

EDUCAÇÃO POPULAR EM SAÚDE MENTAL EM ALFENAS-MG: RELATO DE EXPERIÊNCIA

Yasmim Ribeiro Fracaroli¹, Alice Silva Costa², Ana Beatriz Ribeiro³, Hudsara Aparecida Almeida Paula⁴, Vânia Regina Bressan⁵,
Isabelle Cristinne Pinto Costa⁶

¹Graduanda em Enfermagem pela UNIFAL-MG. E-mail: yasmimfracaroli@gmail.com; ²Doutora em Enfermagem. E-mail: alicescosta@gmail.com;
³Enfermeira. E-mail: beatrizribeiro40@hotmail.com; ⁴Doutora em Nutrição. E-mail: hudsara.paula@unifal-mg.edu.br; ⁵Doutora em Enfermagem.
E-mail: vania.bressan@unifal-mg.edu.br; ⁶Doutora em Enfermagem. E-mail: isabelle.costa@unifal-mg.edu.br

Introdução: Dentre os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS), uma das metas a serem cumpridas na Agenda 2030 das Nações Unidas diz respeito a promoção do bem-estar, enfatizando a importância da saúde em todos os aspectos, incluindo a saúde mental, reconhecida como um componente crucial para o bem-estar geral das pessoas. O projeto em questão teve como objetivo levar informações científicas atualizadas sobre a temática da saúde mental à comunidade. Em especial, realizar ações para uma comunidade residente em Alfenas-MG, norteadas pela Política Nacional de Educação Popular em Saúde (PNEPS), com foco na educação popular em Saúde Mental. **Objetivo:** Relatar a experiência de um projeto na promoção da educação popular em saúde mental na comunidade de Alfenas-MG. **Material e Método:** Trata-se de um relato de experiência com abordagem retrospectiva e descritiva. Em 2023, o projeto denominado Minutos Mentais desenvolveu atividades mensais, com a parceria do Programa Cidade Escola e do Coletivo de Saúde Mental UAI Basaglia. A equipe, junto aos discentes da Liga Interdisciplinar de Saúde Mental (LISM) e alunos voluntários, preparou dinâmicas e situações disparadoras para serem discutidas com a população, a qual ficou responsável pela escolha da temática do encontro posterior. No período de desenvolvimento do projeto foram realizados três encontros com as seguintes temáticas: Sistema Único de Saúde; Luto, Tristeza e Depressão; Atividade Física e a Saúde Mental, além de uma tarde de brincadeiras com o público infantil no último encontro. **Resultados e Discussão:** Durante os encontros, observou-se a participação média de dez membros da comunidade e os participantes eram majoritariamente mulheres (73%). Por meio dos princípios da PNEPS, os membros do projeto estabeleceram uma relação dialógica e de vínculo com a comunidade, incentivando a população a discutir os problemas de saúde mental mais emergentes, levando informações sobre a temática e motivando o protagonismo popular no enfrentamento dos determinantes sociais de saúde. **Conclusão:** Os membros do projeto buscaram estabelecer uma relação dialógica e de vínculo com a comunidade, incentivando a população a discutir os problemas de saúde mental mais emergentes, levando informações sobre a temática pré definida e motivando o protagonismo popular no enfrentamento dos determinantes/condicionantes sociais de saúde, reforçando que o ato de encontro e a troca de conhecimentos com a comunidade contribui com o processo de autonomia e reconhecimento de seus direitos, logo, foi essencial capacitar estes indivíduos enquanto sujeitos dessa construção. **Contribuições para Saúde:** Destaca-se que as atividades proporcionaram uma valiosa educação em saúde. Os encontros abordaram tópicos importantes e necessários, que permitiram que os participantes adquirissem conhecimentos e informações essenciais, principalmente quanto à saúde mental, capacitando-os a tomar decisões mais informadas em relação à própria saúde.

Descritores: Saúde Mental, Educação Popular, Educação em Saúde.