

O “CESTO DOS MEDOS”: FALANDO DE SAÚDE MENTAL COM ADOLESCENTES DE UMA ESCOLA, UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Marcos da Silva Trindade¹; Brenna Marcela Evangelista Baltazar¹; Leonardo Silva da Costa¹; Risangela Patricia de Freitas Pantoja¹; Jacira Nunes Carvalho²

¹Graduação, ²Doutorado
Universidade Federal do Pará (UFPA)
marquinhopara@hotmail.com

Introdução: A partir do compromisso de integração entre formação, extensão, serviços comunidade⁵. Faz-se necessária a utilização de estratégias, uma delas é a educação popular que utiliza as rodas de conversa que tem como foco principal impulsionar o processo de educação e vale ressaltar que ela não é apenas uma simples ferramenta metodológica³, mas sim um instrumento poderoso de comunicação entre a comunidade, profissionais de saúde e os estudantes, partindo desta concepção, este trabalho tem como objetivo descrever um relato de experiência sobre a utilização da estratégia de rodas de conversa como impulsionadoras do processo de educação em saúde no contexto da saúde mental⁴, que é um método de ressonância coletiva que consiste na criação de espaços de diálogo, em que as pessoas se expressam, escutam os outros e a si mesmas. Esta estratégia estimula a construção da autonomia dos sujeitos por meio da problematização, da troca de informações e da reflexão para a ação¹. Nessa perspectiva, a roda serve para alimentar circuitos de troca, mediar aprendizagens recíprocas e/ou associar competências e que todos os que entram na roda têm poderes iguais sobre o território de que falam². Partindo desse princípio a educação popular em saúde ganha seu espaço. **Objetivos:** Descrever as experiências vivenciadas a partir de uma dinâmica realizada em rodas de conversa sobre saúde mental com adolescentes. **Métodos:** Trata-se de um estudo descritivo com abordagem qualitativa do tipo relato de experiência. Foi realizado em uma escola estadual de ensino médio no bairro do Guamá, localizado na cidade de Belém – PA, a escola é utilizada como local de prática do Projeto de Extensão Eixo Transversal 2016, Educação em Saúde Para Adolescentes na Escola (PROESA) da Pró-Reitoria de Extensão - ProEX, Diretoria de Programas e Projetos - DPP, da Universidade Federal do Pará – UFPA, o número de participante da dinâmica foi um total de 121 adolescentes que se dividem em 7 turmas do ensino médio e da Educação de Jovens e Adultos – EJA, separados em três turnos: manhã, tarde e noite. Durante a ação foi realizado o acolhimento dos participantes e logo em seguida foi explicado de forma introdutória à dinâmica da roda de conversa, o material utilizado durante a ação foi: filhas de papel no formato retangular de cor branca, uma sacola plástica de cor preta e um recipiente do tamanho da sacola. Durante o dialogo foi distribuído o papel para cada estudante em sala de aula, em seguida foi solicitado para que cada participante escrevesse pelo menos um medo que estes possuíam, e para que a dinâmica não ocasionasse constrangimentos para os participantes, os mesmos foram orientados a escrever em letra de forma e que não colocasse nem um tipo de identificação ou modificasse o formato do papel a fim de se localizá-lo entre os outros, para a dinâmica prosseguir foi dado um tempo de 5 minutos para o preenchimento do cartão, posteriormente foi utilizado o recipiente com o saco preto que o nomeamos de “cesto dos medos” para que fosse depositado nele os papéis com os medos referidos pelos adolescentes, após recolhidos os papéis foram analisados, contabilizados e separados por categorias de medos relacionando-os a fobias, denominamos cada categoria a fim de ter uma sequência lógica, foram elas: agora fobia, fobia social e fobias específicas. **Resultados e Discussão:** Depois de categorizados os medos, estes foram transcritos para o quadro e a partir deles foram feitas as discussões a cerca de saúde mental. Em

todos os turnos encontramos um significado em comum era o medo de morrer ele foi o mais mencionado, em segundo lugar o medo de perder algum ente querido seja um familiar, pai, mãe, filho, ou um amigo, em terceiro lugar os medos de animais como cobra, sapo, cachorro, coruja, barata, ratos e etc., em quarto lugar o medo de coisas sobrenaturais ou espirituais como fantasmas, assombrações, visagens e o castigo de Deus, muitos disseram ter medo da violência e citaram o assaltos, sequestros, balas perdidas, tiros, facadas, etc., outros relataram medo de falar em público, de ficar sozinho, medo do escuro, medo de locais com muitas pessoas, medo de perder o autocontrole, medo de se decepcionar, medo de frustrações, medo de falar sobre o namoro com os pais, medo de ser reprovado na escola, 3 adolescentes disseram não ter medo de nada. Para dar conta de algumas dessas questões, e fazer com que o adolescente encare esses medos sem o intuito de esgotá-las, a educação popular em saúde mostra-se como uma estratégia eficaz para a concretização do objetivo proposto³. **Conclusão:** A partir da dinâmica do “cesto do medo” foi possível observar que muitos adolescentes possuíam algum tipo de medo que pode ser o medo em comum de todo o ser humano ou um medo com potencial de se transformar em algum tipo de fobia, e acabar se transformando em uma patologia psiquiátrica. O “cesto do medo” permitiu ainda, com que todos os envolvidos pudessem expor seus medos e anseios tanto no papel quanto em relatos orais durante a discussão na roda de conversa, alguns mais a vontade para falar de um determinado assunto, assegurados de que sua identidade estava preservada dentro do “cesto do medo”, outros por se sentirem mais próximos de um ambiente democrático onde todos tinham a mesma força em sua opinião, foi observado que alguns adolescentes apresentavam falas e comportamentos suspeitos para possíveis diagnósticos de enfermagem acerca de saúde mental, ressaltamos a importância da roda de conversa como ferramenta metodológica para a educação em saúde, no sentido de aproximar educador e educando para uma mesma esfera onde se preserve o diálogo o respeito e troca de saberes de maneira harmoniosa.

Referências:

1. Campos GWS. Um método para análise e co-gestão de coletivos. São Paulo: Hucitec; 2000.
2. Ceccim RB, Feuerwerker LCM. O quadrilátero da formação para a área da saúde: ensino, gestão, atenção e controle social. *Physis Rev Saúde Coletiva* 2004; 14(1):41-65.
3. Allann da Cunha Carneiro Psicólogo. Carolina Moreira Oliveira Enfermeira. Mariane Marques de Souza Santos Psicóloga. Mirian dos Santos Alves Noêmia de Aragão Casais Terapeuta Ocupacional. Ailton da Silva Santos Assistente Social. Educação Popular em Saúde Mental: relato de uma experiência. *Saúde Soc.* São Paulo, v.19, n.2, p.462-474, 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/sausoc/v19n2/21.pdf>
4. Teresa Cristina Paulino de Mendonça. As Oficinas na Saúde Mental: Relato de uma Experiência na Internação. *PSICOLOGIA CIÊNCIA E PROFISSÃO*, 2005, 25 (4), 626-635. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/pcp/v25n4/v25n4a11.pdf>
5. DOMINGOS SÁVIO ALVES. Integralidade nas Políticas de Saúde Mental. 20/10/2009, 13:32 p. 172. Disponível em: <https://www.cepesc.org.br/wp-content/uploads/2013/08/Livro-completo.pdf#page=171>.