Roteiro de perguntas inspiradoras

Este roteiro foi criado com o objetivo de colaborar com a produção do relato da sua experiência. Ele é composto tanto por perguntas que buscam descrever as etapas de execução da experiência - planejamento,viabilidade e implementação-quanto por questões que exploram o processo,os anseios, as sensações, as dúvidas, as partilhas da equipe e entre as equipes envolvidas na experiência. As respostas a estas perguntas não são obrigatórias, porém, você pode usá-las como referência para criar tanto um texto,quanto uma poesia ou outr aexpressão artística que explore os temas provocados.Pode também, combinar mídias, ou seja, pode usar algumas perguntas para escrever um texto e outras apresentar em formato de áudio, assim como imagens que representem visualmente a sua resposta.

|  |
| --- |
| 1**.Como surgiu a ideia? *(Conte oque motivou o desenvolvimento da experiência. As ações desenvolvidas visavam atender aque situação, problema ou demanda?)***A ideia surgiu devido a desorganizaçao da rede, e a dificuldade de garantir a efetividade dos atendimentos.A motivaçao foi o desejo da equipe melhorar os serviços ofertados bem como atender as manifestaçoe dos usuários nas assembléias. |
| 2. **Descreva o ambiente e ocenário,conte oque estava acontecendo no cotidiano quando surgiu a ideia). Como era a realidade antes da experiências serem implementada?**A realidade era: os pacientes sendo atendidos de forma desordenadas e o sentimento da equipe de estar apagando incendio e não sendo resolutiva. |
| **3. Como foi o desenvolvimento da experiência?*****(Relate as atividades realizadas: O planejamento, a execução, as surpresas e os desafios enfrentados. De que modo aconteceu?*** Começamos com reunioes com as equipes e a gestão para discutir e pontuar as potencialidades e fragilidades***Como foi opasso-a-passodarealização?*** Iniciamos fazendo estudo e capacitaçao com os trabalhadores da rede sobre o matriciamento traçamos metas e construindo fluxograma da rede.( segue em anexo )***Que etapas compreenderam o processo do trabalho?*** *Após inumeras reunioes e varias capacitaçoes foi possivel a compreemsao.****Foram feitas reuniões de organização****? Sim, Varias ...****Quais dificuldades encontradas durantea realização e quais soluções foram desenvolvidas****?)* *Resistência de alguns usuários e profissionais.**Prática inovadora, recente.**Modelo tradicional X proposta do apoio matricial* |
| 4**.Quais os materiais e dispositivos utilizados para desenvolver a experiência?***(Que recursos foram necessários para que a execução fosse possível? Comunicaçao, articulaçao e estudo.**Utilizou-se material lúdico? Sim**Materiaispe dagógicos? Sim**Técnicas de grupo? Sim**Peças de comunicação? Sim**Reuniõese stratégicas?Sim**Assembleias? Sim**Supervisão clínicae institucional? Sim**Lembre que estes materiais podem ser enviados em formato de fotos, vídeos, áudios e outros arquivos.)OK* |
| * 5.Quais foram as mudanças produzidas/resultados alcançados?
* *Superação do indicador (Meta) da Saúde Mental.* ***(2022)***

***32,5 422******Quase 13 x mais**** *Superação do indicador (Meta) da Saúde Mental.* ***(2023)***

***32,5 460******Quase 14 x mais****(O que foi modificado em relação a realidade que existiaantes da experiência acontecer?** *Como a experiência contribui para a qualificação da RAPS)* Qualificação da APS.
* Redução de Encaminhamentos para Atenção Especializada.
* Aumento da Resolutividade da APS.
* Redução de custos
* Altas (220/ Matriciamentos na atenção básica)
* Redução de Internação Psiquiátrica por causa recorrente para quase zero.
 |
| **6.Conte o que você aprendeu com o processo vivenciado e que poderia ajudar outros trabalhadores na implementação de experiências como essa**.**(*Relate detalhes que podem ajudar outros colegas,na adaptação e implementação em contextos diversos.)***Com base nos dados apresentados, bem como na estruturação da Rede de Atenção Psicossocial de Várzea da Palma, que foi reestruturada, ampliada e readequada, é possível concluir que a rede se organiza tendo como estrutura basilar a Atenção Básica, onde a Saúde Mental vem acontecendo como preconizado pelos princípios e diretrizes do SUS. A rede possui comunicação efetiva, com reuniões periódicas e adotou a metodologia de Apoio Matricial em todos os pontos de rede, ofertando uma rede de apoio substitutiva, de caráter comunitário e territorial**.** |
| **7.Houve relação entre diferentes serviços da RAPS?** Sim**Quais?** Ministerio publico, Policia Militar e Civil, CRAS , CREAS, Conselho Tutelar, SAMU.Secretaria de Desenvolvimento social, entidades religiosas ,associaçoes e entre outros....Como se deu essa relação? Através de estreitamento de Vinculo, reunioes e compartilhamentos de casos. |
| **8.O que te mobiliza no cotidiano do trabalho na RAPS?***(Que aspectos motivadores motivam o seu dia a dia)* Trabalhar na Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) pode ser extremamente gratificante por vários motivos. Alguns aspectos que podem motivar o nosso dia a dia e trabalhar nessa área:1. **Impacto Positivo na Vida das Pessoas**: A oportunidade de ajudar indivíduos a melhorar sua saúde mental e bem-estar é uma grande fonte de motivação. Ver o progresso e a recuperação dos pacientes pode ser muito recompensador.
2. **Trabalho em Equipe**: Colaborar com uma equipe multidisciplinar de profissionais, como psicólogos, psiquiatras, assistentes sociais e enfermeiros, pode ser inspirador e enriquecedor. A troca de conhecimentos e experiências fortalece o trabalho e o aprendizado contínuo.
3. **Desenvolvimento Pessoal e Profissional**: A área da saúde mental está em constante evolução, o que proporciona oportunidades contínuas de aprendizado e crescimento profissional.
4. Participar de treinamentos, workshops e conferências pode ser muito motivador.
5. **Diversidade de Casos**: Cada dia traz novos desafios e situações únicas, o que mantém o trabalho interessante e dinâmico. A diversidade de casos permite o desenvolvimento de habilidades variadas e a aplicação de diferentes abordagens terapêuticas.
6. **Contribuição para a Comunidade**: Saber que seu trabalho contribui para a construção de uma sociedade mais saudável e inclusiva pode ser uma grande fonte de satisfação pessoal.
7. **Apoio e Reconhecimento**: Receber apoio e reconhecimento dos colegas, supervisores e, principalmente, dos pacientes e suas famílias, pode ser extremamente motivador e encorajador.

Esses são apenas alguns dos aspectos que me motiva trabalhar na RAPS. |
| 9.O que você conta do que você sentiu durante a realização dessa experiência?Como foi lidar com esses sentimentos? Emoções e Sensações VivenciadasDurante a prática na RAPS, nos profissionais podemos experimentar uma gama de emoções e sensações:* **Satisfação e Realização**: Ao ver o progresso dos pacientes e o impacto positivo do seu trabalho.
* **Desafios e Frustrações**: Lidar com casos complexos e, às vezes, com a falta de recursos.
* **Empatia e Compaixão**: Sentir profundamente as histórias e lutas dos pacientes.
* **Resiliência e Superação**: Desenvolver a capacidade de lidar com situações difíceis e encontrar soluções.

Lidar com esses sentimentos pode envolver:* **Autocuidado**: Práticas de autocuidado para manter a saúde mental e emocional.
* **Supervisão e Apoio**: Buscar supervisão e apoio de colegas e superiores.
* **Reflexão e Aprendizado**: Refletir sobre as experiências para aprender e crescer continuamente.

***(Quais emoções e sensações foram vivenciadas ao longo da práticarealizada?******Sentiumedo,impotência,satisfação,******Alegria ou realizaçãono trabalho?)***Alegria e Realização: Sentir alegria ao ver os pacientes alcançando suas metas e realizando progressos significativos. Desafios e Superação: Lidar com casos complexos pode ser desafiador, mas superar esses desafios traz uma sensação de realização. Empatia e Compaixão: Desenvolver um profundo senso de empatia e compaixão ao trabalhar com pessoas em situações vulneráveis: Aprender a ser resiliente diante das dificuldades e frustrações que podem surgir no dia a dia.1. Impacto Positivo: Saber que nosso trabalho está ajudando a melhorar a vida de pessoas com transtornos mentais é uma grande motivação.
2. Crescimento Pessoal e Profissional: A oportunidade de aprender constantemente e desenvolver novas habilidades.
3. Trabalho em Equipe: Colaborar com colegas dedicados e comprometidos é muito inspirador.
4. Diversidade de Experiências: Cada dia traz novos desafios e aprendizados, mantendo o trabalho dinâmico e interessante.

**Emoções e Sensações Vivenciadas*** **Alegria e Realização**: Sentir que você fez a diferença na vida de alguém pode trazer uma profunda sensação de satisfação e alegria.
* **Desafios Emocionais**: Lidar com casos difíceis pode ser emocionalmente desgastante, mas também pode fortalecer a resiliência.
* **Empatia e Compaixão**: Desenvolver uma conexão empática com os pacientes pode ser uma experiência muito enriquecedora.
 |
| 10.Como você e sua equipe lidam com os sentimentos que emergem da prática profissional?* Praticar o autocuidado é essencial para manter o bem-estar emocional e mental.
* Supervisão e Apoio: Buscar supervisão e apoio de colegas e superiores para lidar com situações emocionalmente desgastantes.Reflexão e Aprendizado: Refletir sobre as experiências e aprender com elas para melhorar continuamente a prática profissional

***(Diante de situações adversas,sentimentos de impotência e dúvida,há espaços de acolhimento?*** *Sim****Como se apoiam para cuidar da saúde e do bem-estar dos colegas de trabalho****?* É essencial termos nosso espaço onde os profissionais possam compartilhar suas experiências e sentimentos. Grupos de apoio e supervisão são fundamentais.Apoio Mútuo: Colegas de trabalho podem oferecer suporte emocional uns aos outros, criando um ambiente de trabalho mais saudávelCuidando da Saúde e Bem-Estar dos Colegas* **Supervisão Regular**: Sessões de supervisão ajudam a processar experiências difíceis e a encontrar estratégias para lidar com elas.
* **Treinamentos e Workshops**: Participar de treinamentos sobre manejo do estresse e saúde mental pode ser muito útil.
* **Ambiente de Trabalho Positivo**: Promover um ambiente de trabalho onde todos se sintam valorizados e apoiados é crucial para o bem-estar coletivo.

Esses elementos são fundamentais para manter a motivação e a saúde emocional dos profissionais que atuam na RAPS.* Referente a situações adversas: Lidar com casos difíceis pode ser emocionalmente desgastante, mas também pode fortalecer a resiliência.
* **Empatia e Compaixão**: Desenvolver uma conexão empática com os pacientes pode ser uma experiência muito enriquecedora.
 |

|  |
| --- |
| 11.Como a arte e a cultura se inserem no cotidiano,nas práticas? A arte e a cultura desempenham um papel significativo nas práticas de saúde mental, oferecendo diversas formas de terapia e apoio emocional. Algumas maneiras pelas quais elas são integradas no cotidiano dos serviços de saúde mental: Atividades como pintura, desenho e escultura são usadas para ajudar os pacientes a expressarem suas emoções e pensamentos de maneira não verbal. [Isso pode ser especialmente útil para aqueles que têm dificuldade em se comunicar verbalmente](https://rabiscodahistoria.com/a-arte-e-sua-relacao-com-a-sociedade/%22%20%5Ct%20%22_blank).A música e a dança são usadas para melhorar o humor, reduzir o estresse e promover a socialização. [Participar de atividades musicais ou de dança pode ajudar a aumentar a autoestima e proporcionar uma sensação de realização](https://www.nationalgeographicbrasil.com/ciencia/2023/06/como-a-arte-pode-ajudar-a-melhorar-a-saude-mental%22%20%5Ct%20%22_blank). Essas práticas ajudam os pacientes a explorarem suas experiências e emoções de maneira segura e controlada. [O teatro terapêutico pode ser uma ferramenta poderosa para a autoexploração e a resolução de conflitos internos](https://escoladainteligencia.com.br/blog/cultura-e-artes-beneficios-no-desenvolvimento-socioemocional/%22%20%5Ct%20%22_blank).1. **Teatro e Contação de Histórias**: Essas práticas ajudam os pacientes a explorarem suas experiências e emoções de maneira segura e controlada. [O teatro terapêutico pode ser uma ferramenta poderosa para a auto-exploração e a resolução de conflitos internos3](https://escoladainteligencia.com.br/blog/cultura-e-artes-beneficios-no-desenvolvimento-socioemocional/).
2. [**Visitas a Museus e Galerias**: Expor os pacientes a diferentes formas de arte pode inspirar e motivar, além de proporcionar um escape mental e emocional das dificuldades diárias2](https://www.nationalgeographicbrasil.com/ciencia/2023/06/como-a-arte-pode-ajudar-a-melhorar-a-saude-mental).
3. [**Educação Cultural**: Integrar a educação cultural nas práticas de saúde mental ajuda a criar um ambiente mais inclusivo e compreensivo, respeitando as diversas origens culturais dos pacientes e suas diferentes formas de lidar com a saúde e a doença](https://redehumanizasus.net/96141-a-influencia-da-cultura-nas-praticas-em-saude/)

Essas práticas não só ajudam na recuperação e no bem-estar dos pacientes, mas também promovem um ambiente de cuidado mais holístico e humanizado*(Estas são dimensões valorizadas como determinantes?* Essas práticas são valorizadas porque reconhecem a importância de um cuidado integral que considera não apenas os aspectos físicos, mas também os emocionais e culturais dos indivíduos. [Isso contribui para um tratamento mais holístico e eficaz](https://redehumanizasus.net/96141-a-influencia-da-cultura-nas-praticas-em-saude/%22%20%5Ct%20%22_blank)*De que maneira são trabalhadas?)* Essas práticas não só ajudam na gestão do estresse e da ansiedade, mas também promovem a empatia, a comunicação e a expressão emocional, sendo fundamentais para uma abordagem com maior amplitude da saúde mental bem como são trabalhadas de maneira integrada, muitas vezes em conjunto com abordagens terapêuticas tradicionais, para oferecer um cuidado mais holístico e centrado no paciente. A valorização dessas dimensões como determinantes da saúde mental reflete uma compreensão mais ampla do bem-estar, que vai além do modelo biomédico e inclui aspectos emocionais, sociais e culturais. |
| 1. **12**.**Como a questão do trabalho e da geração de renda se inserem no cotidiano,nas práticas?**  Programas de reabilitação psicossocial frequentemente incluem componentes de trabalho e geração de renda. [Isso pode envolver oficinas de capacitação, apoio ao empreendedorismo e programas de emprego assistido](https://www.scielo.br/j/ccrh/a/rRd47Kp4YTrB63DX4FJB3PD/%22%20%5Ct%20%22_blank). [A inclusão produtiva é uma estratégia para integrar pessoas com transtornos mentais no mercado de trabalho, oferecendo suporte contínuo e adaptado às suas necessidades](https://gife.org.br/especial-redegife-o-futuro-da-geracao-de-trabalho-e-renda/).
2. [**Políticas Públicas**: Existem políticas públicas focadas na criação de oportunidades de emprego e renda para pessoas com transtornos mentais, visando sua autonomia e independência financeira](https://revistas.ufpr.br/sclplr/article/download/82259/44309).
3. Essas abordagens mostram como a arte, a cultura, o trabalho e a geração de renda são integrados nas práticas de saúde mental, contribuindo para um tratamento mais holístico e inclusivo
4. Quanto à questão do trabalho e da geração de renda, essas também são dimensões cruciais nas práticas de saúde mental.
5. ***(Estas são dimensões valorizadas como determinantes?***Programas de reabilitação psicossocial frequentemente incluem atividades que visam a capacitação profissional e a geração de renda, ajudando os pacientes a se reintegrarem na sociedade e a alcançarem maior autonomia financeira. [Essas práticas são valorizadas como determinantes porque o emprego e a estabilidade financeira são fatores importantes para a saúde mental e o bem-estar gera](https://redehumanizasus.net/96141-a-influencia-da-cultura-nas-praticas-em-saude/%22%20%5Ct%20%22_blank)

***Deque maneirasão trabalhadas?)*** Essas dimensões são valorizadas como determinantes importantes para a recuperação e o bem-estar dos pacientes, sendo trabalhadas de maneira integrada e contínua nos serviços de saúde mental. |
| **13.Como a dimensão da habitação se insere no cotidiano,nas práticas?** A dimensão da habitação é crucial para a estabilidade e a qualidade de vida dos indivíduos em tratamento de saúde mental. [Programas de residências terapêuticas, por exemplo, oferecem um ambiente seguro e estruturado, facilitando a desinstitucionalização e a reintegração social7](https://pepsic.bvsalud.org/pdf/igt/v13n24/v13n24a07.pdf). [A habitação adequada é vista como um determinante importante porque proporciona um espaço de segurança e apoio, essencial para o bem-estar mental](https://www.scielo.br/j/sausoc/a/xY8fmxkn3PP4VHqScgjg7fr/).Essas dimensões são trabalhadas de maneira integrada nos serviços de saúde mental, buscando sempre a promoção da autonomia e a melhoria da qualidade de vida dos usuários.*(****Esta é uma dimensão valorizada como determinante?*** A habitação é uma dimensão crítica para a saúde mental, pois:* [**Proporciona segurança e estabilidade**: Um lar seguro é essencial para o bem-estar emocional](https://rabiscodahistoria.com/a-arte-e-sua-relacao-com-a-sociedade/).
* [**Facilita o acesso a serviços**: Moradias bem localizadas permitem melhor acesso a serviços de saúde, educação e transporte](https://rabiscodahistoria.com/a-arte-e-sua-relacao-com-a-sociedade/).

[Nos serviços de saúde mental, a habitação é trabalhada através de programas de moradia assistida, que oferecem suporte contínuo para garantir que as pessoas tenham um ambiente de vida estável e seguro](https://www.scielo.br/j/sssoc/a/KfWB5wmLstzBpvWjkKQYQpQ/).Essas dimensões são interligadas e todas contribuem para um cuidado integral e holístico da saúde mental.***Deque maneira é trabalhada****?)* Oferecemos suporte contínuo aos pacientes, ajudando-os a manter uma vida independente enquanto recebem cuidados necessários.1. **Integração Comunitária**: A habitação adequada facilita a integração dos indivíduos na comunidade, promovendo um senso de pertencimento e apoio social. Essas práticas são integradas de maneira a oferecer um cuidado holístico e centrado na pessoa, reconhecendo a importância de cada uma dessas dimensões para a saúde mental e o bem-estar geral.
 |