

Trabalho apresentado no 26º CBCENF

Título: "PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL ENTRE JOVENS UNIVERSITÁRIOS: EXPERIÊNCIA EM UMA FEIRA EDUCATIVA"

Relatoria: Antonia Joyce Gomes de Oliveira
Ednardo de Sousa Saraiva
Crislânia Rodrigues Vieira

Autores: Ellen Érika de Souza Castro
Antônio Diogo Costa Bezerra
Francisco Emersom Braz dos Santos

Modalidade: Comunicação coordenada

Área: Eixo 1: Assistência, gestão, ensino e pesquisa em Enfermagem

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

INTRODUÇÃO: A saúde mental é essencial para o bem-estar individual, desempenhando um papel crucial no equilíbrio emocional, desempenho profissional e relações interpessoais. Recentemente, a conscientização sobre a importância de cuidar da mente como do corpo tem crescido, especialmente entre jovens, destacando a necessidade de educação em saúde mental para uma sociedade mais saudável. Uma saúde mental bem cuidada favorece o desenvolvimento integral do indivíduo, enquanto a doença mental prejudica todos os aspectos de sua vida. Assim, ações de promoção da saúde com jovens são relevantes, visto o atual contexto social. **OBJETIVO:** Relatar a experiência de uma ação promovida para jovens universitários sobre cuidados com a saúde mental. **MÉTODOS:** Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, realizado em setembro de 2023 por alunos do 5º período do curso de graduação em Enfermagem, durante a "Feira de Saúde Mental" na Universidade do Maciço de Baturité (UniMB). A atividade incluiu etapas de planejamento, execução e avaliação, com o objetivo de oferecer conhecimentos sobre a importância da saúde mental. Foram distribuídos panfletos informativos e realizadas conversas sobre o tema com o público. **RESULTADOS:** Aproximadamente 60 estudantes dos cursos de Direito, Administração e Pedagogia participaram da atividade. Ficou evidente que a conscientização sobre a saúde mental desempenha um papel crucial na promoção dos cuidados. Relatos dos participantes sobre seu estado mental permitiram uma maior aproximação, mostrando a importância de trabalhar a saúde mental para uma sociedade mais saudável e produtiva. Esse engajamento é consistente com estudos que apontam a eficácia de programas de educação em saúde mental para jovens adultos, que são uma população particularmente vulnerável ao desenvolvimento de transtornos mentais; além disso, a abordagem direta e interativa utilizada na feira, incluindo a distribuição de panfletos e a promoção de conversas, parece ter facilitado uma maior abertura dos participantes para discutir suas próprias experiências e preocupações. A ação reforça a necessidade de programas contínuos e integrados de apoio à saúde mental nas instituições de ensino superior. **CONCLUSÃO:** A experiência destaca a necessidade crescente de cuidados com a saúde mental e a quebra das barreiras que ainda existem sobre o tema. A saúde mental precisa ser trabalhada diariamente para alcançar uma sociedade saudável e produtiva.