



MENTE SAUDÁVEL, FUTURO BRILHANTE: O IMPACTO DAS OFICINAS DE SAÚDE MENTAL NO AMBIENTE ESCOLAR, RELATO DE CASO

RAFAELA WERNER SILVA; MARCIA VALERIA DE SOUZA ALMEIDA

RESUMO

Introdução: A promoção da saúde mental no ambiente escolar tem se mostrado uma estratégia fundamental para o bem-estar de crianças e adolescentes, considerando os desafios emocionais, sociais e cognitivos dessa fase. Este estudo, realizado no contexto do Programa Saúde na Escola (PSE), buscou implementar oficinas interativas para desenvolver habilidades socioemocionais e conscientizar a comunidade escolar sobre temas relacionados ao bem-estar psíquico. **Relato de caso/experiência:** As ações foram conduzidas por uma equipe multiprofissional e adaptadas às diferentes faixas etárias. Para as crianças, utilizaram-se dinâmicas lúdicas, histórias ilustradas e jogos pedagógicos; já para adolescentes, as atividades focaram no pensamento crítico e na resolução de problemas. Palestras expositivas e rodas de conversa também foram realizadas, com o objetivo de esclarecer dúvidas e promover a escuta ativa. **Discussão:** Os resultados indicaram que a integração entre saúde e educação fortaleceu o senso de pertencimento e incentivou debates saudáveis no ambiente escolar. A transversalidade das ações no cotidiano das aulas e a capacitação dos professores reforçaram a relevância do tema no processo educativo. **Conclusão:** Apesar dos avanços, a pesquisa enfrentou limitações, como o tempo restrito de execução e a necessidade de capacitação contínua dos docentes. Para o futuro, recomenda-se a ampliação do projeto, com avaliações periódicas e maior articulação entre escola, família e serviços de saúde, visando à sustentabilidade e continuidade das ações. O estudo reafirma a importância da escola como espaço de proteção e promoção da saúde mental, favorecendo o desenvolvimento integral dos estudantes e prevenindo comportamentos de risco.

Palavras-chave: Escola; Multiprofissional; Integração.

1 INTRODUÇÃO

A promoção da saúde mental no ambiente escolar tem sido uma estratégia fundamental para garantir o bem-estar de crianças e adolescentes, considerando os desafios emocionais, sociais e cognitivos característicos dessa fase da vida. O Programa Saúde na Escola (PSE), como política intersetorial entre os Ministérios da Saúde e da Educação, desempenha um papel essencial na implementação de ações voltadas para a prevenção e promoção da saúde, integrando unidades básicas de saúde e instituições de ensino (Marinho et al., 2018).

A adolescência é um período de intensas transformações, no qual fatores como relações familiares, contexto escolar e interações sociais influenciam diretamente a saúde mental dos estudantes. A escola, enquanto espaço de aprendizado e socialização, pode ser um ambiente de proteção, mas também um local onde desafios emocionais se manifestam de forma mais evidente (Lopes et al., 2023). Nesse sentido, as oficinas de saúde mental desenvolvidas no âmbito do PSE surgem como ferramentas eficazes para sensibilizar e capacitar a comunidade escolar sobre temas relacionados ao bem-estar psíquico, fortalecendo vínculos e promovendo a autonomia dos estudantes na gestão de suas emoções (Almeida, 2020).

Este relato de experiência tem como objetivo descrever e analisar as oficinas de saúde mental realizadas no contexto do Programa Saúde na Escola em um município da Região

Metropolitana do Espírito Santo, destacando os desafios, estratégias adotadas e impactos observados na comunidade escolar.

2 RELATO DE CASO/EXPERIÊNCIA

A implementação das ações foi cuidadosamente planejada para abranger diferentes faixas etárias e contextos escolares, utilizando metodologias ativas e interativas. As atividades foram conduzidas por uma equipe multiprofissional, composta por agentes comunitários de saúde, psicólogos, médicos e enfermeiros, que trabalharam de forma colaborativa com professores e gestores escolares. A abordagem adotada priorizou estratégias que estimulassem a participação ativa dos estudantes, promovendo um aprendizado significativo e reflexivo.

As oficinas interativas foram uma das principais estratégias empregadas, sendo adaptadas de acordo com a faixa etária dos alunos. Para as crianças, utilizaram-se dinâmicas lúdicas, histórias ilustradas e jogos pedagógicos que abordavam temas como identificação de emoções e empatia. Já para adolescentes e jovens adultos, as atividades focaram no desenvolvimento de habilidades socioemocionais, através de dinâmicas de grupo e estudos de caso, estimulando o pensamento crítico e a resolução de problemas.

As palestras expositivas foram organizadas com o objetivo de fornecer informações embasadas sobre saúde mental, transtornos psicológicos comuns na adolescência e estratégias de prevenção. Para tornar as sessões mais atrativas, foram utilizados recursos multimídia, como vídeos educativos e apresentações interativas. A participação dos profissionais de saúde foi essencial para esclarecer dúvidas e desmistificar conceitos errôneos sobre o tema, incentivando a busca por ajuda quando necessário.

As rodas de conversa foram espaços fundamentais para promover a escuta ativa e o compartilhamento de experiências. Esses encontros foram conduzidos de maneira acolhedora e sem julgamentos, permitindo que estudantes, professores e profissionais de saúde discutissem desafios e soluções relacionados à saúde mental. Nessas sessões, buscou-se valorizar a voz dos participantes, fortalecendo o senso de pertencimento e a confiança na comunidade escolar.

Além disso, algumas intervenções foram realizadas diretamente em sala de aula, incorporando temas de saúde mental ao cotidiano escolar. Professores receberam orientação sobre como incluir esses tópicos em suas disciplinas e estimular debates saudáveis entre os alunos. Essa abordagem transversal permitiu que a saúde mental fosse compreendida como um aspecto essencial da formação integral dos estudantes, incentivando a continuidade das discussões após o término das atividades programadas.

3 DISCUSSÃO

A implementação das metodologias ativas e interativas em diferentes faixas etárias proporcionou um ambiente propício para o desenvolvimento das habilidades socioemocionais dos estudantes, evidenciando a relevância da escola como espaço de promoção da saúde mental. Esse resultado vai ao encontro das discussões de Oliveira e Ferreira (2022), que destacam a escola como agente fundamental na alfabetização emocional e na criação de um ambiente acolhedor, essencial para o desenvolvimento integral das crianças e adolescentes.

A atuação multiprofissional integrada nas ações escolares revelou-se uma prática efetiva para a promoção de saúde mental e prevenção de transtornos psicológicos, conforme apontado na análise sobre o PSE, que reforça a importância de uma abordagem intersetorial na articulação entre saúde e educação (Fernandes et al., 2022). As rodas de conversa e oficinas interativas estimularam a escuta ativa e fortaleceram o senso de pertencimento dos alunos, confirmando as ideias de Almeida (2022) sobre o papel das escolas na promoção do ajustamento psicossocial e do reconhecimento do sujeito desejante como parte integrante do processo educativo.

A utilização de recursos lúdicos e multimídia nas oficinas e palestras contribuiu para um aprendizado mais significativo, especialmente na abordagem de temas relacionados à saúde

mental e à prevenção de comportamentos de risco. Estudos prévios, como os de Ferreira et al. (2024), enfatizam a eficácia das atividades participativas na redução dos fatores de risco associados ao uso de substâncias psicoativas e à ideação suicida em adolescentes em situação de vulnerabilidade social.

Além disso, a capacitação dos professores e a transversalidade dos temas de saúde mental no currículo escolar mostraram-se essenciais para a continuidade das ações de promoção à saúde, em consonância com as orientações da Base Nacional Comum Curricular (BNCC) e com a definição de saúde mental da OMS, que destaca o bem-estar como aspecto crucial para o pleno desenvolvimento das potencialidades dos indivíduos.

Esses achados reforçam a necessidade de um olhar atento e contínuo sobre as demandas emocionais dos alunos e de um suporte multiprofissional qualificado, capaz de atuar preventivamente e fortalecer as redes de proteção e promoção da saúde mental nas escolas.

4 CONCLUSÃO

O estudo realizado demonstrou a importância da implementação de metodologias ativas e interativas no ambiente escolar para a promoção da saúde mental e o desenvolvimento de habilidades socioemocionais. As atividades conduzidas com uma abordagem multiprofissional permitiram a participação ativa dos estudantes, favorecendo a criação de um ambiente acolhedor e de escuta ativa. Além disso, a transversalidade das discussões sobre saúde mental no cotidiano escolar revelou-se uma estratégia eficaz para a sensibilização e conscientização de toda a comunidade escolar.

Os resultados evidenciam que a integração entre educação e saúde é essencial para fortalecer as redes de suporte aos estudantes e prevenir comportamentos de risco, como uso de substâncias psicoativas e ideação suicida. No entanto, a pesquisa enfrentou limitações relacionadas ao tempo restrito de execução das atividades e à necessidade de maior capacitação continuada dos professores.

Como perspectiva futura, recomenda-se a ampliação do projeto para um período mais prolongado e a inserção de avaliações periódicas para monitorar o impacto das ações implementadas. Além disso, sugere-se o fortalecimento do vínculo escola-família e a criação de políticas públicas que garantam a continuidade e sustentabilidade das iniciativas voltadas à saúde mental no ambiente escolar.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, S. F. O papel da escola na educação e prevenção em saúde mental. 2020. Disponível em <https://pepsic.bvsalud.org/pdf/estic/v3n4/15.pdf>. Acesso em: 19 mar. 2025.
- LOPES, G. R.; REIS, A. F. C.; PINHEIRO, B. M. et al. Saúde mental no ambiente escolar: conexões entre a adolescência, a escola e a família. *Revista da JOPIC – Jornada Científica e de Iniciação Científica*, v. 3, n. 12, p. 74-80, 2023.
- MARINHO, M. N. A. S. B. et al. Programa Saúde na Escola: dos processos formativos aos cenários de práticas. *J Hum Growth Dev*, v. 28, n. 2, p. 175-182, 2018. DOI: <https://doi.org/10.7322/jhgd.147219>.
- ALMEIDA, Sandra Francesca Conte de. O papel da escola na educação e prevenção em saúde mental. Brasília: Instituto de Psicologia, Universidade de Brasília, 2022.
- FERNANDES, Lucas Agostinho et al. *Trajetória dos 15 anos de implementação do Programa Saúde na Escola no Brasil*. Rio de Janeiro: Saúde em Debate, 2022.

FERREIRA, Aldo Pacheco et al. Perspectivas e desafios do cuidado em saúde mental de adolescentes em regime socioeducativo: um estudo de caso. Rio de Janeiro: Saúde em Debate, 2024.

OLIVEIRA, Gabrielle Vieira; FERREIRA, Bruna Milene. Saúde mental no ambiente escolar: impactos na aprendizagem e o papel social da escola. Goiânia: Centro Universitário Alfredo Nasser, 2022.