

Trabalho apresentado no 24º CBCENF

Título: EDUCAÇÃO PERMANENTE EM SAÚDE COMO ESTRATÉGIA PARA PROMOÇÃO DO AUTOCUIDADO EM SAÚDE MENTAL DO TRABALHADOR

Relatoria: MÁRCIA ASTRÊS FERNANDES
Nanielle Silva Barbosa
Francisco Gaunié de Sousa Pessôa

Autores: Elanna Maria Rodrigues de Souza
Maria Aurislane da Silva Alves
Maria Aparicida Araújo

Modalidade: Comunicação coordenada

Área: Inovação das práticas de cuidado

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

INTRODUÇÃO: O trabalhador em Saúde Mental está constantemente sujeito a elevada carga emocional decorrente de suas relações com o cliente, familiar e demais trabalhador. Dejours enfatiza que esses fatores podem contribuir para seu sofrimento psíquico. Nessa perspectiva, destaca-se a importância da inclusão da Educação Permanente em Saúde (EPS), de forma coletiva, problematizar acerca do adoecimento provocado pelo ambiente laboral e, assim, transformar as práticas profissionais com o intuito de priorizar o autocuidado dos trabalhadores. **OBJETIVO:** Relatar a experiência do Núcleo de Educação Permanente em Saúde com a promoção do autocuidado em Saúde Mental de trabalhadores de uma instituição psiquiátrica. **METODOLOGIA:** Trata-se de um relato de experiência sobre a vivência de colaboradores e profissionais que compõe o Núcleo de Educação Permanente em Saúde (NEPS) de um hospital psiquiátrico, localizado em Teresina, Piauí, em maio de 2022, com a realização de ações, tendo a EPS como estratégia político pedagógica. As atividades incluíram rodas de conversa, Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) e divulgação de materiais educativos. **RESULTADOS:** A partir da observação do cotidiano laboral e das necessidades apresentadas pelos trabalhadores, nota-se como uma das prioridades a promoção do autocuidado em Saúde Mental da equipe. A relação ansiedade e trabalho foi uma das temáticas abordadas. Outro ponto refletido foi que o profissional, muitas vezes, na missão ética de cuidar do outro, negligencia suas necessidades e anseios. Logo, o tema autocuidado foi bem apropriado para a discussão. Foram desenvolvidas práticas de Auriculoterapia, Constelação Familiar e Terapia Comunitária, métodos terapêuticos que favorecem a integralidade da atenção à Saúde do Trabalhador. Houve a divulgação da cartilha, intitulada "Promoção do Autocuidado em Saúde Mental", que reuniu estratégias a serem desenvolvidas para a prática diária do cuidado de si, autocompaixão e autovalorização. **CONCLUSÃO:** As atividades permitiram uma ampla discussão sobre a Saúde Mental do trabalhador, relacionando os temas ao processo de trabalho. A integração e participação dos profissionais na construção do seu cuidado contribuíram para um processo de aprendizagem contínuo e significativo que teve como foco a promoção do autocuidado. Tais ações devem ser realizadas de forma contínua no serviço de saúde contribuindo para processos de trabalho menos adoecedores.