

SAÚDE MENTAL EM PAUTA: ACESSIBILIDADE NA SAÚDE

Thayna De Sousa Cardoso (thaynasousa502@gmail.com)

Rayssa Rayelle Sousa Vasconcelos (rayssa.pimentel@fvj.br)

Maria Renata Da Silva Loureto (mariarenataloureto@gmail.com)

Bruna Keidna Lopes Francelino (bruna.lfrancelino@gmail.com)

Vitória Raquel Miranda De Paula (vitoriamiranda.1604@gmail.com)

SAÚDE MENTAL EM PAUTA: ACESSIBILIDADE NA SAÚDE MENTAL

Bruna Keidna Lopes

Rayssa Rayele Soousa

Maria Renata Loureto

Thayna Cardoso

Vitoria Raquel Miranda

Orientadora Bruna Myrla Ribeiro Freire

O projeto demonstrou que, embora haja crescente conscientização sobre a importância da saúde mental, ainda persistem barreiras relacionadas ao tabu e à falta de estratégias cotidianas de cuidado. A carência de acompanhamento profissional também reflete a necessidade de políticas públicas e de iniciativas de extensão universitária que fortaleçam a rede de apoio. Reforça-se, portanto, a importância de tornar os serviços de psicologia mais acessíveis e de

estimular práticas de cuidado preventivo. O presente projeto de extensão surgiu da necessidade de compreender como a população em 2025 enxerga a saúde mental e quais estratégias utiliza para cuidar dela no cotidiano. A crescente preocupação com o bem-estar psicológico e a percepção de que o tema ainda é permeado por tabus motivaram a realização desta pesquisa, que buscou mapear tanto os desafios enfrentados quanto o interesse em formas de cuidado acessíveis. Nos objetivos se buscou investigar a percepção das pessoas sobre a importância da saúde mental. Identificar a existência (ou ausência) de estratégias de cuidado no dia a dia. Verificar o acesso e o interesse da população em acompanhamento psicológico. Indicar locais de atendimento psicológico gratuito ou a preços populares. No processo de metodologia, o estudo foi desenvolvido por meio da aplicação de um formulário no Google Forms, que contou com mais de 50 respostas. Além disso, utilizamos panfletagem, escuta ativa e divulgação de serviços acessíveis de psicologia, como clínicas-escola e atendimentos pelo SUS. A análise das respostas obtidas revelou dados relevantes, onde mais de 30% dos participantes afirmaram não ter estratégias no dia a dia para cuidar da saúde mental. Mais de 40% não possuem acompanhamento profissional, mas manifestaram interesse em iniciar. Mais de 90% consideram que a saúde mental deve ser acessível a todos. Mais de 70% acreditam que a saúde mental é importante, mas ainda é um tabu social. Esses resultados evidenciam a necessidade de ampliar ações educativas, espaços de acolhimento e acesso a atendimentos psicológicos de qualidade. O projeto destacou que, apesar dos avanços na discussão pública sobre saúde mental, ainda existem obstáculos significativos relacionados ao estigma, ao acesso limitado e à ausência de práticas cotidianas de cuidado. Reafirma-se a urgência de fortalecer políticas públicas, serviços acessíveis e ações comunitárias que promovam uma cultura de autocuidado e acolhimento psicológico.

Palavras-chave: Acessibilidade; Cuidado preventivo; Psicologia; Saúde mental.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Saúde Mental. Brasília: MS, 2023.

CANGUILHEM, Georges. O normal e o patológico. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 2019.

FREIRE, Paulo. Pedagogia do Oprimido. Rio de Janeiro: Paz e Terra, 2020.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Saúde Mental. Disponível em:
<https://www.who.int>

Dados obtidos a partir do Formulário Google Forms (2025), aplicado no projeto de extensão.

1 Graduanda em Psicologia UniAteneu - Grand Shopping, CE

2 Graduanda em Psicologia UniAteneu Grand Shopping, CE

3 Graduanda em Psicologia UniAteneu Grand Shopping, CE

4 Graduanda em Psicologia UniAteneu - Grand Shopping, CE

5 Graduanda em Psicologia UniAteneu Grand Shopping, CE

6 Professora de Psicologia UniAteneu - Grand Shopping, CE

Palavras-chave: acessibilidade; cuidado preventivo; psicologia; saúde mental.