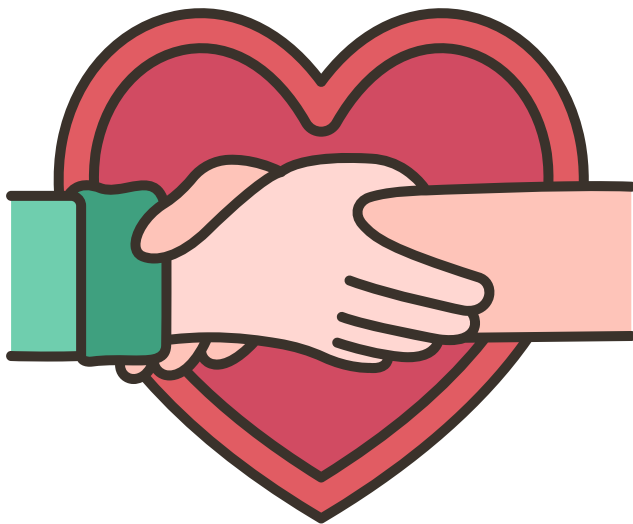




**UFSM**  
Coordenadoria de  
Ações Educacionais  
CAEd/PROGRAD

# **SAÚDE MENTAL: ACOLHER E CUIDAR**



A UFSM promove ações de prevenção e promoção à saúde mental no ambiente acadêmico e disponibiliza espaços de escuta e acolhimento aos estudantes.



**CAED.UFSM**



UFSM

Coordenadoria de  
Ações Educacionais  
CAEd/PROGRAD

## **SAÚDE MENTAL: ACOLHER E CUIDAR**

Juntamente com a satisfação de vivenciar os sonhos e a passagem pela vida universitária, os desafios e as novas demandas da jornada acadêmica compõem a vivência de um processo que pode trazer angústias, receios, necessidades de ressignificações e adaptações.

Por parte de alguma parcela da população, ainda há um estigma sobre a busca de espaços de acolhimento em saúde mental e acerca das terapias grupais, ideias que precisam ser desmistificadas.

A equipe Educação-Saúde da CAEd/PROGRAD tem trabalhado com ações interdisciplinares e intersetoriais de promoção da saúde mental à comunidade acadêmica, através de escutas especializadas, grupos, oficinas, palestras, rodas de conversa, capacitações e outras atividades conforme demanda.



## **ESCUITA PSICOLÓGICA DE ACOLHIMENTO EM SAÚDE MENTAL**

A Equipe Educação-Saúde da CAEd/PROGRAD oferece o serviço de Escuta Psicológica de Acolhimento em Saúde Mental para acadêmicos da UFSM regularmente matriculados.

Os atendimentos têm formato de intervenções breves e buscam acolher e trabalhar questões trazidas pelos estudantes, diante de demandas que dizem respeito à inter-relação educação-saúde. A partir disso, são realizadas orientações e encaminhamentos para grupos, oficinas ou outros espaços de tratamentos indicados a cada caso.

Salientamos que o serviço não é destinado a casos de urgência/emergência.

Para se inscrever, é necessário acessar o site da CAEd e preencher o formulário de solicitação juntamente a um servidor da UFSM (o encaminhamento pode ser feito na Secretaria, Coordenadoria ou Unidade de Apoio Pedagógico do centro de ensino).





**UFSM**

Coordenadoria de  
Ações Educacionais  
CAEd/PROGRAD

## **GRUPOS E OFICINAS EM SAÚDE MENTAL**

A Equipe Educação-Saúde da CAEd/PROGRAD promove grupos e oficinas de prevenção e promoção à saúde mental, que proporcionam o compartilhamento de experiências e vivências entre estudantes que têm passado por dificuldades semelhantes, visando ampliar as condições de lidar com questões emocionais que possam estar causando prejuízos na vida pessoal e acadêmica.

Cultivar a saúde mental de forma coletiva não significa abrir mão da singularidade. O caminho percorrido na vida acadêmica é diferente para cada um, e o intuito é abrir o horizonte de possibilidades para promover o bem-estar. Os grupos e oficinas da CAEd investem em autoconhecimento, desenvolvimento de competências e elaboração de angústias, auxiliando no processo de desenvolvimento pessoal e acadêmico dos estudantes.

## **VAMOS JUNTOS?**



Acesse o site e participe da  
atividade com a qual você  
mais se identificar:





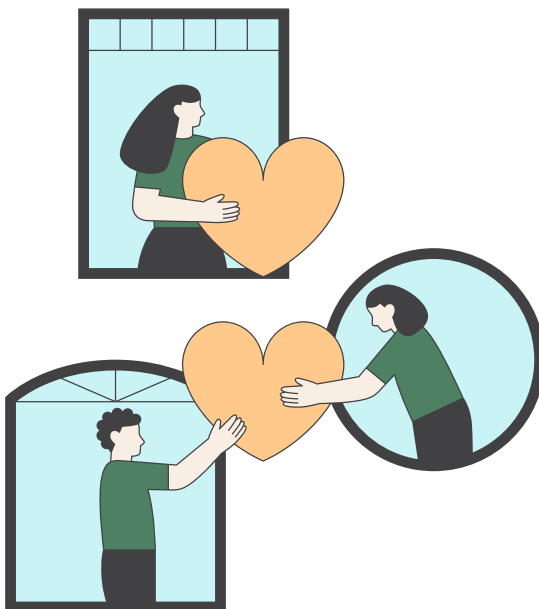
UFSM

Coordenadoria de  
Ações Educacionais  
CAEd/PROGRAD

## **AÇÕES INTERSETORIAIS**

Com o intuito de trabalhar e divulgar aspectos relevantes acerca da saúde mental à comunidade acadêmica, a Equipe Educação-Saúde da CAEd/PROGRAD também desenvolve ações como palestras, rodas de conversa, acolhimentos a calouros, trabalhos com os setores de apoio pedagógico e coordenações de cursos, capacitações, produção de materiais informativos e psicoeducativos e ações específicas conforme demandas das unidades/setores institucionais.

Os Centros ou Unidades da UFSM interessados em promover ações vinculadas à temática educação e saúde na universidade podem solicitá-las através do e-mail [caedsaude@ufsm.br](mailto:caedsaude@ufsm.br).



## **ESPAÇOS DE ATENÇÃO AOS ESTUDANTES NA UNIVERSIDADE**

A UFESM também oferece outros espaços de acolhimento e escuta em saúde mental e suporte pedagógico, aos quais os estudantes podem ser encaminhados:

- Está disponível no site da COSAME (Comitê de Saúde Mental da UFESM) e na aba “Saúde Mental” do app UFESM Digital uma ferramenta que auxilia os estudantes a encontrarem os espaços de referência mais adequados para a busca de suporte.
- Setores de apoio pedagógicos de referência de cada Centro de Ensino (UAPs, SAPs, NAPs) e, nos campi fora de sede, setores de assistência estudantil.
- Serviços vinculados à PRAE, destinados a estudantes moradores(as) da CEU: SATIE - acolhimentos psicológicos, ações de grupos e oficinas e serviço social; e Saúde da Casa;
- Casa Verônica: espaço dedicado ao acolhimento de pessoas em situação de violência de gênero e à promoção da igualdade nos campi da Instituição, que oferece atividades educativas, como rodas de conversa, grupos, oficinas, cursos, atendimentos psicossociais e orientações jurídicas.
- As subdivisões de Acessibilidade, Aprendizagem e Ações Afirmativas da CAEd desenvolvem ações visando o acesso e a permanência dos estudantes na Instituição, a promoção da aprendizagem, da acessibilidade e das ações afirmativas.



## **QUANDO ANDAMOS JUNTOS, A CAMINHADA É MAIS LEVE**

Educação e Saúde andam em uma via de mão dupla, retroalimentando-se e produzindo efeitos no desenvolvimento acadêmico. A oferta de espaços de escuta e acolhimento, bem como o processo de auto-cuidado de cada um, são ações cada vez mais relevantes e necessárias no âmbito universitário.

A partir da articulação entre os setores e unidades da UFSM, e da implicação de todos os agentes institucionais no compromisso com a prevenção e promoção da saúde mental, busca-se criar um ambiente propício para a travessia desta jornada. Este investimento coletivo contribui para que se produzam linhas de cuidado emocional, oportunidades de compartilhamento de experiências e reflexões, redução de estigmas, exclusões sociais e violências de diversas ordens, além de proporcionar a criação de vínculos afetivos e relacionais, que promovem a saúde de maneira geral.



**Autores:** Aline Bedin Jordão, Ângela Quatrin Campagnolo, Carine Viegas Cavaheiro, Habaly Vaz e Renato Favarin dos Santos (Equipe Educação-Saúde da CAEd/PROGRAD); Jaqueline Severo da Cas e Luciano Anchieta Benitez (Bolsistas de Psicologia)

**Projeto gráfico e diagramação:** Lucas Dias Gutierrez (Bolsista de Comunicação)

Acesse o site da CAEd para conferir as  
ações e atividades em Acessibilidade,  
Aprendizagem, Ações Afirmativas e  
Educação-Saúde:

