

# A IMPORTÂNCIA DAS ATIVIDADES LÚDICAS DENTRO DO PET AGRÁRIAS-UFC

Aline Maria Nunes Sales, Isadora Linhares Portelinha, Matheus Silva Oliveira, Amália Gabriele Freitas Gomes, Maria Lucia de Sousa Moreira

Segundo o Ministério da Saúde, durante a pandemia, a ansiedade foi um dos transtornos mais desenvolvidos pelos brasileiros. Além da ansiedade, também foram constatados o transtorno do estresse pós-traumático e, em uma proporção menor, a depressão. Estudantes universitários podem sofrer com esses transtornos por conta de diversos fatores (pressão acadêmica, questões econômicas, questões da vida pessoal) somados ao isolamento social que a pandemia causa. A partir disso, o Programa de Educação Tutorial (PET) Agrárias começou a desenvolver algumas atividades lúdicas para ajudar a reduzir os níveis de ansiedade dos integrantes do grupo, como bingos, dança e atividades rápidas no início das reuniões. O objetivo dessa pesquisa é mostrar a importância que essas atividades desenvolvidas no grupo tiveram para os alunos nesse momento de pandemia. Para isso, foram aplicados pequenos questionários com o intuito de medir a satisfação dos integrantes do grupo quanto à essas atividades, analisar os efeitos e coletar sugestões. Por meio de algumas respostas coletadas, pode-se observar que essas atividades lúdicas tiveram um efeito positivo na vida dos alunos, pois contribuíram para a diminuir alguns efeitos do isolamento social, já que havia conversas e brincadeiras com colegas, mesmo online. Levando em consideração esses aspectos, observou-se que as atividades lúdicas são importantes para o bem-estar dos universitários em tempos de pandemia ou não, pois promovem a socialização, sendo excelentes ferramentas de relacionamento interpessoal. Essas atividades podem reduzir a condição de isolamento total, contribuindo para a redução dos efeitos da pandemia. E por fim avaliou-se que mais atividades, com esse intuito, são necessárias e bem-vindas.

Palavras-chave: Isolamento Social. Bem-estar. Socialização.