

## **PROJETO DE ASSISTÊNCIA À SAÚDE MENTAL PET FARMÁCIA UFPA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA**

Izabel Da Silva Marques, Anderson Albuquerque De Souza, Gabriel Vilhena De Almeida, Karla Marcely De Azevedo Sousa, Marcela Do Socorro Martins Ferreira, Renilson Castro De Barros, Suelem Daniella Pinho Farias, Maria Fâni Dolabela

Palavras-Chave: Discentes. Estresse. Roda de conversa. Redes sociais.

**DOI: 10.47094/IICOLUBRAIS2022/71**

Introdução: A saúde mental dos discentes é sempre uma questão a ser pensada dentro de uma universidade, sobretudo aos que compõe os Grupos PET's, uma vez em que os mesmos precisam lidar com diversas atividades extracurriculares além das suas próprias questões pessoais, o que pode culminar em uma sobrecarga de responsabilidades e desencadear possíveis transtornos psicológicos. Essa questão se evidenciou no período de incertezas com a pandemia de COVID-19, no qual houve aumento de estresse e de ansiedade entre os discentes. Em vista disso foi formulado o Projeto de Extensão em Assistência à Saúde Mental em 2021. Objetivo: Investigar por meio de rodas de conversa o estado mental dos discentes que compõem o grupo PET Farmácia UFPA, a fim de posteriormente criar e externalizar no ambiente acadêmico achados dessas reuniões. Metodologia: Foram realizadas reuniões em grupo através do Google Meet, no qual foram abordadas questões como: rendimento acadêmico, estresse e ansiedade. E posteriormente foram divulgadas publicações na plataforma digital Instagram. Resultados: Nas reuniões em grupo foi possível verificar que os petianos nesse período estavam estressados e ansiosos com a situação vivenciada no mundo com a pandemia, no qual acabava refletindo em suas áreas acadêmicas, sendo pontuado uma baixa produtividade no período de Ensino a Distância (EAD) em certas disciplinas e até em projetos desenvolvidos dentro do PET. A partir disso foi conversado sobre como externalizar para a comunidade acadêmica informações relevantes sobre como lidar com estresse e ansiedade no meio acadêmico. Sendo, então, formuladas e divulgadas publicações através do perfil oficial do PET Farmácia UFPA no Instagram, com os seguintes temas: “ansiedade durante a pandemia de COVID-19” e “4 dicas para melhorar o desempenho no EAD”. Antes de serem publicadas as postagens foram revisadas por um graduando do curso de psicologia. Conclusões: Esse projeto permitiu que fosse criando um ambiente de conversa e interação entre os próprios petianos, no qual possibilitou trocas de experiências e, além disso, fez com que os petianos pensassem em conjunto sobre possíveis soluções viáveis para o público externo ao grupo, tornando, dessa forma, os petianos como parte fundamental da promoção de ações em saúde.