



VI MOSTRA CIENTÍFICA

18 À 21 DE NOVEMBRO

Participação das linhas de Pesquisa Institucionais e das Ligas Acadêmicas.



SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES E PRÁTICAS INTEGRATIVAS E COMPLEMENTARES: AÇÃO EDUCATIVA POR DISCENTES DE ENFERMAGEM

Área temática: Ciências da Saúde

Mateus de Jesus Júnior, Discente de Enfermagem, Centro Universitário Adventista de Ensino do Nordeste, Cachoeira, Bahia, Brasil. mateusjesusjr@gmail.com

Ana Vitória Ribeiro Teixeira, Discente de Enfermagem, Centro Universitário Adventista de Ensino do Nordeste, Cachoeira, Bahia, Brasil. anavitoriaribeiroteixeiraa@gmail.com

Vanicleide Menezes da Silva, Discente de Enfermagem, Centro Universitário Adventista de Ensino do Nordeste, Cachoeira, Bahia, Brasil. vanicleidemenezes@hotmail.com

Maria de Lourdes Santos de Souza, Discente de Enfermagem, Centro Universitário Adventista de Ensino do Nordeste, Cachoeira, Bahia, Brasil. santosmaria.enf@gmail.com

Raiane de Sousa Cardoso, Discente de Enfermagem, Centro Universitário Adventista de Ensino do Nordeste, Cachoeira, Bahia, Brasil. raysousasousa15@gmail.com

Marcela Shirlene Machado, Discente de Enfermagem, Centro Universitário Adventista de Ensino do Nordeste, Cachoeira, Bahia, Brasil. machadomarcela2005@gmail.com

Paula Paulina Costa Tavares, Docente de Enfermagem, Centro Universitário Adventista de Ensino do Nordeste, Cachoeira, Bahia, Brasil. paula.tavares@adventista.edu.br

Palavra-chave: Práticas de Saúde Integrativas e Complementares; Arteterapia; Adolescente; Promoção da Saúde.

Introdução: De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), um em cada cinco adolescentes enfrentam algum transtorno de saúde mental, tornando-se uma preocupação global crescente. Fatores como condições de vida adversas, falta de acesso a serviços de saúde mental e ausência de apoio familiar contribuem para a exposição desses jovens a problemas psicológicos. Portanto, destaca-se a necessidade de intervenções precoces e de estratégias eficazes para promover o bem



estar nessa fase da vida. Nesse contexto, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS), como a arteterapia, têm ganhado espaço como abordagens holísticas que visam não apenas o alívio de sintomas de ansiedade, depressão e estresse, mas também a promoção da autorregulação emocional e do bem-estar integral. **Objetivo:** Relatar a experiência de discentes de Enfermagem na realização de ação educativa promovida para adolescentes sobre saúde mental e PICS. **Métodos:** Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência sobre uma ação educativa do tipo projeto de extensão, realizado por discentes de Enfermagem do Centro Universitário Adventista de Ensino do Nordeste entre agosto e setembro de 2024, com 20 adolescentes, 1 professora e 1 auxiliar de sala de um colégio na zona rural de Cachoeira no Recôncavo Baiano. **Resultados:** Inicialmente foi realizada a dinâmica do espelho, visando promover autoconhecimento sobre a própria identidade entre os adolescentes e explanação sobre o uso excessivo de telas e os impactos para a saúde, além da disponibilização de estratégias para equilibrar esse uso. Por fim, realizou-se a dinâmica de emoções, onde os alunos encheram bexigas enquanto refletiam sobre experiências negativas, e ao final disseram "não tenho mais medo" antes de estourá-las, simbolizando a liberação dessas emoções. O primeiro encontro incluiu também discussões sobre comunicação, educação em saúde e empatia, e finalizou com a entrega de panfletos sobre o uso excessivo do celular. Posteriormente, foi realizada a dinâmica da árvore do sentimento, onde os participantes escreveram em post-its um sentimento atual e colaram na "árvore" de cartolina, que simbolizava o espaço onde emoções são expressas e transformadas. Além disso, foi realizada uma prática de arteterapia, onde os alunos expressaram seus sentimentos por meio de desenhos, facilitando a exploração de questões internas de forma criativa e segura. O segundo encontro foi encerrado com um coffee break, proporcionando um momento de integração e convivência descontraída para todos os envolvidos. **Conclusão:** Com



isso, foi possível aos discentes perceber a importância do papel do enfermeiro como agente promotor de ações educativas para incentivo à promoção da saúde mental de adolescentes, visando contribuir para a prevenção de agravos na saúde mental, a adesão de PICS no dia a dia e por conseguinte, um estilo de vida mais saudável aderido pela população adolescente.