

PROJETO ANIMA: PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DO ACADÊMICO DE MEDICINA DA UFC

XXVIII Encontro de Extensão

Joao Igor Silva Matos, Marcus Vinícius Monteiro de Oliveira, Daiana Flávia Oliveira de Sousa, Kelen Gomes Ribeiro

O projeto “ANIMA” visa contribuir para a construção de um ambiente saudável para a comunidade estudantil, através de ações diversificadas em prol do bem-estar estudantil no momento de inserção na vida universitária. Parte-se do referencial de que os estudantes universitários estão submetidos a cargas de estresse e de ansiedade que tem relação direta com a rotina da formação acadêmica. Esta condição pode ser um agente importante e disparador da ocorrência de depressão, de dependência de drogas lícitas ou ilícitas, do uso indiscriminado de anfetaminas, de distúrbios alimentares e até mesmo de suicídio (BALLONE, 2015). Objetivou-se promover saúde mental do acadêmico de medicina da UFC, em seus aspectos preventivo, primário e complementar. Utilizou-se de metodologia dialógica, problematizadora (FREIRE, 2011) e vivencial (TORO, 2010), com a participação de docentes e discentes do campus do Porangabuçu. Foi construída parceria do projeto “Anima” com o Centro Acadêmico XII de Maio e algumas ligas acadêmicas, possibilitando a recepção dos estudantes recém-ingressos na Famed. Foram desenvolvidas estratégias para promoção de um ambiente mais saudável, com planejamento e execução dos encontros estudantis com enfoque terapêutico; desenvolvimento de práticas integrativas e complementares, como meditação e yoga; desenvolvimento de ações que resultaram no favorecimento do descanso e de lazer para os estudantes, no horário do almoço, como o “momento soneca”, o “momento relaxamento” e o “AnimaDANCE”. Os estudantes participantes das atividades do “Anima” tiveram espaço para expressar suas dificuldades, seus sofrimentos, suas potências, suas expectativas e esperanças no tocante à vida acadêmica. Ainda se tem muito a avançar no sentido de construção de uma universidade promotora de saúde, mas considera-se que a prática de propostas concretas já contribuiu para fortalecer um movimento próspero para uma passagem mais saudável dos estudantes pela universidade.

Palavras-chave: Educação Médica. Estudante de Medicina. Saúde Mental. Educação.