

A IMPORTÂNCIA DA SAÚDE MENTAL NO ÂMBITO ESCOLAR NO PERÍODO PRÉ-VESTIBULAR: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Linha: C - Extensão.

Maria Eduarda Mota Quintino Oliveira¹; Paulo Victor Tenório Brunet²; Maria Clara Alves Ribeiro³; Lilian Salustiana da Silva Antonino⁴; Isabel Moura Almeida⁵; Victor Gabriel Costa Campos de Azevedo Nery⁶; Eduardo Castelo Branco de Brito⁷; William Andriola Fialho⁸; Gregório Fernandes Gonçalves⁹.

¹²³⁴⁵⁶⁷⁸⁹ Afya Paraíba, João Pessoa - PB.

RESUMO

Introdução: Ansiedade e depressão são transtornos mentais caracterizados, respectivamente, por sentimentos de apreensão, medo e preocupação, e por um estado persistente de tristeza e desânimo. Entre adolescentes, especialmente no período pré-vestibular, esses transtornos são prevalentes devido às intensas transformações físicas, psicológicas e sociais, somadas à alta cobrança por desempenho. Destarte, a abordagem desses temas em ambiente escolar é essencial para a prevenção, o diagnóstico precoce e o encaminhamento adequado, promovendo saúde mental e bem-estar. **Objetivo:** Relatar a experiência de estudantes extensionistas do curso de Medicina sobre a temática da ansiedade e depressão com jovens do ensino médio em fase pré-vestibular. **Métodos ou relato de experiência:** O presente estudo trata-se de relato de experiência descritivo e reflexivo, desenvolvido por estudantes de Medicina da IES Afya Paraíba no eixo de extensão universitária, sob supervisão docente. A ação ocorreu em uma escola particular de João Pessoa-PB, com alunos do ensino médio. A temática foi definida em parceria com a instituição, a partir da demanda observada. O projeto foi estruturado em três etapas: planejamento, execução e avaliação. As reflexões dos extensionistas foram sistematizadas por meio de análise descritiva das vivências. **Resultados e Discussão:** Durante a execução das atividades, observou-se grande interesse e participação dos adolescentes, que relataram identificar-se com os temas abordados. O uso de dinâmicas interativas, rodas de conversa e momentos de escuta ativa favoreceu o envolvimento dos alunos e possibilitou um ambiente acolhedor, no qual muitos sentiram-se à vontade para compartilhar experiências pessoais e tirar dúvidas sobre os sintomas de ansiedade e depressão. **Considerações finais:** A vivência proporcionou aos estudantes um ambiente seguro para expor suas experiências sobre a temática e mostrou alternativas em como lidar com eles de maneira segura. Em relação aos extensionistas, contribuiu para a construção de habilidades emocionais e sociais, essenciais para a formação médica.

Palavras-chave: Ambiente Escolar. Ansiedade. Depressão. Extensão Universitária.