

2015-02-13 15:50:53

<http://justnews.pt/noticias/escola-de-enfermagem-de-coimbra-cria-espaco-sms-a-pensar-na-saude-mental-dos-estudantes>



## **Escola de Enfermagem de Coimbra cria «Espaço SMS» a pensar na saúde mental dos estudantes**

A Escola Superior de Enfermagem de Coimbra (ESEnC) abre, na próxima segunda-feira, 16 de fevereiro, o “Espaço SMS” (Saúde Mental no Superior), onde os estudantes podem falar com profissionais que estão disponíveis para os ajudar a comunicar preocupações e a conseguir maior bem-estar.

A funcionar nas instalações do Polo A (Avenida Bissaya Barreto, junto ao IPO de Coimbra), o “Espaço SMS” foi criado com o objetivo de promover a saúde mental na comunidade educativa da ESEnC, de modo particular nos estudantes, e de prevenir comportamentos de risco.

"A fase da adolescência e jovem adulto é marcada por transições que podem dificultar o bem-estar no ambiente académico e a nível pessoal. A maioria não recebe a ajuda adequada ou recebe-a com muito atraso. Conhecer estratégias e recursos para lidar com os problemas é importante para ti ou para ajudares um amigo", afirmam os promotores do “Espaço SMS” numa informação dirigida aos estudantes da ESEnC.

No âmbito do projeto, estudantes do curso de licenciatura em Enfermagem já receberam formação para se tornarem “agentes SMS” que, beneficiando da proximidade de alguns colegas, terão o papel de identificar sinais de sofrimento mental e de os direcionar para uma ajuda mais próxima e adequada.

Em comunicado, a ESEnC salienta que "também os funcionários da ESEnC estão, progressivamente, a ser sensibilizados para este tema, no sentido de poderem funcionar como ‘porteiros sociais’ na deteção e encaminhamento das situações identificadas”.

O “Espaço SMS” funcionará às segundas-feiras, entre as 14h00 e as 18h00, no Laboratório de Saúde Mental (Centro de Simulação de Práticas Clínicas), no Polo A da ESEnC. Também no Polo B (Rua 5 de Outubro, em S. Martinho do Bispo) poderá ser feito atendimento, mediante marcação via e-mail, para [projetosms@esenfc.pt](mailto:projetosms@esenfc.pt).



A equipa SMS é constituída por docentes, enfermeiras especialistas em saúde mental e enfermeiras recém-formadas. José Carlos Santos, Carlos Melo Dias, Cândida Loureiro (professores da EEnfC), Sónia Leal, Rosa Simões, Joana Pinto, Rita Ferreira e Carla Pacheco são os promotores da iniciativa, que conta com a colaboração internacional do especialista John Cutcliffe, professor da Universidade de Ohio, nos Estados Unidos.