

I FÓRUM DE SAÚDE MENTAL



IFCH

Relatório Síntese





UNIVERSIDADE FEDERAL DO PARÁ
INSTITUTO DE FILOSOFIA E CIÊNCIAS HUMANAS

Redação:

Aline Beckmann Menezes – Direção Adjunta do IFCH

Organização:

Aline Beckmann Menezes

Andrea Bittencourt Chaves

Carla Casado

Izabela Jatene

Thiago Dias Costa

Realização:

Instituto de Filosofia e Ciências Humanas

Apoio:

Superintendência de Assistência Estudantil

Pró-reitoria de Gestão de Pessoas

Pró-reitoria de Graduação

Clínica de Psicologia

Assessoria da Diversidade e Inclusão Social

Belém – PA

2024

1. Apresentação

Em outubro de 2022 foi iniciado um projeto de pesquisa interdisciplinar intitulado “Avaliação de Saúde mental de discentes do Instituto de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade Federal do Pará”. Esse projeto era composto pelos Profs. Thiago Dias Costa, Izabela Jatene, Andrea Bittencourt Chaves, Carla Casado e Aline Beckmann Menezes. Este projeto emergiu de uma demanda identificada pela direção do IFCH, recém-empossada à época, no que se referia à saúde mental do corpo discente. Após uma série de estudos, debates e coletas de dados desenvolvidos em 2023, pôde-se perceber um quadro de adoecimento que merece a atenção, ainda que compatível com o cenário nacional e internacional concernente ao tema.

Para 2024 identificou-se, portanto, a necessidade de debater os dados encontrados de modo que encaminhamentos pudessem ser traçados a partir da coletividade e em prol de ações que favorecessem a promoção da saúde mental e o acolhimento de discentes em vulnerabilidade. Outra necessidade identificada foi a expansão da proposta para a saúde mental dos servidores do instituto, fossem esses docentes ou técnico-administrativos.

De modo a cumprir com esta meta para 2024 e aproveitando o período do Setembro Amarelo, a direção do IFCH decidiu por convidar sua comunidade discente, docente e técnica para participar de um evento dividido em dois dias, com focos distintos (ver Figura 1). O evento foi então realizado nos dias 17 e 18 de setembro de 2024, no Auditório Setorial Básico I.

Figura 1 – Artes de divulgação da programação do I Fórum de Saúde Mental do IFCH



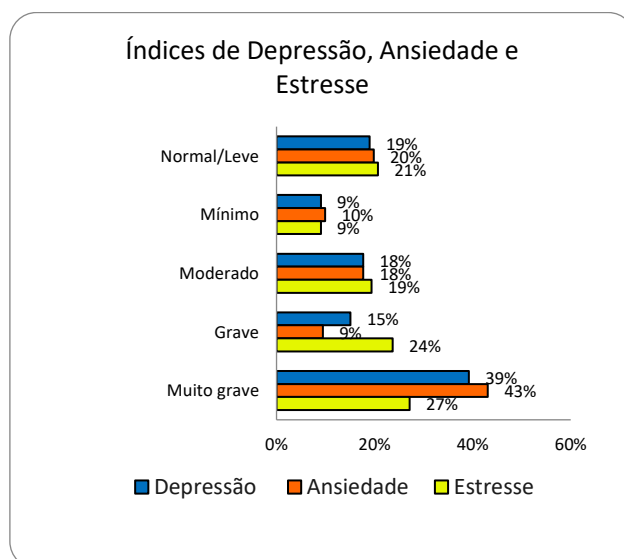
O presente relatório visa, assim, apresentar de forma sucinta as principais discussões e encaminhamentos oriundos desse evento, servindo como registro público e formal do que foi realizado, bem como de parâmetro para as próximas ações.

2. Corpo discente do IFCH

No primeiro dia do Fórum, dia 17 de setembro, o público alvo era o corpo discente. Estiveram presentes no evento 26 pessoas, sendo 16 discentes (dos cursos de Filosofia, Psicologia e Ciências Sociais); três membros da SAEST; uma representante da ADIS; um representante da PROEG; uma representante da PROEX; quatro membros do projeto de pesquisa supramencionado; e a diretora adjunta do IFCH.

Inicialmente, o evento foi aberto pela diretora adjunta do IFCH, cumprimentando os presentes e apresentando os objetivos do fórum. A palavra foi então passada aos convidados do evento (SAEST, ADIS, PROEX e PROEG) que apresentaram dados gerais e parabenizaram a realização do evento.

Em seguida, foi feita uma apresentação breve sobre o tema e os dados levantados pelo projeto foram apresentados. A Figura 2, abaixo, apresenta os índices de depressão, ansiedade e estresse medidos, utilizando o DASS-21, a partir das respostas de 232 discentes das cinco faculdades componentes do IFCH.



Os dados foram debatidos pelos presentes e também foi feito um levantamento, durante o evento, sobre o que afeta positivamente e negativamente a saúde mental dos discentes do IFCH na UFPA. No que tange o que prejudica a saúde mental, as respostas enviadas encontram-se na Tabela 1.

Tabela 1 – Contabilização de fatores que prejudicam a saúde mental discente na opinião dos participantes

O que mais prejudica sua saúde mental no contexto universitário?	Frequência
Sobrecarga	4
Deslocamento para universidade	2
Autoritarismo e inflexibilidade docente	2
Métodos de ensino defasados	2
Dificuldades socioeconômicas de permanência	1
Ausência de espaços de descanso	1
Inabilidade de gestão do estresse	1
Insegurança no campus	1

Pode-se perceber que as respostas abordam aspectos do funcionamento da própria instituição, como a ausência de espaços de descanso e insegurança no campus, e também aspectos externos, como o deslocamento. A relação com os docentes apareceu em diversos itens, especialmente considerando que, no debate, a sobrecarga foi mencionada

como resultado do acúmulo de atividades no mesmo período de tempo e a inflexibilidade docente para negociar prazos, entre outras coisas. Pontos como autoritarismo e defasagem em métodos de ensino também remetem a essa relação em sala de aula.

Ao serem debatidos esses pontos, foi salientado outros fatores adoeceadores como a qualidade da oferta de alimentos e o impacto do clima na saúde mental. O uso de modelos pedagógicos exaustivos e a necessidade de desnaturalização do fracasso escolar também foram debatidos. Também foi discutida a necessidade de adaptação curricular focando na necessidade de grupos específicos, não só de pessoas com deficiência, mas mães, trabalhadores etc.

Nas falas discentes durante o debate, foi destacada a relação entre a pressão sofrida e o adoecimento, em especial ocasionado pela dificuldade de manejo de tempo de modo a garantir qualidade de vida. Esse ponto foi muito enfatizado e relacionado ainda com o deslocamento e o trânsito da cidade.

Foi salientada, também, que a mudança no perfil do estudante na última década implica na necessidade de uma série de mudanças pedagógicas, administrativas (como por exemplo, o horário integral do curso de Filosofia) e relacionais (docentes que não tem empatia com a realidade distinta de estudantes em vulnerabilidade). No âmbito de questões relacionais, foi mencionada a existência de práticas de assédio moral de docentes, que acabam por ser normalizadas na Academia. Foi discutido que apesar da existência de programas de assistência estudantil, a dificuldade de acesso persiste – seja pela divulgação, seja pela burocracia para o preenchimento do cadastro.

Apenas um discente da pós-graduação se fez presente, mas registrou em sua fala como a experiência do pós-graduando não é reconhecida como um profissional mas também não permite o acesso a direitos e serviços oportunizados a graduandos.

Por fim, foi discutido que “estudar não é só ir para aula” e que outras vivências precisam ser oportunizadas e valorizadas.

No que tange o que promove a saúde mental, as respostas enviadas encontram-se na Tabela 2.

Tabela 2 – Contabilização de fatores que promovem a saúde mental discente na opinião dos participantes

O que mais promove sua saúde mental no contexto universitário?	Frequência
Interação com colegas	5
Acolhimento	3
Esportes	2
Empatia docente	1
Ambientes de estudos	1
Rodas de conversa universitária	1
Atividades do centro acadêmico	1
Home office	1
Atingir minhas metas de resultado	1

Quanto à promoção da saúde mental, é perceptível a ênfase dada às experiências sociais com os pares, seja na convivência cotidiana, em projetos de acolhimento, no centro acadêmico ou na prática esportiva. O sucesso acadêmico também foi mencionado.

Em face ao que foi discutido, a direção do IFCH apresentou algumas ações e iniciativas já realizadas ou em andamento. Quanto à alimentação, foi informado que a licitação referente à cantina no instituto há um item que prevê a oferta de opções saudáveis. Outro informe foi referente ao projeto aprovado no Edital Labinfra 2024, que financiará a criação do “Laboratório de Ensino e Tutoria do IFCH - LABETI”, um espaço de estudo, descanso e convivência dentro do instituto. Considerando a importância do esporte, a atual gestão tem apoiado continuamente a Atlético Muiraquitã e os Centros Acadêmicos, dentro de suas possibilidades. Foi mencionada ainda a criação da DAEST que realizou já dois mutirões CADGEST para favorecer o acesso aos programas de assistência estudantil. Por fim, foi mencionado que a direção tem acolhido, orientado e encaminhado todas as denúncias recebidas – o que ocasionou um aumento no volume de denúncias e a necessidade da criação de mecanismos estruturados para o devido enfrentamento de práticas inadequadas e/ou violentas.

Após as proposições de encaminhamentos (presentes no item 4 do presente relatório), a reunião foi encerrada e firmado o compromisso de divulgação de um relatório e da continuidade de ações semelhantes no futuro. Todos os presentes no momento final participaram do registro fotográfico constante na Figura 3.

Figura 3 – Registro dos presentes ao final do primeiro dia do I Fórum de Saúde Mental do IFCH



3. Servidores do IFCH

No segundo dia do Fórum, dia 18 de setembro, o público alvo eram os servidores (docentes e técnico-administrativos) do instituto. Estiveram presentes 29 pessoas (sendo 18 técnico-administrativos; oito docentes; dois representantes da Progep; e a diretora adjunta do IFCH).

O evento foi aberto com a composição da mesa pela direção adjunta do instituto, sendo chamados também a Coordenação da Clínica de Psicologia e o Pró-reitor de Gestão de Pessoas da UFPA.

Após as falas de abertura, que destacaram a importância deste evento e do investimento institucional na saúde mental dos servidores, os componentes da mesa juntaram-se aos demais na plateia e foram convidados à mesa os membros do projeto de avaliação de saúde mental para mediar o debate. Após as falas com provocações iniciais e exposições de fatores usuais de adoecimento no contexto laboral, a discussão foi aberta a todos os presentes.

O debate trouxe como aspectos importantes a assinalar a existência de cobranças irreais a servidores, tanto no volume de trabalho como na produtividade acadêmica. Como fator externo, foi mencionado que os limites financeiros e a desvalorização da carreira também são adoecedores.

Quando a pessoa já está adoecida, isso ocasiona dificuldades tanto para ela quanto para aqueles com quem atua. Neste tópico, foi mencionada ainda que buscar ajuda ainda é visto como algo vexatório por muitas pessoas e que é importante compreender que os tempos atuais tem provocado um aumento no adoecimento mental na sociedade como um todo.

Mais especificamente sobre a prática docente, foram mencionadas as dificuldades derivadas de choques de geração, ocasionando pressões e barreiras em alguns contextos de interação com discentes.

Foi salientado o pequeno número de dirigentes de subunidades no encontro e destacada a importância que se analise o ambiente laboral enquanto parte desse processo.

Entre os técnicos-administrativos, foi discutido que os problemas estruturais mobilizam por causar dificuldades para o bom desempenho e por, muitas vezes, ocasionar a necessidade de atuação em espaços inadequados.

Um ponto muito discutido entre os presentes foi a dificuldade em conseguir atendimento. A Clínica-Escola de Psicologia apresentou motivos e normativas que fundamentam o fato de não atender servidores e o PAPS possui poucas vagas disponíveis. Foi feito um amplo debate sobre questões éticas para o atendimento, incluindo o fato destacado pela pró-reitoria que o servidor responsável pela perícia estaria impossibilitado de realizar acolhimento. Neste tópico, foi discutido também a necessidade de acesso a serviços psicológicos por parte de familiares e que a defasagem salarial ampliou essa demanda interna, pois a rede pública é insuficiente para acolher as demandas crescentes da sociedade.

Foi mencionada ainda a dificuldade gerada pelas cobranças quanto ao cumprimento de horário e a dificuldade de conciliar isso com a necessidade de autocuidado, como idas ao médico, ou para servidores que são cuidadores de familiares. A elevada demanda de trabalho, em especial com a redução do número de servidores, foi discutida como um fator adoecedor atrelado à sobrecarga. Esta sobrecarga também foi mencionada por aqueles que buscam a capacitação em cursos de pós-graduação stricto-sensu e precisam conciliar essas demandas com as laborais.

Após o encerramento das discussões e das sugestões e encaminhamentos (descritos no item 4 do presente relatório), os presentes foram convidados a registrar o momento em uma foto coletiva (Figura 4) e o evento foi encerrado.

Figura 4 – Registro dos presentes ao final do segundo dia do I Fórum de Saúde Mental do IFCH



4. Principais sugestões e encaminhamentos

Diversas proposições foram feitas e derivadas das discussões ao longo dos encontros, sendo apresentadas na hora a todos os presentes para validação.

Foi identificada a importância de um levantamento regular de dados discentes, em parceria com a DAEST, para conhecer melhor a realidade discente e propostas direcionadas a esta realidade. Estes dados deverão ser compartilhados com o corpo docente para influenciar o planejamento pedagógico e favorecer a vinculação e empatia. Aliado a isso, foram pensadas formações docentes sobre o atual perfil discente, abordando temáticas realizadas à inclusão social e de pessoas com deficiência, a questões étnico-raciais, a questões de gênero etc. Essas formações deveriam se estender a todos os servidores, abordando o atendimento à diversidade e o manejo de conflitos.

Ainda em parceria com a DAEST, propôs-se ampliar o alcance do Mutirão Cadgest, melhorando a divulgação do mesmo e buscando alcançar o maior número de pessoas possível.

Outra proposta envolvendo este setor foi a realização de rodas de conversa periódicas com discentes do IFCH, numa perspectiva de cuidar e educar. Foi proposto, assim, a institucionalização de modelos de aconselhamento entre pares, mobilizando discentes a serem acolhedores e acolhidos em uma cultura de cooperação e empoderamento mútuo.

Foi proposta, ainda, a realização de planejamentos pedagógicos coletivos pelas faculdades. Essa proposta visa uma tentativa de diminuir a sobreposição de demandas e de favorecer a integração das diferentes disciplinas.

Algumas proposições foram feitas de forma direcionada à UFPA como um todo. O corpo discente mencionou a necessidade de uma estrutura mais adequada para prática de esportes, incluindo equipamentos adequados. Foi mencionado inclusive o espaço do Vadião, que possui cesta de basquete mas não está apto à prática esportiva.

Foi proposta uma maior aproximação com os sindicatos para buscar alternativas de suporte aos servidores, bem como a realização de uma investigação se os servidores aceitariam ser atendidos por concluintes do curso de Psicologia – o que poderia mobilizar a criação de um projeto de extensão para este fim.

Outros levantamentos também são necessários para subsidiar decisões administrativas. Foi proposta uma pesquisa que medisse a associação das variáveis de gestão, infraestrutura e demandas de trabalho. Para conhecer melhor essa realidade, além de um levantamento objetivo, torna-se necessário promover espaços de escuta destinados a servidores.

Visando uma melhor orientação sobre como proceder em casos de violência e de conflitos, foi proposto a criação de um protocolo de encaminhamento de casos de assédio que são levados à Clínica de Psicologia bem como uma maior divulgação de serviços e normativas existentes sobre o tema. Neste tópico, foi mencionado o etarismo como uma dificuldade enfrentada pelos servidores.

Outra proposição foi a criação de um espaço de descanso, convivência e refeição no IFCH destinado a servidores, considerando a insuficiência da copa para esses fins.

5. Conclusão

O I Fórum de Saúde Mental do IFCH teve ainda uma participação limitada de pessoas do ponto de vista quantitativo mas permitiu um momento rico de trocas, diagnóstico e proposições.

A partir das discussões, ações devem ser encaminhadas e devem ser desenvolvidas práticas fundamentadas na realidade vivenciada pela comunidade do IFCH.

Novos fóruns devem ser realizados no futuro, com periodicidade regular, sempre partindo dos encaminhamentos anteriores em busca da construção de um ambiente mais acolhedor e saudável.