

Colégio Rio Branco
Unidade Higienópolis

Projeto 2

G6 - Saúde Mental na Pandemia



Colégio Rio Branco 2020

AS DIMENSÕES DA SAÚDE HUMANA

SAÚDE MENTAL NA PANDEMIA

Grupo 6

Ana Vitoria Reis
Eduarda Simões
Marcela Mazzulli
Rafaela Gebara
Sophia Brandão



AC

Ana Chaves
avchaves@aluno.crb.g12.br

RG

Rafaela Gebara
rcgebara@aluno.crb.g12.br

MG

Marcela Garcia
mmgarcia@aluno.crb.g12.br

SB

Sophia Brandão
stbrandao@aluno.crb.g12.br



Eduarda Simões



Disciplinas

- Biologia
- Inglês
- Língua Portuguesa
- Química
- Sociologia

Tema

Dimensões da saúde mental e física durante a pandemia do coronavírus

Pergunta de partida do projeto

Como o desenvolvimento da tecnologia e ciência, vida urbana e história da humanidade influencia a saúde mental da sociedade contemporânea, principalmente durante a pandemia do coronavírus?

Relevância do projeto

Com o desenvolvimento acelerado da tecnologia nos últimos anos, com o cotidiano da vida urbana do século XXI, e com uma história que se vem construindo ao longo do tempo a partir dos caminhos traçados pela humanidade, a sociedade criou a necessidade de uma nova compreensão da mente humana. A pandemia do coronavírus em 2020 agravou e acentuou casos de problemas mentais enquanto a ciência nos auxilia a entendê-los e promover a melhora dos quadros de depressão e ansiedade.



Palavras-chave

- Natalia Pasternak, Jaqueline Goes de Jesus, Gustavo Cabral de Miranda
- Ansiedade e Depressão na pandemia
- DSM (Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders)
- Harmonização das ideias e emoções
- COVID-19, Sars-Cov-2
- Isolamento Social na pandemia
- ChAdOx1 nCoV-19 - Oxford, farmacêutica- CoronaVac

Fontes de informação

- Acesse o docs abaixo:
- https://docs.google.com/document/d/1JM4Poc80H5HczE7yyJbT9h-WtFS-4A6CxJsGYyfj_TO/

Auto-avaliação da pesquisa

- As fontes de informação que usei são confiáveis.
- A informação que registrei está atualizada.
- Sempre que consegui, usei a fonte de informação original.

Conclusões

Acesse o docs:

<https://docs.google.com/document/d/1XMeNCOVMAkrlWiNOSoYbeXHWjLxb73MvFyglWqSygrM/usp=sharing>

Questões por explorar

- Palavras-chave
- Relevância do projeto
- Escolher o produto final
- Fazer a entrevista

*** Esta atividade tem arquivos associados ***



Objetivos da entrevista

Escolhemos o método de entrevistas pois já que nosso tema leva em conta o comportamento humano e saúde mental, devemos ter contato com alguém que entende do assunto, por exemplo, psicólogo e paciente de transtornos mentais.

Entrevistados

- Doutora Monica Scalco
- Formada na Universidade de São Paulo
- Trabalha em: Toronto Western Hospital
- Psiquiatra

Principais perguntas

- Acesse o docs:
- <https://docs.google.com/document/d/1767nSiIDwXDzU8zWeInmxfb7sw-VCyzC6zK67B4FXXk/>
- Acesse o vídeo para assistir:
- <https://drive.google.com/file/d/19eJJR2-xzR6bH9RLiq09fGxK8BZfrSvE/view>

***** Esta atividade tem arquivos associados *****



Aspectos que confirmaram o que já sabia

Antes da entrevista, existiam alguns pontos dos quais sabíamos que seriam confirmados, como que o número de procura por psiquiatras aumentou durante a pandemia; hábitos saudáveis ajudam na saúde mental, como alimentação, socialização, saúde do sono e atividade física; a existência de grande preconceito com transtornos mentais e por fim, a quarentena e casos de depressão estarem relacionados.

Aspectos surpreendentes ou inesperados

O aspecto que nos surpreendemos após a entrevista foi de que pessoas com transtornos mentais, sendo, fobia social e síndrome do pânico tiveram seu quadro de saúde mental melhorado durante a pandemia.

Conclusões da entrevista

Após a entrevista com a Dra. Monica Scalco compreendemos com mais clareza e com mais detalhes a relação entre transtornos mentais, na qual mais do que nunca precisa de uma atenção redobrada e a pandemia do coronavírus. A determinação de quarentena para conter o vírus o mesmo tempo que manteve a saúde física das pessoas causou o aumento do número de casos de transtornos mentais durante esse período no Brasil e no mundo, alguns hábitos podem nos ajudar com isso: praticar exercícios físicos, se alimentar de forma saudável, manter as relações sociais com amigos e família (mantendo o distanciamento social), e praticar atividades que te dão prazer.

***** Esta atividade tem arquivos associados *****



Principais descobertas

- Número de transtornos mentais aumentou durante a pandemia.
- Hábitos saudáveis ajudam na saúde mental e no tratamento de doenças.
- Desenvolvimento tecnológico e científico facilitam a produção de vacinas em curto período de tempo, fato que está ocorrendo durante o coronavírus.

Reflexão

Consideramos que nossa pesquisa foi importante para compreender a produção de vacinas e estrutura interna do SARS-COV2 assim, pudemos entender como a doença funciona. Essas descobertas possibilitaram o levantamento de questões a serem discutidas com a Dra. Monica Scalco sobre a relação da pandemia do coronavírus e transtornos mentais, para que pudéssemos repassar nosso conhecimento ao Produto Final e promovendo assim a conscientização dos leitores em assuntos tão importantes como a saúde mental.

Limitações

- Poderíamos ter melhorado nossa habilidade de pesquisar fontes confiáveis com mais facilidade e rapidez.

Questões futuras

- Não obtivemos questões que faltou a explorar.

Conclusão

Acesse o docs:

<https://docs.google.com/document/d/1XMeNCOVMAkrIWinosoYbeXHWjLxb73MvFyglWqSygrM/ed>

*** Esta atividade tem arquivos associados ***



A minha capacidade em analisar informação de forma crítica...

Melhorou muito

A minha capacidade de trabalhar em equipe...

Melhorou muito

A minha capacidade de comunicar as minhas ideias

Melhorou muito

O que mais gostei neste projeto?

A parte que mais gostamos foi a produção do Produto Final, site, onde tivemos grande autonomia para decidirmos o que construir.

O mais importante que aprendi neste projeto:

O mais importante que aprendemos com este projeto foi expandir nosso conhecimento sobre transtornos mentais, entendendo como eles funcionam e a necessidade de sua discussão.

O que gostaria de ter feito de forma diferente:

Gostaríamos de ter produzido o Produto Final e os roteiros simultaneamente.