

## ESTRATÉGIAS DE CUIDADO À SAÚDE MENTAL: ATIVIDADES DO PET AGRONOMIA/UFGD

Autores(as): PEREIRA, I. T.<sup>1</sup>; SILVA, A. L.<sup>1</sup>; AVEIRO, S. M.<sup>1</sup>; MONTORO, F. A. C.<sup>1</sup>; DIAS, L. S.<sup>1</sup>;  
TOLEDO, M. Z.<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Grupo PET Agronomia, FCA/UFGD; <sup>2</sup>Tutora do Grupo PET Agronomia, FCA/UFGD  
E-mail: petagronomia@ufgd.edu.br

**RESUMO:** O objetivo dessa ação foi desenvolver atividades para abordagem de questões relacionadas a saúde mental com os petianos e petianas do grupo Agronomia, da UFGD, além dos demais estudantes e docentes da Faculdade de Ciências Agrárias, fomentando o diálogo acerca dos inúmeros aspectos envolvidos nas práticas de cuidado, com suporte profissional do Programa de Assistência Estudantil da UFGD. A atividade foi desenvolvida em duas frentes, sendo a primeira as rodas de conversa realizadas mensalmente, para reflexão acerca de assuntos atuais e recorrentes da vida acadêmica, que podem consistir em gatilhos que demandam suporte emocional. A segunda, foram realizadas ações de atenção ao cuidado da saúde mental, como o Setembro Amarelo. As ações do PET Saúde mental proporcionaram melhora no bem-estar psicológico e emocional dos estudantes, com aumento da sensação de pertencimento, autoestima e, principalmente, fortalecimento das relações interpessoais. A criação de uma cultura de cuidado promoveu maior conscientização sobre a saúde mental e redução do estigma do tema. As ações também resultaram na maior divulgação dos canais de atendimento da UFGD e possibilidade de busca dos serviços adequados de psicoterapia na instituição.

**Palavras-chave:** Bem-estar mental; dificuldade acadêmica; diálogo; sobrecarga mental.

### MENTAL HEALTH CARE STRATEGIES: PET AGRONOMIA/UFGD ACTIVITIES

**ABSTRACT:** The objective of this initiative was to develop activities on mental health issues with the PET Agronomia group members at UFGD, as well as other students and faculty from the Faculty of Agricultural Sciences, fostering dialogue about the many aspects involved in care practices, with professional support from UFGD's Student Assistance Program. The activity was developed with two main approaches. The first consisted of monthly discussion circles aimed at reflecting current and recurring topics in college life that may serve as triggers requiring emotional support. The second involved mental health awareness actions, such as the Yellow September campaign. PET Saúde mental actions contributed to improved psychological and emotional well-being among students, increasing their sense of belonging, self-esteem, and, above all, strengthening interpersonal relationships. The creation of a culture of care promoted greater awareness of mental health and reduced the stigma surrounding the topic. These actions also led to wider dissemination of UFGD's support channels and facilitated access to appropriate psychotherapy services in the institution.

**Keywords:** Mental well-being; college difficulties; dialogue; mental overload.

Área do conhecimento de enquadramento no Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq): Ciências Agrárias

Ecossistemas de inovação das áreas transversais e prioritárias do Conselho e Ciência e Tecnologia (CCT/PR): Agricultura & Agronegócio

Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS): 3 (Saúde e bem-estar).

## **Introdução**

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2022), a saúde mental pode ser considerada um estado de bem-estar, que possibilita ao sujeito sentir-se seguro, tranquilo e apto a desenvolver estratégias de enfrentamento às adversidades da vida. Nesse contexto, as instituições de ensino têm a responsabilidade de se tornarem espaços promotores de saúde mental, para que assim, a construção do conhecimento ocorra de forma plural e saudável (TAVARES; OLIVEIRA, 2024). Segundo os mesmos autores, embora ações tenham sido desenvolvidas para promoção da saúde mental nas universidades, ainda há muito que avançar para que esta forma de cuidado seja uma prática institucional estruturante e permanente.

Vale lembrar que a saúde mental debilitada não está relacionada necessariamente com a presença de afecções e enfermidades. Muitas vezes as questões estão relacionadas a sobrecargas mentais, sejam elas fruto do estresse no trabalho e/ou estudos, medos, problemas familiares, afetivos, rápidas mudanças sociais, violência, violação de direitos, estilo de vida não saudável, entre tantos outros fatores que podem desencadear sofrimento psicológico. De fato, Amarante (2013) ressalta que ao falarmos em saúde mental precisamos ampliar sua compreensão, tendo em vista que são poucos os campos na saúde que apresentam intensa complexidade, pluralidade, intersetorialidade e transversalidade de saberes.

O debate sobre saúde mental e práticas de cuidado deve estar articulado com a construção da coletividade, as políticas de equidades, a valorização da cultura, entre outras estratégias que possibilitam o fortalecimento individual e coletivo. Nesse sentido, Medeiros (2024) traz que as rodas de conversa se mostram estratégias potentes, espaço de produção de cuidado e de subjetividades, de se falar, ver e ser afetado, promovem diálogo, reflexão e circulação de afeto, podendo contribuir para a potencialização de novas formas de cuidado no contexto universitário.

Assim, o objetivo dessa ação foi desenvolver uma atividade mensal para abordagem de questões relacionadas a saúde mental com os petianos e petianas do grupo Agronomia, da UFGD, possibilitando fomentar o diálogo acerca dos inúmeros aspectos envolvidos nas práticas de cuidado, com suporte profissional do Programa de Assistência Estudantil da UFGD.

## **Método**

O Programa de Educação Tutorial - PET Agronomia é o mais antigo da Universidade Federal da Grande Dourados – UFGD, estando para completar 30 anos em 2026. Embora tenha desenvolvido de forma técnica, participativa e relevante as atividades de ensino, pesquisa e extensão, tem experienciado, nos últimos anos, uma maior demanda em relação ao cuidado com

## INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL E DIREITOS HUMANOS: DESAFIOS ÉTICOS PARA O SÉCULO XX

a saúde mental no contexto universitário por parte dos próprios petianos e petianas. Nesse contexto de relatos de crises de ansiedade e sintomas de sobrecarga, nasceu a atividade denominada PET Saúde, visando atender os membros do grupo nesse contexto, com a parceria da Pró-Reitoria de Assuntos Comunitários e Estudantis (PROAE) da UFGD. Apesar da IES contar com atendimento psicossocial, que desenvolve ações de orientação e assistência aos estudantes em sessões de psicoterapia breves, contribuindo para a superação de suas dificuldades sociais e psicológicas, optou-se por também desenvolver uma atividade mensal fixa no planejamento do grupo.

Por possibilitar maior reflexão e participação, as rodas de conversa foram a metodologia utilizada na atividade, que teve início em 2021 e se tornou permanente a partir de então. De acordo com Frizzo (2014), as rodas de conversa possibilitam, por meio do diálogo, trazer a compreensão e os diferentes sentidos e significados do outro e seus modos de vida, prezando por distribuição democrática da escuta, falas e decisões entre os participantes.

A atividade foi desenvolvida em duas frentes. Uma delas consistiu de rodas de conversa, realizadas mensalmente com apoio da psicóloga Cintia Garbin, da Pró-Reitoria de Assuntos Comunitários e Estudantis. Os encontros trataram de assuntos atuais e recorrentes da vida acadêmica, que podem consistir em gatilhos que demandam suporte emocional; também possibilitariam estabelecer uma relação mais proximal entre petianos e petianas, e, dessa forma, fortalecer relações interpessoais e os laços de amizade e confiança entre os membros. Na segunda frente, foram realizadas campanhas de atenção ao cuidado da saúde mental, como o Setembro Amarelo. Essa última atividade envolveu a) promover a decoração do bloco de salas de aula da Faculdade de Ciências Agrárias no tema, buscando chamar atenção dos estudantes para a importância da reflexão sobre o tema, b) a promoção de um momento de debate entre os petianos e petianas, c) a organização de uma palestra para todos os estudantes da FCA, c) a organização de uma palestra e discussão sobre o tema entre os professores da FCA.

### **Resultados e Discussão**

Os encontros para realização das rodas de conversa foram realizados mensalmente sobre temas específicos direcionados pelos próprios alunos, conduzidos pela psicóloga de uma forma lúdica e interativa. Foram abordados assuntos como autonomia pessoal, trabalho em grupo e personalidade; planejamento e gestão do tempo; procrastinação; violência contra a mulher, apontados como relevantes para a temática pelos petianos e petianas. A roda de conversa sobre violência contra a mulher foi organizada dentro da programação do mês da mulher, em março, e possibilitou a integração das percepções masculinas sobre o protagonismo feminino e a

## INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL E DIREITOS HUMANOS: DESAFIOS ÉTICOS PARA O SÉCULO XX

valorização da diversidade de perspectivas. O encontro voltado à discussão da importância do trabalho em grupo contou com dinâmicas coletivas, visando à valorização da parceria para desenvolvimento das atividades no ambiente universitário. Por fim, trabalhou-se o planejamento e gestão do uso do tempo, visando à melhoria da organização da vida acadêmica. As figuras 1 e 2 ilustram as atividades e os materiais utilizados nas atividades.

**Figura 1 – Registro dos encontros/rodas de conversa ao longo de 2025**



Fonte: Autoria própria (2025).

**Figura 2 – Materiais utilizados no planejamento e gestão de uso do tempo**



Fonte: Cintia Garbin (2025).

Outra ação marcante realizada pelo PET Agronomia, em parceria com os PETs Zootecnia e Engenharia Agrícola, foi a campanha Setembro Amarelo. Durante esse período, o bloco de aulas foi decorado com balões amarelos, bilhetes com frases motivacionais e cartazes que reforçaram a importância da prevenção ao suicídio. Os estudantes dos três cursos foram convidados a assistir a palestra da Psicóloga Carla Renata Capilé Silva, que abordou o assunto “Saúde mental e universidade: reflexões sobre o bem-estar e sofrimento psíquico dos acadêmicos”. Essa iniciativa também buscou orientar os estudantes sobre os programas gratuitos disponíveis na universidade para apoio e atendimento psicológico pela PROAE. O grupo PET Agronomia também promoveu um encontro interno para reflexão sobre o tema. Em conjunto com a atividade PET Cultura, os membros debateram a história por trás da campanha e o surgimento do nome, a partir da morte por suicídio do jovem Mike Emme, nos Estados Unidos, dono do Mustang 68 amarelo. Por fim, reforçando a importância do envolvimento dos docentes na campanha, esses foram convidados a assistir a palestra da Psicóloga Fabíola Langaro, com o tema “Cuidar das emoções é cuidar da vida”, que abordou o assunto juntamente com a psicóloga da UFGD Cintia Garbin. A figura 3 ilustra esses momentos.





**INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL E DIREITOS HUMANOS:  
DESAFIOS ÉTICOS PARA O SÉCULO XX**

FRIZZO, K. R. A investigação-ação participante. In: SARRIERA, J. C.; SAFOCADA, E. T. (Orgs.). Introdução a psicologia comunitária: bases teóricas e metodológicas. Porto Alegre: Sulina, 2014. pp. 153-166.

MEDEIROS, J. S. Saúde mental como projeto pedagógico para produção do cuidado no ambiente universitário. Práticas e Cuidado: Revista de Saúde Coletiva, v. 5, n. e20172, p. 1-17, 2024.

OMS. Organização Mundial de Saúde. Saúde mental. Brasília: Ministério da Saúde, 2022. Disponível em: < <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-mental>>. Acesso em 20 ago. 2025.

TAVARES, J. S. C.; OLIVEIRA, M. A. Práticas de cuidado em saúde mental na universidade. Práticas e Cuidado: Revista de Saúde Coletiva, v. 5, n. e22706, p. 1-6, 2024.