

**COVID-19**



GABINETE REGIONAL DE CRISE  
**DE SAÚDE MENTAL**  
DA ARS ALGARVE, I.P.



Resposta dos psicólogos dos Cuidados de Saúde Primários (CSP) e respetiva articulação com os Cuidados de Saúde Hospitalares (CSH) face à pandemia de COVID-19.

**GABINETE REGIONAL DE CRISE DE SAÚDE MENTAL  
DA ARS ALGARVE, I.P.**

## **ÍNDICE**

<b>1. Introdução</b>	<b>1</b>
<b>2. Organização</b>	<b>1</b>
<b>3. Objetivo</b>	<b>1</b>
<b>4. Público alvo</b>	<b>2</b>
4.1. Intervenção em utentes (casos confirmados, com suspeita, em isolamento e outros que não apresentam confirmação ou suspeita mas que se relacionam com a situação COVID-19) - Processo de Referenciação	<b>2</b>
4.2. Apoio psicológico para os profissionais	<b>3</b>
<b>5. Procedimentos de atuação</b>	<b>5</b>
5.1. Fluxograma UTENTES	<b>5</b>
5.2. Fluxograma PROFISSIONAIS	<b>6</b>
<b>6. Registo das situações atendidas</b>	<b>7</b>

## 1. Introdução

A situação que estamos a vivenciar exige a necessidade de organizar e reforçar uma resposta urgente ao nível dos cuidados de saúde, que deverá ser constituída por vários níveis, nos quais é importante integrar a saúde mental dos que prestam e dos que recebem os cuidados de saúde. Neste contexto de crise, as pessoas encontram-se vulneráveis e recetivas à ajuda, que deverá estar disponível e acessível, como forma de minimizar o impacto negativo das situações experienciadas e integrar os acontecimentos de forma resiliente.

## 2. Organização

Os psicólogos dos CSP estão organizados por cada Agrupamento de Centros de Saúde (ACES), de acordo com uma escala (2 turnos) das 08h:00m-14h:00m e das 14h:00m-20h:00m (horário das equipas de saúde<sup>1</sup>), para os quais serão referenciados os casos que necessitem de intervenção psicológica, via e-mail e/ou telefone para os contactos abaixo em função do local de referência:

### **ACES Barlavento**

[apoipsicologico\\_covid\\_barlavento@arsalgarve.min-saude.pt](mailto:apoipsicologico_covid_barlavento@arsalgarve.min-saude.pt)

**969 087 686**

### **ACES Central**

[apoipsicologico\\_covid\\_central@arsalgarve.min-saude.pt](mailto:apoipsicologico_covid_central@arsalgarve.min-saude.pt)

**969 087 739**

### **ACES Sotavento**

[apoipsicologico\\_covid\\_sotavento@arsalgarve.min-saude.pt](mailto:apoipsicologico_covid_sotavento@arsalgarve.min-saude.pt)

**969 029 884**

## 3. Objetivo

Minimizar o impacto das situações para os utentes (casos confirmados, com suspeita e isolamento e outros), profissionais que trabalham na saúde (independentemente da categoria), atendendo às necessidades do foro psicológico e emocional associadas aos pedidos de ajuda recebidos pelas equipas de saúde, maximizando esforços e recursos para atender e suprir às necessidades de cada situação.

---

<sup>1</sup> - As equipas de saúde das Áreas Dedicadas à COVID-19 (ADC) e das Unidades Funcionais (USF, UCSP,...) dos ACES.

## 4. Público alvo

### **4.1. Intervenção em utentes (casos confirmados, com suspeita, em isolamento e outros que não apresentam confirmação ou suspeita mas que se relacionam com a situação COVID-19) - Processo de Referenciação**

Torna-se cada vez mais pertinente e emergente a necessidade de intervenção psicológica em crise, não só em casos confirmados, com suspeita, em isolamento e outros que estejam de certo modo relacionados com a situação COVID-19, uma vez que é consensual que a qualidade da intervenção realizada no momento do incidente pode determinar a evolução da sintomatologia apresentada, evitando o despoletar de patologia posterior.

Com este contacto com a comunidade, também é possível minimizar o aumento de casos de contágio, através do aconselhamento fornecido e ainda combater o estigma.

Podem ser **referenciadas via e-mail** (ou transferidas chamadas em casos urgentes) para o psicólogo de serviço, nas **situações que envolvam** os seguintes **motivos**:

- a.** Reações agudas de *stress*;
- b.** Necessidade de estabilizar e promover a aquisição do controlo emocional;
- c.** Necessidade de diminuir os níveis de ansiedade;
- d.** Agudização de psicopatologia prévia, relacionadas com a COVID-19, com a necessidade de avaliar, estabilizar e/ou referenciar;
- e.** Necessidade de apoio emocional no início do processo de luto e/ou notificação de morte (e.g. perda de alguém significativo);
- f.** Famílias e/ou crianças que necessitem de orientação de como lidar com a situação de crise;

A **referenciação dos utentes** deve ser feita, preferencialmente por **e-mail**, podendo, se a situação for urgente e houver disponibilidade, efectuar-se através de contacto telefónico imediato, **devendo o profissional registar sempre a posteriori via e-mail**.

O e-mail de referênciação deverá conter:

Nova mensagem

Para \_\_\_\_\_ Cc Cco

Assunto **Covid-19 Referênciação Utente**

1. Nome (utente)
2. Contacto (telefone/telemóvel utente)
3. Tipologia da situação Covid (identificar ICPC-2 : R83.01 - Infecção por COVID-19; A23.01 - Risco de infecção por COVID-19; R29.01 - Suspeita de infecção por COVID-19; R27.01 - Medo de infecção por COVID-19)
4. Motivo da referênciação (pode identificar qual a alínea correspondente ao motivo)
5. Unidade do referenciador (ex.: ADC Olhão; USF Descobrimentos; UCSP Mar)

Sans Serif

Enviar

## 4.2. Apoio psicológico para os PROFISSIONAIS

No dia-a-dia dos profissionais que se encontram na primeira linha de intervenção face à pandemia COVID-19, e devido às especificidades e exigências da atividade que desempenham surgem, por vezes, reações de *stress* intensas que devem merecer uma atenção especial. Embora as reações apresentadas possam ser normais face à natureza da situação e das funções exercidas, podem prolongar-se e intensificar-se no tempo, sendo necessário um apoio especializado para a sua resolução.

**A intervenção com os profissionais (das equipas de saúde ou outros) tem como objetivo:**

- Apoiar na gestão de *stress* e no desenvolvimento de estratégias de coping adaptativas;
- Minimizar o impacto psicológico de situações críticas, a que os profissionais poderão estar expostos, na sequência da sua actividade;
- Prevenir o *burnout* ou outras patologias;
- Possibilitar o encaminhamento posterior, caso se justifique.

Qualquer **profissional** tem ao seu dispor e poderá contactar qualquer um dos **números ou e-mails** abaixo, independentemente do local onde exerce as suas funções:

**ACES Barlavento**

apoio psicologico\_covid\_barlavento@arsalgarve.min-saude.pt

**969 087 686****ACES Central**

apoio psicologico\_covid\_central@arsalgarve.min-saude.pt

**969 087 739****ACES Sotavento**

apoio psicologico\_covid\_sotavento@arsalgarve.min-saude.pt

**969 029 884**

O apoio psicológico para os **profissionais** deve ocorrer preferencialmente através no número disponibilizado, devendo o profissional **ligar directamente** e, apenas nas situações em que não haja disponibilidade, enviar e-mail onde conste:

O e-mail de referênciação deverá conter:

**Nova mensagem**

Para

Assunto **Covid-19 Referênciação Profissionais**

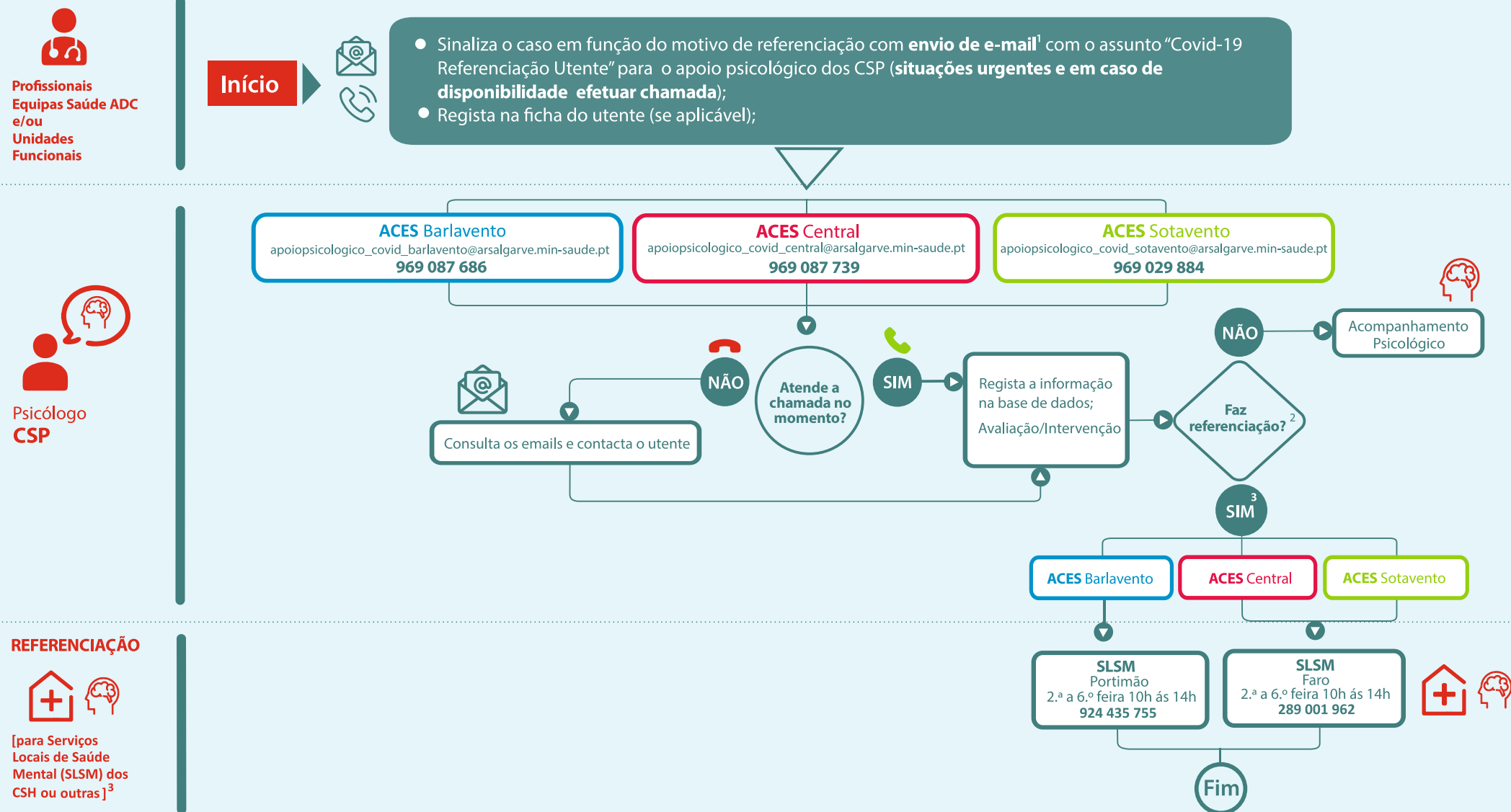
1. Nome (profissional)
2. Contacto (telefone/telemóvel profissional )
3. Motivo do contacto (opcional)
4. Indicar a melhor altura para ser contactado

Sans Serif

Enviar

**NOTA:** Em qualquer das situações enumeradas e em função da gravidade avaliada, deverá ser ponderada a necessidade de referênciação para outro serviço competente na problemática apresentada.

## GABINETE REGIONAL DE CRISE DE SAÚDE MENTAL DA ARS ALGARVE, I.P.



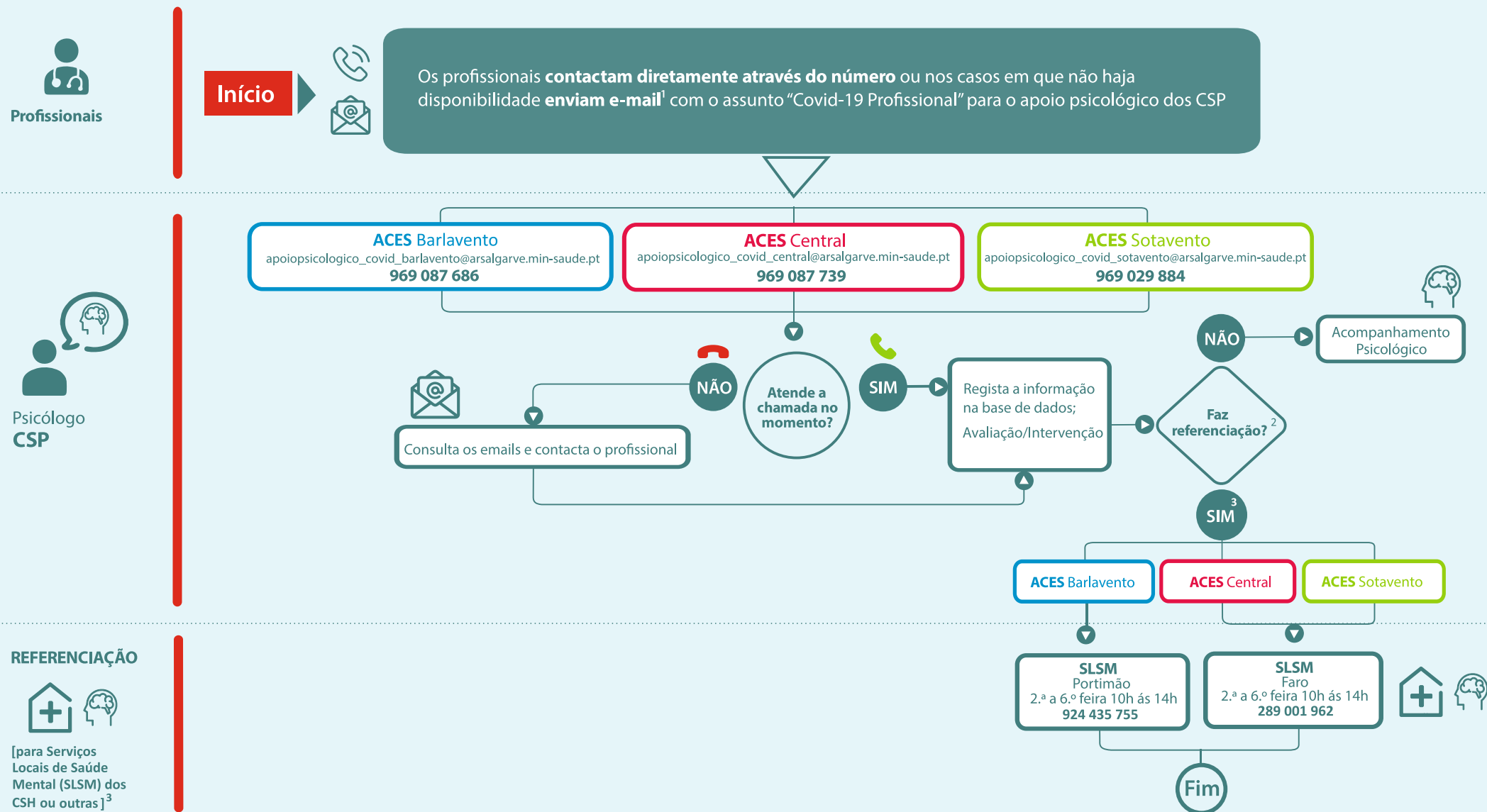
**NOTAS:**

**1** Dados do e-mail para referência para apoio psicológico CSP: Nome utente; Contato telefónico do utente; Tipologia da situação COVID-19 (identificar: R83.01; A23.01; R29.01; R27.01); Motivo da referência (a) Reações agudas de stress; b) Necessidade de estabilizar e promover a aquisição de controlo emocional; c) Necessidade de diminuir os níveis de ansiedade; d) Agudização de psicopatologia prévia, relacionadas com a COVID-19, com a necessidade de avaliar, estabilizar e/ou referenciar; e) Necessidade de apoio emocional no início do processo de luto e/ou notificação de morte; f) Famílias e/ou crianças que necessitem de orientação de como lidar com a situação de crise; Unidade do referenciador;

**2** Critérios de referência para as SLSM dos CSH: Doentes com patologia psiquiátrica e que descompensaram; Novas situações de patologia psiquiátrica; Reações de ajustamento com repercussão funcional grave;

**3** Outras referências: Para além das SLSM dos CSH a referência também pode ser efetuada para outras equipas/profissionais (Ex.: Violência doméstica, EPVA, ...)

## GABINETE REGIONAL DE CRISE DE SAÚDE MENTAL DA ARS ALGARVE, I.P.



**NOTAS:** 1 **Dados do e-mail:** Nome; Contacto telefonico do profissional; Tipologia da situação; Motivo do contacto (opcional); Indicar a melhor altura para ser contactado;

2 **Critérios de referência para as SLSM do CHUA:** Doentes com patologia psiquiátrica e que descompensaram; Novas situações de patologia psiquiátrica; Reações de ajustamento com repercussão funcional grave;

3 **Outras referências:** A referência também pode ser efetuada para outras equipas/profissionais (Ex.: Violência doméstica, EPVA, ...)



## 6. Registo das situações atendidas

O registo das situações atendidas é feito em ficheiro excel, devidamente protegido com palavra-passe, onde consta a seguinte informação:



- N.º (registo)
- Data
- Hora
- Psi (nome do psicólogo)
- ACES
- Referenciador
- Centro de Saúde referenciador
- Unidade do referenciador
- Motivo da referenciação
- Tipo de contactante
- Contacto (do utente ou profissional)
- N.º utente
- Tipologia situação COVID-19
- Nome (do utente ou profissional)
- Localidade
- Sexo
- Data nascimento
- Sinais e sintomas emocionais
- Sinais e sintomas cognitivos
- Sinais e sintomas físicos
- Sinais e sintomas comportamentais
- Tipo de ocorrência
- Intervenção
- Encaminhamento
- Follow-up
- Observações