

ADOLESCER E CUIDAR: ESTRATÉGIAS DE PROMOÇÃO EM SAÚDE MENTAL NO AMBIENTE ESCOLAR

Maimuna Hipólito Djata¹
Carolina Maria De Lima Carvalho²
Eysler Gonçalves Maia Brasil³

RESUMO

A adolescência é uma fase marcada por intensas transformações biopsicossociais que podem aumentar a vulnerabilidade ao sofrimento psíquico, tornando o ambiente escolar um espaço estratégico para ações de promoção da saúde mental. O presente estudo tem como objetivo relatar a experiência de acadêmicos de Enfermagem na execução do projeto de extensão Adolescer: Estratégias de Cuidado em Saúde Mental no Contexto Escolar, desenvolvido na Escola Brunilo Jacó no município de Redenção, Ceará entre agosto e outubro de 2025. Trata-se de um relato de experiência, de caráter descritivo, fundamentado nas vivências dos extensionistas durante encontros semanais com adolescentes. As atividades foram planejadas em parceria com a coordenação escolar e conduzidas por meio de metodologias ativas, incluindo rodas de conversa, oficinas lúdicas, dinâmicas em grupo e produção de materiais educativos. Foram abordados temas relacionados ao autocuidado, autoestima, expressão das emoções, prevenção do bullying, valorização da vida, prevenção ao uso de álcool e outras drogas, inteligência emocional e saúde mental. Observou-se ampla participação dos estudantes, fortalecimento da escuta e do diálogo, incentivo ao protagonismo juvenil e maior reflexão sobre o cuidado com a saúde mental. A experiência também favoreceu o desenvolvimento de competências dos acadêmicos, como comunicação, empatia, trabalho em equipe e planejamento de ações educativas, apesar dos desafios relacionados à manutenção da atenção dos adolescentes e à complexidade das demandas emocionais apresentadas. Conclui-se que projetos de extensão desenvolvidos no ambiente escolar constituem importantes estratégias de promoção da saúde mental, fortalecendo a integração entre universidade, escola e comunidade. A participação na Semana Universitária contribuiu para ampliar a visibilidade da experiência, favorecer a socialização dos conhecimentos produzidos e fortalecer a formação acadêmica e profissional dos estudantes de Enfermagem.

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Saúde mental. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2025. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-mental>. Acesso em: 15 jul. 2026.
GALLO, Solange Aparecida et al. Metodologias ativas e tecnologia na educação. Revista Ilustração, v. 5, n. 1, p. 27-36, 2024.

Palavras-chave: Saúde mental; Promoção da saúde; Extensão universitária; Adolescência.

Unilab, Instituto de Ciências da Saúde (ICS), Discente, maimunahipolito@gmail.com¹

Unilab, Instituto de Ciências da Saúde (ICS), Docente, carolinacarvalho@unilab.edu.br²

Unilab, Instituto de Ciências da Saúde (ICS), Docente, eyslerbrasil@unilab.edu.br³