

# RELATO DE EXPERIÊNCIA SOBRE O PROJETO CARTAS DE AMOR LAF CIS

**COELHO, Camila Tavares <sup>1</sup>, REIS, Larissa Castro dos <sup>2</sup>,  
LEONARDO, Rozileia Silva <sup>3</sup>, LUCAS, Vitória Milani de <sup>4</sup>**

## Resumo:

Durante a pandemia de Covid-19, profissionais da saúde ficaram extremamente esgotados devido ao ritmo de trabalho e tensão psicológica de forma muito intensa. Nesse contexto, visando demonstrar empatia e gratidão pelo trabalho realizado, a Liga Acadêmica de Fisiologia e Cuidado Integral (Lafcis), realizou a atividade Cartas de Amor. Essa atividade prática da liga, consistiu em entregar cartas aos profissionais de saúde durante a pandemia para agradecer o esforço e cuidado com os pacientes, gerando assim, um sentimento de cuidado não somente aos pacientes, mas também aos trabalhadores que tanto se dedicaram. Assim, foi possível visualizar o trabalho dos profissionais e proporcionar um momento de bem-estar na rotina estressante de trabalho. O objetivo consiste em expor a importância da valorização dos profissionais envolvidos no trabalho com a Covid-19, estimulando o cuidado integral também daqueles que promovem a saúde. O trabalho visou levar o conforto e cuidado aos profissionais de saúde, tendo em vista que esses estavam na linha de frente contra o Covid-19 e passavam por grandes estresses e carga horária exaustiva. Dessa maneira, foi possível colocar em prática a teoria abordada pela Lafcis e proporcionar bem-estar, empatia e cuidado integral. Inicialmente, foram abordados em reuniões da liga os temas referentes ao cuidado integral e como as emoções influenciam em toda a vivência.

---

<sup>1</sup> UniRedentor, Graduanda em Medicina, Itaperuna-RJ, e-mail: camila@aol.com

<sup>2</sup> UniRedentor, Graduanda em Medicina, Itaperuna-RJ, e-mail: larissa@aol.com

<sup>3</sup> UniRedentor, Especialização em Residência Médica, Itaperuna-RJ, e-mail: rozileia@aol.com

<sup>4</sup> UniRedentor, Graduação, Itaperuna-RJ, e-mail: vitoria@aol.com

Dados os encontros, foi proposto a realização de cartas pelos ligantes com o cunho de levar conforto aos profissionais de saúde, como uma forma de demonstrar apreço por esse importante trabalho durante a pandemia. Essa atividade teve impacto em alguns estados do Brasil, como Rio de Janeiro, Minas Gerais, Espírito Santo e Rio Grande do Sul. Concomitante a prática, os participantes puderam ter contato direto com o trabalho realizado pelos profissionais de saúde. Assim, a iniciativa teve impacto nas cidades dos ligantes da Lafcis no ano de 2021, atingindo diversos profissionais de saúde em amplos contextos inseridos desde a atenção básica até a de alta complexidade. Dessa maneira, o resultado foi muito positivo, sendo muito bem recebido pelos profissionais e gerando um estímulo ao trabalho. Vale destacar, ainda, que houveram ligantes que não entregaram as cartas com mensagens empáticas somente aos profissionais, mas também aos pacientes dos postos de trabalho e estes demonstraram muita felicidade ao receber a mensagem. Dessa forma, a atuação dos integrantes da Lafcis foi fundamental para semear a empatia entre os alunos de medicina, os quais puderam perceber a importância do trabalho de todos os profissionais de saúde que estavam na linha de frente durante a pandemia de covid-19. Além disso, foi notável a satisfação e alegria de cada pessoa que recebeu a carta de amor. Diante disso, a atividade realizada cooperou para o desenvolvimento pessoal e profissional dos acadêmicos em questão.

**Palavras-chave:** tensão psicológica, pandemia, cuidado integral.