

PROJETO DE INTERVENÇÃO GRUPAL – ESTÁGIO BÁSICO 3 – 2020.2

O ano de 2020 nos apresenta uma realidade até então sem precedentes. Reinventar-se, resiliência e sobrevivência passam a ser aspectos discutidos com frequência em todos os cenários. Alguns dados são interessantes nesse breve resgate.

No dia 26 de fevereiro de 2020, foi confirmado o primeiro caso de coronavírus no Brasil. No dia 17 de março, o Ministério da Saúde registra 291 casos confirmados, 8.819 casos suspeitos e a primeira morte por Covid19.

No dia 20 de março, o Ministério da Saúde declara reconhecimento de transmissão comunitária do novo coronavírus em todo o território nacional, apesar de nem todas as regiões apresentarem esse tipo de transmissão. A declaração dá ao Ministério da Saúde autoridade diante de todos os gestores nacionais, que devem adotar medidas que promovam distanciamento social e evitem aglomerações.

Hoje, 04 de agosto, contabilizamos 94.702 mortes. No Estado do Ceará, mantivemos durante alguns meses o isolamento radical e, hoje, vivemos uma retomada gradual e cuidadosa de alguns setores e serviços. Nesse contexto, muitas adaptações foram necessárias e muitos desafios têm sido enfrentados em nosso dia a dia.

Em uma publicação recente da Fundação Osvaldo Cruz, a qual discute saúde mental e atenção psicossocial na Pandemia Covid-19, estima-se, que entre um terço e metade da população exposta a uma epidemia pode vir a sofrer alguma manifestação de sofrimento psíquico, ou mesmo psicopatológica, caso não seja feita nenhuma intervenção de cuidado.

Dentre os impactos psicossociais, o documento inclui o medo de: Adoecer e morrer; Perder as pessoas que amamos; Perder os meios de subsistência ou não poder trabalhar durante o isolamento e ser demitido; Ser excluído socialmente por estar associado à doença; Ser separado de entes queridos e de cuidadores devido ao regime de quarentena; Não receber um suporte financeiro; Transmitir o vírus a outras pessoas.

Além disso, o documento afirma ser esperado também a sensação recorrente de: Impotência perante os acontecimentos; Irritabilidade; Angústia; e Tristeza. Entre as reações comportamentais mais comuns, o documento lista: Alterações ou distúrbios de apetite (falta de apetite ou apetite em excesso); Alterações ou distúrbios do sono (insônia, dificuldade para dormir ou sono em excesso, pesadelos recorrentes); Conflitos interpessoais (com familiares, equipes de trabalho...); entre outros.

Preocupados com esse cenário e cientes do compromisso social da Psicologia diante da Pandemia Covid-19, elaboramos uma **proposta de intervenção on-line dirigida a grupos diversos**. Tais ações têm caráter psicoeducativo, abordando:

- Afastamento físico e distanciamento social;
- Adaptações comportamentais e relacionais demandadas a partir das recomendações de biossegurança;
- Alterações do apetite e do sono;
- Como lidar com o tempo, a rotina e os projetos;
- Estratégias para lidar com a ansiedade e o medo;
- Estratégias para lidar com os sentimentos de tristeza e solidão;
- Como lidar com conflitos interpessoais;
- Perdas e luto no contexto da Pandemia Covid-19.

Propomos a realização de seis (6) encontros na modalidade remota (on-line) com frequência semanal. Tais intervenções serão desenvolvidas por alunos do curso de Psicologia da Faculdade Ari de Sá, sob supervisão de professores orientadores. A intervenção é gratuita e o acesso se dará mediante inscrição.

Pessoas ou grupos podem realizar inscrição no link: https://faculdadearidesa.edu.br/estagio_basico_3/, no período de 25 de agosto a 09 de setembro de 2020. Podem ser realizadas inscrições individuais e inscrições de grupos institucionais. No ato da inscrição, você pode apontar o grupo com o qual se identifica ou propor outros.