

## **RUAS DE LAZER: ENCONTROS DA PSICOLOGIA COM A COMUNIDADE**

**CAMILA DUARTE ROBALLO<sup>1</sup>; LUISA LISLIE BOTH GRIEBLER<sup>2</sup>; NATHANIELE COUTO DE ÁVILA<sup>3</sup>; CRISTIANE DOS SANTOS OLIVEIRA<sup>4</sup>; JOSUÉ BARBOSA SOUSA<sup>5</sup>; FELIPE HERRMANN<sup>6</sup>**

<sup>1</sup>*Universidade Federal de Pelotas – camilad.roballo@gmail.com*

<sup>2</sup>*Universidade Federal de Pelotas – luisagriebler@gmail.com*

<sup>3</sup>*Universidade Federal de Pelotas – coutonathy@icloud.com*

<sup>4</sup>*Universidade Federal de Pelotas – cristianeoliveirarg@hotmail.com*

<sup>5</sup>*Secretaria Estadual de Saúde do Rio Grande do Sul – josue.bar.sousa@gmail.com*

<sup>6</sup>*Universidade Federal de Pelotas – herrmann.ufpel@gmail.com*

### **1. INTRODUÇÃO**

Momentos de lazer são essenciais para exercemos atividades prazerosas e para a manutenção da nossa saúde, tanto física como psicológica. Definido como um direito social segundo a Constituição Brasileira (BRASIL, 1998), o lazer é um campo abrangente que contempla práticas sociais, culturais, de saúde e esportivas, assim como pode ocorrer em espaços físicos ou virtuais. A vivência do lazer proporciona a promoção de autoestima e bem-estar, além de fortalecer o convívio social, o que viabiliza a criação e preservação de laços afetivos entre os sujeitos (BRITO, RODRIGUES, 2022), contribuindo para o desenvolvimento cognitivo, emocional e social das pessoas envolvidas (DE GOIS, CARVALHO, 2022).

Com esse fim, os espaços públicos são locais ricos para oportunizar o encontro da população com atividades prazerosas de lazer. Em consonância, DE SANTANA E ALVES (2014), em seu o estudo sobre apropriação de espaços públicos para o lazer da comunidade, constataram benefícios como menor comportamento antissocial, desenvolvimento de comunidades saudáveis e maior qualidade de vida. Porém, os autores também atentam para o fato de existirem carências de atividades periódicas para atrair a população.

Devido à pandemia de Covid-19 e às medidas de isolamento e distanciamento social, os hábitos e as opções de lazer da população foram afetados e muitos tiveram que reinventar-se e adaptar-se a estar mais tempo no ambiente doméstico e a socializar principalmente por meio de ambientes virtuais. A partir desse cenário, MENEZES (2021) aponta que houve mudanças significativas na saúde mental da população, especialmente em relação ao estresse, ansiedade e depressão. À vista disso, percebe-se a necessidade de estratégias que proporcionem atividades coletivas de lazer nos espaços urbanos a fim de amenizar os impactos sobre a saúde mental das comunidades.

Assim sendo, o presente trabalho decorre da atuação de estudantes do curso de Psicologia da Universidade Federal de Pelotas (UFPel) no projeto de extensão Barraca da Saúde: Cuidado Interdisciplinar com as Comunidades da Zona Sul, durante as edições do evento Ruas de Lazer, promovido pela Prefeitura Municipal de Pelotas/RS. O projeto, vinculado ao curso de Enfermagem em parceria com a Pró-Reitoria de Extensão e Cultura (PREC/UFPel), conta com a participação de estudantes e professores de 18 cursos de diferentes áreas, e pretende desenvolver atividades de extensão relacionadas às práticas

interdisciplinares de educação em saúde, prevenção de riscos e agravos, capacitações profissionais e oficinas de promoção à saúde em comunidades urbanas, rurais, indígenas e quilombolas.

A partir do que foi apresentado, o trabalho possui o objetivo discorrer sobre a importância do lazer como dispositivo para promoção saúde mental na comunidade em uma ação realizada por estudantes de Psicologia.

## **2. METODOLOGIA**

O projeto Ruas de Lazer é promovido pela Pró-Reitoria de Extensão e Cultura (PREC) junto a Prefeitura Municipal de Pelotas/RS. Surgiu em 2021 da necessidade de valorizar espaços públicos através do incentivo à ocupação das ruas da cidade para propiciar momentos de lazer à população. Devido ao cenário da pandemia de Covid-19, foi implementado pela primeira vez em 2022 e conta com quatro edições até o momento. Há perspectiva de continuidade da realização do evento no município.

O projeto ocorreu aos fins de semana, nessa ocasião o trânsito de veículos da Avenida Presidente Juscelino Kubitscheck de Oliveira é desviado, entre as ruas Barão de Butuí e Avenida Bento Gonçalves, a fim de oferecer um espaço de lazer para a comunidade. O evento dispõe de diversas atividades culturais, de saúde e esportivas direcionadas para todas as faixas etárias, como aula de ginástica, taekwondo e kangoo jump; brinquedos infláveis; apresentações musicais, de dança e de capoeira; bancas do projeto de extensão Barraca da Saúde; feira de artesanato; escolinha de trânsito da Secretaria de Transporte e Trânsito (STT); foodtrucks; projetos esportivos de basquete, handebol e tênis de mesa; empréstimo de bicicletas da Bikepel, entre outras.

Atualmente, a Barraca da Saúde conta com a participação de 43 discentes de Psicologia. Para a organização do Ruas de Lazer, os discentes se dividiram em dois grupos de cinco a oito pessoas para estarem presentes em cada turno de acordo com a disponibilidade de cada um, entre os horários de 09h às 12h e 14h às 17h. A banca da Psicologia realizou diversas ações com a comunidade, tais como disponibilização de atividades para colorir relacionados às emoções e à saúde mental com material direcionado para as crianças; exposição de palavras em um varal (que remetem a afetos e sentidos significativos para a saúde mental presentes na vida das pessoas, como família, abraços e leitura, a citar como exemplo), em que foi solicitado que os frequentadores escolhessem uma palavra relevante para descrever qual os sentidos que estes assumiram no período de pandemia de Covid-19 no Brasil. Os materiais utilizados na confecção do varal foram duas garrafas *pet*, fita, prendedores e cartões com as palavras. A atividade foi supervisionada pela professora Marta Solange Streicher Janelli Da Silva, do curso de Psicologia.

Nesta ação também foram disponibilizados materiais informativos sobre a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) do município e cartilhas confeccionadas pelos estudantes de Psicologia sobre hábitos saudáveis para a saúde mental. Além disso, o grupo presente se disponibilizou a acolher dúvidas e orientar sobre

os serviços disponíveis na RAPS, dialogando sobre a importância da saúde mental com o público e da relevância da Psicologia para a comunidade.

### **3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A pandemia de Covid-19 causou uma série de mudanças no nosso cotidiano, pelo isolamento social e distanciamento físico, impactando na saúde física e psicológica da população. É nesse sentido que, por melhora nos índices de vacinação e consequente flexibilização de medidas contra a pandemia, a reestruturação dessa rotina pós pandemia precisa incluir o lúdico, de forma descontraída e prazerosa, visto que o lazer é considerado parte das necessidades humanas (GOMES, 2014).

Observou-se a partir dos relatos do público do Ruas de Lazer que a pandemia afetou suas possibilidades de vinculação e realização de práticas de lazer, impactando diretamente no autocuidado em saúde física e psicológica. Contudo, percebeu-se também que a flexibilização tem favorecido momentos de ressignificação das atividades que proporcionam bem-estar de forma coletiva, em consideração de novos hábitos em saúde adquiridos durante a pandemia.

Por meio do contato com a comunidade foi possível perceber a sua receptividade com as discentes de Psicologia e a adesão às propostas. Crianças demonstraram interesse em colorir e realizar as atividades relativas à identificação das emoções e seus sentidos, e adolescentes e adultos aderiram de forma significativa à atividade do varal, a qual viabiliza um espaço de diálogo sobre questões que são constituintes do cotidiano e que estão envolvidas com a promoção de saúde mental.

A presença da Psicologia no evento oportunizou um espaço para acolher os sentidos produzidos pelo público a partir de suas experiências. Mediante o contato com suas narrativas, tornou-se possível dimensionar a importância de desmistificar as práticas da Psicologia e de promover saúde mental, fortalecendo vínculos afetivos, práticas de cuidados e de momentos de lazer, como os que foram promovidos durante o Ruas de Lazer.

Ressalta-se que, apesar de considerarmos a saúde a partir de uma perspectiva integral que considera as dimensões biológica, psicológica e social do indivíduo, ainda predomina no senso comum uma visão fragmentada de saúde, que a considera como ausência de doença, ao passo que a doença seria vista apenas como comprometimento de funções orgânicas, sobrepostas às psicossociais. Ofertar a possibilidade de relações alternativas com os processos de saúde-doença, comportamentos e estilos de vida é um importante desafio para o trabalho do profissional psicólogo.

Ainda que seja uma profissão relativamente nova no Brasil, para a Psicologia estes movimentos de seguir a realização de práticas e a construção de conhecimentos na área, em conjunto com a comunidade, é essencial para a democratização do Sistema Único de Saúde (SUS) e do Sistema Único de Assistência Social (SUAS), garantindo o acesso a um serviço de saúde e assistência social público e de qualidade. As práticas de extensão das

universidades públicas têm, assim, um papel significativo nesses processos, o que torna possível a colaboração da comunidade com a construção de práticas e saberes a partir da saúde coletiva e aos estudantes construirão a sua formação aliados à promoção e prevenção no âmbito público de saúde.

#### 4. CONCLUSÕES

O presente trabalho teve como objetivo refletir sobre a importância do lazer como dispositivo de promoção de saúde mental a partir da ação realizada por estudantes de Psicologia, integrantes do projeto de extensão Barraca da Saúde, durante o evento Ruas de Lazer, realizado pela PREC e promovido pela Prefeitura Municipal de Pelotas/RS.

A partir do que foi apresentado, entende-se que o evento Ruas de Lazer atua como um importante equipamento viabilizador de lazer e, consequentemente, de promoção de saúde, ao mesmo tempo que cumpre com o papel de fomentar a integração comunitária nos espaços públicos do município. Além disso, para os discentes o evento se tornou uma ferramenta relevante para aprimorar o vínculo da Psicologia com a comunidade.

Acredita-se ser interessante ampliar o Ruas de Lazer para outros bairros da cidade a fim de alcançar um público mais diverso e aumentar a oportunidade que todos desfrutem desse espaço de lazer, tendo em vista a necessidade de democratização do acesso ao lazer aos diversos segmentos sociais.

#### 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil**. Diário Oficial. 1998.

BRITO, Alison Conceição; RODRIGUES, Emilia Amélia Pinto Costa. Práticas Corporais, Lazer e Cidade: O Dique do Tororó como Espaço de Lazer e Saúde na Cidade de Salvador. **LICERE-Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, v. 25, n. 1, p. 1-25, 2022.

DE GOIS, Samuel Nascimento; CARVALHO, Karoliny Diniz. Práticas de lazer na dinâmica socioespacial do município de São Bernardo, Maranhão: reflexões a partir da comunidade local. **Cenário Revista Interdisciplinar em Turismo e Território**, v. 10, n. 1, p. 24-44, 2022.

DE SANTANA, Renata Laís Ferreira; ALVES, Josemery de Araújo. Apropriação e uso dos espaços de lazer da população curraisnovense. **LICERE-Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, v. 17, n. 3, p. 185-223, 2014.

GOMES, C. L. Lazer: necessidade humana e dimensão da cultura. **Revista Brasileira de Estudos do Lazer**. Belo Horizonte, v. 1, n.1, p.3 - 20, jan./abr., 2014.

MENEZES, Suzy Kamylla de Oliveira. Lazer e saúde mental em tempos de covid-19. **LICERE-Revista do Programa de Pós-graduação Interdisciplinar em Estudos do Lazer**, v. 24, n. 1, p. 408-446, 2021.