



Artigo Original

Autoconhecimento e autocuidado: diminuição da morbimortalidade em dependentes químicos

Self-knowledge and self-care: decreases in morbidity and mortality in chemical dependents

Auto Conocimiento y cuidado personal: reduciendo la morbimortalidad en dependientes químicos

Gilson Jefferson Andrade¹

¹ Universidade Federal de Alagoas, Maceió, Alagoas, Brasil.

<https://doi.org/10.28998/rpss.e02106031>

Recebido em: 26/01/2021

Aceito em: 10/06/2021

Disponível online: 01/10/2021

Autor Correspondente:

Gilson Jefferson Andrade

Email: gilson.andrade@famed.ufal.br



RESUMO

Várias são as causas de morte que acometem o homem. Dentre todas, as causas externas e violentas lideram o topo dessa vasta lista. É notório salientar, no entanto, que uma parcela dessas mortes não são causadas isoladamente, mas foram resultado de um fator social que permeia o homem atual: consumo de drogas. Várias dessas mortes, através de cuidados primários de saúde, poderiam ter sido evitadas, caso o contato entre APS e paciente fosse antes estabelecido e achado oportunidade para um tratamento holístico. Esse trabalho tem como objetivo mostrar que a reflexão coordenada, direcionada por profissionais da saúde devidamente capacitados e auxiliada por ferramentas elaboradas para a melhora do autoconhecimento sobre problemas de saúde e suas consequências, amplia a noção de promoção e prevenção da saúde e trazem benefícios que diminuem a taxa de mortalidade por causas evitáveis.

Descritores: educação em saúde; dependência química; saúde mental.

ABSTRACT

There are several causes of death that affect man. Among all, external and violent causes lead the top of this vast list. It is noteworthy, however, that a portion of these deaths are not caused in isolation, but were the result of a social factor that permeates today's man: drug use. Several of these deaths, through primary health care, could have been prevented had the contact between PHC and the patient been established earlier and an opportunity for holistic treatment was found. This work aims to show that coordinated reflection, directed by properly trained health professionals and aided by tools designed to improve self-knowledge about health problems and their consequences, expands the notion of health promotion and prevention and brings benefits that decrease the mortality rate from preventable causes.

Descriptors: health education; chemical dependency; mental health.

RESUMEN

Hay varias causas de muerte que afectan al hombre. Entre todas, las causas externas y violentas encabezan esta vasta lista. Cabe señalar, sin embargo, que una parte de estas muertes no se producen de forma aislada, sino que fueron el resultado de un factor social que impregna al hombre de hoy: el consumo de drogas. Varias de estas muertes, a través de la atención primaria de salud, podrían haberse evitado si el contacto entre la APS y el paciente se hubiera establecido antes y se hubiera encontrado una oportunidad para un tratamiento integral. Este trabajo tiene como objetivo mostrar que la reflexión coordinada, dirigida por profesionales de la salud debidamente capacitados y asistida por herramientas diseñadas para mejorar el autoconocimiento sobre los problemas de salud y sus consecuencias, amplía la noción de promoción y prevención de la salud y trae beneficios que disminuyen la tasa de mortalidad por causas prevenibles.

Descriptores: educación en salud; dependencia química; salud mental.

INTRODUÇÃO

A Atividade Multidisciplinar de Ação e Reflexão: cidadãos invisíveis (AMAR:CI) pertence à Universidade Federal de Alagoas (UFAL) e é vinculada a Faculdade de Medicina (FAMED) atuando na área de Saúde e Educação. Seu público alvo são usuários de diversas comunidades, sem distinção de procedência e residência, que estão em processos terapêuticos para remissão de dependência de entorpecentes e psicotrópicos. É lotada na FAMED-UFAL e suas ações se dão nas comunidades Casa Betânia e Lar servo Sofredor.

Através de dados obtidos pela plataforma de Sistema de informação sobre Mortalidade (SIM), as causas externas e a violentas estão no topo da lista para os fatores que levam o Brasil a possuir uma alta taxa de mortalidade masculina. É relevante pontuar também que essa alta taxa de mortalidade não acontece de forma totalmente isolada e randômica, pois está associada, muitas vezes, ao consumo de entorpecentes e psicotrópicos que propiciam oportunidades para uma morbimortalidade ainda maior para a população de homens brasileiros. Pressupõe-se que várias destas poderiam ser evitadas caso os homens realizassem maior contato com os serviços de atenção primária em saúde (APS) (1) (SANTOS et al., 2017). Todavia, devido a uma construção errônea do conceito de saúde como sendo ausência de doença, aliado à visão de que o homem deve ser sem “fraquezas”, fomentam dificuldades para busca de serviços da APS pela população masculina brasileira. Nesse sentido, buscando a construção de saberes sobre a totalidade do ser humano e dos processos de saúde doença que o envolvem, através de um mapa conceitual e a utilização da matriz SWOT pessoal como meio de auto avaliação (2) (BARBOSA, 2016), é legítima a ação de profissionais da saúde para a busca de sensibilização e conscientização masculina para o autocuidado e autocrítica capaz de promover a mobilização do indivíduo para a promoção de sua saúde.

MATERIAIS E MÉTODOS

No dia 18 de Agosto de 2018, durante o horário das 09:00 às 11:30 horas, na Comunidade Terapêutica Lar Servo Sofredor, com a devida permissão e consentimento dos participantes e gestores da localidade, realizou-se uma ação com a quantidade aproximada de 70 homens que fazem parte do grupo alvo para remissão das drogas e ressocialização. O objetivo do projeto foi segmentado e elaborado em 2 etapas: 1- Principais causas de mortalidade masculina e os diversos fatores associados a essa, com enfoque para o uso de entorpecentes e psicotrópicos e construção de mapa conceitual para o estabelecimento e fixação do conteúdo apresentado e discutido e; 2- Análise SWOT(ferramenta objetiva voltada para a reflexão de Forças, Oportunidades, Fraquezas e Ameaças) e discussão participativa e ativa, em roda de conversa, dos resultados; Foram usadas materiais como cartolinas, imagens retiradas de revistas e rede de internet, cola branca, pincel marcador de texto, canetas esferográficas de diversas cores e um questionário de análise e interpretação da matriz SWOT pessoal (em anexo). O espaço utilizado foi o pátio da Comunidade Lar Servo Sofredor.

RESULTADOS

O principal objetivo experiência em questão tem como

meta construir, ratificar e firmar conhecimento e reflexão a respeito das principais causas externas de mortalidade masculina e seus fatores adjuvantes, de forma a destacar a influência de agentes como álcool e drogas, sejam ilícitas ou lícitas, e incitar o autoconhecimento como maneira evitável e segura de romper preconceitos, estimular a busca por cuidados com a saúde individual e da sociedade na qual o indivíduo está inserido, não importando a natureza desta, sua objetividade ou funcionalidade.

A princípio, os homens foram reunidos no pátio da comunidade. Após a distribuição de material devidamente preparado, foi proposta a elaboração de um mapa conceitual. No centro deste, foram colocadas imagens de álcool e drogas a partir das quais foram feitas setas que se dirigiram para imagens de órgãos que poderiam ser afetados por tais fatores. Após, gravuras ilustrando sintomas de doenças causadas e por essas interações foram fixadas e dúvidas a respeito dessas foram discutidas explicando-se também os efeitos do álcool que prejudicam a direção e as emoções, e ouvindo testemunhos. Por último, dividiram-se 6 grupos de 10 homens. Cada grupo foi ajudado por 2 participantes do projeto para melhor aplicação da matriz, que foi respondida anonimamente. Ao fim, as matrizes foram recolhidas e avaliadas por 3 partícipes que aliaram as respostas mais frequentes em um painel para exposição.

DISCUSSÕES

A construção do mapa conceitual foi uma forma expandir saberes sobre consequências do uso de substâncias psicoativas. Um dos resultados obtidos foi a intensa discussão e esclarecimentos de dúvidas sobre toxicidade do álcool e sua relação com cirrose, infarto, depressão e inibição do Sistema Nervoso Central. Após, falas abordaram nuances de questões como violência e repressão policial que foram vivenciadas, fator que coincide com o estigma aos usuários de substâncias psicoativas (4) (COSTA., et al, 2017). Ademais, experiências de perda de amigos, vítimas de acidentes de trânsito, relações com o tráfico de drogas e suas consequências, quebra de laços familiares e alterações fisionômicas foram numerosamente relatadas pelos participantes, sendo a grande maioria dos incidentes configurada por acidentes com armas de fogo (3) (BRASIL, 2018). Findando, houve a análise da matriz SWOT pessoal. O método de Kenneth Andrews e Roland Christensen, professores da Harvard Business School aborda Strengths (forças), Weaknesses (fraquezas), Oportunities (oportunidades) e Threats (ameaças) (BARBOSA, 2016). Diversas respostas foram ouvidas e algumas das palavras mais citadas e frequentes foram “raiva”, “medo”, “drogas”, “carinho”, “amizade” e “trabalho”. Destarte, foi perceptível, após ser proposto pela equipe de acadêmicos, a construção, entre os participantes, de duas visões de si e elaboração de caminhos para o rompimento e quebra de estigmas sobre a figura de um homem “fraco”, ratificando que todos têm defeitos compensados por suas qualidades.

CONCLUSÕES

Apesar da influência das várias causas e fatores sociais que podem corroborar intensamente para o desencadeamento de altas taxas de morbimortalidade masculina e alterações que podem impactar negativamente a vida do homem, o consumo consciente de álcool, o

esclarecimento acerca das alterações que substâncias tóxicas podem causar no organismo, juntamente com participação ativa do indivíduo no processo de promoção e prevenção da saúde e a disponibilidade de adequados serviços da atenção básica são formas de diminuir as taxas de mortalidade associadas a fatores que são grandes impasses, quando o trata-se de cuidados prévios na saúde pública.

REFERÊNCIAS

1. SANTOS, Kelly Oliveira; DOS-SANTOS, Edirlei Machado. Onde estão os homens? O que os distanciam ou os aproximam dos serviços da atenção primária à saúde. Semina: Ciências Biológicas e da Saúde, v. 38, n. 1, p. 79-88.
2. BARBOSA, Nívea Carla Tavares et al. A educação permanente em saúde: uma análise dos projetos de intervenção apresentados por gestores de saúde durante a participação no curso de micropolíticas (EAD) da Universidade Federal Fluminense. 2016.
3. Perfil da morbimortalidade masculina no Brasil. Ministério da Saúde. 2018. Disponível em: < <http://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2018/fevereiro/19/Perfil-da-morbimortalidade-masculina-no-Brasil.pdf> > Acesso em: 02 de Novembro de 2018.
4. COSTA, Samira Lima; FERREIRA, Rogerio Santos. VIOLÊNCIA URBANA E ASSISTÊNCIA SOCIAL NO AMBITO DA PROTEÇÃO SOCIAL BÁSICA. Revista de Políticas Públicas e Segurança Social, v. 1, n. 1, p. 54-76, 2017.

Como citar

Andrade GJ. Autoconhecimento e autocuidado: diminuição da morbimortalidade em dependentes químicos. Revista Portal: Saúde e Sociedade, 6 (único):e02106031. DOI:10.28998/rpss.e02106031.



Este é um artigo publicado em acesso aberto (Open Access) sob a licença Creative Commons Attribution, que permite uso, distribuição e reprodução em qualquer meio, sem restrições desde que o trabalho original seja corretamente citado.