RECOMENDAÇÃO Nº 05 MP

COORDENAÇÃO DA REGIÃO ADMINISTRATIVA SUDOESTE I

Destinatários: PREFEITOS MUNICIPAIS DE ALTAMIRA, VITÓRIA DO XINGU, BRASIL NOVO, MEDICILANDIA, URUARÁ, PLACAS, ANAPU, PORTO DE MOZ E SENADOR JOSÉ PORFÍRIO.

SECRETÁRIOS MUNICIPAIS DE SAÚDE DE ALTAMIRA, VITÓRIA DO XINGU, BRASIL NOVO, MEDICILANDIA, URUARÁ, PLACAS, ANAPU, PORTO DE MOZ E SENADOR JOSÉ PORFÍRIO.

O Ministério Público do Estado do Pará, por intermédio dos Promotores de Justiça signatários, em exercício nas Promotorias de Justiça de ALTAMIRA, VITÓRIA DO XINGU, BRASIL NOVO, MEDICILANDIA, URUARÁ, PLACAS, ANAPU, PORTO DE MOZ E SENADOR JOSÉ PORFÍRIO, no uso das atribuições que lhes confere o art. 129, inciso III, da Constituição Federal de 1988 - CF, art. 8º, §1º e §2º, da Lei Federal nº 7.347, de 24 de julho de 1985, e art. 25, inciso IV, alíneas “a” e “b”, da Lei nº 8.625, de 12 de fevereiro de 1993:

CONSIDERANDO que o Ministério Público é instituição permanente, essencial à função jurisdicional do Estado, incumbindo-lhe a defesa da ordem jurídica, do regime democrático e dos interesses sociais e individuais indisponíveis (art. 127, caput, da CF e Lei Orgânica MP nº 8.625/93, art. 1º);

CONSIDERANDO a Lei nº 8.080, de 19 de setembro de 1990, que dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências;

CONSIDERANDO que a Organização Mundial de Saúde (OMS) declarou a existência de uma Pandemia (enfermidade epidêmica amplamente disseminada) causada pelo novo Conavírus (CODIV 19);

CONSIDERANDO que o direito constitucional à saúde engloba não somente a saúde física, mas também a saúde mental dos cidadãos, e levando em conta, ainda, um recente estudo publicado no periódico internacional “*The Lancet*”¹, que trouxe à tona dados alarmantes acerca dos efeitos que o isolamento social, no contexto da pandemia de COVID-19, tem causado às pessoas;

CONSIDERANDO que os programas de Saúde Mental devem adaptar-se aos princípios e orientações que fundamentam as estratégias de enfrentamento à pandemia e aos modelos de organização da assistência à saúde;

CONSIDERANDO os impactos que a quarentena pode ter na saúde mental dos indivíduos e levando em conta as recentes notícias de aumento na taxa de suicídios na Região do Xingu (Altamira) no último mês de março;

RESOLVE:

- 1) **RECOMENDAR** aos Prefeitos Municipais e Secretários Municipais de Saúde que, caso não exista ainda, **desenvolvam e implantem programa de apoio psicológico, primordialmente remoto, no prazo de 10 (dez) dias,** destinado aos munícipes da região **durante o período de recomendação de afastamento social em razão do novo corona vírus,** englobando:
 - a) **atendimento remoto por profissionais da área de saúde mental com qualificação técnica;**

¹ [https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366\(20\)30089-4/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanpsy/article/PIIS2215-0366(20)30089-4/fulltext). Segundo o estudo, 29% das pessoas pesquisadas apresentaram sintomas de estresse pós-traumático, enquanto 31% tiveram depressão depois do isolamento

- b) campanhas que divulguem meios de cuidado com a saúde mental direcionadas à população em geral, aos trabalhadores da saúde, aos idosos, cuidadores e pessoas com problemas de saúde, às pessoas em isolamento, conforme orientações da Organização Mundial de Saúde (anexas);
- 2) **RECOMENDAR** que no programa de apoio psicológico seja disponibilizado canal para atendimento remoto da população por profissional(is) de psicologia, certificando-se de que os meios de contato sejam acessíveis à população em vulnerabilidade social (no que diz respeito aos custos para contato);
- 3) **RECOMENDAR** que seja dada ampla publicidade do serviço de saúde mental disponibilizado, quando implementado, por todos os meios de comunicação disponíveis;
- 4) **RECOMENDAR** que, enquanto não seja implementado efetivamente o programa de apoio psicológico municipal em questão, sejam divulgados de forma intensiva, através de todos os meios de comunicações disponíveis, os canais de apoio psicológico disponibilizados pelo Estado e sociedade civil organizada, quais sejam:
- a) Psicologia Pará - Rede de Apoio Psicológico do Pará, da Secretaria Estadual de Ciência, Tecnologia e Educação Técnica e Tecnológica do Pará (SECTET). <http://psicologiapara.net.br/>. Para solicitar atendimento, realizar cadastro na aba Cidadão – Realizar Cadastro. Depois acessar na aba Cidadão – Solicitar Atendimento para verificar os profissionais e horários disponíveis e agendar o atendimento. É necessário ser cidadão paraense, ser maior de 18 anos, ter conexão estável com a internet, possuir RG e CPF.
 - b) Liga Nacional de Atendimento Psicológico Online Covid-19. Para solicitar atendimento, entrar em contato via aplicativo “whatsapp”, em um dos seguintes números: (91) 991037089, (91) 984364447, (91) 988824248, (91) 992345955, (91) 983768097. Será realizado agendamento com um profissional de psicologia, de acordo com os horários disponíveis.
 - c) Centro de Valorização da Vida – CVV. Para solicitar atendimento, entrar em contato pelo telefone 188 ou acessar o endereço eletrônico <https://www.cvv.org.br/quero-conversar/>.

O não cumprimento da presente RECOMENDAÇÃO implicará nas medidas administrativas (inquérito civil) ou judiciais (Ação Civil Pública e/ou Criminal) cabíveis.

As providências dos artigos supramencionados devem ser tomadas de IMEDIATO, pois trata-se de matéria de interesse da saúde pública.

Encaminhe-se aos destinatários, para conhecimento e medidas necessárias para dar cumprimento à recomendação.

Na oportunidade, oficie-se os meios de comunicação (rádio, tv, blogs, etc.) para que divulguem, nos Municípios da região, os canais de apoio psicológico disponibilizados pelo Estado e sociedade civil organizada, constantes no item 4 da Recomendação, cujas artes gráficas seguem em mídia anexa.

Solicita-se, na oportunidade, que **no prazo de 05(cinco) dias sejam informadas ao Ministério Público todas as medidas tomadas para cumprimento desta Recomendação.**

Altamira, 03 de abril de 2020.

DANIEL BRAGA BONA

Promotor de Justiça Titular da 5ª Promotoria de Justiça de Altamira

PALOMA
SAKALEM:30814185851

Assinado de forma digital por
PALOMA SAKALEM:30814185851
Dados: 2020.04.03 16:57:17 -03'00'

PALOMA SAKALEM

Promotora de Justiça respondendo pela 1ª PJ Criminal de Altamira e
pela Promotoria de Justiça de Uruará

MAURO GUILHERME MESSIAS DOS SANTOS

Promotor de Justiça Titular da 2ª PJ Criminal de Altamira

LUCIANO AUGUSTO ARAÚJO DA COSTA

Promotor de Justiça Titular da 3ª Promotoria de Justiça de Altamira,
respondendo pela 7ª Promotoria de Justiça de Altamira

BRUNA REBECA PAIVA DE MORAES

Promotora de Justiça Titular da 4ª Promotoria de Justiça de Altamira

NAYARA SANTOS NEGRÃO

Promotora de Justiça Titular da 6ª Promotoria de Justiça de Altamira

JULIANA NUNES FELIX

Promotora de Justiça Titular de Brasil Novo
Respondendo pela Promotoria de Justiça de Medicilândia

FABIANO OLIVEIRA GOMES FERNANDES

Promotor de Justiça Titular de Senador José Porfírio

JULIANA FREITAS DOS REIS

Promotora de Justiça Titular de Porto de Moz

LIVIA TRIPAC MILEO CÂMARA

Promotora de Justiça Titular de Anapu

ANEXO 1

GUIA COM CUIDADOS PARA SAÚDE MENTAL DURANTE PANDEMIA – ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE²

Organização Mundial da Saúde apresenta dicas para enfrentar consequências psicológicas e mentais do novo coronavírus; doença está gerando estresse na população afetada pelo risco de contaminação, incerteza, isolamento social e desemprego entre outros motivos; guia contempla profissionais de saúde, crianças e idosos, líderes de equipes e pessoas em quarentena.

As consequências da pandemia do novo coronavírus estão causando pressão psicológica e estresse em grande parte da população afetada. As incertezas provocadas pelo covid-19, os riscos de contaminação e a obrigação de isolamento social podem agravar ou gerar problemas mentais, segundo a OMS.

Autoridades de saúde e a agência da ONU estão cooperando para conter a disseminação da doença. Mas como ocorre em tempos de crise, a ameaça de contaminação está causando estresse na população.

Este guia foi compilado com o Departamento de Saúde Mental da OMS e é dirigido a diferentes grupos.

À população geral: o covid-19 não tem bandeira, demonstre empatia!

1. O novo coronavírus deve afetar pessoas em muitos países e regiões. Não existe nenhuma relação da doença com uma etnia ou nacionalidade. Demonstre empatia com todos os afetados em qualquer país. As pessoas infectadas não fizeram nada errado e merecem nosso apoio, compaixão e gentileza.
2. Não se refira às pessoas com a doença como “casos de covid-19” ou “vítimas”, “famílias de covid-19”, “adoentados” etc. Eles são “pessoas com covid-19 ou que estão em tratamento, ou se recuperando” e depois de recuperados continuarão sua vida normal em família, no trabalho e com seus entes queridos. É importante separar a pessoa e a sua identidade do vírus em si para reduzir o estigma.

² <https://news.un.org/pt/story/2020/03/1707792>

3. Reduza a leitura ou o contato com notícias que podem causar ansiedade ou estresse. Busque informação apenas de fontes fidedignas e dê passos práticos para preparar seus planos, proteger-se e a sua família. Procure informações e atualizações uma ou duas vezes ao dia evitando o “bombardeio desnecessário” de informações. A enxurrada de notícias sobre um surto pode levar qualquer pessoa à preocupação. Informe-se com os fatos e não os boatos ou as informações erradas. E busque essas notícias em intervalos regulares do website da Organização Mundial da Saúde, das autoridades locais para que possa fazer a diferença entre boato e fato. Os fatos ajudam a minimizar o medo.

4. Projeta a si próprio e apoie os outros ajudando-os em seus momentos de necessidade. A assistência a outros em seu momento de carência pode ajudar a quem recebe o apoio como a quem dá o auxílio. Um exemplo: telefone para seus vizinhos ou pessoas em sua comunidade que precisam de assistência extra. Atuando juntos como uma comunidade pode ajudar a criar solidariedade e a enfrentar o covid-19 em união.

5. Crie oportunidades para ampliar histórias positivas e úteis e imagens positivas de pessoas na sua área que tiveram o covid-19. Por exemplo, experiências de pessoas que se recuperaram da doença ou que apoiaram um ente querido e estão dispostas a contar como foi.

6. Homenageie e aprecie o trabalho dos cuidadores e dos agentes de saúde que estão apoiando os afetados pelo novo coronavírus em sua região. Reconheça o papel deles para salvar vidas e manter todos seguros.

Agentes de Saúde

7. Para os trabalhadores desse setor que sentem a pressão de lidar com a situação, este é um quadro típico para você e muitos de seus colegas. É normal se sentir assim por causa do entorno da pandemia. O estresse e as sensações associadas com esse quadro não significam que você não seja capaz de fazer o seu trabalho ou que seja uma pessoa fraca. O gerenciamento da sua saúde mental e o seu bem-estar psicossocial durante este momento é crucial para que você possa manter sua saúde física também.

8. Cuide de você. Tente utilizar métodos para lidar com a situação como fazer pausas e descansar entre os seus turnos de trabalho e até mesmo tirar um momento dentro do expediente. Tenha atenção ainda aos seus alimentos para manter uma dieta saudável, fazer exercícios físicos e ficar em contato com a família e com os amigos. Evite formas errôneas de lidar com o estresse como o uso de tabaco, álcool ou outras drogas. A longo prazo, eles pioram o seu bem-estar físico e mental. Este é um cenário sem precedentes para muitos trabalhadores especialmente aqueles que nunca participaram de respostas semelhantes a uma crise ou pandemia. Para os que têm alguma experiência, tente utilizar o que deu certo

no passado e que pode ser útil de novo. Você pode conseguir reduzir o estresse. Não estamos numa corrida, esta é uma maratona.

9. Alguns agentes de saúde podem estar sendo evitados pela família por causa do medo de contaminação e estigmas. Isso pode fazer com que a situação que você já enfrenta se torne ainda mais difícil. Se possível, continue conectado com seus entes queridos. O contato virtual é uma forma de contato. Procure seus colegas, seus supervisores e pessoas de confiança para esse apoio social. Você poderá descobrir que seus amigos estão tendo experiências semelhantes e atravessando o mesmo que você.

10. Na comunicação com outros, seja simples. Muitas pessoas podem ter dificuldades para entender as mensagens por causa de deficiências cognitivas, visuais e físicas. As formas de comunicação que não sejam só escritas precisam ser utilizadas. Se você é líder da sua equipe, ou chefe do hospital e está em contato com o público e com os pacientes, pense nisso.

11. Descubra e se informe sobre o apoio às pessoas com o covid-19 e aos recursos dos quais elas precisam para que possa fazer a ponte e o contato com links, ou outros meios. Isso é crucial para quem precisa de apoio psicológico ou de saúde mental. O estigma associado a problemas mentais pode causar estresse. O Guia de Intervenção Humanitária inclui diretrizes clínicas para lidar com as condições prioritárias de saúde mental e pode ser usado por agentes gerais de saúde.

Líderes de equipe e supervisores em postos de saúde

12. Mantenha todo o pessoal protegido de estresse crônico e de uma saúde mental precária para que possam desempenhar seu trabalho da melhor maneira. Certifique-se que a situação atual não terminará da noite para o dia e o seu papel é focar no longo prazo em vez de respostas de curto prazo para a crise.

13. Assegure uma informação de qualidade e fidedigna para todo o pessoal da equipe. Faça uma rotação no pessoal das áreas mais estressantes para as menos estressantes. Coloque funcionários com menos experiência para trabalhar com os mais experientes. O Sistema de apoio e boas relações entre colegas ajuda a melhorar o ambiente de trabalho, reduzir o estresse além de promover procedimentos seguros. Aqueles trabalhadores que têm que ir às comunidades, devem ir em dupla. Inicie, encoraje e monitore as pausas no trabalho. Implemente tabelas flexíveis para o pessoal que está diretamente afetado ou tem um membro da família impactado pelo estresse ou algum trauma. Assegure-se que você está criando espaço para que os colegas forneçam apoio social uns aos outros.

14. Se você ocupa uma posição de liderança num estabelecimento de saúde, viabilize o acesso e se assegure de que os funcionários possam utilizar os serviços de apoio psicossocial e mental. Os gerentes e chefes de equipe também enfrentam as mesmas pressões que os supervisionados por eles além de um maior fardo causado pelo papel de

liderança. Por isso, é importante que todos os recursos estejam ao alcance de quem precisa trabalhadores e chefes e que os últimos possam ser um modelo na mitigação do estresse.

15. Oriente os agentes de saúde, incluindo enfermeiros, motoristas de ambulâncias, voluntários, professores, diagnosticadores e líderes comunitários em quarentenas como oferecer apoio emocional básico para as pessoas afetadas, com base na utilização de um kit de primeiros socorros emocionais.

16. Gerencie a saúde mental dos pacientes e as queixas neurológicas como delírio, psicose, ansiedade severa e depressão, nas áreas de emergência ou de clínica geral. Um pessoal treinado corretamente talvez tenha que ser mobilizado para essas áreas. Veja o guia GAP.

17. Por fim, assegure-se que o fornecimento essencial de medicamentos em todos os níveis de cuidados. As pessoas vivendo com doenças e síndromes como ataques epiléticos precisam de medicação constante e não podem ter interrupções.

Cuidadores de crianças

18. Ajude as crianças a expressarem, de forma positiva, seus medos e ansiedades. Cada criança tem sua própria maneira de fazê-lo. Algumas vezes, a atividade criativa, jogos e desenhos podem ajudar. As crianças se sentem melhor e mais aliviadas quando podem comunicar os sentimentos num ambiente de apoio.

19. Mantenha as crianças perto de seus pais e familiares caso seja seguro para elas. Evite a separação delas. Caso uma criança tenha que ser retirada de seus pais ou tutores, assegure-se de que ela será cuidada por outra fonte como assistentes sociais ou equivalentes e cheque a situação da criança regularmente. Ainda mais, certifique-se de que durante o tempo da separação o contato com os pais ou tutores seja feito duas vezes ao dia por chamadas de vídeo ou outra forma apropriada à idade da criança (por exemplo, mídia social dependendo da idade).

20. Mantenha as rotinas familiares sempre que possível e crie novas rotinas principalmente com as crianças em casa. Pense em atividades lúdicas e pedagógicas para fazer com elas. Sempre que possível, incentive as crianças a continuarem brincando e se sociabilizando com os outros, mesmo que somente na família por causa do distanciamento social no momento.

21. Em estresses e crises é normal para a criança buscar mais os pais e exigirem mais deles. Fale com seus filhos sobre o covid-19 de forma honesta e apropriada à idade deles. Se eles tiverem preocupações, o fato de falar sobre elas pode ajudar a baixar a ansiedade das crianças. Elas observam os pais, as emoções no ar e tiram daí seus mecanismos para lidar com as próprias emoções da melhor forma nesses momentos difíceis.

Idosos, cuidadores e pessoas com problemas de saúde

22. Idosos, especialmente em isolamento social e aqueles com problemas cognitivos como demência podem se tornar ansiosos, estressados, com raiva, agitados e distanciados durante a quarentena. Ofereça a eles apoio emocional por meio de redes familiares ou de agentes de saúde.

23. Partilhe fatos simples sobre o que está acontecendo com informações claras a respeito da redução de riscos e infecções em palavras compreensíveis para quem tem barreiras de entendimento. Repita a informação sempre que necessário. As instruções precisam ser claras, concisas e respeitar o estilo do paciente. Talvez seja útil colocar a informação em escrito ou em pinturas e figuras. Envolve a família e outras redes de apoio no fornecimento das notícias e de medidas de prevenção como a lavagem de mãos.

24. Se você tem alguma doença ou síndrome, certifique-se de que seus medicamentos estão disponíveis para uso. Ative ainda seu grupo de amigos para pedir ajuda caso necessário.

25. Esteja preparado e informado, com antecedência, de como buscar ajuda, como chamar um taxi, ter comida entregue em casa ou pedir ajuda médica. E providencie medicamentos para duas semanas, caso necessário.

26. Aprenda exercícios físicos simples para fazer em casa todos os dias durante o isolamento e a quarentena para não reduzir a mobilidade.

27. Mantenha rotinas e tarefas regulares sempre que possível e crie novas num ambiente diferente. Entre elas atividades diárias, limpeza, canto, pinturas e outras. Ajude outros, vizinhos, amigos, crianças e pessoas em hospitais combatendo o covid-19, sempre que for Seguro, claro. Mantenha o contato com os entes queridos ainda que por telefone.

Pessoas em isolamento

28. Fique em contato e mantenha sua rede de amigos e conhecidos, ainda que isolado tente ao máximo manter sua rotina e crie novas. Se as autoridades de saúde recomendaram distância física para conter o surto, você pode manter a proximidade digital com e-mails, redes sociais, telefone, teleconferências etc.

29. Durante esse período de estresse, esteja atento a seus sentimentos e demandas internas. Envolve-se com atividades saudáveis e aproveite para relaxar. O exercício constante, o sono regular e uma dieta balanceada ajudam. Mantenha tudo em perspectiva. Os agentes de saúde em todos os países estão atuando para que os mais afetados pela pandemia recebam assistência e cuidados.

30. Uma enxurrada constante de notícias sobre o surto pode levar qualquer um à ansiedade e ao estresse. Siga as notícias confiáveis e evite boatos e “fake news” que vão somente causar mais desconforto e dissabor.