



Janeiro Branco

Quem cuida da
mente, cuida
da vida.

Este é o mês de uma importante campanha de mobilização para a saúde mental. A ação, intitulada Janeiro Branco, tem como objetivo convidar as pessoas a refletir sobre a necessidade de cuidar não apenas da própria saúde mental, mas também de quem as rodeia.

As próprias áreas da Saúde têm dificuldade em caracterizar com precisão o que é saúde. Sabe-se, porém, que seu significado vai muito além da simples ausência de doença. Atualmente, por exemplo, considera-se saúde ter saneamento básico, trabalho, educação, lazer e segurança. Além disso, sabe-se que ela é diretamente influenciada por marcadores sociais, como preconceitos, aspectos econômicos e culturais.

O conceito de saúde modificou-se diversas vezes ao longo dos anos e está intimamente ligado

à história das ideias próprias de seu tempo. Hoje muito se questiona a definição de saúde proposta pela Organização Mundial da Saúde (OMS), segundo a qual se trata de “um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não somente ausência de afecções e enfermidades”. As críticas feitas a essa proposição partem de diversas naturezas, sendo a mais comum o caráter idealista e de perfeição que essa formulação carrega, sendo impossível haver alguma existência que atenda a essas exigências.

A saúde mental é parte integrante dessa conceituação de saúde e, evidentemente, teve seu significado também modificado ao longo da história. No passado, por exemplo, atrelava-se a loucura diretamente a questões de ordem espiritual ou até mesmo ao fato de a pessoa não querer trabalhar. Uma teoria que ganhou notória

importância foi a de que a loucura partia do meio social em que a pessoa “louca” vivia e que, para ser tratada, ela precisava ser reclusa da sociedade e internada em manicômios nos quais práticas desumanas eram comumente aplicadas com o aval “científico” da época. Em nosso tempo, porém, a loucura não é mais considerada um estado de completa doença; afinal, pessoas nessa condição apresentam aspectos saudáveis que demonstram suas potências e capacidades, indo além de suas limitações e dificuldades.

O sofrimento psíquico não se limita à loucura e pode afligir qualquer um. Conforme propõe o filósofo e médico Georges Canguilhem, pode ser considerado sofrimento psíquico aquilo que impossibilita o “modo de fazer a vida andar”, ou seja, o que atrapalha suas atividades cotidianas de maneira substancial ao ponto de ferir sua autonomia na sociedade. De acordo com dados da OMS, o número de casos de depressão e ansiedade no Brasil e no mundo está crescendo de modo alarmante e revela o adoecimento generalizado da população. A dependência química (que

engloba alcoolismo) também é uma forma de expressão do sofrimento psíquico, embora não receba a atenção devida em debates sociais.

Há de se destacar a relevância recentemente dada à saúde mental no trabalho: no cerne dos debates sobre a Saúde do Trabalhador estão temáticas como depressão, ansiedade, síndrome de *burnout*, suicídio, violências institucionais (como assédio moral), entre outras. É notória a relação entre o sofrimento psíquico e o trabalho, embora nem sempre seja fácil detectá-la. A centralidade que o trabalho exerce na vida social gera experiências que podem ser promotoras tanto de saúde quanto de adoecimento psíquico.

Como prevê a Constituição de 1988, a saúde é um direito de todos e um dever do Estado. As políticas públicas no Brasil são construídas e norteadas por essa concepção e buscam atender às demandas da população brasileira. Em geral, costuma-se saber os modos pelos quais se acessa o Sistema de Saúde Único (SUS) no geral, mas pouco se sabe como se dá a entrada no SUS em casos de



saúde mental. Por isso, aqui explicaremos brevemente como é possível fazer esse contato com a saúde mental no sistema público de saúde brasileiro.

Com os avanços da Reforma Psiquiátrica e da Luta Anti-Manicomial - movimentos da saúde mental que buscavam (e ainda buscam) tratamentos mais dignos e humanizados -, diversas políticas públicas foram traçadas para garantia do direito à saúde. Em 2011, por meio da Portaria nº 3.088, foi estabelecida a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS), cujo público-alvo são pessoas em sofrimento psíquico, com transtornos psiquiátricos e dependentes de álcool e/ou outras drogas. Os profissionais que compõem a RAPS são de diversas áreas, como psicólogos, médicos de várias especialidades, assistentes sociais, enfermeiros, odontólogos, fonoaudiólogos, nutricionistas, terapeutas ocupacionais, entre outros que formam equipes multiprofissionais.

A Rede é composta por diversos serviços e equipamentos, além de estar presente em vários níveis de complexidade do SUS, como, por exemplo, Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), Serviços Residenciais Terapêuticos (SRTs), Centros de Convivência e Cultura, Unidades de Acolhimento Adulto (UAAs) e leitos de atenção integral (em hospitais gerais, nos CAPS III). Os serviços e dispositivos da Rede são muito complexos, e vale ressaltar que todos eles são territorializados, o que significa dizer, em linhas gerais, que são oferecidos em relação ao local de moradia da pessoa e ao tipo de atendimento de que ela precisa.

A forma mais comum de entrada na Rede é pela Clínica da Família, e, dependendo da avaliação feita pela equipe, o caso é encaminhado a algum outro dispositivo. No entanto, nada impede que a pessoa procure diretamente um Centro de Atenção Psicossocial, seja avaliada nele e encaminhada, se necessário. Os CAPS cumprem função importantíssima na Rede, além de serem um serviço substitutivo dos manicômios. Ao contrário de como acontecia no passado, o paciente é tratado em liberdade e participa de diversas atividades, levando-se em consideração suas necessidades. Tais ações podem ser realizadas em grupo ou individualmente - como, por exemplo, utilização de medicações, consultas individuais com psicólogo, atividades físicas, participação em oficinas, entre outras. Esse tipo de cuidado psicossocial visa não somente a uma melhora do quadro clínico em si, mas a uma reinserção social como um todo, respeitando-se sempre a autonomia do usuário do serviço.



Confira, a seguir, a lista de alguns Centros de Atenção Psicossocial localizados no Rio de Janeiro:

TIPO DE ATENDIMENTO	HORÁRIO	UNIDADE DE SAÚDE
Dependência Química	Das 8h às 17h	<p>CAPSad II Mané Garrincha Área de atendimento: Tijuca e adjacências (AP 2.2) Endereço: Av. Professor Manoel de Abreu, 196 - Maracanã Tel.: 2284-6339 / 2284-6860</p> <p>CAPSad II Júlio César de Carvalho Área de atendimento: Santa Cruz (AP 5.3) Endereço: Rua Severino das Chagas, 196 - Santa Cruz Tel.: 3156-9277</p>
Dependência Química	24 horas	<p>CAPSad III Miriam Makeba Área de atendimento: Bonsucesso, Ramos e Maré (AP 3.1) Endereço: Rua Professor Lacê, 485 - Ramos Tel.: 3889-8441</p> <p>UAA Metamorfose Ambulante Endereço: Rua Filomena, 299 - Olaria</p> <p>CAPSad III Raul Seixas Área de atendimento: Méier e adjacências (AP 3.2) Endereço: Rua Dois de Fevereiro, 785 - Encantado Tel.: 3111-7512 / 3111-7507</p> <p>CAPSad III Paulo Portela Área de atendimento: Madureira e adjacências (AP 3.3) Endereço: Rua Pirapora, 69, Madureira Tel.: 2452-2130</p> <p>CAPSad III Antônio Carlos Mussum / UAA Cacildis Área de atendimento: Barra e Jacarepaguá (AP 4.0) Endereço: Rua Sampaio Corrêa, s/nº - Taquara, Jacarepaguá Tel.: 3523-8546 / 3412-8356</p>
Infantil e adolescente	Das 8h às 17h	<p>CAPSi II Maurício de Sousa Área de atendimento: Centro e parte da Zona Sul (APs 1.0 e 2.1-parte) Endereço: Av. Venceslau Brás, 65 fundos - Botafogo Tel.: 3873-2416</p> <p>CAPSi II Visconde de Sabugosa Área de atendimento: Ilha do Governador, Penha e adjacências (AP 3.1) Endereço: Av. Guanabara s/nº - Praia de Ramos - Ramos Tel.: 3884-9635</p> <p>CAPSi II Maria Clara Machado Área de atendimento: Méier e adjacências (AP 3.2) Endereço: Rua Honório, 461 - Todos os Santos Tel.: 3111-620 / 3111-4168 / 3111-7139</p>

TIPO DE ATENDIMENTO	HORÁRIO	UNIDADE DE SAÚDE
Infantil e adolescente	Das 8h às 17h	<p>CAPSi II Heitor Villa Lobos Área de atendimento: Madureira e adjacências (AP 3.3) Endereço: Rua Padre Manso s/nº - Madureira Tel.: 3018-2201</p> <p>CAPSi II Eliza Santa Roza Área de atendimento: Barra e Jacarepaguá (AP 4.0) Endereço: Rua Sampaio Corrêa, 105, Taquara - Jacarepaguá Tel.: 3412-5601 / 3412-5605</p> <p>CAPSi II Pequeno Hans Área de atendimento: Bangu, Realengo e adjacências (AP 5.1) Endereço: Rua Carlos Pontes, s/nº - Jardim Sulacap Tel.: 3355-3887</p> <p>CAPSi II João de Barro Área de atendimento: Campo Grande e Santa Cruz (AP 5.2 e 5.3) Endereço: Estrada do Campinho, s/nº - Santa Margarida, Campo Grande Tel.: 3394-2668</p>
Adultos com transtorno NÃO associado ao uso de substâncias psicoativas	Das 8h às 17h	<p>CAPS II Carlos Augusto da Silva (Magal) Área de atendimento: Manguinhos, Maré, Benfica e Tuiuti (AP 3.1) Endereço: Avenida Dom Hélder Câmara, 1.390 fundos - Manguinhos Tel.: 2201-0180 / 97002-1427</p> <p>CAPS II Ernesto Nazareth Área de atendimento: Ilha do Governador (AP 3.1) Endereço: Av. Paranapuã, 435 - Freguesia, Ilha do Governador Tel.: 3367-5145</p> <p>CAPS II Fernando Diniz Área de atendimento: Olaria, Ramos, Bonsucesso (AP 3.1) Endereço: Rua Leopoldina Rego, 754 - Olaria Tel.: 3867-1319</p> <p>CAPS II Clarice Lispector Área de atendimento: Méier e adjacências (AP 3.2) Endereço: Rua Dois de Fevereiro, 785A - Encantado Tel.: 3111-7490 / 3111-7411</p> <p>CAPS II Dircinha e Linda Batista Área de atendimento: Guadalupe, Anchieta, Osvaldo Cruz e adjacências (AP 3.3) Endereço: Rua Jornalista Hermano Requião, 447 Tel.: 2475-4917</p> <p>CAPS II Rubens Corrêa Área de atendimento: Irajá, Madureira, Vila da Penha e adjacências (AP 3.3) Endereço: Rua Capitão Aliatar Martins, 231 - Irajá Tel.: 3833-3340 / 3833-3341</p>

TIPO DE ATENDIMENTO	HORÁRIO	UNIDADE DE SAÚDE
<p>Adultos com transtorno NÃO associado ao uso de substâncias psicoativas</p>	<p>Das 8h às 17h</p>	<p>CAPS II Lima Barreto Área de atendimento: Bangu e Padre Miguel (AP 5.1) Endereço: Av. Ribeiro Dantas, 571 - Bangu Tel.: 3462-5449</p> <p>CAPS II Neusa Santos Souza Área de atendimento: Sulacap, Senador Camará, Deodoro e Magalhães Bastos (AP 5.1) Endereço: Rua Baalbeck, 75 - Senador Camará Tel.: 3523-8640</p> <p>CAPS II Pedro Pellegrino Área de atendimento: Campo Grande, Santíssimo e Guaratiba (AP 5.2) Endereço: Praça Major Vieira de Mello, 13 fundos - Comari, Campo Grande Tel.: 3394-2583</p> <p>CAPS II Profeta Gentileza Área de atendimento: Inhoaíba e parte de Campo Grande (AP 5.2) Endereço: Estrada de Inhoaíba, 849 - Inhoaíba Tel.: 3402-6835</p> <p>CAPS II Simão Bacamarte Área de atendimento: Santa Cruz, Paciência e Sepetiba (AP 5.3) Endereço: Av. Senador Camará, 224 - Santa Cruz Tel.: 3365-8775 / 3395-0898</p>
<p>Emergencial em saúde mental, NÃO associado ao uso de substâncias psicoativas</p>	<p>24 horas</p>	<p>CAPS III Franco Basaglia Área de atendimento: Glória, Catete, Laranjeiras, Cosme Velho, Botafogo, Urca, Humaitá, Copacabana e Leme (AP 2.1) Endereço: Avenida Venceslau Brás, 65 fundos - Botafogo Tel.: 2542-6761</p> <p>CAPS III Maria do Socorro Santos Área de atendimento: Rocinha, Vidigal, São Conrado, Gávea, Ipanema, Lagoa e Jardim Botânico (AP 2.1) Endereço: Estrada da Gávea, 520 - Rocinha Tel.: 3322-6368</p> <p>CAPS III João Ferreira Filho Área de atendimento: Complexo do Alemão (AP 3.1) Endereço: Estrada do Itararé, 951 - Ramos Tel.: 2270-8688</p> <p>CAPS III Torquato Neto Área de atendimento: Abolição, Pilares, Engenho da Rainha, Tomás Coelho, Todos os Santos, Higienópolis, Jacarezinho (AP 3.2) Endereço: Estrada Adhemar Bebianco, 339 - Del Castilho Tel.: 3111-6720 / 3111-7139</p> <p>CAPS III EAT Severino dos Santos Área de atendimento: Jacaré, Rocha, Sampaio, São Francisco Xavier, Riachuelo (AP 3.2) Endereço: Rua Dois de Fevereiro, 635 - Encantado Tel.: 3111-7452 / 3111-7456</p>

TIPO DE ATENDIMENTO	HORÁRIO	UNIDADE DE SAÚDE
Adultos com transtorno NÃO associado ao uso de substâncias psicoativas	Das 8h às 17h	CAPS III Arthur Bispo do Rosário Área de atendimento: Jacarepaguá (AP 4.0) Endereço: Estrada Rodrigues Caldas, 3400 - Taquara, Jacarepaguá Tel.: 2456-7537 / 341-5608 / 3412-5619 CAPS III Manoel de Barros Área de atendimento: Barra, Recreio, Vargem Grande, Vargem Pequena, Curicica e Camorim (AP 4.0) Endereço: Avenida Nossa Senhora dos Remédios, s/nº - Taquara Tel.: 3432-2246 (ramal 2211)