

MOTIVAÇÃO PARA O CUIDADO COM A SAÚDE MENTAL EM TEMPOS DE PANDEMIA UTILIZANDO UMA PROPOSTA DE REDAÇÃO

XIV Encontro de Práticas Docentes

Adriano Evangelista Maia, Janaina Mara de Freitas Sena Silvano, Larissa Sousa Ramos, Leticia Gama Lima, Lorana Oliveira Galindo Almeida, Alex Xavier Santiago da Silva

Com a chegada do novo coronavírus (SARS-Cov-2) ao Brasil, estabelecer uma quarentena, a fim de evitar a disseminação total do vírus entre a população e evitar o colapso no sistema de saúde afetou consideravelmente a saúde mental das pessoas. O constante estado de alerta, as preocupações, o estresse e a sensação de falta de controle potencializaram o surgimento de doenças como ansiedade e depressão. Por isso, estratégias têm sido utilizadas com o foco em minimizar esses problemas e estimular a pesquisa e a discussão sobre esse tema tão importante. O objetivo do trabalho é descrever a experiência sobre a adoção de propostas de redação que permitam refletir sobre Saúde Mental em um cursinho popular de Fortaleza em tempos de pandemia. Este é um estudo descritivo de abordagem qualitativa do tipo relato de experiência. A proposta foi lançada em Abril de 2020 e os textos motivadores se fundamentaram em textos oficiais do Ministério da Saúde (MS), bem como na Política Nacional de Saúde Mental, apoiada na lei 10.216/02. A proposta continha o tema "Os desafios para a saúde mental no Brasil" e foi lançada através do projeto PF NOTA 1000 pelo meio digital para o devido acesso pelos alunos. Como resultado, notou-se grande capacidade de argumentação e reunião de informações consideradas relevantes, pelos estudantes, para a construção de motivação em tempos de pandemia e foram citadas estratégias relacionadas à procura aos profissionais de Saúde do campo da Saúde Mental e até mesmo soluções relacionadas às buscas individuais pelo autocuidado. Diante disso, conclui-se que houve uma preocupação acerca dos problemas que agravam a saúde mental e a proposta de redação contribuiu para uma visão mais crítica acerca do tema abordado. Além disso, a própria elaboração do texto permitiu uma busca por mais conhecimentos e pode tornar os alunos mais produtivos em tempos adversos nos quais há tanta dificuldade em realizar atividades por conta da ansiedade e depressão.

Palavras-chave: Saúde Mental. Redação. Covid-19.