

**UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS
PRO-REITORIA DE ASSUNTOS COMUNITÁRIOS E
ESTUDANTIS**

2021

Protocolo de organização de serviços para o enfrentamento do sofrimento psíquico de universitários

Universidade Federal de São Carlos

Reitora: Prof^a Dr^a Ana Beatriz de Oliveira

Vice-Reitora: Prof^a Dr^a Maria de Jesus Dutra dos Reis

Pro-Reitoria de Assuntos Comunitários e Estudantis - ProACE

Gestão 2017 – 2020

Pró-Reitor: Prof. Dr. Leonardo A. Andrade

Pró-Reitora Adjunta: Francy Mary Alves Back

Gestão 2021 - 2024

Pró-Reitor: Dr. Djalma Ribeiro Júnior

Pró-Reitora Adjunta: M.^a Gisele Aparecida Zutin Castelani

ERRATA

RODRIGUES, T. C. M. M., *et al.* Protocolo de organização de serviços para o enfrentamento do sofrimento psíquico de universitários. São Carlos: UFSCar/CPOI, 2021. 57 p.

Folha	Linha	Onde se lê	Leia-se
2	15	Guilherme Correa Barbosa, como membro da ProACE	Guilherme Correa Barbosa, somente como autor
2	17	Vera Lúcia Pamplona Tonete, como membro da ProACE	Vera Lúcia Pamplona Tonete, somente como autora

Membros da ProACE – Autoria deste protocolo

Alexandre Magela Gusmão	Márcia Regina Pires Bracciali
Ana Teresa de Campos Delfino	Marta Maria Troiano Cury
André Luis Masiero	Regina Lourenço de Barros
Carla Roberta Sola de Paula Vieira	Ricardo Pereira da Silva Oliveira
Caroline Bier Faria	Rosani Loures Vicentino
Cássia Thais de Paula	Sandra Regina Rocha Araújo
Cristiane Cinat	Silvio Magalhaes de Aguiar
Erick Martins	Simone di Salvo Mastrantonio
Evellyn Ap. Espíndola	Simone Peixoto Conejo
Fabiana Midori Oikawa	Sônia Faria Cintra de Jesus
Fernanda Israel Cardoso	Sônia Regina Eliseo
Fernanda Silva Oliveira	Tania Regina Micheletti
Francy Mary Alves Back	Tatiane C M Machado Rodrigues
Guilherme Correa Barbosa	Thomás Silva Oliveira
Luciana Pimenta da Silva Denardi	Valdir César Faria
Luis Eduardo Andreossi	Vanessa Custódio
Luiz Ferraz de Sampaio Neto	Vera Lúcia Pamplona Tonete
Márcia João Pedro	Wilson Ap. Silva

Revisão Gramatical e Ortográfica: Lissandra Pinhatelli de Britto

Parecerista: Guilherme Correa Barbosa

Normalização e Ficha Catalográfica: Marina P. Freitas CRB-8/6069

Dados internacionais de Catalogação-na-Publicação (CIP)

Protocolo de organização de serviços para o enfrentamento do sofrimento psíquico de universitários. / Tatiane C. M. Machado Rodrigues ... [et al.]. — São Carlos : UFSCar/CPOI, 2021.

57 p.

ISBN: 978-65-86558-45-6

1. Atenção psicossocial. 2. Universitários. 3. Acolhimento.
I. Título.



Comissão Permanente
de Publicações Oficiais
e Institucionais da UFSCar



Reitora

Ana Beatriz de Oliveira

Vice-Reitor

Maria de Jesus Dutra dos Reis

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

AA - Assistente administrativo

AE - Atividades existentes

AE/AI - Atividades parcialmente implementadas

AEnf - Auxiliar de Enfermagem

AI - Atividades a serem implementadas

AS - Assistente social

CNES – Cadastro Nacional dos Estabelecimentos de Saúde

DeACE Ar – Departamento de Assuntos Comunitários e Estudantis Araras

DeACE LS - Departamento de Assuntos Comunitários e Estudantis Lagoa do Sino

DeACE So - Departamento de Assuntos Comunitários e Estudantis Sorocaba

DeAE – Departamento de Assistência ao estudante

DeAS – Departamento de Atenção à Saúde

Den - Dentista

Enf - Enfermeiro

Med – Médico

ProACE – Pró Reitoria de Assuntos Comunitários e Estudantis

Psi - Psicólogo

Psiqu - Psiquiatra

TO - Terapeuta Ocupacional

UFSCar - Universidade Federal de São Carlos

UNESP - Universidade Estadual Paulista

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO.....	6
1 INTRODUÇÃO.....	8
2 CARACTERIZAÇÃO DO PROBLEMA: SOFRIMENTO PSÍQUICO DO ESTUDANTE UNIVERSITÁRIO.....	10
2.1 Magnitude.....	10
2.2 Transcendência.....	10
2.3 Vulnerabilidade.....	10
2.4 Determinantes.....	11
2.5 Implicações para os estudantes.....	12
2.6 Implicações para a universidade.....	12
3 PLANO DE ATIVIDADES.....	13
3.1 Departamento de Assuntos Comunitários e Estudantis (DeACE) – Lagoa do Sino.....	14
3.2 Departamento de Assuntos Comunitários e Estudantis (DeACE) – Araras.....	22
3.3 Departamento de Assuntos Comunitários e Estudantis (DeACE) – Sorocaba.....	32
3.4 Departamento de Atenção à Saúde (DeAS) – Departamento de Assistência Estudantil (DeAE) – São Carlos.....	43
4 CONCLUSÃO.....	55
REFERÊNCIAS.....	56

APRESENTAÇÃO

Este protocolo foi produzido como produto de um trabalho de conclusão de curso de Mestrado Profissional em Enfermagem da Faculdade de Medicina “Júlio de Mesquita Filho” Campus de Botucatu UNESP – Universidade Estadual Paulista, no período de 2020-2021, pela servidora da Universidade Federal de São Carlos Tatiane Carolina Martins Machado Rodrigues do *campus* Lagoa do Sino.

A pesquisa abordou o tema da saúde mental do estudante universitário, elegendo como objeto de estudo, o enfrentamento do sofrimento psíquico dos estudantes, por meio de estratégias pactuadas por profissionais da Pró Reitoria de Assuntos Comunitários e Estudantis (ProACE), que os atendem no contexto universitário.

Sua realização ocorreu através do método da pesquisa ação, da qual participaram trinta e três profissionais vinculados aos departamentos de saúde e de assistência social dos quatro campi da UFSCar, desenvolvida em três etapas e seguindo modelo proposto por Werneck, Faria e Campos: na Etapa 1, foram realizados: estudo de revisão integrativa de literatura sobre estratégias recomendadas para o enfrentamento do agravo em foco; estudo observacional sobre o perfil demográfico, acadêmico e de atenção à saúde de amostra probabilística e estratificada de estudantes atendidos nos referidos departamentos de saúde em 2019. Os dados foram coletados de prontuários físicos e analisados descritivamente, com apoio do programa SPSS13.0; levantamento dos componentes das redes de atenção à saúde mental dos municípios sede das regiões dos quatro campi da universidade, utilizando como fontes de dados o Cadastro Nacional de Estabelecimentos de Saúde (CNES). Esses dados foram analisados descritivamente, com apoio do programa Excel versão 2019. Na Etapa 2, considerando os resultados obtidos na anterior, iniciou-se a elaboração coletiva dos itens do protocolo, por meio de estratégias síncronas, sete encontros remotos de duas horas cada e, assíncronas, com o preenchimento de dois questionários pelos participantes desta pesquisa, um sobre facilidades e dificuldades em relação ao atendimento à saúde mental dos estudantes e outro sobre atividades pertinentes ao enfrentamento do sofrimento psíquico nos respectivos locais de trabalho. Essa intervenção foi implementada

em ambiente virtual Google, utilizando os aplicativos: Google Forms e Google Meet. Os dados desta etapa também foram analisados descritivamente, com apoio do programa Excel versão 2019. Na Etapa 3, o protocolo foi sistematizado na íntegra, apresentado aos profissionais envolvidos e concluído. Considera-se que, o processo para tal produção foi cientificamente respaldado, contando com a participação ampla e ativa dos profissionais envolvidos com o atendimento em saúde e assistência social dos estudantes universitários. Sendo, por definição um instrumento a ser revisto periodicamente, recomenda-se a avaliação do protocolo produzido, após um ano de sua implantação.

1 INTRODUÇÃO

O ingresso na universidade acompanha grandes mudanças para alguns estudantes, pois ao mesmo tempo que sinaliza uma conquista, pode-se tornar um período crítico, de maior vulnerabilidade pessoal, por distanciar o jovem do núcleo familiar e do ciclo de amigos, introduzindo-o em um contexto que requer novas posturas e responsabilidades (GOMES; ARAÚJO; COMONIAN, 2018; CERCHIARI; CAETANO; FACCENDA, 2005).

Como potenciais estressores a que os estudantes universitários possam estar expostos, são apontados: rede de apoio deficiente, sobrecarga de tarefas estudantis, dificuldade na administração do tempo, responsabilidade e expectativas econômicas e sociais diante da vida acadêmica e imposição de cobranças pela sociedade (FERNANDES et al., 2018; MONTEIRO; FREITAS; RIBEIRO, 2007).

Muitos são os fatores a serem levados em consideração ao se pensar em sofrimento psíquico em estudantes universitários, destacando questões como: a relação professor-estudante, metodologias de ensino, forma de atuação do corpo docente, o processo de fragmentação do saber, ambiente competitivo, distanciamento entre teoria e prática e estrutura curricular (ANDRADE, et al., 2014).

Vinculado a este sofrimento está o afastamento do círculo familiar e da rede afetiva, a administração da vida cotidiana, a organização da rotina e o encontro de um local de moradia adequado (MALAJOVICH, et al., 2019).

Dificuldades emocionais típicas dessa etapa do ciclo evolutivo, associadas aos desafios de adaptação à vida universitária, podem então expor o jovem estudante ao estresse, aumentando sua vulnerabilidade ao sofrimento psíquico, desencadeando sintomas psicopatológicos que podem evoluir (ou não) para transtornos mentais (BOTTI et al., 2016).

O sofrimento psíquico pode ser definido como um conjunto de mal-estares e dificuldades de conviver com a multiplicidade contraditória de significados existenciais, apresentando limitações para operar planos, definir o sentido da vida ou ainda, relacionando-se ao sentimento de impotência e de vazio (FERNANDES et al., 2018; SCHENEIDER et al., 2008).

Entre os principais sintomas do sofrimento psíquico encontram-se descritos: alterações do humor, perda da iniciativa, desinteresse em geral, falta de autocuidado, diminuição da capacidade de concentração e ansiedade (FERNANDES et al., 2018).

Do mesmo modo, são considerados como sintomas de sofrimento psíquico: distúrbios do sono e apetite (por vezes para mais, por vezes para menos), dores (frequentemente crônicas e difusas), cansaço, palpitações, tontura ou mesmo alterações gástricas e intestinais (BRASIL, 2013).

Considerando as possibilidades de reconhecer as necessidades e as demandas de saúde mental da população universitária, emerge a pertinência de criar recursos coletivos e individuais de cuidado, apropriados à detecção precoce dos referidos sintomas e ao acompanhamento por profissionais da saúde nos casos detectados, a fim de favorecer ações terapêuticas imediatas para intervir rapidamente, buscando minimizar o sofrimento e impedir suas consequências (OSSE; COSTA, 2011).

De forma ampla, e em uma perspectiva interprofissional, postula-se que as intervenções em saúde mental não sejam pautadas somente por referenciais que privilegiem aspectos biológicos envolvidos no sofrimento psíquico, mas outros que subsidiem novas possibilidades de modificar e qualificar as condições e modos de vida, orientando-se pela produção de vida e de saúde e não se restringindo à cura de doenças. Isso significa acreditar que a vida pode ter várias formas de ser percebida, experimentada e vivida (BRASIL, 2013).

Para tanto, é necessário olhar para o estudante universitário, em suas múltiplas dimensões, com seus desejos, anseios, valores e escolhas.

Neste sentido, para uma abordagem efetiva desse agravo da saúde mental, aponta-se a importância de considerar o contexto em que os estudantes estão inseridos, (OSSE; COSTA, 2011), especialmente, pela possibilidade de criar condições para que os mesmos tenham oportunidade de vivenciar ações de promoção da saúde mental e, ao buscarem o atendimento, sejam acolhidos em um ambiente acessível e confortável, com profissionais devidamente capacitados e resolutivos (ARNOLD; BAKER, 2018).

A formação de redes de apoio, laços entre estudantes, professores, técnicos e outras pessoas da comunidade acadêmica podem contribuir para a consolidação de uma cultura solidária e humanizada na universidade sendo uma estratégia fundamental para o enfrentamento dos dilemas inerentes a vida estudantil (MALAJOVICH et al., 2019).

Dada a gravidade do problema em foco, o presente protocolo, construído coletivamente pelos gestores, profissionais da área da saúde, da assistência social

e administrativa da ProACE, com base no Modelo de Werneck, Faria e Campos (2009), vem ao encontro do Relatório da Comissão para estudos de Política de Saúde Mental para a UFSCar – 06/03/2020, como mais um recurso para promover/fortalecer as ações de saúde mental no contexto universitário.

2 CARACTERIZAÇÃO DO PROBLEMA: SOFRIMENTO PSÍQUICO DO ESTUDANTE UNIVERSITÁRIO

2.1 Magnitude

- 13% dos atendimentos pelas unidades de saúde da ProACE referem-se a queixas de sofrimento psíquico;
- 89% dos cursos da UFSCar apresentam estudantes com sintomas de sofrimento psíquico;
- 30,8% dos atendimentos dos estudantes em sofrimento psíquico encontram-se no primeiro ano do curso.

2.2 Transcendência

A equipe reconhece e identifica o problema do sofrimento psíquico dos estudantes universitários, porém encontra dificuldades de outras instâncias para realizar um serviço efetivo como: equipe reduzida, falta de entendimento e colaboração de outras pró-reitorias ao considerar que muitos problemas encontram-se na questão acadêmica - relação aluno - professor, sobrecarga de tarefas estudantis e também a falta de adesão dos estudantes em atividades coletivas, limitando a possibilidade de ação da equipe.

2.3 Vulnerabilidade

A organização do trabalho em rede e nas unidades de saúde da ProACE coopera com a efetividade da assistência prestada aos estudantes universitários e podem nortear ações voltadas para a redução do sofrimento psíquico, porém existem fragilidades na estrutura da rede e falta de legitimidade dos demais profissionais que não sejam exclusivos da saúde mental.

2.4 Determinantes

- Dificuldade de adaptação;
- Dificuldade com o desempenho acadêmico;
- Dificuldades com as relações (discentes - docentes, entre pares, relacionamentos amorosos);
- Afastamento da família;
- Excesso de proteção familiar;
- Mudança do ambiente domiciliar;
- Dificuldade em lidar com a própria autonomia, conflitos, tempo;
- Imaturidade psíquica;
- Mudança de papéis (em casa no papel de filho recebendo cuidados dos pais, na universidade, responsável por inúmeras tarefas tanto da vida estudantil quanto da vida pessoal);
- Frustração de expectativas;
- Ausência de rotina;
- Imediatismo;
- Mudança/Diferenças culturais;
- Adaptação ao novo;
- Cobrança da sociedade;
- Isolamento/Distanciamento Social;
- Excesso de tarefas acadêmicas/pressão acadêmica;
- Dificuldade de aceitar negativas;
- Bullying (trotes, hierarquias entre calouros e veteranos...);
- Assédio Moral;
- Doenças pré-existentes;
- Transtornos mentais;
- Uso de medicação e acompanhamento psicoterápico antes do ingresso;
- Perfeccionismo extremo;
- Ansiedade elevada;
- Uso de substâncias ilícitas;
- Vulnerabilidades diversas;
- Condições sócio econômicas.

2.5 Implicações para os estudantes

- Solidão;
- Isolamento;
- Adoecimento;
- Frustração;
- Sentimento de incapacidade;
- Desistência do curso;
- Queda de rendimento;
- Evasão;
- Agressividade;
- Insegurança;
- Depressão;
- Distanciamento familiar;
- Uso de drogas;
- Baixa auto estima;
- Prejuízo funcional e nas relações interpessoais;
- Choque cultural;
- Sofrimento agudo;
- Dificuldade de autoaceitação;
- Dificuldade de lidar (dar conta) com as exigências acadêmicas;
- Maior vulnerabilidade às doenças mentais (ansiedade, depressão etc.);
- Comportamentos nocivos;
- Tentativas elevadas de controle;
- Uso abusivo e nocivo de álcool e outras drogas;
- Dificuldade de socializar;
- Suicídio.

2.6 Implicações para a universidade:

- Alto índice de reprovação;
- Retenção no curso;
- Perda de vaga;

- Evasão;
- Sobrecarga nos serviços dentro da universidade;
- Necessidade de cuidados voltados à equipe da ProACE;
- Sobrecarga de trabalho;
- Necessidade de atualização para atender as necessidades;
- Adaptação de serviços.

3 PLANO DE ATIVIDADES

O objetivo deste plano é padronizar ações para o enfrentamento do sofrimento psíquico dos estudantes da UFSCar.

Para isso, as ações foram segmentadas por campi, os quais contam com departamentos de saúde e de assistência social, realizando serviços voltados à saúde e à assistência estudantil para toda comunidade universitária.

Em São Carlos existem 02 (dois) departamentos distintos: o Departamento de Atenção à Saúde (DeAS) e o Departamento de Assistência ao estudante (DeAE).

Nos demais campi as equipes atuam em apenas um departamento, o Departamento de Assuntos Comunitários e Estudantis (DeACE), sendo estes DeACE-Ar (Araras), DeACE-So (Sorocaba) e DeACE-LS (Lagoa do Sino).

As ações abaixo apresentadas foram classificadas em atividades coletivas, por meio da realização de grupos de discussões, oficinas de trabalho e rodas de conversa, subdivididas em 03 (três) frentes, sendo: de cunho educativo para com os estudantes, terapêuticas e de apoio com os estudantes e de educação permanente em saúde para os profissionais dos departamentos da ProACE dos quatro campi da UFSCar.

As atividades individuais foram classificadas em terapêuticas e de apoio com os estudantes, sendo incluídas atividades de cultura e de lazer, bem como as atividades físicas e esportivas.

No título de cada atividade proposta identificamos como atividade existente no campus (AE), atividade para se implementar (AI) e atividades parcialmente implementadas (AE/AI).

3.1 Departamento de Assuntos Comunitários e Estudantis - DeACE - Lagoa do Sino

1 Atividades coletivas:

1.1 Atividades coletivas: educativas com estudantes

Tema	Título	Objetivo	Método	M e d	E n f	P s i	A S	A A	Recursos	Indicadores de avaliação	Acompanhamento
Promoção da saúde sexual e reprodutiva dos estudantes universitários métodos anticoncepcionais e prevenção/orientação sobre infecções sexualmente transmissíveis (IST)	AE/AI Palestras/ Rodas de Conversa educativas sobre IST e métodos anticoncepcionais	Promover a educação e estimular o conhecimento sobre IST assim como suas formas de prevenção	Exposição dialogada sobre IST e métodos anticoncepcionais em rodas de conversa	X	X				Humanos Materiais (panfletos, preservativos, apoio secretaria de saúde municipal)	Número de casos de estudantes com diagnósticos de IST/ano Número de casos de estudantes com gestações não planejadas/ano	Acompanhar o número de atividades educativas realizadas e o número de estudantes envolvidos
Promoção da segurança universitária	AI Sinalização dos lugares mais propícios às ocorrências causadas por injúrias intencionais ou não	Incentivar os estudantes a não frequentarem locais perigosos	Mapeamento e colocação de placas de sinalização	X	X	X	X	X	Humanos Financeiros (para confeccionar placas)	Número de ocorrências de injúrias intencionais e não intencionais no campus/ano	Observar o posicionamento adequado das placas e repor quando necessário
Prevenção da violência contra o estudante universitário (bullying, trote)	AI Prevenção da violência contra o estudante	Prevenir violência, trote, bullying	Grupo de orientações	X	X	X	X	X	Humanos	Número de casos de violência registrados/ano	Acompanhar a frequência de estudantes nos grupos educativos
Prevenção do sofrimento psíquico (autocuidado)	AI Grupo de Auto Cuidado	Abordar possibilidades de autocuidado	Grupo educativo	X	X	X	X	X	Humanos	Número de estudan	Acompanhar a frequência de estudantes

		do para prevenção do sofrimento psíquico Abrir espaços para os grupos incorporados na estrutura curricular								tes com queixas de sofrimento psíquico/ano	nos grupos educativos
Orientação sobre recursos assistenciais na rede municipal, na comunidade e na universidade voltados à saúde mental	Al Roda de conversa sobre recursos assistenciais	Informar os estudantes sobre o que existe na universidade e no município voltado à saúde mental	Roda de Conversa	X	X	X	X	X	Humanos	Número de estudantes que utilizam a unidade de saúde do campus/ano Número de estudantes que utilizam unidades de saúde da RAPS local/ano	Acompanhar a frequência de estudantes nas rodas de conversa
Orientação sobre uso de álcool e de outras substâncias psicoativas	Al Roda de Conversa sobre uso de álcool e de outras substâncias psicoativas	Informar os estudantes sobre as consequências nocivas do uso de álcool e de outras substâncias psicoativas Incentivar a troca de experiências entre estudantes	Rodas de Conversa	X	X	X	X	X	Humanos	Número de estudantes do campus que buscam auxílio no DeACE devido ao uso abusivo de álcool e/ou outras drogas psicoativas /ano	Acompanhar a frequência de estudantes que participam das rodas de conversa

		tes em diferentes momentos e com diferentes experiências locais									
Pandemia e COVID 19	AE/AI Lives sobre Covid 19	Informar o estudante sobre os cuidados de saúde durante a pandemia	Lives	X	X	X	X	X	Humanos Materiais	Número de acessos de estudantes/live Número de casos notificados de estudantes em isolamento e acometidos/mês	Acompanhar a frequência de acessos dos estudantes
Projeto para o Acolhimento de Calouros	AE Ciclo de Acolhimento a Calouros O Projeto é realizado cerca de 2 meses após a calourada	Favorecer a adaptação dos discentes às novas situações do cotidiano acadêmico Prevenção de situações de estresse relacionadas ao ingresso na universidade	Oficinas e rodas de conversa	X	X	X	X	X	Humanos	Número/feedback de calouros que passaram pelo processo/ano	Acompanhar o número de calouros participantes das atividades
Encontros – “Estou me formando... E agora?”	AE “Estou me formando. E agora?”	Prevenir situações de	Roda de Conversa	X	X	X	X	X	Humanos	Número de formandos atendidos	Acompanhar os estudantes que

		estresse relaciona das a formação								com queixa de sofrimento psíquico/ano	participam da atividade
--	--	-----------------------------------	--	--	--	--	--	--	--	---------------------------------------	-------------------------

1.2 - Atividades coletivas: terapêuticas/de apoio com estudantes

Tema	Título	Objetivo	Método	M e d	E n f	P s i	A S	A A	Recursos	Indicadores de avaliação	Acompanhamento
Estudantes com ansiedade	AI Grupo de Ansiedade	Promover espaços de apoio e troca de experiências aos estudantes com ansiedade	Reuniões em Grupo	X	X	X	X		Humanos	Número de estudantes com queixa de ansiedade/ano	Acompanhar os estudantes que participam das atividades
Estudantes com problemas de exclusão social	AI Rodas de Conversa – estudantes e exclusão social	Promover espaços de apoio aos estudantes com problemas de exclusão social	Rodas de conversa			X	X		Humanos	Número de estudantes em vulnerabilidade social/ano	Acompanhar os estudantes que participam das atividades

Atividades a serem viabilizadas pela ProACE/UFSCar:
Projeto de Extensão Práticas Integrativas e Complementares e Suporte Social.

1.3. Atividades coletivas: educação permanente aos servidores

Tema	Título	Objetivo	Método	M e d	E n f	P s i	A S	A A	Recursos	Indicadores de avaliação	Acompanhamento
Saúde mental de estudantes (ansiedade, problemas psicossomáticos)	AI Oficina de Saúde Mental	Capacitar os servidores para o atendimento em saúde mental	Oficinas	X	X	X	X		Humanos	Número de servidores da unidade capacitados/ano	Acompanhar os servidores participantes das oficinas

Trabalho em equipe Relacionamento interpessoal e comunicação	AI Reuniões de Equipe	Melhorar o relacionamento interpessoal e a comunicação	Reuniões mensais	X	X	X	X	X	Humanos	Número de servidores da unidade participantes/ semestre	Acompanhar os servidores participantes das reuniões
Estudo de caso	AI Reuniões de Estudo de Caso	Discutir casos de estudantes com sofrimento psíquico em equipe	Reuniões quinzenais	X	X	X	X	X	Humanos	Número de casos encaminhados/ resolvidos /mês	Acompanhar os casos discutidos

Atividades a serem viabilizadas pela ProACE/UFSCar:
Rodas de conversa sobre qualidade de vida dos servidores.

2 Atividades individuais

2.1 - Atividades individuais: terapêuticas/de apoio com estudantes

Tema	Título	Objetivo	Método	M e d	E n f	P s i	A S	A A	Recursos	Indicadores de avaliação	Acompanhamento
Acolhimento e escuta qualificada	AE/AI Acolhimento e escuta qualificada Projeto Amar-Elos LS	Acolher o estudante, ouvi-lo com empatia	Com versas de modo virtual ou presencial Individual	X	X	X	X	X	Humanos	Número/ feedback de estudantes participantes do grupo Amar-Elos/ano	Acompanhamento do grupo de acolhedoras e acolhedores
Orientação saúde física e mental	AI Orientação sobre vida saudável	Orientar o estudante quanto a práticas de saúde física e mental	Consulta individual	X	X	X	X		Humanos	Número de estudantes atendidos/ ano	Acompanhar os estudantes atendidos
Orientação sobre bolsas/benefícios Programa de Apoio ao	AE Orientação sobre bolsas/benefícios PAE	Orientar os estudantes	Consulta individual				X	X	Humanos	Número de estudantes atendidos/ semestre	Acompanhar os estudantes atendidos

Estudante (PAE)											
Consulta médica/prescrição de receitas de psicofármacos, replicação de receitas de psicofármacos em uso crônico	AE Consulta médica geral conforme demanda	Atender a queixa do estudante	Consulta individual	X					Humanos Materiais	Número de consultas realizadas /mês Número de prescrições de medicamentos realizadas /mês Tipo de medicamentos prescritos/mês	Acompanhar o resultado do tratamento de estudantes atendidos
Visita domiciliar	AE Visita domiciliar conforme demanda	Aproximar da realidade do estudante	Atendimento presencial na moradia do estudante	X	X	X	X	X	Humanos Materiais	Número de visitas domiciliares realizadas /mês Motivos de realização de visitas domiciliares realizadas /mês	Acompanhar os resultados de visitas realizadas
Encaminhamento/acompanhamento - Rede Atenção Psicossocial (RAPS)	AE Encaminhamento RAPS	Indicar suporte e resolução de casos de sofrimento psíquico adequados	Contato com profissionais de referência por escrito telefone e mail	X	X	X	X	X	Humanos Materiais	Número de estudantes referenciados/mês Número de estudantes contra referenciados/mês	Acompanhar casos de referência e contra referência
Plantão psicológico	AE Plantão psicológico	Suporte em questões de saúde mental no	Atendimento individual			X			Humanos	Número de atendimentos	Acompanhar os estudantes atendidos

	Disponibilidade Institucional do Serviço	momento da demanda	dual ou grupal							solicitados /mês Número de atendimentos realizados /mês	
Atendimento remoto: teleconferência /telefone/ e-mail/ WhatsApp	AE Atendimento remoto	Atender a queixa do estudante	Através de meios de comunicação	X	X	X	X	X	Humanos Materiais	Número de atendimentos solicitados /mês Número de atendimentos realizados /mês	Acompanhar os estudantes atendidos

Atividades a serem viabilizadas pela ProACE/UFSCar:
Projeto Terapêutico Singular (PTS) e
Matriciamento/Auxílio em saúde ambulatorial.

3 Atividades de cultura e lazer

Tema	Título	Objetivo	Método	M e d	E n f	P s i	A S	A A	Recursos	Indicadores de avaliação	Acompanhamento
Divulgação das leis e benefícios voltados a estudantes (em geral) e de baixa renda para maior acesso a benefícios em atividades culturais gratuitas ou com descontos	AI Informações Culturais	Incentivar práticas culturais	Cartazes Info rede				X	X	Humanos Materiais	Número de divulgações /mês	Relatório anual
Informações sobre atividades culturais na cidade e região	AI Informações culturais	Incentivar práticas culturais	Cartazes Info rede	X	X	X	X	X	Humanos Materiais	Número de divulgações /mês	Relatório anual

Dia do Banzo	AE Dia do Banzo	Trabalhar aspectos relacionados a saúdes e mudanças de rotina	Encontros grupais	X	X	X	X	X	Humanos	Número de estudantes que participam da atividade/ano	Avaliação oral dos participantes
Projeto PIAPE	AE Programa Institucional de Acolhimento e Incentivo a Permanência Estudantil	Incentivar a permanência estudantil	Depende de cada ação sugerida	X	X	X	X	X	Humanos	Número de estudantes que participam da atividade/ano	Relatório próprio

Atividades a serem viabilizadas pela ProACE/UFSCar:

Filmes com posterior debate;

Palestras de temas gerais/culturais e

Proposição a diretoria do campus sobre atividades culturais dentro do campus.

4 Atividades físicas/esportivas

Tema	Título	Objetivo	Método	M e d	E n f	P s i	A S	A A	Recursos	Indicadores de avaliação	Acompanhamento
Disponibilização de materiais esportivos e de jogos	AE Disponibilização de materiais esportivos e de jogos	Incentivar a prática esportiva	Entrega e acompanhamento da devolução de materiais	X	X	X	X	X	Humanos Materiais	Número de estudantes que utilizaram materiais e jogos/mês	Relatório próprio

Atividades a serem viabilizadas pela ProACE/UFSCar:

Disponibilização de quadra poliesportiva/ginásio de esportes/quadra coberta/arena de teatro/áreas livres.

Fonte: Elaborado pelos autores, 2021.

3.2 Departamento de Assuntos Comunitários e Estudantis (DeACE) - Araras

1 Atividades coletivas

1.1 Atividades coletivas: educativas com estudantes											
Tema	Título	Objetivo	Método	M e d	E n f	P s i	A S	A A	Recursos	Indicadores de avaliação	Acompanhamento
Promoção da qualidade de vida universitária (experiências saudáveis da vida adulta, organização financeira, organização para o estudo (agenda/ rotina/ cronogramas, atividade de vida diária (AVD), moradia)	AE/AI Projeto Pro Estudo em parceria com profissionais fora do departamento	Escutar o estudante e oferecer informações e apoio relativo aos estudos	Lives	X	X	X	X	X	Humanos	Número de lives realizadas/ ano	Acompanhar o número de estudantes participantes
Promoção da qualidade de vida universitária (experiências saudáveis da vida adulta, organização financeira, organização para o estudo (agenda/ rotina/ cronogramas, atividade de vida diária (AVD), moradia)	AE/AI Campanha de prevenção à violência	Promover a educação e estimular o conhecimento sobre prevenção à violência	Produção de Cartilhas e Palestras	X	X	X	X	X	Humanos Financeiros	Número total de estudantes/ ano	Acompanhar o número de estudantes nas palestras e total de cartilhas entregues
Promoção da qualidade de vida universitária (experiências saudáveis da vida adulta, organização financeira, organização	AE/AI Atividades de apoio a temas relativos à saúde mental	Escutar o estudante e oferecer informações e apoio relativo à	Lives	X	X	X	X	X	Humanos	Número de atividades realizadas/ ano	Acompanhar o número de estudantes participantes

para o estudo (agenda/ rotina/ cronogramas, atividade de vida diária (AVD), moradia)		saúde mental										
Promoção da saúde sexual e reprodutiva dos estudantes universitários, métodos anticoncepcionais e prevenção/orientação sobre Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST)	AE Atividades de testagem, orientação sobre ISTs e distribuição de preservativos Palestras educativas sobre IST	Promover a educação e estimular o conhecimento sobre IST assim como suas formas de prevenção	Lives e testagem	X	X	X	X	X	Humanos Materiais (panfletos, preservativos: apoio secretaria de saúde municipal)	Número de casos de estudantes com diagnósticos de IST/ano Número de casos de estudantes com gestações não planejadas/ ano	Acompanhar o número de atividades educativas realizadas e o número de estudantes envolvidos	
Promoção da segurança universitária/ Prevenção da violência e acidentes contra o estudante universitário (bullying, trote)	AE Promoção da Segurança universitária	Prevenir violência, trote, bullying Promover melhores condições de segurança no campus	Grupo de orientações Solicitações a órgãos superiores	X	X	X	X	X	Humanos Financeiro	Número de atividades realizadas/ ano Número de ofícios encaminhados/ano	Acompanhar o número de estudantes participantes Demandas resolvidas	
Prevenção do sofrimento psíquico (auto cuidado)	AE Prevenção do Sofrimento Psíquico	Abordar possibilidades de autocuidado para prevenção do sofrimento psíquico	Grupo educativo			X			Humanos	Número de estudantes com queixas de sofrimento psíquico/ ano	Acompanhar a frequência de estudantes nos grupos educativos	

Orientação sobre recursos assistenciais na rede municipal, na comunidade e na universidade voltados à saúde mental	AE Orientações sobre recursos assistenciais em parceria com o município	Informar o estudante sobre o que existe na universidade e na rede voltado à saúde mental	Roda de conversa específica sobre este tema	X	X	X	X	X	Humanos Materiais	Número de estudantes em vulnerabilidade/ano	Acompanhar a frequência de estudantes que participam das rodas de conversa
Orientação sobre uso de álcool e outras substâncias psicoativas	AE Campanha de redução de danos e atividades informativas sobre uso de substâncias em parceria com o CAPS AD do município	Informar o estudante sobre os malefícios das drogas e outras substâncias	Campanhas próximas as datas de festas	X	X	X	X	X	Humanos Materiais	Número de estudantes do campus que buscam auxílio no DeACE devido ao uso abusivo de álcool e/ou outras drogas psicoativas /ano	Acompanhar a frequência de estudantes que participam das campanhas
Pandemia e COVID 19	AE Covid 19	Informar o estudante sobre os cuidados de saúde durante a pandemia Envio frequente do questionário institucional de sintomático respiratório	Mantém contato com estudantes em vulnerabilidade por telefone e e-mail	X	X	X	X	x	Humanos	Número de acessos de estudantes/ Número de casos notificados de estudantes em isolamento e acometidos/ mês	Acompanhar a frequência de acesso dos estudantes
Projeto para o Acolhimento de Calouros	AE Calourada em parceria com docentes,	Acolher os calouros e suas famílias,	Demandas espontâneas ou	X	X	X	X	X	Humanos	Número total de calouros/ano	Acompanhar o número de calouros participantes

	discentes e técnicos	tirar dúvidas, dar orientações	busca pela equipe nas salas e pátio onde ocorrem as atividades								das atividades
Encontros – “Estou me formando... E agora?”	AI Em parcerias com empresas e outros setores da universidade	Prevenir situações de estresse relacionadas a formação	Rodas de Conversa	X	X	X	X	X	Humanos	Número de formandos atendidos com queixa de sofrimento psíquico/ano	Acompanhar os estudantes que participam da atividade

1.2 - Atividades coletivas: terapêuticas/de apoio com estudantes

Tema	Título	Objetivo	Método	M e d	E n f	P s i	A S	A A	Recursos	Indicadores de avaliação	Acompanhamento
Estudantes com ansiedade	AI Grupo de Ansiedade	Promover espaços de apoio aos estudantes com ansiedade	Reuniões em Grupo incentivando a troca de experiências entre estudantes			X			Humanos	Número de estudantes atendidos com queixa de ansiedade/ano	Acompanhar os estudantes que participam das atividades
Estudantes com problemas de exclusão social	AI Rodas de Conversa – estudantes e exclusão social	Promover espaços de apoio aos estudantes com problemas de exclusão social	Rodas de conversa sobre temas relacionados a exclusão social	X	X	X	X	x	Humanos	Número de estudantes em vulnerabilidade social/ano	Acompanhar os estudantes que participam das atividades

1.3. Atividades coletivas: educação permanente aos servidores

Tema	Título	Objetivo	Método	M e d	E n f	P s i	A S	A A	Recursos	Indicadores de avaliação	Acompanhamento
Saúde mental de estudantes (ansiedade, problemas psicossomáticos)	AI Oficina de Saúde Mental	Capacitar os servidores para o atendimento em saúde mental	Oficinas	X	X	X	X	X	Humanos	Número de servidores da unidade capacitados /ano	Acompanhar os servidores participantes das oficinas
Trabalho em equipe Relacionamento interpessoal e comunicação	AI Reuniões de Equipe	Melhorar o relacionamento interpessoal e a comunicação	Reuniões mensais	X	X	X	X	X	Humanos	Número de servidores da unidade participantes/ semestre	Acompanhar os servidores participantes das reuniões

Atividades a serem viabilizadas pela ProACE/UFSCar:
Rodas de conversa sobre qualidade de vida dos servidores.

2 Atividades individuais

2.1 - Atividades individuais: terapêuticas/de apoio com estudantes

Tema	Título	Objetivo	Método	M e d	E n f	P s i	A S	A A	Recursos	Indicadores de avaliação	Acompanhamento
Acolhimento e escuta qualificada	AE Acolhimento e escuta qualificada	Acolher o estudante, ouvi-lo com empatia	Consulta individual	X	X	X	X	X	Humanos	Número de estudantes com sofrimento psíquico atendidos/ ano	Acompanhar os estudantes atendidos
Orientação saúde física e mental	AE Orientação sobre vida saudável	Orientar o estudante quanto a práticas de saúde física e mental	Consulta individual	X	X	X	X	X	Humanos	Número de estudantes atendidos/ ano	Acompanhar os estudantes atendidos

Orientação sobre bolsas/benefícios Programa de Apoio ao Estudante (PAE)	AE Orientação sobre bolsas/benefícios PAE	Orientação sobre bolsas/benefícios PAE	Consulta individual				X		Humanos	Número de estudantes atendidos/ano	Acompanhar os estudantes atendidos
PTS (Projeto Terapêutico Singular)	AE Projeto Terapêutico Singular	Ter um cuidado específico para cada caso	Discussão coletiva de casos	X	X	X	X	X	Humanos	Número de casos discutidos/ano	Acompanhar os estudantes
Psicoterapia Individual	AE Atendimento psicológico	Proporcionar espaço de escuta e reflexão sobre as queixas apresentadas	Consulta individual			X			Humanos	Número de estudantes atendidos/ano	Acompanhar o número de estudantes atendidos
Consulta médica/ prescrição de receitas de psicofármacos, replicação de receitas de psicofármacos em uso crônico	AE Consulta Médica geral conforme demanda	Atender a queixa do estudante	Consulta individual	X					Humanos Materiais	Número de consultas realizadas/ mês Número de prescrições de medicamentos realizadas/ mês Tipo de medicamentos prescritos/ mês	Acompanhar o resultado do tratamento de estudantes atendidos
Visita domiciliar	AE Visita domiciliar conforme demanda	Aproximar da realidade do estudante	Atendimento presencial na moradia do estudante	X	X	X	X	X	Humanos Materiais	Número de visitas domiciliares realizadas/ mês Motivos de realização de visitas domiciliares realizadas/ mês	Acompanhar os resultados de visitas realizadas

Encaminhamento/acompanhamento – Rede Atenção Psicossocial	AE Encaminhamento RAPS	Indicar suporte e resolução de casos de sofrimento psíquico adequados	Contato com profissionais de referência por escrito telefone e e-mail	X	X	X	X	X	Humanos Materiais	Número de estudantes referenciados/mês Número de estudantes contra referenciados/mês	Acompanhar casos de referência e contra referência
Atendimento remoto: teleconferência/telefone/e-mail/WhatsApp	AE Atendimento remoto	Atender a queixa do estudante	Através de meios de comunicação	X	X	X	X	X	Humanos Materiais	Número de atendimentos solicitados/mês	Acompanhar os estudantes atendidos

Atividades a serem viabilizadas pela ProACE/UFSCar:
Matriciamento/Auxílio em saúde ambulatorial.

3. Atividades de cultura e lazer

Tema	Título	Objetivo	Método	M e d	E n f	P s i	A S	A A	Recursos	Indicadores de avaliação	Acompanhamento
Filmes com posterior debate	AI Filmes com posterior debates em parceria com outros setores	Contribuir para o desenvolvimento do pensamento crítico e promover a reflexão	Filme	X	X	X	X	x	Humanos Materiais	Número de exibição de filmes/ano	Acompanhar o número de estudantes participantes da atividade
Palestras de temas gerais/culturais	AI Palestras com temas gerais conforme demanda e em parceria com outros setores	Contribuir para o desenvolvimento do equilíbrio emocional, do corpo e da mente	Exposição dialógica	X	X	X	X	x	Humanos Materiais	Número de palestras realizadas/ano	Acompanhar o número de estudantes participantes das atividades

Atividades lúdicas ar livre - jardinagem	AE Dicas de atividades de jardinagem	Promo ver atividades de bem estar	Lives e postagens nas redes sociais	X	X	X	X	x	Humanos Materiais	Número de postagens realizadas/ano	Acompanhar o número de estudantes participantes das atividades
Utilização dos espaços UFSCar para construção de políticas voltadas para lazer e cultura	AI Rota da Cultura em parceria com outros departamentos e organizações estudantis Pista de caminhada e em todo percurso sinalizado com placas mostrando o que é e qual a finalidade de cada departamento presente nesta rota	Promo ver atividade física e informar a função de cada departamento	Realizar projeto e encaminhar a órgãos competentes	X	X	X	X	x	Humanos Materiais	Número de projetos encaminhados/ano	Relatório anual
Divulgação das leis e benefícios voltados a estudantes (em geral) e de baixa renda para maior acesso a benefícios em atividades culturais gratuitas ou com descontos	AE Informações Culturais	Incentivar práticas culturais	Cartazes Info rede				X		Humanos Materiais	Número de divulgações /mês	Relatório anual
Informações sobre atividades culturais na cidade e região	AE Informações culturais	Incentivar práticas culturais	Cartazes Info rede				X		Humanos Materiais	Número de divulgações /mês	Relatório anual

Projeto Piape	AE Programa Institucional de Acolhimento e Incentivo a Permanência Estudantil	Favorecer a permanência estudantil	Depende de cada ação sugerida	X	X	X	X	x	Humanos	Número de estudantes que participam da atividade/ano	Relatório próprio
4. Atividades físicas/esportivas											
Tema	Título	Objetivo	Método	M e d	E n f	P s i	A S	A A	Recursos	Indicadores de avaliação	Acompanhamento
Orientação e incentivo à participação em atividades físicas existentes (individuais e coletivas)	AE Orientação e incentivo à participação em atividades físicas	Incentivar práticas esportivas	Atendimento individual ou orientação coletiva	X	X	X	X	X	Humanos	Número de atendimentos/grupos realizados/ano	Acompanhar o número de estudantes orientados
Campeonatos (Vôlei, futebol, basquete, corrida, skate)	AE Campeonatos realizados pela Atlético, com apoio de toda equipe	Incentivar práticas esportivas	Apoio à atlética	X	X	X	X	X	Humanos Materiais	Número de campeonatos realizados/ano	Relatório anual de atividades
Yoga/lian gong	AE Yoga/lian gong	Equilibrar corpo, mente e emoções e trazer uma sensação de bem-estar	Yoga/lian gong				X		Humanos	Número de atividades realizadas/ano	Acompanhar o número de estudantes que participam das atividades
Grupos de caminhada/corrída/alongamento	AI Grupos de caminhada/alongamento	Promover o bem-estar	Grupos	X	X	X	X	X	Humanos	Número de atividades realizadas/ano	Acompanhar o número de estudantes que participam das atividades

Disponibilização de materiais esportivos e de jogos	AE Disponibilização de materiais esportivos e de jogos	Incentivar a prática esportiva	Entrega e acompanhamento da devolução de materiais	X	X	X	X	X	Humanos Materiais	Número de estudantes que utilizaram materiais e jogos/mês	Relatório próprio
---	--	--------------------------------	--	---	---	---	---	---	----------------------	---	-------------------

Atividades a serem viabilizadas pela ProACE/UFSCar:

Disponibilização de quadra poliesportiva/ ginásio de esportes/quadra coberta/arena de teatro/áreas livres e

Disponibilização de técnico esportivo.

Fonte: Elaborado pelos autores, 2021.

3.3 Departamento de Assuntos Comunitários e Estudantis (DeACE) - Sorocaba

1 Atividades coletivas

1.1 Atividades coletivas: educativas com estudantes

Tema	Título	Objetivo	Método	M e d	E n f	A E n f	P s i	A S	A A	Recursos	Indicadores de avaliação	Acompanhamento
Promoção da qualidade de vida universitária (experiências saudáveis da vida adulta, organização financeira, organização para o estudo (agenda/rotina/cronogramas atividade de vida diária (AVD), moradia)	AE Promoção da qualidade de vida (de acordo com a demanda dos estudantes da moradia estudantil)	Melhorar as relações interpessoais dentro da moradia estudantil	Roda de conversa	X	X	X	X	X	X	Humanos	Número de atividades realizadas/ano	Acompanhar o número de estudantes participantes nas atividades
Promoção da qualidade de vida universitária (experiências saudáveis da vida adulta, organização financeira, organiza	AE Promoção da qualidade de vida (datas e temas específicos em que alguém da equipe é convidado a falar sobre	Relacionar a qualidade de vida, dependendo do tema em específico	Palestra	X	X	X	X	X	X	Humanos	Número de atividades realizadas/ano	Acompanhar o número de estudantes participantes

ção para o estudo (agenda/rotina/cronogramas, atividade de vida diária (AVD), moradia)	algum assunto)											
Promoção da saúde sexual e reprodutiva dos estudantes universitários Métodos anticoncepcionais e prevenção/orientação sobre Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST)	AE Palestras/ Rodas de Conversa educativas sobre IST e métodos anticoncepcionais	Promover a educação e estimular o conhecimento sobre IST assim como suas formas de prevenção	Exposição dialogada sobre IST e métodos anticoncepcionais através de rodas de conversa	X	X	X	X			Humanos Materiais: (panfletos, preservativos: apoio secretaria de saúde municipal)	Número de casos de estudantes com IST/ano Número de casos de estudantes com gestações não planejadas/ano	Acompanhar o número de atividades educativas realizadas e o número de estudantes envolvidos
Prevenção do Sofrimento psíquico (autocuidado)	AI Grupo de autocuidado	Criar um ambiente acessível para aproximar o estudante do DeACE; possibilitar reflexões sobre a importância do autocuidado na prevenção do	Realização de encontros (roda de conversa, palestra com convidados, dinâmicas) com orientações teóricas		X	X	X	X		Humanos	Número de estudantes com queixas de sofrimento psíquico/ano	Acompanhar a frequência de estudantes que participam dos grupos Aplicar instrumento ou solicitar feedback no final das atividades

		sofrimento psíquico	cas e práticas de prevenção ao sofrimento psíquico									
Orientação sobre recursos assistenciais na rede municipal, na comunidade e na universidade voltados à saúde mental	AI Roda de conversa sobre recursos assistenciais	Informar o estudante sobre o que existe na universidade e na rede voltado à saúde mental	Roda de conversa específica sobre este tema voltado aos calouros	X	X	X	X	X		Humanos	Número de estudantes que utilizam a unidade de saúde do campus/ano Número de estudantes que utilizam unidades de saúde da RAPS local/ano	Acompanhar a frequência de estudantes que participam das rodas de conversa
Orientação sobre uso de álcool e outras substâncias psicoativas	AI Roda de conversa sobre álcool e outras substâncias psicoativas	Informar os estudantes sobre as consequências nocivas do uso de álcool e de outras substâncias psicoativas e com diferentes experiências locais	Rodas de Conversa	X	X		X			Humanos	Número de estudantes do campus que buscam auxílio no DeACE devido ao uso abusivo de álcool e/ou outras drogas psicoativas/ano	Acompanhar a frequência de estudantes que participam das rodas de conversa

Pandemia e COVID 19	AE Pandemia e Covid	Informar o estudante sobre os cuidados de saúde durante a pandemia	Lives				X			Humanos Materiais	Número de acessos de estudantes/live Número de casos notificados de estudantes em isolamento e acometidos/mês	Acompanhar a frequência de acessos dos estudantes
Projeto para o Acolhimento de Calouros	AE Semana da Calourada	Favorecer a adaptação dos discentes às novas situações do cotidiano acadêmico Prevenção de situações de estresse relacionadas ao ingresso na universidade	Rodas de conversa	X	X	X	X	X	X	Humanos	Número de calouros atendidos com queixa de sofrimento psíquico/ano	Acompanhar o número de calouros participantes das atividades
Encontros – “Estou me formando.. E agora?”	AI Estou me formando e agora...?	Prevenir situações de estresse relacionadas a formação e entrada no mercado de trabalho	Rodas de conversa			X	X			Humanos	Número de estudantes formandos/ano	Acompanhar o número de estudantes participantes nas atividades

Atividades a serem viabilizadas pela ProACE/UFSCar:

Projeto de Extensão Práticas Integrativas e Complementares e Suporte Social Mindfulness/Motivação.

1.2 - Atividades coletivas: terapêuticas/de apoio com estudantes

Tema	Título	Objetivo	Método	M e d	E n f	A E n f	P s i	A S	A A	Recursos	Indicadores de avaliação	Acompanhamento
Estudantes com ansiedade	AI Grupo de Ansiedade	Promover espaços de apoio aos estudantes com ansiedade	Reuniões em grupo			X	X			Humanos	Número de estudantes com queixa de ansiedade/ano	Acompanhar o número de estudantes que participam das atividades
Estudantes da moradia em sofrimento psíquico	AI Rodas de Conversa relacionadas ao sofrimento psíquico	Promover espaços de apoio aos estudantes da moradia com queixas de sofrimento psíquico	Rodas de conversa	X	X	X	X	X	X	Humanos	Número de estudantes da moradia com queixa de sofrimento psíquico/ano	Acompanhar o número de estudantes que participam das atividades
Estudantes com problemas de exclusão social	AI Rodas de conversa – estudantes e exclusão social	Promover espaços de apoio aos estudantes com problemas de exclusão social	Rodas de conversa				X	X	X	Humanos	Número de estudantes em vulnerabilidade social/ano	Acompanhar o número de estudantes que participam das atividades

2 Atividades individuais												
2.1 - Atividades individuais: terapêuticas/de apoio com estudantes												
Tema	Título	Objetivo	Método	M e d	E n f	A E n f	P s i	A S	A A	Recursos	Indicadores de avaliação	Acompanhamento
Acolhimento e escuta qualificada	AE Acolhimento e escuta qualificada	Acolher o estudante, ouvi-lo com empatia	Consulta individual	X	X	X	X	X		Humanos	Número de estudantes com sofrimento psíquico/ano	Acompanhar os estudantes atendidos
Orientação saúde física e mental	AE Orientação sobre vida saudável	Orientar o estudante quanto a práticas de saúde física e mental	Consulta individual	X	X	X	X	X		Humanos	Número de estudantes atendidos/ano	Acompanhar os estudantes atendidos
Orientação sobre bolsas/benefícios Programa de Apoio ao Estudante (PAE)	AE Orientação sobre bolsas/benefícios PAE	Orientar os estudantes	Consulta individual					X		Humanos	Número de estudantes atendidos/semestre	Acompanhar os estudantes atendidos
Acompanhamento psicológico e ou apoio multiprofissional	AI Acompanhamento multiprofissional	Ter uma rede de profissionais para acompanhar/apoiar o estudante em sofrimento psíquico	Consulta individual	X	X	X	X	X		Humanos	Número de estudantes atendidos com queixas psicológicas/ano	Número de estudantes em Acompanhamento multiprofissional
Psicoterapia Individual	AE Atendimento psicológico	Proporcionar espaço de escuta e reflexão	Consulta individual				X			Humanos	Número de estudantes atendidos	Acompanhar os estudantes atendidos

		sobre as queixas apresenta das									dados com queixas psicoló gicas/ ano	
Consulta médica/ prescrição de receitas de psicofárm a cos, replicação de receitas de psicofárm a cos em uso crônico	AE Consulta médica geral conforme demanda	Atender a queixa do estudante	Consul ta indivi dual	X						Huma nos	Núme ro de consul tas realiza das/ mês Núme ro de prescri ções de medicam entos realiza das/ mês Tipo de medicam entos prescri tos/mês	Acompa nhar o resultado do tratamen to de estudan tes atendidos
Psicoterá pia breve de orientação analítica	AE Atendimen to psicoló gi co	Proporcio nar espaço de escuta e reflexão sobre as queixas apresenta das	Consul ta indivi dual				X			Huma nos	Núme ro de estudant es atendi dos com queixas psicoló gicas/ ano	Acompa nhar os estudan tes atendidos
Encaminh amento/ Acompa nhamen to - Rede Atenção Psicos social	AE Encami nhamento RAPS	Indicar suporte e resolução de casos de sofrimento psíquico adequa dos	Conta to com profis sionais de referên cia por escrito, telefo ne, e-mail	X			X	X		Huma nos Materi ais	Núme ro de estu dantes referenci ados/ mês Núme ro de estu dantes contra referenci ados/ mês	Acompa nhar casos de referência e contra referência

Plantão psicológico	AE Atendimento psicológico	Proporcionar espaço de escuta e reflexão sobre as queixas apresentadas	Consulta individual				X			Humanos	Número de atendimentos solicitados/mês	Acompanhar os estudantes atendidos
Atendimento remoto: teleconferência/telefone/e-mail/WhatsApp	AE Atendimento remoto	Atender a queixa do estudante	Através de meios de comunicação	X	X	X	X	X	X	Humanos Materiais	Número de atendimentos solicitados/mês	Acompanhar os estudantes atendidos

Atividades a serem viabilizadas pela ProACE/UFSCar:
PTS Projeto (Terapêutico Singular) e
Matriciamento/Auxílio em saúde ambulatorial.

3 Atividades de cultura e lazer

Tema	Título	Objetivo	Método	M e d	E n f	A E n f	P s i	A S	A A	Recursos	Indicadores de avaliação	Acompanhamento
Divulgação das leis e benefícios voltados a estudantes (em geral) e de baixa renda para maior acesso a benefícios em atividades culturais gratuitas ou com descontos	AI Informações culturais	Incentivar práticas culturais	Cartazes Info rede					X		Humanos Materiais	Número de divulgações/mês	Relatório anual

Atividades a serem viabilizadas pela ProACE/UFSCar:
Filmes com posterior debate;
Palestras de temas gerais/culturais;
Artesanato;

Palquinho aberto/criação de salas de teatro;
 Trilha;
 Utilização dos espaços UFSCar para construção de políticas voltadas para lazer e cultura;
 Proposição a diretoria do Campus sobre atividades culturais dentro do Campus;
 Informações sobre atividades culturais na cidade e região e
 Promoção de atividades lúdicas e culturais em parcerias (solicitação de ingressos gratuitos em eventos para oferecimento a estudantes em teatros, cinemas e outros).

4. Atividades físicas/esportivas

Tema	Título	Objetivo	Método	M e d	E n f	A E n f	P s i	A S	A A	Recursos	Indicadores de avaliação	Acompanhamento
Orientação e incentivo à participação em atividades físicas existentes (individuais e coletivas)	AE Orientação e incentivo à participação em atividades físicas	Incentivar práticas esportivas	Atendimento individual	X	X	X	X			Humanos	Número de atendimentos realizados/ano	Acompanhar o número de estudantes orientados
Campeonatos (Vôlei, futebol, basquete, corrida, skate)	AE Campeonatos	Incentivar práticas esportivas	Apoio a atlética	X	X	X	X	X	X	Humanos Materiais	Número de campeonatos realizados/ano	Relatório anual de atividades
Disponibilização de materiais esportivos e de jogos	AE Disponibilização de materiais esportivos e de jogos	Incentivar a prática esportiva	Entrega e acompanhamento da devolução de materiais		X		X			Humanos Materiais	Número de estudantes que utilizam materiais e jogos/mês	Relatório próprio
Dança circular	AI Dança Circular	Integrar os participantes do grupo de forma a trazer bem estar, minimizar	Rodas de dança circular				X			Humanos	Número de atividades realizadas/mês	Acompanhar o número de estudantes que participam

		o stress, desenvol ver autoesti ma, equilibrar o corpo físico, mental, emocional e espiritual										da atividade
Atividades a serem viabilizadas pela ProACE/UFSCar: Modalidades de dança (zumba, forró, dança de salão); Grupos de caminhada/corrída/alongamento; Incentivo a Cheerleaders; Disponibilização de quadra poliesportiva/ ginásio de esportes/quadra coberta/arena de teatro/áreas livres e Disponibilização de técnico esportivo.												

Fonte: Elaborado pelos autores, 2021.

3.4 Departamento de Atenção à Saúde (DeAS) – Departamento de Assistência Estudantil (DeAE) – São Carlos

1 Atividades coletivas

1.1 Atividades coletivas: educativas com estudantes

Tema	Título	Objetivo	Método	M e d	E n f	P s i c	P S I q	T O	D e n	A S	A A	Re cur sos	Indicadores de avaliação	Acompanhamento
Promoção da qualidade de vida universitária (experiências saudáveis da vida adulta, organização financeira, organização para o estudo (agenda/rotina/cronogramas, atividade de vida diária (AVD), moradia)	AI Promoção da qualidade de vida	Escutar o estudante e oferecer informações e apoio relativo à saúde mental	Rodas de conversa			X	X	X		X		Humanos	Número de atividades realizadas/ano	Acompanhar o número de estudantes participantes
Promoção da saúde sexual e reprodutiva dos estudantes universitários métodos anti-concepcionais e prevenção/orientação sobre	AE Atividades de testagem orientação sobre ISTs e distribuição de preservativos	Promover a educação e estimular o conhecimento sobre IST assim como suas formas de	Testes e orientações	X	X	X				X		Humanos Materiais (panfletos preservativos)	Número de casos de estudantes com diagnósticos de IST/ano Número de casos de estudantes com gestação	Acompanhar o número de atividades educativas realizadas, o número de estudantes envolvidos e o número de testes realizados

Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST)		prevenção											não planeja da/ano	
Promoção da saúde bucal	AE Promoção da saúde bucal	Orientar quanto as medidas de higiene bucal e prevenção	Orientação em grupo sobre saúde bucal						X			Humanos Materiais	Número de atividades realizadas/ano	Acompanhar os estudantes atendidos
Promoção da segurança universitária/ Prevenção da violência e acidentes contra o estudante universitário (bullying, trote)	AI Promoção da Segurança Universitária	Prevenir violência, trote, bullying Promover melhores condições de segurança no campus	Grupo de orientações Solicitações a órgãos superiores				X		X			Humanos	Número de atividades realizadas/ano Número de ofícios encaminhados/ano	Número de estudantes participantes das atividades Demandas resolvidas
Prevenção do sofrimento psíquico (autocuidado)	AE Prevenção do sofrimento mental autocuidado	Criar um ambiente acessível para aproximar o estudante do DeAS possibilitar reflexões sobre a importância do	Rodas de conversa, palestra, dinâmica com convidados específicos	X	X	X	X	X	X			Humanos	Número de estudantes com queixas de sofrimento psíquico/ano	Número de atividades realizadas e Acompanhar a frequência de estudantes que participam dos grupos

		autocuidado na prevenção do sofrimento psíquico												
Orientação sobre recursos assistenciais na rede municipal, na comunidade e na universidade voltados à saúde mental	AE Orientações sobre recursos assistenciais	Informar o estudante sobre o que existe na universidade e na rede voltado à saúde mental	Roda de conversa específica sobre esse tema							X		Humanos	Número de alunos em vulnerabilidade/ano	Acompanhar a frequência de estudantes que participam das atividades
Orientação sobre uso de álcool e outras substâncias psicoativas	AE Roda de Conversa sobre álcool e outras substâncias psicoativas	Informar o estudante sobre os malefícios das drogas e outras substâncias	Rodas de Conversa incentivando a troca de experiências entre estudantes em diferentes momentos e com diferentes experiências locais	X	X	X	X	X	X	X		Humanos	Número de estudantes do campus que buscam auxílio no DeAS devido ao uso abusivo de álcool e/ou outras drogas psicoativas/ano	Acompanhar a frequência de estudantes que participam das rodas de conversa
Pandemia e COVID 19	AE Pande	Informar o estu	Telefone e E-mail	X	X	X	X	X	X	X	X	Humanos	Número de casos notifica	Acompanhar a frequência

	mia e Covid aos estudantes da moradia estudantil	dante sobre os cuidados de saúde durante a pandemia	Envio frequente de questionário institucional de sintomático respiratório								Materiais	dos de estudantes em isolamento e acometidos/mês	de contato com os estudantes
Projeto de psicoeducação com calouros da engenharia de materiais	AE Projeto Psicoeducação	Projeto Piloto Acompanhamento aos estudantes no decorrer dos anos	Trabalho com os docentes		X		X	X		X	Humanos	Número de estudantes da engenharia de materiais/ano	Número de atividades realizadas Acompanhar os estudantes participantes da atividade
Projeto Calourada	AE Semana da Calourada	Favorecer a adaptação dos discentes às novas situações do cotidiano no acadêmico apresentando atividades desenvolvidas no DeAS, conversando sobre saúde mental e formas	Palestras, rodas de conversa e atividades em grupo		X		X	X		X	Humanos	Número total de calouros/ano	Acompanhar o número de calouros participantes das atividades

		de cuidar- se na universi- dade												
Encontros – “Estou me formando.. E agora?	Al Estou me formando e agora...?	Preve- nir situa- ções de estress e relacio- nadas a forma- ção e entrada no merca- do de traba- lho, traba- lhar o empo- deramento na busca de traba- lho e medos diante dos proces- sos seleti- vos	Ativida- de em grupo, rodas de conver- sa			X		X	X			Hu- ma- nos	Número de forman- dos atendi- dos com queixa de sofrimen- to psíquico/ ano	Acompa- nhar os estudantes participan- tes das atividades

Atividades a serem viabilizadas pela ProACE/UFSCar:
Projeto de Extensão Práticas Integrativas, Cuidado e Suporte Social.

1.2 - Atividades coletivas: terapêuticas/de apoio com estudantes

Tema	Título	Objeti- vo	Método	M e d	E n f	P S I c	P S I q	T O	D e n	A S	A A	Re- cur- sos	Indica- dores de avalia- ção	Acompa- nhamento
Grupo auto controle ansiedade	AE Auto controle ansieda	Promo- ver espa	Reuni- ões em grupo incenti			X	X					Hu- ma- nos	Número de estudan	Acompa- nhar o número de

Mindfull ness	de	ços de apoio aos estu dantes com ansieda de	vando a troca de experi ências entre estu dantes Mindfull ness										tes com queixa de ansieda de/ano	atividades realizadas e o número de estudantes participan tes
Grupo/ Assistên cia de cuidado em saúde mental com estudan tes da moradia em intercor rências	AE Cuidado em saúde mental com estudan tes da moradia	Promo ver espa ços de apoio aos estu dantes com ansieda de	Reuni ões em grupo incenti vando a troca de experi ências entre estu dantes			X	X	X	X		x	Hu ma nos	Número de estudan tes da moradia com intercor rências/ ano	Acompa nhar o número de atividades realizadas e o número de estudantes participan tes
Rastrea mento- busca ativa e encaminha mento para atividades de cuidado	AE Rastrea mento, busca ativa e encami Nhamen to para ativida des de cuidado	Busca ativa de estu dantes em sofri mento e quando houver alguma notifica ção de que há estu dante em sofri mento psíqui co impor tante realizar a busca ativa para ofere	Rastre amento através de e- mail (questi onário sobre saúde mental) e acom panha mento dos estu dantes que estive rem em sofri mento, encami nhando para ativida des terapêu ticas ou de	X	X	X	X	X	X	X	X	Hu ma nos	Número de estudan tes rastrea dos/ano	Acompa nhar estudantes em sofrimento

		cer atendi mento	grupo em cuida do de saúde mental												
--	--	------------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

1.3 Atividades coletivas: educação permanente aos servidores

Tema	Título	Objeti vo	Méto do	M e d	E n f	P S i c	P S i q	T O	D e n	A S	A A	Re cur sos	Indica dores de avaliaç ão	Acompa nhamento
Levantar as necessida des de educação permanen te	AE Levanta mento anual das neces sidades	Levan tar deman das inter nas	Relató rio próprio	X	X	X	X	X	X	X	X	Hu ma nos Mate riais	Relatório anual	Acompa nhar a resolução das demandas

Atividades a serem viabilizadas pela ProACE/UFSCar:
Rodas de conversa sobre qualidade de vida dos servidores;
Saúde mental de estudantes;
Trabalho em equipe, relacionamento interpessoal e comunicação e
Estudo de caso.

2 Atividades individuais

2.1 - Atividades individuais: terapêuticas/de apoio com estudantes

Tema	Título	Objeti vo	Méto do	M e d	E n f	P S i	P S i q	T O	D e n	A S	A A	Re Cur sos	Indicad ores de avaliaç ão	Acompa nhamento
Acolhimen to Escuta qualificada	AE Acolhi mento e escuta qualifica da	Recep ção e acolhi mentos dos estu dantes que buscam ajuda profis sional com proble mas relacio	Consul ta indivi dual Sessão de em torno de 1h com uso de instru mento desen volvido pela equipe	X	X	X	X	X	X	X		Hu ma nos	Número de estudan tes com sofrimen to psíquico atendi dos/ano	Acompa nhar os estudantes atendidos

		nados a saúde mental	para coleta das informações. Na mesma sessão orientar a respeito de cuidados no DeAS e ou encaminhamento para outros serviços											
Orientação saúde física e mental	AE Orientação sobre vida saudável	Orientar o estudante quanto a práticas de saúde física e mental	Consulta individual	X	X	X	X	X	X	X		Humanos	Número de estudantes atendidos/ano	Acompanhar os estudantes atendidos
Orientação sobre bolsas/benefícios Programa de Apoio ao Estudante (PAE)	AE Orientação sobre bolsas/benefícios PAE	Orientar os estudantes sobre bolsas e benefícios	Consulta individual							X		Humanos	Número de estudantes atendidos/ano	Acompanhar os estudantes atendidos
Projeto Terapêutico Singular PTS	AE Projeto Terapêutico Singular	Ter cuidado específico para cada demanda	Discussão coletiva de caso	X	X	X	X	X	X	X		Humanos	Número de casos discutidos/ano	Acompanhar os estudantes

Acompanhamento psicológico e ou apoio multiprofissional	AE Acompanhamento multiprofissional	Ter uma rede de profissionais para acompanhar/apoiar o estudante em sofrimento mental	Consulta individual	X	X	X	X	X	X	X		Humanos	Número de estudantes atendidos com queixas psicológicas/ano	Número de estudantes em acompanhamento multiprofissional
Psicoterapia Individual	AE Psicoterapia individual	Proporcionar espaço de escuta e reflexão sobre as queixas apresentadas	Consulta individual pelo uso de técnica de psicoterapia de orientação psicanalítica tratadas questões relacionadas ao sofrimento psíquico Realizadas sessões de 50 minutos, uma vez por semana ou cada 15 dias, confor			X						Humanos	Número de estudantes atendidos com queixas psicológicas/ano	Acompanhar os estudantes atendidos

			me deman da											
Consulta médica/ prescrição de receitas de psicofármacos, replicação de receitas de psicofármacos em uso crônico	AE Consulta médica geral conforme demanda	Propor cionar espaço para atender a queixa do estu dante	Consul ta indivi dual	X			X					Hu ma nos	Número de con sultas realiza das/mês Número de prescri ções de medica mentos realiza das/ mês Tipo de medica mentos prescri tos/ mês	Acompa nhar o resultado do tratamento de estudantes atendidos
Psicote rapia breve de orientação analítica	AE Atendi mento psicológi co	Propor cionar espaço de escuta e refle xão sobre as queixas apre senta das	Consul ta indivi dual			X						Hu ma nos	Número de estudan tes atendi dos com queixas psicológi cas/ano	Acompa nhar os estudantes atendidos
Reiki Florais Relaxa mento	AE Reiki Florais Relaxa mento	Alinhar centros de energia do corpo, promo vendo o equilí brio energé tico neces sário para	Consul ta indivi dual					X				Hu ma nos	Número de ativida des realiza das/ano	Acompa nhar o número de estudantes que participam das atividades

		manter o bem-estar físico e mental												
Visita domiciliar	AE Visita domiciliar Conforme demanda	Aproximar da realidade do estudante	Atendimento presencial na moradia do estudante	X	X	X	X	X	X	x		Humanos Materiais	Número de visitas domiciliares realizadas/mês Motivo da realização de visitas domiciliares realizadas/mês	Acompanhar os resultados das visitas realizadas
Encaminhamento/Acompanhamento - Rede Atenção Psicossocial	AE Encaminhamento RAPS	Indicar suporte e resolução de casos de sofrimento psíquico adequados	Contato com profissionais de referência por escrito, telefone, e-mail	X	X	X	X	X	X	x		Humanos	Número de estudantes referenciados/mês Número de estudantes contra referenciados/mês	Acompanhar casos de referência e contra referência
Matriciamento/Auxílio em saúde ambulatorial	AE Matriciamento dentro da equipe	Compartilhar os saberes, ampliando a resolução dos problemas mais comuns	Reunião de equipe				X					Humanos	Número de casos discutidos/mês	Número de casos finalizados
Apoio matricial	AI Matriciamento	Compartilhar	A dependência	X	X	X	X	X	X	X		Humanos	Número de casos discutidos	Número de casos finalizados

entre as equipes	entre as equipes da ProACE	lhar os saberes, ampliando a resolução dos problemas mais comuns	der da gestão									Materiais	dos/semestre	
Atendimento remoto: teleconferência/telefone/e-mail/WhatsApp	AE Atendimento Remoto	Atender a queixa do estudante	Através de meios de comunicação	X	X	X	X	X	X	X		Humanos Materiais	Número de atendimentos solicitados/mês	Acompanhar os estudantes atendidos
3 Atividades de cultura e lazer														
Atividades a serem viabilizadas em parcerias com outros departamentos e estagiários														
4. Atividades físicas/esportivas														
Atividades a serem viabilizadas em parcerias com outros departamentos e estagiários														

Fonte: Elaborado pelos autores, 2021.

4 CONCLUSÃO

Acredita-se que com a padronização das atividades voltadas ao enfrentamento do sofrimento psíquico dos estudantes universitários, tornará possível a reorientação do processo de trabalho nos departamentos de saúde e de assistência social da instituição, possibilitando após a sua concretude, a produção de impactos positivos sobre a qualidade de vida e de saúde dessa população.

Por fim, tendo em vista que um protocolo de cuidado, após sua elaboração e implementação, possui validade transitória necessitando ser avaliado permanentemente e modificado segundo as circunstâncias envolvidas, capacidade operacional e perfil epidemiológico vigente. Recomenda-se assim, a revisão desta produção, após o primeiro ano de sua implementação.

REFERÊNCIAS

- ANDRADE, J. B. C. *et al.* Contexto de formação e sofrimento psíquico de estudantes de medicina. **Rev. Bras. Educ. Med.**, v. 38, n. 2, p. 231-42, 2014. Available from: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-55022014000200010&lng=en&nrm=iso doi: 10.1590/S0100-55022014000200010
- ARNOLD, J. L.; BAKER, C. The role of mental health nurses in supporting young people's mental health: a review of the literature. **Ment. Health Ver. J.**, v. 23, n. 3, p. 197-220, 2018. doi: 10.1108/MHRJ-09-2017-0039.
- BOTTI, N.; MONTEIRO, A.; BENJAMIM M.; QUEIROZ, L. Depressão, uso de drogas, ideação e tentativa de suicídio entre estudantes de enfermagem. **Rev. Enferm. UFPE**, v. 10, n. 7, p. 2611-6. Available from: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/11321>.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Saúde mental**. Brasília: Ministério da Saúde, 2013. 176 p. (Cadernos de Atenção Básica, n.34).
- CERCHIARI, E. A. N.; CAETANO, D.; FACCENDA, O. Utilização do serviço de saúde mental em uma universidade pública. **Psicol. Cienc. Prof.**, v. 25, n. 2, p. 252-65. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-98932005000200008&lng=en&nrm=iso doi: 10.1590/S1414-98932005000200008.
- FERNANDES, M. A.; VIEIRA, F. E. R.; SILVA, J. S.; AVELINO, F. V. S. D.; SANTOS, J. D. M. Prevalence of anxious and depressive symptoms in college students of a public institution. **Rev. Bras. Enferm.**, v. 71, Suppl 5, p. doi: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0752>.
- GOMES, C.; ARAÚJO, C. L.; COMONIAN, J. O. Sofrimento psíquico na Universidade: uma análise dos sentidos configurados por acadêmicos. **RPDS**, v. 7, n. 2, p. 255-266, 2018. Disponível em: <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/psicologia/article/view/1909>. doi: 10.17267/2317-3394rpds.v7i2.1909.
- MALAJOVICH MUÑOZ, N.; VILANOVA, A.; TENEMBAUM, D.; BASTOS VELASCO, L. O manejo da urgência subjetiva na universidade: construindo estratégias de cuidado à saúde mental dos estudantes. **Inter. Psicol.**, v. 23, n. 2, p. 177-83, 2019. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/58547> doi: 10.5380/psi.v23i02.58547.
- MONTEIRO, C. F. S.; FREITAS, J. F.M.; RIBEIRO, A. A. P. Estresse no cotidiano acadêmico: o olhar dos alunos de Enfermagem da Universidade Federal do Piauí. **Esc. Anna Nery**, v. 11, n.1, p 66-72, 2007. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-81452007000100009&lng=en doi: 10.1590/S1414-81452007000100009.

OSSE, C. M. C.; COSTA, I. I. Saúde mental e qualidade de vida na moradia estudantil da Universidade de Brasília. **Estud. Psicol.**, v. 28, n. 1, p. 115-122, 2011.

SCHNEIDER, J.F.; TONINI, N.S.; MARASCHIN, M. S.; DURMAN, S.; DIAS, T. A.; TOMAZZONI, M. I. Indicadores do sofrimento psíquico na zona urbana do município de Cascavel, Estado do Paraná. **Acta. Sci. Health Sci.**, v. 25, n. 1, p. 27-33, 2008. doi: 10.4025/actascihealthsci.v25i1.2248.

UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO CARLOS. Relatório da Comissão para estudos de Política de Saúde Mental para a UFSCar. São Carlos: UFSCar; 2020.

WERNECK, M. A. F.; FARIA, H. P.; CAMPOS, K. F. C. Protocolos de cuidados à saúde e de organização do serviço. Belo Horizonte: Nescon/UFMG, 2009.