Mobilização para ajudar Rio Grande do Sul ocorre em todo o país

A médica veterinária Andressa Schafe tirou a tarde de sexta-feira (10) para dormir em casa, com a família. “Estou muito abalada emocionalmente”, disse Andressa à **Agência Brasil**. Moradora do município de Santa Maria, no Rio Grande do Sul, ela trabalha como voluntária desde o primeiro dia da tragédia climática que abala o estado, chegando ao ginásio que concentra as doações aos desabrigados dos municípios gaúchos às 7h40, todas as manhãs.

“As pessoas que atuam na linha de frente, como eu, já estão no automático. A gente só vai indo, tenta resolver os problemas o máximo que consegue.” Na sexta, o ginásio onde os voluntários estão trabalhando, e onde guardam roupas e comida, inundou. “A gente tentou erguer tudo, porque Santa Maria está sendo a regional de recolhimento. Todo mundo pegou em vassouras e rodos e começou a limpar. Mas, depois daquilo, eu me sentei e acho que chorei uma hora, porque já estamos exaustos. Todo mundo que se encontra na linha de frente está cansado. Mas seguimos.”

Andressa conta que muita gente chega à regional de recolhimento querendo ajuda, e os voluntários não estão conseguindo montar cestas básicas suficientes, porque as doações diminuíram muito, e as pessoas ficam decepcionadas. O que se consegue é enviado para a quarta colônia, que reúne as dez cidades devastadas pelas enchentes e situadas perto de barragens.

“Foi onde devastou tudo. As pessoas estão sem água e comida”. Oito ou dez caminhonetes tracionadas levam as cestas básicas para esses municípios, onde nem helicópteros ou carros estão conseguindo chegar. “As pessoas de Santa Maria que vêm pedir ajuda ficam frustradas. Porém, estamos tentando apagar o incêndio onde as pessoas não têm nem água. Não conseguimos atender todo mundo, mas estamos tentando da maneira mais justa.”



Doações à população do Rio Grande do Sul chegam de todas as partes do país – **Joédson Alves/Agência Brasil**

Com a chegada de roupas doadas, que vêm de muitos locais do Brasil, os voluntários de Santa Maria conseguem montar *kits* completos de roupas e sapatos femininos, masculinos e infantis por tamanho.

Solidariedade

Samara Buchmann, que faz mestrado de psicologia na Universidade Federal do Rio Grande do Sul, está sem aulas, com restrição de água e de movimentos. A oficina mecânica de seu pai, Denis, ficou alagada com a cheia do Guaíba, em Porto Alegre, e ele teve problemas financeiros. A família abriga uma amiga de Pelotas e sua cachorra, que não puderam entrar em casa por causa das enchentes que assolam o estado.

Em entrevista à **Agência Brasil**, Samara conta que vive uma situação nova e atípica, apesar da enchente no Vale do Taquari no ano passado ter ocasionado muitos estragos. “Nessa proporção que a gente está vendo agora, porém, nem a enchente de 1941, que era a mais famosa, mais conhecida e a pior até hoje. Agora, quase todas as cidades do estado foram afetadas de alguma sorte. Mais de 100 pessoas morreram por causa das chuvas, e há centenas de milhares de pessoas desabrigadas e muitos desaparecidos.”

Samara elogiou o trabalho da Defesa Civil, dos bombeiros e do Exército no resgate e colocação de pessoas e animais em abrigos e no transporte de mantimentos. “Há uma rede muito grande de voluntários arrecadando recursos, fazendo as compras de que os abrigos precisam: material de higiene e limpeza, roupas de frio, agora que está caindo a temperatura, remédios, ração para os animais. Toda hora está passando carro de polícia, helicóptero.”



Solidariedade e união mobilizam voluntários no Rio Grande do Sul – **Foto:**

@CristineRochol/PMPA

A estudante destaca que todos estão mobilizados para ajudar, tanto no Rio Grande do Sul quanto nos demais estados, e também no exterior, divulgando o que está acontecendo e informando do que os gaúchos estão precisando neste momento. Para Samara, solidariedade e união são os principais fatores que mobilizam atualmente as pessoas. “Não é só aqui, com o povo gaúcho se ajudando, é também em lugares muito distantes, com o desejo de enviar muita ajuda para cá, de ter algum parente ou amigo e estar entrando em contato para saber se essa pessoa está bem, se precisa de alguma coisa. Essa rede é de apoio emocional e não só material”, concluiu.

Saúde mental

O psiquiatra Jorge Jaber, membro fundador e associado da International Society of Addiction Medicine e associado à World Federation Against Drugs, afirma que tragédias climáticas, como as enchentes do Rio Grande do Sul, afetam a saúde mental das pessoas, tanto as que perdem parentes e amigos, além de bens, quanto profissionais e voluntários que se esforçam para fazer salvamentos e, muitas vezes, não conseguem.

Na área específica de psiquiatria, a Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP) criou um *link* para que especialistas do Brasil inteiro possam ajudar a população gaúcha, seja por atendimento presencial, com profissionais que estão mais próximos do evento, ou a distância, pelas mídias sociais. O Conselho Regional de Medicina do Rio Grande do Sul modificou também uma determinação para que os médicos, nesse período, tal como ocorreu na época da pandemia de covid-19, possam emitir receituário controlado.

Em entrevista à **Agência Brasil**, Jaber explica que quase todos os medicamentos psiquiátricos são alvo de controle da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa), em termos de receitas. “Existem receitas brancas, azuis e amarelas. As receitas azuis e amarelas, que são emitidas pelo Conselho Regional de Medicina do estado, estão sendo liberadas para que sejam feitas, inclusive, a distância, de modo a reduzir o impacto que esse cataclismo está causando na população.”

Sobre o evento traumático de natureza ecológica, Jaber diz que a repercussão é grande e de longa duração. Ele lembra que, em 2024, ainda se avaliam os efeitos de longa duração da pandemia da covid-19 (2020-2023). “O que está acontecendo agora vai repercutir em uma geração de jovens que estão sendo submetidos a perdas traumáticas de entes queridos, à perda de bens e ao dano ecológico. Um estado que tem características de preservação ecológica como o Rio Grande do Sul vai sofrer um dano muito grande.”

Segundo o psiquiatra, a mudança climática, a mudança da vegetação, a morte de animais, tudo isso gera sofrimento a mais e contribui fortemente para a perda da saúde mental.

Jaber enfatiza que não só as pessoas doentes, mas o ser humano, de maneira geral, todos precisam ter uma certa segurança ambiental para viver plenamente a sua saúde. “Qualquer dano ecológico ao ambiente repercute na saúde mental do indivíduo por uma série de razões, principalmente aquelas voltadas ao medo, angústia, ansiedade, depressão, transtornos psicóticos, abuso de substâncias, uso indevido de remédios. Isso tudo cria uma solução bastante difícil que tem repercussões de curto e também de longo prazo.” De acordo com o psiquiatra, estima-se que, em um evento como este, a população demore de cinco a dez anos para começar a se estabilizar, do ponto de vista da saúde mental.

No tocante aos profissionais e voluntários que estão no Rio Grande do Sul salvando pessoas e animais, Jaber destaca o trabalho da Defesa Civil, ao criar equipes multiplicadoras, motivadas por líderes. O psiquiatra lembra, contudo, que pessoas com menor capacidade de resistência a frustrações, situações que envolvem morte e situações catastróficas e dolorosas, devem ser afastadas, aproveitando-se aqueles que realmente demonstram alguma resiliência nessas circunstâncias.

Socorro psicológico

Para contribuir com as iniciativas de acolhimento em saúde mental às vítimas das enchentes, os professores Christian Haag Kristensen e Caroline Santa Maria Rodrigues, do Núcleo de Estudos e Pesquisa em Trauma e Estresse (Nepte), da Escola de Ciências da Saúde e da Vida da Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul (PUCRS), criaram um curso rápido, voltado para pessoas que estão atuando como voluntárias em resgates e abrigos ou

ajudando de outras formas. O objetivo é contribuir com as iniciativas de acolhimento em saúde mental às vítimas, facilitando, ao mesmo tempo, o atendimento psicológico mais adequado no momento. O material tem apoio do Conselho Regional de Psicologia (CRP-RS).

O curso Primeiros Socorros Psicológicos: Intervindo em Situações de Crises, Desastres e Catástrofes foi gravado pelos dois pesquisadores e dividido em duas partes. Na primeira, é feita uma contextualização de desastres, indicando quais os possíveis efeitos psicológicos e agravantes da situação, como fome, machucados e abusos, entre outras situações. Na segunda, são explicadas as maneiras práticas de abordar e se comunicar com as vítimas e as formas de comunicação adequadas.

Os professores ressaltam a necessidade de se considerar que as pessoas estão em situação de vulnerabilidade, como crianças e adolescentes, pessoas com problemas de saúde, deficiências, ou ainda correndo risco de discriminação ou violência. O curso busca oferecer um panorama rápido, para que os atingidos mais fortemente pela catástrofe sejam tratados de maneira humanizada. A PUCRS está abrigando pessoas e famílias afetadas pelas chuvas e enchentes do estado nas dependências do Parque Esportivo (Prédio 81) e também recebe e encaminha doações.

As atividades acadêmicas foram suspensas na universidade, mas o *campus* permanece aberto aos estudantes e à comunidade, oferecendo acesso à energia elétrica, equipamentos, ambientes de estudo, serviços de alimentação e uso das estruturas disponíveis.

Política pública

Para a doutora em saúde coletiva e especialista em saúde mental do Instituto de Estudos para Políticas de Saúde Dayana Rosa, a relação entre saúde mental e meio ambiente ainda é pouco debatida no Brasil mas, no mundo inteiro, tem sido abordada com frequência. “Na Europa, por exemplo, já se fala em ansiedade climática, principalmente entre a população mais jovem”, disse Dayana à **Agência Brasil**.

No Brasil, onde existe muita riqueza natural e a exploração da natureza constitui uma das principais atividades econômicas, é cada vez mais necessário que o Estado promova políticas

públicas, ao mesmo tempo que amplia o acesso e protege o meio ambiente, como forma de promover também saúde mental e de prevenir transtornos e sofrimentos desse tipo, diz a especialista. “O acesso ao meio ambiente deve caminhar junto com a promoção do acesso à saúde mental”, enfatiza.

Dayana Rosa cita pesquisa feita no Reino Unido, segundo a qual, pessoas que vivem em áreas com altos níveis de poluição do ar têm 40% mais chance de desenvolver depressão que as que estão em áreas com ar mais limpo. No Brasil, no caso do rompimento da barragem de Mariana (MG), em 2015, pesquisa da Universidade Federal de Minas Gerais (UFMG), feita em 2018, constatou que 74% das pessoas tiveram piora do estado de saúde. Na saúde mental, a depressão e a ansiedade, que afetavam 1% da população, subiram para 23%. Em 2020, dois anos depois da tragédia, quase 30% dos atingidos sofriam com depressão, número cinco vezes maior do que a média nacional na época. “São transtornos provocados pela condição em que a natureza se encontra e pelas consequências de você perder a casa, não ter acesso a bens básicos como água, alimentação, e sem eles é impossível falar de saúde mental”.

A especialista lembra que, durante a pandemia da covid-19, os profissionais de saúde que ficaram na linha de frente foram os que mais adoeceram em termos de saúde mental. “Fica a necessidade também de proteger os profissionais de saúde e os demais profissionais que estão na linha de frente no Rio Grande do Sul”.

A Frente Parlamentar de Saúde Mental, da qual o Instituto de Estudos para Políticas de Saúde faz a secretaria executiva, propôs o projeto de lei Cuidando de Quem Cuida, para proteger profissionais de saúde que estão na linha de frente, como no caso do Rio Grande do Sul.

Transtorno

O neurologista Guilherme Schmidt, docente do Instituto de Educação Médica (Idomed), disse à **Agência Brasil** que, quando se pensa em saúde, isso não envolve apenas ausência de doenças, porque saúde requer bem-estar físico, mental e social. “A população do Rio Grande do Sul perdeu, no mínimo, o bem-estar mental e social. Até que haja recuperação, principalmente da parte social e de rotina, é uma população que tem maior risco de

transtorno mental".

Schmidt alerta que o governo precisa ter uma perspectiva de reconstrução para essas pessoas, "de voltar à normalidade, de crianças voltarem para a escola, pessoas voltarem para o emprego, se não tiverem perdido, voltarem para casa, se tiverem a casa para voltar". Na avaliação do médico, essa é uma população que apresenta maior risco de doença psiquiátrica.

Uma das primeiras reações de quem passa por uma situação traumática de tal porte é a confusão mental, seguida pelo estado de angústia pelo que está acontecendo, o que leva ao espírito de solidariedade para tentar resolver o problema. "Quando isso vai passando, e a pessoa constata que não está voltando para a rotina dela, podem aparecer problemas. A pessoa não tem mais aquele sentimento de utilidade, nem a rotina anterior. É uma população na qual a gente tem que ficar de olho."

Pacientes que têm risco de desenvolver doenças psiquiátricas podem apresentar, entre outros sintomas, pensamentos perturbadores ou pesadelos, revivendo o que aconteceu, medo de enlouquecer, de perder o controle e ficar em estado de hipervigilância, mais nervosos, mais inquietos – é mais fácil entrar em pânico. Esses sintomas podem afetar relações pessoais e até de trabalho, uma vez que as pessoas ficam muito irritáveis, diz o neurologista.

Muitos passam a evitar o contato com pessoas que passaram pela mesma tragédia e diminuem o círculo social com medo de lembrar os acontecimentos. Podem apresentar alteração do sono e mostrar dificuldade de concentração e se tornar mais indiferentes na parte emocional. Normalmente, é mais suscetível a tais sintomas a população que já era mais vulnerável ou portadora de alguma doença mental e sem rede de apoio de parentes e amigos, além da parcela que sofreu maiores perdas no desastre. Schmidt salienta a necessidade de ficar de olho nesse grupo, que costuma aumentar o uso de álcool e drogas.

Schmidt acentua que a fase de luto considerada normal é de, no máximo, até dois meses após a tragédia, porque as pessoas tiveram perderam parentes e bens. "Mas ficar com depressão após uma tragédia dessas não é normal. Se o luto está demorando mais que dois

meses, é preciso começar a se preocupar e tratar esse paciente, que ele tem maior risco de depressão. Tem que tratar logo porque aumenta a chance de um transtorno depressivo associado", diz o médico, que alerta também para o aumento de doenças cardiovasculares.

Segundo o neurologista, uma coisa positiva que pode ocorrer nesse tipo de evento é o crescimento pós-traumático, na medida que situações extremas acabam levando a mudanças na vida das pessoas, como cuidar mais da saúde, dedicar-se mais à família, aumentar a rede de contatos. "E a grande coisa que aumenta nisso tudo é a resiliência, que é a nossa capacidade de voltar ao funcionamento normal depois de eventos traumáticos desconfortáveis. Algumas pessoas ficam mais fortes depois desses eventos", afirma Schmidt.

Edição: Nádia Franco

Agência Brasil