

**GUIA DE INTERVENÇÃO  
PARA ATENDIMENTO  
PSICOLÓGICO APÓS  
TRAGÉDIAS**



**2.**

SUMÁRIO

**3.**

INTRODUÇÃO

**5.**

MODELO DE INTERVENÇÃO

**9.**

PROTOCOLO DE BREVE INTERVENÇÃO

**11.**

PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS (PSP)



# INTRODUÇÃO





## Introdução

No contexto de tragédias, o atendimento psicológico é essencial para garantir que vítimas, familiares e todos aqueles atingidos de alguma forma possam se estabilizar mentalmente, recuperando-se do ocorrido.

O acompanhamento precisa ser contínuo, levando em conta particularidades e demandas que podem ser tanto coletivas quanto individuais. Neste eBook, você vai conhecer as principais estratégias de intervenção para psicólogos e psiquiatras atenderem pacientes nessas situações de crise.

Boa leitura!





# MODELO DE INTERVENÇÃO



## Modelo de intervenção

O Brasil não tem políticas públicas nem protocolo específico sobre atendimento psicológico após desastres. No entanto, diversos estudos já foram feitos e apresentaram uma série de medidas eficazes.

Em um artigo publicado na Revista Brasileira de Terapias Cognitivas, as psicólogas Marina Alexandra Carvalho e Maria Margarida de Matos propõem um Modelo de Intervenção Psicossocial de Continuidade em situações de crise, emergência e catástrofe. As estratégias seriam aplicadas antes e depois dos desastres.

Diversos fatores estão envolvidos no sucesso das intervenções.

Entre eles, estão:

- Acesso à informação;
- Capacitação para gestão de estresse e resolução de conflitos;
- Promoção da capacidade individual para controlar o que é controlável;
- Suporte por parte de pessoas próximas.





O objetivo do modelo de intervenção é controlar e prevenir danos e traumas, além de facilitar a recuperação e o retorno à rotina. Antes da ocorrência traumatizante, deve ser criado um protocolo.

O documento serve de guia para a atuação após incidentes críticos, de acordo com cada população e acontecimento específico – incluindo desastres ambientais e tiros, por exemplo. Uma simulação também deve ser feita, instruindo sobre como agir mediante um incidente crítico.





Durante e após a ocorrência do evento, a equipe de atendimento psicológico deve seguir as seguintes recomendações:

- Implementação dos Primeiros Socorros Psicológicos;
- Trabalho de equipes multidisciplinares, atendendo demandas de habitação, jurídicas, sociais, empregabilidade etc.;
- Acompanhamento e análise do estado mental, avaliando a necessidade de prescrição de medicamentos de uso terapêutico;
- Aplicação do Eye Movement Dessensitization Reprocessing (EMDR), técnica utilizada para ajudar a pessoa a lembrar do acontecimento traumatizante e dos sentimentos correlacionados;
- Aplicação de técnicas da Terapia Cognitivo Comportamental – a mais eficaz, segundo os estudos consultados pelas psicólogas;
- Recomendação de retorno à rotina prévia ao desastre;
- Atuar de forma a evitar exposição a situações traumáticas;
- Atendimento psicológico contínuo, identificando necessidades psicossociais;
- Atendimento domiciliar, já que muitas pessoas não têm condições de se deslocar aos locais de atendimento.

**Leia mais:** [Conheça as atualizações em Saúde Mental desenvolvidas pelas principais sociedades do Brasil.](#)



# PROTOCOLO DE BREVE INTERVENÇÃO

The image shows a person's hands holding a clipboard with a form. The form has a header section with the following text:

Nome do Cliente	Idade	Gênero	Profissão	Endereço	Data
...	...	...	...	...	...
...	...	...	...	...	...
...	...	...	...	...	...

Below the header, there are three rows of text, each followed by a series of dots, indicating a list of items or activities:

- Grupos de Apoio
- Terapia Individual
- Terapia de Grupo

The rest of the form consists of a grid of empty cells for data entry.

## Protocolo de breve intervenção

O protocolo proposto por Carvalho e Matos deve ajudar vítimas diretas e indiretas (incluindo profissionais) no retorno e (re)organização da rotina, evitando o adoecimento mental. De caráter cognitivo-comportamental-contextual, a abordagem centrada no sentido da vida tem quatro fases:

**1) Avaliação:** análise do estado emocional da pessoa, como lida com o incidente crítico, se existe suporte social e familiar, segurança, risco de suicídio e necessidades específicas. Aqui, a equipe deve estabelecer uma relação de confiança;

**2) Psicoeducação:** fornecimento de informação sobre as reações, formas de lidar e consequências comuns em

situações de estresse e trauma à população em geral (de acordo com cada contexto e faixa etária);

**3) Orientação:** criação de plano para retorno e reorganização da rotina, (re)atribuição do sentido da vida, auxiliar na adaptação e/ou aceitação do desastre e dos sentimentos que dele foram consequência;

**4) Acompanhamento:** monitorizar a evolução do processo de adaptação emocional e à nova rotina, e, caso necessário, realizar o encaminhamento da vítima para o sistema de saúde para avaliação e intervenção especializada.

**Leia mais:** [Três orientações para ajudar alguém com comportamento suicida.](#)



# PRIMEIROS SOCORROS PSICOLÓGICOS (PSP)



## Primeiros Socorros Psicológicos (PSP)

Uma das estratégias adotadas após desastres são os Primeiros Socorros Psicológicos (PSP). Os protocolos de intervenção propostos pelo National Center for PTSD são um suporte, e não um tratamento psicoterápico.

As medidas têm como objetivo reduzir o estresse inicial após eventos potencialmente traumáticos, engajando as pessoas afetadas nas estratégias de enfrentamento de curto e longo prazo.

Indivíduos de todas as faixas etárias podem ser atendidos. Qualquer profissional na área da saúde mental pode aplicar as técnicas. Entretanto, os que mais as utilizam são psicólogos e psiquiatras. São cinco princípios básicos:

**1. Segurança:** estando o próprio profissional em segurança, ele será capaz de ajudar o próximo a se sentir da mesma forma;

**2. Calma:** frequentemente, as vítimas de situações críticas sentem medo, ansiedade e confusão mental. Para melhor atendê-las, o profissional da saúde deve estar calmo e passar o mesmo sentimento ao paciente;

**3. Conexão:** o profissional deve ajudar o paciente a encontrar familiares, amigos e conhecidos, por meio dos recursos necessários (grupos de apoio, rede de saúde etc.);

**4. Senso de autoeficácia e eficácia comunitária:** pessoas em vulnerabilidade precisam de ajuda para encontrar forças e reconstruir sua vida e sua comunidade;

**5. Esperança:** o sentimento de esperança motiva e dá forças para as pessoas retornarem às suas rotinas e lidarem com possíveis traumas.

**Leia mais:** [Saiba como a educação continuada pode ajudar a sua carreira!](#)



| [www.secad.com.br](http://www.secad.com.br)