

Trabalho apresentado no 24º CBCENF

Título: ACALMAR: AÇÃO EDUCATIVA ONLINE PARA O CUIDADO EM SAÚDE MENTAL DA PESSOA IDOSA
Relatoria: Nanielle Silva Barbosa
João Caio Silva Castro Ferreira
Autores: Suzy Romere Silva de Alencar
Eukália Pereira da Rocha
Márcia Astrês Fernandes
Modalidade: Comunicação coordenada
Área: Inovação das práticas de cuidado
Tipo: Relato de experiência
Resumo:

INTRODUÇÃO: A população idosa constitui um dos grupos de risco a contaminação pelo novo coronavírus. Assim, houve a necessidade de intensificação de medidas restritivas que mudaram seu ambiente e rotina. Consequentemente, os idosos passaram a estar mais propensos a alterações na saúde mental, tornando-se mais ansiosos e vulneráveis. Diante desse efeito deletério, justifica-se o desenvolvimento de estratégias a fim de minimizar danos e promover o cuidado em saúde em todos os seus aspectos. **OBJETIVOS:** Relatar experiências na promoção da Saúde Mental na terceira idade. **METODOLOGIA:** Trata-se de um relato de experiência sobre a vivência de enfermeiras residentes do Programa de Residência Multiprofissional em Saúde da Família e Comunidade da Universidade Estadual do Piauí na realização de uma ação de cuidado à saúde, por meio da ferramenta Google Meet, em março de 2021. O encontro teve como público-alvo idosos integrantes de uma Universidade Aberta à Terceira Idade de uma Instituição de Ensino Superior pública do estado do Piauí. **RESULTADOS:** Foi desenvolvida uma roda de conversa, nomeada como "Acalmar", direcionada à sensibilização sobre o cuidado em Saúde Mental. O momento transcorreu de maneira remota, uma vez que o contexto pandêmico exigia o distanciamento e isolamento social para evitar a disseminação da doença. Inicialmente, utilizou-se como recurso terapêutico, a prática da musicoterapia, com o intuito de promover o acolhimento, relaxamento, vínculo e aproximação entre os mediadores e demais participantes. Em seguida, houve uma breve explanação sobre Saúde Mental, direcionada ao enfrentamento do sofrimento psíquico ocasionado pela pandemia: principais transtornos desencadeados, sinais e sintomas e tratamentos. Para finalizar a abordagem, estratégias para o autocuidado foram discutidas e os envolvidos puderam contribuir compartilhando atividades que costumavam desenvolver a fim de preservar sua saúde e cuidar de si. **CONCLUSÃO:** O contexto de saúde pública proporcionado pela pandemia provocou intenso sofrimento psíquico, bem como desafiou e limitou os mecanismos para a promoção da saúde. Logo, a abordagem da temática favoreceu a reflexão entre os participantes e destacou como priori o cuidado além do físico e biológico, considerando as particularidades dos envolvidos. A ação desenvolvida de forma virtual permitiu o enfrentamento da situação bem como garantiu o acesso à informação e a continuidade do cuidado em saúde a esse grupo populacional.