

A relação dos processos emocionais e o cuidado com a saúde mental na primeira infância tem ganhado destaque em âmbito nacional em virtude do aumento de transtornos mentais nessa faixa etária. Nesse contexto, essa temática na infância é uma problemática que merece uma atenção significativa já que o bem estar emocional das crianças influencia diretamente no desenvolvimento, nas relações sociais e na capacidade de enfrentar desafios. Sob essa perspectiva foi desenvolvido um projeto com o olhar para essa temática tendo como objetivo a promoção da saúde mental por meio da compreensão das emoções desde a infância.

Portanto, esse relato tem como finalidade descrever a experiência vivida por alunas do segundo semestre de enfermagem e a contribuição do conhecimento sobre os processos emocionais e a saúde mental na educação infantil do Instituto de Assistência e Desenvolvimento Social (IADES).

MÉTODO

O presente estudo consiste em um relato de experiência de natureza descritiva, com abordagem qualitativa, acerca de uma atividade extensionista desenvolvida por discentes do curso de Enfermagem da Universidade Estadual do Ceará (UECE), no âmbito da disciplina de extensão.

A atividade foi realizada na manhã do dia 28 de novembro de 2025, em uma instituição de caráter educativo localizada em Fortaleza, denominada Instituto IADES, envolvendo um grupo de cinco acadêmicas de enfermagem. A ação foi direcionada para aproximadamente 30 crianças com faixa etária entre 2 e 3 anos, regularmente matriculadas na instituição, contando também com a participação das professoras responsáveis.

Para o desenvolvimento da extensão, foram utilizados recursos lúdicos e pedagógicos confeccionados pelas próprias discentes, com o uso de materiais recicláveis, como papelão e papel, incluindo cubos com emojis representando emoções, jogos de encaixe do tipo quebra-cabeça e corações coloridos. As atividades ocorreram de forma sequencial, iniciando com uma encenação teatral inspirada no filme *Divertidamente*, com o intuito de introduzir o tema de forma acessível. Em seguida, os participantes foram divididos em grupos, nos quais cada discente acompanhou um conjunto de crianças para a realização da dinâmica das expressões faciais, associada à montagem de quebra-cabeça e identificação das emoções. Por fim, foi desenvolvida a dinâmica dos corações coloridos, promovendo interação e afetividade.

A avaliação do trabalho foi realizada de forma reflexiva, considerando a experiência vivenciada e os resultados alcançados. Por se tratar de um relato de experiência, não foi necessária a submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa. Ainda assim, foram respeitados os princípios éticos da área da saúde, como o sigilo, o anonimato e o respeito aos participantes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O projeto de extensão foi idealizado a fim de demonstrar a relevância da compreensão do público infantil perante as diversas situações que os mesmos vivenciam no dia a dia, contribuindo, assim, para o estímulo da regulação e do entendimento das emoções na infância.

As crianças devem entender o porquê do que sentem e qual seria a reação mais adequada a essa situação, avaliando a forma mais pertinente de enfrentar as demandas externas (Pinheiro, 2018). Para isso, Mendes, Pires e Fioravanti (2017) elucidam que a competência emocional de crianças pode ser focalizada em três grandes pilares: a expressão emocional, a compreensão de emoções e a regulação emocional. Nesse sentido, a explicação da temática foi desenvolvida por meio de uma abordagem lúdica que possibilitasse uma percepção acessível para o público alvo. Assim, através de uma apresentação sobre as emoções e o que elas significam, as crianças desenvolveram o primeiro contato com o assunto, expressando não somente entusiasmo mas também concentração mediante o enredo.

A dinâmica das expressões faciais (felicidade, tristeza, raiva, medo e surpresa) complementou a explicação, uma vez que, as crianças relacionaram, com o auxílio das professoras e das estudantes, suas sensações com circunstâncias do cotidiano e o que elas implicam, colaborando para que as mesmas distinguíssem os diferentes tipos de emoções e suas experiências próprias com cada uma delas. Esse momento de convivência foi essencial para enfatizar que as crianças necessitam ser ouvidas, compreendidas e que esse vínculo pode evitar problemas psicossociais. Quando as crianças não expressam as emoções elas propendem a isolar-se das outras pessoas e desenvolvem transtornos como ansiedade, depressão, condutas antissociais, transtornos obsessivo-compulsivos (TOC) e outros distúrbios de comportamento afetando sua vida adulta (Souza et al., 2021).

A socialização e, principalmente, a empatia foram pontos identificados ao decorrer do projeto por meio das dinâmicas abordadas, sendo assim, momentos de reflexão sobre a importância de criar vínculos e amizades com base no respeito e afeto. Além disso, essas atividades demonstraram que o cuidado e a dedicação doados pelos docentes diariamente para

seus alunos é recíproco, uma vez que muitas crianças escolheram suas professoras para partilhar desse momento, como também, enfatiza a relevância da instituição educacional e dos professores como protagonistas da disseminação de conhecimentos acerca do reconhecimento pessoal na infância. Furlan e Méa (2024) afirmam que o educador tem uma função fundamental na criação de um espaço no qual as emoções possam ser reconhecidas e trabalhadas, utilizando recursos como jogos emocionais e contação de histórias para facilitar esse processo.

Em suma, as crianças compreenderam a temática através de uma didática aplicada com ludicidade que estimulou o desenvolvimento emocional e a socialização, além disso, os professores participaram ativamente, colaborando em todo o processo e reafirmando a relevância do projeto, ajudando assim, na aplicabilidade da educação continuada para as crianças. Ademais, para as estudantes que executaram a extensão foi enriquecedor no que tange, principalmente, a obtenção de aprendizados para a formação acadêmica, como: o fortalecimento da comunicação, o trabalho em equipe e o desenvolvimento autônomo de práticas de promoção e prevenção em saúde.

CONCLUSÃO

A experiência demonstrou que a abordagem lúdica das emoções favorece a expressão de sentimentos e fortalece o desenvolvimento emocional infantil. Nesse contexto, a enfermagem exerce papel essencial na promoção da saúde mental, atuando de forma educativa, preventiva e humanizada, considerando a criança em sua integralidade e contribuindo para a construção de vínculos e do bem-estar. Ademais, a realização dessas atividades durante a graduação é fundamental, pois permite a articulação entre teoria e prática, fortalecendo a formação profissional e preparando o estudante para uma atuação mais sensível, qualificada e alinhada às necessidades da comunidade.

REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, Josiane Reis; *et al.* Crianças e emoções: como trabalhar competências emocionais no ensino infantil. Revista Aracê, São José dos Pinhais, v. 7, n. 5, p. 22565-22582, 2025. DOI: <https://doi.org/10.56238/arev7n5-001>
- SOUZA, Joana Barbosa de; FERREIRA, Juliana Castro; SOUZA, Julio Cesar Pinto de. A importância da validação das emoções das crianças. Research, Society and Development, v. 10, n. 10, e479101018940, 2021. DOI: <http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i10.18940>