



SAÚDE MENTAL: UM DIREITO FUNDAMENTAL DOS PROFESSORES DA ATENÇÃO BÁSICA

Aline Moraes de Lima¹, Ana Livia Batista Alves², Antônio Mylena Carmem de Lima³, Edyna Silva dos Santos⁴, Gabriely Ferreira dos Reis⁵, Nathaly Almeida de Lima⁶, Samyra Paula Lustoza Xavier⁷.

Resumo: Introdução: Professores, na figura daqueles que compartilham conhecimento, história e cuidado no ambiente escolar, são também sujeitos que têm demandas, cansaço e necessidades. Nesta senda, muito tem se discutido sobre a saúde mental dos indivíduos de forma que esta passa a ser vista como um pilar essencial no contexto do bem-estar integral, garantindo uma boa qualidade de vida e saúde. **Objetivo:** Relatar a experiência de uma ação de promoção em saúde mental como direito fundamental na saúde dos trabalhadores da educação básica. **Metodologia:** O presente estudo caracteriza-se como um relato de experiência desenvolvido a partir de uma vivência no Projeto de Extensão Saúde e Cidadania na Escola, da Universidade Regional do Cariri. Foi realizada a elaboração e a aplicação de uma Educação em Saúde sobre a temática “Saúde Mental” para 16 profissionais de uma escola municipal de nível fundamental, na cidade de Iguatu-CE. **Resultados:** A ação foi dividida no compartilhamento de vivências e realização de dinâmicas, dentre elas, a do espelho onde o indivíduo se vê no espelho e é convidado a refletir sobre aquela imagem retratar a pessoa mais importante da sua vida. Além disso, foram realizadas práticas de relaxamento com finalidade na redução do estresse. **Discussão:** Todos puderam compartilhar seus sentimentos, angústias e emoções. Portanto, foi um momento que suscitou diálogos sobre a importância do autocuidado. **Conclusão:** A saúde mental deve ser vista de todos os ângulos. Assim, é notório a importância da abordagem deste tema com todos os funcionários de uma instituição. Tentando prevenir e identificar possíveis problemas e desafios, garantindo também uma abordagem holística em todas as dimensões.

Palavras-chaves: “Professores escolares”, “Saúde mental”, “Promoção da saúde”.

¹Aline Moraes de Lima, Bolsista Rede Cearense de Extensão, Universidade Regional do Cariri, Enfermagem, E-mail: aline.morais@urca.br

²Ana Livia Batista Alves, voluntária, Universidade Regional do Cariri, Enfermagem, E-mail: analivia.batista@urca.br

³Antonia Mylena Carmem de Lima, Bolsista Rede Cearense de Extensão, Universidade Regional do Cariri, Enfermagem, E-mail: mylena.carmem@urca.br

⁴Edyna Silva dos Santos, voluntária, Universidade Regional do Cariri, Enfermagem, E-mail: edyna.santos@urca.br

⁵Gabriely Ferreira dos Reis, voluntária, Universidade Regional do Cariri, Enfermagem, E-mail: gabriely.reis@urca.br

⁶Nathaly Almeida de Lima, voluntária, Universidade Regional do Cariri, Enfermagem, E-mail: nathaly.almeida@urca.br

⁷Samyra Paula Lustoza Xavier, URCA, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Enfermagem, E-mail: samyra.xavier@urca.br