

ATIVIDADES DO PROGRAMA SAÚDE NA ESCOLA COMO ESTRATÉGIA PARA ABORDAGEM DA SAÚDE MENTAL NAS ESCOLAS

**Luisiane de Avila Silva
Cesar Augusto de Freitas e Rathke**

Faculdade de Ciências Médicas da Paraíba - PB

Área: Ciências da Saúde

Introdução: O Programa Saúde na Escola (PSE) foi criado no ano de 2007 pelo Decreto Presidencial nº6.286 e possui a função de articular ações de prevenção, atenção e promoção à saúde, sendo o público-alvo dessa política os estudantes da rede pública. O PSE tem como um dos objetivos específicos promover a saúde e a cultura de paz, reforçando a prevenção de agravos. Dessa maneira, a saúde mental, em especial, a ansiedade pré-vestibular e a valorização da vida, são temas a serem abordados nas escolas de ensino médio. E a temática surgiu com mais intensidade após a Pandemia de COVID-19 e dos massacres ocorridos nas escolas brasileiras.

Objetivo(s): Relatar a prática das atividades do PSE sobre saúde mental e valorização da vida na escola de ensino médio da rede estadual. **Relato de**

Experiência: O presente trabalho trata-se de um relato de experiência das atividades realizadas a partir do planejamento das temáticas solicitadas pela direção da escola: ansiedade pré-vestibular, falta de perspectiva de futuro e crises de ansiedade e pânico após os ataques ocorridos em outros estados do Brasil. O planejamento foi por meio de tópicos e pesquisas como: tipos de ansiedade e pânico, como lidar com eles e meios de pedir ajuda. Após isso, foram realizadas três dinâmicas com as turmas do 2ª e 3ª anos do ensino médio de uma escola da rede estadual. Na primeira atividade foram utilizados balões e papéis com sentimentos positivos (alegria/admiração) e negativos (tristeza/medo): os estudantes colocaram o sentimento negativo no balão e estouraram de forma simbólica. Após houve uma roda de conversa sobre as diversas formas de lidar com os sentimentos. Nas demais atividades foi proposto que cada aluno escrevesse um elogio para si ou algo que fosse muito importante para eles, estimulando a autoestima e valorização da vida. As turmas contribuíram de forma ativa e demonstraram interesse pela atividade.

Resultados/Discussão: Como resultado destacam-se a participação ativa dos envolvidos e a necessidade de abordar os diversos temas que compõem a saúde mental de forma mais frequente e rotineira, buscando entender a importância individual e coletiva em que todos estão inseridos. Dessa forma, as atividades do PSE foram desenvolvidas e executadas com o devido destaque à importância da valorização da vida e do cuidado com a saúde mental. **Considerações Finais:** É preciso entender, refletir e incentivar as ações do Programa de Saúde na Escola (PSE) e propor atividades para conseguir prevenir e fortalecer a saúde mental dos alunos nos ambientes escolares e sociais.

Palavras-chave: Saúde mental. Ansiedade. Ensino médio. Medicina