

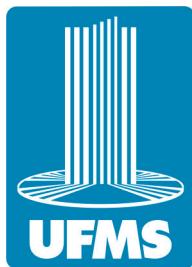
SE CUIDE
TE AMO

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



www.ufms.br/coronavirus





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

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



3

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 ao 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.



5

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).

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;

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

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

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



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

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

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.



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

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

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>
- 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>. 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.)

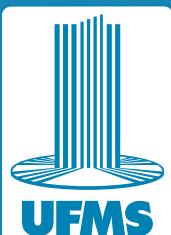
Descreveu alguma situação específica que seja objeto de atendimento psicológico ou social? Cite.

Relatório executado por:

Nome: _____

Lotação: _____

Data: _____



A NOSSA UNIVERSIDADE



www.ufms.br



[/ufmsbr](#)



[@ufmsoficial](#)



Educativa UFMS



[@ufmsbr](#)



[/tvufms](#)