

VALORIZAÇÃO DA VIDA E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL NA ADOLESCÊNCIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA EM CENTRO SOCIOEDUCATIVO

Fabiana Rodrigues Ferreira¹

Antonia Aurélia Rodrigues Teixeira²

Maria Jeanny Ximenes Alcantara Barros³

Dilene Fontinele Catunda Melo⁴

Introdução: O suicídio é considerado um grave problema de saúde pública, frequentemente associado a fatores emocionais, sociais e psicológicos. No contexto da adolescência, as vulnerabilidades próprias dessa fase tornam os jovens mais suscetíveis a sofrimentos psíquicos e comportamentos de risco (Simões *et al.*, 2022). Nesse sentido, a campanha “Setembro Amarelo” surge como uma valiosa estratégia de conscientização, promovendo o diálogo e a escuta ativa como meios de cuidado em saúde mental. **Objetivo:** Relatar a experiência vivenciada pelos acadêmicos do Grupo de Pesquisa e Extensão ‘Adolescência Saudável’ durante uma ação educativa sobre prevenção ao suicídio e valorização à vida, realizada com jovens socioeducandos no Centro Socioeducativo de Crateús-Ceará. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência, de caráter descritivo e abordagem qualitativa. A ação ocorreu no dia 25 de setembro de 2025 e contou com a colaboração de acadêmicos da disciplina Bases Psicológicas do Processo de Cuidar em Enfermagem e das internas do 9º semestre de Enfermagem da Unidade de Atenção Primária à Saúde Venâncios. Inicialmente, foi promovida uma discussão sobre o significado do Setembro Amarelo e a origem da campanha. Em seguida, desenvolveram-se dinâmicas interativas e a entrega de post-its com mensagens motivacionais. **Resultados:** As atividades foram acolhidas de forma muito positiva pelos adolescentes e demais participantes. Na dinâmica “Cubo das Emoções” fez-se uso de um dado em que cada face representava um sentimento, como alegria, calma, tristeza e a cada jogada eram compartilhadas as situações relacionadas à emoção

¹Autora apresentadora. Acadêmica de Enfermagem da Faculdade Princesa do Oeste. E-mail: fabiana@alu.fpo.edu.br

²Autora. Acadêmica de Enfermagem da Faculdade Princesa do Oeste. E-mail: aurelia.teixeira@alu.fpo.edu.br;

³Autora. Acadêmica de Enfermagem da Faculdade Princesa do Oeste. E-mail: mariajeanny2020@gmail.com;

⁴ Mestra. Docente do Curso de Graduação em Enfermagem da Faculdade Princesa do Oeste. E-mail: dilene.fontinele@fpo.edu.br.

sorteada, favorecendo a reflexão sobre vivências e formas saudáveis de lidar com os próprios sentimentos, enquanto no “Curativos da Saúde Mental” os participantes retiraram pequenos curativos de uma caixa, contendo mensagens de incentivo e autocuidado. Esse momento estimulou a importância de cuidar das emoções tanto quanto das feridas físicas. Já na dinâmica “Estoure a Sua Dor”, utilizou-se balões amarelos contendo uma palavra que representava um sentimento negativo, como “raiva”, “mágoa” e “medo”. Os participantes escolheram qual mais se identificavam e, ao estourá-lo, encontraram uma mensagem positiva e um chocolate, simbolizando o alívio e a transformação de emoções negativas em aprendizado. A ação possibilitou aos adolescentes expressarem sentimentos muitas vezes reprimidos, evidenciando o impacto positivo da abordagem lúdica na promoção da saúde mental e valorização à vida. **Discussão:** A prática evidenciou que o uso de metodologias lúdicas e participativas facilita a comunicação e o acolhimento em contextos de vulnerabilidade social. As dinâmicas favoreceram a expressão de emoções e o fortalecimento do vínculo entre os jovens e os acadêmicos, demonstrando a importância do ambiente educativo como espaço de escuta e empatia. A integração entre ensino, pesquisa e extensão mostrou-se essencial para promover a saúde mental e o bem-estar de adolescentes em contexto institucional. **Considerações finais:** A intervenção reforçou a relevância de atividades que abordem a prevenção do suicídio de forma leve e acolhedora, especialmente em espaços de semiliberdade. A ação proporcionou aprendizado mútuo, sensibilizando a todos sobre a importância da empatia, da escuta ativa e do cuidado integral. Dessa forma, reafirma-se que iniciativas como essa devem ser contínuas, estimulando o diálogo sobre emoções e fortalecendo a valorização à vida.

Palavras-chave: Adolescência. Emoções. Saúde Mental. Valorização à vida.

Referências:

SIMÕES, Émilien Vieira *et al.* Reasons assigned to suicide attempts: adolescents' perceptions. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 75, n. suppl 3, p. e20210163, 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2021-0163>. Acesso em: 31 out. 2025.