

“Tudo bem pedir ajuda”: ensino superior se volta para saúde mental de alunos

George Garcia

Setembro é o mês em que se reforçam ações e campanhas para divulgar os serviços de atendimento e prevenção ao suicídio, o chamado Setembro Amarelo. Casos têm acontecido em todos os grupos sociais, sem incidência maior ou menor em um ou outro, mas as instituições de ensino superior têm se aparelhado e criado protocolos de prevenção. Apesar de estrutura pequena e o assunto ser tratado com muita delicadeza nas instituições, o tema é cada vez mais debatido entre toda a comunidade universitária.

Foi após alguns registros de estudantes de atentaram contra a própria vida que a Fundação Santo André implantou, em novembro de 2022, o Napsi (Núcleo de Apoio Psicossocioeducativo). Para a professora, psicóloga e coordenadora da Clínica Escola da FSA, Juliana Martini, com o serviço se criou um olhar para o acompanhamento de casos. Na clínica, o aluno pode entrar em contato diretamente com o núcleo, mas em geral os informes são feitos por professores que buscam entender o que se passa com o aluno.

“A psicóloga conversa com os alunos, os professores e tem as famílias que também entram em contato ao notar alguma mudança de comportamento do estudante, que pode ser o isolamento, alteração de humor, perda ou excesso de apetite, apatia ou agressividade, dormir muito ou pouco sono, são sempre os extremos. Outro sinal de que há algum sofrimento psíquico é a dificuldade de estar em grupo, de ser inserido em determinado círculo e esses sintomas podem se agravar”, explica a professora da FSA.

Bullying

O fenômeno bullying é também uma situação presente no ensino superior, fundamental e médio, porém com algumas diferenças, segundo Juliana. “Na escola acontece de uma forma, mais focado nas diferenças, isso também ocorre na universidade, mas de forma mais complexa, porque também são mais complexos

os valores morais, o preconceito. Nessa questão trabalhamos com a mediação para construir a compreensão das diferenças.

Há momentos mais quentes em relação à busca por ajuda no Napsi. Apesar da curta história de existência do órgão, já se notou que, nos períodos pós-férias a busca por ajuda aumenta. Isso porque durante o recesso das aulas, os alunos que têm problemas na relação com outros grupos sociais, ou com a família, ficam sem amparo e quando os portões da instituição se abrem novamente a procura aumenta. “As pessoas estão se aproximando do núcleo como um espaço de ajuda, então elas já retornam querendo agendar porque ficaram um período sem apoio”, diz.

Ajuda

A psicóloga da FSA cita também o período de provas como outro fator que aumenta a ansiedade dos alunos. Outro fator que não atinge apenas os alunos é a questão da insegurança urbana, pois muitos alunos trafegam à noite, a pé ou em transporte público para ir e voltar da faculdade e há muitos relatos de assaltos nestes trajetos e o medo é outro fator que aumenta o nível de ansiedade.

Uma série de sentimentos, como medo, ansiedade, frustrações, sentimento de incapacidade ou de identificação com o grupo, violência, entre outros podem desencadear o processo de sofrimento. “O suicídio e as tentativas são o ápice desse sofrimento e não tem problema pedir ajuda. Todo mundo pode precisar de cuidado, em um momento ou outro da vida”, completa a psicóloga.

Além dos alunos a FSA atende também funcionários da instituição através do Coepp (Centro de Orientação Educacional, Profissional e Psicológico). Para contatar o serviço do Coepp e do Napsi, basta enviar e-mail para coepp@fsa.br, por telefone 4979-3458 ou comparecer a sede do Coepp, situada em uma casa dentro do campus da FSA com acesso interno e com entrada externa pela rua Vicente de Carvalho, nº 142, de segunda à sexta das 8h às 16h.

Instituições

Outras instituições da região criaram protocolos de atendimento para sintomas de sofrimento psíquico, mas também evitam falar em suicídio. A USCS (Universidade Municipal de São Caetano do Sul) diz que já atua na identificação e encaminhamento de casos de sintomas depressivos. Em casos de demandas da ordem de saúde mental, como depressão, realiza o acolhimento desses alunos,

professores e funcionários, com atendimento e acompanhamento iniciais para, então, indicar a busca a serviços especializados.

No Colégio Universitário, em casos em que são detectados sintomas de depressão, a USCS também faz contato com os pais desses estudantes, para orientação, encaminhamento aos serviços especializados e acompanhamento junto à família. Além disso, está em estudo, pela USCS, a criação de um comitê antibullying. O atendimento pode ser feito pelos telefones 4227 7873 (Colégio Universitário) e alunos, professores e funcionários podem ligar no número 4239-3605.

A Universidade Metodista, em São Bernardo, possui serviço de apoio psicopedagógico para eventual indicação de aluno pelo professor, coordenador ou outro funcionário. “Esse suporte busca entender e diagnosticar o caso para depois fazer o encaminhamento do estudante. Por ser instituição vocacional, a Metodista também disponibiliza a Pastoral Universitária como canal de acolhida e diálogo. A Metodista não informa números, mas reforça o alerta de que o suicídio é uma mensagem cruel de alguém em situação de grande sofrimento”, diz a instituição, em nota.

Na Faculdade de Direito de São Bernardo (FDSB), o tema é tratado pelo Programa de Tutoria que, além de lidar com as questões do futuro da profissão, também atende alunos com dificuldades pedagógicas e psicológicas. A professora Denise Auad, que lidera essa iniciativa, conta que o programa de tutoria da faculdade foi criado em 2018 para dar suporte aos alunos da graduação. “Fornecemos orientação em questões pedagógicas, emocionais ou específicas, como TDAH ou dislexia. E também atuamos no combate ao bullying”, completa.

Os funcionários da autarquia municipal também participam de atividades especiais, composta por rodas de conversa, régua de sentimentos e momentos de interação mútua. “A doença mental é uma coisa bem comum. As pessoas criaram um tabu e estigmatizaram, nossa intenção é justamente tirar esse tabu, fazer as pessoas pensarem um pouco, sentirem-se livres para falar, discutir os fatores de risco e, principalmente, exercitar e descobrir como identificar esses fatores em si mesmo e também nas outras pessoas. Como instituição, devemos participar efetivamente da campanha de alguma forma e, como colaboradores, precisamos assumir isso para vida”, destaca Silvana de Castro Pelosi, encarregada de Recursos Humanos da FDSB.

Até o departamento de comunicação da Faculdade de Direito de São Bernardo está envolvido no Setembro Amarelo. Pâmella Cecarelli, chefe de Comunicação

Social, ressalta que o principal objetivo é unir toda a comunidade acadêmica, sensibilizando e promovendo um ambiente acolhedor. “Isso envolve desde a tutoria pelos professores até a disseminação de informações através da comunicação”, diz.

A UFABC (Universidade Federal do ABC), que tem campi em Santo André e em São Bernardo, possui seção psicossocial, dentro da Proap (Pró-reitoria de Assuntos Comunitários e Políticas Afirmativas). A estrutura é mais voltada para acolhimento de momentos que demandam ações mais imediatas. “Os profissionais acolhem membros da comunidade, sempre que identificadas necessidades, direcionam e, eventualmente até fazem intermediação, para que essas pessoas a busquem atendimentos especializados oferecidos por órgãos profissionalizados (como CAPS) de atendimento a questões relacionadas à saúde mental”, sustenta. A universidade também não comenta casos de suicídio.

No campus de Santo André, o atendimento é no térreo do Bloco A – Torre 1, somente às quartas-feiras das 10h às 14h. Em São Bernardo, os alunos podem procurar o bloco Delta, no térreo, sala 21-C às quintas-feiras, das 16h às 20h. O atendimento é por ordem de chegada. O contato deve ser feito pelo proap.psico@ufabc.edu.br ou telefones 4996-7980 (Santo André) e 2320-6216 (São Bernardo).

CVV

O CVV (Centro de Valorização da Vida) presta serviço voluntário e gratuito de prevenção do suicídio e apoio emocional para todas as pessoas que querem e precisam conversar, sob total sigilo. Os mais de 3,4 milhões de atendimentos de 2022 foram realizados por cerca de 3,5 mil voluntários em cerca de 100 postos de atendimento pelo telefone 188 (sem custo de ligação), ou pelo site www.cvv.org.br, via chat e e-mail apoioemocional@cvv.org.br, além de carta. O CVV é uma entidade financeira e administrativamente independente, mantendo-se por meio de doações de pessoas físicas e jurídicas – para colaborar, acesse o Link.

Segundo Carlos Correia, voluntário do CVV, neste nono ano de Setembro Amarelo, se percebe que a sociedade está bem mais aberta ao assunto “suicídio e prevenção”, com quedas de alguns tabus e preconceitos. “Sociedade civil, setor de saúde, poder público, pessoas físicas e jurídicas estão mais conscientes quanto ao problema e como apoiar na redução dos índices de suicídio que, segundo dados oficiais, mata um brasileiro a cada 45 minutos”, afirma. Essa mudança não deve ser creditada exclusivamente ao Movimento, mas o Setembro Amarelo ocupa um

lugar importante nesta transição na opinião da entidade.

<https://www.reporterdiario.com.br/noticia/3314038/tudo-bem-pedir-ajuda-ensino-superior-se-volta-para-saude-mental-de-alunos/>

Veículo: Online -> Site -> Site Repórter Diário

Seção: Saúde