

## **RELATO DE EXPERIÊNCIA PROJETO CUIDANDO DA SAÚDE MENTAL: PRÁTICAS AQUÁTICAS COMO FERRAMENTA DE CUIDADO NA REDE PSICOSSOCIAL**

<sup>1</sup>Francisco Nobre Farias, <sup>2</sup>Roselane da Conceição Lomeo

<sup>1</sup>Discente do curso de Educação Física, <sup>2</sup>Docente coordenadora do projeto de extensão

O projeto Cuidando da Saúde Mental é fruto da parceria entre o Curso de Educação Física da UVA e a Rede de Atenção à Saúde Mental de Sobral, voltado para envolver usuários da Rede em atividades físicas a partir da desinstitucionalização assegurada pelo cuidado. Minha participação como monitor a partir das vivências das atividades de práticas aquáticas com este público propiciou o entendimento sobre o cuidado humanizado. Esta experiência tem sido essencial para minha formação acadêmica e como futuro profissional, ponto importante, visto que a categoria de Educação Física está inserida nos serviços de saúde do SUS. Outro estímulo foi a bolsa PBPU, que contribui para minha manutenção enquanto estudante. O objetivo do projeto é promover a saúde mental e a socialização de usuários da Rede, que incluem pessoas com transtornos mentais e usuários de substâncias psicoativas, por meio da oferta de práticas aquáticas e a aplicação técnica de natação e hidroginástica em um contexto de saúde pública. Assim, minha participação como monitor incluiu o auxílio no planejamento e na execução das práticas juntamente com o profissional de Educação Física da Rede que precisa estar junto acompanhando os usuários. O projeto Cuidando da Saúde Mental se revelou uma experiência enriquecedora e essencial para mim, demonstrando a relevância da extensão universitária na interface com a saúde pública, e como potente ferramenta terapêutica para essa população. O aprendizado mais significativo foi a forma de abordar e tratar as pessoas com maior sensibilidade, bem como a aquisição de conhecimento técnico específico em natação e hidroginástica para pessoas com transtornos mentais. O projeto cumpre seu papel ao capacitar futuros profissionais para atuar no SUS.

Saúde Mental; Práticas Aquáticas; Extensão Universitária

Agradecimentos: Ao Programa PBPU