**GT: RELATOS DE EXPERIÊNCIA EXTENSIONISTA**

Escuta, afetividade e empatia: o ACOLHER CCS UFRN na promoção da saúde mental e do desenvolvimento acadêmico entre estudantes da saúde

Vitória Rodrigues Miguel1

José Medeiros do Nascimento Filho2

O ACOLHER é um projeto de extensão com quatro anos de existência. Seu objetivo é acolher estudantes em sofrimento psíquico dos cursos de graduação da saúde da UFRN por meio de suporte psiquiátrico, psicológico (acolhimento breve e psicoterapia), pedagógico (orientação aos estudos). Os diversos atendimentos, individuais e coletivos, ocorrem tanto no Centro de Ciências da Saúde quanto no Campus Central. Por semestre, uma média de 100 estudantes são acolhidos por um psiquiatra, cinco estudantes de psicologia (quatro estagiários e uma extensionista), duas psicólogas colaboradoras (supervisão, grupos e acolhimentos) e uma pedagoga. Estudante bolsista de apoio técnico da Saúde Coletiva direciona as consultas através de formulário virtual por meio do SIGSaúde (UFRN) e tem articulado o projeto à RAPS, direcionando os acolhidos para o SUS e SUAS, conforme necessidade. Com potencial de crescimento através de parcerias, o ACOLHER busca oportunizar um espaço de escuta, afetividade e empatia aos que serão futuros cuidadores da saúde humana.

Palavras-chave: saúde mental; integração de serviços; ação de extensão; graduação.

**1 APRESENTAÇÃO**

O projeto ACOLHER da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN) é um programa contínuo voltado para oferecer suporte psicológico, pedagógico e psiquiátrico aos estudantes universitários da área da saúde. Esse projeto surge na perspectiva complementar às ações da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS), proporcionando suporte em saúde mental aos estudantes dos cursos de graduação do Centro de Ciências da Saúde (CCS/UFRN) no seu período acadêmico ativo. Foca em atender uma demanda crescente por serviços especializados em saúde mental e desenvolvimento acadêmico.

Fundamentado na Teoria do Cuidado e Suporte Multidisciplinar (Gomes *et al*. 2013), o ACOLHER adota uma abordagem integrada que destaca a importância do atendimento personalizado para o bem-estar e desenvolvimento dos estudantes. Conforme versa esta corrente de pensamento, a eficácia e a constância do suporte psicológico e pedagógico é capaz de promover a saúde mental e a evolução acadêmica dos indivíduos (Cintra *et al,* 2017).

Esta ação extensionista foi implementada em resposta à necessidade crescente de apoio para estudantes que enfrentam sofrimento psíquico, oferecendo uma gama de serviços como orientação pedagógica, atendimentos psicológicos e psiquiátricos. O público-alvo principal do ACOLHER são os estudantes da UFRN, que recebem suporte especializado diretamente relacionado às suas necessidades acadêmicas e pessoais. Considerando a ampla procedência dos estudantes da saúde da UFRN, oriundos de vários municípios, o projeto tem conseguido atingir pessoas de diversas cidades potiguares, em especial da região metropolitana.

A área temática do projeto abrange saúde mental e educação, evidenciando a importância da integração entre suporte médico-psicológico e desenvolvimento acadêmico.

Financiado e administrado pela UFRN, o ACOLHER não possui financiadores externos específicos, mas recebe o suporte essencial da universidade para operar. A justificativa para a ação reside na crescente demanda por suporte especializado entre os estudantes universitários, que frequentemente enfrentam desafios relacionados ao sofrimento psíquico.

O projeto contribui para os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS) da ONU, especificamente o ODS 3 (Saúde e Bem-Estar) e o ODS 4 (Educação de Qualidade). Através do suporte psicológico e pedagógico oferecido, o ACOLHER busca melhorar a saúde mental e o desenvolvimento acadêmico dos estudantes, alinhando-se com as metas globais para a promoção da saúde e educação de qualidade.

**2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS**

A metodologia do Projeto ACOLHER é estruturada para garantir um suporte abrangente e eficaz aos estudantes da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN) que enfrentam desafios relacionados à saúde mental e ao desenvolvimento acadêmico. A seguir, serão descritos os procedimentos adotados, o público participante, os métodos e técnicas utilizados, e a abordagem integrada que caracteriza a execução do projeto.

Desenvolvimento da Ação de Extensão

O Projeto ACOLHER foi desenvolvido com um planejamento meticuloso que envolveu várias etapas, desde a concepção inicial até a execução e a avaliação contínua. O processo de planejamento incluiu a identificação detalhada das necessidades dos estudantes da saúde da UFRN, que frequentemente enfrentam pressão acadêmica intensa e desafios emocionais. Para entender essas necessidades, foram realizadas reuniões de diagnóstico e levantamento de dados qualitativos e quantitativos sobre o bem-estar dos alunos.

A fase de implementação do projeto envolveu a estruturação e execução das atividades de suporte. As ações práticas foram cuidadosamente organizadas para cobrir as áreas de apoio psicológico, orientação pedagógica e acompanhamento psiquiátrico. A integração entre essas áreas foi crucial para garantir que cada estudante recebesse um atendimento personalizado e holístico. A execução das atividades inclui:

1.Atendimentos psicológicos individuais: sessões que proporcionam um espaço seguro no qual os alunos podem explorar e tratar questões psicológicas que afetam seu desempenho acadêmico e bem-estar geral. Os atendimentos são realizados por psicólogos formados e graduandos de psicologia com abordagens terapêuticas variadas (psicanálise, comportamental e cognitivo-comportamental). As sessões ocorrem como acolhimento (quatro encontros) ou psicoterapia (seis meses de duração).

2. Orientação pedagógica: envolve encontros individuais nos quais os estudantes recebem apoio para desenvolver habilidades de gerenciamento de tempo, estratégias de estudo e técnicas para lidar com a pressão acadêmica. A orientação pedagógica visa melhorar a eficácia do aprendizado e o equilíbrio entre os compromissos acadêmicos e pessoais.

3. Consultas psiquiátricas: oferecidas para diagnosticar e tratar condições que exigem intervenção médica. O psiquiatra envolvido no projeto é responsável por avaliar, prescrever tratamentos e monitorar o progresso dos estudantes que necessitam de medicação ou de acompanhamento psiquiátrico.

4. Grupos de apoio: proporcionam um ambiente de suporte coletivo. Os alunos podem compartilhar suas experiências e receber apoio mútuo. As sessões são facilitadas por profissionais treinados que promovem um espaço de empatia e compreensão.

O público do Projeto ACOLHER são os estudantes da área da saúde da UFRN. Estes alunos frequentemente enfrentam altos níveis de estresse devido às demandas acadêmicas e às responsabilidades associadas aos seus cursos. O lidar com a vida e a relação saúde-doença-cuidado abarca um sofrimento inerente ao processo formativo. O projeto atende, em média, 50 estudantes por semestre, em ações psicológicas, psiquiátricas ou pedagógicas. A equipe do projeto é composta numa perspectiva multidisciplinar, incluindo psicólogos, pedagogo, psiquiatra, estagiários de psicologia, estagiário de medicina, bolsista de saúde coletiva e profissionais de suporte técnico. Cada membro da equipe desempenha um papel crucial na execução das atividades e no acompanhamento dos estudantes.

A abordagem integrada do Projeto ACOLHER garante que todos os aspectos do suporte psicológico e pedagógico sejam coordenados de maneira eficaz. A integração entre atendimentos individuais, orientação pedagógica e suporte psiquiátrico proporciona um atendimento integral que visa atender às necessidades em saúde mental dos estudantes. A avaliação contínua do projeto permite ajustes e melhorias constantes, garantindo que as estratégias utilizadas sejam sempre baseadas nas melhores práticas e nas necessidades emergentes dos alunos.

Em resumo, a metodologia do Projeto ACOLHER é projetada para fornecer um suporte abrangente e personalizado aos estudantes da UFRN, com foco na saúde mental e no desenvolvimento acadêmico. A abordagem integrada e multidisciplinar é essencial para garantir que todos os aspectos do bem-estar dos alunos sejam abordados de forma eficaz e eficiente.

**3 AÇÕES DESENVOLVIDAS E SUAS CONTRIBUIÇÕES**

Gerenciar o estresse e o bem-estar psicossocial é, atualmente, tão crucial quanto cuidar da saúde física. Nesse contexto, é essencial que as instituições de ensino superior adotem estratégias para aliviar o sofrimento psíquico dos estudantes. A criação ou o aprimoramento de núcleos de apoio psicossocial, acessíveis e eficazes, é fundamental para que os discentes possam manter sua saúde mental ( Rodrigues, Silva & Santos, 2020).

É com essa intencionalidade que nasceu o Projeto ACOLHER, com a finalidade de ajudar os estudantes de áreas da saúde a galgar maior equilíbrio em sua saúde mental, atingindo metas acadêmicas e realização pessoal. Este projeto visa proporcionar apoio psicológico e emocional, oferecendo um ambiente de suporte que facilita a gestão do estresse e promove o bem-estar psicossocial. Através de atividades como orientação psicológica, grupos de apoio e programas de conscientização, o Projeto ACOLHER busca minimizar o impacto dos desafios acadêmicos e emocionais enfrentados pelos estudantes, promovendo uma formação mais assertiva e saudável.

No projeto ACOLHER, os papéis desempenhados executam partes igualmente necessárias na integração e suporte aos alunos, garantindo que cada um receba o atendimento e a orientação necessários desde o início de sua jornada. As responsabilidades abaixo descritas irão detalhar as quatro vertentes assistenciais principais do projeto: saúde coletiva, medicina (psiquiatria), pedagogia e psicologia.

**Saúde coletiva**

O estudante da saúde coletiva tem um papel primordial no projeto. Além de atuar na esfera gerencial, mantém o primeiro contato com os estudantes que preenchem o *forms* (formulário) virtual. O passo inicial no processo de acolhimento geral é estabelecer uma comunicação calorosa e eficiente com os novos alunos-participantes. Essa etapa envolve marcar as consultas iniciais, tendo como critérios: ordem de solicitação (quantitativo/ordinal) e urgência da demanda expressa (qualitativo). Durante essa fase, é fundamental transmitir uma sensação de acolhimento e segurança, esclarecendo dúvidas e fornecendo informações relevantes sobre o projeto. A abordagem personalizada e atenciosa é essencial para criar um ambiente receptivo e para que o aluno se sinta apoiado desde o início. Após o contato inicial, o trabalho prossegue com o direcionamento para os diversos serviços oferecidos pelo projeto ACOLHER. Essa etapa é vital para assegurar que cada aluno tenha acesso aos recursos e apoios que possam ser necessários. Isso inclui a orientação sobre serviços de apoio psicológico, orientação acadêmica, tutoria e qualquer outro suporte específico.Sobre a gestão de cadastros no sistema, envolve a inserção e atualização de informações dos alunos no banco de dados do projeto. É essencial que os dados sejam registrados de forma precisa e organizada, pois isso permite uma administração eficiente dos serviços prestados e um acompanhamento detalhado do progresso de cada aluno. A manutenção atualizada dos cadastros facilita a comunicação interna e o planejamento estratégico do projeto, assegurando que todas as ações sejam coordenadas e baseadas em informações corretas.

As ações no projeto ACOLHER são orientadas para proporcionar uma experiência positiva e de suporte integral aos alunos. Desde o primeiro contato até o encaminhamento para serviços e o gerenciamento dos cadastros, meu objetivo é assegurar que cada aluno receba o atendimento necessário e se sinta verdadeiramente acolhido e apoiado em sua jornada educacional. Vale ressaltar que muitos alunos chegam ao Projeto ACOLHER sem nunca ter tido contato prévio com questões relacionadas à saúde mental. Esse cenário não apenas revela a fragilidade do sistema de suporte atual, público e privado, mas também sublinha a necessidade urgente de ampliar e promover serviços especializados, como a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) no contexto do Sistema Único de Saúde (SUS). A RAPS é uma estratégia crucial dentro do SUS, projetada para fornecer cuidados contínuos e integrados a indivíduos que enfrentam sofrimento mental. Este programa adota uma abordagem multidisciplinar que integra serviços de acolhimento, orientação e tratamento especializado. A atuação da RAPS é baseada na oferta de suporte que vai além da assistência médica convencional, englobando ações de promoção da saúde mental e prevenção de agravamentos. O objetivo é garantir que os indivíduos recebam o cuidado necessário de forma contínua e coordenada, respeitando suas necessidades específicas e proporcionando um atendimento integral. No contexto do Projeto ACOLHER, a integração com a RAPS se dá direcionando os alunos com atendimento concluso para serviços da Rede próximos ao seu território de moradia. Permite um suporte mais abrangente e eficaz.

**Medicina (psiquiatria)**

O projeto ACOLHER atua na esfera médica com atendimentos realizados no Departamento de Fonoaudiologia (CCS/UFRN) e Departamento de Nutrição (campus central). São disponibilizados até 10 atendimentos por semana, em média, para estudantes que se inscrevem no formulário virtual ou que são encaminhados pela psicologia e pedagogia.

O atendimento psiquiátrico consiste em escuta, acolhimento, anamnese, direcionamento diagnóstico em saúde mental, prescrição medicamentosa (quando necessário) e orientações/psicoeducação. Leva entre 40 a 60 minutos de duração. Atualmente, são atendidos estudantes de nutrição, saúde coletiva, fisioterapia, enfermagem, farmácia, fonoaudiologia e educação física. Os atendimentos se propõe a durar até seis meses, sendo individualizados caso a caso. Após, os casos são encaminhados para a RAPS - conforme trabalho proposto com a saúde coletiva. Casos que necessitam da abordagem multidisciplinar são dialogados na reunião de equipe, com periodicidade mensal.

**Pedagogia**

Os atendimentos de pedagogia são realizados presencialmente ou virtualmente, a depender da dinâmica dos estudantes, por profissional pedagoga do quadro permanente da UFRN. Os atendimentos podem ser direcionados pelo *forms* ou ainda por outros membros da equipe (psicologia e psiquiatria), com anuência dos estudantes. Foi produzido pela equipe pedagógica do projeto material acerca da orientação para os estudos.

**Psicologia**

O projeto conta com cinco estudantes de psicologia, uma psicóloga voluntária do quadro de funcionários da UFRN e uma psicóloga do departamento de medicina clínica. Dois estudantes e uma psicóloga voluntária estão dedicados aos acolhimentos (até quatro estudantes cada, por quatro encontros). Três estudantes estão dedicados a psicoterapias, sob supervisão docente, abarcando uma média de três pessoas cada.

**3 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define saúde mental como um estado de bem-estar em que o indivíduo pode desenvolver suas habilidades, enfrentar os desafios da vida e contribuir para a comunidade. Essa definição ressalta que a saúde mental não se limita às experiências individuais, mas envolve uma rede de fatores interconectados que afetam o bem-estar geral.

A experiência prática adquirida através da participação no Projeto ACOLHER da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN) destaca a importância de estratégias colaborativas e bem articuladas para o suporte psicológico em instituições de ensino superior. O Projeto ACOLHER, em conjunto com a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS), exemplifica uma abordagem eficaz que pode servir como modelo para outras instituições que buscam implementar estratégias similares para apoiar o bem-estar de seus alunos.

O Projeto ACOLHER, com quatro anos de atuação, oferece suporte integrado e multidisciplinar aos estudantes dos cursos de graduação em saúde. O projeto fornece atendimento psiquiátrico, psicológico e pedagógico, refletindo a Teoria do Cuidado e Suporte Multidisciplinar, que enfatiza a importância de um atendimento personalizado para promover tanto o bem-estar psicológico quanto o desenvolvimento acadêmico dos alunos.

O trabalho realizado pelo Projeto ACOLHER é estruturado em três áreas principais: o contato inicial com os alunos, o encaminhamento para serviços especializados e o gerenciamento dos cadastros no sistema SIGSaúde. Cada uma dessas etapas é crucial para garantir que os estudantes recebam o suporte necessário desde o início de sua jornada acadêmica. A integração com a RAPS amplia ainda mais o alcance do projeto, proporcionando um suporte mais abrangente e eficaz e destacando a importância da colaboração entre serviços de saúde mental e educação.

Os resultados obtidos até o momento indicam que o Projeto ACOLHER tem sido bem-sucedido em criar um espaço de escuta, afetividade e empatia para os futuros profissionais da saúde. A atuação de uma equipe multidisciplinar composta por psiquiatras, psicólogos, pedagogos e estagiários contribui significativamente para a eficácia do projeto. Além disso, a articulação com o SIGSaúde e a colaboração com o SUS e SUAS sublinham o compromisso com uma abordagem integrada e de longo prazo para a saúde mental dos estudantes.

A experiência prática adquirida no Projeto ACOLHER tem demonstrado a relevância do suporte psicológico bem estruturado e colaborativo. Contribui para o aprimoramento da experiência dos alunos por meio do contato inicial, agendamento de consultas e gerenciamento dos cadastros no sistema SIGSaúde, desempenhando um papel crucial para garantir que cada aluno receba o atendimento necessário.

Nos últimos tempos, o Projeto ACOLHER tem investido na divulgação de suas atividades por meio das redes sociais, especialmente no Instagram. Essa estratégia de comunicação tem se mostrado eficaz em ampliar o alcance do projeto, alcançando cada vez mais pessoas e aumentando a visibilidade das ações realizadas. A presença no Instagram permite ao Projeto ACOLHER conectar-se diretamente com a comunidade acadêmica e além, oferecendo informações valiosas, compartilhando histórias de sucesso e promovendo a importância do suporte psicossocial. Essa visibilidade adicional fortalece o projeto e facilita o engajamento de novos alunos, colaboradores e parceiros, contribuindo para a sua expansão e consolidação.

Os serviços especializados oferecidos pelo ACOLHER, que incluem orientação pedagógica, atendimento psicológico, consultas psiquiátricas e psicoterapia, são cuidadosamente adaptados às necessidades específicas identificadas durante os contatos iniciais. Esse processo personalizado não apenas atende às exigências acadêmicas dos estudantes, mas também contribui significativamente para sua saúde mental e desenvolvimento pessoal.

Em suma, o Projeto ACOLHER, em combinação com a RAPS e a crescente visibilidade através das redes sociais, representa um modelo notável de como a integração e a coordenação entre diferentes níveis de suporte podem impactar positivamente a saúde mental e o sucesso acadêmico dos estudantes. A continuidade e expansão do projeto são essenciais para atender à demanda crescente por suporte especializado. Este modelo serve como uma referência valiosa para outras instituições que buscam implementar estratégias semelhantes, promovendo um ambiente acadêmico mais equilibrado e saudável.

**REFERÊNCIAS:**

RODRIGUES, Bráulio Brandão; CARDOSO, Rhaissa Rosa de Jesus; PERES, Caio Henrique Rezio; MARQUES, Fábio Ferreira. *Aprendendo com o Imprevisível: Saúde Mental dos Universitários e Educação Médica na Pandemia de Covid-19*. *Revista Brasileira de Educação Médica*, [s.l.], v. 48, n. 2, p. 20-28, 2024. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/kN9b4V5MJQtvygzTNBWsSZS/#>. Acesso em: 29 jul. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. *Rede de Atenção Psicossocial (RAPS)*. Disponível em:<https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saes/desmad/raps>. Acesso em: 29 jul. 2024.

LANCETTI, Antonio. *Saúde mental e saúde coletiva*. Disponível em:<https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/104157628/23-tratado-lancetti1-libre.pdf?1688990846=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DSaude_mental_e_saude_coletiva.pdf&Expires=1722364215&Signature=MCeGl5XNloKCjS1DxUt7m4R4GS9Hf2BdtQey09QcGNQIPrjH7hfL~urCuWkTmNchl794A32wBX6kfE~M6cYfwz6amZIOIL7UqWklWOYbbEKnscTjs4vh9asrZJcQvLvs4c9E6EHLqFvcoVaagBZKCXQQjpOYSC-bQX7DdIbl8ZgTV5VXk47Sq5BfizN6HLtFqUbvjJOBtffrY~xilh6VlnUioMgHQTTxZnQk0Ll0yLxcnT7Q47WQ8g91CUFB0uWALmd2jeuJ0ZGyGxKM3aX47pPenDSgZiTCZkB-oH5pGyQuiNBFDEkm2p01V2rcACd7ZUT-4ohFYSzgkFmsiVyZYg__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA>. Acesso em: 30 jul. 2024.

**BRASIL.** Ministério da Saúde. *Saúde mental*. Disponível em:<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-mental>. Acesso em: 30 jul. 2024.

**ALVES, I. J.; SILVA, A. P.** A importância do suporte psicossocial na formação acadêmica dos estudantes. *Revista de Intervenção e Formação Profissional*, v. 2, n. 1, p. 45-58, 2020. Disponível em:<https://periodicoscientificos.itp.ifsp.edu.br/index.php/rifp/article/view/864>. Acesso em: 30 jul. 2024.

**SILVA, J. M.; PEREIRA, L. A.** A importância da integração entre saúde mental e educação: um estudo de caso. *Anais do Congresso Nacional de Educação e Saúde*, 2023. Disponível em:<https://editorarealize.com.br/artigo/visualizar/105398>. Acesso em: 30 jul. 2024.

**GOMES, Ingrid Meireles; DA SILVA, Daniel Ignacio; LACERDA, Maria Ribeiro; MAZZA, Verônica de Azevedo; MÉIER, Marineli Joaquim; ALVES DAS MERCÊS, Nen Nalú**. Teoria do cuidado transpessoal de Jean Watson no cuidado domiciliar de enfermagem à criança: uma reflexão. *Esc Anna Nery*, Rio de Janeiro, v. 17, n. 3, p. 421-428, jul.-set. 2013. Disponível em:<https://doi.org/10.1590/S1414-81452013000300021>. Acesso em: 31 jul. 2024.

**CINTRA, Clarisse Lourenço; GUERRA, Valeschka Martins.** Educação Positiva: A aplicação da Psicologia Positiva a instituições educacionais. *Psicologia Escolar e Educacional*, São Paulo, v. 21, n. 2, p. 203-211, jul.-dez. 2017. Disponível em:<https://doi.org/10.1590/2175-35392017021311191>. Acesso em: 31 jul. 2024.

BRASIL. *Saúde mental no trabalho é tema do Dia Mundial da Saúde Mental 2017, comemorado em 10 de outubro*. Disponível em:<https://bvsms.saude.gov.br/saude-mental-no-trabalho-e-tema-do-dia-mundial-da-saude-mental-2017-comemorado-em-10-de-outubro/>. Acesso em: 31 jul. 2024.