

Relatório da atividade

Atividade: Cola Aê: Cuidado e cultura na universidade - 23112.040095/2024-18

Atividade realizada: Sim

Alterações em relação à proposta original e dificuldades encontradas:

A atividade foi realizada, cumprindo os objetivos iniciais.

Seu cronograma foi cumprido e ampliado, passando de atividades abertas bimensais para atividades mensais, conforme sugerido pelo grupo de estudantes atendidos e equipe de trabalho.

As dificuldades incluem o financiamento apropriado de materiais para a realização de atividades sugeridas e não previamente planejadas e, embora aos grupos tenham sido realizados, identificamos uma baixa adesão de estudantes para as atividades coletivas, com um grupo fixo pequeno que manteve-se presente em todas as atividades, embora um número satisfatório de estudantes atingidos nas atividades como um todo.

Objetivos atingidos, resultados e conclusões:

Resultados alcançados e relação com os objetivos estabelecidos:

O ColaAê atingiu plenamente seu objetivo geral de promover espaços de convivência e bem-estar físico, mental e social entre estudantes de graduação e pós-graduação, consolidando-se como dispositivo coletivo de promoção de saúde mental universitária.

Em relação aos objetivos específicos:

1. Fomentar interação social e criação de laços - Embora com um número limitado de participantes por encontros observou-se a formação de vínculos entre estudantes de diferentes cursos, níveis de formação e instituições do município. Os encontros temáticos mostraram-se especialmente potentes para integração entre graduação e pós-graduação, ampliando redes de apoio e pertencimento institucional.

2. Oferecer atividades de autocuidado e promoção de saúde mental - As práticas corporais, artístico-culturais e rodas de conversa favoreceram a expressão de afetos, a circulação da palavra e a construção coletiva de estratégias de enfrentamento do sofrimento psíquico. Os relatos indicaram redução de sentimentos de isolamento e maior percepção de suporte social.

3. Incentivar hábitos saudáveis: As atividades de movimento, práticas de relaxamento e encontros ao ar livre estimularam a incorporação de práticas de cuidado no cotidiano dos participantes. Parte dos estudantes relatou continuidade autônoma dessas práticas fora do espaço do grupo.

4. Promover encontros temáticos articulados ao calendário acadêmico - Os encontros mensais fortaleceram o senso de comunidade universitária, especialmente nos momentos críticos do calendário, funcionando como estratégia preventiva frente ao estresse acadêmico.

De modo geral, o ColaAê contribuiu para a mitigação do esvaziamento dos espaços de convivência universitária pós-pandemia, reativando a dimensão coletiva da vida acadêmica como eixo estruturante da saúde mental.

2. Resultados apresentados:

Os resultados dialogam com a Coordenadoria de Articulação em Saúde Mental (CASM), com a Pró-Reitoria de Assuntos Comunitários e Estudantis (PROACE) e à Secretaria Geral de Ações Afirmativas, Diversidade e Equidade (SAADE), por meio de:

- Devolutivas institucionais sobre demandas emergentes identificadas no grupo;
- Integração dos resultados ao Projeto Institucional de Promoção da Saúde Mental e Cultura de Paz.

O projeto passou a ser reconhecido como estratégia complementar às ações clínicas e assistenciais, operando na dimensão preventiva e comunitária da saúde mental universitária.

3. Ganhos Acadêmicos

O ColaAê fortaleceu ações relacionadas a:

- Saúde mental universitária;
- Permanência estudantil;
- Produção coletiva de pertencimento;

- Dispositivos grupais e tecnologias leves de cuidado;
- Interface entre educação, convivência e saúde mental.
- Contribuiu para disciplinas relacionadas à saúde mental, políticas públicas e promoção da saúde e para a prática extensionista;
- Serviu como campo de aprendizagem prática para estudantes bolsistas e voluntários;
- Possibilitou discussões em sala de aula sobre dispositivos coletivos de cuidado e convivência universitária.

3.1 Produção acadêmica e formação:

Durante o período de execução do projeto, foram gerados:

- Relatórios técnicos;
- Participação de estudantes de graduação e pós-graduação na organização e facilitação dos encontros;
- Possível base para Trabalhos de Conclusão de Curso e projetos de pesquisa vinculados à temática;
- Experiência formativa em extensão universitária e trabalho intersetorial.
- Média de participantes por encontro: de 5 a 15
- Estudantes organizadores (graduação): 2
- Estudantes organizadores (pós-graduação): 2
- Bolsistas envolvidos: 1

4. Ganhos Sociais e Impacto sobre o Público-Alvo

No campo social, o ColaAÉ produziu impactos significativos:

- Ampliação do senso de pertencimento universitário;
- Redução da percepção de isolamento social;
- Fortalecimento de redes informais de apoio;
- Valorização da diversidade e da convivência intercultural;
- Criação de espaços seguros para expressão de sofrimento e elaboração coletiva.

O conhecimento produzido no âmbito do projeto tornou-se disponível à comunidade universitária por meio de:

- Divulgação institucional;
- Socialização de metodologias de encontro;
- Integração com políticas de cultura de paz;

O projeto reafirmou que a promoção de saúde mental universitária não se restringe ao atendimento individual, mas depende da construção de espaços coletivos de convivência, cultura e participação.

Considerações finais:

O ColaAÉ mostrou-se como dispositivo estratégico de promoção de saúde mental universitária, articulando convivência, cultura, permanência estudantil e produção coletiva de cuidado. Ao reativar espaços comuns e fortalecer vínculos, contribuiu para a construção de uma universidade mais inclusiva, solidária e comprometida com a cultura de paz.

Público atendido:

70

Número de exames, perícias e laudos realizados em laboratórios / depto:

0

Saldo Residual Previsto:

0.00

Destino do Saldo Residual:

Anotações ProEx:

Bolsistas ProEx

Nome:

Amapola Pereira Ladino

semestres. Além disso, acredito ser interessante incluir propostas que favoreçam o contato com a natureza e o fortalecimento de vínculos entre os participantes — como piqueniques, passeios no Parque Ecológico, pequenas trilhas ou rodas de conversa ao ar livre. Essas ações podem criar novos espaços de escuta, troca e pertencimento

Dificuldades / sugestões:

as atividades foram pensadas para proporcionar momentos de lazer, relaxamento, diversão, vivências e aprendizagem — resultando em uma experiência mais leve e acessível à comunidade acadêmica.

tivemos devolutivas positivas sobre as atividades

ofertadas ao longo do semestre através de um formulário produzido onde as 8 pessoas que avaliaram disseram que foi muito produtivo as oficinas semanais

Importância da atividade para a formação profissional do bolsista:

Como Terapeuta Ocupacional foi muito produtivo, pois tive a oportunidade de ministrar diversas atividades e ser responsável pelo planejamento delas ao pensar no público alvo em questão. As trocas e o contato com as pessoas, o fazer junto foi muito estimulado durante as atividades. Acredito que foi muito rico e proveitoso

Desempenho / Avaliação do bolsista de extensão financiado pela ProEx:

Amapoula participou das atividades semanais com desempenho satisfatório. Contribuiu nas etapas de planejamento, organização, execução e avaliação das atividades.