



ISSN nº 2595-7341

Vol. 3, n. 3, Setembro-Dezembro, 2020

A SAÚDE MENTAL EM TEMPOS DE PANDEMIA: TECENDO LAÇOS VIRTUAIS ATRAVÉS DE RODAS DE CONVERSA

MENTAL HEALTH IN TIMES OF PANDEMIC: WEAVING VIRTUAL TIES THROUGH CONVERSATION WHEELS

SALUD MENTAL EN TIEMPOS DE PANDEMIA: TEJIENDO LAZOS VIRTUALES A TRAVÉS DE RUEDAS DE CONVERSACIÓN

Kenia Soares Maia¹
Jamile Morais Monteiro²
Amanda Christina Sousa Figueiredo³
Ingrid Eduarda Santos Sousa⁴
Sibelle Ferreira Souza Couto⁵
Victória Maria Antunes Carvalho Antunes⁶
Wysney Pereira Rocha⁷

RESUMO

Propõe-se relatar a experiência de acolhimento comunitário em tempos de crise da pandemia da Covid-19, através de uma das frentes do Projeto de Extensão, na linha da saúde humana, desenvolvido na Universidade Federal do Tocantins, a saber: a Roda de Conversa, realizada através de ferramentas de reuniões remotas. Trata-se de uma metodologia de cunho qualitativo que visa identificar os significados e sentidos trazidos pelos investigados, partindo da prática

¹Mestra em Psicologia Clínica (UFF), Doutora (PUC-RIO) e professora do curso de psicologia da Universidade Federal do Tocantins (UFT). kenia.soares@mail.uft.edu.br

² Psicóloga e psicanalista. Mestre em Psicologia (UFPA). Doutora em Psicologia Social (PUC-SP). Professora do curso de Psicologia (UFT). jamile@mail.uft.edu.br

³ Aluna de graduação do curso de Psicologia da Universidade Federal do Tocantins. achristina.sousa@gmail.com

⁴ Aluna de graduação do curso de Psicologia da Universidade Federal do Tocantins. ind.eduarda@gmail.com

⁵ Aluna de graduação do curso de Psicologia da Universidade Federal do Tocantins. sibellescouto@gmail.com

⁶ Aluna de graduação do curso de Psicologia da Universidade Federal do Tocantins. vickantunes@gmail.com

⁷ Aluno de graduação do curso de Psicologia da Universidade Federal do Tocantins. wysney16@gmail.com



ISSN nº 2595-7341

Vol. 3, n. 3, Setembro-Dezembro, 2020

dialógica e se baseando no pressuposto da horizontalidade, na construção de saberes e ações. As contribuições deste projeto se direcionam à saúde mental da comunidade, conforme vai proporcionando espaços comuns de compartilhamento de experiências e, principalmente, de acolhimento, onde a psicologia se faz essencial.

PALAVRAS-CHAVE: Acolhimento; Rodas de conversa; Comunidade.

ABSTRACT

It is proposed to report the experience of community care in times of crisis of the Covid-19 pandemic, through one of the fronts of the Extension Project, in line with human health, developed at the Federal University of Tocantins, namely: the Conversation Wheel, performed using remote meeting tools. It is a qualitative methodology that aims to identify the meanings and senses brought by the investigated, starting from the dialogical practice and based on the assumption of horizontality in the construction of knowledge and actions. The contributions of this project are directed to the mental health of the community as it provides common spaces for sharing experiences and, mainly, for welcoming, where psychology is essential.

KEYWORDS: Reception; Circles of conversation; Community.

RESUMEN

Se propone informar la experiencia de la atención comunitaria en tiempos de crisis de la pandemia de Covid-19, a través de uno de los frentes del Proyecto de Extensión, en línea con la salud humana, desarrollado en la Universidad Federal de Tocantins, a saber: la Rueda de conversación, realizado utilizando herramientas de reuniones remotas. Es una metodología cualitativa que tiene como objetivo identificar los significados y sentidos aportados por los investigados, a partir de la práctica dialógica y basada en el supuesto de la horizontalidad en la construcción del conocimiento y las acciones. Las contribuciones de este proyecto están dirigidas a la salud mental de la comunidad, ya que proporciona espacios comunes para compartir experiencias y, principalmente, para dar la bienvenida, donde la psicología es esencial.

PALABRAS-CLAVE: Recepción; Círculos de conversación; Comunidad.



ISSN nº 2595-7341

Vol. 3, n. 3, Setembro-Dezembro, 2020

Propõe-se relatar a experiência de acolhimento comunitário em tempos de crise da pandemia da Covid-19, através de uma das frentes do Projeto de Extensão desenvolvido na Universidade Federal do Tocantins, a saber: a Roda de Conversa, realizada através de ferramentas de reuniões remotas. O projeto surgiu da intenção em oferecer uma opção de intervenção possível neste contexto, em que o contato físico se tornou perigoso e encontros presenciais, nocivos.

A pandemia surge como algo totalmente novo em relação às experiências da contemporaneidade e, por isso, é esperado que estejamos em constante estado de alerta, confusos, preocupados, estressados e também com a sensação de impotência e falta de controle frente às incertezas que estamos vivendo. E com o desencadear de novas vivências e privações, a pandemia e seus desdobramentos podem trazer aspectos geradores de sofrimento psíquico, ou mal-estar subjetivo. Pesquisadores consideram de suma importância a implantação de serviços de atenção psicossocial, com o objetivo de reduzir o estresse e o sofrimento a fim de evitar agravos futuros (FIOCRUZ, 2020). Este trabalho surge, por meio da extensão, cumprir seu compromisso com a comunidade. O projeto teve como proposta viabilizar um espaço de compartilhamento virtual de afetos e experiências, visando a saúde mental durante o período de distanciamento social em razão da política de contenção ao covid-19.

Compreende-se que tal invenção foi fruto de um processo de elaboração de várias perdas: de expectativas, de ideais e, principalmente do convívio social, acarretando sentimentos de solidão, tristeza e ansiedade. Dessa forma, essa



ISSN nº 2595-7341

Vol. 3, n. 3, Setembro-Dezembro, 2020

experiência apresentou uma opção de intervenção possível no atual contexto. O trabalho inicialmente teve como proposta de intervenção construir um espaço de escuta e troca para a diminuição dos efeitos nocivos que afetam a comunidade acadêmica na conjuntura da pandemia, visando acompanhá-los na adaptação e retorno das atividades acadêmicas, evitando assim uma possível evasão escolar. Entretanto, como se tornou pública a realização do projeto, surgiu uma demanda espontânea por parte da comunidade que começou também a fazer uso deste espaço de construção de laços virtuais.

A metodologia deste trabalho é de base qualitativa e se alicerça na psicologia política e comunitária de Martín Baró (BARÓ, 2013; 1987). Nesse sentido, partimos do pressuposto segundo o qual a situação de crise da pandemia da Covid-19 é parte de um complexo sócio/psico/político/econômico no contexto da América Latina. Formas de intervenção que contemplem o recorte das relações de poder, que afetam as comunidades latinas nesse momento, devem afirmar suas potências e especificidades. O projeto acompanhou as propostas de trabalho comunitário por meio da Roda de conversa (através de salas de reuniões virtuais e aplicativos na internet). Desta maneira, o trabalho se fundamentou na democratização dos espaços de fala, sabendo que esta não se esgota na organização física das pessoas, mas sim na disponibilidade em que a hierarquização das relações de saber-poder é exercida, a fim de que os saberes surjam por meio do compartilhamento no, e pelo coletivo (SAMPAIO, SANTOS, AGOSTINI & SALVADOR, 2014). Em decorrência da covid-19 as questões de saúde encontram-se entre o individual e o social (ALVES et al, 2017). Como coloca Spink (2003), a Psicologia da Saúde está vinculada ao modelo da Psicologia Social e Comunitária, representando esta,



ISSN nº 2595-7341

Vol. 3, n. 3, Setembro-Dezembro, 2020

dentro do projeto, sua essência, uma vez que o foco de intervenção é na comunidade, bem como a escolha de seus instrumentos foi guiada pela preocupação com a comunidade.

As rodas de conversa aconteceram semanalmente através da plataforma virtual TeamLink e teve como facilitadores dois docentes do curso de psicologia UFT. As rodas não possuíam temas definidos a priori, uma vez que os participantes traziam a demanda e os docentes facilitavam a circularidade da temática. Partiam da preocupação em saber como cada participante se sentia naquele momento, levando em consideração seu estado físico e emocional. A participação por chamada de vídeo era voluntária, onde o participante era livre para se expressar, bem como para somente acompanhar ou escutar o andamento do encontro virtual. Até o momento, foram realizados nove encontros semanais, com média de dez a quinze participantes, cada um com duração mínima de uma hora. Nestes encontros, os participantes discutiram sobre suas vivências, sofrimentos e formas de enfrentamento à pandemia.

Com o decorrer de cada encontro, os próprios participantes trouxeram pontos de discussão que lhes tocavam, entre esses: questões relacionadas à falta da antiga rotina (seja ela trabalho, estudo, etc); o autocuidado ou a falta dele; ausência do contato físico; convivência ou distanciamento familiar; moradia, saúde, morte e vida, excesso de notícias, cobrança e produtividade, racismo, política, impotência e potência, luto, ansiedade e saudade. Cada um desses pontos, foram tratados em momentos e formas diferentes, sendo todos eles de livre demanda por parte dos participantes - manifestos através de palavras, lágrimas e até mesmo pelo silêncio - e acolhidos pelos facilitadores. Ao longo dos encontros, com o alcance que o projeto atingiu, foi possível



ISSN nº 2595-7341

Vol. 3, n. 3, Setembro-Dezembro, 2020

perceber que a partir disso, houve uma variação no público no que diz respeito à raça, classe, gênero, idade, formação e localização. Apesar de todas essas diferenças, as discussões caminhavam para temas em comum, pois os participantes foram em busca deste espaço para partilhar suas experiências e angústias, neste momento específico, que estão vivendo/sobrevivendo.

Também foi possível perceber na fala dos participantes, que além de todas as dificuldades ocasionadas pela pandemia, o atual cenário político acaba contribuindo para os afetos, sentimentos e sintomas supracitados. A exemplo disso, foi possível perceber a presença marcante do silêncio, durante alguns encontros, Compreendido como um indicador de mal-estar, uma vez que, existem uma série de divergências entre membros da governança brasileira, sobre as formas de enfrentamento da doença, que está infectando cada vez mais pessoas, inclusive familiares e amigos de integrantes da roda de conversa.

Levando em consideração o contexto de pandemia, no decorrer das rodas surgiram aniversariantes, que compartilharam a angústia em celebrar a vida em meio a tantas mortes. Isso despertou discussões sobre a relação dessa experiência na saúde mental. Foi um tema que não pôde ser evitado, visto que a falta dos encontros para a celebração de datas importantes, tem afetado a todos, de maneira direta ou indireta. A prática de desejar saúde a alguém surgiu na roda com um peso diferente, quando uma das participantes compartilhou, que o sentido de se desejar de saúde para o outro, aparece nesse contexto de forma mais intensa e autêntica, visto que a saúde de todos está em jogo e se torna mais valorizada.

Os participantes apontaram temas extremamente atuais, como os movimentos de protesto contra o racismo ao redor do mundo, e a temática do



ISSN nº 2595-7341

Vol. 3, n. 3, Setembro-Dezembro, 2020

racismo em si, suscitando diversos afetos. O sentimento de impotência também foi abordado, em vários momentos ao longo dos encontros, uma vez que muitos participantes gostariam de estar nas ruas protestando, ou mesmo realizando outras ações, mas a pandemia tornou isso inviável. O fato do movimento não ter acontecido em todos os estados foi um dificultador da participação. Destacaram, então, a importância do engajamento na luta, dentro do que era possível para cada um.

Esse relato apresentou a experiência de acolhimento em tempo de crise como atividade de extensão, oferecido pelo curso de psicologia da universidade, contribuindo para a saúde mental da comunidade acadêmica, externa e da equipe de execução.

REFERÊNCIAS

ALVES, Railda et al. Atualidades sobre a psicologia da saúde e a realidade Brasileira. **Psic., Saúde & Doenças**, Lisboa, v. 18, n. 2, p. 545-555, ago. 2017. Disponível em <http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1645-00862017000200021&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 09 jun. 2020.

BARÓ, M.I., O Papel do Psicólogo, **Revista Estudos de Psicologia**, V. 2(1), 7-27, 1996 disponível em <http://www.scielo.br/pdf/epsic/v2n1/a02v2n1.pdf>

_____. O Método em Psicologia Política, trad. Fernando Lacerda, Rev. **Psicologia Política** vol.13 no.28 São Paulo dez. 2013, Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1519-549X2013000300011

FIOCRUZ. **Saúde Mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19: recomendações gerais.** 2020. Disponível em



ISSN nº 2595-7341

Vol. 3, n. 3, Setembro-Dezembro, 2020

<https://www.fiocruzbrasil.org.br/wp-content/uploads/2020/04/Saúde-Mental-e-Atenção-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19-recomendações-gerais.pdf>

SAMPAIO, J.; SANTOS, G. C.; AGOSTINI, M.; SALVADOR, A. de S. Limites e potencialidades das rodas de conversa no cuidado em saúde: uma experiência com jovens no sertão pernambucano. **Interface - Comunicação Saúde e Educação**. 2014; 18 Supl 2:1299-1312. Disponível em <https://www.scielo.br/pdf/icse/v18s2/1807-5762-icse-18-s2-1299.pdf>

SPINK, M. J. *Psicologia social e saúde: práticas, saberes e sentidos*. Petrópolis: Vozes, 2003.