



SAÚDE E EMOÇÕES: UMA VIVÊNCIA DE SAÚDE MENTAL NA ATENÇÃO BÁSICA

DORISÂNGELA MARIA DE OLIVEIRA LIMA; LUZIA DA COSTA SALES NASCIMENTO

Introdução: O relato versa sobre a experiência do Projeto Saúde e Emoções, realizado na Unidade Básica de Saúde (UBS) Dr. Francisco Nazareno Pereira Gurgel, em Mossoró-RN, em parceria com o curso de Psicologia da Faculdade Maurício de Nassau. Considerando a elevada demanda de saúde mental, a equipe de saúde idealizou esta estratégia de cuidado. Trata-se do desenvolvimento de encontros quinzenais no período de maio a setembro de 2023, com usuários de saúde mental, na própria UBS, como forma de trabalhar coletivamente temas acerca da saúde mental, inicialmente, com ênfase nas emoções. **Objetivos:** Partilhar as trocas e vivências positivas que ocorreram nos encontros, que enaltecem as falas dos participantes, o reconhecimento de suas emoções e a potência de momentos de cuidado coletivo, como também a possibilidade de acolher as situações de sofrimentos e realizar encaminhamentos, quando necessário. **Metodologia:** Em 05 encontros foram realizadas orientações, esclarecimentos, reflexões e abordagens sobre as emoções: amor, raiva, tristeza, medo e alegria, de modo a incentivar a interação, diálogo, acolhimento, cuidado e afeto, por meio de metodologias ativas e dinâmicas de grupo promovidas pela equipe de saúde, profissionais e acadêmicos de Psicologia. **Resultados:** Nas diferentes dinâmicas e metodologias implementadas, foi notório o quanto estimulou a fala, a identificação de emoções, os novos laços formados entre os participantes e a maior aproximação com a equipe de saúde, o que favorece a construção de jornadas de cuidado coletivas. **Conclusão:** A partir destes espaços foi possível identificar maior aproximação e presença dos usuários participantes do Projeto na UBS, um maior reconhecimento das emoções e da necessidade de cuidado. Além desta constatação, a oportunidade de desenvolver ações estratégicas de saúde mental na Atenção Básica, que se caracteriza por estar mais próxima da realidade dos comunitários e pela oportunidade de manter vínculos com estes.

Palavras-chave: Saúde mental, Atenção básica, Emoções, Cuidado, Afeto.