

**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

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)