



PREVALÊNCIA DE TRANSTORNO MENTAL COMUM NA ATENÇÃO PRIMÁRIA À SAÚDE: DESAFIOS E ESTRATÉGIAS PARA UMA ABORDAGEM HOLÍSTICA

SIMONE SOUZA DE FREITAS; VILMA MARIA DE SANTANA; LUIZ CARLOS DA SILVA; JOANE GLEYCE SANTOS DE SOUZA; RAFAELLE DOS SANTOS DACOSTA

RESUMO

Introdução: Transtorno Mental Comum (TMC), também classificado como transtorno mental não psicótico, é designado às pessoas que sofrem mentalmente e apresentam sintomas somáticos como irritação, cansaço, esquecimento, redução da capacidade de concentração, ansiedade e depressão. **Objetivo:** investigar na literatura a frequência e a relevância dos Transtornos Mentais Comuns (TMC) na atenção primária à saúde, com foco em como essa condição afeta os pacientes e quais são os desafios enfrentados pelos profissionais de saúde no seu diagnóstico e manejo. **Método:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura realizada nas bases de dados indexadas na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS): Literatura da América Latina e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) e Base de Dados de Enfermagem (BDENF). A pesquisa de dados foi realizada durante os meses de junho e julho de 2023. **Resultados:** Foi identificado que encorajar a colaboração interprofissional, por meio de equipes multidisciplinares, pode promover uma visão abrangente do paciente e melhorar a coordenação dos cuidados. Além disso, o apoio dos gestores e políticas de saúde é fundamental para promover a implementação de uma abordagem holística. **Conclusão:** A abordagem holística no tratamento dos Transtornos Mentais Comuns demonstrou ser uma estratégia promissora, enfocando não apenas os sintomas específicos, mas também considerando a totalidade do paciente, incluindo aspectos físicos, psicológicos, sociais e espirituais.

Palavras-chave: Saúde Mental; Pacientes; Atenção Primária à Saúde; Transtornos Mentais; Prevalência.

1 INTRODUÇÃO

A doença mental é seguida de desdobramentos nas dimensões biológicas, culturais, sociais, econômicas e políticas (CARDOSO, 2020). Os problemas de ordem psiquiátrica são responsáveis por uma carga significativa de doenças em todo o mundo, correspondendo a um terço do total de morbidades em nível global (FIGUEIREDO, 2021). Os transtornos mentais são patologias manifestadas por um conjunto de sintomas que afetam o indivíduo em suas funções cognitivas, físicas, emocionais e comportamentais, com influência negativa em suas atividades cotidianas, como o trabalho e as relações sociais (NASCIMENTO, 2021). E, dentre os transtornos mentais, o Transtorno Mental Comum (TMC), também classificado como transtorno mental não psicótico, é designado às pessoas que sofrem mentalmente e apresentam sintomas somáticos como irritação, cansaço, esquecimento, redução da

capacidade de concentração, ansiedade e depressão (SARZANA, 2021). Múltiplos fatores têm sido associados à presença de transtorno mental comum (TMC), como idade adulta, sexo feminino, estado civil divorciado ou solteiro, baixa renda familiar, escolaridade, exposição a situações de violência e conflitos familiares (VECCHIA PEREIRA, 2021). Além disso, alguns diagnósticos relacionados a doenças crônicas como diabetes, problemas cardiológicos entre outros, são relacionadas à presença de TMC, sobretudo a depressão, constituindo quadros de comorbidades (SALGADO, 2021). Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) (2020), as projeções mundiais para 2030 são no sentido de incluírem estas perturbações entre as mais incapacitantes do ser humano (OMS, 2020). No Brasil, a prevalência oscila entre 28,7% a 50%, em especial entre o gênero feminino e idosos, sobretudo, no âmbito da Atenção Primária à saúde (APS) (SANINE, 2021). A APS é considerada a porta de entrada principal do Sistema Único de Saúde (SUS), sendo assim, um dos locais que deve ofertar e acolher o usuário portador de TMC (GIOVANELLA, 2021). Nesse cenário, frisando a sua relação de promoção e prevenção no âmbito da APS, em seu contexto de atuação junto a população adscrita é de suma importância no desenvolvimento de estratégias e intervenções eficazes que podem ser implementadas para o tratamento e manejo do TMC, incluindo terapias psicológicas, orientações de autocuidado e, quando necessário, o encaminhamento adequado (NASCIMENTO, 2021). Um dos principais desafios enfrentados na abordagem holística é a fragmentação dos cuidados de saúde (SARZANA, 2021). Muitas vezes, os pacientes são tratados de forma isolada por diferentes especialistas, o que pode levar a uma falta de coordenação e compreensão completa do quadro clínico do paciente (OLIVEIRA, 2021). A adoção de uma abordagem holística na prestação de cuidados de saúde é um desafio contínuo, mas essencial para melhorar os resultados dos pacientes e proporcionar uma atenção mais completa e humanizada (FIGUEIREDO, 2021). Colocar o paciente no centro do cuidado, considerando suas necessidades e preferências, é fundamental para uma abordagem holística (SALGADO, 2021). Isso envolve escutar atentamente o paciente, envolvê-lo nas decisões de tratamento e respeitar suas crenças e valores (VECCHIA PEREIRA, 2021). A combinação de esforços dos profissionais de saúde, pacientes, famílias e tomadores de decisão é crucial para superar os desafios e alcançar uma abordagem mais integrada e efetiva (SARZANA, 2021). Desta forma, o objetivo deste estudo foi investigar na literatura a frequência e a relevância dos Transtornos Mentais Comuns (TMC) na atenção primária à saúde, com foco em como essa condição afeta os pacientes e quais são os desafios enfrentados pelos profissionais de saúde no seu diagnóstico e manejo.

2 MATERIAIS E MÉTODOS

Trata-se de uma revisão integrativa da literatura realizada nas bases de dados indexadas na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS): Literatura da América Latina e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE) e Base de Dados de Enfermagem (BDENF). Na construção desta revisão, alinhada aos pressupostos da prática baseada em evidências, foram seguidos os seis passos proposto por Mendes, Silveira e Galvão (2008): primeira etapa – reconhecimento do tema, elaboração da pergunta de pesquisa, definição do objetivo e palavras chave; segunda etapa – estabelecer critérios de inclusão e exclusão, busca na base de dados e seleção dos estudos; terceira etapa – definição e síntese das informações dos estudos, organização e sumarização das informações criando um banco de dados; quarta etapa – análise dos estudos incluídos; quinta etapa – compreensão dos resultados; e sexta etapa – apresentação da revisão e síntese do conhecimento. A pesquisa de dados foi realizada durante os meses de junho e julho de 2023, com base na seguinte pergunta norteadora: “Quais são as evidências disponíveis na literatura científica sobre a prevalência de Transtorno Mental Comum na população atendida

na atenção primária à saúde, e quais são os desafios e estratégias para uma abordagem holística no diagnóstico e tratamento desses transtornos?". A determinação da pergunta norteadora foi alicerçada na estratégia PICO para pesquisas não clínicas, sendo P = População (pacientes atendidos com TM), I = Interesse (Abordagem holística no diagnóstico e tratamento dos TMC) e Co = Contexto (APS). Utilizaram-se os seguintes descritores controlados em saúde (DeCS) combinadas com os operadores booleanos ande or: (Saúde Mental) and (Pacientes) or (Atenção Primária à Saúde) or (Transtornos Mentais) and (prevalência). Para escolha dos estudos foram utilizados os seguintes critérios de inclusão: textos completos, disponíveis de forma eletrônica e gratuitamente, publicados entre 2020 a 2022, nos idiomas portugueses (Brasil), inglês e espanhol. Quanto aos critérios de exclusão considerados: estudos que não se enquadravam ao tema, teses, monografias e dissertações. Para a composição da amostra final, todo o trabalho de busca, rastreamento, análise e seleção foi realizado por duas pesquisadoras independentes, ambas com formação na área de saúde e com experiência na realização de estudos de revisão. Possíveis divergências entre as pesquisadoras foram apreciadas por um terceiro pesquisador, responsável por decidir pela inclusão ou não da evidência.

3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A partir da primeira busca empregando os descritores já mencionados, obteve-se como amostra 190 publicações. Após a utilização dos critérios de filtragem, encontrou-se 64 estudos, sendo 51 na MEDLINE, oito na LILACS e cinco na BDENF. A priori realizou-se a leitura dos títulos, selecionando 14 artigos, sendo excluídos os que não se enquadravam nos critérios pré-estabelecidos. Logo após, foram lidos os resumos, objetivando uma análise mais detalhada do tema, na qual resultou em um total de 10 artigos para leitura integral. Não obstante, após a leitura na íntegra dos 10 trabalhos, obteve-se um total de dois artigos recuperados para compor a amostra final (Quadro 1).

Quadro 1. Distribuição dos artigos conforme as estratégias usadas para uma abordagem holística para melhoria do transtorno mental comum na Atenção Primária à saúde. Recife, PE, 2023.

Título	Autor/Ano	objetivos	Resultados Principais
Práticas Integrativas Complementares como recurso de saúde mental na Atenção Primária a Saúde: Revisão Integrativa	SILVA et al, 2022	Comparar dentre os tipos de Práticas Integrativas Complementares (PICS) os benefícios ofertados aos usuários com transtorno mental.	Foram computados 66 artigos, após a aplicação dos critérios de exclusão e inclusão, foram elencados 12 estudos para compor a amostra final. As PICS que se adentraram e foram analisadas no estudo foram a Acupuntura, Auriculoterapia, Meditação Yoga e Mindfulness. Mediante os estudos analisados, foi evidenciado que as PICS abordadas podem ser efetivas no paciente portador de transtornos mentais na Atenção Primária à Saúde (APS).
Prevalência de transtornos	QUINTÃO et al, 2022	Verificar a prevalência de	Observa-se que 38,7% da amostra apresentou DPM. Notou-se maior

mentais comuns na atenção primária em município de pequeno porte do leste de Minas Gerais		DPM e o impacto no sono dos indivíduos atendidos pela Estratégia Saúde da Família (ESF) em município de pequeno porte do Leste de Minas.	prevalência de DPM em pessoas que dormem menos de sete horas. Sabendo que a presença de sintomas depressivos afeta negativamente vários aspectos da vida do indivíduo, que inclui qualidade de sono, é imperativo fomentar o cuidado por meio da atenção primária, com o objetivo de prevenir, identificar e tratar esses indivíduos.
---	--	--	---

Os estudos analisados apresentavam metodologia do tipo: revisões sistemáticas, descritiva, transversal e quantitativa. Nestes, percebeu-se que dentre as estratégias usadas na APS como abordagem holística a PICS a que apresenta maior número de utilização devido aos bons resultados nos tratamentos de saúde mental são: acupuntura (50%), meditação, yoga e mindfulness (42%) e auriculoterapia (8%). Tendo como resultado benéfico aos tratamentos o público da categoria entre mulheres/homens/crianças, com faixas etárias diversificadas. Já em um estudo de meta análise apontam que pessoas que não fazem nenhuma atividade física e tem dificuldades no sono apresentam risco duas vezes maior de desenvolver depressão do que pessoas sem insônia. Foi observado em um dos estudos que, o sono de duração maior que sete horas foi um fator de proteção para a saúde mental. Esse dado está alinhado com a literatura. Portanto, infere-se que abordagem que possam melhorar o sono tanto na qualidade, quanto na duração auxiliam na saúde mental dos pacientes. Neste estudo, indivíduos do sexo feminino apresentaram maior prevalência de probabilidade de TMC do que os homens, corroborado por outras investigações (SALGADO, 2021). Foi observado que o estigma associado à saúde mental continua sendo um grande desafio. Isso pode levar ao atraso na busca por ajuda ou tratamento adequado, bem como à discriminação que afeta negativamente a qualidade de vida dos indivíduos. Já no estudo realizado por Nascimento et al (2019), a colaboração entre profissionais de diferentes especialidades é essencial para uma abordagem holística eficaz. No entanto, a falta de comunicação e integração entre esses profissionais pode resultar em lacunas na prestação de cuidados e na falta de atenção a todos os aspectos da saúde do paciente. Já no estudo desenvolvido por Sanine et al. (2021), evidencia que investir em educação e conscientização sobre a importância da abordagem holística tanto para profissionais de saúde quanto para pacientes e suas famílias. Isso pode ajudar a reduzir o estigma em torno da saúde mental e aumentar a aceitação de abordagens integradas de cuidados. Foi identificado que encorajar a colaboração interprofissional, por meio de equipes multidisciplinares, pode promover uma visão abrangente do paciente e melhorar a coordenação dos cuidados. Além disso, o apoio dos gestores e políticas de saúde é fundamental para promover a implementação de uma abordagem holística. Isso pode incluir incentivos para práticas integradas, investimento em recursos e programas de saúde mental, e ações para combater o estigma.

4 CONCLUSÃO

Os desafios na identificação e diagnóstico do TMC estão associados, em grande parte, ao estigma ainda presente em relação à saúde mental e à falta de capacitação específica dos profissionais de saúde nessa área. Além disso, as limitações de recursos, como tempo e disponibilidade de profissionais especializados, também impactam o diagnóstico precoce e o acompanhamento adequado dos pacientes. A abordagem holística no tratamento dos Transtornos Mentais Comuns demonstrou ser uma estratégia promissora, enfocando não

apenas os sintomas específicos, mas também considerando a totalidade do paciente, incluindo aspectos físicos, psicológicos, sociais e espirituais. Através dessa abordagem, os pacientes podem se beneficiar de um cuidado mais completo e integrado, melhorando a sua qualidade de vida e a adesão ao tratamento. Com base nos resultados obtidos, destacamos a importância de uma maior integração entre os profissionais de saúde, com equipes multidisciplinares trabalhando em conjunto para oferecer uma atenção mais abrangente e efetiva aos pacientes com Transtorno Mental Comum. Além disso, a promoção de programas de educação e conscientização sobre saúde mental para os profissionais e a comunidade em geral é fundamental para combater o estigma e melhorar o acesso aos cuidados. Diante dos desafios identificados, é essencial que os gestores e políticas de saúde priorizem a saúde mental na atenção primária, investindo em recursos adequados e incentivando práticas integradas. A implementação de estratégias preventivas também deve ser enfatizada, visando reduzir a incidência de Transtorno Mental Comum e melhorar o bem-estar emocional da população atendida.

REFERÊNCIAS

- CARDOSO, L. C. B.; ARRUDA, G. O.; GIACON-ARRUDA, B. C. C.; PAIANO, M.; PINHO, L. B.; MARCON, S.S. **Work Process And Mental Health Care Flow In Primary Health Care**. Texto & Contexto - Enfermagem, v. 29, 2020.
- FIGUEIREDO, T. P. SOUSA, M. N. A.; ALVES, H. B. **Acolhimento em saúde mental na atenção primária à saúde no contexto da pandemia da COVID-19**. Research, Society and Development, v. 10, n. 7, p. e49610716848, 30 jun. 2021.
- GIOVANELLA L, Bousquat A, Schenkman S, et al. **The Family Health Strategy coverage in Brazil: what reveal the 2013 and 2019 National Health Surveys**. Cien Saude Colet 2021; 26:2543-56.
- NASCIMENTO, D. Z.; MARQUES, G. M. **Saúde mental e as práticas multidisciplinares: avanços, desafios, e novas perspectivas**. Ciência & Saúde Coletiva [online]. v. 24, n. 9, 2019.
- OLIVEIRA JRF, Varallo FR, Jiron M, et al. **Consumption of psychotropic medications in primary healthcare in Ribeirao Preto, Sao Paulo State, Brazil**. Cad Saude Publica 2021;37:e00060520.
- SALGADO, Manoela Alves e Fortes, Sandra Lucia Correia Lima. **Indicadores de saúde mental na atenção primária à saúde: avaliando a qualidade do acesso através da capacidade de detecção de casos**. Cadernos de Saúde Pública [online]. 2021, v. 37, n. 9, e00178520. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00178520>.
- SANINE, Patricia Rodrigues e Silva, Letícia Isabel Ferreira. **Saúde mental e a qualidade organizacional dos serviços de atenção primária no Brasil**. Cadernos de Saúde Pública [online]. 2021, v. 37, n. 7, e00267720. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00267720>.
- SARZANA, M. B. G.; GELBCKE, F. L.; FERNANDES, G. C. M.; SOUZA, A. I. J.; RODRIGUES, J.; BRUGGMANN, M. **Fortalecendo a articulação da Rede de Atenção Psicossocial Municipal Sob A Perspectiva Interdisciplinar**. Cogitare Enfermagem, v. 26, 19 jan. 2021.

VECCHIA PEREIRA, L. C. D.; BARONE, L. R.; PAULON, S. M. **Matrix support in mental health in primary health care: Creating processes.** Avances en Psicología Latinoamericana, v. 39, n. 1, p. 1–18, 2021.

World Health Organization. **Mental Health ATLAS 2020.** (2021).