



ADOLESCER E SAÚDE MENTAL: TRANSFORMANDO VIDAS COM ACOLHIMENTO, ESCUTA E PROTAGONISMO JUVENIL.

Maria Fernanda Braz De Souza¹
Carolina Maria De Lima Carvalho²
Maria Eduarda Ferreira De Sousa³
Aissatu Bodjam⁴
Eysler Gonçalves Maia Brasil⁵

RESUMO

O projeto de extensão ADOLESCER e Saúde Mental: promovendo a cultura de paz, cidadania e direitos humanos foi desenvolvido entre janeiro e dezembro de 2024 com adolescentes da Escola Profissionalizante de Redenção-CE, em parceria com o Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) e a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS), além da participação de bolsistas da UNILAB. O objetivo foi promover a saúde mental, fomentar reflexões críticas sobre a adolescência e fortalecer habilidades socioemocionais, com foco no protagonismo juvenil e na valorização da vida.

As atividades foram organizadas a partir de um diagnóstico inicial, que identificou as necessidades psicossociais dos estudantes. Para atender a essas demandas, foram utilizadas metodologias participativas, como rodas de conversa, dinâmicas de grupo, oficinas criativas, jogos educativos, arteterapia, musicoterapia e técnicas de respiração consciente. O planejamento incluiu encontros mensais, que trabalharam temáticas variadas, de acordo com o calendário escolar e as demandas levantadas durante o processo.

Em setembro, no âmbito da campanha Setembro Amarelo, destacaram-se atividades sobre valorização da vida e prevenção ao suicídio, com grande adesão dos adolescentes. Em outubro, as ações focaram na prevenção ao uso de álcool e outras drogas, utilizando recursos audiovisuais e debates em grupo. Já em novembro, o tema central foi a saúde mental associada à prevenção do bullying, com atividades que enfatizaram o respeito, à diversidade e a empatia no ambiente escolar.

Os resultados evidenciaram impacto positivo na comunidade escolar: cerca de 134 estudantes participaram ativamente das ações, demonstrando interesse, engajamento e abertura para discutir temas sensíveis relacionados à saúde mental. Professores e gestores relataram maior interação entre os alunos, melhora no ambiente escolar e redução de conflitos interpessoais. Além disso, alguns adolescentes em situação de maior vulnerabilidade foram encaminhados para acompanhamento em serviços especializados, fortalecendo a articulação com a rede de saúde.

Conclui-se que o projeto contribuiu para a construção de um espaço escolar mais inclusivo, acolhedor e comprometido com a cultura de paz. As ações realizadas possibilitaram a formação de vínculos afetivos, estimularam o autocuidado e o desenvolvimento de competências socioemocionais, como empatia, resiliência e autocontrole, além de reforçarem a importância da parceria entre escola, universidade e serviços de saúde no cuidado integral aos adolescentes.

Palavras-chave: cidadania; direitos humanos; saúde mental; adolescência.

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, brmariafernanda2@gmail.com¹

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciência da Saúde, Docente, carolinacarvalho@unilab.edu.br²

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, sousaeducarda100@gmail.com³

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, aissatubodja@gmail.com⁴

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Docente, eyslerbrasil@unilab.edu.br⁵



INTRODUÇÃO

A adolescência constitui um período de intensas transformações físicas, cognitivas, emocionais e sociais, caracterizado por vulnerabilidades psicossociais que podem impactar o desenvolvimento integral do jovem. Questões como ansiedade, depressão, bullying, uso de álcool e outras drogas, além de ideação suicida, são desafios significativos nesse ciclo da vida (OMS, 2020). O ambiente escolar, por congregar adolescentes em processo de formação cidadã, configura-se como um espaço estratégico para intervenções que promovam a saúde mental, fomentem a cultura de paz e fortaleçam competências socioemocionais.

Neste contexto, o projeto de extensão ADOLESCER e Saúde Mental: promovendo a cultura de paz, cidadania e direitos humanos foi desenvolvido com adolescentes da Escola Profissionalizante de Redenção-CE, em parceria com o Centro de Atenção Psicossocial (CAPS) e a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS), contando com a participação de bolsistas da UNILAB. O projeto teve como objetivos criar espaços de acolhimento e reflexão crítica, promover habilidades socioemocionais e estimular práticas de cidadania e respeito à diversidade, contribuindo para a formação de adolescentes conscientes de seu protagonismo e capazes de enfrentar desafios relacionados à saúde mental.

METODOLOGIA

O projeto de extensão ADOLESCER e Saúde Mental foi desenvolvido ao longo do ano de 2024 com aproximadamente 134 estudantes do ensino médio profissionalizante da Escola Profissionalizante de Redenção-CE, em parceria com o Centro de Atenção Psicossocial (CAPS), a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) e bolsistas da UNILAB.

As atividades foram realizadas em encontros individuais e grupais, planejados de forma colaborativa entre a equipe do projeto, os bolsistas e a gestão escolar, a fim de atender às demandas identificadas no diagnóstico inicial, que mapeou questões relacionadas à saúde mental, ao bem-estar emocional e a fatores de vulnerabilidade psicossocial.

Utilizaram-se diferentes metodologias participativas e interativas, entre as quais:

Rodas de conversa: possibilitaram a expressão de sentimentos, medos e expectativas dos adolescentes, favorecendo a escuta ativa e o acolhimento;

Dinâmicas de grupo: estimularam a cooperação, a empatia e o fortalecimento de habilidades socioemocionais;

Oficinas de arteterapia e musicoterapia: proporcionaram estímulo à criatividade, ao autocuidado e à regulação emocional;

Técnicas de respiração consciente e meditação: auxiliaram no manejo do estresse e no desenvolvimento do autocontrole;

Jogos educativos e debates mediados por recursos audiovisuais: abordaram temas relacionados à cidadania, direitos humanos, prevenção ao uso de álcool e outras drogas, bullying e promoção da saúde mental.

A sistematização das ações ocorreu por meio de diários de campo e relatórios descritivos, nos quais foram registrados o engajamento dos estudantes, os conteúdos trabalhados, os resultados observados e as necessidades de encaminhamento. Estudantes em situação de maior vulnerabilidade foram direcionados a serviços especializados, fortalecendo a articulação com a rede de saúde.

Essa abordagem metodológica garantiu flexibilidade e adaptação das ações às necessidades reais dos adolescentes, promovendo um espaço seguro, inclusivo e participativo para discussões sobre saúde mental, cidadania e direitos humanos.



RESULTADOS E DISCUSSÃO

Ao longo de 2024, o projeto ADOLESCER e Saúde Mental envolveu aproximadamente 134 estudantes do ensino médio profissionalizante da Escola de Redenção-CE, promovendo ações direcionadas à saúde mental, cidadania, direitos humanos e promoção da cultura de paz. A participação foi crescente ao longo do ano, com destaque para meses como setembro e outubro, quando ocorreram atividades específicas de valorização da vida e prevenção ao uso de álcool e outras drogas.

As principais ações incluíram:

Discussões sobre saúde mental e cidadania: rodas de conversa e debates estimularam a reflexão crítica, o compartilhamento de experiências e a conscientização sobre direitos e responsabilidades;

Setembro Amarelo: atividades de prevenção ao suicídio, valorização da vida e promoção do autocuidado, com alta adesão dos estudantes;

Oficinas do Projeto AMAR: arteterapia e produção de cartazes coletivos favoreceram a expressão criativa, inclusão social e fortalecimento de vínculos afetivos;

Prevenção ao uso de álcool e drogas: debates mediados por vídeos educativos permitiram a problematização de comportamentos de risco e o desenvolvimento de escolhas saudáveis;

Prevenção ao bullying: dinâmicas grupais enfatizaram respeito, empatia, diversidade e resolução pacífica de conflitos.

Os resultados evidenciaram impactos positivos no ambiente escolar, como:

Maior engajamento dos estudantes nas atividades reflexivas e criativas;

Fortalecimento de vínculos afetivos entre estudantes, equipe do projeto e parceiros;

Melhora no ambiente escolar, com redução de conflitos interpessoais e maior interação entre alunos;

Encaminhamentos estratégicos de adolescentes em situação de vulnerabilidade para serviços especializados, reforçando a articulação com a rede de saúde.

Esses achados corroboram a literatura que destaca a escola como um espaço privilegiado para promoção da saúde mental e prevenção de agravos psicossociais entre adolescentes (BRASIL, 2013; OMS, 2020). A combinação de metodologias participativas, arteterapia, musicoterapia, técnicas de respiração e meditação mostrou-se eficaz para desenvolver habilidades socioemocionais como empatia, resiliência e autocontrole.

Em síntese, os resultados indicam que intervenções estruturadas, contextualizadas às necessidades dos adolescentes e integradas à rede de serviços de saúde, contribuem para a construção de um ambiente escolar inclusivo, acolhedor e comprometido com a cultura de paz, fortalecendo a cidadania e a valorização da vida entre os jovens.

CONCLUSÕES

O projeto ADOLESCER e Saúde Mental alcançou os objetivos propostos ao promover espaços de escuta, acolhimento e reflexão crítica entre adolescentes. As ações realizadas fortaleceram competências socioemocionais, como empatia, resiliência e autocontrole, além de ampliar o diálogo sobre cidadania, diversidade e cultura de paz no ambiente escolar. A participação ativa dos estudantes evidenciou o impacto positivo das metodologias utilizadas, refletido na melhora do ambiente escolar e na redução de conflitos interpessoais. Ressalta-se ainda a importância da articulação entre escola, universidade e rede de atenção psicossocial para garantir o cuidado integral e a continuidade das ações em saúde mental.



AGRADECIMENTOS

Agradece-se aos adolescentes participantes do projeto ADOLESCER e Saúde Mental pelo engajamento e confiança, que possibilitaram a construção de um espaço de escuta e aprendizado mútuo. Reconhece-se a orientação atenta da professora responsável, fundamental para o desenvolvimento acadêmico e pessoal dos envolvidos.

Destaca-se a dedicação dos bolsistas, cuja cooperação fortaleceu a execução das atividades e enriqueceu a experiência coletiva. Agradece-se, ainda, à PROEX e ao PIBEAC pelo incentivo e suporte às ações do projeto, bem como a todos que, direta ou indiretamente, contribuíram para a realização das atividades e o impacto positivo na vida dos adolescentes.

REFERÊNCIAS

- ASSIS, D. A. D.; SILVA, A. A.; TORRES, T. Políticas de saúde mental, álcool e outras drogas e de criança e adolescente no Legislativo. *Saúde debate*. Rio de Janeiro, v. 41, n. 112, p. 255-72, 2017.
- BOEHS, A. E.; MONTICELLI, M.; WOSNY, A. M.; HEIDEMANN, I. B. S.; GRISOTTI, M. A interface necessária entre enfermagem, educação em saúde e o conceito de cultura. *Texto Contexto Enferm*. Florianópolis, v.16, n.2, p. 307-314, 2007.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Informes Técnicos Institucionais: A promoção da saúde no contexto escolar. *Rev Saúde Pública*, v. 36, n. 2, p. 533-35, 2002.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Área de Saúde do Adolescente e do Jovem. *Saúde do adolescente: competências e habilidades*. Brasília, 2008.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. *Saúde na escola* / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2009.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. *Saúde mental*. Brasília: Ministério da Saúde, 2013.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas. *Cadernos HumanizaSUS. Saúde Mental*. Brasília: Ministério da Saúde, 2015.
- BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Resolução 466/12. Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisas Envolvendo Seres Humanos. [homepage na internet]. Disponível em: <http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf>
- CAMPAGNA, V. N.; SOUSA, S. L. Corpo e imagem corporal no início da adolescência feminina. *Bol Psicol*, v. 56, n. 124, p. 9-35, 2006.
- COUTO, Maria Cristina Ventura; DELGADO, Pedro Gabriel Godinho. Crianças e adolescentes na agenda política da saúde mental brasileira: inclusão tardia, desafios atuais. *Psicol. clin.* Rio de Janeiro, v.27, n.1, p.17-40, 2015.
- DEMARZO, M. M. P.; AQUILANTE, A. G. Saúde Escolar e Escolas Promotoras de Saúde. In: Programa de Atualização em Medicina de Família e Comunidade. Porto Alegre, RS: Artmed: PanAmericana, v. 3, p. 49-76, 2008.
- GONCALVES, Rejane Maria Dias de Abreu et al. Promoção da saúde mental: Ações dos enfermeiros inseridos na atenção primária. *Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental*, Porto, n.10, p. 49-56, 2013.
- MACHADO, M. F. A. S.; MONTEIRO, E. M. L. M.; QUEIROZ, D. T.; VIEIRA, N. F. C.; BARROSO, M. G. T. Integralidade, formação de saúde, educação em saúde e as propostas do SUS: uma revisão conceitual.



Ciência & Saúde Coletiva, v.12, n.2, p.335-42, mar./abr. 2007.

MINAYO, Maria Cecília de Souza. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 14^a ed. São Paulo: Hucitec, 2015.

NUNES, C. K.; KANTORSKI, L. P.; COIMBRA, V. C. C. Interfaces entre serviços e ações da rede de atenção psicossocial às crianças e adolescentes. Rev. Gaúcha Enferm. Porto Alegre, v.37, n. 3, e54858, 2016.

PAES, C. C. D. C.; PAIXÃO, A. N. P. A importância da abordagem da educação em saúde: revisão de literatura. REVASF, Petrolina-PE, v.6, n.11, p.80-90, 2016.

POLIT, D. F.; BECK, C. T. Fundamentos de pesquisa em enfermagem: avaliação de evidências para a prática da enfermagem. 9^a ed. Porto Alegre: Artmed, 2018.

SILVA, K. L. da; SENA, R. R. de; GRILLO, M. J. S.; HORTA, N. C.; PRADO, P. M. C. Educação em enfermagem e os desafios para a promoção de saúde. Rev Bras Enferm, v. 62, n. 1, p. 86-91, 2009.

SILVA, K. L. da; SENA, R. R. de; SEIXAS, C. T.; SILVA, M. E. O.; FREIRE, L. A. M. Desafios da política, da gestão e da assistência para a promoção da saúde no cotidiano dos serviços. Rev. Min. Enferm., 16(2): 178-187, abr./jun. 2012.

THIOLLENT, M. Fundamentos e desafios da pesquisa-ação: contribuições na produção de conhecimentos interdisciplinares. In: TOLEDO, R. F. (Org). A pesquisa-ação na interface da educação, saúde e ambiente: princípios, desafios e experiências interdisciplinares. São Paulo: AnnaBlume/Fapesp, 2013.