

PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES EM ESCOLA DE ENSINO MÉDIO: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Vitoria Talya dos Santos Sousa ¹, Andreia de Melo Mendonça ², Cristefania Meiru de Lima ³, Nathanael de Souza Maciel ⁴, Lydia Vieira Freitas dos Santos ⁵, Carolina Maria de Lima Carvalho ⁶

RESUMO

Devido à vulnerabilidade emocional do sujeito durante a adolescência, entende-se que esse momento de vida pode tornar-se propício ao aparecimento de sintomas e transtornos mentais. Nesse sentido, objetivou-se relatar a experiência vivenciada por acadêmicos de Enfermagem acerca da realização de uma atividade de promoção da Saúde voltada para adolescentes de uma escola de ensino médio. Trata-se de um estudo descritivo, com abordagem qualitativa, do tipo relato de experiência, realizado em uma escola de ensino médio de Redenção, Ceará, em agosto de 2019, durante estágio curricular da disciplina “Processo de Cuidar na Saúde Mental”. Participaram do estudo 45 adolescentes matriculados nas séries do ensino médio, que foram selecionados pela escola, as idades variavam de 14 e 18 anos. A ação foi planejada em três momentos: acolhimento, apresentação das temáticas e encerramento. Realizou-se acolhimento onde os participantes escreveram sentimentos recentes em papéis, e citaram, por exemplo, “alegria”, “cansaço” e “ansiedade”. Em seguida, em dinâmica sobre estresse em que os escolares deveriam encher balões, percebeu-se a carga deste sentimento sobre os mesmos. Falando sobre ansiedade, foi percebido o conhecimento básico dos estudantes, e esclarecido a respeito. Para um feedback sobre a ação, os participantes foram indagados sobre o que levariam daquele momento, e sentimentos como “aprendizagem” e “reflexão” foram citados. Por fim, foi realizada a dinâmica “Corredor do cuidado”, buscando encerrar a atividade com um momento de cuidado e incentivo. Acredita-se ter levado reflexão sobre assuntos pertinentes à sua saúde mental aos participantes, e percebeu-se a necessidade de mais abordagens sobre os temas propostos e relacionados.

Palavras-chave:

Saúde Mental. Adolescente. Enfermagem. Promoção da Saúde.

¹ Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, e-mail: vitoriatsantossousa@gmail.com

² Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, e-mail: andreia.melom@yahoo.com.br

³ Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, e-mail: crismeiru@gmail.com

⁴ Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, e-mail: nathanael.souza.inf@gmail.com

⁵ Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Docente, e-mail: lydia@unilab.edu.br

⁶ Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Docente, e-mail: carolinacarvalho@unilab.edu.br