

EXPERIÊNCIAS NA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL MATERNA EM UM MOMENTO ALUSIVO AO DIA DAS MÃES

Autor(es): Luiz Ferreira do Nascimento¹, Lidiane de Sousa Aragão², Jeovâna de Castro Lopes de Vasconcelos³, Jade Maria Albuquerque de Oliveira⁴.

¹ Enfermagem, UVA, Sobral – CE. Email: luiz56540@gmail.com, ² Enfermagem, UVA, Sobral – CE. Email: sousalidiane2022@gmail.com, ³ Enfermagem, UVA, Sobral – CE. Email: jeovanadecastrolopes@gmail.com, ⁴ Enfermagem, UVA, Sobral – CE. Email: jade_maria@uvanet.br.

A maternidade é uma das experiências mais profundas e transformadoras que uma mulher pode vivenciar ao longo de sua jornada. No entanto, apesar da beleza inegável desse processo, também está repleta de desafios e complexidades que podem impactar vários aspectos da vida, inclusive a saúde mental. Considerando isso, o dia das mães é uma ocasião especial para celebrar e reconhecer o papel fundamental das mães na família e na sociedade, sendo uma data oportuna para promover momentos de cuidados de saúde mental. Assim, o presente trabalho possui o objetivo de descrever a experiência de acadêmicos de enfermagem na promoção da saúde mental de mulheres em um momento alusivo ao dia das mães. Trata-se de um estudo descritivo do tipo relato de experiência, ocorrido no dia 09 de maio de 2024 em um CSF localizado no município de Sobral, Ceará. Foi realizado um momento alusivo ao dia das mães organizado pela equipe multiprofissional e conduzido por internos de enfermagem, vinculados à Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA), divulgado através de cartazes, redes sociais e convites pessoais às mães cadastradas na unidade. O evento foi organizado em um espaço adequado, com cadeiras dispostas em círculo e contou com momentos terapêuticos de suporte à saúde mental, sendo dividido em cinco partes: momento quebra-gelo, massagem com massoterapia, dinâmica do espelho, sorteio de brindes e café da tarde. O evento realizado oportunizou aos acadêmicos de enfermagem e aos profissionais presentes conhecer melhor a realidade das mães que participaram, suas reflexões e dificuldades no contexto da maternidade. O momento quebra-gelo adequou-se para aproximar a equipe com o público, através da apresentação pessoal de modo a quebrar a barreira inicial da timidez, a massagem com massoterapia possibilitou aliviar as tensões, permitindo mudar o foco dos possíveis problemas para o momento presente e a dinâmica do espelho proporcionou evidenciar a sobrecarga que essas mães enfrentam onde a frase “eu cuido de todo mundo, mas não cuido de mim mesma” foi expressa pela maioria das mulheres presentes, ao final os sorteios e o café da tarde viabilizou um momento de descontração, ajudando a criar vínculos mais fortes entre o público e o CSF. Conduzir esse evento foi um exercício do protagonismo estudantil, oportunizando compartilhar os conhecimentos adquiridos na faculdade, trabalhar a promoção da saúde mental e realizar uma integração entre serviço, comunidade e universidade. A experiência foi enriquecedora do início ao fim, pois permitiu a comunidade criar vínculos com os internos de enfermagem e a equipe multiprofissional, além de oportunizar uma aproximação mais efetiva ao serviço de saúde. Assim, contribuindo de maneira significativa na formação dos acadêmicos, promovendo a escalada dos muros da universidade em uma devolutiva à comunidade por meio do compartilhamento e exercício dos conhecimentos e saberes aprendidos no meio acadêmico.

Palavras-chave: Saúde Mental; Mães; Atenção Primária à Saúde.