

VIVENDO EM TEMPO DE ISOLAMENTO SOCIAL

*Equipe Psicossocial da COAPE/PRAPE
TV UFPB*

Caroline Paiva Mariano, egressa do curso de arquitetura/UFPB

Diferentes medidas governamentais tem sido implementadas para tentar controlar a disseminação do coronavírus SARS-CoV-2, causador da síndrome Covid-19. A explosão de casos, ocasionando uma pandemia, e o alto nível de contaminação levaram à população ao isolamento profilático em suas moradias, de maneira imposta ou recomendada, mesmo sem histórico de contato com suspeitos ou confirmados com coronavírus.

O isolamento profilático, conhecido no Brasil como quarentena, fez com que muitas atividades parassem, especialmente aquelas que envolvem relacionamentos humanos, forçando adaptações para as quais muitas pessoas não estavam preparadas. Desta forma, a pandemia do Covid-19 vem causando efeitos psicológicos negativos, como sintomas de estresse pós-traumático, sintomas depressivos, tristeza, abuso de substância, estado confusional e irritabilidade (Brooks et al., 2020). Os fatores estressores observados incluem: modificação da rotina e limitação da mobilidade, duração da quarentena, medo de infecções, frustração, tédio, suprimentos inadequados, informação limitada, perdas financeiras e estigma (Santos, 2020; Schmidt, 2020).

Em um estudo realizado pelo instituto YoungMinds com 4.693 participantes maiores de idade e de diferentes classes sociais, foi verificado que todas as faixas etárias estão sendo afetadas devido às diversas mudanças que estão tendo que enfrentar durante a pandemia, entretanto, nos jovens, os efeitos relacionados a saúde mental apresentam-se maiores quando comparados com outros grupos de idade (46% dos idosos estão extremamente aflitos, número que sobe para 55% quando se consideram as pessoas mais novas). Embora eles entendam a necessidade das medidas de isolamento social, diz a pesquisa, isso não diminuiu o impacto na saúde.

Percebe-se que a pandemia do coronavírus é um desafio enfrentado por muitos indivíduos, atualmente, e diversos efeitos psicológicos podem ser ocasionados devido ao isolamento social que estão tendo que vivenciar e os jovens, mesmo não sendo o alvo direto do vírus, estão sendo afetados direta ou indiretamente.

Ao pensar na população jovem, uma atenção maior deve ser dada àqueles que não estão tendo um suporte afetivo presencial, estando distantes de seus familiares, de seus lares.

Esta é a realidade e um desafio enfrentado por muitos estudantes brasileiros que ingressam em Instituições Federais de Ensino Superior (IFES), vivem em situação de vulnerabilidade socioeconômica e que residem em moradias universitárias ou recebem um auxílio para alugar um imóvel e cursar a graduação. Essa assistência estudantil por meio de moradia faz parte de uma das ações do Programa Nacional de Assistência Estudantil (PNAES), que buscam medidas para promover a igualdade de oportunidades, melhorar o desempenho acadêmico e prevenir situações de retenção e evasão decorrentes da insuficiência de condições financeiras (*Decreto n.7.234, 2010*).

Os estudantes assistidos por essa ação do PNAES, além de terem que sair de seus lares para estudar em outra cidade, se distanciando de familiares e amigos e todos aqueles que comumente dão suporte emocional em momentos de dificuldade, ainda se deparam com a desafiadora tarefa de dividirem o mesmo ambiente, o quarto da moradia universitária ou o imóvel com outros jovens que estão na mesma situação, mas que possuem valores, hábitos, costumes tão diversos gerando conflitos de diferentes ordens. Segundo Berlatto e Sallas (2008) a política de organização nos quartos é um movimento de encontros e desencontros, com desilusões e surpresas, formando as relações de amizade, de solidariedade e, também, os desafetos e conflitos.

Por mais que sejam alternativas que possibilitam a realização de um projeto acadêmico/profissional, estudos apontam que muitos conflitos são vivenciados nestes ambientes e que, quando estes não são resolvidos de forma assertiva, podem ser geradores de adoecimento psíquico, comprometendo o desenvolvimento sócio-emocional destes jovens em uma etapa bastante desafiadora de suas vidas.

Estudos apontam os diferentes conflitos existentes em moradias estudantis brasileiras, como o de Delabrida (2014), que verificou que a maioria não percebia a residência como sua casa ou lar e que o principal problema era não ter ajuda dos demais residentes na organização da casa e o não cumprimento das regras combinadas. Ademais, a maioria dos moradores afirmou que os conflitos ocorridos nas moradias não eram resolvidos. Zalaf e Fonseca (2009) verificaram que residir em um conjunto da Universidade de São Paulo (CRUSP) apareceu como um dos elementos favorecedores do uso problemático de álcool e outras drogas e os jovens universitários residentes de uma moradia estudantil da Universidade de Brasília (UNB) pesquisados por Osse e Costa (2011) apresentaram sentimentos de ansiedade superiores aos da população geral e de universitários.

Residentes de moradias estudantis localizadas em Goiás e pesquisados por Sousa e Sousa (2009) indicaram que a experiência de ser morador é vivida com sofrimento e

sacrifício. Laranjo e Soares (2006) verificaram que residentes de uma moradia estudantil universitária localizada em São Paulo se mostraram decepcionados com a convivência nesse ambiente, que é atribuída ao individualismo e à falta de espírito coletivo. Além destes estudos, foi constatado por Garrido (2015) que viver em moradias de duas universidades públicas baianas causava mudanças negativas nos domínios pessoal e social de alguns estudantes residentes. A autora alegou que, se, de um lado, as moradias contribuíam no sentido de enriquecer a vivência acadêmica desses estudantes, de outro, serviam como entrave para sua formação.

Em um estudo realizado por servidores da COAPE, vinculado ao Núcleo de Pesquisa em Desenvolvimento Socio-moral NPDSM da UFPB, foi verificado que os residentes da moradia estudantil da Residência Universitária Marculina e Feminina –RUMF (Campus 1 - UFPB) também apresentavam diferentes queixas e conflitos nesta microssociedade. Com base nas entrevistas realizadas foram identificadas diversas queixas referentes à transgressão da lei, à instituição e aos próprios residentes. Foi constatado também que quando ocorrem conflitos na moradia, a maioria dos participantes afirmou que eles não são resolvidos (Pequeno, Camino & Vasconcelos, 2020).

Com base na recomendação de distanciamento social para toda a população brasileira devido à situação atual de pandemia e os efeitos psicológicos negativos que ela pode acarretar. Considerando ainda a situação de vulnerabilidade socioeconômica, as dificuldades comumente encontradas pelos estudantes que residem em moradias universitárias, conforme pesquisas nacionais e na própria instituição apresentadas, e a falta de apoio familiar presencial, este projeto de extensão e pesquisa elaborado pela equipe psicossocial da COAPE/PRAPE tem como objetivo geral compreender como os estudantes do CAMPUS I beneficiários do auxílio moradia e residência universitária estão enfrentando esse momento atípico de isolamento social devido ao COVID-19 e desenvolver uma atividade de compartilhamento de registros positivos por meio de redes sociais entre eles.

Os objetivos específicos são:

- 1- Identificar com que os estudantes beneficiários estão neste período de isolamento social.
- 2- Compreender os sentimentos experimentados pelos beneficiários neste período de isolamento social.
- 3- Identificar os grupos sociais que os beneficiários estão escolhendo para obter conforto e suporte emocional neste período

- 4- Verificar as atividades que estão sendo realizadas pelos beneficiários neste período de isolamento.
- 5- Incentivar o compartilhamento de registros positivos para estimular a aproximação dos estudantes neste período de distanciamento social e a troca de informação para melhorar as estratégias de enfrentamento.
- 6- Realizar o acompanhamento psicossocial dos estudantes que apresentarem, nas suas respostas, dificuldades de enfrentamento da pandemia.
- 7- Divulgar estratégias para enfrentar com qualidade e de forma mais leve o período de isolamento social.
- 8- Divulgar o serviço de escuta psicológica do Setor de Psicologia e do Plantão Médico oferecidos pela COAPE/PRAPE aos estudantes assistidos e divulgar o Plantão Psicológico NAEPSI para toda a comunidade acadêmica.

PLANO DE AÇÃO

Público Alvo

Estudantes do Campus I da Universidade Federal da Paraíba beneficiários do auxílio-moradia. Este auxílio é uma ajuda de custo para as despesas com habitação e destina-se aos estudantes que vieram residir na cidade sede do curso matriculado, exclusivamente, para cursar a primeira graduação.

Estudantes que residem nas moradias estudantis: Residência Universitária Elizabeth Teixeira (RUFET) e Residência Universitária Masculino Feminino (RUMF) do Campus I da Universidade Federal da Paraíba.

A atividade proposta para o compartilhamento de registros positivos (objetivo específico 5) também poderá ser realizada com os demais estudantes de graduação do Campus I da UFPB.

Plano de ação

Será realizada a divulgação do projeto pelas redes sociais da UFPB (site e TVUFPB) e por e-mail, enviando mensagens a todos os estudantes que fazem parte do perfil apresentado anteriormente. Além disso, foi enviada uma notificação pelo SIGAA com informações sobre a pesquisa, contendo o link para responder ao questionário e orientações sobre o envio dos trabalhos para divulgação.

Quanto aos demais alunos da UFPB, será divulgado um folder pelas redes sociais, contendo orientações para o envio dos registros, que se dará por e-mail.

Os trabalhos devem ser enviados para o e-mail pesqservisocialprape@gmail.com e podem ser vídeos, imagens, músicas, poesias e desenhos produzidos pelos alunos neste período de isolamento social.

Resultados esperados

A partir dos resultados encontrados por meio do questionário enviado, espera-se compreender a realidade vivenciada pelos estudantes residentes e beneficiários do auxílio para assim planejar diferentes estratégias de ação por parte da equipe de assistência estudantil da COAPE.

Com este projeto desenvolvido, espera-se uma maior aproximação entre os estudantes que estão vivenciando este período de isolamento para buscarem com mais apoio afetivo estratégias positivas para o enfrentamento de dificuldades de ordem psicossocial. Espera-se também uma maior aproximação da equipe da assistência estudantil com os estudantes, para que estes vejam o setor como um ponto de apoio e busca de ajuda neste período de pandemia.

REFERÊNCIAS:

Berlatto, F., & Sallas, A. L. F. (2008). Um lar em terra estranha: espaço e sociabilidade em uma casa de estudantes feminina. *Revista Chilena de Antropologia Visual*, 2(2), 48-69.

Brooks SK, Webster RK, Smith LE, Woodland L, Wessely S, Greenberg N, et al. (2020) The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *Lancet*.;395:912-20.

Decreto nº 7.234, (2010, de 19 de julho). Dispõe sobre o Programa Nacional de Assistência Estudantil – PNAES. Brasília, DF: Presidência da República. Recuperado de https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/decreto/d7234.htm

Delabrida, Z. N. C (2014). Variáveis individuais, sociais e do ambiente físico em Residências Universitárias. *Psico*, 45(3), 10-20. doi: 10.15448/1980-8623.2014.3.17361.

Garrido, E. N. (2015). A experiência da moradia estudantil universitária: impactos sobre seus moradores. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 35(3), 726-739. doi: 10.1590/1982-3703001142014

Laranjo, T. H. M. & Soares, C. B. (2006). Moradia universitária: processos de socialização e consumo de drogas. *Revista de Saúde Pública*, 40(6), 1027-1034. doi: 10.1590/S0034-89102006000700010

Santos, C. F. (2020). Reflections about the impact of the SARS-COV-2/COVID-19 pandemic on mental health. *Brazilian Journal of Psychiatry*, Epub April 17.

Schmidt, B., Crepaldi, M. A., Bolze, S. D. A., Neiva-Silva, L. & Demenech, L. M. (2020) Impacts on Mental Health and Psychological Interventions related to the New Coronavirus Pandemic (COVID-19)

Zalaf, M. R. R., & Fonseca, R. M. G. S. (2009). Uso problemático de álcool e outras drogas em moradia estudantil: conhecer para enfrentar. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 43(1), 132-138. doi: 10.1590/S0080-62342009000100017.