RESUMO - III. PESQUISA CIENTÍFICA RELACIONADA ÀS TECNOLOGIAS EDUCACIONAIS E ASSISTENCIAIS

BODY MAPPING COMO TECNOLOGIA EDUCACIONAL PARA MANEJO DE SINTOMAS EMOCIONAIS EM ESTUDANTES DE ENFERMAGEM

Christiane Bisaia Garbelini Alves De Faria (chrisbisaia@yahoo.com.br)

Juceli Andrade Paiva Morero (morero.juceli@gmail.com)

Sandra De Souza Pereira (sandra.pereira@uemg.br)

Introdução: Dada a intensa carga de estressores psicossociais na graduação em enfermagem e sua somatização, as abordagens pedagógicas convencionais têm se mostrado limitadas. Surge, então, a necessidade estratégica de adotar metodologias ativas que contemplem a dimensão do corpo, visando o manejo de sintomas e a consolidação de mecanismos de coping que integrem mente e corpo no processo educativo. Objetivo: Organizar a aplicação do body mapping enquanto técnica de enfrentamento para detectar sintomas de ordem emocional e impulsionar o autocuidado entre os graduandos em enfermagem. Método: Trata-se de um relato de experiência pedagógico-reflexivo conduzido em 2026, envolvendo 35 alunos do 4º período em uma atividade curricular. A intervenção, fundamentada em práticas corporais globais, utilizou oficinas participativas para elaborar mapas corporais coletivos, promovendo a mediação em grupo e a

tradução simbólica de experiências subjetivas, sempre pautada em normas de segurança estudantil. Resultados: A atividade permitiu identificar quadros emocionais complexos e auxiliou os participantes a distinguirem entre formas adaptativas e desadaptativas de coping. A utilização do corpo como meio de expressão simbólica reforçou a empatia e a autopercepção no grupo. Conclusão: Conclui-se que o body mapping se consolidou como uma tecnologia educacional potente e transformadora no contexto da graduação em enfermagem. A técnica permitiu a materialização visual de vivências subjetivas, facilitando o autoconhecimento e o manejo consciente das emoções. Ao integrar o corpo como fonte de saber e expressão, a atividade promoveu o desenvolvimento de estratégias de coping mais adaptativas, essenciais para o autocuidado dos estudantes e para a humanização do futuro exercício profissional, onde a escuta sensível e o olhar integral sobre o ser humano tornam-se ferramentas fundamentais do cuidar.

Introducción: Dada la intensa carga de factores de estrés psicosocial que se da en los estudios de grado de enfermería y su somatización, los enfoques pedagógicos convencionales han demostrado tener sus limitaciones. Surge, por tanto, la necesidad estratégica de adoptar metodologías activas que tengan en cuenta la dimensión corporal, con el objetivo de controlar los síntomas y consolidar mecanismos de afrontamiento que integren mente y cuerpo en el proceso educativo. Objetivo: Organizar la aplicación del «body mapping» como técnica de afrontamiento para detectar síntomas de carácter emocional y fomentar el autocuidado entre los estudiantes de grado de enfermería. Método: Se trata de un relato de experiencia pedagógico-reflexivo llevado a cabo en 2026, en el que participaron 35 alumnos de cuarto curso en una actividad curricular. La intervención, basada en prácticas corporales globales, utilizó talleres participativos para elaborar mapas corporales colectivos, promoviendo la mediación en grupo y la traducción simbólica de experiencias subjetivas, siempre respetando las normas de seguridad de los estudiantes. Resultados: La actividad permitió identificar estados emocionales complejos y ayudó a los participantes a distinguir entre formas adaptativas y desadaptativas de afrontamiento. El uso del cuerpo como medio de expresión simbólica reforzó la

empatía y la autopercepción en el grupo. Conclusión: Se concluye que el body mapping se ha consolidado como una tecnología educativa potente y transformadora en el contexto de la carrera de enfermería. La técnica permitió la materialización visual de experiencias subjetivas, facilitando el autoconocimiento y el manejo consciente de las emociones. Al integrar el cuerpo como fuente de conocimiento y expresión, la actividad promovió el desarrollo de estrategias de afrontamiento más adaptativas, esenciales para el autocuidado de los estudiantes y para la humanización del futuro ejercicio profesional, donde la escucha sensible y la mirada integral sobre el ser humano se convierten en herramientas fundamentales del cuidado.

Introduction: Given the intense burden of psychosocial stressors in undergraduate nursing programs and their somatization, conventional pedagogical approaches have proven to be limited. This gives rise to a strategic need to adopt active methodologies that take the body into account, with the aim of managing symptoms and strengthening coping mechanisms that integrate mind and body into the educational process. Objective: To organize the use of body mapping as a coping technique to identify emotional symptoms and promote self-care among nursing students. Method: This is a reflective pedagogical case study conducted in 2026, involving 35 fourth-year students in a curricular activity. The intervention, grounded in global body practices, utilized participatory workshops to create collective body maps, promoting group mediation and the symbolic translation of subjective experiences, always guided by student safety guidelines. Results: The activity enabled the identification of complex emotional states and helped participants distinguish between adaptive and maladaptive coping strategies. The use of the body as a means of symbolic expression fostered empathy and self-awareness within the group. Conclusion: It is concluded that body mapping has established itself as a powerful and transformative educational technology in the context of undergraduate nursing education. The technique allowed for the visual representation of subjective experiences, facilitating self-awareness and the conscious management of emotions. By integrating the body as a source of knowledge and expression, the activity promoted the development of more adaptive coping strategies, essential

for students' self-care and for the humanization of their future professional practice, where sensitive listening and a holistic view of the human being become fundamental tools of care.

Palavras-chave: estudantes de enfermagem; educação em enfermagem; saúde mental; enfrentamento; mapeamento corporal.