



PROJETO “MENTES BRILHANTES”: PROMOÇÃO DE SAÚDE MENTAL EM UM CENTRO DE ATENÇÃO PSICOSSOCIAL

*Marcela de Come Ramos
Amanda Rosa de Oliveira
Marielle Maria Pereira Gomes
Yasmin Pereira Vieira
Ihanael Ifanger
Leandro Araújo Fernandes
Daniela Coelho de Lima**

DOI: <https://doi.org/10.23901/1679-4605.2025v19n1p415-434>

RESUMO

Pacientes portadores de transtornos mentais enfrentam, há muitos séculos, culturas de preconceito, negligência e isolamento social, demonstrando a constante necessidade de ações que atendam essa comunidade. O presente artigo retrata as experiências extensionistas do projeto “Mentes Brilhantes” vivenciadas em um Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) de um município na região do Sul de Minas Gerais, Brasil. Nesse período, foram realizadas oficinas integrativas no CAPS, com o intuito de estimular as habilidades motora e cognitiva dos pacientes, bem como visitas domiciliares para um melhor reconhecimento situacional de cada indivíduo. Foram desempenhados pelos integrantes do projeto momentos de capacitação da equipe, a fim de programar as práticas de campo, capacitar o grupo e promover dinâmicas de autoconhecimento. Posteriormente foram desenvolvidas quinzenalmente oficinas interativas para execução de atividades lúdicas e motivacionais nesse CAPS. Além disso, desenvolveram-se ações remotas a partir da página no Instagram (@mentesbrilhantes_unifal), as quais abordaram temas relacionados à saúde mental por meio de interatividades com o público virtual. De acordo com os resultados, foram realizadas 38 oficinas no CAPS, 62 reuniões presenciais, 14 reuniões virtuais e 60 visitas domiciliares. Ademais, foram assistidos 177 núcleos familiares com a doação de cestas básicas e kits de higiene pessoal e de prevenção ao COVID-19, os quais foram entregues no ano de 2020. Além disso, foram preenchidos 147 diários de campo ao final das oficinas. A partir desse levantamento foi denotado interesse dos assistidos pelas oficinas em 140 diários (95,2%); 89,8% dos documentos definiram as metodologias utilizadas nas atividades como satisfatórias; 26 relatos (17,7%) discorreram sobre os assistidos estarem dispersos; 22 (15%) destacaram a dificuldade dos acadêmicos em interagirem com os usuários; 48 (32,7%) demonstraram que “a interação com os assistidos” foi o que os acadêmicos mais apreciaram; e 84 (57,1%) evidenciaram que os usuários apresentaram atitude desinibida durante a

*Docente da Área de Saúde Coletiva da Faculdade de Odontologia da Universidade Federal de Alfenas - UNIFAL/MG. Contato: daniela.delima@unifal-mg.edu.br

abordagem. Assim, o projeto “Mentes Brilhantes” contribuiu com o desenvolvimento e aprendizado dos usuários do CAPS, atuando nos leitos domiciliares desses indivíduos, principalmente durante o período pandêmico enfrentado em 2020. Por meio das ações direcionadas aos veículos virtuais foi propiciada a popularização das informações, de forma que as redes sociais serviram como promotoras de saúde mental em prol a comunidade. Por fim, o projeto proporcionou vasta experiência extramural aos acadêmicos participantes, aprimorando seus conhecimentos técnicos e científicos, estimulando seu desenvolvimento humanístico e aguçando seu senso crítico e social.

Palavras-chave: Transtornos Mentais. Serviços de Saúde Mental. Saúde Pública. Universidade e Comunidade. Promoção de Saúde.

“BRILLIANT MINDS” PROJECT: MENTAL HEALTH PROMOTION IN A PSYCHOSOCIAL CARE CENTER

ABSTRACT

Patients with mental disorders have, for many centuries, faced cultures of prejudice, neglect, and social isolation, demonstrating the constant need for actions that serve this community. The present article describes the experience of the “Brilliant Minds” extension project, which took place in a Psychosocial Care Center (Portuguese acronym: CAPS) of a city in the southern region of Minas Gerais state, Brazil. During this period, integrative workshops were held at the CAPS, to stimulate the patients’ motor and cognitive abilities, together with home visits to obtain a better understanding of the situation of each person. The project members were responsible for training the team, scheduling the field activities, and promoting self-knowledge dynamics. Afterwards, fortnightly interactive workshops were implemented at the CAPS, to undertake playful and motivational activities. In addition, remote actions were developed using a page on Instagram (@mentesbrilhantes_unifal), which addressed issues related to mental health by interaction with the virtual audience. The work resulted in 38 workshops held at CAPS, 62 face-to-face meetings, 14 virtual meetings, and 60 home visits. Furthermore, 177 families were assisted, with the donation of basic food baskets and items related to personal hygiene and protection against COVID-19. In addition, 147 field diaries were completed at the end of the workshops. Of these, 140 diaries (95.2%) revealed that the participants had interest in the workshops; 89.8% considered the methodologies used in the activities to be satisfactory; 26 reports (17.7%) mentioned the patients being dispersed; 22 (15%) highlighted difficulty of the students in interacting with the patients; 48 (32.7%) indicated that the students most appreciated the interaction with the participants; and 84 (57.1%) reported that the participants had an uninhibited attitude during the activities. Therefore, the “Brilliant Minds” project contributed to the development and learning of CAPS users, acting in the family units of these individuals, especially during the pandemic period faced in 2020. The activities delivered using virtual means assisted the popularization of information, such that social networks served as promoters of mental health, on behalf of the community. Finally, the project provided the participating students with a substantial extramural experience, improving their technical and scientific knowledge, stimulating their humanistic development, and sharpening their critical and social skills.

Keywords: Mental Disorders. Mental Health Services. Public Health. University and Community. Health Promotion.

PROYECTO “MENTES BRILLANTES”: PROMOCIÓN DE SALUD MENTAL EN UN CENTRO DE ATENCIÓN PSICOSOCIAL

RESUMEN

Los pacientes con trastornos mentales han enfrentado, desde hace muchos siglos, a culturas de prejuicios, abandono y aislamiento social, lo que demuestra la necesidad constante de acciones que sirvan a esta comunidad. Este artículo retrata las experiencias extensionistas del proyecto “Mentes Brillantes” vividas en un Centro de Atención Psicosocial (CAPS) de una ciudad de la región sur de Minas Gerais, Brasil. Durante este período, se realizaron talleres integradores en el CAPS, con el fin de estimular las habilidades motoras y cognitivas de los pacientes, así como visitas a domicilio para un mejor reconocimiento situacional de cada individuo. Se realizaron momentos de formación del equipo por parte de los miembros del proyecto, con el fin de programar las prácticas de campo, calificar al grupo y promover dinámicas de autoconocimiento. Posteriormente, se desarrollaron talleres interactivos quincenales para la realización de actividades lúdicas y motivacionales en este CAPS. Además, se desarrollaron acciones a distancia desde la página en Instagram (@mentesbrilhantes_unifal), en las que se abordaron temas relacionados con la salud mental por medio de la interactividad con la audiencia virtual. Según los resultados, se celebraron 38 talleres en el CAPS, 62 reuniones presenciales, 14 reuniones virtuales y 60 visitas a domicilio. Además, se ayudó a 177 grupos familiares con la donación de cestas de alimentos y kits de higiene personal y prevención al COVID-19. Además, se completaron 147 diarios de campo al final de los talleres. A partir de esta encuesta se constató el interés de los asistidos por los talleres en 140 diarios (95,2%); el 89,8% de los documentos definieron las metodologías utilizadas en las actividades como satisfactorias; 26 informes (17,7%) hablaron de la dispersión de los asistidos; 22 (15%) destacaron la dificultad de los académicos para interactuar con los usuarios; 48 (32,7%) mostraron que “la interacción con los asistidos” fue lo que más apreciaron los académicos; y 84 (57,1%) mostraron que los usuarios tuvieron una actitud desinhibida durante el abordaje. Así, el proyecto “Mentes Brillantes” contribuyó al desarrollo y aprendizaje de los usuarios del CAPS, actuando en los lechos de los hogares de estas personas, especialmente durante el periodo de pandemia ocurrido en 2020. A través de las acciones dirigidas a los vehículos virtuales se proporcionó la popularización de la información, de modo que las redes sociales sirvieron como promotores de la salud mental para la comunidad. Por último, el proyecto proporcionó una amplia experiencia extramuros a los estudiantes participantes, mejorando sus conocimientos técnicos y científicos, estimulando su desarrollo humanístico y agudizando su sentido crítico y social.

Palabras clave: Trastornos mentales. Servicios de salud mental. Salud pública. Universidad y Comunidad. Promoción de la salud.

INTRODUÇÃO

Durante toda sua trajetória, a doença mental deparou-se com diversos cenários e, por muito tempo, o cuidado com pacientes em sofrimento psíquico se manteve longe de ser o ideal. Desde o século II a.C. a premissa para o tratamento das enfermidades mentais se baseava no internamento. No Renascimento, por volta do século XVI, loucos eram aprisionados junto à ladrões, prostitutas e réus. Nessa época surgiam “casas de correção”, que abrigavam não só os doentes mentais como também pobres e indigentes. Mediante a esse histórico de maus-tratos não havia uma preocupação em identificar os transtornos mentais como doenças psíquicas, pelo contrário, mantinha-se uma cultura de desintegração do doente na sociedade (Azenha, 2014).

Não obstante, o Brasil acompanhou essa cultura, mantendo o encarceramento em manicômios. Somente no século XIX, mais especificamente entre as décadas de 1970 e 1980, o país iniciou alterações estruturais significativas, reconhecidas historicamente num contexto denominado “Reforma Psiquiátrica” (Amarante, 1995). Adjacente à essa mudança, hospitais psiquiátricos foram substituídos por programas de atenção à saúde mental, como alas psiquiátricas em hospitais, atendimento psiquiátrico em Unidades Básicas de Saúde, Unidades de Saúde da Família e os Centros de Atenção Psicossociais (CAPS) (Hirdes, 2009). Nesse contexto, os CAPS surgiram com o designo de reabilitar e reintegrar o paciente psiquiátrico à sociedade, findando com o modelo de acolhimento asilar que perdurou por tanto tempo como referência no país (Leão; Barros, 2011).

O Ministério da Saúde definiu os CAPS como espaços de atendimento de atenção básica, integrados ao Sistema Único de Saúde, que visam a desospitalização de pacientes com transtornos mentais graves e persistentes, cuidando da demanda dessa população com visão multidisciplinar (Brasil, 2015). Assim os CAPS foram organizados em diferentes modalidades, as quais se diferenciam pela composição da equipe, pelos horários de atendimento e pelo público abordado. A modalidade CAPS I assiste pacientes com transtornos mentais graves e persistentes, incluindo aqueles relacionados ao uso de substâncias psicoativas, e é indicada para localidades com menos de 15 mil habitantes, enquanto o CAPS II é recomendado para regiões acima de 70 mil habitantes. O CAPS III é planejado para municípios com alta demanda, sendo a população acima dos 150 mil habitantes. Ademais, outras modalidades também se apresentam, como o CAPSi, que é específico para crianças e adolescentes em sofrimento psíquico e o CAPSad, que atende todas as faixas etárias, mas se concentra em pacientes com distúrbios relacionados ao uso de crack, álcool e outras drogas, além de outras condições que os impossibilitem de experimentar uma vida social plena (Brasil, 2015). No entanto, apesar de toda essa complexidade organizacional, os CAPS ainda concentram seus métodos terapêuticos principalmente em atendimento clínico, ambulatorial e medicamentoso, deixando em segundo plano o propósito de estimular o desenvolvimento social e a reinserção do paciente em convívio com a família e em cidadania (Leão; Barros, 2011).

Dessa forma, o desenvolvimento de projetos de extensão a essa população de extrema vulnerabilidade veicula excelentes meios para avivar o convívio em cidadania, pois ao mesmo tempo que projetam em seus voluntários a ruptura de preconceitos, desenvolvem empatia e produzem benefícios quantificáveis na saúde. Ademais, especialmente na área da saúde, atividades extensionistas viabilizam a incorporação da Universidade em espaços pertencentes ao Sistema Único de Saúde, a exemplo do CAPS (Henington, 2005).

OBJETIVO

O presente artigo visa retratar as experiências extensionistas do projeto Mentes Brilhantes vivenciadas no CAPS de um município localizado no sul de Minas Gerais.

METODOLOGIA

O Projeto de Extensão “Mentes Brilhantes” surgiu após ser evidenciada a necessidade de maior atenção à população com transtornos mentais da cidade de Alfenas/MG. Inicialmente foram realizadas reuniões com a equipe que compõe o CAPS II, de modo a esclarecer os objetivos do projeto, entender quais as maiores demandas do grupo e como as ações seriam benéficas naquele momento. Após essa etapa, estabeleceu-se que seriam desenvolvidos encontros quinzenais *in loco*, além de visitas domiciliares nas residências dos assistidos. Em seguida, o projeto foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa em Seres Humanos da Universidade Federal de Alfenas, conforme parecer de nº1.366.120. Por fim, a partir do processo de construção das práticas organizacionais, foram desenvolvidas estratégias com o intuito de proporcionar melhor qualidade de vida a esse público.

Assim, os processos seletivos foram idealizados e organizados por toda a equipe, a partir de dinâmicas correlacionadas às situações enfrentadas no cotidiano do CAPS e das visitas nos núcleos familiares. Para capacitar os discentes, foram realizadas reuniões quinzenais, com duração média de duas horas, abordando temas pertinentes ao cuidado da saúde mental. Ao longo dos quatro anos do projeto, conteúdos foram debatidos e a equipe recebeu diversos *experts* na área. Como método auxiliar de aprendizado, os acadêmicos também assistiram a filmes abordando essa temática e fizeram análises críticas e reflexivas a partir da leitura de artigos científicos. Além disso, nas reuniões de equipe foram feitos alinhamentos conceituais contínuos de grupo para a organização das oficinas quinzenais e das demais atividades.

Outra importante vertente do projeto foi à atenção com a saúde mental de seus próprios integrantes, tendo em vista que o meio acadêmico sobrecarrega os discentes com diversas atribuições e isso favorece o surgimento de condições como a ansiedade, o estresse e a depressão. Não obstante, é de suma importância que os universitários estejam mentalmente preparados para atuarem frente aos desafios apresentados no CAPS e nos núcleos familiares durante as visitas domiciliares. Para tanto, nas reuniões foram propostas dinâmicas de incentivo ao autoconhecimento e também terapias comunitárias integrativas (TCI), nas quais os membros conversavam sobre seus sentimentos e aproveitavam de um ambiente acolhedor e empático.

Para a execução das oficinas quinzenais no CAPS de Alfenas-MG foram propostas atividades com o intuito de praticar a habilidade motora e cognitiva dos usuários, bem como estimular o contato visual, verbal, afetivo e propiciar conhecimentos de conteúdos culturais aos pacientes.

Quadro 1. Exposição de algumas oficinas executadas pelo projeto “Mentes Brilhantes”

Nome da Oficina	Metodologia
Convivência limpa	Roda de conversa sobre a temática referente à higiene geral e oral. Em seguida foram expostas várias formas de autocuidado nesse contexto.
Vestindo a camisa	Apresentação sobre os cuidados com a higiene das roupas e a importância da troca periódica das vestimentas. Em seguida realizou-se uma atividade lúdica com máquina de lavar de papelão e varal.
Xô Lixo	Abordagem dos assuntos "como faxinar a casa" e "compulsão por acumular objetos". Ao final, todos dançaram a música "vou varrendo".
Master Chef da Saúde	Roda de conversa sobre nutrição saudável e sua relação com algumas doenças como a diabetes, hipertensão e cárie dentária. Em seguida, houve a distribuição de alimentos saudáveis aos usuários.
Drogas: estou vencendo	Exposição de multimídia que abordou sobre os efeitos das drogas e os benefícios da interrupção do vício. Para reforço do assunto foram propostas atividades com desenhos, pintura e músicas.
Caixa reveladora	Uma caixa repleta de roupas e acessórios como chapéu, óculos e enfeite de cabelo ficou disponível para que cada usuário usasse na oficina, de forma a incentivar o autocuidado.
Montando a árvore familiar	Cada paciente colou em sua cartolina figuras que remetessem a seus entes queridos. Posteriormente, todos apresentaram sua família.
Sorria! Você está sendo amado!	Abordou-se o tema da importância da saúde bucal. Os acadêmicos levaram macromodelos de boca, escova dental, creme dental e fio dental, para ensinar a prática do cuidado com a saúde bucal.
Dose certa!	Foram expostas formas adequadas do uso de medicamentos, riscos da automedicação ou não uso dos fármacos. Também abordaram a desmistificação do caráter negativo dos profissionais de saúde.
Conhecendo Santos Dummont e Leonardo da Vinci	Bate papo entre usuários e acadêmicos sobre Santos Dummont e Leonardo da Vinci. Posteriormente, foram confeccionados aviões de papel e cartazes para pintura das obras de Da Vinci.
Brasil e sua História	Projeções em multimídia evidenciaram as diferenças regionais entre o Brasil. Os acadêmicos motivaram os assistidos a comentarem as características de suas regiões de origem.
Dia de Relaxar	Um fisioterapeuta orientou sobre as formas posturais adequadas e promoveu técnicas de alongamento com o grupo.
Conhecendo o corpo humano	Foram dispostos modelos anatômicos para identificar o nome de cada órgão do corpo humano e especificar sua função.

Fonte: elaborado pelos autores.

O quadro 1 representa um breve compilado de algumas oficinas desenvolvidas durante o período de vigência do projeto. Cabe salientar que inúmeras outras ações foram desempenhadas no CAPS a fim de estimular os pacientes a um melhor convívio com os universitários e a equipe multidisciplinar atuante, além de promover maior interação social entre os usuários. Ademais, essas atividades propuseram dinamizar o contato, permitir uma enriquecedora troca de informações e incentivar a exteriorização, a partir de atividades artísticas e lúdicas, os sentimentos e dilemas desse público.

A oficina relacionada à temática “Dia de se descobrir: quem é você?” estimulou uma roda de conversa em que cada participante se apresentou e conheceu os demais. Uma outra proposta foi o “Dia do circo: imaginação vira mágica”, em que todos se caracterizaram com nariz de palhaço, pintura de rosto e fantasias. O espaço foi decorado na temática do circo e por meio de multimídia foram projetados espetáculos circenses, brincadeiras e mágicas. Ao final os usuários receberam pipoca e gelatina. Outra oficina foi

a “Vamos Plantar?”, em que acadêmicos e pacientes fizeram o plantio de inúmeras mudas de hortaliças em garrafas PET decoradas, configurando ao final uma horta vertical.

Figura 1. Em (A) e em (B) imagens da oficina “Dia do circo: imaginação vira magia” e em (C) e (D) imagens da Oficina “Vamos plantar?”



Fonte: elaborado pelos autores.

A oficina “Banho de Amor Próprio” abordou a importância da higiene corporal eficiente e do uso consciente de água e energia elétrica. No “Dia da Realeza” uma dinâmica com dois grupos (masculino e feminino) explorou assuntos relacionados à saúde e sexualidade. Na oficina “Corrida pela Vida” uma educadora física enfatizou a importância das atividades físicas. Após essa oficina, realizou-se uma “Gincana” com atividades como corrida de saco, corrida de colher com ovo, flexões, danças, jogos de dama e truco. Outra temática importante abordada em uma oficina foi “O que vamos tomar?”, em que se discutiu sobre temas pertinentes à medicamentos e a automedicação. Na oficina “Na Linha da Saúde Bucal” abordou-se a respeito de higiene oral e técnicas de escovação e higienização. Nessa oficina também foram distribuídos aos pacientes kits “Boca Boa”, contendo escova, creme e fio dentais, além de panfletos informativos abordando sobre cuidados com a saúde bucal (Figura 2).

Figura 2. Panfleto informativo sobre saúde bucal direcionado aos usuários do CAPS

“Quem não possui dentes, precisa escovar a dentadura?”

SIM! Se deixarmos de fazer a limpeza das dentaduras após as refeições e antes de dormir, pode haver a formação de placa sobre essas próteses e trazer prejuízos para quem as usa. Por isso, devemos escovar a dentadura por dentro e por fora, com o auxílio de uma escova de cerdas duras com sabão de coco ou neutro, para prevenir mau hálito e candidoses (popularmente chamado de “sapinho”). A cada 4 dias, coloque as próteses totais (sem metal) dentro de um recipiente com 200ml de água (equivalente a um copo americano cheio) com uma colher de sopa de água sanitária por 10 minutos.



Escovar só a dentadura é suficiente?

Não. Temos que lembrar que a dentadura fica dentro da boca, e por isso a cavidade bucal também deve estar limpa. Então, é necessário que se escove a boca e a língua, com uma escova de cerdas macias junto com um creme dental.

Posso dormir usando minha dentadura?

Não. Para dormir é preciso retirar a dentadura de dentro da boca para descansar o osso e a gengiva (reborço alveolar). O ideal é que se coloque a dentadura dentro de um recipiente contendo água.

O cuidado com a saúde bucal proporciona uma melhor saúde sistêmica.

Os pacientes psiquiátricos estão mais vulneráveis a desenvolver lesões estomatológicas. Por isso é de extrema importância visitar frequentemente o cirurgião-dentista e estar atento a possíveis alterações bucais.



@mentesbrilhantes_unifal




MENTES Brilhantes

O cuidado com a saúde bucal em pacientes psiquiátricos

Colaboradores
 Profa. Dra. Daniela Coelho de Lima
 Prof. Dr. Leandro Araújo Fernandes

Participantes
 Acadêmicos da UNIFAL-MG

O cuidado com a saúde bucal em pacientes psiquiátricos

Conhecendo o Mentes Brilhantes

O projeto desenvolve oficinas no CAPS, visando a promoção e prevenção de agravos à saúde mental. Busca-se trabalhar com ações que envolvam a saúde física, o estado psicológico, o nível de independência e os relacionamentos sociais. A abordagem desses quesitos está dentro de um amplo conceito de qualidade de vida, relacionada a percepção do indivíduo a respeito de cultura e do sistema de valores em que ele vive, em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações.

Conhecendo o CAPS

O Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) é um serviço de atendimento às pessoas com limitações associadas à saúde mental e com problemas decorrentes do uso de drogas lícitas e ilícitas. Ademais assiste indivíduos que queiram participar dos grupos terapêuticos a fim de reinseri-los no convívio social, oferecendo apoio e atenção nos mais diferentes setores da vida.

Drogas/Álcool/Tabaco X Saúde Bucal

Além de prejudicar a saúde em geral, o uso dessas substâncias pode desencadear lesões cancerígenas na mucosa oral. O hábito de fumar também pode provocar o aparecimento de doenças na gengiva.



Cuidados com a saúde bucal

Uma boa saúde bucal é essencial para uma saúde geral de qualidade. Cuidar dessa região do corpo é muito importante para evitar várias enfermidades. Os dentes são extremamente importantes, pois auxiliam na mastigação, fala e estética. Quando cuidamos dos nossos dentes deixando-os saudáveis e harmônicos, melhoramos não só nossa saúde bucal, mas também nossa autoestima, a qual reflete praticamente em todos os aspectos da vida.



Interação medicamentosa e reflexo na boca

Alguns medicamentos como antipsicóticos, antidepressivos e lítio podem causar uma baixa produção de saliva provocando uma secura na boca. Isso pode ocasionar várias doenças bucais, como cárie, gengivite, inflamações e feridas na boca e alterações na língua. A saliva funciona como um “agente de limpeza” e atua na remineralização dos dentes (proteção). Em alguns casos é aconselhado utilizar saliva artificial para minimizar os danos ocasionados por estes medicamentos.

Formas adequadas de cuidar da boca

Para mantermos nossos dentes saudáveis é necessário escovarmos sempre após as refeições e utilizar o fio dental pelo menos uma vez ao dia. É importante higienizar a língua para remover os alimentos que ficam aderidos sobre ela. Segue abaixo uma ilustração de como deve ser realizada uma escovação adequada com movimentos de vai e vem, circulares e de forma repetitiva.



O ideal é utilizar uma escova dental de cerdas macias e com movimentos suaves. A força pode provocar problemas para a gengiva como o sangramento espontâneo. Cada pessoa deve ter a sua própria escova de dentes e a mesma não pode ser compartilhada. É importante armazenar a escova de dente, após o uso, em um local protegido de contaminações, como dentro de armários de banheiros com porta escovas ou protetores de cerdas das escovas.



O esquema acima orienta as formas corretas de utilizar o fio dental.

Fonte: elaborado pelos autores

Em “Dia do Boomerang (Faço pra mim, volta pra mim)” foram oferecidas ações como corte de cabelos, unhas, e barbas, estímulo ao banho, pinturas de unhas e maquiagens. Nos “Jogos Mímicos” os usuários se dividiram em grupos e realizaram uma competição de mímica. No “Dia de Pintar e Bordar” os acadêmicos levaram cartolinas, tintas, lápis de cor e cada usuário confeccionou seu cartaz. Na oficina “Giro pelo mundo: todos os reinos da natureza” foram propostos jogos de reconhecimento para os usuários identificarem elementos do meio ambiente. Em “Ler e escrever: vamos montar palavras” foram confeccionadas letras do alfabeto e os pacientes elaboraram palavras e frases motivacionais a serem expostas no CAPS. Na oficina “Na nossa novela mandamos nós!” estimulou-se o trabalho artístico e a exteriorização das emoções por meio de músicas, declamação de poesias, danças e atuações teatrais. Por fim, em “Liberdade é liberdade, reciclagem vira batuque” todos fizeram sons e músicas com instrumentos musicais e com objetos de reciclagem.

Figura 3. Acadêmicos e usuários interagindo durante oficinas no CAPS



Fonte: elaborado pelos autores.

Ao final de cada oficina foram distribuídos aos discentes participantes da atividade o diário de campo, a fim de que deixassem as impressões de cada encontro e uma avaliação individual de sua vivência, no intuito de aprimorar as ações e realizar uma análise reflexiva sobre os pontos críticos.

Além das oficinas, o projeto “Mentes Brilhantes” realizou também visitas domiciliares aos núcleos familiares dos usuários integrantes do CAPS de Alfenas/MG. Essa atividade teve como objetivo o contato próximo da equipe com a realidade dos pacientes, tendo em vista que, em sua maioria, esses atores fazem parte de uma população carente e marginalizada. Cada visita foi executada por dois acadêmicos e o bolsista e, em cada residência, foi proposto o preenchimento de um roteiro investigativo por meio de entrevista com o responsável pelo paciente psiquiátrico. Após esse encontro cada um dos acadêmicos envolvidos preenchiam o diário de campo correspondente às suas “impressões” sobre o leito domiciliar.

O projeto “Mentes Brilhantes” também organizou diversos momentos comemorativos junto aos usuários e funcionários do CAPS, como por exemplo passeatas em prol à luta antimanicomial, festas Juninas e Natalinas. Nesse âmbito, pode-se recordar a atividade de confraternização, intitulada “Natal no CAPS” (Figura 4). Como forma de celebrar essa data festiva, os membros do projeto se mobilizaram para organizar “in loco” uma ceia de Natal com a presença de adornos natalinos e comidas típicas. Ao final do evento todos os usuários, familiares e funcionários do CAPS foram presenteados com panetones.

Figura 4. Registros da confraternização do “Natal no CAPS”



Fonte: elaborado pelos autores.

Em 2020, devido ao cenário mundial de pandemia do vírus COVID-19, houve a impossibilidade de execução das atividades presenciais devido ao distanciamento social e ao remodelamento para ações virtuais. Diante disso, a equipe se rearticulou, trabalhando remotamente a partir de sua página no Instagram (@mentesbrilhantes_unifal). Nessa plataforma, explorou-se temas relacionados à saúde mental e aos desafios implicados pela necessidade do isolamento social, por meio de publicações informativas e recreativas. Para manter a interação direta com os pacientes do CAPS e seus familiares, a equipe também desenvolveu remotamente a ação “Corrente do Bem”, no intuito de angariar fundo orçamentário e convertê-lo em cestas básicas, kits de higiene pessoal e produtos de prevenção ao COVID-19 para os usuários e suas famílias.

RESULTADOS

O Projeto de Extensão Universitária “Mentes Brilhantes” iniciou em 2016 e vigorou suas ações até o ano de 2020. Inicialmente foram realizadas as pactuações com a Universidade Federal de Alfenas (UNIFAL-MG) e a Rede de Saúde Mental do respectivo município. Nesse período houve a apresentação do projeto à equipe multiprofissional atuante no CAPS, a fim de realizar uma análise da proposta apresentada pela academia. Após a aprovação para o desenvolvimento das ações, os membros foram capacitados por meio de reuniões de equipe e os materiais didáticos das oficinas no CAPS foram elaborados.

Durante os anos de 2016 a 2020, o projeto contou em sua totalidade, com 69 membros, entre eles 2 docentes coordenadores, que estiveram presentes durante todos os anos de execução, 3 discentes bolsistas, 52 discentes voluntários, 4 pós-graduandos e 8 docentes colaboradores, todos vinculados à UNIFAL-MG. No período exposto, o “Mentes Brilhantes” abordou um público de 278 pacientes. Além disso, foram realizadas 38 oficinas no CAPS com duração média de 2 horas, 62 reuniões presenciais e 14 virtuais (tabela 1).

Tabela 1. Compilado numérico de pacientes abordados, oficinas, reuniões, visitas domiciliares e entrega de cestas realizadas pelo projeto de 2016 a 2020

Anos	Pacientes abordados	Número de Oficinas no CAPS	Número de Reuniões Presenciais e Virtuais	Número de visitas domiciliares	Número de cestas básicas entregues
2016	0	0	12	0	0
2017	50	14	14	13	13
2018	60	14	21	16	16
2019	75	10	15	18	18
2020	93	0	14	13	130
Total	278	38	76	60	177

Fonte: elaborado pelos autores.

Durante o período de 2016 a 2019 foram preenchidos 147 diários de campo ao final das oficinas. A partir desse levantamento foi registrado interesse dos assistidos pelas oficinas em 140 diários (95,2%). Para mais, viu-se que em 95,9% dos relatos a atividade proposta foi realizada e a maioria definiu suas metodologias como satisfatórias (89,8%

dos diários). No questionamento a respeito das vivências durante a abordagem, 26 relatos (17,7%) disseram sobre os assistidos estarem dispersos e 22 (15%) destacaram a dificuldade dos acadêmicos em interagir com os usuários. Não obstante, em 84,4% dos arquivos os acadêmicos observaram que o ambiente do CAPS estava calmo e 83,7% dos documentos continham a opinião de que os profissionais do local foram colaborativos durante a organização das atividades. Além disso, 61,9% dos diários afirmavam que os assistidos ficaram interessados na oficina (tabela 2).

Tabela 2 – Frequência dos diários de campo relacionados aos benefícios da abordagem das oficinas no CAPS

Benefícios da abordagem das oficinas		
	n	%
Assistidos entenderam as atividades	16	10,9
Assistidos expressaram sentimentos	24	16,3
Assistidos ficaram interessados na oficina	91	61,9
Foram transmitidos conhecimentos aos assistidos	7	4,8
O encontro foi tranquilo	2	1,4
Reconhecimento de características dos assistidos	2	1,4
Outros	5	3,4
Total	147	100,0

Fonte: elaborado pelos autores.

No que tange à percepção da equipe em relação às oficinas, em 63,3% dos diários os acadêmicos alegaram ter boa interação com o grupo. Além disso, em 48 registros (32,7%) os alunos comentaram que “a interação com os assistidos” foi o que eles mais apreciaram (tabela 3) e 8,8% dos diários continham a informação de que “ver os problemas psicológicos de um ou mais assistidos” foi o que os integrantes do projeto menos estimaram. Por fim, os registros evidenciaram que os usuários apresentaram atitude desinibida (57,1%); expansiva (20,4%); indiferente (19,7%); e jocosa (27,2%).

Tabela 3. Frequência dos diários de campo relacionados aos acontecimentos mais apreciados durante as oficinas do CAPS

“Eu mais gostei...”		
	N	%
Da alegria dos assistidos	13	8,8
Da participação dos assistidos	70	47,7
Das atividades desenvolvidas	14	9,5
Do ambiente	2	1,4
De estar no CAPS novamente	2	1,4
De tudo	2	1,4
Não relatado	44	29,9
Total	147	100

Fonte: elaborado pelos autores.

Ademais, foram efetivadas 60 visitas domiciliares e entregues 177 cestas básicas às famílias, juntamente com o panfleto informativo contemplando orientações de cuidados com a saúde bucal. Durante as visitas, coletaram-se informações importantes dos pacientes e de seu grupo familiar, a partir de entrevistas desempenhadas com os responsáveis pelos usuários.

Reconhecida a situação de vulnerabilidade da maioria das residências durante a execução das visitas domiciliares, entre 2017 e 2020 foram entregues cestas básicas às famílias dos assistidos (Figura 5 C e 5

D). Para tanto, foram realizados eventos sociais promovidos pela equipe do projeto, a qual buscou mobilizar a comunidade externa evidenciando as necessidades dos leitos familiares e sensibilizando a população a colaborar na arrecadação de alimentos e recursos financeiros posteriormente destinados às famílias.

Figura 5. Em (A) e (B) Entrega de cesta básica no leito domiciliar e em (C) e (D) Aplicação de inquérito investigativo durante a visita domiciliar



Fonte: elaborado pelos autores.

Durante o ano de 2020 ocorreu o desenvolvimento de uma ação solidária denominada “Corrente do Bem”, com a iniciativa de angariar recursos financeiros para a doação de cestas básicas e kits de higiene pessoal e de prevenção ao Corona Vírus. Os kits continham máscaras de tecido, frascos de álcool gel, sabonetes, escovas de dentes, cremes dentais e fios dentais, além de um panfleto informativo a respeito da prevenção ao COVID-19. Para o desenvolvimento da ação, inicialmente a equipe elaborou um vídeo interativo de apresentação da atividade e o divulgou para seus contatos diretos e nas redes sociais, como forma de sensibilizar o público a colaborar com a ação. Com essa mobilização foi possível abranger 43 famílias de usuários do CAPS por meio da doação dos itens angariados. Para dar continuidade à movimentação foi apresentada uma “Live Show”, transmitida Ao Vivo pela plataforma do Youtube, a qual recebeu o apoio de diversos patrocinadores (Figura 6 A e B). A partir desse evento houve a arrecadação de 50 cestas básicas. Ademais, essa ação promoveu um entretenimento à comunidade externa que colaborou positivamente no cuidado da saúde mental desse público. Assim, dentro da “Corrente do Bem” foram utilizadas estratégias de enfrentamento aos problemas provenientes da pandemia e foi possível o apoio direto ao público-alvo assistido no CAPS de Alfenas-MG.

Figura 6. Em (A) Panfleto de divulgação da “Live Show Solidária” e em (B) Equipe organizadora do evento



Fonte: elaborado pelos autores.

Ainda como forma de enfrentamento da pandemia do COVID-19, o projeto investiu na plataforma do Instagram, apresentando conteúdos informativos e propondo fontes de entretenimento saudável ao público, bem como fomentando estratégias para angariar fundos para suas ações solidárias. Para tanto, elaborou-se conteúdos contendo dicas de filmes e séries, receitas culinárias, técnicas de respiração e yoga e dicas de cursos online gratuitos. Uma coletânea com infográficos sobre diversos Transtornos Mentais também foi disponibilizada para os seguidores da página, abordando temas sobre estresse, ansiedade, transtorno obsessivo compulsivo (TOC), dependência química, depressão, bipolaridade, esquizofrenia e síndrome do pânico. Ainda com intuito esclarecedor, houve LIVES com as emblemáticas “Como cuidar da saúde mental na quarentena”, “Terapia é para qualquer pessoa”, “Extensão Universitária e o impacto na formação acadêmica” e “Inteligência emocional”. Também foi proposto um “Show de Talentos”, na qual os

seguidores enviavam vídeos com um tempo médio de 2 minutos para divulgar seus talentos virtualmente. Ademais, foi desenvolvida uma atividade intitulada “Terapia de Vida”, a qual promoveu a exposição de fotos que ilustravam ações que o público virtual desenvolveu como método terapêutico durante a quarentena. Ambos os eventos foram veículos de entretenimento e aproximação entre os expectadores da página.

DISCUSSÃO

O paciente com transtorno mental é estigmatizado pela sociedade e é constantemente rejeitado quando se coloca diante das relações humanas. Assim em muitos momentos esse indivíduo é caracterizado como incapaz de produzir, trabalhar e se comunicar, classificando a sua alteração mental como uma condição animalesca que não faz parte das patologias humanas. Esses fatos reiteram o quanto a prática da inserção social preconizada pelo CAPS é fundamental, uma vez que visa traçar planos para a incorporação do usuário em sociedade, mesmo que diante de uma cultura que ainda visualiza este indivíduo como incapaz. Dessa forma, é por meio da reabilitação psicossocial que o usuário do CAPS trabalha suas habilidades, buscando a convivência em família, na comunidade e no mercado de trabalho e, por fim, se reinserindo socialmente (Paranhos-Passos; Aires, 2013; Leão; Barros, 2011).

Nesse sentido, as oficinas terapêuticas são excelentes ferramentas direcionadas a atenção psicossocial, pois oportunizam a socialização, a expressão artística e o autocuidado de indivíduos com transtornos mentais. Além disso, a partir de produções artísticas desenvolvidas em oficinas o paciente é capaz de expressar suas emoções, de relembrar seu passado e de reconstruir seu futuro. Não obstante, a organização dessas oficinas estimula a sociabilização dos assistidos do CAPS, permitindo o convívio social e a criação de vínculos com seus semelhantes (Ribeiro; Sala; Oliveira, 2008; Ibiapina et al., 2017).

Comumente identifica-se que indivíduos com transtornos psiquiátricos apresentam debilidade em seu autocuidado. A dificuldade em manter a higienização geral e bucal pode acarretar doenças causadas por contaminações infecciosas e perda de autoestima (Almeida et al., 2015). Em seu relato de experiência, Oliveira (2014) citou que atitudes empáticas como ensinar sobre o cuidado com as unhas, cabelos e roupas permitiram tanto a interação dos pacientes quanto a melhoria no seu processo de autocuidado. Tais fatos vão ao encontro da estratégia utilizada pelo nosso projeto, o qual desenvolveu oficinas abordando temáticas como o cuidado com a vestimenta, a prática de exercícios físicos e a atenção à higienização dos ambientes domésticos. Não obstante, foi constantemente discutido sobre saúde pessoal e oral, concomitantemente à entrega de kits de higiene bucal e panfletos informativos.

Outras estratégias de enfrentamento como a religiosidade, a emoção e a família são ferramentas que podem se aliar ao tratamento psicoterápico (Lima; Ferreira, 2018). O núcleo familiar, em particular, configura o principal grupo de apoio ao indivíduo com transtorno mental, pois os membros da família são capazes de ofertar apoio, segurança e cuidados ao paciente, afastando-o do modelo de intervenção baseado na internação. Essa atenção diferenciada auxilia positivamente em sua ressocialização, sua recuperação e na diminuição de suas recaídas (Navarini; Hirdes 2008; Borba; Schwartz; Kantorski, 2008; Pereira; Pereira Jr., 2003). No entanto, de acordo com Borba; Schwartz; Kantorski, (2008), é preciso atentar-se ao fato de que a presença do transtorno mental nos lares

interfere diretamente na dinâmica da família e pode sobrecarregar os cuidadores, tanto do ponto de vista psicológico quanto financeiro. Sob essa perspectiva, o projeto “Mentes Brilhantes” preocupou-se em direcionar suas atividades não somente aos assistidos, mas também aos leitos familiares, colaborando para que a interação entre esses dois atores fosse cada vez mais saudável e positiva.

Apesar da importância do grupo familiar, em seu estudo, Paranhos-Passos e Aires (2013) relataram as dificuldades dos usuários do CAPS em interagirem com suas famílias. Muitos evidenciaram situações de preconceito e exclusão e, por conta disso, encontram no CAPS a oportunidade de receberem apoio, tratamento e convívio. Nesse local, eles podem desenvolver suas habilidades físicas e cognitivas e, por meio da convivência com os profissionais, aprendem sobre sua condição de saúde e são capazes de criar, juntamente a equipe multidisciplinar, estratégias de enfrentamento. Assim, o ambiente multidisciplinar proporciona mais do que auxílio ambulatorial: os usuários encontram nos profissionais uma segunda família, que os acolhem estimulando não só seu tratamento, mas também seu desenvolvimento pessoal. Esses relatos corroboram o nível de significância que os profissionais de saúde exercem sobre a vida de pacientes com transtornos psiquiátricos.

Além disso, a extensão na Universidade insere nesse espaço em particular a responsabilidade social dos futuros profissionais com a população externa, oferece oportunidade de voz aos indivíduos que compõem a sociedade e cria cenários que aproximam o acadêmico com a realidade de sua comunidade (Albuquerque et al., 2015). Assim, projetos de extensão que enfoquem na reabilitação psicossocial de indivíduos com transtornos mentais beneficiam não só esse grupo como também a comunidade universitária (Machado, 2013). No entanto, de acordo com Oliveira, Almeida Júnior e Silva (2016), é necessário que os extensionistas não só ultrapassem os muros da Universidade, mas recebam capacitação para que possam lançar mão de metodologias ativas durante o momento de transmissão do seu conhecimento técnico e científico para a comunidade.

No que tange ao contexto mundial refletido pela pandemia da doença do coronavírus em 2020, viu-se um avanço rápido do contágio por muitas culturas e nacionalidades. Como forma de minimizar os danos iminentes e controlar seu avanço, o cotidiano da população foi drasticamente transformado por meio da necessidade de isolamento social e inúmeras políticas públicas e sanitárias se fizeram presentes. Apesar dos esforços, tais ações continuaram não alcançando as comunidades periféricas com a mesma eficiência. O impacto da pandemia nas regiões com alta densidade populacional e com condições sanitárias precárias foram negativamente memoráveis (Cruz et al., 2020). Tais dados corroboram a relevância da atividade extensionista desempenhada pelo “Mentes Brilhantes” como importante meio para a promulgação de informações sobre saúde e apoio a comunidades mais afetadas.

Além disso, a necessidade de readaptação frente à pandemia do COVID-19 e o sentimento de vulnerabilidade diante de um momento de crise social foram responsáveis por impactar negativamente o psicológico dos indivíduos e seus relacionamentos interpessoais. Tendo em vista que, em situações de epidemias globais, o número de pessoas afetadas psicologicamente é maior que o número de mortes, o cenário abriu margem para que assuntos envolvendo o cuidado com a saúde mental fossem pautados como prioridades (Faro et al., 2020).

Dessa forma, notou-se então um amplo potencial da internet enquanto ferramenta positiva para promover saúde mental durante o período pandêmico, principalmente entre a população jovem. Tal grupo frequentemente utiliza redes sociais para buscar conteúdos relacionados ao tema, sendo esse um veículo acessível e que pode ser adaptado às necessidades do público, haja vista sua versatilidade. Assim, as mídias tornaram-se grandes aliadas na prevenção de desordens mentais como a depressão, ansiedade e a automutilação, condições visualizadas em 10 a 20% dos adolescentes (O'Reilly et al., 2019). Ressalta-se assim, o impacto positivo da utilização das mídias visando o compartilhamento de conteúdo que remeta ao cuidado psicológico e a manutenção da saúde mental, principalmente em tempos adversos.

Assim por intermédio das ações extensionistas do referido projeto, foi possível oportunizar aos discentes envolvidos experiências e conhecimentos para a formação acadêmica, propiciando aos mesmos uma interação direta com a comunidade, estimulando-os a refletirem quanto ao seu papel social como profissional e também humanístico e cidadão.

CONCLUSÕES

A partir do projeto “Mentes Brilhantes”, foi possível contribuir para o aperfeiçoamento dos pacientes do CAPS, estimulando suas habilidades motoras e cognitivas, o contato visual, verbal e afetivo, além de propiciar conhecimentos em conteúdos culturais e entretenimento saudável. Não obstante, foi possível imergir nos leitos domiciliares, de forma a investigar suas condições de vida e contribuir significativamente com cada integrante do grupo familiar, principalmente durante o período pandêmico enfrentado em 2020.

No que diz respeito às atividades remotas, a equipe desse projeto extensionista alcançou inúmeros indivíduos e colaborou com a popularização de informações, atuando como importante promotora de saúde mental e retornando seus conhecimentos em prol à comunidade.

Em relação aos graduandos integrantes do projeto, houve um extenso aprendizado e desenvolvimento pessoal. Os acadêmicos tiveram a oportunidade de aguçar seu senso crítico e social, vivenciaram os desafios do trabalho em equipe e aprimoraram seus conhecimentos acerca da Saúde Pública e Coletiva. Acredita-se que esses feitos só foram possíveis devido à experiência extramural proporcionada pelo projeto “Mentes Brilhantes”.

AGRADECIMENTOS

Os autores agradecem o acolhimento dos assistidos e funcionários do CAPS, bem como sua confiança para que pudessemos realizar as oficinas terapêuticas. Nossa gratidão também aos familiares que nos acolheram em suas residências em nossas visitas domiciliares. Agradecemos o empenho e dedicação dos acadêmicos envolvidos na execução das ações. E por fim, agradecemos à Pró-Reitoria de Extensão da UNIFAL/MG por todo apoio logístico e orçamentário.

SUBMETIDO EM: 28/06/2021

ACEITO EM: 04/11/2024

REFERÊNCIAS

- ALBUQUERQUE, Guilherme Souza Cavalcanti de *et al.* Integração ensino/serviço/comunidade: a extensão como constituinte orgânico da formação universitária. Relato de experiência. **Revista Ciência em Extensão**, [São Paulo], v. 11, n. 2, p. 151-160, 2015. Disponível em: https://ojs.unesp.br/index.php/revista_proex/article/view/1144. Acesso em: 10 maio 2021.
- ALMEIDA, Ligia Maria de *et al.* Promoção do autocuidado da pessoa em sofrimento psíquico. **Revista Enfermagem Digital Cuidado e Promoção da Saúde**, [Recife], v. 1, n. 2, p. 66-70, jul./dez. 2015. Disponível em: <https://cdn.publisher.gn1.link/redcps.com.br/pdf/v1n2a03.pdf>. Acesso em: 10 maio 2021.
- AMARANTE, Paulo (coord.). **Loucos pela vida: a trajetória da reforma psiquiátrica no Brasil**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 1995.
- AZENHA, Sônia Soraia Dias. O internamento compulsivo e a representação da doença mental: percurso histórico. **Arquivos de Medicina**, [Porto], v. 28, n. 2, p. 54-60, 2014. Disponível em: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0871-34132014000200005. Acesso em: 10 maio 2021.
- BORBA, Letícia de Oliveira; SCHWARTZ, Eda; KANTORSKI, Luciane Prado. A sobrecarga da família que convive com a realidade do transtorno mental. **Acta Paulista de Enfermagem**, [s. l.], v. 21, n. 4, p. 588-594, 2008. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-21002008000400009&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 10 maio 2021.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Centros de Atenção Psicossocial e Unidades de Acolhimento como lugares da atenção psicossocial nos territórios**: orientações para elaboração de projetos de construção, reforma e ampliação de CAPS e de UA. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2015. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/centros_atencao_psicossocial_unidades_acolhimento.pdf. Acesso em: 10 maio 2021.
- CRUZ, Roberto Moraes *et al.* COVID-19: Emergência e impactos na saúde e no trabalho. **Revista Psicologia: Organizações & Trabalho**, [Brasília], v. 20, n. 2, p.1-3, abr./jun. 2020. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-66572020000200001. Acesso em: 10 maio 2021.
- FARO, André *et al.* COVID e saúde mental: a emergência do cuidado. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 37, e200074, p. 1-14, 2020. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2020000100507. Acesso em: 10 maio 2021.
- HENNINGTON, Élida Azevedo. Acolhimento como prática interdisciplinar num programa de extensão universitária. **Caderno de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 1, p. 256-

265, jan./fev. 2005. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0102-311X2005000100028&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 10 maio 2021.

HIRDES, Alice. A reforma psiquiátrica no Brasil: uma (re)visão. **Ciência & Saúde Coletiva**, [Rio de Janeiro], v. 14, n. 1, p. 297-305, 2009. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232009000100036. Acesso em: 10 maio 2021.

IBIAPANA, Aline Raquel de Sousa et al. Oficinas terapêuticas e as mudanças sociais em pacientes com transtorno mental. **Escola Anna Nery**, [Rio de Janeiro], v. 21, n. 3, e20160375, p. 1-8, 2017. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-81452017000300203. Acesso em: 10 maio 2021.

LIMA, Mayna Ferreira; FERREIRA, Cintia Bragheto. Estratégias de enfrentamento de pacientes com transtornos mentais. **Pesquisas e Práticas Psicossociais**, São João del Rei, v. 13, n. 2, p. 1-15, maio/ago. 2018. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-89082018000200007. Acesso em: 10 maio 2021.

LEÃO, Adriana; BARROS, Sônia. Inclusão e exclusão social: as representações sociais dos profissionais de saúde mental. **Interface: Comunicação, Saúde, Educação**, [Botucatu], v. 15, n. 36, p. 137-152, jan./mar. 2011. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-32832011000100011&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 10 maio 2021.

MACHADO, Verônica Moreno. A extensão universitária em documentos da Unemat: um conceito a ser construído. **Revista Conexão UEPG**, Ponta Grossa, v. 9, n. 2, p. 196-207, jul./dez. 2013. Disponível em: <https://revistas2.uepg.br/index.php/conexao/article/view/5306>. Acesso em: 10 maio 2021.

NAVARINI, Vanessa; HIRDES, Alice. A família do portador de transtorno mental: identificando recursos adaptativos. **Texto & Contexto Enfermagem**, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 680-688, out./dez. 2008. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-07072008000400008&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 10 maio 2021.

O'REILLY, Michelle O et al. Potential of social media in promoting mental health in adolescents. **Health Promotion International**, [s. l.], v. 34, p. 981-991, 2019. Disponível em: <https://academic.oup.com/heapro/article-abstract/34/5/981/5061526>. Acesso em: 10 maio 2021.

OLIVEIRA, Franklin Learcton Bezerra de; ALMEIDA JÚNIOR, José Jailson de; SILVA, Maria Leonor Paiva da. Percepção dos acadêmicos em relação às dificuldades no desenvolvimento de projetos de extensão universitária. **Revista Ciência em Extensão**, [São Paulo], v. 12, n. 2, p. 18-25, 2016. Disponível em: https://ojs.unesp.br/index.php/revista_proex/article/view/1234. Acesso em: 10 maio 2021.

OLIVEIRA, Maria de Fatima Martins de. **Oficina terapêutica**: instrumento de estímulo para a sociabilização e autocuidado dos pacientes do centro de atenção psicossocial. 2014. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Linhas de Cuidado em Enfermagem - Opção Atenção Psicossocial) - Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis, 2014.

PARANHOS-PASSOS, Fernanda; AIRES, Suely. Reinserção social de portadores de sofrimento psíquico: o olhar de usuários de um Centro de Atenção Psicossocial. **Physis Revista de Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 1, p. 13-31, 2013. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-73312013000100002&script=sci_abstract&tlng=pt. Acesso em: 10 maio 2021.

PEREIRA, Maria Alice Ornellas; PEREIRA JR, Alfredo. Transtorno mental: dificuldades enfrentadas pela família. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 37, n. 4, p. 92-100, 2003. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342003000400011. Acesso em: 10 maio 2021.

RIBEIRO, Lorena Araújo; SALA, Arianne Lianara Brito; OLIVEIRA, Alice Guimarães Bottaro de. As oficinas terapêuticas nos centros de atenção psicossocial. **Revista Mineira de Enfermagem**, [Belo Horizonte], v. 12, n. 4, p. 512-522, out./dez. 2008. Disponível em: <http://www.reme.org.br/artigo/detalhes/296>. Acesso em: 10 maio 2021.