

APRESENTAÇÃO SEPSI

EQUIPE:

ALINE MONTEIRO GARCIA - SEPSI

MARCO ANTÔNIO PAES - SEPSI

VIVIANE BELLO CARDOSO – SEPSI

WILLY H. RULFF – SEPSI



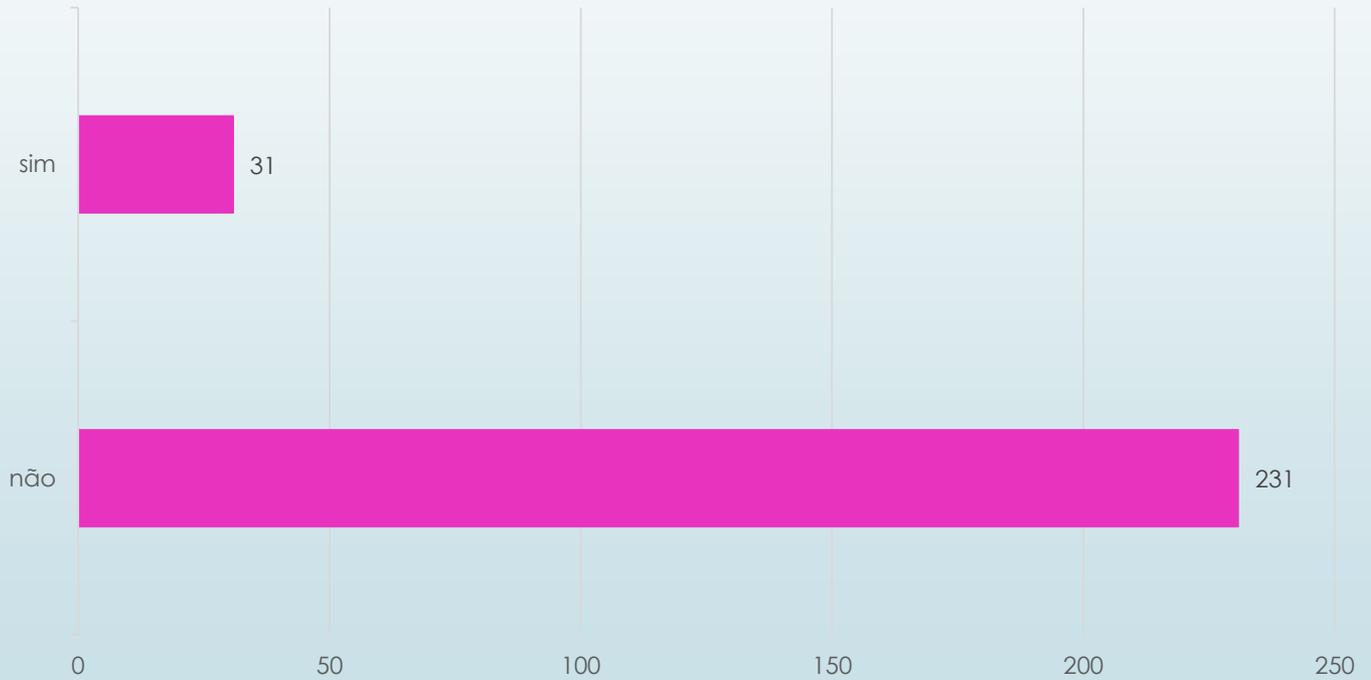
SEPSI



- ▶ Missão: Colaborar com a política de Assistência Estudantil, auxiliando a permanência do estudante na UNIRIO; a melhoria do desempenho acadêmico e o estímulo à construção de novos conceitos na relação aluno-Universidade.
- ▶ Tendo em vista a amplitude do conceito de saúde mental, faz-se fundamental a aproximação do SEPSI com outros atores dentro da universidade. Nessa direção e, a partir da análise das inúmeras demandas que chegam ao setor, a necessidade de desenvolver um trabalho mais próximo ao Setor de Apoio Pedagógico (SEPED) se estabeleceu com maior urgência. Nesse contexto, em diversas ocasiões profissionais dos dois setores poderão atuar em conjunto nas ações que são disponibilizadas aos estudantes ao longo do ano.
- ▶ Atividades: Acolhimentos (solicitações por e-mail), Caminhada, Caminhada Poética, Corpo a corpo com o TCC, Encontro com estudantes do 1º período, Encontro Mensal, Oficinas e o Projeto: "Corpo, escrita e afetos: tecendo redes na produção da saúde mental universitária".

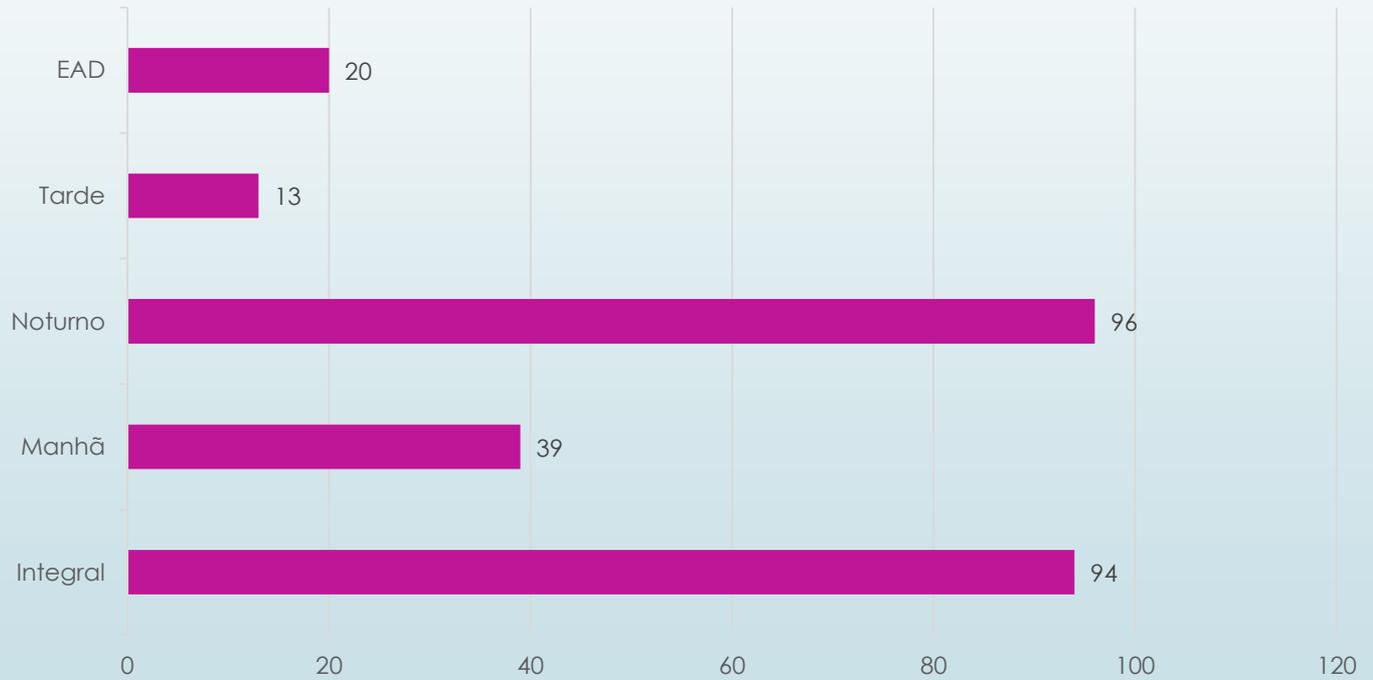
GRÁFICOS 2023

ESTUDANTE BOLSISTA?



GRÁFICOS 2023

TURNOS



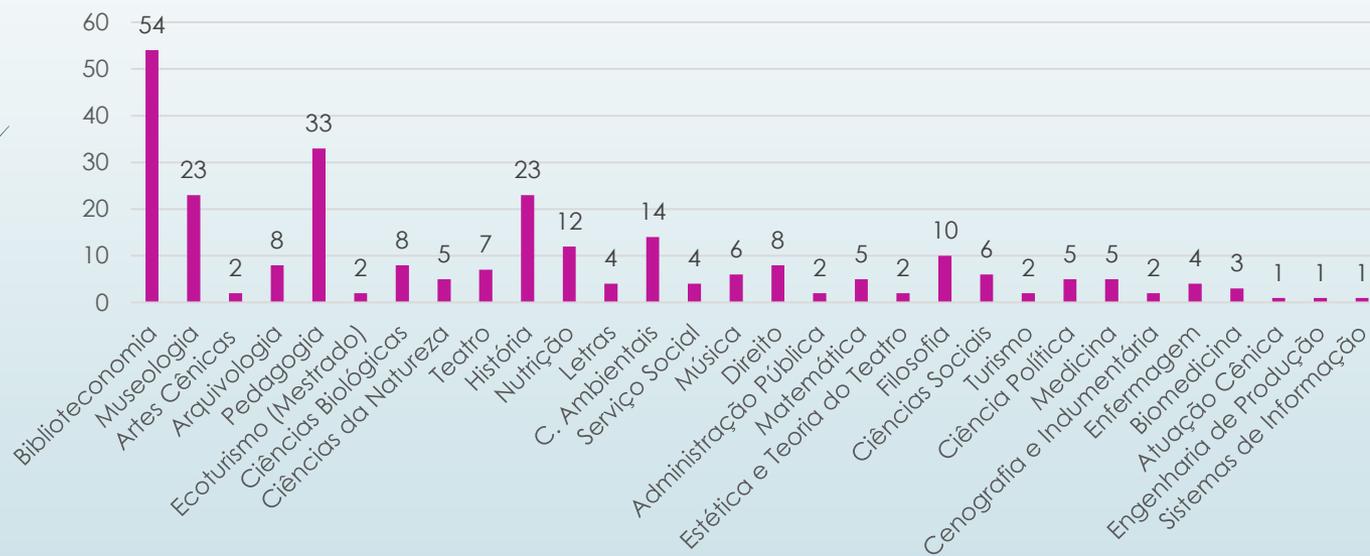
GRÁFICOS 2023

MUNICÍPIO



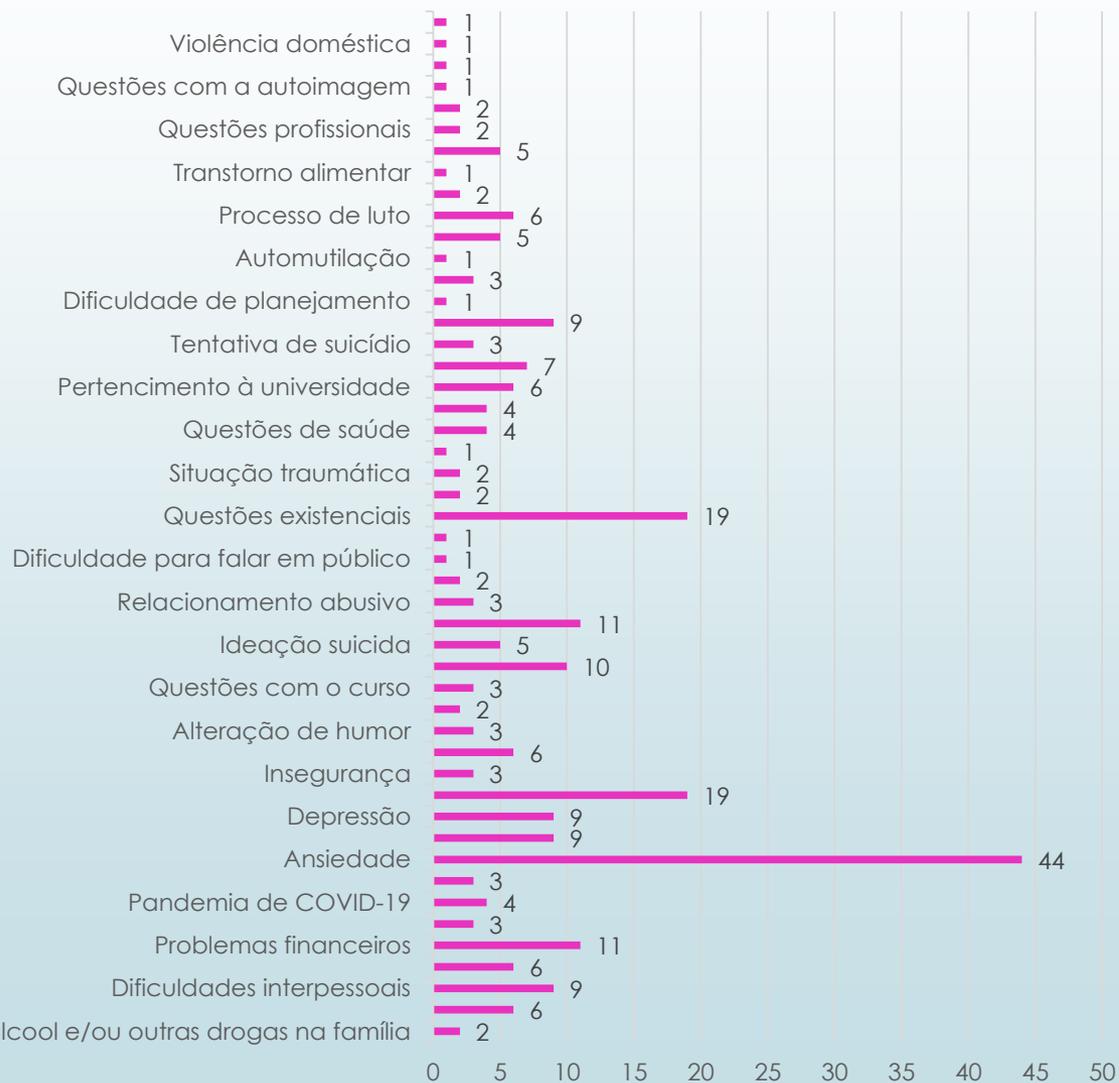
GRÁFICOS 2023

CURSOS



GRÁFICOS 2023

DEMANDAS



BREVE ANÁLISE DAS DEMANDAS

FATORES GERADORES DE SOFRIMENTO

- RELAÇÕES INTERPESSOAIS
- RELAÇÕES DE PODER
- SOBRECARGA DE ATIVIDADES ACADÊMICAS
- COMPETITIVIDADE/AUTOCOBRANÇA
- QUESTÕES SOCIOECONÔMICAS
- DIFICULDADES COM ACESSIBILIDADE

ALGUMAS CONSEQUÊNCIAS

- SENTIMENTO DE NÃO PERTENCIMENTO
- ANSIEDADE
- ANGÚSTIA
- EVASÃO
- RETENÇÃO
- ABSENTEÍSMO
- DESMOTIVAÇÃO
- ESTRESSE

SAÚDE MENTAL NA INSTITUIÇÃO

► SAÚDE MENTAL É UM CONCEITO AMPLO

(Há uma série de aspectos socioeconômicos, biológicos e ambientais que são determinantes para a saúde mental.)*

► RESPONSABILIDADE DE TODOS (ACOLHIMENTO)

(Ambientes continuamente estressantes, relações muito conflituosas, condições sociais precárias e maus hábitos de vida interferem na saúde mental.)*¹

(Um ambiente que respeite e proteja os direitos básicos civis, políticos, socioeconômicos e culturais é fundamental para a promoção da saúde mental. Sem a segurança e a liberdade asseguradas por esses direitos, torna-se muito difícil manter um elevado nível de saúde mental.)*²

► PRINCÍPIO DO BEM VIVER

Dentre os fatores que indicam uma boa saúde mental está conseguir lidar com as tensões normais da vida.*¹

*OMS/ https://www.who.int/whr/2001/en/whr01_po.pdf

*¹ OPAS/OMS Brasil: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5263:opas-omsapoia-governos-no-objetivo-de-fortalecer-e-promover-a-saude-mental-da-populacao&Itemid=839

*²https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5263:opas-oms-apoia-governos-no-objetivo-de-fortalecer-e-promover-a-saude-mental-da-populacao&Itemid=839

Sofrimento psíquico: “Alguém me pediu ajuda, o que devo fazer?”



Valorize essa atitude! O ato de pedir ajuda pode ser extremamente difícil para algumas pessoas. Tenha consciência de que, entre tantos, foi você quem ela escolheu para ajudá-la. Ouça o que ela tem a dizer. Evite julgamentos ou interrompê-la falando sobre seus próprios problemas.



“Mas só vou ‘escutar’? E aí?”. Lembre-se que “escutar” já é fazer muito pela pessoa que te procurou. Saber que pode contar com alguém para desabafar e se sentir acolhida é fundamental para o alívio do sofrimento.



Caso o sofrimento psíquico se apresente intenso, com ideias de suicídio e automutilação, ajude a pessoa a procurar serviços especializados de saúde, como uma emergência psiquiátrica ou Centro de Atenção Psicossocial (CAPS).



No que diz respeito à ameaça ou tentativa de suicídio, não hesite em chamar o SAMU (Serviço de Atendimento Móvel de Urgência-192).



Contatos



- E-mail: apoiopsi.prae@unirio.br
- Página na internet: www.unirio.br/prae