

RODA DE CONVERSA COMO ESTRATÉGIA DE CUIDADO AOS COLABORADORES DE UMA OPERADORA DE AUTOGESTÃO DURANTE A PANDEMIA DA COVID-19.

AUTORES: ANDRADE, Alexandre Viana Barros de; GANDRA, Ana Paula Oliveira Rodrigues; LOURES, C. H.; NOVAS, M. V; FONSECA, R. P.; BARROSO, V. G. Caixa de Assistência dos Funcionários do Banco do Brasil – Unidade Minas Gerais (CASSI MG), Belo Horizonte.

OBJETIVO: Com o contexto da pandemia da COVID-19 que assolou a toda a sociedade causando uma pandemia na saúde mental associada à pandemia virótica e à econômica, torna-se essencial cuidar não só dos indivíduos e populações, mas também dos profissionais de saúde que estão nos serviços de saúde na linha de frente dos cuidados. Os profissionais da Atenção Primária, concebida no sistema de saúde como porta de entrada e coordenadora de cuidados (MENDES, 2011; SOARES, 2013), também estão sujeitos ao mesmo sofrimento e carecem, assim, de escuta qualificada e suporte psicológico como fator de prevenção de adoecimento e/ou agravo psíquico. Para tanto, com o objetivo de proporcionar um espaço de fala das emoções mobilizadas nos profissionais e contribuir na construção de alternativas de enfrentamento para favorecer o desenvolvimento da resiliência, realizou-se este trabalho com os colaboradores de uma autogestão.

MÉTODO: Os profissionais da equipe de saúde mental (2 psicólogos e 2 psiquiatras), situados no município de Belo Horizonte, organizaram uma atividade coletiva por meio de quatro rodas de conversas virtuais, por meio de uma plataforma online e gratuita, no mês de setembro de 2020, com duração de 1h30, cujo público alvo foram os 21 colaboradores técnicos da saúde e administrativos lotados em quatro municípios do interior de Minas Gerais (Juiz de Fora, Montes Claros, Uberaba e Uberlândia). A base conceitual desta atividade teve como alicerce a psicologia positiva, focada no desenvolvimento das potencialidades humanas e estratégias adaptativas de manejo de estresse e desenvolvimento da resiliência emocional. Resiliência é frequentemente referida por processos que explicam a “superação” de crises e adversidades em indivíduos, grupos e organizações (YUNES & SZYMANSKI, 2001; YUNES, 2001; TAVARES, 2001).

RESULTADOS: Os resultados relatados pelos colaboradores que participaram da atividade foi de que teve importância o momento de fala e escuta qualificada, que contribuiu de forma positiva para apaziguamento na saúde mental de cada um. Ponderaram que foi importante espaço para se abrirem, abordarem seus sentimentos como medo da morte, medo de contaminar familiares com o vírus, receio em relação ao futuro, entre outros. Ressaltaram que o espaço de fala fez com que repensassem a vida, estimulou a criação de estratégias para auto cuidado em saúde mental, a construção de saídas possíveis e o fortalecimento das ações que já vinham sendo empreendidas, tais como os exercícios físicos em casa, retomada de alguns *hobbies* (como voltar a tocar violino). Além disso, compartilharam que o momento gerou maior aproximação com a família e utilização da tecnologia para manter a troca afetiva, através de visitas virtuais.

CONCLUSÕES: A experiência demonstrou ser uma estratégia significativa de promoção da saúde integral e prevenção de adoecimento psíquico dos colaboradores durante a pandemia e que a tecnologia se apresenta como importante aliada ao cuidado, devendo os serviços lançarem mão desta ferramenta para potencializar o cuidado à saúde.

Belo Horizonte, 16 de outubro de 2020



Ana Paula Oliveira R. Gondoa.