

INTEGRAÇÃO TEORIA E PRÁTICA NA CONSTRUÇÃO DO CONHECIMENTO ACERCA DE CONCEITOS BALIZADORES EM SAÚDE MENTAL: UMA EXPERIÊNCIA DO "PET SAÚDE"

INTEGRATION OF THEORY AND PRACTICE IN THE CONSTRUCTION OF KNOWLEDGE ABOUT GUIDING CONCEPTS IN MENTAL HEALTH: A "PET SAÚDE" EXPERIENCE

INTEGRACIÓN TEORÍA Y PRÁCTICA EN LA CONSTRUCCIÓN DE CONOCIMIENTOS SOBRE CONCEPTOS RECTORES EN SALUD MENTAL: UNA EXPERIENCIA DEL "PET SAÚDE"

Tamires Carneiro de Oliveira Mendes¹

Thayse Hanne Câmara Ribeiro do Nascimento²

Paula Fernanda Brandao Batista Dos Santos³

Dinara Teresa Batista de Moura⁴

Fernando Alencar Silva Santos⁵

Emanuelle Cristine Moraes Camelo⁶

Wesley Ribeiro Costa Menezes⁷

RESUMO: Diante do emergente e complexo tema da Saúde Mental, este relato traz uma experiência de ensino-aprendizagem inovadora, envolvendo 75 graduandos, preceptores e tutores do Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde (PET Saúde) da UFRN. Visando a aprendizagem significativa e o engajamento dos participantes, adotou-se diferentes estratégias: espaço público em contato com a natureza; atividade física com música para o “despertar do corpo”; encenação teatral de uma situação de crise psiquiátrica para sensibilização e problematização; e rodas de conversa em pequenos e heterogêneos grupos, em um contexto de piquenique. A construção do conhecimento de forma compartilhada, plural, horizontal, não hierarquizada e interdisciplinar possibilitou uma rica discussão permeada por vivências acadêmicas, pessoais e profissionais.

Palavras-chave: Saúde mental; Serviço de saúde; Interdisciplinaridade; Problemas da aprendizagem.

ABSTRACT: Faced with the emerging and complex topic of Mental Health, this report presents an innovative teaching-learning experience, involving 75 undergraduates, preceptors and tutors from the Education Program for Work for Health at UFRN. Aiming at meaningful learning and engagement of participants, different strategies were adopted: public space in contact with nature; physical activity with music to “awaken the body”; theatrical staging of a psychiatric crisis situation to raise awareness and problematize; and conversation circles in small and heterogeneous groups, in a picnic context. The construction of knowledge in a shared, plural, horizontal, non-hierarchical and interdisciplinary way enabled a rich discussion permeated by academic, personal and professional experiences.

Keywords: Mental health; Health Service; Interdisciplinarity; Learning problems.

1 Doutorado em Saúde Coletiva e Professora do Departamento de Odontologia da Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

2 Mestre em Bioquímica pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte e Professora do Departamento de Nutrição.

3 Doutorado em Ciências Sociais pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

4 Graduada em enfermagem pela Universidade Potiguar (UNP).

5 Discente de medicina pela Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

6 Graduada em psicologia na Universidade Potiguar (UNP).

7 Discente de Fisioterapia na Universidade Federal do Rio Grande do Norte.

RESUMEN: Frente al tema emergente y complejo de la Salud Mental, este informe presenta una experiencia de enseñanza-aprendizaje innovadora, involucrando a 75 estudiantes, preceptores y tutores del Programa de Educación para el Trabajo para la Salud de la UFRN. Con el objetivo de lograr un aprendizaje significativo y el compromiso de los participantes, se adoptaron diferentes estrategias: espacio público en contacto con la naturaleza; actividad física con música para “despertar el cuerpo”; puesta en escena teatral de una situación de crisis psiquiátrica para sensibilizar y problematizar; y círculos de conversación en grupos pequeños y heterogéneos, en un contexto de picnic. La construcción del conocimiento de forma compartida, plural, horizontal, no jerárquica e interdisciplinaria posibilitó una rica discusión permeada por experiencias académicas, personales y profesionales.

Palabras clave: Salud mental; Servicio de salud; interdisciplinarietà; Problemas de aprendizaje.

1 EM QUE CONSISTE A PRÁTICA A SER RELATADA

O presente relato trata da experiência do planejamento e execução de um encontro formativo dentro do Programa de Educação pelo Trabalho para a Saúde (PET Saúde) da Universidade Federal do Rio Grande do Norte (UFRN), em parceria com a Secretaria Municipal de Saúde de Natal - SMS e a Secretaria de Estado da Saúde Pública do RN – SESAP. No referido evento de extensão, fez-se a discussão de conceitos fundamentais acerca do tema “saúde mental” em um ambiente inovador, tendo, como âncora, a vivência de uma situação problematizadora simulada com o recurso do teatro, envolvendo atores, profissionais de saúde, educandos e educadores.

2 CONTEXTO EM QUE OCORRE A AÇÃO

O PET Saúde, vinculado à Secretaria de Gestão do Trabalho e Educação na Saúde (SGTES) do Ministério da Saúde, tem como pilares a integração ensino-serviço-comunidade por meio da articulação entre o Sistema Único de Saúde e as Instituições de Ensino Superior (IES); bem como proposições e contribuições às mudanças curriculares alinhadas às Diretrizes curriculares Nacionais (DCN) para os cursos de graduação na área de saúde. Este último destaca-se, nos seus aspectos relacionados, à qualificação de recursos humanos em saúde diante dos desafios e necessidades atuais, com estratégias de integração entre alunos, profissionais e comunidades, além do aperfeiçoamento e desenvolvimento da docência e preceptoria.

Alinhados a estes pilares o programa elege, a cada edição, um ou mais eixos condutores dos projetos. Nesta 11ª edição, que está acontecendo no período de agosto de 2022 a julho de 2023, o PET Saúde assume como eixos estratégicos o componente Gestão e o componente Assistência nos serviços de saúde. Na UFRN, o tema do projeto submetido e aprovado ao edital do PET é “Ação em rede: caminhos para a atenção em saúde mental no município de Natal-RN”. O projeto se constitui de 5 grupos tutoriais, sendo eles: “Formação em saúde mental”; “Fortalecimento da Atenção Primária à Saúde”; “Fortalecimento das redes de atenção”; “Atenção às populações vulneráveis”; e “Saúde mental do trabalhador da saúde”.

A temática escolhida considerou o cenário de adoecimento e sofrimento psíquico prevalentes no RN, no Brasil e no mundo, em que potencializados pela pandemia, revelou-nos o grave

problema da saúde pública representado pelos transtornos mentais e pelo sofrimento psíquico. Aliado com a alta incidência, tem-se ainda uma limitação na oferta de serviços de saúde a estas para essas populações, ao mesmo tempo, que se apresenta uma carência de abordagens, no processo formativo da graduação, para ampliar as competências e habilidades dos profissionais da saúde no campo da saúde mental (FARO, *et al.*, 2020).

A temática da saúde mental e a rede de atenção psicossocial constitui então, o desafio central para pensar a formação em saúde e a articulação ensino-serviço-comunidade no âmbito do projeto PET Saúde da UFRN/SMS/SESAP. Este lança como bússola, para trabalhar esse desafio, a educação interprofissional, através do aprender e do fazer interprofissional, onde os diversos cursos da área da saúde, integram-se, aprendem e desenvolvem competências específicas, comuns e colaborativas para o cuidado em saúde.

Estando o projeto PET Saúde 2022/2023 no seu início, a primeira reunião geral, que aconteceu no dia 01 de agosto de 2022, consistiu em um momento de acolhimento, apresentação da proposta e constituição dos grupos tutoriais. Para a segunda reunião, no entanto, lançou-se o desafio de trabalhar os aspectos conceituais do campo da saúde mental, de modo a promover uma articulação entre teoria e prática, ao mesmo tempo, abordando de forma sensível e humana os conceitos e experiências trazidas pelos participantes, muitos dos quais já vivenciaram pessoalmente, ou através de familiares, o processo de adoecimento psíquico. Tinha-se, então, o desafio constituído: abordar a temática, trazer as experiências vivenciadas, possibilitar àqueles que não se sentiam próximos da temática uma sensação de conforto para a discussão dos temas e, simultaneamente, fazer desse encontro um momento que despertasse a motivação para o trabalho a ser realizado, bem como a vitória de participar de um encontro em pleno sábado depois de uma semana intensa de trabalhos e estudos.

3 PARTICIPANTES/INTEGRANTES DA AÇÃO RELATADA

O projeto PET Saúde da UFRN tem cinco grupos tutoriais, cada um deles é composto por: dois tutores (docentes da UFRN), dois preceptores (profissionais da saúde da rede de atenção psicossocial do município e dos Centros de Referência em Saúde do Trabalhador - CEREST), e oito estudantes (dos diversos cursos de graduação da área da saúde e afins da UFRN). Os cursos de graduação que integram o projeto são: educação física, enfermagem, farmácia, fisioterapia, fonoaudiologia, medicina, nutrição, odontologia, psicologia, saúde coletiva e serviço social. Os profissionais da rede de atenção em saúde que integram o projeto são assistentes sociais, enfermeiros, psicólogos, médicos e fonoaudiólogos. Os docentes são das áreas de enfermagem, nutrição, odontologia, educação física, psicologia, medicina, serviço social e fonoaudiologia.

Os grupos assim constituídos são conformados por equipes interprofissionais que vão desenvolver suas ações em campos específicos, mas também em ações comuns e colaborativas, buscando o conhecimento de sua área, o reconhecimento das dimensões da saúde e a importância e necessidade do agir colaborativamente, de forma a alcançar as melhores práticas para o cuidado em saúde mental.

A maioria das atividades acontecem nos grupos de trabalho que desenvolvem suas

atividades semanalmente de forma presencial e remota, sendo elas ações de estudo, imersão nos serviços de saúde da rede, desenvolvimento de ações de extensão e pesquisa, além de ações formativas dentro do escopo do projeto. No entanto, existem ações a serem realizadas com todos os GT's, que acontecem mensalmente por meio de atividades comuns como a reunião mensal do projeto PET. Dentre os objetivos desse encontro estão: alinhamento das ações do projeto, compartilhamento de informações, objetivos, metas do projeto, além do desenvolvimento de ações de caráter formativo e integrador entre os grupos tutoriais.

4 METODOLOGIA

O momento formativo foi pautado na teoria da Aprendizagem Significativa, utilizando, como estratégia, as metodologias ativas de ensino em ambiente inovador. Segundo David Ausubel (1983), criador da teoria, uma aprendizagem é significativa quando faz algum sentido para o aprendiz. No processo de aprender, a informação deverá interagir e ancorar-se em conceitos relevantes e existentes na estrutura cognitiva do aprendiz. Nesse sentido, é preciso averiguar previamente os conhecimentos e conceitos trazidos pelo aprendiz e, então, partindo da estrutura cognitiva existente, reconstruir para que se possa alcançar conhecimentos novos e mais elaborados. Para tanto, o autor aponta duas condições básicas para que ocorra uma aprendizagem significativa: o material didático, que deve ser potencialmente significativo (não se trata de um livro ou aula, mas principalmente do que faz sentido para o sujeito), e a disposição do aprendiz para aprender.

As metodologias ativas de ensino têm sua concepção na educação crítico-reflexiva, na qual o educando é protagonista do processo de ensino-aprendizagem. Assim, a partir de um estímulo, os estudantes buscam a construção do conhecimento mediado pelo docente, que desempenha o papel de tutor/orientador neste processo. As concepções teóricas da “Metodologia Ativa de Ensino” abarcam a “Metodologia da Problematização”, uma vez que instiga o educando a procurar conhecimento para solucionar uma situação-problema apresentada (seja uma situação simulada por especialistas da área do conhecimento ou um problema real), com temas fundamentais que oportunizem o preparo do estudante para a futura atuação profissional. Os temas/conteúdos relacionados ao problema podem ser estudados individualmente ou coletivamente e, posteriormente, discutidos em grupo, possibilitando ao educando empregar os conhecimentos de forma ampliada, minimizando a ocorrência de uma educação fragmentada, contribuindo significativamente na formação de profissionais da área da saúde (apud FARIAS; MARTIN; CRISTO, 2015; MACEDO *et al.*, 2018).

Sob este prisma, planejou-se e realizou-se o evento no período de agosto a setembro de 2022, dividindo-se as etapas cronologicamente em: planejamento, estudo e fichamento de artigos científicos; realização da reunião-piloto (piquenique); elaboração da situação-problema (encenação); realização do evento (PETnique); e análise dos resultados atingidos (relato de experiência), conforme a Figura 1.

Figura 1 - Linha do tempo do planejamento e realização do evento em Lagoa do Bonfim/RN.



Fonte: acervo pessoal (2022).

O planejamento inicial ocorreu em uma reunião entre a coordenação geral do PET, as tutoras e preceptoras do “Grupo de Trabalho 1 (GT-1) - Formação para profissionais e dos estudantes para atuação na saúde mental em redes”, em um passeio de Catamarã na Lagoa do Bonfim/RN. Reconhecendo que todo espaço vivido pode ser um espaço de formação e que precisamos validá-lo enquanto espaço de encontro, convivência e de aprendizagem, a reunião foi realizada com este propósito em um ambiente inovador, buscando discutir saúde mental e, simultaneamente, buscando contribuir com a promoção da integração e saúde mental dos participantes. Nesta reunião, foi apresentada a proposta do tema “Conceitos fundamentais em Saúde Mental” e sugerida a realização da segunda reunião geral como um evento em espaço público ao ar livre, como os Parques da Cidade do Natal/RN, tendo como abertura um momento de alongamento orientado por estudantes de educação física e uma encenação.

Três parques foram elencados para visita prévia com intuito de avaliar a disponibilidade de data, a capacidade dos espaços e os recursos físicos e materiais existentes em cada local. Paralelamente às visitas, os preceptores e tutores selecionaram artigos e distribuíram entre os estudantes do GT-1 para leitura, estudo, fichamento e organização de uma apresentação a ser realizada na reunião seguinte para os demais participantes do GT, dada a necessidade de todos se qualificarem para a condução da discussão no evento que se realizaria futuramente.

A reunião denominada de piloto ocorreu apenas com o GT-1 no parque selecionado, Cidade da Criança, possibilitando a avaliação da facilidade de acesso e reconhecimento dos espaços e recursos disponíveis, bem como a experimentação da proposta inicial do roteiro do piquenique. Ao longo desse encontro, a proposta da segunda reunião geral foi apresentada e vivenciada pelos estudantes (exceto a encenação).

O cronograma do evento foi alinhado de forma colaborativa com a participação de estudantes, tutores e preceptores. A programação final constituiu-se de: abertura (coordenação geral PET Saúde da UFRN); atividade física com música no anfiteatro aberto (estudantes da do Centro de Ciências da Saúde/UFRN); encenação no anfiteatro (estudantes do Departamento de Artes/UFRN); dispersão pelo parque para o piquenique e discussão em grupos (GT's do PET Saúde-UFRN, mediados pelo GT-1); exposição dialogada sobre “Atenção em Saúde Mental” no auditório (preceptora que atua na Rede de Atenção Psicossocial - RAPS do Município de Natal) e encerramento (coordenação geral PET Saúde-

UFRN). Nesse encontro, o nome do evento “PETnique” emergiu como proposta. Os alunos compartilharam os fichamentos dos artigos apresentados por meio de pasta em nuvem (Google Drive/Google drive). Os temas norteadores das discussões em grupos foram definidos coletivamente, tendo como base os conceitos abordados nos artigos estudados, a saber: Doença Mental x Saúde Mental; Psicofobia; Luta Antimanicomial; Rede de Atenção Psicossocial-RAPS; Interprofissionalidade; Cuidado centrado no sujeito e na família; e Humanização.

Para as etapas seguintes, as atividades relacionadas à organização do evento foram distribuídas entre os membros do GT-1, que assumiram o papel de organizadores. A ação foi cadastrada como evento de extensão no Sistema Integrado de Gestão de Atividades Acadêmicas-SIGAA/UFRN pela coordenadora do GT. O material de divulgação digital, apresentado na Figura 2, foi elaborado pelos estudantes para publicização nas mídias sociais do projeto PET Saúde e aplicativo de mensagens. O esquete da encenação foi construído por uma psicóloga da Rede da Secretaria Municipal de Saúde - SMS e com contribuições de um grupo interdisciplinar de profissionais e alunos organizadores do evento, sendo planejada para durar em torno de 3 minutos.

Figura 2 - Material digital utilizado para divulgação.



Fonte: acervo pessoal (2022).

A proposta da encenação foi expor uma situação-problema em que um indivíduo (ator) apresenta-se em situação de crise psiquiátrica em meio ao momento da atividade de alongamento dos petianos (alunos, preceptores e tutores integrantes do PET Saúde) no parque. Para compor os personagens (indivíduo em surto, familiar e figurantes), foram convidados seis estudantes do Departamento de Artes da UFRN, os quais realizaram três ensaios com a participação da referida psicóloga e estudantes do GT-1. Como técnicas foram utilizadas: o teatro do invisível e o teatro de improviso. O teatro invisível, uma das técnicas do Teatro do Oprimido de Augusto Boal, acontece em espaço público em frente aos espectadores que não sabem que são espectadores e podem se envolver como se fosse uma situação real. O objetivo é fazer a intervenção o mais realista possível, a fim de provocar reações espontâneas. Complementarmente

utilizou-se a técnica de improviso, muito utilizada no teatro desde suas raízes mais remotas. No teatro do improviso ou improvisação, tem-se um roteiro que compõe somente as ações do personagem e a história da peça, não descrevendo as falas, que são espontâneas (OLIVEIRA; ARAÚJO, 2012). Na presente experiência relatada, apesar da construção do roteiro e ensaios realizados, os atores estavam prontos para a possível necessidade de adaptações à encenação, visando se aproximar o máximo possível de uma situação real e se realinhar ao objetivo da encenação diante da possível participação de petianos e transeuntes.

5 RESULTADOS ALCANÇADOS

O encontro ocorreu no local e horário previstos, em um dia com clima agradável e convidativo para atividades ao ar livre. Contou-se com a participação de 75 petianos, oriundos das áreas de serviço social, enfermagem, medicina, fonoaudiologia, odontologia, psicologia, farmácia, fisioterapia, nutrição, educação física e saúde coletiva. Desde a organização até a realização do evento, percebeu-se a motivação de todas as pessoas envolvidas, incluindo os funcionários do Parque Cidade da Criança, que foram muito receptivos à proposta. Os mesmos Eles, por conseguinte, informaram que o espaço costuma ser utilizado apenas para atividades de lazer para crianças. Foi possível perceber uma subutilização do espaço também na fala dos participantes do evento, entre os quais mais da metade relatou que nem o conhecia, incluindo pessoas que nasceram e cresceram em Natal - RN.

No início do evento em questão, realizou-se um momento voluntário de exercícios físicos planejados e centrados na respiração, acompanhados de música e com o foco de iniciar um despertar do corpo, praticar a atenção plena, estabelecer um momento de interação coletivo, bem como reforçar a opção da atividade física associada a outros tratamentos não farmacológicos para diversas doenças físicas e mentais. Durante este momento, foram abertos espaços de fala para os participantes, no qual houve relatos pessoais sobre a utilização dos exercícios físicos como ferramenta para melhora dos sintomas de ansiedade e ganho de qualidade de vida. Em seguida fez-se uma breve explanação acerca dos principais benefícios da atividade física na perspectiva da saúde mental, citando os efeitos diretos no organismo através da liberação de hormônios como a endorfina e serotonina, os quais estão ligados a sensação de bem-estar e prazer, com melhora do humor, redução do estresse, melhora na ansiedade, melhora na qualidade do sono, dentre outros benefícios.

Durante a atividade física, ocorreu a integração e intervenção do grupo de teatro através da encenação de uma situação de agitação e gritos de um indivíduo em situação de crise psiquiátrica em meio aos demais participantes, o que provocou olhares de medo, insegurança ou preocupação. Tais sentimentos foram apontados no momento de discussão em grupo, no qual os petianos relataram um misto de sentimentos ambivalentes, direcionados pela curiosidade em identificar o que estava acontecendo naquela situação, quem eram os envolvidos, qual seria o suporte indicado, quem estava se aproximando para mediar a situação, dentre outros fatores.

O contexto apresentado levou os participantes a fazerem importantes reflexões sobre esse tipo de situação nos PETpetniques (figura 3Imagem 1), onde alguns ficaram preocupados com a integridade física do rapaz que estava simulando ter uma possível alteração do seu estado de saúde

mental e outros ficaram tranquilos pela situação estar sendo guiada por alguns preceptores que pareciam acompanhar o rapaz. Foi bastante apontado o desconhecimento e até mesmo o despreparo técnico para viabilizar uma atitude como profissional de saúde. Nessa perspectiva, os grupos discutiram a importância de disciplinas e/ou atividades voltadas para saúde mental dentro das grades curriculares dos cursos da saúde e áreas afins.

Imagem 1 - Material de divulgação digital.



Fonte: acervo pessoal (2022).

Ainda nos PETpetniques, a discussão foi guiada por representantes do GT-1 e baseada nos conceitos em saúde mental previamente elencados, e logo se desenvolveu uma grande fluidez pela contribuição de todos o que estavam na roda com suas experiências acadêmicas, pessoais e profissionais. Os tutores, preceptores e alunos de diferentes áreas trouxeram seus conhecimentos baseados em experiências no serviço, com foco no cuidado ao indivíduo/família e a organização da RAPS para atendimentos aos casos de surtos psiquiátricos, o que demonstrou a riqueza da educação interprofissional.

Os petianos discutiram e construíram conceitos para diferenciar saúde e “doença mental”. Definiu-se que a primeira está relacionada à forma como alguém reage às exigências da vida, juntamente de seus desejos, capacidades, ambições, ideias e emoções; enfrentando os desafios e principalmente mudanças da vida cotidiana de forma equilibrada, o que leva a um funcionamento eficaz no dia a dia. Porém, todos concordaram que, para a maior parte da sociedade, o termo é imediatamente associado à “doença mental”, a qual, em geral, foi caracterizada como um agrupamento de diferentes transtornos mentais diagnosticáveis.

Considerando esta desinformação na sociedade, os participantes trouxeram exemplos de situações do cotidiano com a marca do preconceito ainda presente, devido à imagem e o estereótipo de periculosidade e agressividade das pessoas acometidas pelo transtorno mental. Assim, a psicofobia foi colocada no centro da roda de conversa, provocando reflexões sobre a carência de informações sobre os transtornos mentais para que se possa mitigar esse quadro. Além disso, discutiu-se a importância da integração à comunidade dos sujeitos com transtornos mentais e luta antimanicomial por uma digna atenção à saúde.

No último momento da programação do evento, para que os objetivos de aprendizagem fossem alcançados de forma alinhada entre os diferentes grupos, uma preceptora com profundo entendimento e ampla visão da rede de atenção à saúde mental do município de Natal, fez uma fala de fechamento resgatando os temas trabalhados em grupos e de forma dialogada com os eles, destacando os pontos principais e instigando-os a trabalharem pelo fortalecimento do Sistema Único de Saúde (SUS).

6 O QUE SE APRENDEU COM A EXPERIÊNCIA

O encontro forneceu um maior embasamento teórico para os participantes para o trabalho na atenção à saúde mental, a qual se dará pela continuidade do projeto PET-Saúde nos serviços do SUS de Natal, desenvolvendo, assim, mais competências e habilidades que visem a solução dos problemas e transformação da realidade. Observou-se que a construção do conhecimento foi potencializada pela interdisciplinaridade nas discussões, com a participação de atores de diferentes áreas em uma ação coletiva e de campo, que agregou singularidade, complexidade, pluralidade, intersetorialidade e transversalidade de saberes com um mesmo interesse no aprendizado sobre saúde mental (AMARANTE, *et al.*, 2007).

Outro aspecto importante foi a utilização de um ambiente inovador, o qual estimulou o engajamento dos participantes na discussão. Ademais, percebeu-se a subutilização do equipamento público visitado, destacando a importância de incentivar a comunidade a utilizar equipamentos públicos de convivência como este, o que contribui para a socialização e justifica os investimentos públicos de manutenção e melhoria destes, bem como a necessidade de instalação de outros espaços para aumentar o acesso pelas pessoas que residem em diferentes regiões de Natal (ARANTES, 2021).

Sabe-se que atividades em contato com a natureza gera uma sensação de bem-estar, como ocorrido durante o evento no encantamento dos participantes com o lago do parque e animais que surgiram, por exemplo; além de propiciar momentos de autocuidado relacionados à saúde mental. Nesse contexto, observa-se que pessoas que residem em cidades possuem um risco aumentado de transtornos mentais, sendo recomendados 60 minutos diários ou duas horas semanais de atividades físicas em contato com a natureza, os quais amortecem os efeitos danosos do estresse do ambiente urbano, melhorando o humor e aliviando os sintomas emocionais (SUDIMAC; SALE; KÜHN, 2022; WHITE, *et al.*, 2019).

Além disso, diferentes estudos apontam os benefícios significativos da atividade física em geral para a saúde mental, prevenindo episódios de depressão até nos indivíduos com alta vulnerabilidade genética para a mesma, além de impactos positivos sobre os processamentos de memória. (CHOI, 2020; SUWABE, 2018). Diante disso, para mantermos a coerência com o que se fala e se faz ao tratar de saúde mental, é fundamental que os ambientes acadêmicos e profissionais busquem manter a promoção dos benefícios acima descritos nos ambientes de convívio ou de realização de atividades educacionais, prevenindo o adoecimento. Para tanto, são imprescindíveis os momentos de capacitação, supervisão clínica e institucional, bem como a educação permanente.

Assim, o evento relatado serviu não apenas para a formação das pessoas de estudantes, mas também para os profissionais que já atuavam em serviços de saúde.

Pôde-se perceber que o cuidado com o respeito ao tempo, cumprindo os horários estabelecidos na programação do início até o fim das atividades, foi importante para o engajamento de todos durante toda a manhã e fluidez no andamento do evento, instigando os participantes pelo saber social da perspectiva engrandecedora da saúde mental. Ademais, a inclusão da refeição permeando a discussão e construção do conhecimento, para além de atender a uma necessidade fisiológica de nutrição, teve um papel importante no acolhimento e aproximação dos sujeitos. Por se tratar de oportunidade de celebração, comunhão, trocas e estabelecimento de vínculos entre indivíduos, o comer representa um meio de prazer e desejo, através dos quais foi possível mergulhar nos recônditos das subjetividades (CUERVO; HAMANN; PIZZINATO, 2018).

Além das vantagens trazidas pela refeição em grupo, a configuração do piquenique, com todos os sujeitos sentados em roda, propiciou uma relação horizontal, não hierarquizada. Assim, todos (alunos, profissionais e professores) puderam se ver do mesmo patamar, valorizando-se a fala de cada um, o que acarretou no maior acolhimento e abertura dos participantes para trazerem seus relatos de vivências e aprendizados. Em todos os grupos, a maior parte dos participantes contribuíram ativamente com a discussão, inclusive aqueles que não tiveram nenhuma experiência acadêmica ou profissional acerca do tema saúde mental, mas tinham vivenciado situações relacionadas nos seus vínculos familiares ou de amizades, agregando à discussão com suas percepções

7 RELAÇÃO DA PRÁTICA COM OS CONCEITOS DE EXTENSÃO

A participação em ações de extensão universitária contribui significativamente para o aprendizado, a partir da tomada de consciência da necessidade de mudanças na formação acadêmica em relação à sociedade (SERRANO, 2010; BONIFÁCIO; SANTOS, 2020). Observa-se que as crescentes demandas em saúde mental, especialmente no contexto de pandemia pela COVID-19, fazem ainda mais necessários os avanços na educação dos profissionais de saúde para a efetivação do modelo de atenção do SUS. Assim, a formação de profissionais “críticos, reflexivos e transformadores de suas realidades está intimamente ligada às concepções pedagógicas que estimulam a aprender a aprender”, concepções que podem ser replicadas nas práticas profissionais de educação em saúde aos usuários, famílias e comunidade (MACEDO et al., 2018).

Ao se analisar o espaço vivido e a pedagogia situada à luz de Paulo Freire, é imprescindível que os princípios da problematização e da dialogicidade amparem tanto as metodologias utilizadas quanto os conteúdos curriculares (SERPA, 2021). Tais princípios necessitam ser contextualizados e influenciados pela cultura e pelas experiências de vida dos atores educacionais envolvidos nessa construção, com vistas à comunhão e solidariedade dos existentes, para construção de um projeto coletivo. Na realização do evento, observou-se que todos os sujeitos contribuíram para a construção do conhecimento a partir de suas experiências, através de uma metodologia ativa que buscou o aprendizado a partir de situações reais, problematizando-as (FREIRE, 1996).

Considerando a esquematização do processo de ensino-aprendizagem no Arco de Charles Maguerez, foi possível avançar, de forma colaborativa, nas etapas de: observação da realidade com identificação dos pontos-chaves dos problemas encontrados; teorização dos problemas para compreensão das suas causas; e, em alguns assuntos, a formulação de hipóteses para a solução destes problemas. Ao longo do projeto PET Saúde, através da inserção dos petianos nos serviços, será possível contemplar todas as fases do arco, desenvolvendo competências e habilidades que visem a solução dos problemas e transformação da realidade (SANTOS, 2020).

Por fim, observou-se que a dinâmica do evento, envolvendo um ambiente externo à universidade e em contato com a natureza, realização de atividade física, uso da arte teatral para sensibilização/problematização e rodas de conversa com refeição, mostrou que é possível convergir a teoria e a prática na promoção da saúde mental em uma atividade formativa sobre um tema tão complexo e delicado. Verificou-se que a construção do conhecimento de forma compartilhada, horizontal e não hierarquizada tornou possível a abordagem às temáticas de interesse por meio do saber acadêmico, das vivências pessoais e profissionais, com uma riqueza de discussão propiciada pela interdisciplinaridade e pluralidade dos sujeitos envolvidos. Infere-se, assim, que todos (alunos, profissionais e professores) saíram com um maior nível de conhecimento, fortalecidos pela troca de experiência e identificação com o outro, bem como com o prazeroso momento que, provavelmente, será sempre lembrado.

REFERÊNCIAS

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

ARANTES, R. A. O(s) espaço(s) público(s) numa cidade desigual e segregada. **Caderno CRH** [online], v. 34, e021010, 2021. Disponível em: <<https://doi.org/10.9771/ccrh.v34i0.27018>>. Acesso em: 14 set 2022.

AUSUBEL, D. **Psicologia Educativa: Um ponto de vista cognoscitivo**. México, DF: Editorial Trillas. Traducción de la segunda edición de Educational psychology: A cognitive view. 1983

BONIFÁCIO, J.; SANTOS, L. **Perspectivas da extensão universitária na formação de professores: contextualização histórico-social**. *Devir Educação*, v. 4, n. 1, p. 171–187, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.30905/ded.v4i1.151>>. Acesso em: 20 set. 2022.

CHOI, K. W., *et al.* Physical activity offsets genetic risk for incident depression assessed via electronic health records in a biobank cohort study. **Depress Anxiety**, v. 37, n. 2, p. 106-114, 2020. Disponível em: <<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31689000/>>. Acesso em 20 set. 2022.

CUERVO, M. R. M.; HAMANN, C.; PIZZINATO, A. Produção, sociabilidade e tecnologia na relação pessoa-alimento. **Revista Psicologia Política**, v. 18, n. 42, p. 364-378, 2018. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1519-549X2018000200012&lng=pt&nrm=iso>. acesso em: 14 set. 2022.

FARIAS, P. A. M., MARTIN, A. L. A. R.; CRISTO, C. S. Aprendizagem Ativa na Educação em Saúde: Percurso Histórico e Aplicações. **Revista Brasileira de Educação Médica** [online], v. 39, n. 1, p. 143-150, 2015. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1981-52712015v39n1e00602014>>. Acesso em: 20 set. 2022.

FARO, A.; *et al.* COVID-19 e saúde mental: a emergência do cuidado. **Estudos de Psicologia (Campinas)** [online], v. 37, e200074, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1982-0275202037e200074>>. Acesso em: 20 set. 2022.

FREIRE, P. **Pedagogia da Autonomia**: saberes necessários à prática educativa. 19.ed. São Paulo: Paz e Terra, 1996.

OLIVEIRA, E. C. S.; ARAÚJO, M. F. Aproximações do teatro do oprimido com a Psicologia e o Psicodrama. **Psicologia: Ciência e Profissão** [online], v. 32, n. 2, p. 340-355, 2012. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S1414-98932012000200006>>. Acesso em: 20 set. 2022.

SANTOS, T. T. O Arco de Maguerez e a Aprendizagem Baseada em Projetos na Educação em Saúde. **Revista Educação Pública**, v. 20, n° 7, 2020.

SERPA, A. Ser lugar e ser território como experiências do ser-no-mundo: um exercício de existencialismo geográfico. **Geosp – Espaço e Tempo** (Online), v. 21, n. 2, p. 586-600, 2017. Disponível em: <<http://www.revistas.usp.br/geosp/article/view/125427>>. Acesso em: 18 ago. 2021.

SERRANO, R. S. M. **Conceitos de extensão universitária**: um diálogo com Paulo Freire. Disponível em: <http://www.prac.ufpb.br/copac/extelar/atividades/discussao/artigos/conceitos_de_extensao_universitaria.pdf>. Acesso em: 20 set. 2022.

SUDIMAC, S.; SALE, V.; KÜHN, S. **Como a natureza nutre**: A atividade da amígdala diminui como resultado de uma caminhada de uma hora na natureza. *Mol Psiquiatria*, 2022. Disponível em: <<https://doi.org/10.1038/s41380-022-01720-6>>. Acesso em: 20 set. 2022.

SUWABE, K; *et al.* **Rapid Stimulation of Human Dentate Gyrus Function with Acute Mild Exercise**. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, vol. 115, n. 41, p. 10487–92, 2018 Disponível em: <<https://doi.org/10.1073/pnas.180566811>>. Acesso em: 14 set. 2022.

WHITE, M. P.; *et al.* Spending at Least 120 Minutes a Week in Nature Is Associated with Good Health and Wellbeing. **Scientific Reports**, vol. 9, n. 1, p. 7730, 2019. Disponível em: <<https://doi.org/10.1038/s41598-019-44097-3>>. Acesso em: 20 set. 2022.