

Anais

II Simposio Setembro Amarelo Construindo Caminhos

09 e 10 de setembro
de 2019



Organizadores

Marcos Alexandre Teixeira

Isis Ribeiro Martins

Gláucia Cristiani Montoro

Anais – II Simpósio Setembro Amarelo - Construindo Caminhos

1ª Edição

(09 a 10 de setembro de 2019)

Evento promovido pela:

PROGEPE - Pró-Reitoria de Gestão de Pessoas

e

PROAES - Pró-Reitoria de Assuntos Estudantis

Local: NAB - Núcleo de estudos em biomassa e gerenciamento de águas

Niterói – RJ

AGRAH Consultoria

2019

Código do ISBN
978-85-93877-04-9

**Ficha Catalográfica elaborada pela Biblioteca da Escola de Engenharia e Instituto de
Computação da Universidade Federal Fluminense**

S612 Simpósio Setembro Amarelo – Construindo Caminhos (2. : 2019 :
Niterói, RJ).

Anais ... / II Simpósio Setembro Amarelo – Construindo
Caminhos ; organizadores Marcos Alexandre Teixeira, Isis Ribeiro
Martins, Gláucia Cristiani Montoro. – Niterói, RJ : AGRAH
Consultoria, 2019.

32 p.

Evento realizado no período de 09 a 10 de setembro de 2019.

1. Saúde mental. 2. Suicídio. 3. Comunidade acadêmica. I.
Teixeira, Marcos Alexandre (org.). II. Martins, Isis Ribeiro (org.)
III. Montoro, Gláucia Cristiani. IV. Título.

CDD 616.89 (21. ed)

II Simpósio Setembro Amarelo - Construindo Caminhos - 2019

Coordenadora do Evento

Rachel de Carvalho de Rezende

Comissão Organizadora

Rachel de Carvalho de Rezende

Alan Teixeira Lima

Ana Paula Bispo de Oliveira

André Luis Amorim Silva Filho

César Vinicius Alves Afonso

Cheila Lilian Pacetti de Almeida e Silva

Déborah da Fonseca Ramos

Fernanda Pimentel Pessanha

Leticia Gonçalves Pereira

Lucia Regina Bessa de Mendonça Voss

Marcos Alexandre Teixeira

Maria de Fátima Alcantara da Costa Pinto

Mariana Oliveira Nascimento

Mariângela Costa Fernandes Melo

Nathalia Lacerda Pereira Gonçalves Moura e Silva

Thaise Portella da Silva Santos

Comitê Científico II Simpósio

Marcos Alexandre Teixeira

Isis Ribeiro Martins

Gláucia Cristiani Montoro

Alan Teixeira Lima

André Luis Amorim Silva Filho

Fátima de Azevedo Loureiro

Fernanda Pimentel Pessanha

Rachel de Carvalho de Rezende

Agradecimentos

A comissão organizadora do II Simpósio Setembro Amarelo - Construindo Caminhos (edição 2019) vem agradecer a todos que tornaram possível o acontecimento deste evento. Às pessoas que se dispuseram a colaborar, aos palestrantes e a todas as entidades que se comprometeram com a plena realização do evento.



UNIVERSIDADE FEDERAL FLUMINENSE
INSTITUTO DE PSICOLOGIA
SERVIÇO DE PSICOLOGIA APLICADA

Apoio:



PREFEITURA
NITERÓI
TRABALHANDO SÉRIO,
SUPERANDO DESAFIOS.

EDUCAÇÃO, CIÊNCIA
E TECNOLOGIA

FUNDAÇÃO
MUNICIPAL
DE EDUCAÇÃO

EDITORIA



FIOCRUZ



NAB
Núcleo de Estudos em
Biomassa e Gerenciamento de Água
Universidade Federal Fluminense



SUMÁRIO

Introdução	
Premiação.....	
1 Relato de Experiência	6
A perspectiva hedonista encontrada em representações sociais de alunos e de professores e suas implicações para o tema “saúde mental”	7
A Relação entre Depressão Resistente e Qualidade de Vida	9
Atuação da farmácia hospitalar no âmbito da saúde mental	10
Casa Ateliê – Arte no hospital	11
Combustível: uma reflexão prático-teórica sobre o burnout universitário em formato audiovisual	12
Conectividade, Rede de Saúde e Cidadania: projeto “Café, Palavras e Suspiros” – UFF.....	13
Educação e saúde no ambiente do trabalho: um relato de experiência	14
Estresse pós-traumático na enfermagem por assédio moral	16
Importância de práticas colaborativas para alívio das manifestações da ansiedade - um relato de experiência	17
O uso de metodologias criativas e participativas para promoção de saúde mental entre jovens universitários: relato de experiência junto à UFF	18
Relevância do diálogo e do conhecimento sobre ansiedade para adolescentes - um relato de experiência	19
Suicídio: Uma questão para todos	20
Um olhar para além do olhar: É possível pensar numa clínica para além da doença?	21
2 Políticas e Protocolos envolvendo a temática	22
A importância da prevenção do adoecimento mental em profissionais de saúde	23
Práticas integrativas: eficácia versus aceitação	25
Saúde mental e instituição federal de ensino: uma proposta de política institucional	27
3 Rede Atendimento.....	28
A atuação do enfermeiro frente a depressão pós-parto	29
Prática docente e adoecimento mental: revisão integrativa.....	30

Introdução

O “II Seminário Setembro Amarelo: Construindo Caminhos” é uma iniciativa da Universidade Federal Fluminense e tem como objetivo dar visibilidade e promover reflexões sobre a saúde mental de nossa comunidade. Entendemos que a saúde e o bem-estar do ser humano engloba não só sua saúde fisiológica e, por isso, aproveitamos a oportunidade que o Setembro Amarelo nos oferece para discutir possibilidades, derrubar tabus e construir caminhos que possam nos ajudar a pensar em políticas e ações que visem uma melhora da saúde mental na universidade.

O evento reuniu pesquisas, experiências e relatos que incentivem ações que tenham como objetivo administrar os fatores de risco sobre Saúde Mental e seu envolvimento no ambiente de trabalho, de estudo e familiar; assim como todos os fatores desencadeantes para o risco do suicídio e do adoecimento mental (estresse, ansiedade, *burnout* e depressão).

Sendo assim, trazemos trabalhos agrupados em três diferentes categorias: relatos de experiências; políticas e protocolos sobre a temática; e desafios para a produção de uma Rede de Atendimento.

Além de trazermos formas de apoio para administrar esses fatores de risco, buscamos dar visibilidade para ações que tenham como objetivo reduzir os índices de adoecimento, juntamente com ações que visem apoio aos estudantes e funcionários, abrindo espaço para debates e exposições com palestrantes, de forma a construirmos juntos uma rede interna de apoio para melhorar a Saúde Mental na UFF.

Lembrando que este evento se circunscreve como uma das atividades do projeto de extensão: “Cooperação UFF – CVV Comunidade Niterói – 2019” (SIGPROJ: 337491.1779.220199.22092019), com foco em trazer uma resposta ao chamado “adoecimento da comunidade acadêmica”, que se verifica no aumento de casos de depressão, de níveis de ansiedade e – em casos extremos – da morte por suicídio.

Comitê Científico

II Simpósio Setembro Amarelo - Construindo Caminhos (2019)

Premiação

Com base nas avaliações feitas pelos membros do Comitê Científico, foram indicados os três melhores trabalhos, como segue:

Primeiro Lugar: Combustível: uma reflexão prático-teórica sobre o burnout universitário em formato audiovisual

Autor: Arthur Conrado Araújo da Cruz

Segundo Lugar: Saúde mental e instituição federal de ensino: uma proposta de política institucional

Autora: Jennifer Perroni

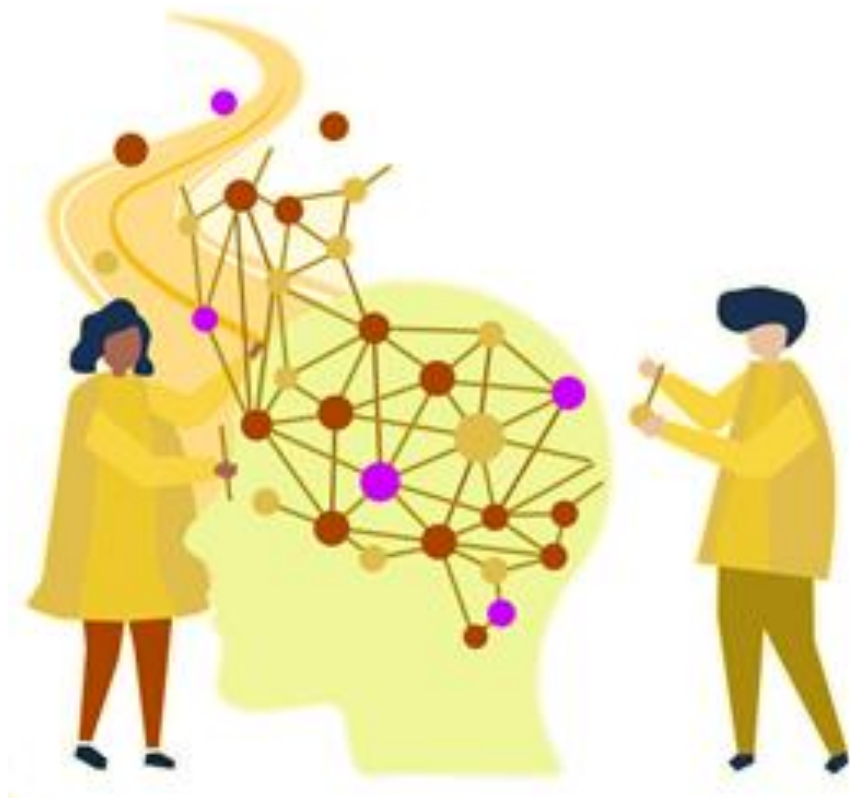
Terceiro Lugar: Prática docente e adoecimento mental: revisão integrativa

Autores: Vanessa Ramos Lourenço; Geilsa Soraia Cavalcanti Valente; Cristhian Antônio Brezolin e Enéas Rangel Teixeira

Aviso legal (responsabilidade pelos resumos)

Todos os autores se responsabilizam pela autenticidade, aspectos técnicos, forma de escrita e direitos autorais dos resumos apresentados e constantes deste livro, isentando os membros responsáveis pela organização do II Simpósio Setembro Amarelo - Construindo Caminhos (edição 2019) de qualquer responsabilidade dessa natureza. Resumos enviados que foram considerados fora da formatação foram desconsiderados (a organização se permitiu pequenas mudanças para ajustes editoriais).

1 Relato de Experiência



A perspectiva hedonista encontrada em representações sociais de alunos e de professores e suas implicações para o tema “saúde mental”

Fábio Narduchi de Paula¹; Joaquim Humberto Coelho de Oliveira²

¹Doutorando do programa Educação em Ciências e Saúde da UFRJ. Mestre em Humanidades, Culturas e Artes pela UNIGRANRIO; Professor da Secretaria Municipal de Educação de Niterói (fabionarduchi@uol.com.br)

²Doutor em filosofia pela Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro. Professor do Programa de Mestrado e Doutorado Interdisciplinar: Humanidades, Culturas e Artes da UNIGRANRIO

Em pesquisa de dissertação de mestrado que objetivou investigar as representações sociais, no caso do estudo, imagéticas, acerca do corpo nas aulas de Educação Física escolar, tanto de alunos como de professores desse componente curricular, constatou-se que tais representações encontram-se ancoradas em algumas esferas, tais como a do prazer dos corpos nessas aulas, e objetivadas, respectivamente, por meio de desenhos de alunos estando em movimento, nessas aulas representadas, com semblantes demonstrando satisfação, prazer. Para atingir a proposta, adotou-se o Método Documentário de análise e de interpretação de dados imagéticos, proposto por Ralf Bohnsack (2007), e a metodologia quali quantitativa do Discurso do Sujeito Coletivo (DSC) proposta por Lefèvre e Lefèvre (2003, 2014). Como discurso imagético de grande expressividade encontrado, estava aquele relacionado ao prazer advindo das aulas de Educação Física escolar, isto é, ao prazer dos corpos nessas aulas, revelando, por sua vez, o quanto essas aulas são prazerosas para os alunos. Entende-se uma representação social como “forma de conhecimento socialmente elaborada e partilhada, tendo uma orientação prática e colaborando para a construção de uma realidade comum a um conjunto social” (JODELET, 1989, p. 36, tradução nossa). Propugnou-se e reiterou-se, então, a importância das aulas curriculares de Educação Física escolar e as atividades físicas, em geral, no combate à depressão infantil e pubescente. A liberação do hormônio endorfina, que ocorre quando se praticam atividades físicas e que traz, pois, uma sensação de alívio e de prazer (FOX, 1993), esteve entre as discussões. O estudo, em voga, traz contribuições relevantes para o tema “Saúde Mental”, com suas consequentes implicações, mormente por conscientizar os atores sociais sobre a importância de ações que tenham como objetivo reduzir os índices de adoecimento relacionado à depressão e, consequentemente, à exclusão social, tendo as atividades físicas como grandes aliadas para tal.

Palavras-chave: Prazer; Movimento; Saúde Mental.

BOHNSACK, R. A interpretação de imagens e o método documentário. *Sociologias*, Porto Alegre, ano 9, nº 18, p. 286-311, jun./dez. 2007.

FOX, M. L. *Bases fisiológicas da Educação Física e dos desportos*. 2. ed. Rio de Janeiro, RJ: Ed. Interamericana, 1983.

JODELET, D. Représentations sociales: un domaine en expansion. In: JODELET, D. (Ed.). *Lés représentations sociales*. Paris: PUF, 1989.



LEFÈVRE, F.; LEFÈVRE, A. M. C. Discurso do Sujeito Coletivo: representações sociais e intervenções comunicativas. *Texto Contexto Enferm*, Florianópolis, v. 23, n. 2, p. 502-507, Abr./Jun. 2014.

_____. *O discurso do sujeito coletivo: um novo enfoque em pesquisa qualitativa*. Caxias do Sul: Educs, 2003.

A Relação entre Depressão Resistente e Qualidade de Vida

Josiene Oliveira da Silva

Assistente social, pós-graduada em Saúde Mental, mestranda em Saúde Mental - IPUB/ UFRJ - Serviço Social (josieoliv@hotmail.com)

Os transtornos depressivos se constituem como um dos mais preocupantes problemas de saúde pública em todo o mundo. A referência de depressão resistente ao tratamento (DRT) refere-se à ausência de resposta adequada à intervenção medicamentosa ou psicoterápica, afetando por conseguinte, sua qualidade de vida (QV). O presente estudo busca a realização de uma análise entre as questões que perpassam as relações entre a DRT e a QV, a partir de um estudo de caso sobre a amostra obtida no Programa para registro de Depressão Resistente ao Tratamento (DERETRAT), do Instituto de Psiquiatria (IPUB) da Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ). Os resultados alcançados demonstraram que os prejuízos ocasionados pela depressão resistente afetam de modo significativo diversos aspectos da qualidade de vida do paciente, sobretudo no âmbito da relação com o trabalho, com as atividades sociais e com as relações familiares. Diferentes modalidades terapêuticas – farmacológicas, psicoterapêuticas, biológicas e programas de atividade física – são fundamentais e devem ser aprimorados para aumentarmos a taxa de resposta satisfatória ao tratamento de depressão.

Palavras-chave: Transtorno Depressivo; Trabalho; Vida Social.

ASSUMPÇÃO, G.L.S; OLIVEIRA, L.A; SOUZA, M.F.S. Depressão E Suicídio: Uma Correlação. *Pretextos - Revista da Graduação em Psicologia da PUC Minas*. v. 3, n. 5, jan./jun., 2018.

BUZONI, A.R. Transtornos mentais comuns na prática clínica. *RevMed*. São Paulo: out.-dez.; 87(4):251-63, 2008

CODO, W. SAMPAIO, J.J.C. HITOMI, A.H. *Indivíduo, Trabalho e Sofrimento: uma abordagem interdisciplinar*. Petrópolis/RJ: Vozes, 1993.

Atuação da farmácia hospitalar no âmbito da saúde mental

Bruno Vieira de Moraes¹; Leonardo Rocha Brasil²; Simone Lannes Pelegrino³

¹ Graduando da Faculdade de Farmácia (UFF) (brunotvierra@hotmail.com)

² Mestrado em Saúde Pública (FIOCRUZ); pós-graduação em Farmácia Hospitalar (UFF); graduação em Farmácia Industrial (UFF)

³ MBA em Administração Estratégica (UNESA); preceptora no Curso de Pós-Graduação em Farmácia Hospitalar em Oncologia (INCA/MS); pós-graduação em Farmácia Hospitalar em Oncologia (INCA/MS); graduação em Farmácia Industrial (UFF)

Relato sobre a distribuição de medicamentos pela farmácia central do Instituto Municipal de Assistência à Saúde Juliano Moreira, complexo hospitalar de referência em saúde mental, situado em Jacarepaguá, no Rio de Janeiro, cuja operação está vinculada tanto aos resquícios do antigo modelo manicomial quanto do atual modelo substitutivo. É avaliado o quantitativo de medicamentos distribuído para as três unidades oriundas do modelo manicomial (Hospital Jurandyr Manfredini, Núcleo Franco da Rocha e Núcleo Teixeira Brandão) e para a unidade do atual modelo substitutivo (Centro de Apoio Psicossocial Manoel de Barros), a partir dos dados coletados pela farmácia no período de 2018 até o primeiro semestre (julho) de 2019. Espera-se obter uma queda na distribuição pelo remanejamento dos pacientes internados para as residências terapêuticas ou falecimento dos mesmos e um gradual acréscimo na demanda por medicação pelo CAPS tendo em vista que os pacientes atendidos por ele, muitas vezes, não permanecem na unidade, levando a medicação consigo para sua residência. O tratamento de transtornos mentais pode ser variado, contudo, a medicação visa estabilizar o indivíduo durante crises que proporcionem risco para si ou para os outros. O atual modelo de atenção psicossocial está gradativamente extinguindo o "manicômio", fruto de um serviço humanizado pelos profissionais da área de saúde. O presente relato visa transparecer a atuação do setor farmacêutico na assistência à área de saúde mental, demonstrando que, mesmo com as numerosas terapias alternativas, a medicação ainda é um fator determinante no tratamento dos distúrbios psicológicos, especialmente nos níveis moderado e grave.

Palavras-chave: Saúde Mental; Farmácia Hospitalar; Distribuição de Medicamentos

Silva, S. E. A farmácia hospitalar como um instrumento promotor de saúde: uma breve análise do sistema de distribuição de medicamentos do Instituto Municipal de Assistência à Saúde Juliano Moreira. *VIII Jornada Científica de acadêmicos bolsistas*, Rio de Janeiro, 2015.

Casa Ateliê – Arte no hospital

Thamires Burlandy da Mota Chagas¹; Cândida Maria Bessa da Costa Antunes Rodrigues²; Denise Espírito Santo³; Ana Clara Souza Gomes⁴; Gabriel Saar da Rosa Cardoso⁴

¹ Bolsista de Iniciação à docência do Projeto Casa Ateliê (thamires.mota@yahoo.com.br)

² Bolsista de Apoio Técnico a Pesquisa do Projeto Casa Ateliê

³ Coordenadora do Projeto Casa Ateliê

⁴ Voluntários do Projeto Casa Ateliê

O projeto Casa Ateliê ocorre no Hospital Universitário Pedro Ernesto (HUPE) e tem como objetivo estimular o fazer artístico, o acolhimento e as relações dialógicas com os pacientes e seus acompanhantes, podendo diminuir os sentimentos de ociosidade, angústia e aumentar a sensação de bem-estar na sala de espera que antecede a um atendimento médico, um diagnóstico. Desde julho de 2018, levamos para cada mês de atividade uma proposta diferente de oficina, realizada todas as sextas-feiras. Convidamos todos os presentes para realizarem conosco uma atividade artística no próprio local enquanto esperam pelo atendimento médico. Observamos, nos participantes das oficinas, um engajamento satisfatório durante as atividades; e o retorno de alguns para concluir seus trabalhos após o atendimento no mesmo dia ou nos meses seguintes, quando possuem um tratamento médico mensal na unidade. Muitos iniciam uma conversa conosco sobre seu tratamento hospitalar, sua família, seus amigos e sobre seus trabalhos artísticos e questões sociais pertinentes para eles no momento da oficina. Constatamos que a interação artística no meio hospitalar propicia um maior acolhimento para com os pacientes e seus acompanhantes, oportunidade de trocas de experiências, acesso a uma nova linguagem expressiva e a diminuição de ansiedades desencadeadas pelo ambiente hospitalar. Percebemos que o fazer artístico: favorece um ambiente hospitalar mais acolhedor; aumenta o bem-estar; estimula a compreensão de saúde coletiva com elementos culturais e artísticos seguindo o conceito de saúde ditado pela OMS (Organização Mundial da Saúde); e desenvolve a linguagem artística. Notamos que para os ambientes e profissionais da saúde o fazer artístico permite uma prática da saúde mais ampliada (que vai além da eliminação da doença ou dos sintomas); e para os profissionais das artes seria um novo espaço de pesquisa e atuação.

Palavras-chave: Arte; Educação; Bem-Estar

AMARANTE, P. *Saúde Mental e Atenção Psicossocial*. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2007.



Combustível: uma reflexão prático-teórica sobre o *burnout* universitário em formato audiovisual

Arthur Conrado Araújo da Cruz

Graduação em Letras (Português/Literaturas) pela Universidade Federal Fluminense (UFF), concluída em 2013. Graduação em Comunicação Social (Publicidade e Propaganda) pela Universidade Federal Fluminense (UFF), concluída em 2019 (arthur_ac356@hotmail.com).

De acordo com estudos da International Stress Management Association (Isma), 72% dos brasileiros sofrem alguma sequela por conta do nível de estresse, sendo que 32%, na verdade, apresentam um quadro de *burnout*. Já o relatório de 2010 do Fórum de Pró-reitores de Assuntos Comunitários e Estudantis apontou um percentual de 47,7% de estudantes com queixa de sofrimento psíquico. Entre estes, 29% buscaram atendimento psicológico, 9% recorreram a auxílio psiquiátrico, 11% fizeram ou ainda fazem uso de medicação psiquiátrica e 10% procuraram atendimento psicopedagógico. São números alarmantes. Ciente do caráter preocupante da questão apontada, o presente trabalho corresponde a um relato sobre a manifestação de *burnout* no universo acadêmico, fruto de pesquisas teórico-científicas, entrevistas com profissionais da área médica e universitários diagnosticados com a síndrome. Esse relato sintetiza as considerações desenvolvidas no TCC sobre a produção de um filme (Combustível, disponível em: <https://1drv.ms/v/s!AmVKwUZ8V-KigUri9j69f2Fhs-eA?e=VqvTtt>) que busca representar o cotidiano de um estudante universitário acometido por *burnout*, bem como os seus resultados. O intuito é conscientizar tanto a população acadêmica quanto a sociedade em geral acerca da gravidade da doença.

Palavras-chave: Burnout; Estudante; Universitário

BAUMAN, Zygmunt. *O mal-estar da pós-modernidade*. Trad. Mauro Gama, Cláudia Martinelli Gama. Rio de Janeiro: Zahar, 1998.

FREUD, Sigmund. *O mal-estar na civilização*. Trad. Paulo César de Souza. São Paulo: Penguin Classics Companhia das Letras, 2011.

PADOVANI, Ricardo da Costa et al. Vulnerabilidade e bem-estar psicológicos do estudante universitário. *Revista brasileira de terapias cognitivas*. Rio de Janeiro, v. 10, n. 1, p. 02-10, 2014.

PEPE-NAKAMURA, Antonieta; MÍGUEZ, Carla; ARCE, Ramón. Equilíbrio psicológico y burnout académico. *Revista de investigación en educación*. v. 12, n. 1, p. 32-39, 2014.

ROSALES RICARDO, Yury; ROSALES PANEQUE, Fredy R. Burnout estudiantil universitario: conceptualización y estudio. *Salud mental*. v. 36, n. 4, p. 337-345, 2013.

Conectividade, Rede de Saúde e Cidadania: projeto “Café, Palavras e Suspiros” – UFF

Anaís Lopes da Costa¹; Valéria Vasiliauskas²; Maria Aparecida dos Santos³; Nathalia Lacerda Gonçalves⁴; Fábio Araújo⁵;

¹ Graduanda em Psicologia UFF (anaisl@id.uff.br)

² Graduanda Enfermagem UNIVERSO. DASE-UFF

³ FIOCRUZ. Doutorado em Psicologia PPG-UFF

⁴ Psicóloga. Diretora da DASE-UFF

⁵ Mestrado em Bioética, Ética Aplicada e Saúde Coletiva FIOCRUZ. DASE-UFF

O serviço de acolhimento do DASE-PROAES-UFF no seu projeto de extensão “Café, Palavras e Suspiros”, identificou fundamental fragilidade no conhecimento de discentes, docentes e servidores sobre a rede pública de saúde e seus usos. Tal fragilidade implica entraves no acionamento dessa rede em situações de risco e crise em problemas da saúde mental, que abarcam a própria universidade no tema do Setembro Amarelo. O projeto “Café, Palavras e Suspiros” tem como uma de suas bases a educação em saúde e cidadania no cotidiano, no qual, nos encontros com estudantes, a técnica orienta e apoia os demandantes a buscar a rede de saúde através de informações em sites de instituições e bancos de dados; seguindo os caminhos da rede: CNES, Prefeitura de Niterói, Fundação Municipal da Saúde, Mapa da Rede de Saúde Niterói, e em unidades externas as Secretarias Municipais de Saúde e seus canais de comunicação. Além disso, a mesma entra em contato telefônico direto com instituições para encaminhamento dos alunos. Tais ações implementam a conectividade da rede de forma segura e eficaz na cobertura das demandas de saúde mental e outras. Este projeto, numa proposição ampliada para o ensino em saúde nos bancos das universidades, amplificará a potência de saúde, acesso e cidadania.

Palavras-chave: Acolhimento Estudantil; Rede Pública de Saúde; Conectividade.

BRASIL, MINISTÉRIO DA SAÚDE, Cadastro Nacional dos Estabelecimentos de Saúde, CNES. internet: [200-]. Base de dados. Disponível em: <http://cnes.datasus.gov.br/>

FUNDAÇÃO MUNICIPAL DE SAÚDE DE NITERÓI, Site da Fundação Municipal de Saúde de Niterói. Internet: Assessoria de Comunicação ASCOM e Núcleo de Tecnologia da Informação NTI. [2011?]. Disponível em: <http://saude.niteroi.rj.gov.br/>

DIVISÃO DE ATENÇÃO À SAÚDE DO ESTUDANTE (DASE), Rede Social e Contato. Internet: Universidade Federal Fluminense (UFF), Pró Reitoria De Assuntos Estudantis (PROAES). Em: <https://www.facebook.com/divisaodesaude.uff/> e saudedoestudante@proaes.uff.br.

SILVA, NATHALIA. Café, Palavras e Suspiros. SigProj: Universidade Federal Fluminense (UFF), Pró Reitoria de Assuntos Estudantis (PROAES) e Pró Reitoria de Extensão (PROEX), 2016. Projeto de Extensão, Registro: 239773.

Educação e saúde no ambiente do trabalho: um relato de experiência

Brendo de Lima Aragão¹; Daniel da Silva Granadeiro²; Gabrielle Souza Santos³; Mara Rubia Almeida da Costa⁴; Stephany Leal Gonçalves⁴

1 Acadêmico em enfermagem. Centro Universitário Augusto Mota/RJ.

2 Doutorando pelo PPGEnfBio/UNIRIO e professor do Centro Universitário Augusto Motta/RJ.

3 Acadêmica em enfermagem. Centro Universitário Augusto Mota/RJ. (gabriellesantos2223@gmail.com)

4 Acadêmica em enfermagem. Centro Universitário Augusto Mota/RJ.

A saúde e a segurança nos locais de trabalho possuem uma extrema importância básica quando o intuito é preservar a vida humana, principalmente de nossos trabalhadores. Sendo assim, o presente trabalho trata de um relato de experiência da atividade prática feita por alunos extensionistas do curso de graduação em enfermagem. O objetivo é promover a mobilização e a autorreflexão sobre o estresse no ambiente de trabalho nos trabalhadores de um Centro Universitário do Rio de Janeiro. O trabalho se baseia no relato de experiência da atividade prática realizada pelo projeto de extensão intitulado Educação e Saúde no contexto do trabalho, que constitui de dinâmica prática realizada com 15 professores, 5 coordenadores, 20 técnicos administrativos e 18 técnicos de apoio. A atividade desenvolvida contou com a utilização de quatro garrafas pet que representavam quatro eixos do cotidiano do trabalhador (família, lazer, trabalho e o estresse) e quatro jarras com água com corantes diferentes (vermelho, roxo, verde e azul). No desenvolver da dinâmica, foi solicitado que os colaboradores deveriam encher as garrafas pet com a água de acordo com o tempo utilizado da sua vida para cada eixo temático. O intuito era utilizar a representação dos volumes das águas, para gerar a mobilização e reflexão do trabalhador quanto ao tempo gasto para cada eixo temático. Não foi utilizado termo de consentimento, visto que foi uma dinâmica prática, sem identificação dos participantes. Através da estatística simples, fica evidenciado que 54 dos colaboradores que participaram da atividade encheram com grande volume de água a garrafa pet do trabalho e do estresse, demonstrando a sobrecarga de trabalho, ansiedade, depressão, falta de domínio do seu tempo de vida, entre outros fatores de ordem psicológica e física. A atividade realizada proporcionou ao corpo de colaboradores a liberdade e a confiança em relatar a sobrecarga de trabalho, carga excessiva de atividades diárias e baixa qualidade de vida.

Palavras-chave: Educação em Saúde; Saúde do Trabalhador; Estresse Ocupacional.

COOPER, C., KELLY, M. Occupational stress in head teachers: A nacional UK study. *British Journal of Educational Psychology*. n. 63, p. 130-143, 1996.

FALKENBERG, M. B.; MENDES, T. P. L.; MORAES, E. P.; SOUZA, E. M. Educação em saúde e saúde na educação: conceitos e implicações para a saúde coletiva. *Ciência & Saúde Coletiva*. v. 19, n. 3, p. 847-852, 2014.

GOMEZ, C. M.; VASCONCELLOS, L.C.F.; HUET, M. J. Saúde do trabalhador: Aspecto históricos, avanços e desafios no sistema Único de saúde. *Ciência & Saúde Coletiva*. v. 23, n. 6, 2018.



STAUSZ, C. M.; GUILAM, R. C. M.; OLIVEIRA, S. S. A Intervenção em saúde do trabalhador na perspectiva dos atos históricos do campo. *Revista Brasileira de Saúde Ocupacional*. v. 44, 2019.

Estresse pós-traumático na enfermagem por assédio moral

Elisangela Pires Querino de Araujo¹; Gabrielle Souza Santos²; Genilda Vicente de Medeiros Manoel²; Lidia Raquel Freitas³; Priscila Frederico de abreu Messias Alves⁴

¹ Enfermeira, especialista em enfermagem pelo trabalho, Univ. do Grande Rio. Gerente de Saúde do Trabalhador da Empresa Pública de Saúde Rio Saúde.

² Graduanda em enfermagem pelo Centro Universitário Augusto Mota.

³ Graduanda em enfermagem pelo Centro Universitário Augusto Mota (lidiakellenf32@outlook.com).

⁴ Enfermeira intensivista pelo Centro Universitário Augusto Motta (2014). Intervencionista pelo SAMU-RJ. Docente. Gerontologista e pós-graduada em Urgência e Emergência (Faculdade Única).

Segundo Gouveia et al (2012, p. 162), o assédio moral refere-se a situações humilhantes, vexatórias e perseguidoras de forma frequente e duradoura às quais os indivíduos estão expostos. Essa prática pode ser entendida como qualquer conduta abusiva e repetitiva, que afeta a integridade física ou psíquica de uma pessoa. Pode manifestar-se através de palavras, gestos, comportamentos, atos verbais ou por escritos caracterizados por ofenderem a imagem da vítima. Diante do exposto, a enfermagem deve ser acolhedora entre a equipe e humanizada entre si, de forma que não interfira no psicológico do outro profissional. O trabalho tem como objetivo alertar a classe da enfermagem sobre a humanização e acolhimento entre as equipes, discutir a temática depressão e propor estratégias através da pesquisa para diminuir o índice de morte/mortalidade na classe. O estudo teve como base um estudo de Revisão Integrativa de Literatura (RI), o qual foram revisados, 100 artigos. Teve como critério de inclusão os artigos em Português, e teve como critério de exclusão artigos de outro idioma pois não houve a necessidade de incluí-los. A pesquisa foi iniciada em junho de 2019, sobre casos dos últimos sete anos. A busca se deu pelas bases de dados: Scielo, Medline e Bireme. Diante da busca literária, observou-se uma quantidade elevada com a temática estresse pós-traumático, porém, ainda há a necessidade de estudos que entrelacem a temática com o assédio moral. Tendo em vista a problemática levantada, conclui-se que houve um aumento de casos, trazendo transtornos psicossomáticos às vítimas como: síndrome do pânico, ansiedade depressão, afastamento do trabalho e suicídio na enfermagem.

Palavras-chave: Estresse Pós-Traumático; Assédio Moral; Enfermagem.

GOUVEIA et al. Assédio Moral: Compreensão de Estudantes de Enfermagem. *Rev. enferm. UERJ*, Rio de Janeiro, abr/jun; 20(2):161-6. p.161, 2012. (Disponível em:><http://www.facenf.uerj.br/v20n2/v20n2a04.pdf>> Acesso em: 20/jun/2019)

THOFEHRN et al. Assédio Moral no Trabalho da Enfermagem. *Cogitare Enfermagem*. Universidade Federal do Paraná Brasil. (Disponível em:><httpwww.redalyc.org/pdf/4836/483648981017.pdf>> Acesso em: JUL/2019.)

**Importância de práticas colaborativas para alívio das manifestações da ansiedade -
um relato de experiência**

Antônia da Conceição Cylindro Machado¹; Erika Barbosa de Oliveira Silva²; Jhuly Manso da Silva³; Joiciany Carneiro da Costa⁴

¹Doutora em enfermagem pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

²Mestre em enfermagem pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

³Acadêmica em enfermagem pela Universidade do Grande Rio.

⁴Acadêmica em enfermagem pela Universidade do Grande Rio (joicianycarneiro@unigranrio.br).

Atualmente, muitos adolescentes relatam e sofrem com os sintomas da ansiedade, o que interfere em suas atividades diárias e contribui para um possível agravamento da condição e qualidade de vida do indivíduo. Existem diversas práticas que auxiliam na diminuição e controle da ansiedade, porém são pouco conhecidas e utilizadas, principalmente entre adolescentes. Como objetivo, trazemos experiências vivenciadas em uma atividade educativa, abordando o tema ansiedade com alunos do ensino médio de um Centro Integrado de Educação Pública, do município de Duque de Caxias. A atividade foi realizada em junho de 2019, por acadêmicas de enfermagem, integrantes do Projeto de Extensão Promovendo a Saúde do Adolescente na Escola, que envolveu cinco estações com métodos práticos para auxiliar e promover o alívio da ansiedade, tais como: aromaterapia, musicoterapia, exercícios respiratórios, exercícios físicos e automassagem, sendo as atividades executadas pelos alunos em uma sala específica preparada para os receberem em um ambiente calmo e agradável. Como contribuição, destaca-se que, através da vivência educativa, foi possível perceber a necessidade e a importância de discutir a ansiedade entre os adolescentes e a utilização de tais métodos na prevenção da intensificação da sintomatologia da ansiedade contribuindo para a diminuição de danos, tendo em vista a singularidade de cada um.

Palavras-chave: Ansiedade; Cuidados de Enfermagem; Estudantes.

SILVA, C. O.; SILVA, P. M. Transtornos de ansiedade em adolescentes: considerações para a pediatria e hebiatria. *Adolesc. Saude*. Rio de Janeiro, v. 10, supl. 3, p. 31-41, outubro 2013.

O uso de metodologias criativas e participativas para promoção de saúde mental entre jovens universitários: relato de experiência junto à UFF

Jennifer Perroni

Mestre, UFF - Serviço Social (perroni.uff@gmail.com)

A percepção de que o ingresso na vida universitária é marcado por inúmeros desafios, não apenas acadêmicos como também interpessoais, já está presente na literatura internacional e vem ganhando destaque como campo de pesquisa. Com base nesse debate, pretende-se, por meio do uso de metodologias criativas e participativas como o Design Thinking, Mapa da Empatia e a Terapia Comunitária Integrativa, mapear fatores relacionados ao adoecimento psíquico e pensar soluções possíveis. O presente trabalho pretende apresentar os resultados das experiências realizadas na Faculdade de Veterinária e na Escola de Engenharia da Universidade Federal Fluminense, nos meses de junho e julho de 2019, e que buscou a geração de engajamento na comunidade, proposta de ações e sensibilização para a relevância do tema da saúde mental.

Palavras-chave: Saúde Mental; Promoção; Prevenção

BARRETO, A. *Terapia comunitária integrativa passo a passo*. Fortaleza: Gráfica LCR, 2008.

BRASIL, Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Política Nacional de Assistência Social (PNAS).

BRASIL, Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome. Orientações Técnicas: Centro de Referência de Assistência Social – CRAS – 1. ed. – Brasília: Ministério do Desenvolvimento Social e Combate à Fome, 2009.

BROWN, Tim. *Design Thinking: Uma metodologia poderosa para decretar o fim das velhas ideias*. Rio de Janeiro: Elsevier, Campus, 2010.

COULON, Alain. *A condição de estudante – A entrada na vida universitária*. Salvador, Edufba, 2008

ESCÓSSIA, F. Crescimento constante: taxa de suicídio entre jovens sobe 10% desde 2002. *BBC Brasil*. 22 abril 2017. <https://www.bbc.com/portuguese/brasil-39672513>.

PINHEIRO, Tennyson; ALT, Luiz. *Design Thinking Brasil: empatia, colaboração, experimentação*. Rio de Janeiro: Campus, 2011.

VASCONCELOS, Ana Maria de. *A prática do Serviço Social: cotidiano, formação e alternativas na área da saúde*. São Paulo: Cortez, 2002.

Relevância do diálogo e do conhecimento sobre ansiedade para adolescentes - um relato de experiência

Antônia da Conceição Cylindro Machado¹; Erika Barbosa de Oliveira Silva²; Jhuly Manso da Silva³; Joiciany Carneiro da Costa⁴

¹Doutora em enfermagem pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

²Mestre em enfermagem pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro.

³Acadêmica em enfermagem pela Universidade do Grande Rio- UNIGRANRIO (jhulymansos@gmail.com).

⁴Acadêmica em enfermagem pela Universidade do Grande Rio- UNIGRANRIO.

Compreendemos a ansiedade como um sentimento fisiológico que acomete todos os seres humanos, mas que pode vir a ser patológico dependendo da intensidade e do que esse sentimento interfere no dia a dia do indivíduo, o que caracteriza transtorno de ansiedade. A adolescência é uma fase onde esse sentimento predomina, o que torna imprescindível o diálogo e um espaço para troca de experiências com os adolescentes. Como objetivo apresentamos as experiências vivenciadas em uma atividade educativa direcionada ao tema ansiedade com estudantes de um Centro Integrado de Educação Pública. Sendo a mesma realizada em junho de 2019, por acadêmicas de enfermagem, integrantes do Projeto de Extensão Promovendo a Saúde do Adolescente na Escola, junto aos alunos do ensino médio de uma escola no município de Duque de Caxias. A atividade foi desmembrada em dois momentos: o primeiro ocorreu através de um círculo de debates e troca de experiências; o segundo foi organizado através de cinco estações que demonstravam métodos práticos para alívio da ansiedade. Por meio do diálogo, os adolescentes expressaram suas angústias e os fatores que contribuem para a intensificação da ansiedade, além de compreender a diferença entre ansiedade e transtorno de ansiedade. Durante a experiência vivenciada, pode-se perceber a importância da atuação de Enfermagem junto a alunos do ensino médio, pois foi possível estabelecer um diálogo e transmitir conhecimentos na tentativa de diminuir os danos causados pela ansiedade.

Palavras-chave: Ansiedade; Cuidados de Enfermagem; Estudantes.

PEREIRA, M.; SÁ, M. C.; MIRANDA, L. Adolescência, crise e atenção psicossocial: perspectivas a partir da obra de René Kaës. *Saúde em Debate*. Rio de Janeiro, v. 37, n. 99, p. 664-671, out/dez 2013.

SOUZA, G.; BARBOSA, C. G.; MORENO, V. Suicídio na adolescência: revisão de literatura. *Revista Uningá*. São Paulo, V.43, p.95-98, jan/mar 2015.

Suicídio: Uma questão para todos

Ana Clara de Oliveira Peixoto

Graduanda em Produção Cultural, Universidade Federal Fluminense - Produção Cultural
(claraana@id.uff.br)

O presente trabalho visa discutir o suicídio através de alguns relatos de pessoas que já cometeram tentativa e de familiares e amigos próximos de pessoas que se suicidaram. Através desses depoimentos, compreender como o suicídio tem "atravessamentos" diferentes como problemas na família, no emprego/desemprego e outros fatores. Pensar na importância do diálogo é fundamental como forma de ajudar esses indivíduos. Pretende-se explicar que assuntos como suicídio não devem ficar estritamente enclausurados em campos específicos dos saberes acadêmicos, devendo se expandir. O suicídio é um tema que afeta a sociedade como um todo, dessa forma, quanto mais conhecimento sobre o assunto, mais a questão pode vir a deixar de ser um tabu. É fundamental falar sobre o suicídio, evidente que algumas áreas terão mais domínio sobre o tema do que outras, mas é extremamente importante perceber que o silêncio sobre o assunto ajuda no adoecimento de vidas. É necessário que as pessoas se sintam seguras ao falar sobre isso para ajudar outras pessoas e se ajudarem. Relatos coletados de pessoas com perfis e gostos diferentes com intuito de "desmistificar" a aparência do suicida e através dos depoimentos perceber como essas pessoas estão lidando com a situação e o que elas acham sobre esse assunto, porque é indispensável ouvir narrativas como essas através desses sujeitos. Por fim, se discutirá qual é a função da universidade e dos seus saberes nesse campo e a importância de existirem cada vez mais espaços de debate e aprendizado em todos os momentos possíveis.

Palavras-chave: Diálogo; Ajuda; Suicídio

CASSORLA, Roosevelt M. S. *O que é Suicídio*. 5. ed. São Paulo: Brasiliense, 2005.

DURKHEIM, E. *O Suicídio – Um Estudo Sociológico*. Rio de Janeiro: Zahar Editores, 1982.

LOPES, Fábio Henrique. *Suicídio e saber médico: Estratégias históricas de domínio, controle e intervenção no Brasil do século XIX*. 1ª reimpressão. Rio de Janeiro: Apicuri, 2008.

KALINA, E.; KOVADLOFF, S. *As cerimônias da destruição*. Rio de Janeiro: Francisco Alves, 1983.

Um olhar para além do olhar: É possível pensar numa clínica para além da doença?

Eduarda Ribeiro Silva

Graduanda, UFF – Psicologia (eduardaluna1212@gmail.com).

Numa sociedade sedenta por respostas imediatas, os discursos mais objetivos são vendidos com facilidade. Assim, consequentemente observa-se um alto índice de medicalização. O olhar objetual, voltado à doença tem sido, para alguns, algo extremamente lucrativo. Como se sabe, gramaticalmente falando, o “o” é classificado como artigo definido, enquanto “um”, por indefinido. Sendo este o ponto inicial para pensarmos na diferença entre “o olhar” e “um olhar”. Pontuar a importância do olhar ao sujeito como uma ferramenta fundamental, que se difere do olhar médico onde a doença já existe, de forma definida, em seu imaginário, pensando num olhar para além do espaço ideal, do paciente ideal e da doença ideal. É possível pensar no sujeito enquanto aquele que traz suas marcas, sua história, seja ela biológica, psíquica ou social, mesmo diante de toda essa demanda imediatista? A partir de alguns relatos trazidos no livro “O nascimento da Clínica”, no qual Foucault apresenta importantes pontuações quanto às estruturas epistemológicas e políticas que regem a racionalidade contemporânea, navegando da histeria às históricas de Freud, no que tange uma possível torção no olhar a doença e um olhar ao sujeito, que traz em seu discurso algo para além da doença, chegando aos possíveis novos modos de olhar e pensar a clínica, é que tentaremos apontar “um olhar para além do olhar”.

Palavras-chave: Olhar; Clínica; Sujeito.

FREUD, S. (1893-1895). *Estudos sobre a Histeria*. Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud, v.II. Rio de Janeiro: Imago, 1980.

FREUD, S. (1901-1905). *Um caso de Histeria, Três Ensaio, Sexualidade e outros trabalhos*. Edição standard brasileira das obras psicológicas completas de Sigmund Freud, VII. Rio de Janeiro, 1980.

FOUCAULT, M. *O Nascimento da Clínica*. Rio de Janeiro. Editora Forense - Universitária, 1980.

GARCIA-ROZA, L. A. *Freud e o Inconsciente*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1996.

OLIVEIRA, R. NASCIMENTO, M. A clínica e seus desafetos: Pactos e omissões nos estudos sobre o negro no Brasil. *Revista ABPN*. v. 10, n. 24. nov.2017- fev.2018, p.129- 147.

2 Políticas e Protocolos envolvendo a temática



A importância da prevenção do adoecimento mental em profissionais de saúde

Elisangela Pires Querino de Araujo¹; Gabrielle Souza Santos²; Genilda Vicente de Medeiros Manoel³; Lidia Raquel Freitas³; Priscila Frederico de abreu Messias Alves⁴

¹ Enfermeira, especialista em enfermagem pelo trabalho, Universidade do Grande Rio. Gerente de saúde do trabalhador da Empresa Pública de Saúde Rio Saúde.

² Graduanda em enfermagem pelo Centro Universitário Augusto Mota (gabriellesantos2223@gmail.com).

³ Graduando em enfermagem pelo Centro Universitário Augusto Mota.

⁴ Enfermeira especialista em terapia intensiva, Unisuam, especialista em urgência e emergência e gerontologia e saúde mental (Universidade Única). Intervencionista pelo SAMU-RJ, intensivista pelo Grupo CEMERU-RJ.

O excesso de trabalho na área da saúde pode vir acarretar o desenvolvimento de doenças mentais, tendo em vista as situações nas quais esse profissional está sujeito na prática de trabalho. O objetivo deste trabalho é discutir situações que provoquem o adoecimento mental desses profissionais de saúde no ambiente de trabalho. Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, de abordagem qualitativa, do tipo descritivo. Por meio da busca de publicações nos periódicos indexados em plataformas como BVS e CAPES, compreendendo bases de dados como SciELO e MEDLINE. Foram encontrados 10 artigos que abordassem a temática proposta, sendo utilizado apenas 2 desses artigos. Como critérios de inclusão foram utilizados os artigos publicados nos últimos oito anos, os quais abordassem a temática proposta e exclusão os artigos fora do recorte temporal supracitado. De acordo com Silva (2011), os quadros atuais de adoecimento que se apresentam em ações de saúde mental relacionada ao trabalho tem desafiado o diagnóstico clínico. As atribuições dos profissionais de saúde, são marcadas pelo enfrentamento de situações relacionadas com a potencialização do estresse, tais como: a linha tênue entre vida e morte, condições de trabalho desfavoráveis, salários atrasados, e cobranças excessivas. É necessário que a empresa crie um ambiente saudável para os profissionais, sempre alerta para a necessidade de tratar cada profissional como se fosse único; além disso, promover estratégias educativas, e trabalhar as questões relativas à prática cotidiana do trabalho, visando reduzir a sobrecarga mental.

Palavras-chave: Profissionais de Saúde; Saúde do Trabalhador; Saúde Mental.

MATURANA, A.P.P.M. VALLE, T.G.M. Estratégias de enfrentamento e situações estressoras de profissionais no ambiente hospitalar / Stress and coping strategies of professionals in the hospital environment. *Psicol. hosp.* (São Paulo); 12(2): 02-23, 2014.

SELIGMANN-SILVA, Edith. *Trabalho e desgaste mental: o direito de ser dono de si mesmo*. São Paulo: Cortez, 2011.

Moreira IJB, Horta JA, Duro LN, Borges DT, Cristofari AB, Chaves J, et al. Perfil sociodemográfico, ocupacional e avaliação das condições de saúde mental dos trabalhadores da Estratégia Saúde da Família em um município do Rio Grande do Sul, RS. *Rev Bras Med Fam Comunidade*. 11(38): 1-12, 2016.



Franco T, Druck G, Seligmann-Silva E. As novas relações de trabalho, o desgaste mental do trabalhador e os transtornos mentais no trabalho precarizado. *Rev Bras Saúde Ocup.* 35(122): 229-248, 2010.

Práticas integrativas: eficácia versus aceitação

Luciana Fernandes Paulino¹; Bárbara de Lacerda Santos Oliveira²; Neemias Lima da Silva²; Marina Soares Gonçalves²; Maria Eduarda Ramos da Silva²; Gleyce Moreno Barbosa³

¹Psicóloga (IP/UERJ); mestre em Serviço Social (ESS/UFRJ); doutora em Educação em Ciências e Saúde (NUTES/UFRJ) (lfernandesp@gmail.com).

²Graduandas da Faculdade de Farmácia (UFF).

³Professora Adjunta da Faculdade de Farmácia (UFF), Universidade Federal Fluminense – Farmácia.

Desde a implantação das Práticas Integrativas no SUS, existe o desafio relacionado à descrença de sua eficácia por profissionais e pacientes; portanto, o projeto PICS UFF visa divulgar evidências científicas, incluindo informações relacionadas à promoção da saúde mental. Utilizando a fitoterapia, aromaterapia, danças circulares, yoga, medicina ayurveda e antroposofia, obteve-se significativa redução do estresse, ansiedade e depressão, conforme relatos na literatura. A aromaterapia demonstrou resultados significativos, utilizando os óleos essenciais de lavanda, gerânio, ylang-ylang, cedro e bergamota, via inalação ou massagem, inclusive com comprovação bioquímica, através da avaliação de cortisol salivar (LYRA, NAKAI, MARQUES, 2010; TANG e TSE, 2014; WU et al, 2014). A fitoterapia, que utiliza plantas medicinais, reduziu o estresse de estudantes com o uso de Ondamtanggamibang (LEE, HAK, MOON, 2004). Observaram-se benefícios das Danças Circulares na saúde mental de mulheres mastectomizadas (FRISON, SHIMO, GABRIEL, 2014), pacientes estomizados (TAVARES, GUIMARÃES, KIMURA, 2018) e usuários do Centro de Atenção Psicossocial para adultos com transtornos mentais persistentes (OLIVEIRA e ARAÚJO, 2013). A medicina antroposófica abrange tais problemas com uma visão voltada ao paciente. Sabendo-se que a gestação é um momento delicado na vida da mulher, a antroposofia estimula atividades intelectuais, visando evitar quadros de depressão pós-parto e até diminuir suas dores e, consequentemente, traumas emocionais decorrentes desse período (HIOKI et al, 2015). A medicina Ayurveda e Yoga atenuaram quadros de depressão, ansiedade e transtornos pós-traumáticos, sendo esses meios eficazes para a preservação e melhora da saúde mental dos que os utilizam (VORKAPIC e RANGÉ, 2011). Considerando os benefícios à saúde que podem ser obtidos com as práticas integrativas, entende-se que as comprovações científicas devem ser cada vez mais divulgadas para que se alcance maior aceitação.

Palavras-chave: Práticas Integrativas; Saúde Mental.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Política Nacional de Práticas Integrativas e Complementares o SUS – PNPIC-SUS. Brasília, 2006.

WU, J.-J et al. Modulatory effects of aromatherapy massage intervention on electroencephalogram, psychological assessments, salivary cortisol and plasma brain-derived neurotrophic factor. *Complementary Therapies in Medicine*. Volume 22, p. 456-462, 2014.

TANG, S. K. & TSE, M.Y. M. Aromatherapy: Does It Help to Relieve Pain, Depression, Anxiety, and Stress in Community-Dwelling Older Persons? *Bio Med Research International*. Volume 2014, p. 12, 2014.

LYRA, C. S.; NAKAI, L. S.; MARQUES, A. P. Eficácia da aromaterapia na redução de níveis de estresse e ansiedade em alunos de graduação da área da saúde: estudo preliminar. *Fisioterapia e Pesquisa*, São Paulo, v. 17, n. 1, p. 13-17, 2010.

LEE, M. S.; HAK, K. & MOON, S.-R. Effects of a Korean traditional herbal remedy on psychoneuroendocrine responses to examination stress in medical students: A randomized placebo-controlled trial. *Human psychopharmacology*, v. 19, p. 537-43, 2004.

FRISON, F.S.; SHIMO, A.K.K.; GABRIEL, M. Dança circular e qualidade de vida em mulheres mastectomizadas: um estudo piloto. *Saúde Debate*. Rio de Janeiro, v. 38, n. 101, p. 277-284, abr-jun 2014.

TAVARES L.M.; GUIMARÃES L.C.; KIMURA C.A. Eficácia da dança circular nas práticas integrativas e complementares à saúde aplicada a pacientes estomizados. *Journal of the Health Science Institute*, v. 36, n. 2, p. 105-108, 2018.

OLIVEIRA, I. B. S., ARAÚJO, L. S. Paisagens acolhedoras em um tempo de sutilezas: Ressonâncias da dança em uma clínica corporal em saúde mental. *Cad. Ter. Ocup. UFSCar*, São Carlos, v. 21, n. 3, p. 575-582, 2013.

HIOKI, S.A.O.; HOSOMI, J.K.; MOROIS, M.M.D.; NOKOMURO, M.U. The pregnantwoman in the perspective ofanthroposophy: contributionsto a comprehensivecounseling. *Arte Médica Ampliada*, v. 35, n. 4, 2015.

VORKAPIC, C.F.; RANGÉ, B. Os benefícios do yoga nos transtornos de ansiedade. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*, [S. l.], 2011.

Saúde mental e instituição federal de ensino: uma proposta de política institucional

Jennifer Perroni

Mestre, UFF, Serviço Social – Universidade Federal Fluminense (perroni.uff@gmail.com)

O tema da saúde mental vem ganhando destaque nos meios acadêmicos. A justificativa para tal emergência é clara: cresce o número de casos de sofrimento psíquico e suicídio principalmente entre a população mais jovem. A esse respeito, estudo desenvolvido pela Organização Mundial da Saúde (OMS), no ano de 2013, demonstrou que 804 mil pessoas cometem suicídio todos os anos, sendo essa a segunda principal causa de mortes entre os jovens. O presente trabalho consiste em uma proposta de política institucional de prevenção ao suicídio e promoção de saúde mental em uma instituição de ensino superior. A metodologia utilizada baseou-se na pesquisa bibliográfica; mapeamento de boas práticas coletadas em espaços de coletivos de instituições de ensinos federais (FONAPRACE) e capacitações junto a instituições não-governamentais de atuação na área de sofrimento mental e ajuda humanitária como é o caso da Cruz Vermelha e do Centro de Valorização da Vida. O resultado dessa pesquisa é a proposta de um plano baseado em três pilares, a saber: ações de prevenção e promoção, ações terapêuticas e manejo de situações agudas.

Palavras-chave: Prevenção; Promoção; Suicídio.

BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE (MS). Portaria N° 1.876. Institui Diretrizes Nacionais para Prevenção do Suicídio, a ser implantadas em todas as unidades federadas, respeitadas as competências das três esferas de gestão.

ESCÓSSIA, F. Crescimento constante: taxa de suicídio entre jovens sobe 10% desde 2002. *BBC Brasil*. 22 abril 2017. (<https://www.bbc.com/portuguese/brasil-39672513>. Acesso em 25/03/2019).

COULON, Alain. *A condição de estudante: a entrada na vida universitária*. Salvador: Edufba, 2008.

HOLMES, D. S. *Psicologia: transtornos mentais*. Porto Alegre: ArtMed, 2001.

PASTORE, J. & SILVA, N.V. *Mobilidade Social no Brasil*. São Paulo, Editora Macron Books, 2000.

SECRETARIA DE VIGILÂNCIA EM SAÚDE. Perfil epidemiológico das tentativas e óbitos por suicídio no Brasil e a rede de atenção à saúde, v. 48, n. 30, 2017.

WORLD HEALTH ORGANIZATION, Mental Health ATLAS, 2017.

WORLD HEALTH ORGANIZATION, Mental health action plan 2013-2020, 2013.



3 Rede Atendimento

A atuação do enfermeiro frente à depressão pós-parto

Caroline Rita Alves Luiz¹; Gabriela Leal de Carvalho¹; Gabrielle Souza Santos¹; Patricia Peçanha Mothé Sobral²; Valleri dos Santos Lourenço¹

¹Graduandas em Enfermagem, pelo Centro Universitário Augusto Motta.

² Graduanda em Enfermagem, pelo Centro Universitário Augusto Motta (patricia.mothe16@gmail.com).

A Depressão Pós-Parto pode ser classificada como um transtorno mental e que provoca alterações emocionais, cognitivas, comportamentais e físicas, levando até semanas após o parto. O enfermeiro tem um papel privilegiado, desde o planejamento da gravidez, no acompanhamento e no pós-parto. O objetivo do trabalho é identificar a atuação do enfermeiro frente à saúde mental materna, no âmbito da depressão pós-parto. Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, de abordagem qualitativa, do tipo descritivo. Por meio da busca de publicações nos periódicos indexados em plataformas como BVS, LILACS, SciELO e MEDLINE. Como critérios de inclusão os artigos voltados para temática, exclusão para os artigos que não abordavam a questão. Estudos recentes pela OMS apontam que cerca de 20% das mães em todo o mundo enfrentam depressão após o parto e embora em números menos expressivos, a psicose desempenha também papel importante no prejuízo a saúde mental materna. Fatores de risco podem ser percebidos pelo Enfermeiro no transcorrer do pré-natal, como: gestante solteira, conflitos familiares, e ausência de suporte e falta de envolvimento paterno. Além de proporcionar os cuidados e atuar na prevenção, o enfermeiro deve ser capacitado a identificar fatores de risco e potencializar fatores de proteção no decorrer das consultas de pré-natal e, principalmente, no pós-parto, trabalhando as dificuldades nesse processo de ajuste da dinâmica familiar. Estabelecendo um relacionamento terapêutico de confiança, fortalecendo a linha de cuidado através de escuta qualificada, inferindo sobre as queixas da paciente, trabalhando o enfrentamento a situações de risco e fortalecendo o vínculo mãe-bebê.

Palavras-chave: Enfermagem; Período Pós-parto; Depressão.

CAMPOS, B.C; RODRIGUES, O.M.P.R. Depressão pós parto materna: crenças, práticas de cuidado e estimulação de bebês no primeiro ano de vida. *Psico (Porto Alegre)*. v. 46, n. 4. Porto Alegre, dez.2015. (Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-53712015000400009>. Acesso 16 de agosto de 2019).

ARRAIS, A.R; ARAUJO, T.C.C.F. Depressão pós parto: uma revisão sobre fatores de risco e de proteção. *Psic., saúde e doenças*. v. 18, n. 3, Lisboa, dez. 2017. (Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1645-00862017000300016>. Acesso 16 de agosto de 2019).

TOLENTINO et al. Depressão pós-parto: conhecimento sobre os sinais e sintomas em puérperas. *Revista Ciência Saúde, Nova Esperança*. 2016. (Disponível em:<file:///C:/Users/Damaris%20condeiro/Downloads/6._Depressão_pós-parto_pronto.pdf>. Acesso em: 16 de agosto 2019).

Prática docente e adoecimento mental: revisão integrativa

Vanessa Ramos Lourenço¹; Geilsa Soraia Cavalcanti Valente²; Cristhian Antônio Brezolin³; Enéas Rangel Teixeira⁴

¹Psicóloga. Mestranda do Paccs/ EEACC / UFF. (lalexca36@gmail.com).

²Doutora em enfermagem.

³Enfermeiro mestrando.

⁴Doutor em enfermagem.

A doença mental é uma das causas do número crescente de pessoas em sofrimento no mundo. Segundo a Fiocruz (2017), nas últimas estimativas da Organização Mundial de Saúde, mais de 300 milhões de pessoas vivem com algum transtorno mental. Segundo Dejours (2011), a relação do trabalhador com a organização do trabalho pode gerar sofrimento no indivíduo afetando diretamente sua saúde mental. Neste sentido, nota-se o aumento do número de absenteísmo dos docentes tendo como causas: estresse, depressão e transtornos de ansiedade (MELO, 2017). O presente trabalho tem como objetivo revelar a relação entre a prática docente e o adoecimento mental do professor. Trata-se de uma revisão integrativa da literatura realizada em outubro de 2018, com coleta nas bases de dados disponíveis na Biblioteca Virtual em Saúde: Lilacs, Medline, Index Psicologia, e também a base de dados Eric entre 2014 e 2018, utilizando a combinação de dupla de descritores e o booleano “and”. Foram identificados 12 artigos, com o tema “Saúde mental docente”. A partir das análises textuais duas categorias temáticas foram construídas: avaliação da prevalência de doença mental nos docentes; as influências das condições de trabalho e práticas docentes na saúde mental do professor. A doença mental docente é um problema crescente em todo o mundo consequência de inúmeros fatores laborais. Intervenções voltadas para a saúde mental do docente se mostram como fator chave a fim de reverter o declínio mental que muitos docentes se expõem no cotidiano de suas práticas.

Palavras-chave: Saúde Mental; Saúde do Trabalhador; Docentes.

DEJOURS, Cristophe. *Psicodinâmica do trabalho: Contribuições da Escola Dejouriana à análise da relação prazer, sofrimento e trabalho*. São Paulo: Atlas, 2011.

MELO, Leandro Ferreira. et. al. Políticas Públicas e Rotina Escolar: Uma análise sobre seus impactos na saúde docente. In *3rd. International Symposium on Adolescence(s): Vulnerabilities, Protagonisms and Challenges & 1st. Fórum (Re)Pensando a Educação*, no período de 4 a 6 de outubro na UNIFESP., 2017, São Paulo; *3rd. International Symposium on Adolescence(s): Vulnerabilities, Protagonisms and Challenges & 1st. Fórum (Re)Pensando a Educação*, no período de 4 a 6 de outubro na UNIFESP., 2017.

OPAS. Organização Pan-Americana da Saúde. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5385:com-depressao-no-topo-da-lista-de-causas-de-problemas-de-saude-oms-lanca-a-campanha-vamos-conversar&Itemid=839. Acesso em 15 Set 2018.

II Simpósio Setembro Amarelo

Tema: Construindo Caminhos

09 e 10 de setembro

Programação

1º Dia - Onde está a saúde mental no contrato de trabalho?

9h as 12h

1ª mesa

A influência do ambiente de trabalho nas questões mentais dos trabalhadores

2ª mesa

Estresse, ansiedade, burnout e depressão: onde estão? O que são? Como reduzir e evitar?

14h as 17h - Debate

O que podemos ou fazemos para reduzir os índices de suicídio e os problemas que levam ao seu risco?

Ao longo do dia: Exposição dos posterres.

2º Dia - Eixo Espiritual

9h as 12h

1ª mesa

**Comunicação Não Violenta
Corpo e Saúde Mental**

2ª mesa

**Espiritualidade
Práticas integrativas e as
possibilidades para o apoio a
Saúde Mental**

14h as 17h

Grupo de Trabalho: Vamos Construir Caminhos!

Desenvolvimento de ideias para montar programas e comissão que gere resolutividade para o problema que estamos vivenciando.

Premiação dos posterres e sorteio de brindes

Ao longo do dia: Práticas de Saúde (Yoga, Meditação, Rodas de Conversa, Grupos Reflexivos)

Inscrições: www.even3.com.br/simposioconstruindocaminhos

