



## PROGRAMA DE PÓS GRADUAÇÃO EM VIGILÂNCIA SANITÁRIA

Disciplina: Vigilância Sanitária II - Projeto de Intervenção

# Projeto Mente Plena

ANGELA BERNARDO, BIANCA AZEREDO, ELIANDRA TEIXEIRA, MARIA CLAUDIA CASTELO,  
RAFAEL MEDEIROS, TAMARA NOBREGA, VIVIANE DEZZE.

## INTRODUÇÃO

Dados disponibilizados pela Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Ensino Superior (Capes/MEC) afirmam que o país possui 122.295 estudantes de pós-graduação, dos quais 76.323 são de mestrado acadêmico, 4.008 de mestrado profissional e 41.964 de doutorado. Tendo esse cenário em vista, foi observado que grande parte dos estudantes vêm apresentando problemas relacionados com a saúde mental, principalmente transtornos como ansiedade e depressão, antes, durante e após o processo de graduação. Fatores como pressão familiar e social para ingressar em um curso superior, notas, vestibular, transição e adaptação ao modelo universitário, cobranças, prazos, competição, entre outros, podem ser considerados gatilhos para o desenvolvimento desses transtornos.

O projeto "Mente Plena" é um programa de ação desenvolvido para o INCQS, visando a promoção, prevenção e o acompanhamento/cuidado do bem-estar dos estudantes do programa de pós-graduação enquanto questões do âmbito da saúde mental.

## OBJETIVO

Identificar, monitorar, prevenir e promover a saúde mental, a fim de melhorar a qualidade dessa saúde dos alunos do Programa de Pós Graduação do Instituto Nacional de Controle da Qualidade em Saúde (INCQS) do início ao fim do programa.

## IDENTIDADE VISUAL



## METODOLOGIA

Criar equipe de auxílio, com profissionais capacitados em prestar assistência psicológica. Como o projeto planeja identificar os alunos que se encontram em angústia e ansiosos, a ação de profissionais é decisiva pois são estes que possuem experiência para realmente conseguir identificar e intervir quando necessário, e fazer o monitoramento desses alunos. Desenvolver formulários para auxiliar na identificação de possíveis transtornos mentais comuns, mesmo naqueles indivíduos que apresentam dificuldade de auto análise e podem enfrentar os sintomas de ansiedade e depressão sem mesmo reconhecer.

Criar guias para direcionar os alunos até os psicólogos e assistentes sociais da instituição. Fornecerá ferramentas para que o aluno conheça o projeto e seus profissionais qualificados, além de ter acesso aos seus contatos, localização e horário de atendimento e informará sobre a programação do projeto e principais atividades desenvolvidas

## RESULTADOS ESPERADOS

Promoção da melhoria da saúde mental dos estudantes, fazendo uso da psicoterapia, terapias em grupo e desenvolvimento de conteúdo informativo e orientativo sobre transtornos mentais;

Prevenção do desenvolvimento de transtornos mentais nos alunos durante o programa;

Identificação de possíveis quadros de transtornos mentais entre os alunos do programa, direcionando-os para apoio especializado;

Estreitamento das relações entre os alunos e professores, formando assim uma rede de apoio, garantindo mais segurança aos discentes que assim necessitarem;

Redução da taxa de evasão estudantil e melhorar o desempenho geral dos alunos.