

SAÚDE MENTAL E TECNOLOGIA: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE ESTRATÉGIA DISCENTE DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE

INTRODUÇÃO: A pandemia da Covid-19 foi marcada pela insurgência de inúmeras adversidades na área da saúde pública, de modo a provocar mudanças no processo formativo do enfermeiro conforme essa nova realidade¹. O contexto pandêmico, a partir dos seus processos de adoecimento e afastamento social, movimentou uma necessidade conjunta de maior atenção à saúde mental da população e de avanço técnico-científico como meios de se adaptar e sobrepor aos desafios da quarentena. O aumento na prevalência de quadros de adoecimento mental reforçou a necessidade de uma atenção à saúde integral e holística. Por outro lado, a urgência por novos métodos de ensino e atendimento contribuiu para o crescimento da telessaúde como meio de continuidade da educação em e na saúde. Desse modo, dado o seu modo facilitado de comunicação e interação, as redes sociais tornaram-se importantes ferramentas de disseminação de informações, se enquadrando como fonte de educação em saúde e comunicação acessível à população^{2,3}.

MÉTODO: Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, baseado na descrição e análise da utilização de mídia social como ferramenta de educação em saúde na área da enfermagem em saúde mental.

RESULTADOS: A mídia social Instagram, no perfil @laesam.ufmg, datado de agosto de 2024, alcançou, em sua totalidade, 254 seguidores e 55 publicações nos últimos 90 dias. Foram computadas cerca de 30 mil visualizações, das quais 47,7% são de seguidores e 52,3% não são de seguidores, caracterizando a disseminação da educação em saúde, alcançando 6 mil contas e 749 visitas. Destaca-se a abrangência na cidade de Belo Horizonte em Minas Gerais e região metropolitana, incluindo Contagem e Betim; bem como a faixa etária de 18 a 24 anos como mais participativa, sendo 82,7% mulheres. O perfil conta com postagens de diversas temáticas com foco em saúde mental e educação em saúde, construídas a partir de pesquisas, debates e reflexões dos alunos, o que resulta na aprendizagem significativa tanto dos acadêmicos quanto da população.

CONCLUSÃO: Os resultados evidenciam um impacto significativo não apenas no engajamento dos usuários, mas também na disseminação de práticas reflexivas e cuidadoras. Conclui-se que a utilização do Instagram configura-se como uma estratégia inovadora e acessível para potencializar o alcance das ações educativas, promovendo maior conscientização e aprendizado significativo, que promovem a reflexão e adoção de ações e cuidados em saúde mental.

DESCRIPTORIOS: Educação em Saúde, Tecnologia Educacional, Saúde Mental

REFERÊNCIAS

1. Mari JJ, Oquendo MA. **Mental health consequences of COVID-19: the next global pandemic.** Trends Psychiatry Psychother [Internet]. 2020 [citado 14 jan. 2025];42(3):219-220. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/2237-6089-2020-0081>.
2. Da Silva MMS, Carvalho KG, Cavalcante IKS, Saraiva MJG, Lomeo RC, Vasconcelos PR. **Interseção de saberes em mídias sociais para educação em saúde na pandemia de Covid-19.** SANARE [Internet]. 12 fev. 2021 [citado 14 jan. 2025];19(2). Disponível em: <https://sanare.emnuvens.com.br/sanare/article/view/1479>.
3. Gomes LMLS, Leitão HAL, Santos KMC, Zanotti SV. **Mental health at university: action and interventions aiming students.** EDUR - Education in Review [Internet]. 2023 [citado 14 jan. 2025];39:e40310. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/0102-469840310t>.