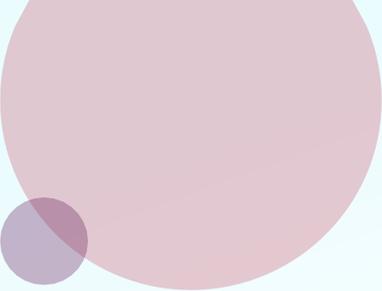


**UNIVERSIDADE MUNICIPAL DE SÃO CAETANO DO SUL
PRÓ-REITORIA DE PÓS-GRADUAÇÃO E PESQUISA
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO INOVAÇÃO NO ENSINO SUPERIOR EM SAÚDE**

MARTA MIDORI YOSHIJIMA

**PRODUTO EDUCACIONAL
PROGRAMA BEM-ESTAR PARA ESTUDANTES DE MEDICINA**

**São Caetano do Sul – SP
2024**



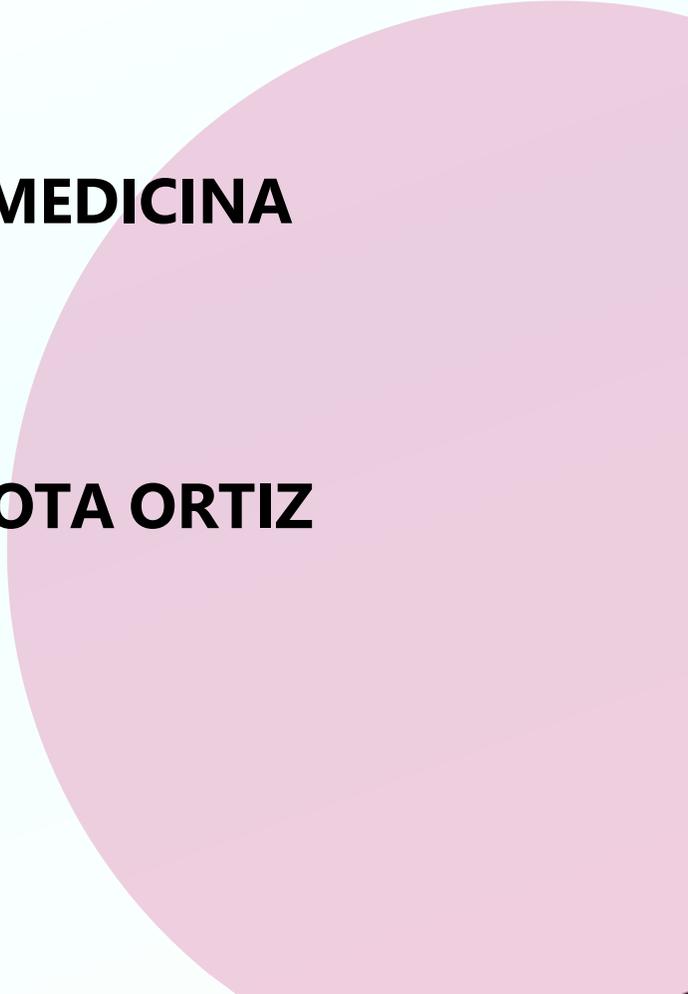
MARTA MIDORI YOSHIJIMA

**PRODUTO EDUCACIONAL
PROGRAMA BEM-ESTAR PARA ESTUDANTES DE MEDICINA**

ORIENTADORA: PROFA. DRA. SANDRA REGINA MOTA ORTIZ



**São Caetano do Sul
2024**



FICHA CATALOGRÁFICA

YOSHIJIMA, Marta Midori

Programa bem-estar para estudantes de medicina /
Marta Midori Yoshijima – São Caetano do Sul: USCS, 2024.
28 f. : il.

Orientadora: Profa. Dra. Sandra Regina Mota Ortiz.
Produto educacional – USCS, Universidade Municipal
de São Caetano do Sul, Programa de Pós-graduação
Mestrado Profissional Inovação no Ensino Superior em
Saúde, 2024.

Ensino superior. 2 Integralidade em Saúde. 3. Estudantes
de medicina. 4. Saúde mental. 5. Escuta qualificada. I.
Título. II. Universidade Municipal de São Caetano do Sul.

ATA
Defesa do Trabalho Final de Curso – MESTRADO Profissional

Aos vinte e sete dias do mês de fevereiro do ano de dois mil e vinte e quatro, às treze horas e trinta minutos, no Campus Conceição desta Instituição, situado à Rua Conceição, 321 - Bairro Santo Antônio, cidade de São Caetano do Sul, reuniu-se a Banca Examinadora, formalmente convidada, para a realização da Defesa do Trabalho Final de Curso e do Produto Técnico Tecnológico da candidata ao título de Mestre em Ensino em Saúde, MARTA MIDORI YOSHIJIMA, matrícula 18.126, na área de concentração: **Inovações educacionais em saúde orientadas pela integralidade do cuidado**, linha de pesquisa: **Currículo Integrado em Saúde**.

Título do Trabalho Final de Curso: **ESCUVA QUALIFICADA PARA ESTUDANTES DE MEDICINA ENQUANTO INOVAÇÃO NO ENSINO SUPERIOR EM SAÚDE**

Título do Produto Técnico Tecnológico: **PROGRAMA BEM-ESTAR PSICOLÓGICO – ATENDIMENTO PSICOLÓGICO PARA ESTUDANTES DE MEDICINA**

Composição da Banca		Instituição	Avaliação (*)
Orientadora:	Prof.ª Dra. Sandra Regina Mota Ortiz	USCS	Aprovada
Convidado do PPGES:	Prof. Dr. Celso Machado Júnior	USCS	Aprovado
Convidada Externa:	Prof.ª Dra. Jane de Eston Armond	UNISA	Aprovada

Avaliação Final: Aprovada

Parecer dos Examinadores: a banca resalta e elogia o envolvimento e a dedicação total e investida a colta de dados.

Nada mais havendo, eu Prof.ª Dra. Sandra Regina Mota Ortiz, Presidente da Banca Examinadora, lavrei a presente ata, a qual será assinada pelos membros da Banca.


Profa. Dra. Sandra Regina Mota Ortiz


Prof. Dr. Celso Machado Júnior


Prof.ª Dra. Jane de Eston Armond

(*) Aprovação condicionada ao cumprimento das atividades complementares previstas no Regimento Interno do PPGES

Autoras



Marta Midori Yoshijima, psicóloga pela Universidade Municipal de São Caetano do Sul, cientista social pela Universidade Federal do Rio de Janeiro e discente do Mestrado Profissional Inovação no Ensino Superior em Saúde da Universidade Municipal de São Caetano do Sul.

Trabalha em consultório há 4 anos, como psicóloga clínica, pela abordagem da psicanálise. Atendeu 160 pacientes particulares e realizou 2.300 atendimentos.

Em relação à pesquisa do mestrado, publicou 2 artigos científicos, em revistas qualis A4 e B2. Publicou 5 resumos em eventos científicos. Apresentou 2 e-banners em eventos científicos. Participou de 5 eventos científicos.

Tem experiência em autismo por mais de 3 décadas. É ativista pioneira no Brasil na construção dos direitos dos autistas e coordenadora da primeira cartilha de autismo, com apoio do Ministério da Saúde. Foi presidente da Casa do Autista.

Elaborou o prefácio à edição brasileira do livro Enfrentando o Autismo, da psicanalista francesa Marie Dominique Amy, e publicou artigos sobre autismo em jornais e revista especializada.

Organizou eventos no Brasil e exterior. Participou da regulamentação do Rodízio Municipal de Veículos da cidade de São Paulo.

Como cientista social, trabalhou na Cia. Energética de São Paulo (CESP) e Companhia de Transmissão de Energia Elétrica Paulista (CTEEP). Foi assessora da presidência e ouvidora em ambas empresas.

Link acesso lattes: <http://lattes.cnpq.br/2238304454621855>





Sandra Regina Mota Ortiz, orientadora da discente Marta Midori Yoshijima, do Mestrado Profissional Inovação no Ensino Superior em Saúde da Universidade Municipal de São Caetano do Sul.

Possui graduação em Ciências Biológicas pela Universidade Presbiteriana Mackenzie e Doutorado em Fisiologia Humana, pelo Instituto de Ciências Biomédicas da Universidade de São Paulo. Possui Pós Doutorado pelo Instituto de Ciências Biomédicas da Universidade de São Paulo, onde atuou nos Departamentos de Fisiologia e Biofísica e de Anatomia.

Atua como professora titular do Curso de Medicina da Universidade Municipal de São Caetano do Sul (USCS) desde 2014, onde também está como professora permanente do Programa de Pós-Graduação em Inovação do Ensino Superior em Saúde, desde 2018. Capacita professores universitários em cursos de Medicina em Metodologias Ativas de Ensino e Aprendizagem em Especial na Aprendizagem Baseada em Problemas o PBL, na Aprendizagem em Baseada em Equipes - TBL e na Problematização.

Atuou como responsável pela Gerência Nacional de Pesquisa da Ânima Educação, sendo responsável pelo desenvolvimento das políticas de pesquisa de 17 instituições de ensino superior no Brasil, dentre elas a Universidade São Judas.

Atua na Pós-Graduação Stricto Sensu da Universidade São Judas Tadeu, como professora permanente do Mestrado em Ciências do Envelhecimento, desde 2019 e, como professora colaboradora do Programa de Pós-Graduação em Educação Física, desde 2021, além de participar do Comitê de Iniciação Científica desde 2018 e do Comitê de Experimentação e Uso de Animais (CEUA), desde 2022.

Tem experiência nas áreas de Fisiologia Humana, com ênfase em Neurofisiologia, Neurociências e Comportamento e em Envelhecimento Humano, com ênfase em Envelhecimento Neural.

Link acesso lattes: <http://lattes.cnpq.br/5473750086356603>



Apresentação

Bem-Vindo ao Programa Bem-Estar para Estudantes de Medicina!

Este guia é dedicado a gestores das faculdades de Medicina. Trata-se de um roteiro para a implementação de escuta qualificada, que visa melhorar a saúde mental dos estudantes. Ao reconhecer os desafios únicos enfrentados pelos futuros médicos, o programa enfoca a criação de um ambiente de suporte que facilita o diálogo aberto e a expressão de preocupações. Ao capacitar gestores com estratégias eficazes para a promoção do bem-estar emocional, busca cultivar uma comunidade acadêmica resiliente e consciente da importância do cuidado mental. Este é um passo essencial para formar médicos bem preparados, tanto profissional quanto pessoalmente.

FICHA TÉCNICA DO PRODUTO EDUCACIONAL

Nome do Produto: Programa Bem-Estar para Estudantes de Medicina

Origem: desenvolvido, como parte da dissertação de Mestrado, no âmbito do Mestrado Profissional Inovação no Ensino Superior em Saúde, do Programa de Pós-graduação em Ensino em Saúde, da Universidade Municipal de São Caetano do Sul. Além disso, está fundamentado na experiência da pesquisadora como psicóloga clínica, em consultório particular, no atendimento a jovens médicos, na região da Grande São Paulo.

Público-alvo: gestores de faculdades de medicina, de instituições públicas e privadas do país.

Abrangência do Estudo: o estudo abarcou uma amostra de 48 estudantes, selecionados de um universo de 782 alunos de medicina, que serviu como grupo de desenvolvimento e teste para o Programa.

Objetivo: disponibilizar um serviço de escuta qualificada, como apoio psicológico aos estudantes de medicina, embasado na abordagem da psicanálise. Busca-se sensibilizar os gestores das instituições de ensino para a vulnerabilidade da saúde mental desses estudantes e evidenciar a eficácia do Programa na mitigação desta realidade. Dessa forma, almeja-se promover uma formação acadêmica mais equilibrada e capacitada, dos futuros profissionais da medicina, ao prepará-los para os desafios emocionais, inerentes à prática médica.

Impacto Esperado: é esperado que as faculdades de medicina adotem o programa, com o objetivo de aprimorar a saúde mental dos alunos. Além disso, o programa visa contribuir para a formação de profissionais mais capacitados e sensíveis às questões emocionais dos pacientes. Isso, por sua vez, pode resultar em uma melhoria substancial na relação médico-paciente, ao permitir que os futuros médicos realizem diagnósticos com maior precisão e empatia, devido à prática da escuta qualificada.

Metodologia: o programa adota a abordagem da psicanálise, como base para oferecer o apoio psicológico aos estudantes de medicina. A metodologia inclui sessões de escuta qualificada, para proporcionar um ambiente seguro e confidencial, para que os alunos expressem suas emoções, reflitam sobre seu processo de aprendizagem e desenvolvimento pessoal.



Resultados Esperados: antecipa-se que a implementação do programa resulte em uma melhora significativa na saúde mental dos alunos, ao reduzir os níveis de estresse, ansiedade e depressão. Além disso, espera-se que os estudantes desenvolvam habilidades de autoconhecimento e autorregulação emocional, que contribuirão para uma formação mais equilibrada e resiliente, ao longo de sua trajetória acadêmica e profissional.

Potencial de Aplicação: o programa apresenta um amplo potencial de aplicação, em faculdades de medicina públicas e privadas, além de demais faculdades da área da saúde. Seu propósito central é promover a saúde mental dos alunos, ao oferecer suporte psicológico especializado, enquanto simultaneamente contribui para aprimorar a formação dos futuros profissionais da medicina. Ao ser implementado, em diferentes contextos educacionais, o programa pode adaptar-se às necessidades específicas de cada instituição. Tal perspectiva garante uma abordagem personalizada e eficaz, para o bem-estar dos estudantes e o desenvolvimento de uma prática médica mais humanizada e compassiva. O Programa Bem-estar para Estudantes de Medicina tem como propósitos promover a saúde mental dos alunos e melhorar a formação dos futuros profissionais da medicina.





SUMÁRIO

1 Introdução.....	11
2 Saúde mental dos estudantes de medicina e escuta qualificada.....	12
3 Assistência obrigatória a médicos residentes e estudantes de medicina.....	16
4 Plano de Ação.....	17
5 Indicativo de Intervenção no Ambiente Pesquisado.....	23
6 Conclusões e Recomendações.....	25
Referências.....	27
Agradecimentos.....	28

1 INTRODUÇÃO

Este produto educacional apresenta o "Programa Bem-Estar para Estudantes de Medicina", enquanto resultado da experiência profissional da autora como psicóloga e de sua pesquisa de mestrado. Observou-se a existência de uma alta vulnerabilidade na saúde mental entre os estudantes de medicina, refletida em exaustão, estresse, ansiedade e depressão.

O programa propõe uma intervenção, baseada na escuta qualificada, para melhorar o bem-estar psicológico dos alunos e, conseqüentemente, seu desempenho acadêmico. Esta iniciativa fornece orientações, para gestores de faculdades de medicina, interessados em implementar ações, que contribuam para a formação de profissionais mentalmente saudáveis, capazes de oferecer um atendimento médico futuro de qualidade aos pacientes.

2 SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES DE MEDICINA E ESCUTA QUALIFICADA

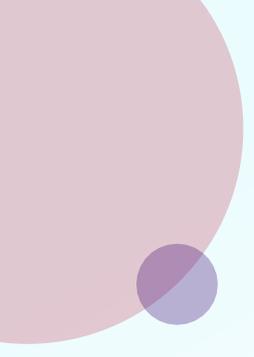
Estudantes de medicina enfrentam uma carga significativa de pressões que podem afetar sua saúde mental. Pesquisas mostram altos índices de transtornos mentais nessa população (Bellinati; Campos, 2020).

Em pesquisa, realizada com 48 estudantes de medicina, de instituição particular, na Região da Grande São Paulo, verificou-se que 100% dos estudantes relataram a presença de sentimentos negativos e consideraram importante a existência de atendimento psicológico, na faculdade de medicina (Yoshijima, 2024).

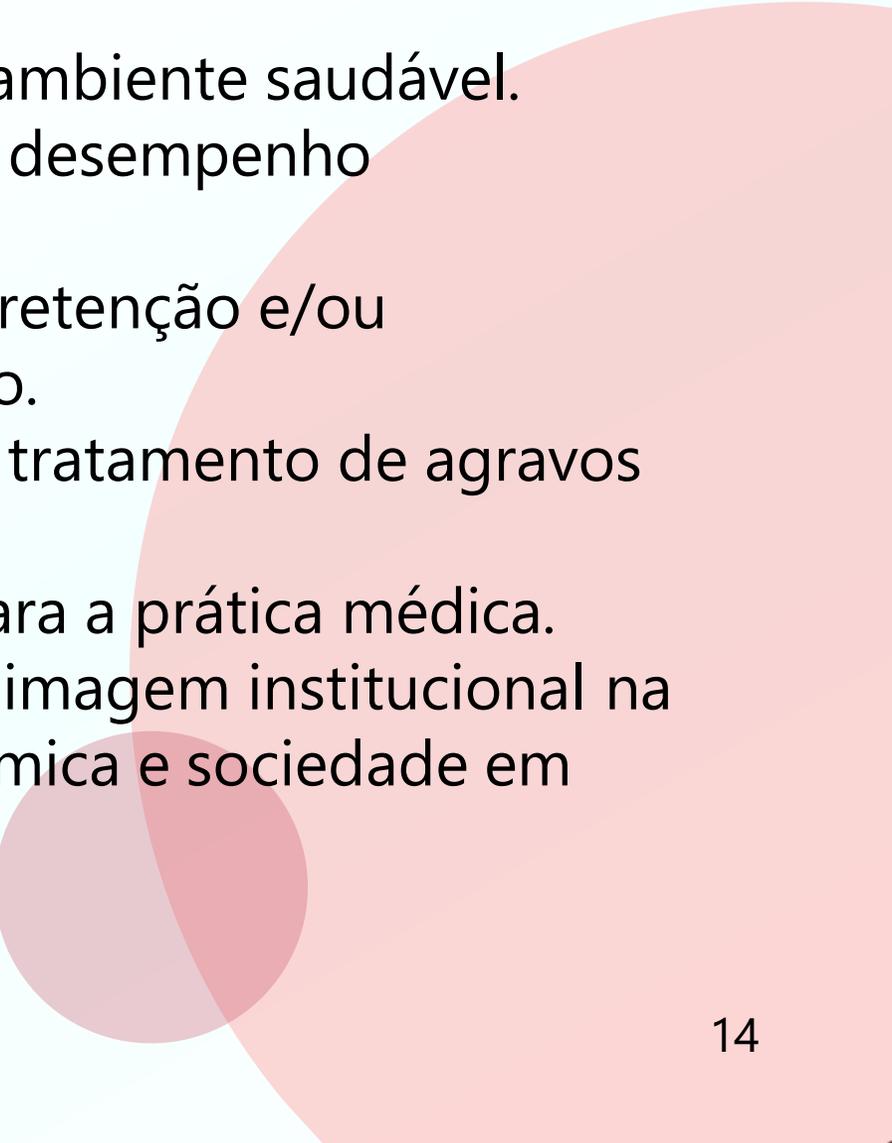
Diante dessa realidade, é essencial que as faculdades de medicina ofereçam cuidados psicológicos específicos à esta população. O "Programa Bem-Estar para Estudantes de Medicina" propõe constituir-se num ambiente seguro, para lidar com os desafios emocionais desta população, baseado na escuta qualificada, fundamentada nos princípios da psicanálise. Busca-se, assim, compreender os processos que influenciam o comportamento, o que ajuda a lidar, de forma saudável, com a vida (Freud, 2019).

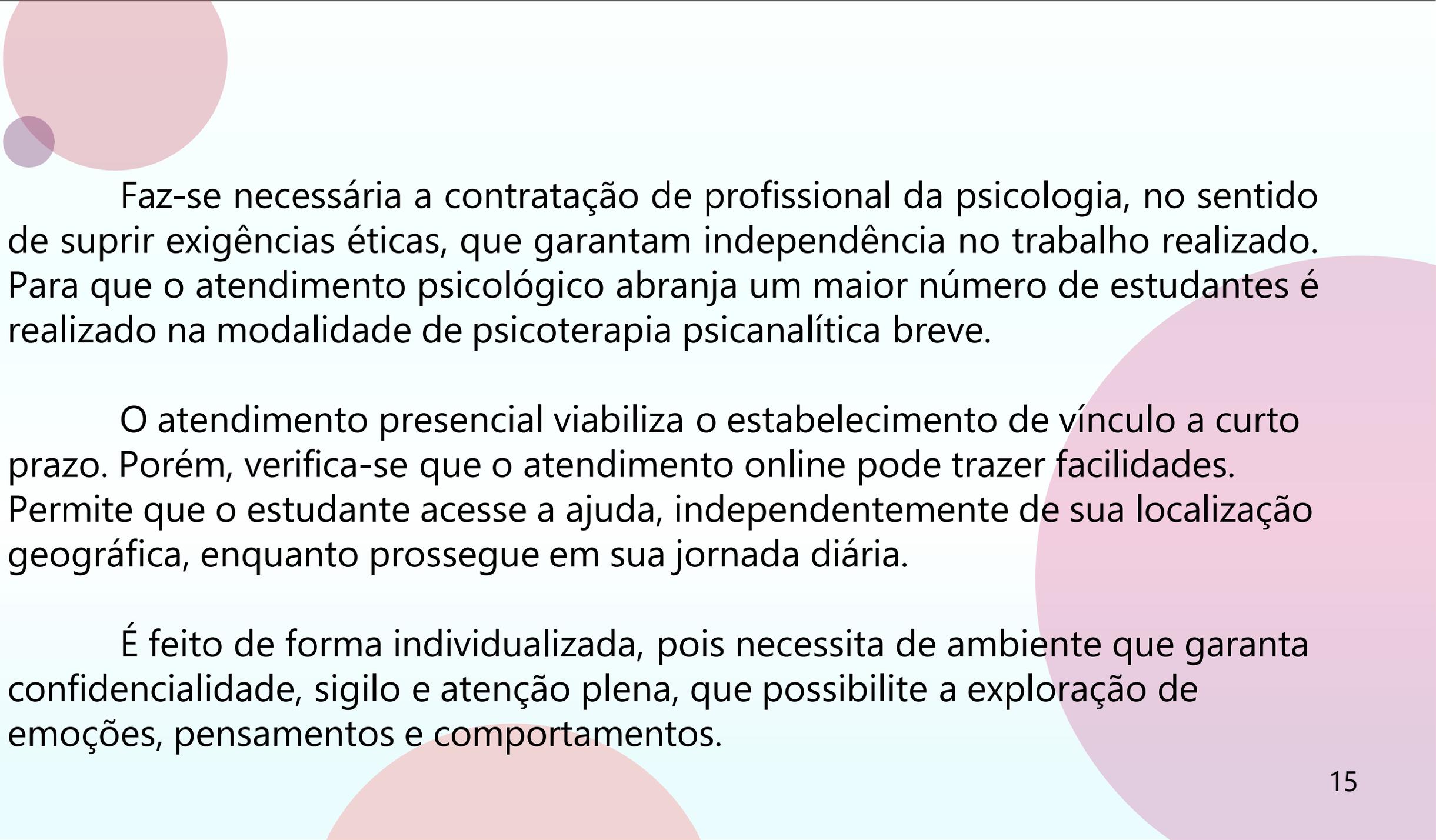
A escuta vai além de simplesmente ouvir. Envolve empatia, compreensão e ausência de julgamentos (Moura; Giannella, 2017). Esta abordagem é inovadora, ao reconhecer a importância do ambiente acadêmico, na formação médica, e ao fortalecer a resiliência emocional destes estudantes.

Além disso, a escuta qualificada promove melhores relacionamentos e habilidades comunicativas, o que contribui para a saúde mental (Bezerra *et al.*, 2020).



**Benefícios da implantação
do atendimento
psicológico para a
faculdade de medicina**

- 1- Geração de ambiente saudável.
 - 2- Melhoria no desempenho acadêmico.
 - 3- Redução da retenção e/ou desistência do curso.
 - 4- Prevenção e tratamento de agravos na saúde mental.
 - 5- Formação para a prática médica.
 - 6- Melhoria da imagem institucional na comunidade acadêmica e sociedade em geral.
- 



Faz-se necessária a contratação de profissional da psicologia, no sentido de suprir exigências éticas, que garantam independência no trabalho realizado. Para que o atendimento psicológico abranja um maior número de estudantes é realizado na modalidade de psicoterapia psicanalítica breve.

O atendimento presencial viabiliza o estabelecimento de vínculo a curto prazo. Porém, verifica-se que o atendimento online pode trazer facilidades. Permite que o estudante acesse a ajuda, independentemente de sua localização geográfica, enquanto prossegue em sua jornada diária.

É feito de forma individualizada, pois necessita de ambiente que garanta confidencialidade, sigilo e atenção plena, que possibilite a exploração de emoções, pensamentos e comportamentos.

3 ASSISTÊNCIA OBRIGATÓRIA A MÉDICOS RESIDENTES E ESTUDANTES DE MEDICINA

Atualmente, toda instituição de ensino em saúde precisa se atentar para o cumprimento da Lei da Oferta Obrigatória de Assistência Psiquiátrica e Psicológica Gratuita a Médicos Residentes e Alunos de Graduação de Medicina, que entrou em vigor em 24 de abril de 2018.

Tem como objetivo assegurar assistência emocional gratuita, ao tornar obrigatória a assistência, por parte das instituições (Brasil, 2017).



4 PLANO DE AÇÃO

4.1 Análise das necessidades dos alunos

- Realizar uma avaliação detalhada dos alunos de medicina, em relação às habilidades de comunicação e escuta.
- Identificar como a escuta qualificada pode complementar e aprimorar as habilidades clínicas e de comunicação dos futuros profissionais de saúde.
- Analisar o ambiente acadêmico para identificar pontos de fragilidade e oportunidades de integração para o programa.



4.2 Definição de objetivos educacionais

Estabelecer objetivos claros e mensuráveis para o programa, alinhados às necessidades identificadas nos alunos.

Determinar as competências específicas que os alunos devem adquirir ao concluir o programa.



4.3 Desenvolvimento do conteúdo do programa

Elaborar uma fundamentação teórica, que inclua conceitos fundamentais de escuta qualificada, como empatia, comunicação não verbal, feedback e manejo de emoções.

Destacar a importância da escuta qualificada para a prática médica; e, ressaltar a sua importância na relação médico-paciente.



4.4 Planejamento de abordagens de escuta

Escolher as abordagens psicológicas e/ou psicanalíticas apropriadas, para as escutas.

4.5 Seleção e capacitação de psicólogos

Identificar psicólogos, com experiência em comunicação médica e escuta qualificada, para garantir que estejam bem preparados para atuação no programa.

Fornecer treinamento específico aos psicólogos sobre as abordagens de escuta qualificada e as necessidades dos estudantes de medicina.



4.6 Integração curricular

- Colaborar com os gestores das faculdades de medicina para integrar o programa com uma disciplina curso de medicina, para assegurar sua relevância e coerência com outras disciplinas.
- Alinhar a carga horária, as formas de acesso e os métodos de avaliação da escuta qualificada, em consonância com o programa.



4.7 Implementação da Escuta Qualificada

- Fornecer suporte contínuo aos alunos e psicólogos, durante todo o processo.
- Promover cultura de respeito, empatia e colaboração em sala de aula.

4.8 Avaliação contínua

Realizar avaliações para monitorar o progresso dos alunos e a eficácia do programa.

Utilizar feedback dos alunos e dos psicólogos, para aprimorar o apoio psicológico, no ambiente acadêmico.



5 INDICATIVO DE INTERVENÇÃO NO AMBIENTE PESQUISADO

Este programa teve sua origem em uma pesquisa numa faculdade de medicina, da região da Grande São Paulo. Realizaram-se 142 sessões, em 94,6 horas, com 48 estudantes.

Todos os participantes informaram que apresentavam sentimentos negativos e necessitavam de apoio psicológico longitudinal, na modalidade de psicoterapia. Ao mesmo tempo, a pesquisa validou o instrumento da escuta qualificada, pela avaliação dos estudantes, enquanto instrumento eficaz, ao confirmar a sua aplicabilidade para todos os estudantes de medicina (Yoshijima,



A literatura revelou que, dentre as 287 faculdades de medicina no país, há poucos estudos sobre o apoio das instituições de ensino à saúde mental dos estudantes de medicina, e menos ainda avaliações desse serviço, quando ofertado. A maioria das pesquisas concentra-se em faculdades públicas, na Região Sudeste, o que reflete a tradição das instituições públicas, na preponderância na realização de pesquisas (Morais et al., 2021).

Foram apresentados os consentimentos, de todos os participantes, para a realização da presente pesquisa, conduzida integralmente de forma online.



6 CONCLUSÕES E RECOMENDAÇÕES

É evidente que a saúde mental dos estudantes de medicina está profundamente comprometida. Apesar da existência de uma lei, que torna obrigatória a oferta de assistência psicológica e psiquiátrica gratuitas, por parte das faculdades de medicina, é imperativo que essa legislação seja efetivamente implementada, para atender às reais necessidades dos estudantes.

Importa ressaltar que o cumprimento dessa legislação não pode ser delegado a estudantes de psicologia ou medicina, devido aos preceitos éticos, que precisam garantir a imparcialidade, sigilo e confidencialidade dos atendimentos, aspectos que só podem ser assegurados por profissionais qualificados.



As faculdades de medicina precisam compreender a importância da implantação de serviços de apoio psicológico para os estudantes. A escuta qualificada mostrou-se uma ferramenta eficaz, através da pesquisa que originou este produto, e que, inclusive, apresentou resultados favoráveis, que embasaram a elaboração deste produto educacional.

A melhoria da saúde mental dos estudantes de medicina resulta na formação de profissionais diferenciados, capazes de proporcionar um atendimento médico de qualidade e estabelecer relações mais significativas com os pacientes. Isso refletirá o compromisso institucional, das faculdades de medicina envolvidas nessa iniciativa, e agregará valor ao desempenho global dos profissionais de saúde.



Referências

- BELLINATI, Y. C. G.; CAMPOS, G. A. L. de. Avaliação da prevalência de transtornos mentais comuns nos estudantes de medicina em uma faculdade do interior de São Paulo. *Revista Corpus Hippocraticum*, São José do Rio Preto, v. 1, n. 1, p. 1-9, março, 2020. Disponível em: [file:///C:/Users/User/Downloads/235-Texto%20do%20Artigo-764-1-10-20200401%20\(2\).pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/235-Texto%20do%20Artigo-764-1-10-20200401%20(2).pdf). Acesso em: 17 jan. 2024.
- BEZERRA, E. A. T. *et al.* A escuta qualificada como terapêutica entre universitários: um relato de experiência. *Revista Biomotriz*, Cruz Alta, v. 14, n.3, p. 127-136, set. 2020. Disponível em: <file:///C:/Users/User/Downloads/2020-AESCUTAQUALIFICADACOMOTERAPUTICANOATENDIMENTOENTREUNIVERSITRIOS.pdf>. Acesso em: 18 nov. 2022.
- BRASIL. Projeto de lei do Senado nº 157, de 2017. Altera a Lei nº 6.932, de 7 de julho de 1981, que dispõe sobre as atividades do médico residente, e a Lei nº 12.871, de 22 de outubro de 2013, que institui o Programa Mais Médicos, para tornar obrigatória a oferta de assistência psiquiátrica e psicológica gratuita a médicos residentes e a alunos de graduação em Medicina. Brasília, DF: Senado Federal, 2018. Disponível em: <https://encurtador.com.br/bkBT0>. Acesso em: 17 jan. 2024.
- FREUD, S. Além do princípio do prazer. Tradução: Paulo César de Souza. *Obras Completas*, v. 14. São Paulo: Companhia das Letras, 2019, 424 p.
- MORAIS, M. G. de *et. al.* Serviços de apoio à saúde mental do estudante de Medicina: uma revisão sistemática. *Rev. Bras. de Edu. Méd.*, Brasília – DF, v. 45, n. 2: e071, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/bfbkrpfvTzyTtRnbGBhx5Xb/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 04 jan. 2024.
- MOURA, M. S. S.; GIANNELLA, V. A arte de escutar: nuances de um campo de práticas e de conhecimento. *Revista Terceiro Incluído*. Goiânia, v. 6, n. 1, p. 9-24, mai. 2017. Disponível em: <https://revistas.ufg.br/teri/article/view/40739/23054>. Acesso em: 18 nov. 2022.
- YOSHIJIMA, M. M. Escuta qualificada para estudantes de medicina enquanto inovação no ensino superior em saúde. 2024. 188 f. Dissertação (Mestrado em Inovação no Ensino Superior em Saúde) - Universidade Municipal de São Caetano do Sul, São Caetano do Sul, 2024.

Agradecimentos

Agradecimentos pela oportunidade de participação no Programa de Preparação Pedagógica, por meio do qual a autora Marta Midori Yoshijima obteve bolsa parcial de estudos.