

EDUCAÇÃO EM SAÚDE MENTAL SOBRE ANSIEDADE COM ADOLESCENTES DO 9º ANO DO ENSINO FUNDAMENTAL II: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Mirelly Maria Moreira Cid ¹

Francisca Rhayssa de Sousa Sales²

Yasmim Soares Braga³

Maria da Conceição dos Santos Oliveira Cunha⁴

INTRODUÇÃO: A ansiedade constitui uma resposta emocional frente a situações percebidas como desafiadoras, novas ou ameaçadoras, desempenhando papel natural no processo de adaptação e enfrentamento. No entanto, quando se manifesta de forma excessiva e contínua, pode comprometer o bem-estar psicológico, o desempenho escolar e as relações sociais do indivíduo (Sousa; Silva, 2023). Abordar a ansiedade na adolescência é fundamental, pois essa faixa etária enfrenta desafios únicos relacionados ao desenvolvimento emocional e social, principalmente no contexto indígena, essa pauta se torna relevante, pois enfrentam o choque cultural, a adaptação ao modelo escolar ocidental e a valorização de sua identidade (Carvalho *et al.*, 2025; Aranão, 2024) **OBJETIVOS:** Relatar a realização de uma atividade educativa sobre ansiedade com alunos do 9º ano do Ensino Fundamental II em uma escola indígena. **METODOLOGIA:** Trata-se de um Relato de experiência realizada com estudantes do 9º ano do ensino fundamental II na Escola Indígena Raízes de Crateús por discentes da disciplina Extensão Acadêmica I do segundo semestre do curso de Enfermagem, no mês de setembro de 2025. O material produzido pelas discentes para tornar o momento dinâmico e interativo foi um álbum seriado, composto por imagens ilustrativas e pequenas frases distribuídas de maneira direta e clara em cartolinas unidas, formando um grande livro lúdico. As acadêmicas abordaram os tópicos “O que é a ansiedade?”, “Tipos de ansiedade”, “Sinais e sintomas” e “Estratégias para controlar a ansiedade”. Ao fim, eles receberam chocolates com a frase “Você é capaz de fazer coisas ‘divertidamente’ incríveis!” fazendo alusão ao filme infantil “Divertida Mente” que aborda as emoções humanas. **RESULTADOS:** Os alunos demonstraram interesse no assunto, apesar da pouca interação, participaram das dinâmicas. Constatou-se o perfil predominantemente tímido dos adolescentes e a sua identificação com o assunto, pois a ansiedade é algo com o que eles precisam

lidar diariamente no cotidiano escolar, familiar e social como um todo.

DISCUSSÕES: A adolescência é um período de intensas transformações biológicas, cognitivas e psicossociais, no qual os indivíduos buscam consolidar sua identidade e autonomia. Essa fase, por si só, pode gerar conflitos internos e sentimentos de insegurança que favorecem o surgimento de quadros de ansiedade. Estudos recentes destacam que altos níveis de ansiedade em adolescentes estão associados a prejuízos na qualidade de vida, dificuldade de concentração, insônia e afastamento das interações sociais. No caso dos adolescentes indígenas, essas questões se tornam ainda mais complexas devido ao choque cultural entre o modo de vida tradicional e as exigências do sistema educacional ocidental. A inserção desses jovens em espaços escolares fora de suas comunidades pode provocar sentimentos de inadequação, timidez e medo da rejeição, intensificando os sintomas de ansiedade. Assim, compreender a ansiedade na adolescência indígena requer uma abordagem que considere não apenas os aspectos individuais, mas também os fatores socioculturais e históricos que influenciam o bem-estar desses jovens.

CONSIDERAÇÕES FINAIS: A visita representou um momento de grande valor para a formação das acadêmicas, promovendo uma rica troca de saberes e experiências com a comunidade indígena, além de contribuir significativamente para a conscientização e o fortalecimento da saúde psicológica dos adolescentes.

Palavras-chave: Ansiedade. Educação Indígenas. Saúde Mental.

REFERÊNCIAS

ARANÃO, Giulia Deziró; GOMES, Ana Paula; SILVA, Robson Ferreira; OLIVEIRA, Amanda Lopes. *Sofrimento mental nos povos indígenas: uma revisão integrativa da literatura. Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, v. 6, n. 11, p. 125–138, 2024

CARVALHO, Socorro Taynara Araújo; LIMA, Jéssica Silva; COSTA, Raquel de Almeida; ALMEIDA, Bruna Ferreira. *Compreensões sobre saúde mental do povo indígena Tapuya Kariri da Aldeia Gameleira – Ceará. Estudos e Pesquisas em Psicologia*, v. 17, n. 31, p. 45–59, 2025

HARTE, Nicole et al. **A associação entre sintomas de ansiedade e depressão com dor e função em adolescentes e adultos jovens com dor crônica: uma meta-análise.** *Journal of Psychosomatic Research*, [S.l.], v. 187, p. 111-125 dez. 2024.

SOUSA, K. S.; SILVA, P. O. **Transtorno de ansiedade em adolescentes: impactos no desenvolvimento e agravamento de outras patologias.** *Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR*, Umuarama, v. 27, n. 4, p. 275-284, 2023

- 1 – Acadêmica de Enfermagem da Faculdade Princesa do Oeste, email: yasmim.braga@alu.fpo.edu.br, Crateús – CE;
- 2 – Acadêmica de Enfermagem da Faculdade Princesa do Oeste, email: mirelly.cid@alu.fpo.edu.br, Crateús – CE;
- 3 – Acadêmica de Enfermagem da Faculdade Princesa do Oeste, email: francisca.sales@alu.fpo.edu.br, Crateús – CE;
- 4 –Doutora. Docente da Faculdade Princesa do Oeste, email: maria.conceicao@fpo.edu.br, Crateús – CE.