

Trabalho apresentado no 26º CBCENF

Título: ESTRATÉGIAS EDUCACIONAIS EM ENFERMAGEM PARA O CUIDADO EM SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES

Relatoria: Lana Ramos Feitosa
Abel Duarte da Mota
Ana Carolina Carvalho Da Costa

Autores: Aysha Fernanda Costa Batista
Aweme Ferreira Amador
Larissa Cristina Lopes Lima

Modalidade: Comunicação coordenada

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

Tipo: Relato de experiência

Resumo:

INTRODUÇÃO: Configura-se como saúde mental “um estado de bem-estar mental que permite às pessoas lidarem com momentos estressantes da vida, desenvolver todas as suas habilidades, aprender e trabalhar bem e contribuir para a melhoria de sua comunidade.” A partir desta definição, o enfermeiro como educador deve atuar na educação em saúde mental para adolescentes, contribuindo para o futuro de uma sociedade psicologicamente mais saudável. **OBJETIVO:** Descrever a ação educativa em saúde mental. Construir com os alunos uma tecnologia de autoestima. Salientar a importância de manter o bem-estar mental. **METODOLOGIA:** Estudo descritivo do tipo relato de experiência com acadêmicos de enfermagem do 4º semestre de uma instituição pública do Pará durante ação educativa em saúde com o tema “Saúde Mental na Adolescência”. A ação ocorreu no mês de outubro de 2023, em escola da rede pública de Belém-PA, com a presença de aproximadamente 40 alunos do fundamental. A narrativa seguiu um roteiro montado pelos discentes contendo a abordagem de conceitos básicos em saúde mental e hábitos importantes para prevenir o adoecimento da mente, discutidos em roda de conversa. Os acadêmicos também desenvolveram uma tirinha didática como tecnologia educativa acerca da importância de cuidados com a autoestima e após a finalização do diálogo com os alunos, os mesmos foram orientados a construir a “árvore otimista”. Para representar as folhas da árvore foi distribuído para cada aluno um papel, no qual seriam responsáveis em escrever frases positivas e colar ao redor do tronco já desenhado na cartolina. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** A “árvore otimista” resultou em 28 papéis contendo diversas frases como: “Você é especial”, “Não é porque você chora que você é imperfeito”, “Se aceite como você é!” e “Não seja cópia, seja referência”. Desenvolver esta tecnologia juntamente com as tirinhas e a ação foi essencial para promover reflexões de autoaceitação e controle da ansiedade, evidenciando a importância de práticas simples e criativas que podem ter um impacto significativo na saúde mental dos adolescentes e no seu bem-estar dentro dos ambientes em que está inserido. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Dentro deste paradigma, observa-se que é pertinente a enfermagem atuar nas ações de promoção a saúde mental, abordando esta temática em âmbito escolar. As atividades realizadas demonstraram ser uma ferramenta eficaz para incentivar impressões positivas que os adolescentes podem ter de si mesmos.