

SPERIENSIA KLINIKA NA PANDEMIA ADJUDA PSIKOLOGIKU PA PROFISSIONALIS NACIONAL DI MSF

Kriol Guineense – Fala di djinti di Guiné-Bissau
(Language of the people of Guinea Bissau)

di Finhamba Quessangue Silva

Psikologa na Sentru di Saudi Mental OSVALDO MÁXIMO VIEIRA di Bissau
(Guiné-Bissau)

(Tarbadju presentadu na 1º Seminariu Internacional on-line di Modu ku Sentru
na Alguín – Person Centered Approach - na dia 10/10/2020)

Biografia di Finhamba Quessangue Silva

Psikologa, formada pa “Faculdade di psicologia di Universidade Catolica di
Petropolis”. Petropolis Rio de Janeiro – Brasil.

Speriensia profissionaal:

Tékніка di programa i projetu di CARITAS Guiné Bissau.

Psikologa na Sentru di Saudi Mental Osvaldo Máximo Vieira.

Psikologa Responsavel pa Programa Regional PARECO, Programa di reduson
di danu VIH/TB i utru duensa i promoson di diritu humanu di usuariu di droga na
5 pais di Afrika Ocidental: Burkina Faso, Cabo Verde, Côte d’Ivoire, Guiné
Bissau ku Senegal.

Partisipanti na Formason di Formaduri na Adjuda Psikossosial pa vírus Ebola
Psikologa na MSF – Medicus Sin Fronteras.

RESUMIDU

Pabia di fitchia projetu PEC – Projetu di Emergencia Pediatrika na fim di Junho
di 2020 i aktual pandemia di COVID – 19, equipa mas expostu na stress ku
pudi leba situason difisil ku ta afeta si bem star pessoal e si fassi normal.

Tene spasu ku tempu pa analisa speriensia ku ta nfrenta si fassi regular na
djuda nfrenta mindjor é situason i raparti impaktu negativu na si saudi mental.

Palabra-tchiavi: Guiné-Bissau, COVID-19, stress di equipa, bem star pessoal,
saudi mental

SUMMARY

Due to the closure of the PEC project - Pediatric Emergency Project
scheduled for the end of June 2020 and the current COVID -19

pandemic, the team is more exposed to stress factors that can lead to difficult situations that affect their personal well-being and its proper performance.

The possibility of having space and time to analyze the experiences they face in their regular activities will help them to face these situations better and to minimize the possible negative impact on their mental health.

Keyword: Guinea-Bissau, COVID-19, team stress, personal well-being, mental health

ALGUN DADU

Dadu demografiku

Superfisie 36 125 km

Populason stimadu pa 2020 – 1.624.945 (INE “Cenario Médio”/2020)

Situason geografika: na Norte Republica di Sénegal, Sul ku Sudeste Republica di Guiné Konakry i na Oeste Oseano Atlantiku.

Tempu: seku Novembro/Abril, tchiuva Maio/Outubro

Dadu epidemiologiku

Primerus kasus importadus na dia 25 di Março.

Na kunsada i formadu um Komisson Interministerial, ku si parti téknika sobri supervison/koordinason di COES- “Centro de Operação de Emergência em Saúde”. Dipus i formadu “Alto Comissariado” pa COVID- 19 ku tambí sobri koordinason té aos.

Março ku Junho i sedu picu di duensa ku pididu psicologiku pa professionalis MSF, djuntu ku fim di projetu PEC.

Gosi sta na pais dadu di COES:

Total di kasus 2385

Total di rekuperadus 1728

Total di obitus 40

Kontextu di Projetu

Medikus Sin Fronteras (MSF) ta manti um projetu na uniku instituson de saudi di pais, “Hospital Nacional Simão Mendes”, na kapital Bissau ku focu na saudi infantil.

Equipa ta fassi geston di emergênsia pediatrika e alimentason terapeutika na internadus , suma ku é ta ofereci kuidadu intensivu pediatriku ku neonatalis.

Infesons respiratoria, paludismu, diarrea ku meningite i principalis duensas ku ta afeta mininus na Guiné Bissau. Pa kili ku kunsu padidu, asfixia e sepsi neonatal i prinsipalis kausas di obitu.

MSF tarbadja na kolaborason ku “Ministerio de Saúde”, pa garanti tratamentu korretu sta na implementadu pa pudi raparti mortundadi infantil.

MSF regista um aumento pa sinu bias mas di djinti infectadus pa Koronavirus entri dias 14 ku 30 di Abril: só na dus simanas.

Sidadi di Bissau ku 250 mil djinti, i sentru di pandemia na Guiné. Ku Monica Negrete, responsavel pa misson di MSF na Pais, es aumentu sponensial ta mostra kuma virus spadja mas rápido di kil ku ta pensadu, mesmu si mididas di prevenson i resposta tomadu pa autoridades.

Utru kussa ke preokupaba i di kuma manga di profesionalis di saudi di mas importante hospital di Bissau, “Hospital Nacional Simão Mendes” (HNSM) sta di quarentena i e ka pudi tarbadja. Inda mas, falaba Monica Negrete, alto nível di stigma i falta di kunsimento di djintis sobri duensa na pais, piora inda ma qualquer posibilidadi di tudji propagason di epidemia.

Negrete pidi pa profesionalis di saudi (di MSF) ku sta na linha di frente pa é dadu meius necessarius pa si proteson.

Objetivu

Tarbadja pa bem star emocional di profesionalis di projetu di MSF;

- 1- Previni purblema di saudi mental ku pudi geradu pa tarbadju
- 2- Reforsa modu di enfrenta individual di equipa o organizasional.
- 3- Trata purblemas di saudi mental ku sta intimamente relasionadu ku tarbadju di MSF o sposison a Covid

Tempu di Intervenson

Maio a Junho di 2020

Modu: participativa Djumbai

Tarbadju fassidu di seguinti modu:

- 1- Sessons di grupu: i ta fassidu um semana pa mis, pa tris misis, ku diferentis grupus tudu dia.

Objectivu:

- Kria um spasu pa dividi speriensia ku sentimentus relacionadus ku Covid19 i fim di projetu

- Ntindi e identifica purblema o eventua di vida, geral, suma um duensa grave, um mortu na familia, perda di tarbadju ku fassi stress global i piora saudi mental.
- Fortaleci, kapasita ku apoia kapasidadi natural di membrus di equipa pa supera difikuldadi.
- Dividi modu di enfrenta entre membrus di equipa ku tenta sedu util pa djinti.
- Introduzi ku/o reforsa habilidadi di enfrenta ku kapasita membrus dianti di kausas potensialmente traumaticus ku habilidadi de resoluson di purblemas.
- Aumenta si sentidu di kontrolu i prazer di vida
- Busca djinti ku pudi tene mas difikuldadi ku formulariu di rastreiu

Um semana pa mis psikologa ta fassiba sessons di grupu ku maximu de 15 djinti di diferentis arias e servisus di projetu PEC ku COVID.

Psikologa ta presentaba um karta di si planu di tarbadju pa sessons di grupu.

“Departamento Médico” kordinadu ku “Departamento de Recursos Humanos” ta preparaba lista i ta kontaktaba ku psikologa.

Psikologa teneba um horariu di tarbadju ku pessoal di diferentis projetus.

“Departamento Médico” fassiba seguimiento di sessons di grupu

2. Adjuda individual ku pedidu

Psikologa tene pa objetivu identifica sessons di grupu di semana, profissional ku pidi um intervencion/ajuda individual. Pedidu pudi bim tamba na sesion di grupu semanal o pa telefoni.

1ºs kontaktus:

Psikologa tem ku nterga “Departamento Médico” lista di nomis di djinti ku ricibi ajuda individual kada mis.

Kada tarbadjadur tene diritu di um maximu di 5 konsultas individuais. I tem ku dadu atenson na kusas trabajistas o purblemas di sposison ku COVID direta o indireta.

Dadu Kliniku

1. ADJUDA INDIVIDUAL KU FASSIDU

Adjuda pa pedidu – 9 – pa professionalis di projetu

2 ADJUDA DI GRUPU

I ta realizaduba 15 sessions di grupu i participaba 147 (“cento e quarenta e sete”) professionalis di diferentis kategorias: Medicus, Infermeros, Higienistas, Motoristas, Teknikus di laboratoriu, professionalis di grupu di risku pa COVID, Promotoris di Saudi;

Objetivu:

- Kria um spasu pa dividi speriensia ku sentimentus relacionadus ku Covid19 i fim di projetu
- Ntindi e identifica purblema o eventu di vida, geral, suma um duensa grave, um mortu na familia, perda di tarbadju ku fassi stress global i piora saudu mental.
- Fortaleci, kapasita ku apoia kapasidadi natural di membrus di equipa pa supera difikuldadi.
- Dividi modu di enfrenta entre membrus di equipa ku tenta sedu util pa djinti.
- Introduzi ku/o reforsa habilidadis di enfrenta ku kapasita membrus dianti di kausas potencialmente traumaticus ku habilidadis de resoluson di purblemas.
- Aumenta si sentidu di kontrolu i prazer di vida
- Busca djinti ku pudi tene mas difikuldadis ku formulariu di rastreiu

Lisons aprendidus/Konkluson

- Es um speriensia ku desafio, nkumsa pesquisa na internet, nlei i nkonversa ku professionalis di saudu di diferentis areas (sobri tudu diaspora) ntenta observa i ntindi é pandemia. Ku é tarbadju, n’aprendi i n’kirsi tchiu suma professional.
- No sibi di kuma kussas ka pudi sedu suma antis, gosi, mas no pudi adapta é mudansa ke é impunu i konstrui nó vida ku novus kussas.

Sitografia

A. “Aspectos Lingüísticos”

<https://kriol.wordpress.com/aprender-kriol/>

B. “Aspectos sócio-parentais e econômico-políticos”

<https://www.youtube.com/watch?v=UwfiG5ZCCb0>

- ‘No terra i muito linda/mas si nô na luta pa/ dissa no terra suma ki sta, nô sta mal. E se nô misti/ pa no povo levanta, não só ku /homis, pabia mindjeris tambi i di povo’ Amilcar Cabral.
- Roda di Mindjeis na um djumbai/ sobre si dritus economicus
- “Usos e Costumes”
- Mindjeris ku ekonomia

<http://vida1.planetavida.org/paises/guine-bissau/o-pais/>

- Historia ku Kultura
 - Ekonomia
 - Tabela Estatistika
 - Noticias di atualidade ku politikas
- C. Situason Relasionada ku tarbadju infantil

http://www.stat-guinebissau.com/publicacao/Relatorio%20final_Trabalho_Infantil_23-01-2015.pdf

D. Kussas relasionadus ku educason

<http://www.stat-guinebissau.com/publicacao/guinebissau-em-numero2015.pdf>
pagg. 24-27

E. Kussas relasionadus ku saudi

<http://www.stat-guinebissau.com/publicacao/guinebissau-em-numero2015.pdf>
pagg. 28-32