

Novo projeto reforça aposta no desenvolvimento de estratégias e atividades preventivas no âmbito da saúde mental

SAPE 2.0 prevê um conjunto de 22 medidas para os próximos dois anos

Leiria, 20 de junho de 2024 – O Instituto Politécnico de Leiria tem um novo projeto no âmbito da saúde mental, intitulado SAPE 2.0, que pretende promover uma adaptação da resposta da instituição à nova realidade dos estudantes, cada vez mais assente na presença online e em tudo o que é digital, assim como desenvolver uma intervenção mais preventiva, abrangendo o maior número possível de estudantes. O projeto foi apresentado ontem à tarde, nos Serviços Centrais do IPLeiria.

O SAPE 2.0 é uma iniciativa do Centro de Apoio ao Estudante (CAE), uma nova unidade funcional do Politécnico de Leiria, de carácter técnico e administrativo, à qual compete promover apoio psicopedagógico e psicológico, orientação vocacional, e acompanhamento pessoal e social dos estudantes.

Apoiado pelo Programa Nacional de Promoção da Saúde Mental no Ensino Superior, o projeto tem uma dotação financeira de cerca de 320 mil euros, por parte da Direção-Geral do Ensino Superior (DGES), decorrendo até novembro de 2026.

“O SAPE 2.0 apresenta-se como um novo projeto que pretende dar continuidade ao trabalho desenvolvido pelo antigo Serviço de Apoio ao Estudante, criado em 2008. Tem como finalidades a promoção do sucesso académico, a saúde mental e o bem-estar em geral na comunidade académica, o desenvolvimento socioemocional dos estudantes, a intervenção junto dos estudantes com Necessidades Específicas, o desenvolvimento de atividades de investigação e desenvolvimento na área da Psicologia, entre outras”, explicou o presidente do Politécnico de Leiria, Carlos Rabadão.

O novo projeto demonstra uma preocupação no desenvolvimento de atividades de cooperação e articulação com serviços ou entidades externas, bem como a integração e participação dos Alumni, promovendo um maior sentido de comunidade que responda às necessidades dos estudantes e restante comunidade académica.

“Com a entrada de novos técnicos para a equipa, procurar-se-á efetuar a redução do rácio de estudantes por psicólogo, permitindo desta forma ajustar as medidas de intervenção a desenvolver. Está previsto realizarem-se mais sessões de apoio psicológico, que podem ser através de um simples e breve apoio, até uma intervenção psicoterapêutica mais aprofundada”, referiu Carlos Rabadão.

Segundo Carolina Henriques, pró-presidente para a Saúde, Qualidade de Vida e Bem-Estar, a equipa passou de três para cinco psicólogos, contando ainda com duas assistentes sociais.

“Em janeiro de 2023, o tempo médio de resposta para primeira consulta era entre dois a três meses. Montada uma *task force*, conseguimos diminuir os tempos de resposta e, à data da última sexta-feira [14 de junho de 2024], já não havia lista de espera”, anunciou Carolina Henriques.

Entre outros objetivos, o projeto visa o desenvolvimento de atividades preventivas, de integração e acolhimento e de combate ao estigma social em saúde mental, a implementação de intervenções específicas a grupos de estudantes mais vulneráveis, a concretização de medidas estratégicas de apoio aos estudantes em situação de vulnerabilidade acrescida e aos estudantes migrantes e refugiados, e a implementação da articulação interinstitucional, sobretudo com a ULS da Região de Leiria, através da execução do protocolo de colaboração assinado em outubro de 2023.

Para o cumprimento destes objetivos, o SAPE 2.0 prevê o desenvolvimento de 22 atividades até novembro de 2026, nomeadamente a consulta psicológica, a manutenção da figura de Gestor de Caso, a capacitação para estudantes em método Ubuntu, a realização de Círculos Ubuntu, o cartão de crédito de horas para estudantes com necessidades específicas, a consulta aberta (uma vez por mês, em que todos os estudantes podem apresentar as suas dúvidas), o questionário de saúde mental, o grupo de psicodrama, o grupo de apoio online, a terapia familiar e de casal, a iniciativa ‘À conversa com...’ em parceria com as associações de estudantes, e a unidade curricular online para acolhimento e integração de novos estudantes.

O programa de atividades inclui ainda formação online sobre gestão do estudo, formação online sobre autocuidados em saúde mental, formação presencial em competências transversais, a figura do buddy internacional, panfletos sobre saúde mental (em português, inglês e espanhol), percursos internos de referência, maior presença digital (designadamente nas redes sociais), seminários de saúde mental, encaminhamento clínico e uma reunião anual e encontro final.

Para Pedro Matos Gonçalves, Provedor do Estudante do Politécnico de Leiria, trata-se de um momento “importante” para a instituição, dado ser um projeto que “vai ao encontro daquilo que é a razão da nossa existência: os estudantes”.

Para informação adicional, por favor, contacte:

Cristiana Alves (cristiana.alves@on-it.pt | 917 868 534)

On-It! Comunicação