# CUIDADOS COM A SAÚDE MENTAL PARA MÉDICOS VETERINÁRIOS

SOUZA, S.E.F, satilaevely@yahoo.com.br , UFNT1

ALMEIDA, K.S, katyane.almeida@ufnt.edu.br, UFNT ²

ADÃO, F.M, fernanda.matos@mail.uft.edu.br, UFNT³

CRUZ, S.S, sabryna.cruz@mail.uft.edu.br, UFNT³

OLIVEIRA, W.G.B, weferson.gustavo@mail.uft.edu.br, UFNT³

¹ Mestre pelo PPGSaspt

² Docente da UFNT e bolsista produtividade FAPT

³ Discente do curso de Medicina Veterinária UFNT

**Área Temática: CIÊNCIAS BIOLÓGICAS/SAÚDE**

# RESUMO

Os médicos veterinários têm maior risco de desenvolver transtornos mentais comuns (TCMs) em comparação com a população no geral, devido a diversos fatores que permeiam o exercício da profissão, dentre eles: a fadiga por compaixão e o estresse ocupacional. Diante disso, esse estudo teve como objetivo relatar as orientações sobre os cuidados com a saúde mental para médicos veterinários, por meio de dois materiais informativos (*folders*). Os participantes da pesquisa intitulada “Eutanásia animal e saúde mental de médicos veterinários” receberam seus resultados individuais, referentes as respostas ao questionário *Self Reporting Questionnaire,* juntamente com orientações sobre os cuidados com a saúde mental ou locais de atendimento, dependendo do resultado individual. Contudo, observou-se uma necessidade de maior divulgação dos cuidados relativos à saúde mental, bem como, da rede de atenção psicossocial, para que os médicos veterinários possam ter uma melhor qualidade de vida.

**Palavras-chave:**  transtornos mentais comuns; SRQ-20; educação em saúde; veterinária.

# INTRODUÇÃO

#  Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2001) saúde mental é um estado de completo bem-estar psíquico que não indica apenas a ausência de doença, mas também a capacidade do indivíduo estar consciente de si e das suas potencialidades, podendo lidar com o estresse cotidiano da vida, além de poder trabalhar de forma profícua e contribuir socialmente com o meio em que vive. Entretanto, sabe-se que estas condições ideais raramente são atingidas, principalmente no âmbito ocupacional da medicina veterinária, em que os profissionais são expostos a fatores estressores que podem desencadear estados patológicos com tendência ao suicídio e à fadiga por compaixão (Zani, 2020).

#  Corroborando com isso, os estudos de Bartam (2010) apontam que os médicos veterinários apresentam maiores riscos de cometerem suicídio quando comparados às outras pessoas da população. E, de acordo com Zani (2020), são mais propensos a desenvolver fadiga por compaixão, devido ao sofrimento advindo da constante formação e quebra de vínculos emocionais com pacientes e tutores. Diante disso, o objetivo deste trabalho foi relatar as orientações sobre os cuidados com a saúde mental e seus locais de atendimentos, direcionados para médicos veterinários, por meio de materiais informativos, ou seja, a criação de *folders.*

# METODOLOGIA

#  Inicialmente, foi aplicado o Self Reporting Questionnaire (SRQ-20) em 817 médicos veterinários de todo Brasil, com ponto de corte estabelecido em sete, em que acima desse, o veterinário considerado com indicativo de Transtorno Mental Comum (TMC) e abaixo dele, sem indicativo. Para os participantes que optaram por receber seu resultado foi enviado um *e-mail* com o resultado individual.

#  Aqueles com indicativo de TCM (positivos para o SRQ-20) receberam um folder sobre os locais de atendimentos ligados à saúde mental. Já os sem indicativo de TCM (negativos para o SRQ-20) receberam um folder orientativo sobre os cuidados com a saúde mental.

# RESULTADOS E DISCUSSÃO

#  Dos 817 médicos veterinários que participaram da pesquisa 442 (54,1%) foram positivos para o SRQ-20, considerados então com indicativo de TMC; e 375 (45,9%) foram negativos para o SRQ-20, assim sem indicativo de TMC. Foram enviados 234 e-mails para os participantes positivos para o SRQ-20 e 191 e-mails para os negativos para o SRQ-20, totalizando 425 e-mails.

#  Para os participantes negativos foi elaborado e enviado o folder sobre os cuidados com a saúde mental (Figura 1) que abordou a importância da rede de apoio, da qualidade do sono, das atividades físicas e sobre realizar tarefas que dêem prazer, corroborando com Hari (2018), que menciona que a atividade física, sono e rede de apoio adequados são fatores significantes para promoção do bem-estar mental.

# Figura 1 – Folder cuide da sua saúde mental, enviado para o médicos veterinários com SRQ-20 negativo.

#

# Fonte: Autores (2023)

#

#  Para os participantes positivos foi elaborado e enviado o folder sobre os locais de atendimento ligados à saúde mental (Figura 2), tanto da rede pública, quanto da rede privada, com enfoque na rede pública que oferta atendimento gratuito, com os dispositivos de saúde mental, para incentivar os profissionais que necessitem de ajuda a procurar auxílio profissional relacionado à saúde mental, para melhor elucidação diagnóstica e acompanhamento.

# Figura 2 – Folder locais de atendimentos saúde mental enviado para médicos veterinários com SRQ-20 positivo.

#

# Fonte: autores (2023)

#

#  É importante que as pessoas saibam os locais onde devem procurar auxílio relacionado à saúde mental por isso o envio do folder foi importante. Brasil (2015) diz que o atendimento de saúde mental é o ofertado na atenção básica que se caracteriza como porta de entrada preferencial do Sistema Único de Saúde (SUS), que abrange a promoção e a proteção da saúde, a prevenção de agravos, o diagnóstico, o tratamento, a reabilitação, a redução de danos e a manutenção da saúde, seja ela física ou mental (Brasil, 2013). Integram ainda a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) nas suas diversas modalidades, que são pontos de atenção estratégicos prestando serviços de saúde de caráter aberto e comunitário formados por uma equipe multiprofissional que atua sob a ótica interdisciplinar e realiza prioritariamente atendimento às pessoas com sofrimento ou transtorno mental. Assim caso necessitem os médicos veterinários podem buscar atendimento tanto na atenção básica, quanto no CAPS.

#  No folder outra forma de buscar ajuda foi contemplada, relacionada principalmente a pensamentos suícidas é o Centro de Valorização da Vida (CVV) fornece assistência emocional e medidas de prevenção ao suicidio de forma voluntária e gratuita a indivíduos que buscam conversar. Esse apoio é disponível de maneira confidencial, por meio de telefone, e-mails e chat 24 horas por dia, todos os dias (Brasil, 2018). Que caracteriza-se como uma ótima ferramenta relacionada à crise em saúde mental. Todas essas informações foram resumidas no folder 02.

#  Assim, aqueles que tiveram resultado positivo, devem buscar auxílio de um profissional que atue na área da saúde mental, visto que o SRQ-20 é apenas um teste indicativo de TMC, e não substitui a avaliação de um profissional da área. Bem como, aqueles que tiveram resultado negativo, devem entender que saúde mental é algo dinâmico e multifatorial, devendo continuar os cuidados com a saúde mental.

#  Outra questão importante, é que a pesquisa foi realizada ano passado, assim os resultados dizem respeito à época em que foram analisados (setembro, outubro, novembro e dezembro de 2022). Portanto, qualquer sinal ou sintoma relacionado a sofrimento psíquico deve ser avaliado por um profissional de saúde mental.

**4. CONCLUSÃO**

A partir dos resultados obtidos na pesquisa, foi possível concluir que médicos veterinários necessitam de cuidados relacionados à área da saúde mental e, diante disso, sugere-se que tais cuidados sejam iniciados o mais breve possível. O envio dos resultados pode colaborar tanto com os cuidados preventivos, quanto com os acompanhamentos relacionados à saúde mental.

É importante que os médicos veterinários sejam incentivados também a praticar hobbies, dormir bem, praticar atividades físicas regulares e fortalecer suas redes de apoio (amigos e família) para manutenção da saúde, tanto física quanto mental.

Ainda, em alguns casos é indispensável a ajuda profissional, que pode ser encontrada na RAPS. Sendo que a divulgação de informações relacionadas ao assunto e os meios de facilitar o acesso são cruciais para a melhoria na qualidade de vida dos veterinários.

# FINANCIAMENTOS

O presente trabalho foi realizado com apoio da Fundação de Amparo à Pesquisa do Tocantins – FAPT/ Governo do Tocantins (edital n. 01/2019) e da Universidade Federal do Norte do Tocantins por meio do Programa Alvorecer (edital nº 001/2023).

# REFERÊNCIAS

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE (OMS). **Declaração de Caracas.** Disponível em: <http://pfdc.pgr.mpf.gov.br/atuacao-e-conteudos-de-apoio/legislacao/saude-mental/declaracao\_caracas>. Acesso em: 31/10/2023.

BARTRAM, D. J., & Baldwin, D. S. (2010). Veterinary surgeons and suicide: a structured review of possible influences on increased risk. **The Veterinary record**, *166*(13), 388–397. https://doi.org/10.1136/vr.b4794

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Especializada e Temática. **Centros de Atenção Psicossocial e Unidades de Acolhimento como lugares da atenção psicossocial nos territórios**: orientações para elaboração de projetos de construção, reforma e ampliação de CAPS e de UA. – Brasília: Ministério da Saúde, 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde mental / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica, Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. **Cadernos de Atenção Básica, n. 34** – Brasília: Ministério da Saúde, 2013.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Saúde de A a Z: Suicídio Prevenção** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde. Disponível em:https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/suicidio-prevencao. Acesso em: 28 de outubro de 2023.

HARI, Johann. **Perdidos e Solitários.** Tradução de Cecília Camargo Bartalotti. São Paulo: Editora Intrínseca, 2018.

ZANI, G. L.; ROSA, C. L.; MACHADO, M. A. Sindrome de Burnout e a fadiga da compaixão: das vulnerabilidades dos profissonais de veterinária / Burnout’s syndrome and the fatigue of compassion: the vulnerabilities of veterinary professionals. **Brazilian Journal of Development,** v. 6, n. 1, p. 4107–4123, 2020. DOI: 10.34117/bjdv6n1-292.