

SE CUIDE  
TEAMO

**UMA AÇÃO DO  
CORAÇÃO DA UFMS  
DURANTE A  
COVID-19**



[www.ufms.br/coronavirus](http://www.ufms.br/coronavirus)



A NOSSA UNIVERSIDADE



**UNIVERSIDADE FEDERAL  
DE MATO GROSSO DO SUL**

Reitor

**Marcelo Augusto Santos Turine**

Vice-Reitora

**Camila Celeste Brandão Ferreira Ítavo**

Pró-Reitor de Administração e Infraestrutura

**Augusto Cesar Portella Malheiros**

Pró-Reitora de Assuntos Estudantis

**Ana Rita Barbieri Filgueiras**

Pró-Reitor de Ensino de Graduação

**Ruy Alberto Caetano Corrêa Filho**

Pró-Reitor de Extensão, Cultura e Esporte

**Marcelo Fernandes Pereira**

Pró-Reitor de Gestão de Pessoas

**José Carlos Crisóstomo Ribeiro**

Pró-Reitor de Pesquisa e Pós-Graduação

**Nalvo Franco de Almeida Junior**

Pró-Reitora de Planejamento e Orçamento

**Dulce Maria Tristão**

Agência de Comunicação Social e Científica

**Rose Mara Pinheiro**

Agência de Desenvolvimento, Inovação e Relações Internacionais

**Nilza Emy Yamasaki**

Agência de Tecnologia da Informação e Comunicação

**Luciano Gonda**

Secretaria Especial de Avaliação Institucional

**Jacyara de Souza**

Secretaria Especial de Educação a Distância

**Hércules da Costa Sandim**

Projeto Gráfico: **DIPVG/AGECOM**



Com base no Plano de Contingência da UFMS, foram definidos três eixos estratégicos:

- 1) **Atividades Acadêmicas;**
- 2) **Cuidado com as Pessoas e**
- 3) **Comunicação.**

Os três eixos estratégicos reúnem diversas ações em desenvolvimento na Universidade o período de enfrentamento à Covid-19.

A Universidade Federal de Mato Grosso do Sul está monitorando a pandemia do coronavírus em parceria com outros órgãos e entidades de Mato Grosso do Sul e do Governo Federal, cuidando da comunidade universitária e disponibilizando a infraestrutura institucional.

Como parte das ações do Cuidado com as Pessoas, este programa tem como objetivo proteger a comunidade universitária, identificando situações que merecem atenção e desenvolvendo ações para necessidades advindas da situação de isolamento social.

De acordo com o Guia de Proteção da saúde mental, uma epidemia de grande magnitude pode provocar perturbação psicossocial que, por vezes, ultrapassa a capacidade de enfrentamento da população afetada (ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE, 2019). Para o momento atual, o distanciamento social, a quarentena e o isolamento estão se mostrando em vários países como método mais eficaz para evitar a contaminação e diminuindo a sobrecarga dos sistemas de saúde, todavia, pode gerar também efeitos negativos do ponto de vista psicológico pela perda de contato social físico que é uma prática muito comum nas relações humanas (SANTANA, 2020).

Diante disso, a estratégia de atendimento à comunidade acadêmica se destaca como alternativa viável ante os desafios colocados tanto aos servidores quanto aos estudantes da UFMS, na execução do trabalho e das atividades acadêmicas por meio das tecnologias de informação e comunicação, além da adesão às medidas protetivas previstas pelos órgãos reguladores da saúde locais, regionais, nacionais e internacionais.

O Plantão Psicológico é definido como um tempo e um espaço de escuta aberto à diversidade e à pluralidade de demandas, como uma possibilidade de acolhimento do usuário e de seu sofrimento, no momento exato em que necessitam (GOMES, 2012). Para este momento, será importante definir que o Plantão Psicológico tratará especificamente de situações que não demandam uma abordagem de longo prazo e de dificuldades de adaptação pontuais, especialmente relacionadas ao isolamento social e ao período de quarentena.

PROGRAMA: SE CUIDE, TE AMO!  
Uma ação do coração da UFMS

O problema que está dado é o impacto emocional gerado pela insegurança e medo referentes ao contexto atual e a necessidade de reorganização e apoio para viver este momento esquivando-se do desespero como estratégia de vivência. A ansiedade, desespero, medo, entre outros, são comuns em momentos como este, por isso, não se trata de evitar o aparecimento dessas condições, mas, de pensar em estratégias nos quais os sentimentos e emoções geradas possam ser redirecionados ou conduzidos de um modo a evitar a experimentação pessoal de se “chegar no limite”, reduzindo o sofrimento psíquico decorrente da situação de confinamento.

O projeto divide-se em ações:

1. Atenção especial ao grupo de risco Covid-19, de acordo com a OMS, na UFMS;
2. Formação de grupos de apoio para partilhar experiências e vivências; e
3. Plantão psicológico para atendimento emergencial a distância. Dentro das três ações serão realizadas atividades transversais em projetos e em voluntariado, com o acompanhamento da **saúde mental da comunidade acadêmica** da UFMS (servidores e estudantes) em função do período de isolamento social e após o seu término e **atividades voluntárias para atendimento da demanda de servidores e estudantes** com mobilidade reduzida ou de alto risco.



**AÇÃO 1. CUIDA UFMS - Atenção especial ao grupo de risco da Covid-19, de acordo com a OMS.**



### **Coordenação**

Daniela Dias Medrado Rogerio (Progep) e Ivo Leite Filho (Inqui)

### **Objetivo**

Oferecer apoio aos servidores e estudantes da UFMS com idade superior a 60 anos e que tenham obtido licença para tratamento de saúde nos últimos 12 meses, e aqueles indicados pelas unidades como grupo de risco da Covid-19.

### **Público-alvo**

Servidores - informações das unidades em planilha contendo a relação de servidores por idade e demais situações do grupo de risco estabelecido pela OMS para a Covid-19. Além dessas informações, serão considerados para essa ação os servidores que tenham usufruído licença médica nos últimos 12 meses. Estudantes – informações da Agetic sobre aqueles com 60 anos de idade ou mais e informações das unidades da Administração Setorial, para demais situações do grupo de risco estabelecido pela OMS para a Covid-19. As informações estarão disponíveis na matriz de contingência de cada unidade.

### **Metodologia**

Para o contato ativo, serão disponibilizadas linhas telefônicas a uma equipe de servidores, sob coordenação da Progep.

A relação de pessoas elegíveis (FASE 1 – servidores ativos e estudantes, FASE 2 – Servidores inativos) será distribuída aos voluntários diariamente. Assuntos pessoais (psicológicos e emocionais) e necessidades básicas (como ir ao supermercado ou farmácia) podem emergir durante o contato. Para tanto, os voluntários irão acolher as necessidades, registrar e encaminhar para a coordenação para os encaminhamentos. Informações sobre o isolamento, período, prevenção e outros assuntos serão dirigidos para a página da UFMS ([ufms.br/coronavirus](http://ufms.br/coronavirus)).

O contato telefônico se dará de acordo com o seguinte roteiro, que será registrado em relatório:

Bom dia (Boa Tarde)! Aqui é ....., servidor da UFMS e sou voluntário do programa TE AMO, SE CUIDE! – Uma ação do coração da UFMS, voltado para o bem-estar das pessoas durante este período de emergência em saúde internacional. Gostaria de fazer algumas perguntas para verificar se você está bem, pode ser?

Se a resposta for positiva, dar prosseguimento a conversa:

1 – Identificação da situação de vida da pessoa quanto à saúde e ao isolamento (saber se mora só ou acompanhado);

2 – Reforçar orientações de métodos de prevenção e isolamento e do protocolo vigente durante o período;



**AÇÃO 1. CUIDA UFMS - Atenção especial ao grupo  
de risco da Covid-19, de acordo com a OMS.**

3 - Colocar à disposição os serviços de assistência social e psicológico (números de telefone e e-mail) já oferecidos e em funcionamento.

4 - Registrar os resultados e se for o caso, demandas.

Se a resposta for negativa, se colocar à disposição em caso de necessidade e recomendar a página [ufms.br/coronavirus](https://ufms.br/coronavirus)

As informações obtidas serão incluídas em uma planilha em formato Excel que será enviada para a Coordenação do projeto ao final de cada dia. Cabe à coordenação do projeto a decisão de encaminhar as demandas para a rede voluntária ou reencaminhar a pessoa para nova ligação – para acompanhamento periódico. Posteriormente, o relatório será utilizado como base para encaminhar as demandas para os canais específicos de atendimento. Após dez dias de execução, o projeto será avaliado para necessárias alterações, podendo ser incrementado para os servidores aposentados e pensionistas.



## AÇÃO 2. Plantão UFMS: Plantão psicológico para atendimento REMOTO emergencial



7

### Coordenação

Ana Lúcia Martins de Souza (DISAU/CAE/Proaes) e Franciele Ariene Lopes Santana (CPAN/UFMS)

### Objetivo

Atendimento em caráter preventivo, precoce e eficiente da comunidade acadêmica da UFMS.

### Público-alvo

Docentes, técnicos e estudantes da UFMS.

### Metodologia

Será disponibilizado um cadastro para o preenchimento de informações iniciais e contatos (<http://lnk.ufms.br/9PaPp>). As informações alimentarão um banco de dados que será utilizado pelos profissionais atendentes para contato com os usuários e agendamento de atendimentos por meio de tecnologias de informação e comunicação, privilegiando os dispositivos da plataforma Google. A ordem de prioridade no atendimento será configurada para pessoas que se encontram em situação de maior vulnerabilidade frente ao cenário atual de isolamento e quarentena, da seguinte forma: 1. Pessoas que fazem parte do grupo de risco para a Covid-19; e 2. Data de inscrição mais antiga. Durante o atendimento, serão realizados o acolhimento, a escuta, a orientação e, sendo possível, o encaminhamento de casos mais graves para o acompanhamento específico nas redes de apoio psicossocial da UFMS e da cidade na qual o usuário se encontra.

O Plantão Psicológico funcionará conforme agenda própria compartilhada entre os profissionais atendentes, podendo, com a participação de mais profissionais internos e egressos da UFMS, ser ampliado. Todos os profissionais seguirão as normatizações do Conselho Federal de Psicologia para o atendimento psicológico online, especialmente o disposto na Resolução CFP 11/2018 e a Resolução CFP 1/2009, sobre a obrigatoriedade do registro dos serviços psicológicos prestados.

Nome/E.mail	Cargo/Campus	Função no Projeto
Ana Lúcia Martins de Souza	Psicóloga/C. Universitária	Plantonista
Bruna Diniz Rios	Psicóloga/CPCS	Plantonista
Carla F. Graetz Perinotto	Psicóloga/CPTL	Plantonista
Danielle Silveira da Cunha	Psicóloga/C Universitária	Plant. suplente
Fábio Barbosa Filho	Psicólogo/C Universitária	Plant. suplente
Franciele Ariene Lopes Santana	Psicóloga/CPAN	Plant. suplente
Giovana Alle Hollender	Psicóloga/CPAQ	Plantonista
Maria Auxiliadora V. D. Rodrigues	Psicóloga/CPTL	Plant. suplente
Mayara K. A. R. G. Coutinho	Psicóloga/CPAR	Plant. suplente
Paulo Guimarães	Psicólogo/C. Universitária	Plantonista
Roberta de O. Maisatto	Psicóloga Área/CPCX	Plantonista

**AÇÃO 2. Plantão UFMS: Plantão psicológico para  
atendimento REMOTO emergencial**

Os estudantes e servidores serão atendidos pelos profissionais lotados na Proaes, Progep e Campi da UFMS. Futuramente o projeto poderá contar com a participação de psicólogos voluntários egressos da UFMS. Com o atendimento em Plantão Psicológico, espera-se a redução do sofrimento psíquico, especialmente relacionado ao estresse agudo de tipo provisório e sintomas ansiosos e pré-depressivos, que podem ser comuns em situação de isolamento social e confinamento.





AÇÃO 3. QuarenTEMA UFMS: (sobre)vivendo ao  
Isolamento por meio da Literatura



### Coordenação

Ana Lúcia Martins de Souza (DISAU/CAE/Proaes) e Mayara Coutinho (CPAR/UFMS)

### Objetivo

Oferecer espaço para discussão mediada por textos literários que forneçam a possibilidade de abordar o momento atual e os sentimentos e afetos gerados, favorecendo a simbolização da situação de confinamento imposta pela emergência em saúde e os cuidados com a proliferação da Covid-19.

### Público –Alvo

Estudantes e servidores da Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, que estejam em situação de isolamento social e/ou quarentena. O público de cada uma das turmas será selecionado seguindo o critério de heterogeneidade do público-alvo.

### Metodologia

Será utilizada a plataforma *online Google Classroom* e *Google Hangouts Meet* para desenvolvimento das atividades. Os interessados deverão se inscrever em formulário próprio, <https://forms.gle/HrbQkT9KLgV1a4yU6>. Depois serão incluídos na sala de aula virtual, na qual constará a leitura (ou leituras) de cada semana. Será proposto um horário para interação em fóruns criados na sala de aula, como *google hangouts meet* ou o que for mais conveniente para todos os participantes. Organização dos encontros: Turma 1: Terças-Feiras (de 9h às 10h30) e Turma 2: Quintas-Feiras (de 14h às 15h30). A cada encontro, existem as Atividade/tarefas programadas que consistem em Leitura prévia do material, Leitura de trechos significativos para os participantes, Discussão em grupo e Síntese pelas mediadoras. Espera-se construir um espaço que permitirá trocas que facilitam a elaboração conjunta de sentimentos e afetos em comum, além disso, a vivência de momentos de prazer e distração pode colaborar com o impacto emocional gerado pelo isolamento social e quarentena.

**AÇÃO 3. QuarenTEMA UFMS: (sobre)vivendo ao  
Isolamento por meio da Literatura**

**SE CUIDE, TE AMO! – Uma ação do coração da UFMS**

Nome/E.mail	Cargo/Campus	Função no Projeto
Ana Lúcia Martins de Souza	Psicóloga/C. Universitária	Observadora
Bruna Diniz Rios	Psicóloga/CPCS	Observadora
Carla F. Graetz Perinotto	Psicóloga/CPTL	Observadora
Danielle Silveira da Cunha	Psicóloga/C Universitária	Observadora
Franciele Ariene Lopes Santana	Psicóloga/CPAN	Mediadora
Giovana Alle Hollender	Psicóloga/CPAQ	Observadora
Mayara K. A. R. G. Coutinho	Psicóloga/CPAR	Mediadora
Roberta de O. Maisatto	Psicóloga Área/CPCX	Observadora

Data	Encontro/Conto/autor(a)	Temática de base abordada
T1: 31/03 T2: 02/04	1. Uma Esperança (Clarice Lispector)	Esperança no cotidiano
T1: 07/04 T2: 09/04	2. As Formigas (Lygia Fagundes Telles)	Isolamento
T1:14/04 T2: 16/04	3. A Igreja do Diabo (Machado de Assis)	Tendência humana de praticar a contradição (especialmente diante de regras)
T1:21/04 T2: 23/04	4. Conto Ayoluwa. a alegria do nosso povo (Conceição Evaristo)	Esperança



#### 4. REFERÊNCIAS

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Resolução CFP Nº 001/2009**. Disponível em: <[https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2009/04/resolucao2009\\_01.pdf](https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2009/04/resolucao2009_01.pdf)>

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Resolução CFP Nº 11, de 11 de maio de 2018**. Disponível em: <<https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2018/05/RESOLU%C3%87%C3%83O-N%C2%BA-11-DE-11-DE-MAIO-DE-2018.pdf>>

GOMES, Fernanda Maria Donato. Plantão psicológico: atendimentos em situações de crise. **Vínculo**, São Paulo, v. 9, n. 2, p. 18-26, jul. 2012. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1806-24902012000200004&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-24902012000200004&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 25 mar. 2020.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE. Organização Mundial da saúde. **Proteção da saúde mental em situações de epidemias**. OPAS, 2019. Disponível em: <http://new.paho.org/hq/dmdocuments/2009/Protecao-da-Saude-Mental-em-Situaciones-de-Epidemias--Portugues.pdf> Acesso em 22 Mar. 2020.

SANTANA, F. A. L. **Cartilha de orientações para saúde psicológica da comunidade acadêmica no enfrentamento do Coronavírus (covid-19)**: a questão da quarentena. Corumbá: Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, 2020.



## **Anexo – RELATÓRIO DE ATENDIMENTO**

Este relatório servirá de base para o levantamento de informações, para posterior acompanhamento e encaminhamento de demandas. Os atendimentos não necessariamente precisam seguir o roteiro, até porque estaremos em posição de acolhimento por meio da escuta, no entanto, se faz importante o preenchimento dos dados para correta triagem.

**Nome:** \_\_\_\_\_ **RGA/SIAPE:** \_\_\_\_\_

**Idade:** \_\_\_\_\_

**Enquadra-se no grupo de risco por motivos de:**

( ) Faixa etária (acima dos 60 anos)

( ) Gestante/Lactante

( ) Doença preexistente. Quais? \_\_\_\_\_

**Mora sozinho? S ( ) N (.....) Se não, quem reside junto com você (a)?** \_\_\_\_\_

**Tem sido assistido por alguém durante o isolamento referente à compra de suprimentos e remédios? ( ) sim (...) não Se não, precisa desse tipo de assistência? ( ) sim ( ) não**

**Faz acompanhamento na UFMS? ( ) serviço social ( ) psicologia**

Como tem sido esse período de isolamento? (Descrever somente referências que considere importante e que digam respeito ao bem-estar físico e mental.)

---

---

---

Descreveu alguma situação específica que seja objeto de atendimento psicológico ou social? Cite.

---

---

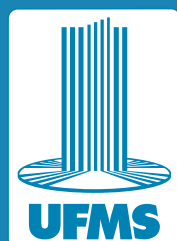
---

**Relatório executado por:**

Nome: \_\_\_\_\_

Lotação: \_\_\_\_\_

Data: \_\_\_\_\_



**A NOSSA UNIVERSIDADE**



[www.ufms.br](http://www.ufms.br)



[/ufmsbr](https://www.facebook.com/ufmsbr)



[@ufmsoficial](https://www.instagram.com/ufmsoficial)



Educativa UFMS



[@ufmsbr](https://twitter.com/ufmsbr)



[/tvufms](https://www.youtube.com/tvufms)