

# DISTÚRBIOS MENTAIS DURANTE A PANDEMIA

Alunos: Nátally Roberta K. da Silva, Eduarda G. de Vargas e Bianca S. Machado

Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Sonia Denise dos Santos

Escola Municipal De Ensino Fundamental Professor Martim Frederico Raschke – Araricá/RS

## JUSTIFICATIVA

O nosso trabalho surgiu a partir da preocupação em alertar a comunidade escolar sobre os distúrbios mentais ou psicológicos desenvolvidos ou agravados durante a Pandemia, pois todos nós tivemos dificuldades de nos adaptarmos rapidamente às mudanças de rotina.

**PROBLEMA:** Será que as pessoas desenvolveram algum tipo de distúrbio mental durante a pandemia?

### HIPÓTESES:

- Acreditamos que sim, pois cada um teve suas dificuldades com a nova rotina.
- Podem ter adquirido algum distúrbio mental como ansiedade, depressão, entre outros.
- Os protocolos de distanciamento e uso de máscaras devem ter dificultado na adaptação.

## OBJETIVO GERAL

Alertar a comunidade local quanto aos distúrbios mentais desenvolvidos durante a pandemia de Covid-19.

### OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Entender os tipos de distúrbios mentais;
- Compreender as consequências psicológicas causadas pela Pandemia;
- Propor ações de sensibilização e auxílio para a comunidade local;

## METODOLOGIA

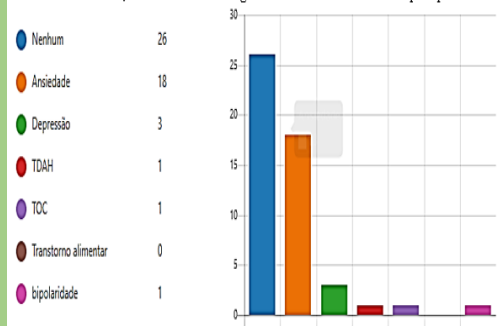
Nossa pesquisa baseou-se em:

- Revisão bibliográfica;
- Aplicação de entrevista com os alunos dos 7º anos da EMEF Prof<sup>o</sup> Martim Frederico Raschke;
- Confecção de cartazes, publicação no Facebook da escola a fim de orientar a comunidade e convite para um psicólogo realizar um bate-papo online com os alunos da escola;

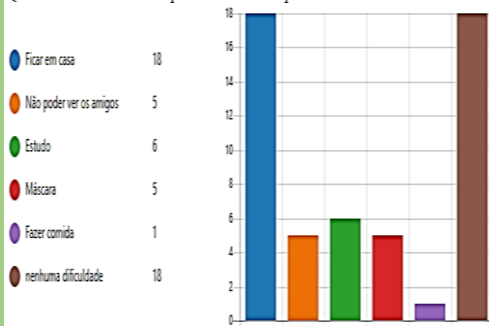
## RESULTADOS

- Segundo Ramirez (2021) “Os distúrbios podem causar alteração de tipo intelectual, emocional ou comportamental, que pode dificultar a interação da pessoa no meio em que cresce e se desenvolve”.
- Conforme Santana (2020, pág.3) “Existem diversos tipos de distúrbios mentais, que são classificados em tipos, e alguns dos mais comuns incluem aqueles relacionados à ansiedade, depressão, alimentação, personalidade e movimentos”.
- Pesquisa com as turmas de 7º ano da EMEF Prof<sup>o</sup> Martim Frederico Raschke:

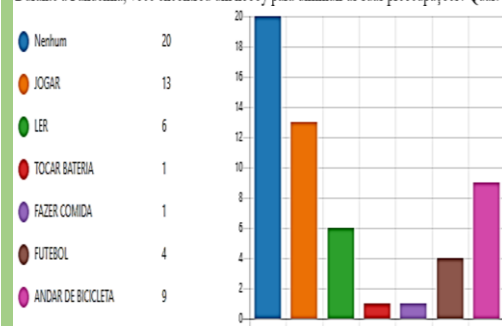
Durante a Pandemia, você desenvolveu algum distúrbio mental? Se sim qual/quais?



Qual foi a maior dificuldade para você durante a pandemia?



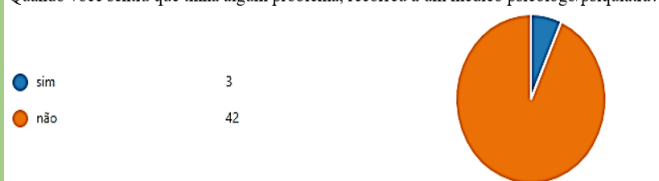
Durante a Pandemia, você encontrou um hobby para diminuir as suas preocupações? Qual?



Você já teve uma crise de ansiedade?



Quando você sentiu que tinha algum problema, recorreu a um médico psicólogo/psiquiatra?



## FUTURAS AÇÕES:

- Confecção de cartazes com orientações e distribuição dos mesmos em locais públicos;
- Convite para um psicólogo realizar um bate-papo online com os alunos da escola;
- Publicação no Facebook da escola a fim de orientar a comunidade.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Até o presente momento da realização do nosso projeto, que ainda não está finalizado, concluímos que as pessoas precisam ser alertadas da importância de procurar um profissional da saúde quando perceberem que tem algum sintoma psicológico.

Observamos que estes distúrbios precisam ser levados a sério, porque durante a pandemia as pessoas sentiram dificuldades de adaptar-se aos protocolos de distanciamento e aos novos desafios, assim estando vulneráveis aos distúrbios psicológicos devido as mudanças abruptas de rotina.

## REFERÊNCIAS CONSULTADAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde mental**. Brasília, 2001. Disponível em: [bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/profae/pae\\_cad7.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/profae/pae_cad7.pdf) Acesso em 23 jul. 2021.

LOPES, Adriel Gustavo. *et al.* Análise da saúde mental na população geral durante a pandemia de Covid-19. **Revista eletrônica acervo saúde**, v. 46, ed. 3925, 2020. Disponível em: [scholar.google.com.br/scholar?hl=ptBR&lr=lang\\_pt&as\\_sdt=0%2C5&q=dist%C3%BArbios+mentais+na+pandemia&btnG=#d=gs\\_qabs&u=%23p%3DgEBa-8u3TFwJ](https://scholar.google.com.br/scholar?hl=ptBR&lr=lang_pt&as_sdt=0%2C5&q=dist%C3%BArbios+mentais+na+pandemia&btnG=#d=gs_qabs&u=%23p%3DgEBa-8u3TFwJ). Acesso em: 26 jul. 2021.

RAMIREZ, Dr. Gonzalo. 7 Transtornos mentais que aumentaram durante a pandemia. Disponível em: [www.tuasaude.com/transtornos-mentais/](http://www.tuasaude.com/transtornos-mentais/). **Tua Saúde**, 2021. Acesso em: 21 jul. 2021.

SANTANA, Viviane Vanessa Rodrigues da Silva *et al.* Alterações psicológicas durante o isolamento social na pandemia de covid-19: revisão integrativa. **Revista família, ciclos de vida e saúde no contexto social**, [s. l.], 2020. Disponível em: [scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&lr=lang\\_pt&as\\_sdt=0%2C5&q=dist%C3%BArbios+mentais+na+pandemia&btnG=#d=gs\\_qabs&u=%23p%3DzKLeVQgohk4J](https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&lr=lang_pt&as_sdt=0%2C5&q=dist%C3%BArbios+mentais+na+pandemia&btnG=#d=gs_qabs&u=%23p%3DzKLeVQgohk4J). Acesso em: 27 jul. 2021.