

PLANO DE CURSO		
Vigência do Plano	Semestre	Nome do Componente Curricular
2025.2	5º	SAÚDE MENTAL E AUTOCUIDADO II
Carga Horária Semestral		Núcleo/Módulo/Eixo
32		Saúde mental e Autocuidado
Componentes Correlacionados		
Psicologia Médica Saúde Mental e Autocuidado I, LHC e DCV		
Docente		
Ravel Silva Borges; Susana Carolina Batista Neves Flores; Sandra Brasil, Sílvia Seligman		
Ementa		
Ementa do componente curricular não cadastrada.		
Cursos ofertados		
Medicina		

Competência
Conhecimentos
Desenvolver a capacidade de identificar a importância do sofrimento psíquico na avaliação clínica. Compreender as diferentes definições de normal e patológico.
Desenvolver a habilidade de construir a anamnese, a HPS e o exame psíquico em diversas situações e cenários diferentes.
Conhecer sobre o tema empatia, altruísmo, compaixão e práticas de meditativas como caminho de preservação da saúde mental e facilitador de relações interpessoais e profissionais.

Habilidades
Desenvolver um Raciocínio Clínico que inclua na Lista de Problemas dados encontrados nas HPS.
Executar escuta qualificada e entendimento da importância da relação médico-paciente, contemplando aspectos da vida psicossocial fundamentais à assistência aos pacientes.
Utilizar práticas de meditação para o autoconhecimento.
Refletir sobre si mesmo e buscar estratégias de autocuidado, no cotidiano e em situações estressoras.

Atitudes
A abordagem ao paciente em sofrimento, reconhecendo e integrando conceitos psicopatológicos e seus processos à entrevista médica. A diferença entre o normal e o patológico. As particularidades da HPS na avaliação diagnóstica dos pacientes.
Noções de psicopatologia, técnicas de entrevista em diversos cenários e do exame psíquico como ferramentas para identificar síndromes psiquiátricas frequentemente presentes na rotina de atendimento de médicos generalistas.
Empatia, altruísmo, e compaixão como forma de autocuidado. Diferentes métodos de práticas de meditação para desenvolvimento da atenção como caminho para o crescimento pessoal.

Conteúdo Programático
Aprimorar o conceito da relação médico- paciente na perspectiva de assistência integral à saúde e adequada abordagem ao paciente com sofrimento mental, reconhecendo e integrando conceitos psicopatológicos e seus processos.
Noções de psicopatologia, técnicas de anamnese, funcionamento mental normal e patológico, visão da semiologia dos achados do exame psíquico como ferramenta para identificar síndromes psiquiátricas frequentemente presentes na rotina de atendimento de médicos generalistas.
Estudar as particularidades das HPS nas Anamneses de pacientes: Crianças, Adolescentes e Idosos.
Estudar o tema Altruísmo como forma de autocuidado. Conhecer exercícios de Healing e práticas de meditação como caminho para o crescimento pessoal. Vivenciar experiência do psicodrama para autoconhecimento.

Métodos e Técnicas de Aprendizagem

Todo material de apoio será disponibilizado no AVA.

O curso segue padrão definido com os professores, para que exista uniformidade entre as turmas. As reuniões periódicas visam manter a qualidade do programa, atualizando constantemente o corpo docente.

O módulo de Saúde Mental e Autocuidado II será dividido em 3 etapas complementares entre si, em ordem não linear. As atividades serão desenvolvidas basicamente em sala de aula, presencial ou virtual, através da apresentação de uma fundamentação teórica básica, mas visando principalmente estimular a reflexão e debate dos temas propostos, de forma a ampliar as perspectivas de compreensão da subjetividade e do comportamento humano. Para treinamento da construção de uma anamnese completa contendo história psicossocial e para aprendizado de elementos básicos das funções psíquicas e exame do estado mental, também serão utilizados aulas gravadas, exposição de vídeos de entrevistas, trechos literários entre outros materiais de mídia, além de simulação com atores.

O rodízio Meditação será composto por atividades de exercícios e práticas de meditação, além de exposição dialogada com temas sobre empatia, altruísmo, compaixão e saúde planetária propiciando uma reflexão sobre atitudes que possibilitam o cuidar de si, do outro e do planeta. Propiciará espaço de compartilhamento de reflexões das percepções individuais e coletivas.

Critérios e Instrumento de Avaliação - Datas

Os alunos serão avaliados de forma independente em cada um dos três módulos que formam o componente de Saúde Mental e Autocuidado II. De forma geral, a participação, interesse e disponibilidade serão avaliados de forma contínua durante as atividades em sala de aula. Ao final de cada Módulo de Meditação e Autocuidado, será solicitado a elaboração de uma narrativa sobre a experiência pessoal referente aos quatro encontros, que deverá ser postada no AVA no período definido. Para o módulo de Saúde Mental X Sofrimento Mental, os alunos deverão produzir uma anamnese com análise crítica de 01 dos 03 casos discutidos nas aulas, contendo a visão do aluno sobre um dos temas discutidos que será apontado pelo professor correspondente. No módulo de Exame Psíquico, a avaliação se dará com uma anamnese seguida do exame psíquico de uma das simulações com atores, após a última aula.

A média final deverá ser 7,0 (sete), caso contrário, o estudante fará prova final.

Recursos

1- Recursos humanos: paciente e equipe de saúde, atores e docentes.

2- Recursos materiais:

- Sala de aula com multimídia
- Sala com tatame e almofadas e multimídia
- Vídeo aulas no AVA

3- Para as aulas online, será utilizada sala virtual através da plataforma TEAMS.

Referências Básicas

DALGALARRONDO, Paulo. Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais. 3 ed. Porto Alegre: Artmed, 2019. E-book.

PRISTED, Isis. Caminhos entre o invisível e o visível: O pequeno livro do healing Rio de Janeiro: Logos Centro Internacional de Desenvolvimento Humano, 2019.

RICARD, Matthieu. A revolução do altruísmo. 1 ed. São Paulo: Palas Athenas, 2015.

Referências Complementares

GOLEMAN, Daniel; DAVIDSON, Richard J.. A ciência da meditação: como transformar o cérebro, a mente e o corpo. 1 ed. Rio de Janeiro: OBJETIVA, EDITORA OBJETIVA LTDA., 2017.

LAMA, Dalai. A prática da meditação essencial: técnicas tibetanas para descobrir a natureza real da mente e alcançar a paz interior. 1 ed. São Paulo: Pensamento, 2019.

MARCO, Mario Alfredo de; ABUD, Cristiane Curi. Psicologia médica: abordagem integral do processo saúde-doença. 1 ed. São Paulo: Artmed Editora Ltda., 2012.

PORTO, Celmo Celso. Semiologia médica. 4 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2001.

YVES-LELOUP, Jean. Cuidar do ser: Fílon e os terapeutas de Alexandria. 8 ed. Rio de Janeiro: Editora Vozes, 2003.