

**TÍTULO:** ABRINDO A CAIXA: GRUPO DE ACOLHIMENTO E DEBATE EM SAÚDE MENTAL E PRODUÇÃO DE AUTOCUIDADO COM ESTUDANTES DE GRADUAÇÃO

**INTRODUÇÃO:** A Universidade é um ambiente repleto de potenciais estressores, que, segundo Carvalho (2020), gera um crescente sofrimento psíquico da comunidade acadêmica, necessitando, portanto, de ações que propiciem um local de debate acerca do que é a saúde mental e de como ela é afetada nesse contexto. **OBJETIVO:** O projeto “Abrindo a Caixa” objetiva oportunizar um espaço preventivo de acolhimento para estudantes de uma universidade federal, mostrando-lhes os serviços disponíveis na rede e facilitando um momento de apoio entre os presentes. Propicia-se, também, o reconhecimento de agravantes da saúde mental, contribuindo em posteriores intervenções a serem realizadas com o público-alvo em questão. **MÉTODO:** Para tal fim, realizam-se dois encontros grupais com os discentes, ocorrentes em semanas consecutivas: No primeiro momento, propõe-se um diálogo sobre o significado de saúde mental e uma indagação aos presentes sobre esse debate estar sendo realizado na universidade; No segundo momento, reserva-se um espaço para responder dúvidas sobre o que foi discutido anteriormente ou sobre questões pertinentes à saúde mental colocadas, no fim do primeiro encontro, pelos estudantes, em uma caixa, física ou virtual, visando realizar discussões baseadas no que foi evocado. **RESULTADOS:** Foram realizados, nos últimos 2 anos, 24 encontros com discentes de 12 cursos de graduação, tendo a participação de mais de 180 estudantes. Foi observada, ao longo do projeto, a carência de debates acerca da saúde mental dentro do contexto de ensino superior, mesmo quando os estudantes se mostram com sofrimento psíquico ou quando os próprios estudantes buscam ativamente por intervenções dentro do ambiente universitário. **CONCLUSÃO:** Esta experiência demonstrou a relevância da ampliação de um debate acerca dos temas que envolvem a saúde mental para os discentes universitários, englobando âmbitos e indivíduos diversos, de modo coletivo, além de gerar maior esclarecimento sobre o assunto e reflexões acerca de si e do seu entorno.

**REFERÊNCIAS:**

CARVALHO, José Jorge de et al. Sofrimento psíquico na universidade, psicossociologia e Encontro de saberes. **Sociedade e Estado** [online], v. 35, n. 01, pp. 135-162, 2020. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/s0102-6992-202035010007>>. Acesso em: 19 ago 2022.

**PALAVRAS-CHAVE:** Saúde mental. Acolhimento. Universidades.