

I. ENCONTRO PARA A SAÚDE MENTAL: UMA REFLEXÃO NO ENSINO SUPERIOR 22 E 23 DE MARÇO

22 de março de 2023

9:30 Check-in

10:00 Boas-vindas

- João Eurico da Fonseca, Diretor da Faculdade de Medicina da ULisboa (FMUL)
- Luís Ferreira, Reitor da Universidade de Lisboa (ULisboa)
- Rui Tato Marinho, Diretor Clínico do Centro Hospitalar Universitário Lisboa Norte (CHLN)
- Pedro Nuno Teixeira, Secretário de Estado do Ensino Superior
- Manuel Pizarro, Ministro da Saúde
- Daniel Sampaio, Presidente da Comissão Científica do Encontro

DIAGNÓSTICO

10:20 Diagnóstico I: Saúde Mental no Ensino Superior

Moderador: João Data Franco, MD, Médico Psiquiatra, Hospital Beatriz Ângelo

- Manuela Silva, MD, PhD, World Federation for Mental Health na Organização Mundial de Saúde
- Telmo Baptista, PhD, Diretor da Faculdade de Psicologia da ULisboa
- Débora Miranda, Especialista em comunicação na área da saúde

11:20 – 11:40 INTERVALO | Mostra de Vídeos

11:40 Diagnóstico II: Estudos e Medidas no Ensino Superior

Moderador: Diogo Telles Correia, MD, PhD. Clínica Universitária de Psiquiatria e Psicologia Médica da FMUL

- Tiago Pereira, Membro da Direção da Ordem dos Psicólogos Portugueses
- Olga Cunha, Rede de Serviços de Apoio Psicológico no Ensino Superior
- Catarina Ruivo – Presidente da Federação Académica de Lisboa

12:40 – 14:00 PAUSA PARA ALMOÇO

14:00 Check-in

PRESCRIÇÃO

14:30 Prescrição I: Práticas de Autocuidado e a Prevenção na Saúde Mental

Moderador: Margarida Gaspar de Matos, MPSy, PhD, Instituto de Saúde Ambiental da FMUL - ULisboa

- Adilson Marques, PhD, FMH -ULisboa | Promoção da atividade física e saúde
- Margarida Pedroso de Lima, PhD, FPCE - Universidade de Coimbra | Bem-estar ao longo da vida
- Vasco Lança, Estudante de Medicina FMUL | Praticante de desporto de alta competição

15:30 – 15:45 INTERVALO | Mostra de Vídeos

15:45 Prescrição II: A conexão entre a Arte e a Saúde

Moderador: Cristina Vaz de Almeida, PhD, Sociedade Portuguesa de Literacia em Saúde

- Carina Freitas, MD, PhD, Pedopsiquiatra, Neurocientista e Musicoterapeuta
- António Raminhos, Humorista
- Cláudia R. Sampaio, Artista plástica e poeta, Projeto “Manicómio”

16:45 - 18h: Exposição de trabalhos e Conversa com os autores

I. ENCONTRO PARA A SAÚDE MENTAL: UMA REFLEXÃO NO ENSINO SUPERIOR 22 E 23 DE MARÇO

23 de março de 2023

9:30 Check-in

10:00 CUIDAR DE QUEM CUIDA

Moderador: Joaquim Ferreira, MD, PhD, Conselho Pedagógico da FMUL

- Nazaré Santos, MD, Médica Psiquiatria, Serviço de Psiquiatria e Saúde Mental do CHULN – HSM
- Margarida Portugal Mota, Psicóloga do INEM
- Renato Martins, Estudante de Medicina da Universidade da Beira Interior, Departamento de Saúde Pública da ANEM

11:15 AUSCULTAR A FMUL

Moderador: Daniel Sampaio, MD, PhD, Consultor do Espaço S

- Sofia Reimão, MD, PhD, Vice-Diretora da FMUL
- Rui Martins, Psicólogo do Espaço S
- Duarte Tude Graça, Presidente da Associação de Estudantes da FMUL (AEFML)

12:00 ENCERRAMENTO

Take out notes

- Ana Rita Sobral, Gabinete de Apoio ao Estudante da FMUL
- Ana Carolina Fagundes, Departamento de Saúde Pública e Sexual da AEFML
- Nuno Gaibino, MD, em Representação do Presidente do Conselho Regional do Sul da OM

14:00 Check-in

WORKSHOPS

14:30 - 15:30 Move in I: Atividade de Pilates – Susana Mota (Estádio Universitário)

15:30 - 16 Move in II: Atividade de Zumba - Sónia Barroso (Colaboradora FMUL)

14:30 - 16:30 Hold-on: Workshop de Gestão da Ansiedade - Joana Marafuz e Patrícia Reis (Psicólogas do Espaço S)

14:30 - 15:45 Mute: “Três práticas de Mindfulness para gerir o stress.” - Nuno Mendes Duarte (Psicólogo Clínico e Psicoterapeuta, Professor de Mindfulness)

15:30 - 16:30 Walk-in: Walk with AEFML - Uma caminhada e uma reflexão sobre a Saúde Mental - Carolina Freitas, Martim Martins, Teresa Machado (Estudantes da AEFML)