Cofinanciado por:

Dados do projeto	
Identificação do projeto	Programa para a Promoção da Saúde Mental no Ensino Superior
Promotor Líder	Instituto Politécnico de Viseu
Data de início	02/05/2024
Data de conclusão	03/12/2026
Financiamento IPV	361 845,00€
Síntese do projeto	
Objetivos	-Organizar as respostas existentes e criar novas respostas, incluindo a organização de um Serviço de Saúde Mental e Bem-estar (SSMBE) do IPV, com respetivo Plano Anual de Atividades, aprovado e com dotação financeira própria, com base no *Modelo Stepped Care* e adequado à dimensão da Instituição; -Reforçar os recursos humanos afetos ao SSMBE, também com a contratação a tempo indeterminado de 1 psicólogo/a e reforço da prestação de serviços de psicologia e psiquiatria já existentes; -Implementar o Modelo *Stepped Care*, desenvolvendo respostas de baixa intensidade, níveis 1 e 2, e reforçar e diversificar as respostas dos níveis 3 a 5. -Divulgar o fluxograma de referenciação em toda a comunidade académica. -Aumentar o número de estudantes abrangidos por resposta, quer de baixa intensidade, quer de elevada intensidade. -Estabelecer protocolos/acordos com os serviços do SNS (nível 5), nomeadamente com o Departamento de Psiquiatria do Centro Hospitalar Tondela-Viseu, Centro de Respostas Integradas de Viseu, Instituto Português doDesporto e Juventude, I.P.

Atividades	De acordo com o Modelo *Stepped Care* foram definidas as seguintes atividades: *Atividades/respostas de baixa intensidade (nível 1: step 1 e 2):* Atividade 1 - LAB(mente) Ciclo de Workshops vertente dirigida para os estudantes; vertente dirigida para docentes Atividade 2 – Cuidar de SI – Desenvolvimento Pessoal Atividade 3 - Divulga(Mente) Atividade 4 - SerMente (digital): Criação de materiais de divulgação Atividade 5 - Cuidar dos Outros: Ação de capacitação de gatekeepers Atividade 6 - MenteDigital: Integração de marcação de consultas e outras funcionalidades na plataforma/serviços do SAS do IPV Atividade 7 – Acompanhamento e avaliação dos resultados da implementação do Projeto de SaúdeMental e Bem-Estar dos Estudantes do IPV Atividade 8 - CriticaMente: Organização de eventos de divulgação e apresentação de resultados do projeto *Atividades/Respostas de intensidade moderada (nível 2: step 3 e 4):* Atividade 9 - Disponibilizar intervenções breves online ou presenciais com carácter de sessão única - do SSMBE do IPV. Atividade 10- Promover grupos promocionais em diferentes temáticas relacionadas com a saúde mental e bem-estar Atividade 11 Saúd'Arte – Ofícinas da Mente *Atividades/respostas intensidade elevada (nível 3 e 4: steps 5, 6,7):* Atividade 1 - Intervenção psicológica/psicoterapêutica individual e/ou de grupo em situações de perturbações mentais comuns no serviço de saúde mental e bem-estar (com avaliação por profissional de saúde – psicólogo ou psiquiatra) *Atividades/respostas intensidade elevada nível 5 (step 8):* Atividade 1 - Ativar vias de encaminhamento e protocolos com serviços especializados do SNS, outros serviços de saúde especializados (como comportamentos aditivos) ou outro serviço de saúde externo.
Resultados esperados	-Estima-se a realização de onze atividades dos níveis 1 e 2; duas atividades de níveis 3 a 5 que compreendem diferentes etapas e respetivo fluxo de referenciação, com indicadores de avaliação e nº estimado de participantes por atividade. -Pretende-se abranger cerca de 75% dos estudantes nas atividades dos níveis 1 e 2, com o envolvimento ativo e próximo das Associações de Estudantes de todas as UO do IPV. - Pretende-se aumentar para 300 o número de estudantes que acedem às respostas terapêuticas por ano (com consultas individuais da equipa de Psicologia e Psiquiatria) e quatro grupos terapêuticos (cerca de 45 estudantes) por ano, no âmbito das respostas dos níveis 3 e 4.