



UNIVERSIDADE  
E COMUNIDADE  
EM CONEXÃO



## X SALÃO EDUFRGS

6 a 10 de novembro

<b>Evento</b>	Salão UFRGS 2023: X SALÃO EDUFRGS
<b>Ano</b>	2023
<b>Local</b>	Campus Centro - UFRGS
<b>Título</b>	Formação em saúde mental no contexto universitário para servidores: relato de experiência
<b>Autores</b>	GABRIELLA KOLTERMANN THAÍS FERRUGEM SARMENTO GRACE VALI FREITAG TANIKADO LUCIANA FRANCISCA DE OLIVEIRA

## **Formação em saúde mental no contexto universitário para servidores: Relato de experiência**

Justificativa: Práticas de educação em saúde mental promovem condutas de acolhimento e cuidado ao outro e a si mesmo. Objetivo: A partir dessa premissa, busca-se apresentar a ação “Estratégias de cuidado à saúde mental discente em contexto universitário: Uma Formação ligada ao Programa Saber Viver”, destinada a servidores técnicos-administrativos e docentes da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). Metodologia: Teve duração de doze horas, sendo dividida em 5 tópicos: 1. Sinais de alerta em saúde mental; 2. Saúde mental em estudantes universitários e suas especificidades; 3. Preditores de saúde mental e como promovê-los no contexto universitário; 4. Onde e como buscar ajuda em saúde mental; e 5. Primeiros cuidados psicológicos. Todos os assuntos foram tratados por quatro psicólogas da Divisão de Promoção de Saúde Discente (DPSD/Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis - PRAE), mestres em Psicologia e com experiência em saúde mental. Uma experiência piloto foi realizada somente para os servidores da PRAE, contando com sugestões a fim de aprimoramento do trabalho. Após refinamentos, a Formação final contou com cerca de trinta e cinco servidores, advindos de distintos campi da UFRGS. Nos momentos presenciais foram discutidas questões relativas aos tópicos. Nas atividades assíncronas, materiais de apoio para leitura foram disponibilizados e a realização de uma atividade final de avaliação de conhecimento foi necessária para integralizar a participação do servidor na Formação. Resultados: Observaram-se reflexões e retornos bastante positivos quanto ao conteúdo tratado, além de amplas discussões sobre aspectos de adoecimento mental e possibilidades de promoção de saúde na Universidade. Uma iniciativa de servidores participantes incluiu a disponibilização das informações/materiais nas páginas das Unidades Acadêmicas e para os demais docentes. Assim, ressalta-se a necessidade da Formação Continuada em saúde mental no contexto universitário e sua contribuição para o estabelecimento de ações de cuidado aos próprios servidores e aos estudantes.

**Palavras-chave:** Formação; Saúde Mental; Universidade