

## Trabalho apresentado no 25º CBCENF

**Título:** DEBATENDO SOBRE SAÚDE MENTAL DURANTE UMA AÇÃO DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

**Relatoria:** Sonnaly Alexandre Pinto  
Fernanda Damasceno Silva  
Laura Pereira da Silva Dantas

**Autores:** Juce Ally Lopes de Melo  
Francisco Lucas Cardoso da Silva  
Lucas Souza Leite

**Modalidade:** Comunicação coordenada

**Área:** Formação, Educação e Gestão em Enfermagem

**Tipo:** Relato de experiência

**Resumo:**

A saúde mental é inerente a todos, interferindo em pensamentos, sentimentos e ações, além de influenciar em decisões, relacionamentos e no desenvolvimento pessoal. Na adolescência, a saúde mental assume importância particular, pois é responsável por moldar a vida adulta. Entretanto, caso esta esteja prejudicada e deficiente de cuidados, o bem estar e a interação social poderão ser comprometidos. Por isso, é essencial promover ações que abordem o psicológico deste público que está vulnerável a diversas alterações anatômicas, emocionais e sociais. Diante disso, percebe-se a necessidade de ações da enfermagem para promover a saúde mental dos adolescentes, portanto, o estudo objetiva apresentar a experiência de implementar educação em saúde em escolas durante a graduação de enfermagem, discorrendo sobre potencialidades e desafios que envolveram a ação. Assim, trata-se de um relato de experiência de abordagem qualitativa que descreve uma ação de educação em saúde realizada pelos discentes do 7º período de enfermagem da Universidade do Estado do Rio Grande do Norte, que deu-se por meio de uma roda de conversa guiada através da técnica do gabi, onde cada grupo recebeu uma cartolina, com um tema central, para que representasse os seus conhecimentos prévios através de imagens. Assim, a apresentação das produções geraram discussões sobre as diferenças entre saúde mental e sofrimento psíquico, formas de melhorar a saúde mental, apontando estratégias como: a escuta terapêutica, musicoterapia, alimentação saudável, atividade física e meditação, bem como, foi demonstrado técnicas de respiração e de aromaterapia utilizando um difusor. Em suma, ao realizar as intervenções, as experiências foram significativas, pois os métodos de implementação foram bem recebidos pelo público e a educação em saúde quando realizada com os adolescentes possibilita coletar informações e propiciar diálogo. Assim, é fundamental que o profissional de saúde saiba ouvir o paciente e sobretudo, identificar quais os problemas requerem maior atenção, para assim, trabalhar sob eles. Portanto, a vivência da educação em saúde durante a graduação de enfermagem é ferramenta essencial para a formação efetiva de enfermeiros capacitados. Além disso, oportuna a junção teoria e prática influenciando na construção de conhecimentos e habilidades dos alunos, como planejamento, criatividade, interação, escuta qualificada, capacidade de transmitir e de receber saberes e aptidão de ser resolutivo diante problemas.