

**RELATO DE EXPERIÊNCIA: DESENVOLVIMENTO DE CONTEÚDOS DIGITAIS
PARA PROMOÇÃO DE SAÚDE MENTAL ATRAVÉS DO PROJETO DE EXTENSÃO
“FOCO NA MENTE”
ODS 3,4**

Alice Ballejo (Universidade de Taubaté)
Giovana Esposito Antonio Jordão (Universidade de Taubaté)
Giovanna Manaia Lourenço Berto (Universidade de Taubaté)
Julia Souza Ribeiro (Universidade de Taubaté)
Maria Stella Amorim da Costa Zöllner (Universidade de Taubaté)
Fernanda da Costa Zöllner (Universidade de Taubaté)

O Projeto de Extensão “Foco na Mente” da Universidade de Taubaté realiza desde 2020 um trabalho expressivo e continuado de promoção da saúde mental, utilizando diversas ferramentas e modalidades para atingir seus objetivos de interação com a comunidade, atuando presencialmente ou através de redes sociais e outras formas digitais de comunicação. O presente relato de experiência visa documentar especificamente o trabalho desenvolvido nas atividades relacionadas à mídia, por meio da atuação dos times de acadêmicos extensionistas atuando na rede social Instagram e a partir do presente ano no site desenvolvido pelo grupo de engenharia de computação atuante no projeto. Nesse contexto, cabe ressaltar que os posts desenvolvidos, durante o semestre letivo, tiveram como objetivo conscientizar o público das redes sociais sobre a importância da atenção voltada à saúde mental. Para o desenvolvimento das atividades do subgrupo de mídia, foram realizadas reuniões periódicas para planejamento dos conteúdos a serem publicados no site e no Instagram. A partir disso, os integrantes, de forma individualizada ou em duplas, produziram textos e materiais visuais, que passaram por revisão da equipe de mídia, dos revisores técnicos (psicólogos e médicos) e da revisora de texto (graduada em Letras) garantindo clareza e adequação da mensagem para o público-alvo, sempre alinhados aos objetivos do projeto de promover informações sobre saúde mental. Através dessas postagens, foi possível ampliar o alcance das informações sobre saúde mental, fortalecendo o vínculo com a comunidade acadêmica e com o público geral. Além disso, observou-se engajamento nas interações, evidenciado por curtidas, comentários e compartilhamentos no Instagram do projeto, demonstrando que os materiais produzidos despertaram interesse e cumpriram o papel de difundir conhecimento sobre o tema. O trabalho desenvolvido evidenciou a relevância da comunicação digital como ferramenta de promoção da saúde mental. Além disso, a

experiência proporcionou para as acadêmicas extensionistas envolvidas não apenas aprendizado teórico-prático na elaboração e divulgação de conteúdos de educação e promoção em saúde mental, mas também a oportunidade de contribuir com uma causa social significativa. Dessa forma, conclui-se que o projeto cumpriu seus objetivos centrais, ao mesmo tempo em que reforçou a vasta importância da integração entre integrantes do trabalho de extensão universitária e a comunidade.

Palavras-chave: Saúde mental; Conscientização; Mídia digital; Extensão universitária, Projeto Foco na Mente.