeHtX4	2021	13/09	158	950
O problema da judicialização e da institucionalização de crianças e adolescentes na saúde mental - como garantir caminhos ao cuidado inclusivo e em liberdade?	https://youtu.be/UENfp1xwh1g	2021	27/09	1.444	950
Panorama Psicológico da Pandemia	https://youtu.be/4lI8KCxgg5g	2021	15/10	326	950
A importância do atendimento psicossocial: psicoterapia breve e primeiros cuidados psicológicos	https://youtu.be/DOym1Rvx-BI	2021	26/10	556	950
Acolhimento e atenção psicossocial aos familiares de pessoas desaparecidas	https://youtu.be/biosNhT7098	2021	09/11	264	950
Reflexões sobre uma política de saúde mental antirracista	https://youtu.be/XGIGFFAQl0s	2021	16/11	424	950

Variabilidade de gênero, comunicação e saúde mental: uma interlocução necessária	https://youtu.be/6mtpuD2Q3nY	2021	07/12	403	1090
Janeiro branco - Vamos olhar para os invisíveis: todos pela desinstitucionalização	https://youtu.be/NmsJ07lhQ48	2022	20/01	432	1090

Além disso, foram ofertados 05 cursos virtuais de atualização profissional, com 3.410 visualizações, e 4 minicursos (02 em parceria com o Instituto de Saúde e 01 em parceria com a Unesp Campus Marília), com a inscrição de cerca de 2.991 profissionais, a certificação de aproximadamente 1.160 profissionais (há 02 cursos em processo de finalização, nesse caso o número foi estimado) e 5.258 visualizações.

Nome das webs / cursos TEA	Link
Compreendendo o Transtorno do Espectro Autista (TEA) para a ampliação do cuidado na saúde pública	https://youtu.be/soloAvPGS3o
Rede de Cuidado da pessoa com TEA - Experiência do Serviço de Intervenção Precoce no TEA de Praia Grande SP (Trabalho Transdisciplinar e Intersetorial)	https://youtu.be/BSmjPSMbD8M
Testes de Rastreo Diagnóstico para Atenção Básica - M-Chat, ATEC, ABC, Tabela de Marcos do Desenvolvimento Infantil	https://youtu.be/5Ptg4FXr7b0
Ciência ABA e Treinamento de pais: ABA no SUS, Avaliação de Habilidades Básicas do Desenvolvimento Infantil - BLA e PORTAGE, Treinamento de familiares método Behavioral Skills Training – BTS. Como montar Programas de Ensino de forma transdisciplinar	https://youtu.be/wW4-yKNVRQE
Discussão de 3 Casos Clínicos, com Utilização dos instrumentos apresentados e Montagem de um Plano Terapêutico Singular de Curto, Médio e Longo Prazo	https://youtu.be/nHD455w6Nws

Minicursos

Minicursos	Inscritos	Certificados	Visualizações
TEA	415	315	2.416
Curso Adolescência Módulo I	626	172	1.787

Curso Adolescência Módulo II	537	250	540
Curso Linha de Cuidado à Depressão	364	123	
Curso Atendimento à crise	1.049	300	515

O desenvolvimento da plataforma proporcionou uma importante vivência entre os parceiros citados, que até então nunca haviam discutido saúde mental nas suas instituições. Setores ligados a recursos humanos de diferentes secretarias nos chamavam para discutir como lidar com tantos agravos de saúde mental nos espaços de trabalho, demandas que certamente já estavam presentes, mas não eram ouvidas. A Secretaria da Educação do ESP nos acionou para discutirmos o retorno às aulas e como organizar o apoio aos alunos, considerando o impacto da pandemia na vida dos jovens. Atuamos junto à Secretaria de Desenvolvimento Social para discutir questões referentes ao luto nas instituições de acolhimento de idosos, violência, entre outros temas.

Entendemos que esse processo fortaleceu a RAPS de São Paulo. Os profissionais, nos diversos espaços de troca proporcionados pelo programa, traziam suas práticas cotidianas, seus desafios e, ao compartilhá-los, davam forma e dimensão ao cuidado em liberdade que somente a Rede de Atenção Psicossocial consegue realizar.