



CONVERSANDO SOBRE SAÚDE MENTAL NA UNIVERSIDADE

Jonatas Garcia Teixeira, Beatriz Ravazine, Nicolle Maccari Soto, Laudelino Henrique de Oliveira Vicente, Pamela Staliano

Os índices de adoecimento psíquico de universitários demonstram a necessidade e a importância de falar sobre saúde mental no campus das universidades brasileiras. A temática tem se destacado em função do surgimento cada vez mais acentuado de estatísticas demonstrando sofrimento psíquico presente nesses locais. A situação se torna ainda mais complexa considerando as percepções distorcidas: de saúde e doença mental; do sujeito que sofre e suas representações; do papel do tratamento e acompanhamento dessas situações. Tendo em vista todo esse contexto, o presente projeto teve o objetivo de discutir e refletir sobre a saúde mental na universidade, através da criação de espaços que pudessem ser úteis a todos que se propusessem a pensar sobre o tema. As intervenções se pautaram em metodologias de caráter dialógico, reflexivo e psicoeducativo, adquirindo o formato de rodas de conversa, realizadas por alunos do Curso de Psicologia da Universidade Federal da Grande Dourados. Ao todo foram realizadas três rodas de conversa, que aconteceram ao meio dia no Centro de Convivência da mesma universidade, espaço escolhido por abarcar diferentes públicos que frequentam ou transitam pelo local, ampliando a abrangência da intervenção. As rodas ocorreram nos meses de abril, junho e julho de 2018, com aproximadamente uma hora de duração. Diante de toda demanda de sofrimento psíquico apresentados nos diálogos das rodas de conversa é importante ressaltar a participação e a sensibilização demonstrada por parte dos acadêmicos com a iniciativa, corroborando sobre a importância destes encontros, inclusive levando a discussão sobre a possibilidade de que o mesmo ocorra mais vezes, não somente no centro de convivência mas também em outros espaços da Universidade. Os temas mais discutidos entre os participantes das rodas de conversa foram: a idade em que se entra na universidade; maturidade para escolha do curso; expectativas dos pais em relação aos filhos fazerem cursos que possuem status social (medicina, direito, engenharias); como a universidade afeta questões fisiológicas (sono, alimentação); responsabilidades de cuidar de uma casa (para quem não mora com familiares) e dar conta das atividades da universidade; dificuldades em dividir o apartamento/casa com colegas que possuem hábitos diferentes; adaptação à nova cidade e sua cultura; a importância de criar uma rede de suporte afetivo emocional e uso de álcool e substâncias psicoativas. Os encontros mostraram-se extremamente ricos, tanto para a comunidade acadêmica, quanto para a formação profissional dos acadêmicos envolvidos pois cada encontro mostrou uma particularidade a ser aproveitada e a ser melhorada em espaços futuros.

Palavras-Chave: saúde mental, universitários, promoção à saúde