



Pró-reitoria de Pesquisa e Extensão

Nome do projeto	Setembro Amarelo - Ansiedade e suas diversas faces
Tipo de projeto	Ensino
Area em que se enquadra	Prevenção à Saúde
Objetivos do projeto	Objetivos do Projeto • Promover uma vivência prática de grupo terapêutico em saúde mental, com foco na temática da ansiedade e sua relação com o setembro Amarelo. • Estimular a reflexão sobre a ansiedade em suas diferentes manifestações no cotidiano dos estudantes. • Sensibilizar sobre o papel do enfermeiro na promoção da saúde mental e na prevenção do suicídio.
Cursos participantes	ENFERMAGEM
Disciplina(s) envolvida(s)	Enfermagem Psiquiátrica e Saúde Mental
Nome do responsável pelo projeto	EULALIA MARTINS FERREIRA E SILVA
Dia de início	16/09/2025
Dia de término	16/09/2025

INTRODUÇÃO

A educação superior desempenha um papel fundamental na formação de indivíduos capazes de enfrentar os desafios da sociedade contemporânea. Nesse contexto, os projetos de ensino acadêmico de graduação têm como objetivo principal proporcionar uma experiência de aprendizado que integre teoria e prática, desenvolvendo competências técnicas, científicas e socioemocionais nos estudantes.

Este projeto de ensino foi elaborado com o propósito de atender às necessidades específicas da formação acadêmica em CURSO ENFERMAGEM, promovendo a aquisição de conhecimentos sólidos e habilidades aplicáveis ao mercado de trabalho e à vida em sociedade. A proposta busca aliar metodologias ativas de ensino, recursos tecnológicos e estratégias interdisciplinares para engajar os alunos e maximizar o potencial de aprendizagem.

Além disso, o projeto considera as demandas atuais do mundo globalizado, como a valorização da inovação, o pensamento crítico, a capacidade de resolução de problemas e a responsabilidade socioambiental. Dessa forma, espera-se não apenas promover a formação de profissionais qualificados, mas também de cidadãos conscientes, éticos e preparados para contribuir com o desenvolvimento sustentável e inclusivo da sociedade.

Com uma abordagem inovadora e centrada no estudante, este projeto de ensino pretende consolidar a formação acadêmica, estimular a autonomia intelectual e fomentar uma visão ampla sobre o papel do ensino superior no contexto social, cultural e econômico.

JUSTIFICATIVA

A elaboração de um projeto de ensino acadêmico de graduação é essencial para atender às demandas de formação de profissionais competentes, críticos e éticos, capazes de atuar em um cenário social e econômico em constante transformação. A sociedade contemporânea exige que o ensino superior vá além da simples transmissão de conhecimento teórico, integrando práticas pedagógicas que promovam o desenvolvimento de habilidades técnicas, socioemocionais e de pensamento crítico.

No contexto atual, desafios como o avanço da tecnologia, a globalização, a complexidade das relações sociais e as demandas por sustentabilidade e inclusão tornam imperativa uma formação acadêmica que esteja alinhada às necessidades do mercado de trabalho e às expectativas sociais. Além disso, há uma crescente valorização da inovação, da resolução de problemas e da capacidade de trabalhar em equipes multidisciplinares, competências fundamentais para o sucesso profissional e pessoal.

Nesse contexto, este projeto se desenvolverá na área de Prevenção à Saúde, onde se torna uma ferramenta indispensável para a qualificação profissional e o desenvolvimento de competências que ultrapassam o âmbito técnico, envolvendo também a ética, a colaboração e a responsabilidade social.

Dessa forma, justifica-se a relevância deste trabalho, não apenas pelo tema a ser abordado, mas também pela sua contribuição para a formação integral dos estudantes. Além disso, o projeto também busca contribuir para a qualidade do ensino superior por meio da integração entre ensino, pesquisa e extensão, elementos que são pilares da educação universitária. Com isso, espera-se que os estudantes não apenas desenvolvam competências acadêmicas e profissionais, mas também adotem uma postura ética e socialmente responsável, alinhada aos desafios contemporâneos.

METODOLOGIA

Atividades/ações previstas:

Método de Trabalho

- Local sala de aula, turma 7º Período Disciplina Enfermagem Psiquiátrica e Saúde Mental data 16/09/2025.
- Estratégia pedagógica: Aula prática em formato de grupo terapêutico simulado/vivencial.
- Convidados: Coordenadora de Enfermagem do CAPS AD III Infante Juvenil - Nayhara Rodrigues e Acadêmica do Curso de Psicologia da FACUnicamps.
- Etapas da atividade:
 1. Convidar os alunos a levar um lanche para melhor integração do grupo e preencher o quadro com balões.
 2. Acolhida e Abertura (10 min): breve explicação sobre a dinâmica de grupos terapêuticos, regra de convivência *“Combinado importante: tudo o que for dito aqui é confidencial, falamos sempre no ‘eu’ (sem expor terceiros) e respeitamos o tempo de fala de cada um.”*
 3. Apresentação do Tema (10 min): “Ansiedade e suas diversas faces” – breve explanação sobre sintomas

físicos, emocionais e sociais.

4. Vivência em Grupo (40 min): roda de conversa conduzida pela professora (com apoio da psicóloga), estimulando os alunos a compartilharem percepções, experiências e estratégias de enfrentamento, vamos lá?! *diga seu nome + uma palavra que represente como está se sentindo no momento.*

5. Perguntas disparadoras:

- Quando você pensa em ansiedade, o que vem à sua mente?
- Em que situações da sua vida você percebeu a ansiedade mais presente?
- Como a ansiedade afeta seu corpo, seus pensamentos ou suas relações?
- Quais estratégias você já usou para lidar com momentos de ansiedade? (respiração, oração, música, atividade física, conversar com alguém)
- Qual a diferença entre a ansiedade que “ajuda” (ex.: estudar para uma prova) e a ansiedade que “atrapalha”?
- Recursos: sala em formato de círculo, projetor multimídia (para introdução), papel e canetas (dinâmica de escrita/reflexão) **integrar com a atividade final!**
- Papel do aluno: vivenciar a experiência como participante do grupo, refletindo depois sobre a técnica utilizada.
- Papel da psicóloga: suporte especializado para intervenções breves, caso algum aluno manifeste sofrimento psíquico mais intenso.
- **Fechamento (10 a 20 min)**
- Síntese coletiva dos pontos discutidos, reflexão sobre a importância do cuidar, encaminhamentos caso surjam demandas emocionais mais delicadas.

Ao final do grupo, será passada uma única folha de papel, onde cada aluno deverá escrever uma palavra que represente aquilo que “leva” dessa vivência. Esse exercício simboliza tanto a construção coletiva quanto o papel do enfermeiro na condução de grupos terapêuticos, que é justamente favorecer a expressão, a escuta e a integração dos participantes.

Após todos escreverem, o conteúdo será compartilhado no Grupo da Disciplina, promovendo reflexão sobre a experiência. O representante do grupo ficará responsável por recolher a folha, digitalizar e gerar um arquivo em PDF garantindo que todos tenham acesso e possam reler as contribuições, pois esse material servirá também como base para elaboração de uma questão avaliativa para a prova.

A metodologia desempenha um papel essencial em qualquer projeto de pesquisa, pois é por meio dela que se define o caminho a ser seguido para alcançar os objetivos propostos. Ela garante a organização e o rigor necessários para a condução das etapas do estudo, permitindo que os resultados obtidos sejam confiáveis, relevantes e fundamentados.

Além disso, a metodologia proporciona transparência ao processo de pesquisa, permitindo que outros pesquisadores compreendam e eventualmente repliquem as etapas do estudo, contribuindo para a validação científica dos resultados. Assim, ela não apenas orienta a execução do projeto, mas também reforça a credibilidade e o impacto do

conhecimento produzido.

Este projeto visa em síntese atingir como público alvo 7º Período Noturno , servindo como um guia que conecta os objetivos propostos às conclusões alcançadas tendo como proposta de atividade um(a) Ensino, assegurando que o trabalho seja realizado de forma sistemática, ética e fundamentada, fortalecendo sua relevância acadêmica e prática.

Este projeto visa trazer como produto final . O resultado final de um projeto de pesquisa é uma das etapas mais importantes, pois representa a concretização de todo o esforço, dedicação e recursos investidos ao longo do processo. Ele é o produto que traduz as hipóteses testadas, os dados analisados e as conclusões alcançadas, permitindo que o conhecimento gerado seja compartilhado, avaliado e aplicado.

ATIVIDADES

ATIVIDADES PREVISTAS

Atividade: Setembro Amarelo e a ansiedade em suas diversas faces

Data: 16/09/2025

Local: Sala 319

Início: 19:20:00h

Horas certificadas: 3

Cursos autorizados: ENFERMAGEM

RESULTADOS

A avaliação de um projeto acadêmico não deve se limitar apenas à sua execução, mas também à análise dos resultados e impactos gerados. Para isso, o uso de indicadores é essencial, pois permite medir, de forma objetiva e sistemática, o sucesso das ações desenvolvidas.

Os indicadores possibilitam a identificação de avanços, a verificação do cumprimento dos objetivos estabelecidos e a tomada de decisões baseadas em dados concretos. Além disso, contribuem para o aperfeiçoamento de futuras iniciativas, garantindo que as práticas acadêmicas sejam cada vez mais eficazes e alinhadas às necessidades da sociedade.

Dessa forma, nossa instituição busca utilizar indicadores para monitorar e avaliar um projeto acadêmico, tornando possível quantificar impactos, comprovar a relevância das atividades desenvolvidas e propor melhorias contínuas, fortalecendo a qualidade da formação acadêmica e a conexão entre ensino, pesquisa e extensão.

- Os objetivos foram plenamente atingido, por meio da realização de uma vivência prática com os alunos, utilizando a dinâmica grupo e roda de conversa que possibilitaram a expressão de sentimentos e o compartilhamento de experiências relacionadas à ansiedade e à saúde mental.
- Durante o grupo, foram levantados diversos questionamentos, além das perguntas inicialmente propostas pelo grupo, demonstrando o interesse, engajamento e a capacidade crítica dos participantes diante da temática abordada.



