



MOTIVANDO – FEIRA DE INOVAÇÃO E CIÊNCIAS DO UNIVAG

CATEGORIA PESQUISE

Wellington dos Santos Bernardo

Nome da professora orientadora: Dra. Hilda Silva Araujo de Melo

Nome da Escola: Escola Estadual Paulo Freire

Cidade: Primavera do Leste/MT

A saúde mental pós pandemia

A pandemia da COVID-19, que teve início na cidade de Wuhan, na China, em dezembro de 2019 e que rapidamente se espalhou para o mundo, causou problemas tanto físicos como psicológicos em todas as pessoas. Estar diante de situações como perdas de familiares, crises econômicas e afastamento das pessoas queridas fez com que os sintomas que já existiam se agravassem. Apesar da pandemia estar acabando, os efeitos ficam mais visíveis agora. O aumento do sofrimento psicológico, dos sintomas psíquicos e dos transtornos mentais surgiu como consequências do vírus. Embora o impacto da disseminação do vírus para as doenças psíquicas ainda esteja sendo mensuradas, as implicações para a saúde mental em situações como a que estamos vivendo foram estudadas profundamente pela comunidade científica. De acordo com o Ministério da Saúde no Brasil, eventos como a COVID-19 causaram perturbações psicológicas sociais que afetam a capacidade de enfrentamento de toda a sociedade, em variados níveis de intensidade e propagação, os efeitos tais como: a) medo precipitado de adoecer e morrer; b) sentimento de solidão, tédio e desesperança de que as coisas possam melhorar; c) preocupação em fornecer o necessário para família; d) ansiedade sobre notícias. Nesse sentido, se faz necessário dar mais atenção a saúde mental das pessoas e, as formas de como aumentar o bem-estar. A música pode estimular a concentração, o relaxamento e ajudar a dormir, além disso, outros comportamentos humanos tem extensa representação neuropsicológica, com acesso direto à afetividade, controle de impulsos e emoções e motivação. Apesar de sermos adaptáveis as mudanças, estar longe das pessoas que amamos afetou a saúde mental, mesmo com o contato através de meios tecnológicos, como vídeo chamadas, mensagens de texto e áudio. Lembrando, que é necessário procurar ajuda profissional para aprender a lidar com os efeitos dos transtornos psicológicos. Dessa forma, o presente trabalho tem como objetivo realizar um levantamento sobre a saúde mental pós-pandemia, através de questionário psicossocial na comunidade acadêmica da Escola Estadual Paulo Freire. O trabalho será realizado através da aplicação de questionário de múltipla escolha, caracterizando-o como pesquisa quantitativa. As entrevistas serão realizadas através do envio do questionário criado no Google Forms pelo WhatsApp. Após a aplicação do questionário, os dados serão analisados e publicados em periódico científico.

Palavras chave: Saúde mental; Pandemia; Problemas psicológicos.