

## A IMPORTÂNCIA DA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DENTRO DAS ESCOLAS POR MEIO DE CAPACITAÇÃO EDUCATIVA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Wanderson Souza Marques<sup>1</sup>  
Lucas De Sousa Silva<sup>2</sup>  
Francisca Janielle Lima Dutra Soares<sup>3</sup>  
Maria Jocelane Nascimento Da Silva<sup>4</sup>  
Carolina Maria De Lima Carvalho<sup>5</sup>

### RESUMO

A promoção da saúde mental trata-se de um conjunto de iniciativa que prioriza o bem estar físico e psicossocial do indivíduo. Nesse contexto, educadores exercem um papel fundamental na detecção de transtornos em alunos, para isso o método de capacitação se torna uma ferramenta chave afim de se promover tal ação. O estudo objetivou descrever uma ação educativa realizada em uma cidade no interior do Ceará com professores da rede pública de ensino, tendo como foco a saúde mental dentro da educação. Trata-se de um relato de experiência descritivo de aspecto qualitativo conduzido por estudantes de enfermagem pertencentes a uma universidade brasileira de cunho internacional, realizado em setembro de 2019. A ação educativa foi realizada por método de capacitação com 60 professores de diversas disciplinas do ensino fundamental e médio. Utilizou-se para tanto, as metodologias ativas de aprendizagem com dinâmicas lúdicas e didáticas. Os pontos fundamentais tratados foram com relação aos seguintes aspectos: a importância do professor na promoção da saúde mental; reconhecer os sinais de transtornos e como proceder; métodos e técnicas de abordagem de alunos afetados e atividades conjuntas na prevenção dessas patologias. A capacitação foi realizada em momentos sequenciais. Primeiramente realizou-se o acolhimento com ênfase na prevenção do suicídio. Em seguida, promoveu-se a exposição de conteúdo teórico explanando as doenças que mais afetam esses jovens. Em um outro momento subsequente promoveu-se uma seção de meditação guiada, visando ressaltar maneiras de controlar a ansiedade, por último e não menos importante o encerramento foi por meio de uma dinâmica denominada "corredor do cuidado". Diante do exposto, nota-se que esse tipo de ação possibilita uma preparação dos educadores em lidar com o surgimento de transtornos mentais dos alunos, e que acima de tudo tem a escola como um ambiente propício a observação, possibilitando uma tomada de conduta correta de acordo com cada patologia em questão.

**Palavras-chave:** Promoção da Saúde Saúde Mental Educação Educadores .

---

UNILAB, Instituto das Ciências da Saúde, Discente, wanderson\_marques09@outlook.com<sup>1</sup>

UNILAB, Instituto das Ciências da Saúde, Discente, desousalukas@gmail.com<sup>2</sup>

UNILAB, Instituto Ciências da Saúde, Discente, jannedutra@gmail.com<sup>3</sup>

UNILAB, Instituto Ciências da Saúde, Discente, jocelane.nascimento.silva@gmail.com<sup>4</sup>

UNILAB, Instituto Ciências da Saúde, Docente, carolinacarvalho@unilab.edu.br<sup>5</sup>