ÁREA TEMÁTICA:

( ) COMUNICAÇÃO

( ) CULTURA

( ) DIREITOS HUMANOS E JUSTIÇA

( ) EDUCAÇÃO

( ) MEIO AMBIENTE

(x) SAÚDE

( ) TECNOLOGIA E PRODUÇÃO

( ) TRABALHO

SÍNTESE DA EXECUÇÃO DO MINICURSO SOBRE SAÚDE MENTAL: IMPACTOS DECORRENTES DA PANDEMIA DE COVID-19

Luttiane Fatima da Silva, luttianesilva@gmail.com[1]

Márcio Soares de Agustinho, marcio.soaresdeagustinho@gmail.com[2]

Ana Pula Moreira, apmoreira@uepg.br[3]

Resumo: O presente trabalho discorre sobre a realização do Minicurso sobre Saúde Mental: impactos decorrentes da pandemia de COVID-19, que trabalhou sobre o que é saúde mental, como a saúde mental pode ser afetada neste momento da pandemia de Covid-19, e quais as alternativas de cuidado, bem como apresentou , o lado positivo da pandemia, para o cuidado pessoal e como organizar as atividades do dia a dia de forma que não sobrecarregue o estado mental, apresentando também a observação expressa do cenário brasileiro, frente a pandemia de Covid-19, para se ter consciência de como o Brasil está enfrentando esta nova realidade.

Palavras-chave: Saúde Mental. Pandemia. Cuidado

[1] Estagiária, Núcleo de Assistência Social, Jurídica e de Estudos Sobre a Pessoa Idosa, Serviço Social; UEPG; *luttianesilva@gmail.com* .

[2] Estagiário, Núcleo de Assistência Social, Jurídica e de Estudos Sobre a Pessoa Idosa, Serviço Social; UEPG; *marcio.soaresdeagustinho@gmail.com.*

[3] Professora colaboradora, Núcleo de Assistência Social, Jurídica e de Estudos Sobre a Pessoa Idosa, Serviço Social; UEPG; *apmoreira@uepg.br*.

NOME DO PROGRAMA OU PROJETO

Núcleo de Assistência Social, Jurídica e Estudos sobre a Pessoa Idosa.

PÚBLICO-ALVO

Para a comunidade em geral, acadêmicos e profissionais de todas as áreas.

JUSTIFICATIVA

A pandemia de Covid-19 afetou a toda população a nível mundial, rompendo com a rotina estabelecida do convívio social, de trabalho e de estudos, podendo impactar diretamente na saúde mental dos indivíduos. Esta foi prerrogativa para ser desenvolvido o Minicurso sobre Saúde Mental com o intuito de promover a reflexão dos cursistas de que a saúde mental pode sim ter sido impactada neste momento de pandemia, que plausível o entendimento sobre todas as mudanças ocorridas em nossas vidas neste momento, entendendo os canais propositivos de cuidado a nossa saúde.

OBJETIVOS

O objetivo do Minicurso sobre Saúde Mental: impactos decorrentes da Pandemia de Covid-19 foi de discutir o que é saúde mental, como a saúde mental pode ser afetada neste momento atual de pandemia e quais as alternativas de cuidado, bem como apresentar outro ponto de vista, ou seja, o lado positivo da pandemia.

GERAL: Discutir o que é Saúde Mental e os impactos decorrentes da Pandemia de Covid-19, para que o cursista entenda o processo em que está vivenciando e que todos estão passando pela mesma situação.

ESPECÍFICOS: Conceituar o que é Saúde Mental (abordagem biopiscossocial), de acordo com a psicologia e seus referenciais bibliográfico.

- O que a pandemia pode acarretar na Saúde Mental e as consequências.

- A subjetividade em tempos de pandemia; - Efeitos disfuncionais e estratégias de enfrentamento, para que se possa preservar a saúde mental.

-A observação do cenário brasileiro frente a pandemia de Covid-19, para se ter noção de como o Brasil está enfrentando esta nova realidade.

METODOLOGIA

Para realizar o Minicurso, a pessoa interessada teve que realizar sua inscrição via formulário do Google Forms, com capacidade de 250 vagas. O formulário foi aberto dia 09/07/2020 e já no dia seguinte (10/10) alcançou o número de 250 inscritos. O minicurso ocorreu em quatro aulas remotas, através do Google Meet, nos dias 21, 23, 28 e 30 de julho (terças e quintas), das 19 às 21 horas. Tendo como metodologia a exposição orientada pelas docentes (1 h 20) e período de discussão e questionamentos (40'), contando ainda com período de leitura prévia dos textos indicados para cada aula. A participação foi fechada apenas para os cursistas inscritos e terão direito a certificação, aqueles que concluíram no mínimo de 75% das atividades.

O objetivo do minicurso foi de apresentar alguns elementos que influenciam diretamente na saúde mental neste momento de pandemia da Covid-19, onde apresentou primeiramente os aspectos conceituais de saúde mental e doença mental e suas articulações nos diversos eventos da vida, na sequência o conhecimento sobre os limites e os nós críticos da saúde mental, onde foi exposto os guias e alternativas de cuidados e por fim uma reflexão sobre o cenário brasileiro (aspectos sociais, políticos, econômicos que rebatem diretamente na sociedade e ação dos indivíduos) diante a pandemia.

Houve uma alteração da Proposta, no quesito certificação, onde constava anteriormente que teria direito a certificação o cursista realizasse uma atividade avaliativa ao final do Minicurso, porém no período de planejamento da equipe de trabalho, houve a sugestão e aprovação de alterar o direito a certificação para aqueles que obtivessem no mínimo de 75% de frequência. Na última aula do Minicurso houve a avaliação do mesmo, tendo 100% de aprovação, foi pontuado: boa metodologia desenvolvida, tempo de duração adequado, qualidade do conteúdo e domínio das docentes. Como indicação tivemos: continuidade desta atividade, realização de lives nesta mesma temática e ainda a disponibilização do conteúdo. Esta última foi acatada pela equipe de trabalho, que ao final do Minicurso compartilhou em drive todo o material utilizado aos cursistas.

RESULTADOS

Considerando que a Universidade como instituição governamental pública tem o compromisso social de atender as demandas e necessidades da população no território no qual está inserida, o minicurso realizado por meio da prática extensionista, no contexto da pandemia, ao tratar sobre a temática da saúde mental através da abordagem multidisciplinar envolvendo as áreas - Serviço Social e Psicologia – teve relevância acadêmica e social, haja

vista que muitos dos participantes que responderam a avaliação ao término do curso, expressaram que a razão pela qual decidiram participar foi dentre outras, a de: "o tema chamou atenção dado o momento de crise que estamos vivendo;" "buscar melhor compreender as diferentes situações de saúde mental na pandemia;" "o assunto me interessa, gosto de ouvir de quem sabe e que é de área diferente da minha; " "ter melhor entendimento do impacto da pandemia na mentalidade pessoal;" "entender melhor como cuidar da saúde mental , não só a minha, mas também da minha família, pois esse momento que estamos vivendo é uma situação nova, que por vezes nos deixa perdido e sem saber como agir."

Foram realizadas 343 inscrições para o minicurso, mas como a capacidade foi de 250 participantes, 122 inscritos estavam cintes de que a sua participação será para a próxima edição do minicurso. Ficou destacada a diversidade dos cursistas, vinculados as áreas de, Biomedicina, Ciências Contábeis, Direito, Educação Física, Educador Social, Enfermagem, Engenharia Civil, Engenharia da Computação, Farmácia, Filosofia, História, Letras, Medicina, Odontologia, Pedagogia, Psicologia, Técnico em Segurança do Trabalho. Assim como diferentes áreas, os mesmos eram de diferentes cidades, até estados, como Brasília, Santa Catarina, Rio Grande do Sul, Recife, Manaus e Paraná, nas cidades de Ponta Grossa, Castro, Piraí do Sul, Palmas, Pinhão, Umuarama, Telêmaco Borba, Pelotas, Curitiba, Cascavel, Laranjeiras do Sul, Irati, Londrina, e Jaguariaiva.

Se verifica também que o minicurso propiciou o estudo, o debate, a democratização do conhecimento, contribuiu para a participação efetiva e integradora da comunidade e universidade, na medida em que na avaliação de muitos participantes quanto a experiência de ter participado e a chance de recomendar a outras pessoas.

Avalia-se que os objetivos propostos foram atingidos de modo que com relação aos resultados obtidos com a avaliação respondida por 60 pessoas, com relação a classificação do curso, numa escala de 1 a 7, sendo 7 a mais alta, 43 pessoas (71,7%) deram nota 7 e 11 pessoas (18,3%) deram nota 6; quanto a se o curso: atendeu as expectativas dos participantes, 59 pessoas (98,3%) responderam que sim; se ajudou a obter novos aprendizados ou conhecimento, todos (100%) responderam que sim. Quanto a organização 57 pessoas (95%) responderam que foi muito boa e 03 pessoas (5%) responderam que foi aceitável. Em relação se as docentes demonstraram domínio dos temas abordados 58 participantes (96,7%) responderam que sim, 01 participante respondeu que parcialmente e 01 que não. Observa-se também a partir dos comentários e sugestões realizadas por alguns participantes que se

sentiram contemplados manifestando que: (comentários) - "o tempo de duração muito adequado para manter a concentração;" "o material a ser lido antes das aulas foi em quantidade exata e, mais importante que isso, nos fez refletir, nos foi oferecido textos de gêneros diversos;" "as professoras falaram de forma clara e calma, o que contribuiu muito para a nossa compreensão. A equipe organizadora também está de parabéns!!!;" "a organização do curso foi perfeita (carga horária, textos, palestrantes, organização em geral)!"

FOTO(S)

Figura 1 – Convite para o minicurso



Legenda: Convite para o mini curso onde apresenta as datas que foram realizadas as aulas, link para inscrição, a certificação e apresenta as expositoras do conteúdo programado.

Figura 2 – Exposição de aula



Legenda: Apresentação de aula, sobre estratégias de enfrentamento a ansiedade.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O Minicurso em Saúde Mental: impactos decorrentes da pandemia COVID-19 foi fundamental visto que no atual momento por conta da pandemia, muitas pessoas ficam saúde mental abalada e frágil por não saber como reagir em tal situação nunca vivida.

O número de inscritos superou o estimado, a proposta de uma segunda edição está em voga, em busca de melhorar e saber como agir em tal situação para amenizar de certa forma o adoecimento por conta da pandemia causada pelo Covid-19, pois não se tem estudos que comprovem até quando irá durar a pandemia, com isso é importante saber de como manter a saúde mental em dia, e com as recomendações e avaliações que expressadas será muito importante a continuidade desse projeto.

APOIO: Fundação Araucária.