

DESLIGA - TURN DOWN YOUR MIND

VI Encontro de Programas de Educação Tutorial

Marcia Eduarda Andrade da Silva, Luís Guilherme Bezerra Mota e Mota, Bruna Schulthais Largura, Lais Paiva de Carvalho Ximenes, Italo Lesione de Paiva Rocha, Diego Veras Wilke

INTRODUÇÃO: O Desliga é um projeto do grupo PET Medicina iniciado em 2016.2, voltado para o desenvolvimento de ações que se visam auxiliar o estudante de Medicina a se afastar um pouco do pensamento puramente acadêmico e buscar práticas que sejam importantes para a manutenção da sua saúde mental. **OBJETIVOS:** Disseminar um pensamento sobre a importância da manutenção da saúde mental do estudante, fazer ações de cunho educativo e lúdico com o intuito de ajudar no cuidado com a saúde mental, promover ações que destoem do ambiente acadêmico e promovam a ludicidade e a integração entre os estudantes. **METODOLOGIA:** O grupo PET Medicina organizou um momento de karaokê que aconteceu uma vez por mês no ambiente do Centro Acadêmico, ambiente esse que é aberto e bastante visado pelos estudantes. Os presentes ficavam à vontade para participar cantando sozinhos ou em grupos, ou até mesmo apenas apreciando os colegas cantarem. **RESULTADOS:** Percebeu-se que a atividade possui grande poder lúdico, promovendo a descontração e divertimento daqueles que se propuseram a participar. Notou-se que o lugar escolhido também favoreceu que mais pessoas, até mesmo funcionários da UFC, participassem da integração. **CONCLUSÃO:** A atividade do PET Medicina com o Desliga obteve bastante sucesso em propiciar um momento de divertimento e integração dentro do ambiente acadêmico. Contudo, não obtivemos uma adesão muito satisfatória, diminuindo o impacto da atividade. **Apoio:** MEC-PET/SESu

Palavras-chave: Saúde mental. karaokê. integração. ludicidade.