

## **X ENEPEX / XIV EPEX-UEMS E XVIII ENEPE-UFGD 2024**

### **ESPAÇO SAÚDE - PROMOÇÃO DE BEM-ESTAR E CONSCIENTIZAÇÃO**

*Samara Vitória Dantas Queiroz (samara.queiroz067@academico.ufgd.edu.br)*

*Dérick Luis de Moraes Conceição (derickluisdemoraes@outlook.com)*

*Emilly das Neves Colman (emillycolman@hotmail.com)*

*Pamela Staliano (pamelastaliano@ufgd.edu.br)*

Discutir sobre saúde mental tem se tornado cada vez mais urgente e necessário, considerando o crescente aumento dos índices de adoecimento psíquico na população brasileira, especialmente entre os universitários. Neste sentido, o objetivo deste texto consiste em apresentar a ação “Espaço Saúde/Saúde Mental”, realizada pelo grupo PET Psicologia - Conexão de Saberes da Universidade Federal da Grande Dourados. Este quadro procura promover a disseminação de conhecimentos sobre saúde de forma ampla, sob uma perspectiva biopsicossocial. Além do incentivo ao acolhimento das demandas emocionais e a criação de um contexto de diálogo pautado na comunicação e interação entre os integrantes do grupo PET. Sendo assim, as atividades do quadro são caracterizadas no âmbito do ensino e atuam em duas frentes: a primeira atendendo a comunidade universitária, com publicações nas redes sociais, e rodas de conversa visando conscientizar e informar sobre temas de saúde, como por exemplo: Janeiro Branco (focado na saúde mental), Maio Furta-Cor (conscientização da saúde mental materna), Junho Vermelho (incentivo à doação de sangue), Agosto Lilás (combate à violência contra a mulher), Outubro Rosa (prevenção ao câncer de mama); e, a segunda, com encontros para os integrantes do grupo PET visando o acolhimento e fortalecimento de vínculos. A metodologia abordada no contexto da ação ocorre por meio do desenvolvimento de conteúdos mensais relacionados à saúde em formato de postagens virtuais. Essas postagens abordam temas como saúde mental, saúde preventiva e outros tópicos relevantes, e são compartilhadas em plataformas como Instagram e Facebook. As rodas de conversa deste quadro ocorrem com frequência bimestral ou semestral, dependendo da demanda e das possibilidades de organização do grupo. Os

## X ENEPEX / XIV EPEX-UEMS E XVIII ENEPE-UFGD 2024

resultados deste trabalho podem ser observados tanto nas postagens mensais quanto nas atividades presenciais realizadas ao longo do ano. As postagens geraram engajamento e feedbacks positivos do público. A roda de conversa do "Maio Furta-Cor", que contou com participantes externos, também destacou a relevância das ações presenciais, recebendo comentários produtivos. Internamente, o acolhimento emocional dos integrantes do grupo PET Psicologia foi significativo. Durante o encontro, os petianos puderam compartilhar anseios e angústias, recebendo apoio da tutora e dos demais integrantes. A realização da ação e o envolvimento dos participantes demonstraram o impacto construtivo desses momentos para o bem-estar e funcionamento do grupo. Espera-se que esta atividade continue contribuindo para o aprimoramento do grupo, gerando benefícios educacionais e sociais. Além disso, espera-se que a população amplie seu conhecimento sobre aspectos gerais da saúde e se conscientize sobre a importância do cuidado necessário para o próprio bem-estar. Conclui-se que a ação "Espaço Saúde/Saúde Mental" contribuiu significativamente para a disseminação de informações sobre saúde mental, ampliando a conscientização e promovendo espaços de apoio e diálogo. Agradecimentos: ao Programa de Educação Tutorial (PET) pela oportunidade de desenvolver este trabalho.

Palavras-chave: saúde mental; conscientização; promoção da saúde.