

## Trabalho apresentado no 24º CBCENF

- Título:** “Você Não Está Sozinha”: Conversa Sobre Ansiedade entre Mulheres Estudantes, Enfermeiras e da Comunidade
- Relatoria:** Elayne Christine Araújo Ressurreição  
Alana Costa Silva  
Maria Naiara Ferreira Lucena
- Autores:** Maria Yanka Borges da Silva  
Melina Even Silva da Costa  
Álissan Karine Lima Martins
- Modalidade:** Comunicação coordenada
- Área:** Tecnologias e comunicação na formação de enfermagem
- Tipo:** Relato de experiência
- Resumo:**

**Introdução:** As mulheres são um grupo mais propenso a apresentar transtornos de ansiedade ao longo da vida, segundo dados da literatura científica, o que pode ser potencializado pelas demandas às quais elas estão mais frequentemente expostas, como, por exemplo, o cuidado a crianças e idosos, que muitas vezes apresentam comorbidades, e a necessidade de conciliar vida doméstica e atividades laborais. Questões bioquímicas e hormonais também são relevantes para os índices mais elevados de predisposição ao sofrimento e adoecimento mental ligados à ansiedade, entre mulheres. Considera-se necessário discutir a temática, a fim de se pensarem estratégias de promoção da saúde mental para esse público. **Objetivo:** Descrever a experiência de uma roda de conversa promovida por acadêmicas do Curso de Graduação em Enfermagem de uma universidade pública junto a mulheres da comunidade vinculada à Estratégia Saúde da Família onde o grupo desenvolvia estágio supervisionado. **Método:** O trabalho consiste em um relato da experiência de uma atividade de promoção da saúde, realizada no mês de dezembro de 2021, por estudantes que cursavam a disciplina de Saúde Mental e cumpriam práticas em campo em uma unidade da zona rural do interior do Cariri Cearense. Acordou-se com a agente comunitária de saúde que seriam convidadas mulheres da comunidade que tivessem diagnóstico médico de transtornos de ansiedade. **Resultados:** Compareceram ao encontro quatro mulheres: sogra e nora, e mãe e filha, de famílias distintas, mas vizinhas próximas. As preletoras eram acadêmicas e profissionais de enfermagem, totalizando oito mulheres. O grupo se reuniu nas dependências da igreja da praça da comunidade, cuja chave estava em posse da agente comunitária de saúde. A equipe de enfermagem explanou questões-chave sobre a ansiedade, como sintomatologia, gatilhos, modos de administrar as crises e a necessidade de procura por ajuda profissional e acompanhamento clínico para melhor qualidade de vida. As estudantes e profissionais expuseram ainda suas vivências pessoais e identificaram-se com as situações enfrentadas pelas usuárias do serviço. Foram produzidos e distribuídos pelas alunas folhetos explicativos que tratavam do tema da ansiedade. Por fim, foi servido um lanche para todas as participantes. **Conclusão:** O compartilhamento de experiências trazidas pelas profissionais e estudantes, em comum com as vivências das usuárias, proporcionou uma rica e significativa aprendizagem para as mulheres envolvidas.