

## Trabalho apresentado no 25º CBCENF

**Título:** PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES EM PERÍODO ESCOLAR: RELATO DE EXPERIÊNCIA

**Relatoria:** Vitória Maria Ferreira de Sousa

Mariana Araújo Rios

**Autores:** Ana Thereza Carvalho Pontes

Tifanny Horta Castro

**Modalidade:** Comunicação coordenada

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

**Tipo:** Relato de experiência

**Resumo:**

**INTRODUÇÃO:** A adolescência é uma fase de transição marcada por mudanças físicas e psicossociais. O ambiente escolar apresenta desafios que causam instabilidade emocional aos adolescentes ao buscarem sua identidade. Dessa forma, a enfermagem pode oferecer apoio, orientação e detecção precoce de problemas mentais. **OBJETIVOS:** Relatar a experiência de acadêmicos de enfermagem em uma dinâmica de promoção à saúde mental em adolescentes de uma escola estadual. **METODOLOGIA:** Trata-se de um relato de experiência de estudantes de enfermagem da Universidade Federal do Ceará (UFC) durante o período de estágio da disciplina de "Saúde do Adolescente" no mês de maio de 2023. Os estudantes de enfermagem conduziram uma atividade inspirada no filme "Harry Potter", sobre saúde mental em uma escola de ensino médio estadual. Após exibir uma cena em que o personagem enfrenta seus medos, os alunos formaram uma roda de conversa, na qual, foram sorteados temas como família, redes sociais, autoestima e sexualidade. Depois, os estudantes de enfermagem compartilharam experiências baseados em artigos científicos, enriquecendo a discussão. O participante, ao olhar-se no espelho, enfrentava simbolicamente suas inseguranças ao rasgar o papel com a situação mencionada. Além disso, os acadêmicos de enfermagem trouxeram atividades para reduzir a ansiedade, como alongamentos, técnicas de respiração, meditação, arteterapia e auriculoterapia. **RESULTADOS:** Inicialmente os jovens começaram de maneira reservada, mas com estímulo, contexto e exemplos cotidianos, eles se sentiram confortáveis para compartilhar com o grupo suas próprias experiências e conflitos. Desse modo, criou-se um espaço para maior interação e troca de experiências sobre problemas de autoimagem, receios sobre vida sexual, questões familiares, como pressão por parte dos pais, falta de diálogo e instabilidade familiar. Além disso, notou-se a relevância de introduzir técnicas de relaxamento aos alunos; algumas eram familiares, enquanto outras despertaram curiosidade e suscitaram interesse. **CONCLUSÃO:** A dinâmica de saúde promoveu ambiente acolhedor, aumentando a conscientização sobre saúde mental. Os estudantes de enfermagem uniram teoria e prática, fortalecendo habilidades e oferecendo ferramentas aos jovens para enfrentar desafios emocionais. O envolvimento dos alunos e abordagem criativa do filme ressaltaram eficácia em tratar temas sensíveis para os adolescentes, enfatizando o papel da enfermagem na educação e apoio nessa fase.