



125 anos

FACULDADE DE MEDICINA / UFRGS

Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Faculdade de Medicina

125 anos
Faculdade de Medicina
UFRGS

Porto Alegre
2023

U58 Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Faculdade de Medicina.

125 anos Faculdade de Medicina UFRGS/ Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Faculdade de Medicina; organizadores: Lúcia Maria Kliemann *et. al.* – Porto Alegre: UFRGS/FAMED, 2023.

372p.

ISBN: 978-65-00-70073-2

E-Book: 978-65-00-70074-9

1. Faculdade de Medicina 2. História 3. Memória I. Kliemann, Lúcia Maria, org. II. Biolo, Andréia, org. III. Capp, Edison, org. IV. Barros, Elvino José Guardão, org. V. Ramos, José Geraldo Lopes, org. VI. Cziepelewski, Mauro Antônio, org. VII. Goldani, Luciano Zubarán, org. VIII. Santos, Zilda Elisabeth de Albuquerque, org. IX. Salort, Shirlei Galarça, org. X. Título.

NLM: WX19

DADOS INTERNACIONAIS DE CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO (CIP)
Bibliotecária Shirlei Galarça Salort – CRB10/1929

Imagens: Acervo FAMED/UFRGS, Cadinho Andrade, Elvino José Guardão Barros, Liliane Weber, Luís Adriano Madruga (fotos aéreas 2023), Roger dos Santos Rosa, Ronaldo Bordin, Shirlei Galarça Salort

Projeto Gráfico e Editoração: Edison Capp

Capa: Edison Capp, Grazielle Borgueto Souza

Logo 125 anos FAMED: Laura Chao Chuang

Revisão técnica e de linguagem: Clair Azevedo e Maria do Horto Soares Motta



famed.ufrgs/

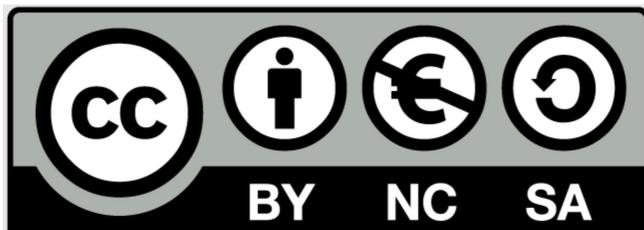


famed.ufrgs



administrativo-famed@ufrgs.br

Faculdade de Medicina, Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Rua Ramiro Barcelos, 2400 - Bairro Santa Cecília - Porto Alegre, RS - CEP 90035-002



ESTE LIVRO ESTÁ LICENCIADO SOB UMA
LICENÇA CREATIVE COMMONS

CC BY-NC-SA 4.0

Esta licença permite que outros distribuam,
remixem, adaptem e criem a partir deste trabalho,
exceto para fins comerciais, desde que lhe
atribuam o devido crédito pela criação original.



Livro comemorativo dos 125 anos da Faculdade de Medicina da
Universidade Federal do Rio Grande do Sul
1898-2023

Porto Alegre

Todos os direitos desta edição reservados à:
Faculdade de Medicina, Universidade Federal do Rio Grande do Sul

Organizadores

Lúcia Maria Kliemann
Andreia Biolo
Edison Capp
Elvino José Guardão Barros
José Geraldo Lopes Ramos
Mauro Antônio Czepielewski
Luciano Zubarán Goldani
Zilda Elisabeth de Albuquerque Santos
Shirlei Galarça Salort

Colaboradores

Adriani Oliveira Galão	José Antônio Crespo Cavalheiro
Alessandro Nakoneczny Schildt	José Roberto Goldim
Alexandre Marques Velho	Leonardo Monteiro Botelho
Alice Brauwert	Luísa Penz da Rosa
Ana Célia Siqueira	Luiz Roberto Malabarba
Ana Luiza Maia	Marcelo Garroni Teixeira
Ana Soledade Graeff Martins	Marcelo Rodrigues Gonçalves
Bárbara Niegia Garcia de Goulart	Marcelo Zubarán Goldani
Carlos André Aita Schmitz	Maria Isabel Boeira Oreste
Carlos Ernesto Rech	Morgana Lourenço de Souza Carvalho
Carlos Roberto Galia	Mosiris Roberto Giovanini Pereira
Cassia Pohlman Valle	Natan Katz
Clarice Bernhardt Fialho	Paula Linn
Cláudia Grabinski	Paulo Antônio Barros Oliveira
Cleber Dario Pinto Kruel	Renato Gorga Bandeira de Mello
Cristiane Bauermann Leitão	Roberto Nunes Umpierre
Cristina Karohl	Rodolfo Souza da Silva
Cynthia Goulart Molina-Bastos	Rodrigo Caprio Leite de Castro
Danilo Blank	Roger dos Santos Rosa
Erno Harzheim	Rogério Friedman
Fernanda Bortolaz Pivetta	Ronaldo Bordin
Fernanda Oliveira	Sérgio Ângelo Rojas Espinoza
Francisco Arsego Quadros de Oliveira	Sérgio H. Almeida Martins Costa
Gabriel Kuhl	Sotero Serrate Mengue
Giovanna Peres Loureiro	Themis Zelmanovitz
Gisele Gus Manfro	Vanessa Trindade Oliveira
Gislaine Martins Retamozo	Virgílio José Strasburg
Hugo Goulart de Oliveira	Walcy Pereira Oliveira
Jordana Ereias Dutra da Silveira	Waldomiro Carlos Manfroi

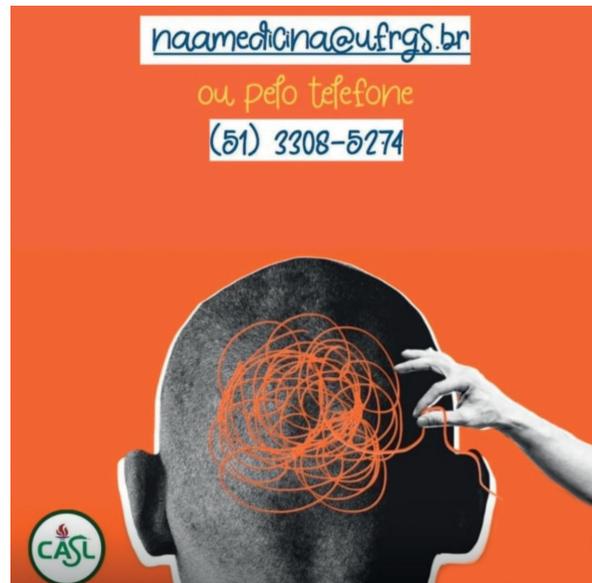
Promovendo a Saúde Mental da Comunidade da FAMED

Gisele Gus Manfro
Ana Soledade Graeff Martins
Cristiane Bauermann Leitão
Andreia Biolo
Lúcia Maria Kliemann

A saúde mental refere-se ao estado de bem-estar emocional, psicológico e social de uma pessoa, incluindo a capacidade de lidar com os desafios e estresses da vida diária, estabelecer relacionamentos saudáveis com os outros e ter uma visão mais positiva da vida. Sabe-se que não há saúde se não houver saúde mental e, portanto, a busca pelo equilíbrio emocional, por uma autoestima positiva e pela capacidade de lidar com as emoções de maneira adequada deve ser estimulada dentro do ambiente acadêmico. Metanálises recentes indicam que 30% dos estudantes de Medicina sofrem com sintomas depressivos e ansiosos e que 10% já apresentaram ideação suicida. Assim, a Faculdade de Medicina (FAMED) da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) buscou estratégias para promover a saúde mental e auxiliar seus estudantes a lidar de maneira saudável com situações de perda, trauma, estresse, depressão ou ansiedade.

Os docentes do Núcleo de Apoio ao Aluno, juntamente com a Direção da FAMED e outros docentes interessados, elaboraram estratégias

para criar espaços seguros nos quais os alunos pudessem compartilhar suas experiências e buscar apoio emocional. Alunos que apresentavam mudanças de humor, problemas de sono, isolamento social, problemas de relacionamento, comportamentos aditivos ou transtornos mentais diagnosticáveis foram estimulados a buscar ajuda.



Contato do Núcleo de Apoio ao Aluno

Inicialmente, duas professoras da FAMED faziam o acolhimento desses discentes e buscavam o melhor encaminhamento para a situação-problema apresentada. Isso poderia

envolver aconselhamento e orientações sobre como buscar ajuda, bem como o encaminhamento para atendimento psicológico ou psiquiátrico. A partir dessa demanda, foi desenvolvido, em colaboração com a direção do Hospital de Clínicas de Porto Alegre, um ambulatório de atendimento psicoterápico para os alunos da FAMED, supervisionado por vários professores do Departamento de Psiquiatria. Além disso, foi criado o Projeto Gratidão junto com o Centro de Estudos Luís Guedes para atendimento gratuito ou de baixo custo. Mais de 200 alunos se beneficiaram dessas iniciativas. Posteriormente, foi possível a contratação de um servidor técnico de nível superior (Psiquiatra) para avaliação e atendimento dos discentes da FAMED.

Na tentativa de incorporar a saúde mental ao currículo e ajudar os alunos a entender melhor as questões relacionadas à saúde mental e a desenvolver habilidades para lidar com problemas pessoais ou de seus pacientes, a FAMED, junto com o Centro Acadêmico Sarmiento Leite (CASL), ofereceu palestras, cursos e *workshops* sobre saúde mental e resiliência, buscando também desenvolver habilidades de comunicação e capacidade de lidar com conflitos e pressões do dia a dia. Sabendo que a atividade física é uma forma comprovada de melhorar a saúde mental, a FAMED seguiu estimulando a prática de atividades físicas entre os alunos, fornecendo acesso a instalações esportivas e

organizando atividades em grupo através do apoio à Associação Atlética Acadêmica XX de Setembro.

Outras iniciativas foram realizadas com o objetivo de prevenir o adoecimento mental entre os estudantes, destacando-se o Programa Pega-leve, que foi ampliado para toda a comunidade da UFRGS, e a implementação de um novo Programa de Tutoria da FAMED. Para garantir um maior sucesso a esse novo programa, os tutores foram selecionados a partir de uma lista elaborada pelo CASL junto aos discentes, considerando o perfil do professor desejado para coordenar a atividade. Esses professores realizam encontros em pequenos grupos com os alunos do primeiro semestre e são estimulados a realizar acolhimento a eles, manter um ambiente de enriquecimento e confiança e discutir sempre a importância da promoção da saúde mental na comunidade acadêmica. O programa teve início em 2019 e, até o momento, nove turmas têm seus tutores.

Somos da opinião de que as universidades devem ser líderes no fornecimento de melhores cuidados de saúde mental de sua comunidade acadêmica. Acreditamos que os esforços implementados até o momento tenham contribuído para a formação de médicos mais saudáveis. No entanto temos consciência de que as melhorias devem ser contínuas e adaptadas às novas realidades e gerações.

pega leve



O projeto Pega Leve tem como objetivo criar uma rede de identificação e encaminhamento adequado de estudantes em risco, dar visibilidade à questão da saúde mental na universidade e causar um impacto cultural positivo na promoção e prevenção em saúde mental. Para isso, o projeto se baseia em QUATRO etapas principais:

1. Palestras Pega Leve

Palestras ministradas pelos extensionistas que abordam o projeto em linhas gerais: panorama das universidades brasileiras, condições de acesso, permanência e conclusão, como identificar sinais de risco em si mesmo e em seus colegas e pequenas iniciativas autoaplicáveis de gerenciamento de estresse. Duração aproximada de 2h30. Disponibilidade para duas palestras/mês.



2. Semana de Saúde Mental

Save the date: em Setembro, realizaremos seis dias de atividades nas universidades federais de Porto Alegre discutindo Saúde Mental dentro das universidades: ofereceremos atividades científicas e oficinas!

3. Treinamento dos Monitores

Será oferecido um curso de capacitação a estudantes universitários voluntários interessados, de forma a se tornarem aptos a identificar fatores de risco e sintomas sugestivos de sofrimento e de adoecimento psíquico em si mesmos e em seus colegas e, então, indicar atendimento profissional especializado em casos de necessidade.



4. Rodas de Conversa

Os monitores formados pelos cursos de capacitação poderão promover rodas de conversa, de pauta livre, com objetivo de criar uma rede de troca de experiências, desconstruir o estigma em torno da doença mental, construir de forma conjunta soluções e identificar problemas e potencialidades da promoção da saúde mental de estudantes universitários.



pegaleve.projeto@gmail.com

Programa coordenado pela Professora Ana Margareth Bassols

Janeiro Branco

Mês de conscientização da importância
da saúde mental



Sua saúde mental não pode passar em branco



Participação da FAMED em ação nacional para promover a conscientização sobre a importância da saúde mental