**“HOJE EU ME SINTO BEM MELHOR”: UM RELATO DAS VIVÊNCIAS NO ESTÁGIO DE SAÚDE MENTAL**

AUTORES: João Victor Mendonça Santana Cavalcante1, Maíra Maria Leite de Freitas2, Luisa Gomes Viana2, Gabriella Farias Lopes2, Rachel Gabriel Bastos Barbosa3

1 - Acadêmico do curso de Enfermagem da Universidade Federal do Ceará. Fortaleza, Ceará. Brasil. Apresentador;

2 - Acadêmicas do curso de Enfermagem da Universidade Federal do Ceará. Fortaleza, Ceará. Brasil;

3- Enfermeira. Docente da Universidade Federal do Ceará. Fortaleza, Ceará. Brasil. Orientadora.

O envelhecimento é constituído de várias mudanças físicas, sociais ou psicológicas, podendo afetar a qualidade de vida e a saúde mental do indivíduo que passa por essas modificações, sendo muitas vezes desconhecidas por seus familiares ou pessoas mais próximas. Assim, esse processo pode ser classificado como saudável e não saudável, de acordo com a manutenção da atividade, ter saúde ou ser independente e autônomo; sendo de grande valia o desenvolvimento de atividades que promovam saúde a esse público, dada a importância da relação socioafetiva entre o enfermeiro e o idoso, além dos outros cuidados prestados. Esse trabalho objetivou descrever as atividades realizadas em uma instituição filantrópica por estudantes de Enfermagem da Universidade Federal do Ceará. É um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, realizado no período de 22/10/2018 a 12/11/2018, no estágio teórico-prático da disciplina Enfermagem no Processo de Cuidar em Saúde Mental, da UFC, em uma instituição filantrópica de Fortaleza - CE, a qual propõe o Programa de Assistência Social ao Idoso em situação de risco social, atendendo cerca de 170 idosos da comunidade Luciano Cavalcante. Os encontros eram às segundas e terças, pela manhã. Participaram das vivências cinco estudantes. Foram seguidas as etapas: 1- Apresentação dos integrantes do grupo; 2- Levantamento das necessidades dos idosos; 3-Apresentação da atividade proposta; 4-Realização da atividade em grupo; 5-Momento de comunicação terapêutica; 6-Momento de feedback com a professora; 7-Delineamento de próximas atividades e despedida. Pôde-se notar, por meio do entusiasmo e da fala dos idosos, boa aceitação às atividades propostas. Foram realizadas oficinas em grupo com média de 30 idosos: atividade física de baixo impacto, com utensílios comumente usados no domicílio dos integrantes, confecção de bijuterias, musicoterapia, conversa grupal sobre ansiedade no idoso. No primeiro dia, após o momento grupal, os estudantes foram distribuídos em salas reservadas, vivenciando a comunicação terapêutica com os idosos mais necessitados, que aceitaram ao serem convidados previamente a participar do momento em particular; sendo acompanhados até o final do estágio, construindo um relacionamento terapêutico, a fim de não haver ruptura do acompanhamento com eles durante o estágio. Conclui-se que urge a necessidade de o estudante de Enfermagem promova, desde sua graduação, além das ações de cuidado assistencial, outras como as supracitadas a fim de que o idoso assistido, possa sentir-se motivado a buscar a melhoria de seu estado de saúde, de acordo com sua capacidade física e psicológica; bem como de ser um excelente processo formativo para sua futura atuação como profissional enfermeiro. Ao final do período de comunicação e do relacionamento terapêutico, o estudante que conduziu obteve maior vínculo com o idoso, gerando confiança para o acompanhamento durante o estágio.

Descritores: Saúde Mental; Envelhecimento; Promoção da saúde.