IX CONGRESSO MULTIDISCIPLINAR UNIVERSO GOIÂNIA - HÍBRIDO
"O Futuro do Trabalho no Brasil"
De 26 a 29 de Maio de 2026

CUIDANDO DA SAÚDE MENTAL: Quando buscar ajuda?

Gabriela Cervante Mota[1]
Lara Beatriz Silva Pires[2]
Luma Izabela Belfort de Freitas[3]
Sabrina Lustosa Laudário[4]
Victor Hugo Lima de Oliveira Nascimento[5]
Lorena Fleury de Moura[6]

RESUMO:

O presente trabalho faz parte do projeto de curricularização Psi na Rua. O trabalho possui como objetivo a psicoeducação para conscientizar a população sobre a importância da saúde mental e quando buscar ajuda, incentivando a busca por apoio psicológico, ajuda psiquiátrica e outros apoios. A metodologia utilizada foi desenvolvida através da ação realizada em espaço público por meio de abordagem psicoeducativa e diálogo acolhedor com a população e a entrega de panfletos produzidos pelos discentes. Foram compartilhadas informações sobre saúde mental, sinais de sofrimento psicológico, incentivo a busca pelo apoio à saúde mental, onde buscar ajuda, a importância do acompanhamento terapêutico como forma de prevenção bem-estar. Além disso, buscou-se informar onde entrar em contato caso esteja em algum momento de crise, tudo sendo realizada de maneira acessível e humanizada. Nesse proscesso de psicoeducação foi obtido como resultado a observação de que algumas pessoas ainda não possuiam muito acesso as informações que foram apresentadas, absorvendo melhor as informações e demonstrando interesse no assunto abordado, além de receberem indicações sobre onde procurarem ajuda.

Palavras- chave: Ajuda; Cuidado; Saúde.

1 Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário UNIVERSO Goiânia.
2 Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário UNIVERSO Goiânia.
3 Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário UNIVERSO Goiânia.
4 Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário UNIVERSO Goiânia.
5 Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário UNIVERSO Goiânia.
6 Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia. Doutora em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás (2018).

1 Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário UNIVERSO Goiânia.
2 Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário UNIVERSO Goiânia.
3 Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário UNIVERSO Goiânia.
4 Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário UNIVERSO Goiânia.
5 Discente do Curso de Psicologia pelo Centro Universitário UNIVERSO Goiânia.
6 Docente do Curso de Psicologia do Centro Universitário UNIVERSO Goiânia. Doutora em Psicologia pela Pontifícia Universidade Católica de Goiás (2018).