Trabalho apresentado no 22º CBCENF

Título: RELATO DE EXPERIÊNCIA: PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL NO ÂMBITO UNIVERSITÁRIO

Relatoria: Paloma Thainá Dos Santos Queiróz E Silva
Daniele Garcia de Almeida Silva
Autores: Marileisa Barbosa
Meridiane Habeck Tsukada

Modalidade: Comunicação coordenada
Área: Políticas Públicas, Educação e Gestão
Tipo: Relato de experiência

Resumo:

Introdução: Muitas vezes o ambiente de exigências da universidade tem promovido diversas sensações negativas dentre os estudantes. Os inúmeros casos de crises de ansiedade registrados na instituição levaram a equipe a abrir espaços para diálogo sobre a temática no âmbito universitário. Objetivo: Auxiliar os acadêmicos dos diferentes cursos da Universidade Paranaense – UNIPAR, na promoção da saúde mental. Metodologia: Trata-se de um relato de experiência de um projeto de conscientização sobre a saúde mental do estudante, realizada em julho de 2019 por profissionais da instituição e estagiários de Enfermagem, como parte das atividades da disciplina de Estágio Supervisionado que ocorre no Pronto Atendimento Ambulatorial de Enfermagem da universidade. Foi planejada uma ação com o intuito de falar abertamente sobre o assunto com os demais estudantes, levando informações sobre sinais de alerta que não podem ser ignorados e orientando sobre como procurar ajuda. A ação se desenvolveu em três momentos: No primeiro, os estagiários se fantasiaram com roupas pretas, máscaras com olhares entristecidos e com palavras de alerta impressas e coladas pelo corpo. Acompanhados pela enfermeira e pela psicóloga, entregaram um convite para todos os acadêmicos, convidando os interessados a participar de uma “roda de conversa” e orientando os ouvintes a se conscientizarem sobre a importância de sua saúde mental e a buscar ajuda caso sintam necessidade. O objetivo da ação foi impactar os acadêmicos, fazendo-os perceber que muitos dos sinais estampados nas roupas são realidades vividas, convidando-os a conversar sobre isso; em um segundo momento os estagiários distribuíram abraços e mensagens de apoio e motivação; no terceiro ocorreu a roda de conversa com os acadêmicos interessadas e psicólogas da instituição. O ambiente foi preparado e de maneira coletiva os acadêmicos falaram sobre seus medos, anseios e foram direcionados pelas psicólogas. Resultados: As atividades envolveram cerca de 700 estudantes. Observou-se que o público era em sua grande maioria jovem e diversos alunos desconheciam as causas de tais sentimentos e sobre como procurar ajuda. Diversos acadêmicos que participaram do projeto foram encaminhados para centros de apoio, potencializando os resultados positivos e promovendo a saúde mental dos estudantes. Conclusão: A proposta desenvolvida pelos profissionais da instituição e estagiários caracterizou-se como de extrema importância para a promoção da saúde mental.