



SAÚDE MENTAL COMO PROJETO PEDAGÓGICO PARA PRODUÇÃO DO CUIDADO NO AMBIENTE UNIVERSITÁRIO

MENTAL HEALTH AS A PEDAGOGICAL PROJECT FOR THE PRODUCTION OF
CARE IN THE UNIVERSITY ENVIRONMENT

Josiane de Souza Medeiros ¹

Manuscrito recebido em: 14 de maio de 2024.

Aprovado em: 21 de agosto de 2024.

Publicado em: 30 de dezembro de 2024.

Resumo

Introdução: A ampliação do acesso ao ensino superior público facilitado por ações afirmativas é concebida positivamente quando tratamos da democratização deste acesso.

Objetivo: O objetivo é descrever um relato de experiência sobre um projeto voltado para a promoção à saúde mental dos estudantes universitários, a fim de construir uma rede de apoio, desenvolvimento individual e comunitário para permanência estudantil. **Método:** Foi utilizada a metodologia participante por meio de Rodas de Conversa em uma Instituição Federal de Ensino Superior. **Resultados:** Os resultados apontam que a Psicologia no contexto da Assistência Estudantil, além de contribuir para transformar o espaço universitário, pode desenvolver práticas emancipatórias que coloquem o processo de comunicação como instrumento mediador das relações sociais e possibilitem a construção de espaços que promovam a saúde mental e a permanência estudantil.

Palavras-chave: Promoção em saúde; Saúde mental; Psicologia; Universidade.

Abstract

Introduction: The expansion of access to public higher education facilitated by affirmative actions is positively conceived when we deal with the democratization of this access.

Objective: The aim of this article is to describe an experience report about a project aimed at promoting the mental health of university students, in order to build a support network, individual and community development for student permanence. **Method:** The participatory methodology was used through Conversation Circles in a Federal Institution of Higher Education. **Results:** The results point out that Psychology in the context of Student Assistance, in addition to contributing to transforming the university space, it can develop emancipatory practices that place the communication process as a mediating instrument of social relations and allow the construction of spaces that promote mental health and student stay.

Keywords: Health promotion; Mental health; Psychology; University.

¹ Doutoranda em Psicologia pela Universidade Federal do Rio Grande Norte. Mestra em Saúde Pública pela Fundação Oswaldo Cruz. Psicóloga no Departamento de Assistência Estudantil da Universidade Federal do Amazonas.

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7426-440X> E-mail: psimedeiros10@gmail.com



INTRODUÇÃO

Saga de Um Canoeiro

...
Já vai canoeiro, nas curvas que o remo dá
Já vai canoeiro
Já vai canoeiro, no remanso da travessia
Já vai canoeiro
Enfrenta o banzeiro nas ondas dos rios
E das correntezas vai o desafio
Já vai canoeiro
Da tua canoa, o teu pensamento
Apenas chegar, apenas partir
Já vai canoeiro
Teu corpo cansado de grandes viagens
Já vai canoeiro
Tuas mãos calejadas do remo a remar
Já vai canoeiro
Da tua canoa de tantas remadas
Já vai canoeiro
O porto distante
O teu descansar
Eu sou, eu sou
Sou, sou, sou, sou canoeiro
Canoeiro, vai!
(Toada do Boi Caprichoso)

Este artigo surge das experiências e vivências de atuação de uma psicóloga na Assistência Estudantil em uma Instituição Federal de Ensino Superior (IFES), por meio do projeto denominado “Coordenações Alertas: Conversando sobre saúde mental na Universidade”. Tal projeto teve como objetivo proporcionar espaço de promoção em saúde mental dos estudantes universitários por meio de rodas de conversas com as coordenações de cursos de graduação, a fim de construir uma rede de apoio, desenvolvimento individual e comunitário para permanência estudantil. Optou-se por apresentar as categorias de análise vida acadêmica, Assistência Estudantil, saúde mental e promoção à saúde em forma de movimentos em alusão à letra da toada do Boi Caprichoso, que introduz este texto.

O primeiro movimento refere-se à **vida acadêmica** no ensino superior. Como sendo os rios que os estudantes (canoeiros) precisam atravessar, o ensino superior nem sempre teve suas águas com condições navegáveis de modo igualitário pelos



jovens brasileiros. Gomes (2020) nos lembra que, historicamente, o ensino superior no Brasil mostrou-se elitista, constituído por institutos isolados e de cunho profissionalizante, onde os sujeitos oriundos de segmentos sociais ficavam à margem desse nível de ensino.

Esse rio apresenta novos cursos de águas navegáveis de maneira mais intensa a partir da implementação de políticas e programas públicos com o propósito de democratizar o acesso à educação superior, principalmente nos anos 2000. Entre as políticas e programas para o ensino superior público, destacam-se o Sistema UAB – Universidade Aberta do Brasil, Ações Afirmativas – Cotas Raciais e Sociais, Programa de Apoio a Planos de Reestruturação e Expansão das Universidades Federais (REUNI), o Sistema de Seleção Unificada (SISU) e o Programa Nacional de Assistência Estudantil (PNAES) (Oliveira, 2016).

Os banzeiros mencionados na Saga de Um Canoeiro são os movimentos ondulares das águas, representam a potência, a energia que movimenta, desde o leito do rio, todo o volume de águas, desloca suas margens e desfaz o percurso das embarcações conduzidas por marinheiros inexperientes (Martins et al., 2022). Essas políticas e programas como banzeiros provocaram diferentes movimentos, e aqui destacamos aqueles que consideramos mais relevantes para a discussão proposta.

Um dos movimentos que destacamos diz respeito à migração estudantil interna. Dois marcadores vêm contribuindo diretamente para a intensificação da migração estudantil no Brasil: o SISU e as Políticas e Ações Afirmativas, especialmente por meio da Lei de Cotas Raciais e Sociais (Gomes, 2020; Oliveira, 2016). Com a implantação do SISU em 2010 pelo Ministério da Educação (MEC), o processo de migração estudantil interna foi facilitado e ampliado porque os candidatos participantes do Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM) podem utilizar suas notas nessa prova para concorrer às vagas em cursos de graduação em diferentes universidades públicas e em qualquer região do Brasil (Albuquerque, 2016).

Em meio às Políticas e Ações Afirmativas, destacamos a Lei nº 12.711, de 2012, conhecida como Lei das Cotas. Essa lei obriga as IFES a reservarem 50% das vagas dos cursos de graduação para estudantes que tenham realizado todo o ensino médio em escola pública. A lei estabelece ainda que as vagas destinadas aos estudantes de escolas públicas deverão ser ocupadas por autodeclarados pretos,



pardos e indígenas em proporção, no mínimo, igual à de pretos, pardos e indígenas na população da Unidade da Federação onde está instalada a IFES (Lei n. 12.711, 2012).

Desse modo, esses dois marcadores, *nas curvas que o remo dá*, vêm favorecendo a migração para os centros urbanos, onde geralmente estão localizadas as IFES, assim como o ingresso de estudantes ribeirinhos, rurais, de escolas públicas, negros, quilombolas e indígenas.

Para Ambiel, Santos e Dalbosco (2016), a entrada na Universidade diz respeito a um momento muito específico na vida do estudante, pois, geralmente, coincide com a transição da adolescência para a vida adulta, exigindo destes, em curto espaço de tempo, que se “ajustem” a um contexto universitário, na maioria das vezes desconhecido: é hora de enfrentar *o banzeiro nas ondas dos rios*.

A ampliação do acesso ao ensino superior público facilitado pelos dois marcadores acima é concebida positivamente quando tratamos da democratização deste acesso. No entanto, precisamos lançar diferentes olhares sobre outros aspectos relacionados a essa ampliação. Dois deles tratam da permanência desses estudantes e dos aspectos psicossociais envolvidos em sua vida acadêmica após ingressarem na universidade.

Nesse sentido, um segundo movimento que destacamos refere-se à **Assistência Estudantil (AE)**. Segundo Dutra e Santos (2017), embora a AE se configure atualmente como política de governo e tenha ganhado destaque na agenda do governo federal que a ratificou como política pública por meio do Decreto nº 7.234 (2010), consolidando assim o PNAES, como política pública, é fruto das lutas sociais, *de tantas remadas*, encabeçadas principalmente pelos movimentos estudantis e pelo Fórum Nacional de Pró-reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis (Fonaprace).

Assim, o PNAES visa à ampliação das condições de permanência dos estudantes em situação de vulnerabilidade socioeconômica, regularmente matriculados em curso de graduação presencial nas IFES. Prioriza os estudantes advindos do ensino básico público, ou com renda familiar per capita de até um salário mínimo e meio. O referido programa aponta dez áreas estratégicas dentro da AE que as IFES podem atuar: moradia estudantil; alimentação; transporte; atenção à saúde; inclusão digital; cultura; esporte; creche; apoio pedagógico; e acesso, participação e aprendizagem de estudantes com deficiência, transtornos globais do desenvolvimento



e altas habilidades e superdotação (Decreto nº 7.234, 2010). Por isso tudo, o PNAES constitui-se como uma política social no enfrentamento das desigualdades sociais e regionais no cenário do ensino superior brasileiro.

Para Cortez et al., (2017), devido às exigências e cobranças advindas da vida acadêmica, os estudantes tendem a organizar suas vidas em torno da Universidade com trabalhos, provas, monitorias, estágios, seminários, laboratórios, projetos de pesquisa, entre outros, e muitos acabam deixando em segundo plano outros aspectos da vida como família, amigos, namorados, espiritualidade, atividades esportivas e de cuidado.

Desse modo, abordamos um terceiro movimento, que diz respeito à **saúde mental** dos discentes. *Teu corpo cansado de grandes viagens*, muitos estudantes não conseguem lidar com essas mudanças repentinas e acabam apresentando sofrimento emocional significativo por não conseguirem administrar a própria vida e as suas emoções em meio a variadas situações, sem deixar de fazer o que é necessário, e tendem a perceber a Universidade como um ambiente estressor (Cortez et al., 2017).

A saúde mental no senso comum tende a ser associada a sintomas, doença, transtornos, diagnóstico, classificação, e por aí vai. Contudo, Amarante (2007) ressalta que ao falarmos em saúde mental precisamos ampliar sua compreensão, tendo em vista que são poucos os campos na saúde que apresentam intensa complexidade, pluralidade, intersetorialidade e transversalidade de saberes.

Assim, adentramos no quarto movimento, que está relacionado com a **promoção à saúde**. Uma das maneiras de se ter a saúde mental de modo mais “equilibrado” perante as adversidades da vida é investir em promoção da saúde, e não da doença mental. Nesse sentido, as ideias sobre promoção à saúde ganham força a partir da I Conferência Internacional sobre Promoção à Saúde, que aconteceu em 1986 e se desdobrou na Carta de Ottawa.

De acordo com a Carta de Ottawa, o foco é a promoção à saúde e não à doença. Nesse documento, constam orientações que fundamentam ações que promovem saúde, tais como: implantação de políticas públicas saudáveis; criação de ambientes que favoreçam a saúde, como a preservação do meio ambiente e conservação dos recursos naturais; e implantação de serviços que potencializem a saúde. A articulação dessas estratégias pode promover a saúde e saúde mental da população (Ministério da Saúde, 2002), identificando-as e conectando-as.



E das correntezas vai o desafio, a promoção à saúde requer dos profissionais modos de produzir saúde e vida que extrapolem o modelo hegemônico centrado no processo saúde-doença. Costa, Filho, Medeiros e Silva (2015) acrescentam que para atuar com base nos princípios da promoção à saúde é necessário produzir estratégias que reconheçam e levem em consideração os sujeitos em sua inteireza, suas histórias, modo de andar a vida e suas potências.

Nesse sentido, as rodas de conversa se mostram estratégias potentes, espaço de produção de cuidado e de subjetividades, de se falar, ver e ser afetado, promovem diálogo, reflexão e circulação de afeto. Além disso, constituem-se como estratégia de intervenção comunitária por se desenvolverem em grupo e potencializarem os vínculos comunitários, as trocas e o aprendizado (Barreto & Milani, 2014). Desse modo, as rodas de conversa podem contribuir para a potencialização de novos modos de produção de cuidado em saúde mental no contexto universitário e na medida em que é nesse dispositivo de cuidado que esse relato se debruça, convido o leitor a nos acompanhar.

RELATO

Este artigo constitui um relato de experiência e intervenção da Psicologia na Assistência Estudantil junto a um curso de graduação de uma IFES localizada no estado do Amazonas. De natureza descritiva e reflexiva, foi utilizada a metodologia participante por meio de Rodas de Conversa. Essa metodologia busca, por meio do diálogo, trazer a compreensão e os diferentes sentidos e significados do outro e seus modos de vida, prezando por distribuição democrática da escuta, falas e decisões entre os participantes (Frizzo, 2014).

O Departamento de Assistência Estudantil é o responsável pelo gerenciamento de parte das ações da AE desta IFES, incluindo a atenção à saúde. A demanda para Psicologia desde 2018, ano em que passou a ter psicólogo exclusivo trabalhando no Departamento, sempre se mostrou alta.

Devido a essa grande demanda, houve a necessidade de se começar a pensar em formas de atuação que colocassem a saúde mental no contexto universitário em foco, a partir de uma perspectiva coletiva e ampliada. Em 2019, fomos procurados por



um dos coordenadores de um dos cursos de graduação a fim de auxiliarmos nas temáticas relacionadas à saúde mental. Este coordenador trazia em suas falas relatos de frequentes crises de ansiedade, sintomas depressivos, tentativas de suicídio e até mesmo suicídio como sendo questões preocupantes vivenciadas entre os estudantes do curso. Após esse primeiro contato, percebemos nas solicitações de atendimento psicológico uma procura significativa dos alunos deste curso.

Foi nesse contexto específico que, no início de 2019, nasceu o projeto Coordenações Alertas: conversando sobre saúde mental na Universidade. Desde o primeiro encontro com o coordenador, destacamos a importância da construção coletiva do projeto, enfatizando a metodologia participativa dos profissionais. Desse modo, foi acordado que o Coordenações Alertas aconteceria dentro de uma perspectiva de promoção à saúde. Além disso, escolhemos como principal metodologia as Rodas de Conversa. Acordamos ainda que o projeto junto ao curso de graduação em questão teria a duração de 5 meses. O coordenador foi um agente importantíssimo para a efetivação do projeto, mobilizando os demais colegas, viabilizando os locais de encontro e na divulgação.

As rodas de conversa aconteceram no período de maio a setembro de 2019 e, sob a coordenação da psicóloga, os encontros eram mensais e somaram ao todo 5 (cinco) rodas. Participaram das rodas de conversa 2 (dois) assistentes sociais, 2 (dois) psicólogos, 1 (um) pedagoga, todos estes do Departamento de Assistência Estudantil. Do curso de graduação participaram 2 (dois) coordenadores (vespertino e noturno), 4 (quatro) professores, 2 (dois) representantes de turma e 1 (um) membro do Centro Acadêmico do curso. Contudo, destacamos que nem todos participaram das 5 rodas, já que estas eram abertas, sem a exigência de participação fixa.

Cada roda tinha aproximadamente a duração de 1h30min e acontecia às terças-feiras em salas do Departamento do curso. O planejamento previa que as rodas fossem desenvolvidas a partir de três momentos, a saber: 1) acolhida - tratava de proporcionar um ambiente acolhedor, acomodando as pessoas em roda para que pudessem se olhar e escutar. Nesse momento, foram utilizados recursos como músicas, desenhos, expressões corporais, dinâmicas, jogos cooperativos, corredor do cuidado, entre outras, ou seja, iniciávamos as rodas fazendo com que as pessoas se sentissem bem e quisessem estar ali. Além disso, era feita a apresentação dos participantes, da proposta de trabalho das rodas e do tema a ser discutido;



2) desenvolvimento - momento em que acontecia o aprofundamento das discussões acerca do tema, ou seja, a articulação das percepções trazidas pelo grupo, a partir de suas experiências, com informações acerca da temática em questão; 3) encerramento - momento de relaxamento e avaliação do encontro, sempre levando em consideração as percepções dos participantes em relação ao que foi trabalhado e discutido na roda.

Esse planejamento foi apenas um norteador para as rodas e não uma metodologia rígida e inflexível, pelo contrário, o imprevisto, a flexibilidade e criatividade dos participantes eram respeitados. A cada roda, os participantes escolhiam o tema do próximo encontro, tendo como contexto a saúde mental na Universidade. Após cada roda, era feito um relatório. A Quadro 1 mostra os temas abordados, os objetivos e as respectivas técnicas de dinâmica de grupo empregadas.

Quadro 1. Sequência dos temas, objetivos e técnicas discutidos nas rodas de conversa.

Rodas	Temas	Objetivos	Técnicas
1 ^a	Saúde mental na Universidade: o que temos para falar?	Favorecer a discussão sobre saúde mental na Universidade; fortalecer os laços comunitários dentro da Universidade	Jogo cooperativo <i>Frente a frente...</i> com a finalidade dos participantes se conhecerem e se aproximarem. Os participantes ficam frente a frente. Pode-se colocar um fundo musical enquanto cada par se apresenta, cumprimenta-se tocando na pessoa e dizendo seu nome... <i>Tarjetas de papel...</i> solicitar que os participantes escrevam em tarjetas de papel o que pensam ou sabem sobre saúde mental em duas palavras... <i>Desenho livre...</i> desenhar como percebem a saúde mental dos estudantes. Solicitar que falem sobre seus desenhos...
2 ^a	Suicídio: precisamos falar sobre ele na Universidade	Compreender os principais fatores de risco e proteção sobre suicídio; discutir as formas de abordagens aos estudantes com risco de suicídio	Música <i>Do Lado de Cá</i> – Chimarruts... letra da música impressa para os participantes cantarem uns para os outros... <i>Tempestade de ideias...</i> Solicitar aos participantes que coloquem numa folha de papel o que pensam, sabem, suas percepções sobre o suicídio e no verso colocar como costumam proceder quando uma pessoa lhe diz que “quer morrer”, “quer desaparecer”, “seria melhor se deixasse de existir”, etc...



3 ^a	Suicídio: precisamos falar sobre ele na Universidade (continuação do tema da roda anterior)	Compreender os principais fatores de risco e proteção sobre suicídio; discutir as formas de abordagens aos estudantes com risco de suicídio	<i>Jogo cooperativo da dinâmica circular....</i> Ao som de uma música instrumental, faz-se um círculo e cada dupla pode se massagear com a permissão de que parte do corpo pode tocar... <i>Tarjetas de papel...</i> Solicitar que os participantes retirem tarjetas com frases sobre o que falar e o que não falar com pessoas sob risco de suicídio. Todos tiram as frases e faz-se uma rodada de discussão...
4 ^a	Promoção à saúde mental na Universidade	Dialogar sobre possíveis atividades/ações para promoção à saúde mental na Universidade	<i>Corredor do cuidado...</i> Forma-se um túnel humano e cada participante de olhos fechados passa pelo túnel permitindo ser cuidado pelas pessoas do coletivo... <i>Desenhando o cuidado...</i> Cada participante recebe uma cartolina e canetas coloridas para desenhar/escrever atividades e ações que promovam a saúde mental e que poderiam ser implantadas dentro do Departamento do curso de graduação...
5 ^a	Promoção à saúde mental na Universidade (continuação do tema da roda anterior)	Dialogar sobre possíveis atividades/ações para promoção à saúde mental na Universidade	<i>Tempestade de ideias...</i> apresentar para o grupo os desenhos feitos na roda anterior, apontando como tais atividades/ações poderiam ser realizadas...

Fonte: elaborado pela autora

Para análise dos dados, realizou-se leitura dos relatórios a fim de que emergissem os planos de visibilidades. Com esses planos queremos produzir visibilidade para vivências, situações e elementos do cotidiano de trabalho que muitas vezes passam despercebidos, invisibilizados ou não valorizados, inclusive pela própria equipe de trabalho (Barros & Cecílio, 2019).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Emergiram dois grandes planos de visibilidade das rodas de conversa sobre saúde mental na Universidade: saúde mental numa perspectiva ampliada e saúde mental como projeto pedagógico do curso de graduação. Esses planos de visibilidades são apresentados nesta seção de maneira entrelaçada com a discussão.



- Saúde mental numa perspectiva ampliada

Uma das primeiras coisas que observamos nos comentários, nos desenhos e nas expressões corporais dos participantes como ampliação da compreensão sobre saúde mental está relacionada com as técnicas e dinâmicas utilizadas como metodologia nas rodas. O emprego de técnicas de relaxamento, massagens corporais, corredor do cuidado, expressão gráfica e músicas contribuiu positivamente em diferentes aspectos para o desenvolvimento das rodas.

Entre essas contribuições, destacamos o fato dessas técnicas terem proporcionado um espaço mais acolhedor nas rodas. Além disso, a partir dessas técnicas se abria espaço para falarmos sobre saúde mental na Universidade dentro de uma perspectiva de promoção da saúde e do cuidado da vida. E por último, apontamos que essas técnicas favoreceram a expressão da potência e criatividade dos sujeitos, retratados em seus desenhos quando solicitados a desenharem as ações e atividades voltadas para a saúde mental.

Em um espaço em que se fale sobre saúde mental, ainda é predominante por parte dos participantes que os profissionais de saúde mental expliquem sobre os transtornos mentais, suas causas e formas de tratamento (Amarante, 2007). A partir do momento em que são oferecidas aos participantes dinâmicas e técnicas que os coloquem como protagonistas e já ali no espaço da roda se permitam cuidar e serem cuidados, possibilita-se um desvio dessa compreensão de que saúde mental é coisa apenas de psicólogos e psiquiatras, ou seja, abre-se a perspectiva para um movimento em direção às práticas de cuidados coletivos, especialmente no ambiente universitário em que coordenadores e professores vão conviver com os mesmos alunos em média por 4 anos.

Isso nos remete ao seguinte fato: o quanto pode ser limitante tentar produzir saúde mental apenas pela perspectiva do transtorno, da doença, do sofrimento psíquico, das especialidades. Os encontros nas rodas reforçaram o que Costa et al. (2015) falam sobre a importância de se ampliar o olhar para os diferentes espaços de cuidados, da necessidade de se inserir estratégias que contribuam para o protagonismo dos sujeitos e colaborem para a transformação de sentidos acerca da saúde mental. Nesse sentido, as discussões dos temas fizeram emergir ou reconhecer percepções e situações sobre a saúde mental dos estudantes e dos próprios professores que em outros espaços não eram vislumbradas e faladas.



Desse modo, surgiram falas no sentido de quase não terem parado para pensar no que possa ter acontecido com aqueles estudantes que se matriculam, frequentam as primeiras semanas de aulas e depois desaparecem. Verbalizaram sobre as pressões que muitas vezes a Universidade impõe sobre os estudantes e nem sempre é ofertado a esses um espaço de fala, de acolhida, de escuta para que possam gerir as inúmeras atividades de sua vida acadêmica. Relataram sobre a compreensão limitada que tinham sobre suicídio e saúde mental como algo a ser de competência apenas dos profissionais de saúde. Nas falas uns dos outros reconheceram que no Departamento do curso não havia nenhum momento e nem espaço físico voltados para a promoção à saúde, como uma sala de descanso, atividades lúdicas e salas de jogos que pudessem ser usadas tanto pelos alunos quanto pelos professores. Outro ponto trazido nas falas dos participantes se refere a não terem pensado num possível fluxo para lidar, por exemplo, com alunos que possam apresentar algum sofrimento intenso ou crise durante as aulas ou outras atividades acadêmicas nas dependências físicas do curso. Se perguntaram: deveríamos chamar o SAMU? Em quais casos podemos acionar o SAMU? Primeiro devemos comunicar a família? Mas como comunicar a família se não temos nenhuma lista de contatos das pessoas de referências dos alunos? Encaminhar o aluno para o Departamento de Assistência Estudantil? Como abordar o aluno em uma possível crise?

Essas falas e questionamentos foram importantes para propiciar planos de visibilidades sobre saúde mental que passavam despercebidos nas vivências dos professores e coordenadores do curso, a fim de entender que as questões sobre saúde mental não estão dissociadas da vida acadêmica dos alunos.

Essa ampliação de sentido sobre os temas discutidos, os questionamentos agora postos, as diferentes percepções, o enxergar o que não se via antes, todos esses parâmetros foram favorecidos pela metodologia que as rodas de conversa proporcionam, indo ao encontro com o que pontua Mélo, Silva, Lima e Di Paolo (2007). Esses autores destacam a potência das rodas de conversa ao permitirem que as pessoas dialoguem, mostrem suas elaborações, estimulem-se reciprocamente, criem espaços de pensamentos coletivos, além de ressignificar saberes e sentidos sobre suas vivências, tornando-se atores críticos e reflexivos sobre o mundo em que atuam.



- Saúde mental como projeto pedagógico

A partir de uma compreensão ampliada sobre saúde mental, foi solicitado aos participantes nas duas últimas rodas que desenhassem ou escrevessem atividades e ações que pudessem promover a saúde mental dos estudantes e que fossem viáveis de serem implantadas dentro do Departamento do curso de graduação. Desse modo, emergiram as seguintes estratégias: rodas de conversa; rede de atenção a manifestações de sofrimento nas redes sociais; redário; espaço de encontros, jogos, expressões artísticas, culturais e atividades recreativas; espaço de divulgação e fluxos dos serviços voltados para o cuidado à saúde mental. Passemos então a discutir cada uma.

Inspiradas nas rodas do Coordenações Alertas, surgiu como estratégia a continuidade das rodas de conversa. A intenção seria incluir as rodas no planejamento pedagógico do curso para que, ao menos uma vez ao mês, coordenadores, professores, técnicos administrativos em educação e alunos pudessem se encontrar e conversar sobre saúde mental.

Essa estratégia surgiu com muita força nas falas dos participantes, principalmente quando se deram conta de que em seus processos de trabalho, como professores universitários, não havia espaço para falarem sobre saúde mental. Desse modo, essa estratégia incorporada ao planejamento pedagógico do curso poderia ser um disparador para práticas de educação permanente em saúde, um espaço de “estranhamento, de desacomodação, de perguntação e de implicação, potência para um coletivo diferir de si mesmo e de dobrar novas práticas” (Ceccim & Ferla, 2008, p. 11).

Outra estratégia seria criar alguns grupos de pessoas relacionadas ao curso para monitoramento das redes sociais dos alunos. Cada grupo seria constituído ao menos por 1 coordenador de curso, 1 professor e 1 aluno. Esses grupos criariam mecanismos para monitorar uma vez por semana as possíveis manifestações de sofrimento, especialmente falas de alertas sobre suicídio, postadas por alunos do curso, tendo em vista que, segundo os participantes, essas manifestações são frequentes nas redes sociais. Identificadas as manifestações de postagens que sinalizem pensamento e tentativas de suicídios, o aluno seria acolhido e orientado sobre os serviços disponíveis.



Com esta segunda estratégia vemos novamente a possibilidade de se pensar o cuidado para além dos especialistas em saúde mental. Essa estratégia surgida na roda nos faz lembrar que o cuidado pode acontecer em qualquer lugar e que todos, de alguma forma, possuem capacidades de cuidar uns dos outros. Neste ponto, dialogamos com as noções de amorosidade, autonomia e liberdade de Paulo Freire. Este Educador nos ensina que os sujeitos exercitando sua autonomia em oposição às tendências educacionais de controlar, inibir, podem revelar seu lado responsável, criativo e com capacidade de construir alternativas para si e para os outros (Freire, 1996).

É importante destacar que em estratégias como essa tanto os professores quanto demais profissionais como os trabalhadores da saúde não deixam de ocupar seus papéis e lugares no processo de ensino e de cuidado, para que não se confunda a posição de autonomia com desassistência.

O campus universitário onde se deu essa experiência está localizado dentro do maior fragmento verde em área urbana no Brasil. Assim, os Blocos, Unidades, Institutos e seus corredores ficam entre as árvores que proporcionam sombra, circulação de animais e sons da floresta. Diante desse ambiente, emergiu nos desenhos a estratégia de se criar um redário próximo à Unidade onde funciona o curso, para os estudantes descansarem e tirarem uma soneca depois do almoço e nos intervalos das aulas.

Segundo Certo (2016), 75% dos estudantes universitários apresentam problemas relacionados ao sono, como dificuldades em adormecer, distúrbios do sono e sonolência diurna em excesso. Muitos desses problemas têm a ver com o ritmo intenso em que os estudantes são submetidos em sua vida acadêmica.

Dessa maneira, entendendo que o ciclo do sono é indissociável à saúde mental, ter um espaço para dormir e descansar dentro da própria Universidade, podendo gerir melhor o tempo e ter um contato mais próximo com a natureza, pode se revelar uma importante estratégia de cuidado em saúde mental, especialmente para aqueles estudantes de graduação de tempo integral que costumam chegar à Universidade por volta das 7horas e retornar para casa no final da tarde ou até mesmo à noite.

Emergiu destinar uma das salas da Unidade do curso para ser um espaço de encontro e convivência dos servidores e alunos. Além disso, esse espaço seria destinado para a prática de jogos, como os de tabuleiros, dominó, cartas, por



serem muito praticados pelos estudantes. Também seria um espaço para expressões artísticas, corporal e cultural, onde os alunos pudessem tocar seus instrumentos, ouvir música, apresentar seus poemas e poesias, assistir filmes, expor seus desenhos etc.

Por último, a implantação de um espaço de divulgação e fluxos dos serviços voltados para o cuidado em saúde mental. A proposta é construir um espaço, seja ele físico ou virtual, para divulgação dos serviços como aqueles disponibilizados pela Universidade, Centro de Valorização da Vida e demais serviços relacionados à Rede de Atenção Psicossocial, bem como outras práticas de cuidado disponíveis. Além disso, se desenvolveria um fluxo de como proceder mediante situações em que os alunos apresentassem intenso sofrimento. Neste fluxo ficaria descrito, por exemplo, a primeira acolhida ao estudante, onde buscar as informações sobre ele, em que momento acionar a família, a que tipo de serviços encaminhar o aluno. A ideia é que esse fluxo seja construído coletivamente com os estudantes.

Esta última estratégia se situa nas ideias de Fluxogramas Descritores defendidas por (Franco, 2013; Quinderé, Jorge & Franco, 2014). Para esses autores, os fluxos imprimem as conexões e considerando os modos de funcionamento das redes, operam por força das ações dos trabalhadores e usuários, sustentando-se na ideia de que todos são protagonistas no processo do cuidado. Nesse sentido, a construção desses fluxos dos serviços voltados para o cuidado em saúde mental precisa ser pensada e discutida coletivamente com os atores do curso de graduação para que os movimentos dessa estratégia sejam partilhados e articulados entre si.

Os planos de visibilidades emergidos a partir da metodologia das Rodas de Conversa apontam que a Psicologia no contexto da Assistência Estudantil, além de contribuir para a participação e engajamento dos atores e transformar o espaço universitário, pode desenvolver práticas emancipatórias que coloquem o processo de comunicação como instrumento mediador das relações sociais e possibilitem a construção de espaços coletivos que promovam a saúde mental.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A proposta deste artigo foi apresentar a experiência do projeto Coordenações Alertas: Conversando sobre saúde mental na Universidade, que teve como objetivo proporcionar espaço de promoção à saúde mental dos estudantes



universitários por meio de rodas de conversa com as coordenações de cursos de graduação, a fim de construir uma rede de apoio, desenvolvimento individual e comunitário para permanência estudantil.

Nesse sentido, o objetivo do projeto parte da ideia de que o cuidado em saúde mental dos estudantes universitários pode contribuir para sua permanência na Universidade de modo que eles possam percorrer sua trajetória acadêmica com potência, afetividades e bem-estar. Além disso, investir em práticas voltadas para o cuidado em saúde mental no contexto universitário reconhece que o processo saúde-doença é indissociável da vida acadêmica, do desenvolvimento da carreira, do desempenho acadêmico e profissional desses estudantes.

Utilizar as rodas de conversa como principal metodologia do referido projeto contribuiu para o enfoque participativo dos coordenadores, professores e representantes de turma. Essa metodologia facilitou a discussão e a identificação de estratégias para lidar com questões reais e concretas que atravessam a saúde mental no cotidiano das universidades. Como último aspecto, as rodas por si se revelaram uma estratégia de cuidado, com potência para a promoção à saúde mental.

Diante das experiências positivas proporcionadas pelo projeto Coordenações Alertas, percebe-se que as práticas psicológicas executadas de maneira planejada, articuladas com outras áreas do conhecimento, respeitando e levando em consideração o saber do outro, podem produzir cuidados e vida extremamente potentes. Esse cuidado acontece próximo aos atores que vivem o território cotidiano das universidades, empregando tecnologias leves, como a ideia de construir um redário para que os estudantes possam descansar e regular o sono.

A partir dessa experiência exitosa, o Departamento de Assistência Estudantil, por meio do serviço de Psicologia, pretendia ampliar o Coordenações Alertas para outros cursos de graduação, bem como discutir a possibilidade de se desenvolver um projeto de extensão para criação de Núcleos de Cuidado em Saúde Mental nesta Universidade. Porém, em decorrência da pandemia provocada pela Covid-19, não foi possível dar continuidade e nem ampliar o projeto nos anos de 2020 e 2021. Pretende-se retomar as discussões com os coordenadores de cursos interessados a fim de que haja a continuidade do projeto.

REFERÊNCIAS



Albuquerque, E. S. G. E. (2016). *Aspectos cognitivos e não-cognitivos na adaptação de estudantes universitários (i)migrantes* (Dissertação de Mestrado). Universidade Federal de Pernambuco, Recife.

Amarante, P. (2007). *Saúde mental e atenção psicossocial*. Rio de Janeiro: Fiocruz.

Ambiel, R. A. M., Santos, A. A. & Dalbosco, S. N. P. (2016). Motivos para evasão, vivências acadêmicas e adaptabilidade de carreira em universitários. *Psico*, 47(4), 288–297. <http://dx.doi.org/10.15448/1980-8623.2016.4.23872>

Barreto, R. & Milani, J. P. (2014). Roda de conversa: Espaço de potencialização para a experiência feminina. In C. Stella (Org.), *Psicologia Comunitária: Contribuições teóricas, encontros e experiências* (pp. 217-245). Petrópolis: Vozes.

Barros, L. S. & Cecílio, L. C. O. (2019). Entre a 'grande política' e os autogovernos dos Agentes Comunitários de Saúde: Desafios da micropolítica da atenção básica. *Saúde em Debate*, 43(spe6), 10–21. <https://doi.org/10.1590/0103-11042019s601>

Ceccim, R. B., & Ferla, A. A. (2008). Educação e saúde: Ensino e cidadania como travessia de fronteiras. *Trabalho, Educação e Saúde*, 6, 443–456. <https://doi.org/10.1590/S1981-77462008000300003>

Certo, A. C. T. (2016). *Qualidade do sono e suas implicações ao nível da ansiedade, depressão e stress nos estudantes do ensino superior*. Relatório de Estágio, Instituto Politécnico de Bragança, Escola Superior de Saúde, Bragança.

Cortez, E. A., Braga, A. L. S., Oliveira, A. G. S., Ribas, B. F., Mattos, M. M. G. R., Marinho, T. G., Cavalcanti, T. V. C., & Dutra, V. F. D. (2017). Promoção à Saúde Mental dos Estudantes Universitários. *Revista Pró-UniverSUS*, 8(1), 48-54. <http://editora.universidadedevassouras.edu.br/index.php/RPU/article/view/896>

Costa, R. R. O., Filho, J. B., Medeiros, S. M., & Silva, M. B. M. (2015). As rodas de conversas como espaço de cuidado e promoção da saúde mental. *Revista de Atenção à Saúde*, 13(43), 30-36. <https://doi.org/10.13037/rbcs.vol13n43.2675>

Decreto n. 7.234, de 19 de julho de 2010. (2010). Dispõe sobre o Programa Nacional de Assistência Estudantil – PNAES. Brasília: Diário Oficial da União. Recuperado de http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2010/decreto/d7234.htm

Dutra, N. G. Reis., & Santos, M. F. S. (2017). Assistência estudantil sob múltiplos olhares: A disputa de concepções. *Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação*, 25, 148–181. <https://doi.org/10.1590/S0104-40362017000100006>

Franco, T. B. (2013). O uso do fluxograma descritor e projetos terapêuticos para análise de serviços de saúde, em apoio ao planejamento: O caso de Luz-MG. In T. B. Franco., & E. E. Merhy (Orgs.), *Trabalho, produção do cuidado e subjetividade em saúde: Textos reunidos* (1ª ed., pp. 301-337). São Paulo: Hucitec.

Freire, P. (1996). *Pedagogia da autonomia: Saberes necessários à prática educativa*. Paz e Terra.

Frizzo, K. R. (2014). A Investigação-Ação Participante. In J. C. Sarriera., & E. T. Safocada (Orgs.), *Introdução a Psicologia Comunitária: Bases teóricas e metodológicas* (pp. 153-166). Porto Alegre: Sulina.



Gomes, L. M. L. S. (2020). *Psicologia, assistência estudantil e ensino superior* (Dissertação de Mestrado). Universidade Federal de Alagoas, Maceió.

Lei n. 12.711, 29 de agosto de 2012. (2012). Dispõe sobre o ingresso nas universidades federais e nas instituições federais de ensino técnico de nível médio e dá outras providências. Brasília: Diário Oficial da União. Recuperado de http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2012/lei/l12711.htm

Martins, F. M., Schweickardt, K. H., Schweickardt, J. C., Ferla, A. A., Moreira, M. A., & Medeiros, J. S. (2022). Produção de existências em ato na Amazônia, Brasil: “Território líquido” que se mostra à pesquisa como travessia de fronteiras. *Interface - Comunicação, Saúde, Educação*, 26, e210361. <https://doi.org/10.1590/interface.210361>

Méllo, R. P., Silva, A. A., Lima, M. L. C., & Di Paolo, A. F. (2007). Construcionismo, práticas discursivas e possibilidades de pesquisa em psicologia social. *Psicologia & Sociedade*, 19, 26–32. <https://doi.org/10.1590/S0102-71822007000300005>

Ministério da Saúde. (2002). *As Cartas da Promoção da Saúde*. Autor. Disponível em: http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cartas_promocao.pdf

Oliveira, A. B. (2016). *O Psicólogo na assistência estudantil: Interfaces entre psicologia, saúde e educação* (Dissertação de Mestrado). Programa de Pós-graduação e Psicologia, Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia.

Quinderé, P. H. D., Jorge, M. S. B., & Franco, T. B. (2014). Rede de Atenção Psicossocial: Qual o lugar da saúde mental? *Physis: Revista de Saúde Coletiva*, 24, 253–271. <https://doi.org/10.1590/S0103-73312014000100014>