

MOSTRA DE EXTENSÃO XIII

UENF
UFF
IFF
V UFRRJ



18ª SEMANA
NACIONAL DE
CIÊNCIA E
TECNOLOGIA

A TRASVERSALIDADE DA CIÊNCIA,
TECNOLOGIA E INOVAÇÕES PARA O PLANETA



**A nossa extensão permeando a sociedade
com ciência & conhecimento**

REFLEXÃO SOBRE A SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES UNIVERSITÁRIOS ATRAVÉS DE RODAS DE CONVERSA

Bianca Miranda Soares, Clarissa Louise Mendes Vicente, Helena Sant Ana dos Santos Ribeiro, Josiele da Cruz Rocha, Leonardo Rogério Miguel (Coordenador), Luísa Mayerhoffer Machado Sousa Barros (Voluntária), Patrick de Souza Rodrigues (Voluntário), Tamára Teixeira Mendes, Wagner Vieira Barbosa

Universidade Estadual do Norte Fluminense Darcy Ribeiro

Saúde

Resumo: O projeto contempla a Saúde Mental dos estudantes universitários. Segundo a Organização Mundial da Saúde, o conceito de saúde designa “o estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doença”. Ainda segundo a OMS (1948), o conceito de Saúde Mental, por sua vez, compreende a capacidade do indivíduo de se utilizar e fazer florescer suas próprias habilidades, recuperar-se dos estresses do dia, bem como ser produtivo e contribuir para a sociedade. Tendo em vista essas balizas, o objetivo do projeto é proporcionar ações de acolhimento às queixas, cada vez mais frequentes, sobre ansiedade, angústia, depressão, estresse físico e mental, dentre outros sofrimentos emocionais e psíquicos que emergem das novas cobranças e demais experiências no cotidiano da vida acadêmica. O projeto é estruturado para fornecer um ambiente seguro para a escuta e interações sobre questões relativas à saúde mental do corpo discente. Concebendo a fala como uma terapia, a escolha metodológica foi a Roda de Conversa, que favorece as trocas dialógicas a respeito de sofrimentos específicos entre os participantes inscritos e os membros da equipe de extensão. Esta é formada por profissionais e graduandas de Psicologia, Serviço Social e áreas afins. Em suma, a proposta é reunir os universitários em rodas de conversa, compartilhando experiências, ouvindo o outro, alimentando a reflexão coletiva de como enfrentar e administrar toda a pressão gerada no meio acadêmico.

Palavras-chave: Saúde Mental; Vida Acadêmica; Acolhimento; Roda de Conversa.

Instituição de Fomento: UAB / UENF