

CONTRIBUIÇÕES DA LISAME NO PROCESSO DE APRENDIZAGEM E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL

Cleide Correia de Oliveira¹

Thays Lopes Lucas²

Paula Emanuely Pereira de Souza³

Área Temática: Saúde, Educação

RESUMO

A saúde mental é fundamental para toda e qualquer pessoa, sendo necessário destacar a sua importância nas relações sociais e na formação acadêmica do indivíduo. O objetivo deste estudo é relatar as contribuições da Liga Acadêmica de Ensino, Pesquisa e Extensão em Saúde Mental (LISAME) no meio social e acadêmico no ano de 2022. Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência sobre as ações desenvolvidas pela LISAME no período de maio a novembro de 2022. As ações foram fundamentadas no princípio da metodologia ativa e beneficiaram aproximadamente 366 pessoas, através das modalidades presencial no Crato-CE e virtual nas plataformas: *Instagram* e *Google Meet*. As atividades promovidas pela liga (“Minicurso sobre ansiedade”, momentos com grupo terapêutico do CAPS III, ação de recepcionamento “Saúde mental: uma conversa necessária”, capacitações internas, *lives* e divulgação de conteúdo, e atividade em ambiente escolar “Saúde mental e bons hábitos de vida”), contribuíram ao processo de aprendizagem e promoção da saúde mental aos participantes e aos próprios extensionistas, pois essas ações possibilitam o trabalho em equipe, formação do pensamento crítico e a melhor análise das necessidades dos participantes, através da interação e comunicação. Evidencia-se a importância dos eventos desenvolvidos pela LISAME ao meio acadêmico e social em geral, uma vez que contribui no processo de aprendizagem e promoção da saúde mental através do fortalecimento do vínculo entre universidade e sociedade.

Palavras-chave: Aprendizagem. Extensão. Promoção. Saúde mental.

CONTRIBUTIONS OF LISAME IN THE PROCESS OF LEARNING AND PROMOTION OF MENTAL HEALTH

ABSTRACT

Mental health is essential for anyone and everyone, and it is necessary to highlight its importance in social relationships and in the academic education of the individual. The

¹ Professora Associada do Departamento de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri -URCA com Pós doutorado pela UFC e doutora pela UFSM, coordenadora da Liga de Ensino Pesquisa e Extensão em Saúde Mental. E-mail: cleide.correia @urca.br

² Estudante, Universidade Regional do Cariri - URCA, Enfermagem, bolsista. E-mail: thays.lopes@urca.br

³ Estudante, Universidade Regional do Cariri - URCA, Enfermagem, bolsista. E-mail: paula.souza@urca.br



objective of this study is to report the contributions of the Academic League of Teaching, Research and Extension in Mental Health (LISAME) in the social and academic environment in the year 2022. This is a descriptive study, of the experience report type on the actions developed by LISAME from May to November 2022. The actions were based on the principle of active methodology and benefited approximately 366 people, through face-to-face modalities in Crato-CE and virtual on platforms: Instagram and Google Meet. The activities promoted by the league ("Short course on anxiety", moments with a CAPS III therapeutic group, reception action "Mental health: a necessary conversation", internal training, lives and content dissemination, and activity in a school environment "Mental health and good habits of life"), contributed to the process of learning and promoting mental health to the participants and to the extension workers themselves, as these actions enable teamwork, formation of critical thinking and a better analysis of the needs of the participants, through the interaction and communication. The importance of the events developed by LISAME for the academic and social environment in general is evident, since it contributes to the learning process and promotion of mental health through the strengthening of the link between university and society.

Keywords: Extension. Learning. Mental health. Promotion.

1 INTRODUÇÃO

A Organização Pan-Americana de Saúde, em termos gerais, destaca que sem saúde mental não há possibilidade de existir saúde em nenhum aspecto. Dessa forma, é possível compreender que a saúde mental faz parte de uma interação entre mente e corpo, de modo a interferir no bem-estar geral do indivíduo e que sem ela, é impossível gerir as atividades do cotidiano de modo efetivo. Assim, torna-se fundamental destacar a sua importância nas relações sociais e na formação acadêmica.

Em relação ao meio acadêmico, Sahão e Kienen (2021), destacam que a necessidade de adaptação, relacionamentos interpessoais e a pressão sofrida pelos estudantes nas universidades, pode interferir negativamente na saúde mental desse grupo. Logo, é oportuno o uso de abordagens que auxiliem os estudantes na superação desses fatores, através da construção de habilidades que favoreçam a resolução de problemas. Em acordo, Ariño e Bardagi (2018), também propõem que ações devem ser pensadas e realizadas com o princípio de melhorar o processo de formação superior, para que esse período seja vivenciado pelos alunos de maneira positiva, sem acarretar sofrimento ou adoecimento.

De modo geral, e sem considerar apenas o meio acadêmico, é sabido que existem uma gama de fatores determinantes que podem interferir na saúde mental do sujeito, dentre os quais:



fatores sociais, genéticos, ambientais e econômicos (Pinto *et al.*, 2014). A compreensão desses fatores através de rodas de conversa e a divulgação de materiais informativos, configuram-se como meios para promover conhecimento e facilitar a busca por ajuda quando o indivíduo reconhece a necessidade.

Sob essa perspectiva, a Liga Acadêmica de Ensino, Pesquisa e Extensão em Saúde Mental (LISAME), visa o aprendizado e promoção de saúde mental, através do desenvolvimento de ações que contribuam na discussão, divulgação do conhecimento no meio acadêmico e na comunidade. O objetivo geral deste estudo é relatar as contribuições da Liga no meio social e acadêmico no ano de 2022, tendo como objetivo específico o detalhamento das ações realizadas.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência sobre as ações desenvolvidas pela Liga Acadêmica de Ensino, Pesquisa e Extensão em Saúde Mental (LISAME), uma ferramenta de promoção da saúde mental que tem como foco a instrução e aprendizado de assuntos relacionados a essa temática. As ações ocorreram de maio a novembro do ano de 2022, sendo elas: “Minicurso sobre ansiedade”, atividades com o grupo terapêutico do CAPS III de Crato-CE, recepcionamento de acadêmicos do primeiro semestre de Enfermagem da Universidade Regional do Cariri (URCA), capacitações para os extensionistas, *lives* no *Instagram*, e a ação em ambiente escolar “Saúde mental e bons hábitos de vida”. As atividades beneficiaram cerca de 366 pessoas.

O “Minicurso sobre ansiedade” teve início no mês de maio e término no mês de junho, foi realizado na modalidade online e aberto ao público inscrito por formulário do *Google*. Os encontros foram realizados em três dias, 17 e 27 de maio, e 02 de junho, através da ferramenta *Google Meet*, com duração aproximada de 2h em cada encontro. Foram debatidas as seguintes temáticas: “Ansiedade e suas repercussões no meio profissional e acadêmico”, “Avanços tecnológicos e o aumento da ansiedade”, e “Estratégias de manejo e tratamento dos quadros patológicos de ansiedade”. O evento foi organizado pela bolsista com o auxílio da coordenadora da Liga. Para tanto, houve dois encontros presenciais e comunicação por via remota, onde foram discutidas a necessidade da divulgação do evento via *WhatsApp* e *Instagram*, elaboração dos



formulários de inscrição e frequência via *Google*, contato com palestrantes e a certificação. O evento contou com 35 inscritos.

As atividades com o grupo terapêutico do CAPS III do Crato-CE, aconteceram nos dias 25 de agosto e 15 de setembro, com aproximadamente 2:30h de duração em cada. Foram desenvolvidas atividades lúdicas, rodas de conversa sobre autocuidado e expressão de emoções, dinâmicas com foco na socialização e promoção da saúde mental, e especificamente em setembro, foi discutida a valorização da vida em alusão à campanha mundial do Setembro Amarelo. Para a realização desses momentos, houve reunião dos extensionistas com as bolsistas e os professores colaboradores da Liga, para a definição da responsabilidade de cada membro e o repasse de informações sobre o local, horário, vestimenta, atividades e os materiais necessários. Nas duas ações participaram, respectivamente, 20 e 23 pessoas, contando com a participação de todos, pacientes do CAPS III, extensionistas, colaboradores, e alunos do curso técnico que estavam em estágio nos respectivos dias.

O recepcionamento dos acadêmicos do primeiro semestre do curso de enfermagem da URCA, ocorreu no dia 27 de setembro, na sala do referido semestre com a presença de 30 alunos. As atividades foram realizadas com a temática: “Saúde mental: uma conversa necessária”, sendo elas: dinâmicas, leitura de poemas e uma roda de conversa sobre os assuntos de suicídio e saúde mental no meio acadêmico, com questionamentos do tipo: “Na sua opinião, como podemos identificar sinais de comprometimento da saúde mental?”, “Você acha que existem barreiras que impedem a detecção e prevenção do suicídio? Quais?”, “Como a rotina acadêmica pode influenciar na saúde mental e o que fazer quando se sentir prejudicado?”. Ao final da ação, os extensionistas distribuíram panfletos que continham conceitos, dicas e os principais serviços de saúde mental fornecidos pelo Sistema Único de Saúde (SUS). O momento foi realizado por extensionistas e contou com a presença da coordenadora da liga, teve início às 13:30h e terminou por volta de 14h. Após o término, houve visita breve (5-10 min.) em outros três semestres (dois do curso de enfermagem e um do curso de educação física) para entrega de panfletos, divulgação da liga e abordagem em saúde mental, totalizando um público de 90 pessoas. Para organização desses momentos, foram necessárias duas reuniões via *Google Meet* para o repasse de informações sobre local, horário, tipo de abordagem, atividades e discussão sobre a produção do material necessário: banner e panfletos.

É de extrema importância que os membros da LISAME tenham capacitações e



dialoguem entre si para o aprendizado e a transmissão efetiva do conhecimento em saúde mental. Desse modo, também foram ofertadas cinco capacitações que versavam sobre os assuntos de saúde mental e produção de trabalhos científicos voltados à temática, durante o período de agosto a outubro. Além disso, duas *lives* foram promovidas no *Instagram*, com as seguintes temáticas: “Rede de atenção psicossocial- RAPS”, realizada em 29 de junho com alcance de 51 pessoas, e “Por que falar sobre saúde mental ainda é um tabu?”, promovida em 03 de novembro, com alcance de 102 pessoas. Ressalta-se que no mês de julho, ocorreu a seleção de novos membros para a Liga e desde o mês de maio até o presente momento, a Liga publica conteúdos de saúde mental de acesso livre ao público em seu *Instagram*, isso é ofertado conforme a escala do cronograma de publicações em que cada extensionista produz um conteúdo para postagem conforme a data e temática que lhe é estabelecida.

No dia 29 de novembro, foi desenvolvida uma ação em uma instituição de ensino local, com uma turma do 6º ano do ensino fundamental composta por 36 alunos. A temática abordada foi “Saúde mental e bons hábitos de vida”, considerando-se o tipo de público, o tema foi trabalhado de maneira dinâmica e com divisão em três períodos.

Em primeiro momento, foi estabelecida uma comunicação inicial com perguntas do tipo: “Na sua opinião, como podemos identificar sinais de uma boa saúde mental?”, “Para vocês, o que são hábitos de vida saudáveis?”, “Qual sua atividade de lazer ou distração para momentos de estresse?”, os questionamentos foram feitos com o objetivo instigar os alunos à reflexão e diálogo.

Em segundo, os alunos foram orientados a realização do jogo “mito ou verdade”, nele os estudantes deveriam classificar as alternativas como “mito ou verdade” e justificar a escolha. Foram propostas 10 alternativas do tipo: “Uma rotina diária ajuda a melhor desenvolver as atividades planejadas”, “Tristeza e depressão são a mesma coisa”, “O uso do celular próximo ao horário de dormir pode causar insônia à longo prazo”, “O exercício melhora o humor, bem-estar e a qualidade de vida”. Essa dinâmica favoreceu a troca de ideias entre os alunos e os extensionistas sobre a relação de influência positiva ou negativa que os hábitos podem exercer sobre a saúde mental do indivíduo.

Em seguida, foi realizada uma atividade que incentivava a importância do reconhecimento do estresse para trabalhar técnicas de relaxamento e o equilíbrio na expressão das emoções. Na conclusão, foram entregues um folder ilustrativo (com dicas para manutenção



da saúde mental, redução do estresse, ansiedade e construção de bons hábitos) e frutas para incentivar a adesão de hábitos saudáveis.

Nesse sentido, a construção desse trabalho justifica-se pela necessidade da educação contínua em saúde mental, visto que os problemas associados a essa, podem acometer qualquer membro da sociedade, independente de idade, gênero ou raça. Ademais, é essencial pontuar quais medidas e estratégias foram utilizadas para favorecer a dinamização do assunto no meio social e acadêmico, pois é através do conhecimento que há o direcionamento a melhores condutas no que diz respeito ao reconhecimento do adoecimento, acesso aos serviços de saúde mental (tratamento), redes de apoio e a desconstrução de estigmas relacionados à saúde da mente.

3 REFERENCIAL TEÓRICO

A Organização Pan-Americana de Saúde (2022), afirma que em 2019 cerca de um bilhão de pessoas viviam com algum transtorno mental e o índice de transtornos, como ansiedade e depressão, aumentaram em torno de 25% somente no primeiro ano de pandemia da Covid-19. A agência internacional destaca que os transtornos mentais configuram-se como a principal condição que resulta em incapacidade, sendo as pessoas de menor poder aquisitivo mais propícias ao desenvolvimento de doenças mentais e menos favorecidas em termos de assistência.

No tocante a aspectos mais críticos, os transtornos mentais na maioria das vezes estão relacionados como a maior causa dos quadros de suicídio. Nesse sentido, o Brasil apesar de possuir uma taxa inferior a média global, entre os anos de 2016 e 2021, as taxas de mortalidade por suicídio aumentaram e o público mais afetado foram jovens do sexo masculino, com idade entre 15 e 19 anos. Desse modo, evidenciou-se a necessidade de continuação do monitoramento epidemiológico e capacitação dos profissionais de saúde para realização de um atendimento de qualidade, com foco na prevenção, identificação e intervenção precoce (BRASIL, 2022).

Tendo em vista os agravantes em saúde mental em todo o mundo, a Organização Mundial de Saúde (OMS), publicou em junho de 2022 o Relatório mundial sobre saúde mental. O documento foi elaborado com a perspectiva de transformação da saúde mental, através da mobilização de agentes governamentais e sociedade em geral para implementação do Plano de



Ação Integral de Saúde Mental 2013–2030. Os principais objetivos desse plano são: fortalecer as participações governamentais, fornecer cuidados de saúde mental em contextos comunitários, implementar estratégias de promoção e prevenção, e fortalecer a pesquisa científica sobre saúde mental (OMS, 2022).

Sendo assim, é importante conceituar a promoção da saúde mental e quais os mecanismos utilizados para trabalhá-la em sociedade. A promoção de saúde mental tem relação direta com a promoção de saúde, pois ambas tem o compromisso de melhorar a qualidade de vida da população, ou seja, diz respeito a capacidade de possibilitar meios igualitários, como "ambientes favoráveis, acesso à informação, a experiências e habilidades na vida, bem como oportunidades que permitam fazer escolhas por uma vida mais saudável" (BRASIL, 2001, p. 21). Assim, a autonomia do indivíduo é estimulada para que esse participe do seu próprio cuidado.

O uso de abordagens, como rodas de conversa, dinâmicas, reflexões e relatos interpessoais, configuram-se como bons métodos de promoção, pois proporcionam aprendizado através de trocas de saberes e experiências entre os indivíduos (Amorim *et al.*, 2020).

Em síntese, as estratégias utilizadas para a promoção de saúde mental beneficiam a todos os envolvidos no processo, pacientes, estudantes, profissionais de saúde e comunidade.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A realização das atividades (baseadas na metodologia ativa) promovidas pela Liga, contribuem ao processo de aprendizagem e promoção da saúde mental não só para os participantes das atividades, mas também aos próprios extensionistas, pois essas ações possibilitam engajamento, autonomia, criticidade e a melhor análise das necessidades dos participantes, baseada em sua conduta de aceitação do momento proposto.

O “Minicurso sobre ansiedade” possibilitou a exposição de conhecimentos e oportunizou o diálogo dos participantes no processo de retirada de dúvidas sobre os assuntos tratados (Figura 01). Embora poucos participantes tenham contribuído nesse aspecto, alguns citaram relatos pessoais e agradeceram pelo momento promovido.



Figura 01 - Programação do “Minicurso sobre ansiedade”.

Minicurso sobre Ansiedade

Temáticas:

- Ansiedade e suas repercussões no meio profissional e acadêmico;
- Avanços tecnológicos e o aumento da ansiedade;
- Estratégias de manejo e tratamento dos quadros patológicos de ansiedade;

Informações adicionais:

- Serão 3 dias com 1 convidado por semana
- O link do evento será enviado por e-mail um dia antes;
- Link de inscrição disponível na bio (válido até o dia 16/05)
- Certificação no final do curso.

PROEX Pró-Reitoria de Extensão L3SaMe

Fonte: Arquivo pessoal, 2022.

De acordo com Marinho (2020), aplicativos como *Google Meet*, *Instagram*, *YouTube* e outros, foram ferramentas que contribuíram positivamente na transmissão de aulas *online*, apesar de o *Instagram* ser o menos preferido entre a população de alunos do estudo. Em concordância com a perspectiva da contribuição tecnológica para disseminação do conhecimento, Soares (2021) relata as contribuições do *Instagram* para promoção da saúde mental e prevenção do suicídio, no período da pandemia de Covid-19.

Sob conhecimento dessas plataformas, sua possibilidade de alto alcance, e a importância da capacitação para melhoria da aplicação do conhecimento técnico-científico, a Liga promoveu capacitações e *lives* com palestrantes que abordaram conteúdos à sociedade em geral, e beneficiaram a atualização do conhecimento dos extensionistas (Quadro 01):

Quadro 01 – Participantes das *Lives* e “Minicurso sobre ansiedade”.

Lives	Total de participantes/ inscritos	Plataforma
Rede de atenção psicossocial- RAPS	51	<i>Instagram</i>
Por que falar sobre saúde mental ainda é um tabu?	102	<i>Instagram</i>
Minicurso sobre ansiedade	35	<i>Google Meet</i>

Fonte: Elaborado por autores, 2022.

As capacitações foram realizadas pelo *Google Meet* e tiveram as seguintes temáticas: “Relato de experiência e saúde mental”, “Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH)”, “Resumo simples e expandido”, “Revisão Narrativa”, e “Saúde/ doença mental e os conceitos de adaptação ao estresse”. Na maioria das capacitações, os palestrantes



disponibilizaram materiais de suporte para leitura posterior, sendo esses disponibilizados no *Classroom* da Liga. Enfatiza-se também que a LISAME faz divulgação de conteúdo ilustrativo no *Instagram*, através de posts de leitura rápida, que informam sobre transtornos, serviços de saúde e dicas de saúde mental. Essa estratégia permite um alcance amplo de pessoas das mais variadas idades, o que é atrativo para a promoção da saúde mental.

Segundo Jorge (2011), o acolhimento, corresponsabilização e a autonomia, são ferramentas que devem ser trabalhadas entre os profissionais de saúde e os pacientes do CAPS, já que uma escuta qualificada e o estabelecimento de um elo de confiança pode favorecer o cuidado resolutivo e humanizado. Nesse sentido, as ações da liga com o grupo terapêutico do CAPS III do Crato, através das rodas de conversa e dinâmicas que trataram de assuntos como: valorização da vida, autocuidado, necessidades, medos, angústias e atividades de lazer, favoreceram não só no entretenimento, mas também promoveram bem-estar e possibilitaram a abertura de um canal de comunicação (Figura 02):

Figura 02 - Primeira atividade no CAPS III do Crato- CE, dinâmica do mural de boas memórias.



Fonte: Arquivo pessoal, 2022.

As rodas de conversa facilitam o processo de escuta e proporcionam a interação social, troca de opiniões e o conhecimento da singularidade de cada conversante, contribuindo de forma direta para a promoção da saúde mental (Costa *et al.*, 2015). Nessa lógica, o

recepcionamento dos acadêmicos do primeiro semestre do curso de enfermagem da URCA, apesar de breve, foi um momento bastante proveitoso, pois os alunos expressaram suas opiniões sobre temáticas, como o suicídio e condições intervenientes à saúde mental do acadêmico. A realização de dinâmicas de “quebra de gelo” facilitou o engajamento da turma e fez com que ficassem mais tranquilos para a abordagem da temática. Os participantes demonstraram-se muito colaborativos na atividade proposta.

No encerramento da ação, a reflexão dos poemas e a entrega de materiais informativos (panfletos), conferiu como uma possibilidade para que eles continuassem a pensar sobre a importância de se discutir a saúde mental. Ademais, com o intuito de abordar mais estudantes da universidade, os extensionistas também distribuíram os materiais em outros semestres do curso de enfermagem e educação física, os quais demonstraram curiosidade sobre o conteúdo entregue.

Nessa mesma perspectiva, Santos (2022) concorda que a promoção de saúde mental em ambiente escolar, além de proporcionar conhecimento e contribuição na formação identitária, incentiva a criação de um ambiente saudável à socialização. Assim, o desenvolvimento da atividade “Saúde mental e bons hábitos de vida” foi essencial para o esclarecimento de conceitos e dicas com foco no bem-estar. Os alunos demonstraram grande aceitação ao momento proposto e convidaram a liga para realização de mais ações como essa no mesmo ambiente escolar.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Evidenciou-se que os eventos desenvolvidos pela Liga Acadêmica de Ensino, Pesquisa e Extensão em Saúde Mental (LISAME) no ano de 2022, foram de grande importância ao corpo social e acadêmico. Destacou-se a promoção da saúde mental no meio virtual e presencial, que sob uma abordagem de pautas importantes e atuais a respeito da saúde mental, fortaleceu o vínculo entre universidade e sociedade.

No que se refere à aprendizagem, todos os membros da Liga, bolsistas e voluntários, tiveram a oportunidade de trabalhar com diferentes cenários e temáticas sobre saúde mental, desde a teoria à prática. No entanto, salienta-se que houve dificuldade em conciliar a disponibilidade dos extensionistas e colaboradores ao horário de realização das atividades,



tendo em vista que muitos integrantes são de semestres distintos, a divergência na compatibilidade de dia e horário possibilitou a participação fragmentada do grupo, principalmente em ações presenciais.

Apesar disso, as atividades desenvolvidas contribuíram para a promoção em saúde e aprendizado mútuo, além de possibilitar a construção de habilidades inerentes à formação acadêmica. Dessa forma, a LISAME configura-se como uma ferramenta importante para trabalhar a saúde mental dentro e fora da universidade.

6 AGRADECIMENTOS

Agradecemos o apoio e colaboração da URCA, PROEX e da FUNCAP (FECOP) para produção e realização de todos os eventos e trabalhos efetuados durante a vigência da bolsa. Agradecemos também pela oportunidade de contribuir e agregar conhecimento à LISAME e a sociedade em geral.

REFERÊNCIAS

ARINO, D. O.; BARDAGI, M. P. Relação entre Fatores Acadêmicos e a Saúde Mental de Estudantes Universitários. **Psicol. pesq., Juiz de Fora**, v. 12, n. 3, p. 44-52, dez. 2018. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1982-12472018000300005&lng=pt&nrm=iso . Acesso em: 12 out. 2022.

AMORIM, L. B. et, al. A roda de conversa como instrumento de cuidado e promoção da saúde mental: percepção dos usuários dos CAPS. **Nursing**, [s. l.], v. 23, n. 263, p. 3710–3715. Jul. 2020. Disponível em: <https://revistas.mpmcomunicacao.com.br/index.php/revistanursing/article/view/666>. Acesso em: 24 out. 2022.

BRASIL, Ministério da Saúde, Secretaria de Políticas de Saúde. Projeto promoção da saúde. **As cartas da promoção da saúde**. Série B. Textos Básicos em Saúde, Brasília/DF. 2022. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/cartas_promocao.pdf. Acesso em: 14 jun. 2023.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Suicídio em adolescentes no Brasil, 2016 a 2021**. Boletim epidemiológico, Brasília, v.53, n.57, 2022. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/boletins/epidemiologicos/edicoes/2022/boletim-epidemiologico-vol-53-no37/view>. Acesso em: 14 jun. 2023.



CAÇAPAVA, J. R.; COLVERO, L. A.; PEREIRA, I. M. T. B. A interface entre as políticas públicas de saúde mental e promoção da saúde. **Saúde e Sociedade**, v. 18, p. 446-455, 2009. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/sausoc/v18n3/09.pdf>. Acesso em: 15 de jun. 2023.

COSTA, R. R. O. et al. As rodas de conversas como espaço de cuidado e promoção da saúde mental. **Revista Brasileira Ciências da Saúde - USCS**, [s.l], v. 13, n. 43, p.30-36 jan/mar. 2015. Disponível em: https://seer.uscs.edu.br/index.php/revista_ciencias_saude/article/view/2675/pdf_1 . Acesso em: 28 out. 2022

JORGE, M. S. B. et al. Promoção da Saúde Mental - Tecnologias do Cuidado: vínculo, acolhimento, co-responsabilização e autonomia. **Ciência & Saúde Coletiva**. [s.l] v. 16, n.7. p. 3051-3060. Jul. 2011. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232011000800005>. Acesso em: 24 out. 2022.

MARINHO T.B. et al. **VIABILIDADE DO GOOGLE MEET EM AULAS REMOTAS**. [s.l, s.n], 2020. Disponível em: https://scholar.archive.org/work/gyj2u5wmejbujoc4h7luyxj7ze/access/wayback/http://abengge.org.br/sis_submetidos.php?acao=abrir&evento=COBENGE20&codigo=COBENGE20_0144_00003193.pdf. Acesso em: 28 out. 2022

Organização Mundial de Saúde. World mental health report: transforming mental health for all. Geneva: **World Health Organization**, 2022. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>. Acesso em: 15 de jun. 2023.

PINTO, A. C. S. et al. Risk factors associated with mental health issues in adolescents: a integrative review. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, [s.l], v. 48, n. 3, p. 555–564, jun. 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reusp/a/yZbz4QkgvWmVY5mDrXMNhKF/?lang=en#> . Acesso em: 12 out. 2022.

SAHÃO, F. T.; KIENEN, N. ADAPTAÇÃO E SAÚDE MENTAL DO ESTUDANTE UNIVERSITÁRIO: REVISÃO SISTEMÁTICA DA LITERATURA. **Psicol. Esc. Educ.** [s.l], v. 25,[s.n], jun. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/2175-35392021224238> . Acesso em: 12 out. 2022.

SOARES, D. R. B. et al. USO DO INSTAGRAM COMO FERRAMENTA DE PROMOÇÃO DE SAÚDE MENTAL E PREVENÇÃO DO SUICÍDIO EM TEMPO DE PANDEMIA. **Mostra de Inovação e Tecnologia São Lucas**. [s.l], v.1, n.2, mar. 2021. Disponível em: <http://periodicos.saolucas.edu.br/index.php/mit/article/view/780>. Acesso em: 29 out. 2022.

Recebido em 8 de novembro de 2022

Aceito em 03 de junho de 2024

