

EXTENSÃO NO CONTEXTO ESCOLAR: RELATO DE UMA EXPERIÊNCIA DA LIGA INTERDISCIPLINAR DE SAÚDE MENTAL

EXTENSION IN THE SCHOOL CONTEXT: INTERDISCIPLINARY MENTAL HEALTH LEAGUE REPORT OF EXPERIENCE

Eliany Nazaré Oliveira¹
Ana Beatryz dos Santos Costa²
João Walyson de Paula Cordeiro³
Caio San Rodrigues⁴

Resumo: Este artigo objetiva relatar as experiências de uma liga de saúde mental na oferta de uma disciplina eletiva em uma escola pública de ensino médio do município de Sobral-Ceará. Trata-se de um relato de experiência vivenciado no período de agosto a dezembro de 2022. A disciplina contou com carga horária de 10 horas mensais, incluída no currículo dos escolares. O conteúdo programático abrangeu dez temas relacionados à saúde mental de jovens nos eixos voltados para a automutilação, transtornos mentais, uso de álcool e outras drogas. Desse modo, a participação da liga na disciplina eletiva influenciou nos seguintes resultados: no âmbito da instituição, ao proporcionar suporte psicológico mediante a amplas abordagens lúdicas; para os estudantes, na criação de vínculos e de um espaço para expressões de sentimentos e emoções; para os ligantes, nas experiências de formação e na aplicação diversificada de abordagens metodológicas. Conclui-se assim que, a implementação da disciplina de saúde mental conduzida pela liga possibilitou a concepção de uma interface positiva entre a escola e a universidade, aproximando o cuidado em saúde mental dos estudantes mediante a instituição de ensino.

Palavras-chave: extensão universitária; ensino médio; saúde mental; promoção da saúde escolar; educação em saúde.

Abstract: *This article aims to report the experiences of a mental health league in offering an elective subject in a public high school in the city of Sobral-Ceará. This is an experience report from August to December 2022. The subject had a workload of 10 hours per month, included in the students' curriculum. The*

¹ Pós-doutorado pela Universidade do Porto, Docente do Curso de Enfermagem, Universidade Estadual Vale do Acaraú - UVA, Centro de Ciências da Saúde - CCS, elianyy@gmail.com

² Estudante do Curso de Enfermagem, Universidade Estadual Vale do Acaraú - UVA, anabeatrizmasso@gmail.com

³ Estudante do Curso de Enfermagem, Universidade Estadual Vale do Acaraú - UVA, joaowalysondepaula@gmail.com

⁴ Estudantes do Curso de Enfermagem, Universidade Estadual Vale do Acaraú - UVA, caiosanrodrigues2000@gmail.com

program content covered ten themes related to the mental health of young people, focusing on self-mutilation, mental disorders, use of alcohol and other drugs. In this way, the league's participation in the elective subject influenced the following results: within the institution, by providing psychological support through broad playful approaches; for students, creating bonds and a space for expressions of feelings and emotions; for binders, in training experiences and in the diverse application of methodological approaches. It is therefore concluded that the implementation of the mental health discipline led by the league made it possible to design a positive interface between the school and the university, bringing mental health care closer to students through the educational institution.

Keywords: *university extension; high school; mental health;. school health services; health education.*

INTRODUÇÃO

A universidade deve desenvolver relação efetiva com a comunidade, intermediada pela extensão universitária. Este processo é imperativo para a formação interdisciplinar nos aspectos culturais, científicos e políticos. Desta forma, o espaço acadêmico se sustenta no princípio da indissociabilidade, conforme prevê a Constituição Federal de 1988, além de promover a interação transformadora entre universidade e outros setores da sociedade. Neste cenário, a extensão universitária possui grande propósito na formação profissional dos estudantes e no desenvolvimento de projetos para o benefício da comunidade em geral (FÓRUM DE PRÓ-REITORES DE EXTENSÃO DAS UNIVERSIDADES PÚBLICAS BRASILEIRAS, 2010).

As práticas extensionistas se configuram como importante oportunidade para garantir diversos conhecimentos e benefícios, como a inserção de educações populares, a perpetuação de temáticas específicas, como também o favorecimento dos discentes no processo de formação pessoal e profissional. Desta forma, estes momentos constituem um espaço para colocar em prática as experiências adquiridas dentro da universidade, permitindo a difusão destas para outros ambientes, com diferentes linguagens e públicos, influenciando na convivência com as necessidades da comunidade (Oliveira *et al.*, 2023).

Conforme Freire, a educação não é neutra e contém uma intencionalidade política. Portanto, pressupõe escolhas, estejamos ou não conscientes delas,

referentes aos conteúdos, às metodologias, ao planejamento, à avaliação, à comunicação, à convivência. Com isso, dependendo das decisões, ou seja, das escolhas que fazemos, a educação que realizamos pode ser transformadora e emancipadora ou conservadora, além de contribuir para a manutenção da organização e da dinâmica social (Freire, 1959).

Abordar a temática de saúde mental como uma educação popular no panorama atual é extremamente necessário, principalmente após a pandemia da COVID-19 que trouxe diversos agravos à saúde mental da população, especialmente entre jovens e adolescentes, que, por estarem nesta fase de transição para a vida adulta, estão mais suscetíveis a desenvolverem transtornos psicológicos.

Neste relato, destaca-se a Liga Interdisciplinar em Saúde Mental (LISAM), criada em 2017, no Curso de Enfermagem da Universidade Estadual Vale do Acaraú (UVA), e desenvolve atividades de ensino, pesquisa e extensão. No que diz respeito à extensão, a Liga desenvolve ações em diversos locais do município de Sobral, Ceará, com foco nos jovens estudantes do ensino médio, trabalhando, assim, a promoção da saúde mental em torno de temas como autocuidado, autoconhecimento e autogestão e também a educação em saúde, tendo como foco a promoção da saúde e o fortalecimento do estudo em saúde mental. Tendo em vista as vulnerabilidades locais, como a exposição precoce dos jovens em meio aos transtornos mentais, o projeto propõe a construção de práticas interdisciplinares

orientadas por princípios que visam envolver os acadêmicos em atividades no âmbito da saúde mental da população, propiciando a integração e articulação de ações de promoção à saúde neste contexto (Oliveira *et al.*, 2019a).

Assim, objetiva-se neste trabalho relatar as atividades de extensão desenvolvidas e as experiências dos integrantes da Liga Interdisciplinar em Saúde Mental na oferta da Disciplina Eletiva de Saúde Mental em uma escola de ensino médio do município de Sobral, Ceará, Brasil.

AÇÕES DE EXTENSÃO EM SAÚDE MENTAL NO CONTEXTO ESCOLAR

Trata-se de um relato de experiência, e descreve as experiências de integrantes da Liga Interdisciplinar de Saúde Mental (LISAM) da Universidade Estadual do Vale do Acaraú, localizada no Ceará, no município de Sobral, no desenvolvimento de uma ação extensionista em contexto escolar. A ação ocorreu na Escola de Ensino Médio de Tempo Integral Dom José Tupinambá da Frota.

A escola, atualmente, conta com cerca de 409 matrículas de estudantes entre as faixas etárias de 15 a 17 anos, com turmas de 1º, 2º e 3º ano - A, B e C, e com 29 professores. Em relação à infraestrutura, a instituição oferece para os alunos alimentação, sanitários, cozinha, sala de informática, sala dos professores, sala de coordenação, pátio, quadra de esportes, auditório e as salas de aula (QEDU, 2022).

A disciplina eletiva em saúde mental foi criada em virtude da necessidade de ofertar um momento e espaço próprio para o estudo em saúde mental, observando um diagnóstico situacional realizado pelos

profissionais da escola com base em relatos dos próprios estudantes que sentiam a necessidade de um aprofundamento nessa temática. Assim, surgiu o convite oficial para a LISAM apresentar um projeto para a disciplina em questão. O projeto foi apresentado e aprovado pelo conselho gestor da escola.

As aulas das disciplinas da matriz curricular aconteciam pela manhã e as eletivas à tarde. A escola possuía quatro turmas de cada série do 1º, 2º e 3º ano, com cerca de 40 alunos por classe. Os estudantes participantes eram do 1º ano do ensino médio, variando entre 1º ano A, B e C, pois foram as turmas escolhidas pela coordenação para a contemplação da disciplina eletiva. Realizou-se, no início do semestre, por parte da coordenação da escola, período de inscrições para as eletivas, nas quais os alunos se inscreviam nas disciplinas que eles mais se identificavam. Em decorrência deste processo, a eletiva em saúde mental obteve grande adesão por parte dos estudantes, sendo necessário aumentar a quantidade de vagas ofertadas durante o semestre.

A LISAM é composta por 14 integrantes (acadêmicos de Enfermagem e Educação Física). As aulas eram ministradas por cinco integrantes da Liga, as quais, toda semana realizava um revezamento entre seus participantes de acordo com a disponibilidade na carga horária acadêmica. A disciplina foi desenvolvida de agosto a dezembro de 2022, às quintas-feiras, das 13h00min às 14h40min, com abordagens de temas selecionados durante o semestre e a confecção de slides e projeções, além de dinâmicas finais que serviram como avaliações de aprendizado e fixação de conteúdo.

As temáticas escolhidas eram pensadas em como abordar saúde mental para jovens do ensino médio, por meio de conteúdos que não tornassem a disciplina monótona e assim proporcionassem o engajamento dos alunos. Com isto, temas como automutilação, suicídio, uso de álcool e outras drogas, distúrbios mentais, pressão social na vida acadêmica, como também as nuances da saúde mental na adolescência, eram algumas das abordagens ministradas na eletiva.

Logo após a abordagem das temáticas, por meio dos slides e projeções, eram feitas dinâmicas avaliativas que consistiam em instigar os alunos a se movimentarem e a interagirem entre si, além de ajudar a fixar o conteúdo abordado naquela aula (Figura 1).

Figura 1 - Momentos de realização de atividades e interação dos alunos com os ligantes da LISAM. Sobral, CE, Brasil, 2023.



Fonte: Próprio autor, 2023.

Dinâmicas como mímica a respeito das emoções, relatos anônimos no pedaço de papel sobre problemas mentais pessoais, estourar balão com perguntas acerca do tema abordado em sala de aula, trilha das emoções, roda do autoconhecimento, verdadeiro ou falso sobre assuntos de saúde mental, faziam parte da grade curricular da eletiva. Além disso, as equipes vencedoras receberam pequenas premiações como forma de recompensa e estímulo, sendo os momentos preferidos dos alunos, fechando, assim, o momento diário.

Ademais, conforme Rocha *et al.* (2019), as ações de extensão desenvolvidas durante a graduação buscam reforçar a interação da universidade com a sociedade, visando impactos positivos no âmbito cultural, científico, educacional, social, ambiental, esportivo e ainda a assistência à saúde e à inovação em consonância com as políticas públicas locais e as demandas da comunidade.

Conforme pode ser observado no Quadro 1, os temas abordados foram direcionados tanto para a promoção de saúde mental, com maiores informações sobre como determinados transtornos mentais se caracterizam, como também as competências socioemocionais que

envolvem o processo de cuidado. Além disso, o Quadro 1 expõe os objetivos para cada momento, estratégias metodológicas

empregadas e contribuição do momento nos conhecimentos e sentimentos desses estudantes.

Quadro 1- Plano de atividades desenvolvidas na disciplina eletiva em saúde mental.

TEMAS DAS AULAS	OBJETIVOS	ESTRATÉGIA METODOLÓGICA	REPERCUSSÕES ENTRE OS ESTUDANTES
Férias x Saúde mental	Discutir acerca de como as férias e o lazer fazem bem à saúde mental dos estudantes.	Exposição de slides e dinâmica final com o relato pessoal de cada estudante.	Demonstraram ao final da dinâmica seus relatos pessoais acerca de como foram as férias.
Principais transtornos mentais na adolescência	Abordar os principais transtornos mentais que atingem os adolescentes.	Roda de conversa e dinâmica avaliativa com "verdadeiro" ou "falso" sobre os transtornos mentais.	Relataram ao final da dinâmica e ao longo da aula o relato pessoal com os transtornos mentais e o quanto era uma temática relevante.
Competências socioemocionais	Explicar quais as competências socioemocionais e como as utilizamos no ambiente acadêmico.	Exposição de slides, vídeo de oito minutos e dinâmica avaliativa com o uso de mímicas, demonstrando as competências socioemocionais.	Interagiram durante toda a aula, utilizando-se das competências socioemocionais.
Violências	Abordar os tipos de violências e as que mais atingem os adolescentes.	Apresentação de álbum seriado, dinâmica avaliativa com perguntas individuais sobre o tema violência.	Relataram que o tema violência era uma temática muito sensível, pois muitos vivenciavam dentro dos seus contextos familiares.
Álcool e outras drogas	Explicar as consequências do uso de álcool e drogas na adolescência.	Exposição de slides e dinâmica avaliativa com bingo interativo sobre o tema álcool e drogas.	Revelaram que o tema era sensível, o contato com as drogas e a falta de informação sobre essa temática.
Bullying	Demonstrar os tipos de bullying e como ocorrem no ambiente escolar	Roda de conversa e dinâmica avaliativa com o uso de papéis com conselhos para os estudantes que passaram por casos de bullying.	Interagiram, de modo bem ativo, com esse tema, pois é uma temática presenciada diariamente dentro e fora da escola.
Automutilação	Falar acerca da automutilação e como ela atinge os jovens e suas consequências para a saúde mental.	Exposição dialogada e como dinâmica avaliativa um painel integrado de ideias e experiências.	Ficaram bastante sensibilizados com o tema automutilação e contaram abertamente os relatos pessoais ao final da aula.
Família X Dependência emocional	Abordar a relação família e dependência emocional como questão de saúde mental.	Estudo de casos e dinâmica avaliativa, o mural com relatos pessoais dos estudantes sobre os casos familiares anônimos.	Relataram o que vivenciavam dentro de suas casas e as dificuldades em enfrentar a dependência emocional.
Transtornos alimentares X Saúde emocional	Abordar os transtornos alimentares e como atingem a saúde emocional.	Roda de conversa e dinâmica avaliativa Gincana.	Interagiram durante toda a exposição e demonstraram interesse com a tema, com várias perguntas.
Cobranças sociais X Vida escolar	Discutir como as cobranças sociais atingem a vida escolar dos adolescentes.	A vivência do Correio amigo. Escrita de uma carta para um colega de turma sobre o tema.	Expressaram que a relação entre cobranças sociais e a vida escolar, era uma temática importante e que muitos vivenciavam.

Fonte: Próprio autor, 2023.

A INTERVENÇÃO NO CONTEXTO ESCOLAR

A abordagem da temática "Férias x Saúde Mental" teve início com uma análise sobre como as férias e o lazer podem contribuir para o bem-estar mental dos estudantes. Logo, utilizou-se de projeções em formato de slides para apresentar as informações sobre o tema, como forma de

evidenciar o impacto do lazer na saúde mental. E depois, como encerramento da atividade, os alunos manifestaram interesse em compartilhar experiências de lazer pessoal, ressaltando como esses momentos os traziam alegria.

A atividade subsequente teve como foco os principais transtornos mentais na adolescência. Utilizando-se de uma roda de conversa, o momento teve como intuito

abordar os principais transtornos mentais que afetam os jovens. Primeiro houve uma apresentação dos transtornos mentais comuns e como esses afetam os adolescentes. Ao final, para avaliação do momento, aplicou-se o jogo de "verdadeiro" ou "falso", respondendo perguntas relacionadas ao conteúdo abordado. Aqueles que obtiveram bons resultados receberam brindes como forma de incentivo ao conhecimento adquirido.

A intervenção nas competências socioemocionais incluiu uma explanação dos conceitos-chave, seguida da exibição de um vídeo curto para aprofundar o assunto. Para facilitar o entendimento, os estudantes participaram de uma dinâmica de mímica, onde escolhiam uma competência e a representavam para que a turma a identificasse.

Na temática "Violência", empregou-se uma apresentação em forma de álbum seriado, enfatizando os principais tipos de violências e aquelas que mais afetam os adolescentes. Após a apresentação, foi realizado um debate ativo com o tema "Minhas experiências com a violência", no qual os estudantes compartilharam vivências e experiências pessoais e familiares.

A abordagem sobre o uso de álcool e outras drogas na adolescência incluiu a explicação das consequências negativas dessas substâncias. Foram apresentadas evidências científicas dos efeitos nocivos do abuso de drogas psicoativas. Somado a isso, foi feito um bingo interativo com perguntas relacionadas ao tema. Isso criou uma competição saudável entre os participantes e ajudou na fixação da aprendizagem.

Para abordar o tema do *bullying*, utilizou-se a estratégia de roda de conversa,

onde foi definido o conceito e discutidos alguns casos. O foco foi destacar a gravidade do problema dentro do ambiente escolar. Assim, foi realizada uma dinâmica, na qual os estudantes escreveram mensagens de apoio para aqueles que sofrem *bullying* na escola.

Na intervenção sobre automutilação, foi realizada uma apresentação que abordou o problema, sua ligação com os jovens e as consequências para a saúde mental. Na sequência, foi criado um painel integrativo, no qual os participantes puderam compartilhar o que aprenderam e discutir experiências pessoais, tanto suas quanto de amigos próximos.

O tópico Família e Dependência Emocional foi conduzido por meio da análise de três situações-problema. Estas situações provocaram debates sobre a identificação e o enfrentamento do problema. Como conclusão desta atividade, foi elaborado um mural contendo sugestões e soluções para aprimorar a dependência emocional dentro do âmbito familiar.

A intervenção sobre a relação entre Transtornos alimentares e Saúde emocional, ocorreu por uma roda de conversa, com destaque para saúde dos adolescentes. Após a discussão, foi organizada uma gincana de avaliação, na qual a turma foi dividida em dois grupos, e o grupo vencedor foi aquele que obteve o maior número de acertos.

Para discussão sobre as Cobranças sociais x Vida escolar, foi utilizada a dinâmica do Correio Amigo. Cada aluno escreveu uma carta para um colega de classe, compartilhando sua experiência com as cobranças sociais e a vida escolar. Depois, as cartas foram trocadas e lidas em voz alta, o que permitiu um debate sobre o

tema e revelou que todos tinham vivido situações semelhantes.

As temáticas discutidas na disciplina eletiva de saúde mental foram escolhidas tendo como base o contexto e as especificidades do adolescente escolar. A discussão sobre saúde mental com adolescentes de escolas de ensino médio é crucial, pois nessa fase da vida os jovens estão passando por diversas transformações físicas, emocionais e psicológicas. É importante que eles saibam identificar sintomas de possíveis problemas mentais e onde buscar ajuda (Reis *et al.*, 2019).

Em estudo realizado por Rocha *et al.* (2022) sobre a ansiedade em estudantes do ensino médio, emergiram algumas categorias que descrevem a ansiedade nos estudantes, e uma delas diz respeito às pressões sociais. Com isso, as ações de extensão possuem o intuito de promover o bem-estar do aluno durante a fase escolar, a promoção do conhecimento e a fixação de conteúdo. Através dos momentos de interação, ficou notório que muitas dúvidas eram sanadas durante as dinâmicas avaliativas.

A intervenção na disciplina eletiva de saúde mental teve o intuito de empoderamento dos adolescentes em relação à sua saúde mental. Nesse sentido, ao compreenderem melhor seus sentimentos, pensamentos e emoções, os adolescentes conseguem lidar de forma mais consciente e saudável com as adversidades da vida, prevenindo o desenvolvimento de transtornos mentais. Ao receberem informações sobre a sua saúde mental, os adolescentes se tornam mais capacitados em lidar com os desafios da vida de forma mais saudável.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

No contexto escolar é imprescindível ações de extensão com o tema saúde mental e a abordagem desse assunto com os adolescentes. Os alunos do ensino médio precisam ter acesso a mais informações sobre temas relacionados à saúde física e mental. Isso lhes dará mais autonomia e uma chance de viver de forma saudável.

Para os extensionistas, a LISAM se mostrou fundamental no processo de formação acadêmica, uma vez que proporciona oportunidades reais de aprendizado. Nesse sentido, as práticas de extensão desempenham um papel crucial, beneficiando tanto os estudantes envolvidos quanto a comunidade atendida. Além disso, as ligas acadêmicas proporcionam um ambiente propício para troca de experiências entre os membros, ampliando as perspectivas e o conhecimento de cada um. Dessa forma, é possível desenvolver habilidades e competências essenciais para a atuação profissional futura.

REFERÊNCIAS

- AYRES, J. R. C. M.; FRANÇA JÚNIOR, I. Saúde do Adolescente. In: SCHARAIBER, L. B.; NEMES, M. I. B.; GONÇAVES, R. B. M. (Org.). *Saúde do Adulto - Programas e Ações na Unidade Básica*. São Paulo: Ed. Hucitec, 1996. p. 66-85. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/icse/a/CCnBTxySpYqFqS93W5RN3Sv/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 21 nov. 2023.
- EEMTI DOM José Tupinambá da Frota. [S. l.]: QEdu, 2022. Disponível em: <https://qedu.org.br/escola/23025190->

eemti-dom-jose-tupinamba-da-frota.
Acesso em: 07 nov. 2023.

FÓRUM DE PRÓ-REITORES DE EXTENSÃO DAS UNIVERSIDADES PÚBLICAS BRASILEIRAS - FORPROEX. *Extensão Universitária: organização e sistematização*. Belo Horizonte: COOPMED editora, 2010. Disponível em: <https://www.ufmg.br/proex/renex/images/documentos/Organizacao-e-Sistematizacao.pdf>. Acesso em: 08 nov. 2023.

FREIRE, P. *Educação e atualidade brasileira*. Recife, Dissertação de concurso para a cadeira de História e Filosofia da educação na escola de Belas Artes de Pernambuco. Recife, 1959.

OLIVEIRA, A. W.; MORAES, I. D. T.; NAKANO, T. C. Relação entre inteligência e competências socioemocionais em crianças e adolescentes. *Revista de Psicologia*, [S. l.], v. 37, n. 2, p. 407-424, 2019b. Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/3378/37866616003/337866616003.pdf>. Acesso em: 07 nov. 2023.

OLIVEIRA, E. N. *et al.* "O caminho se faz caminhando": experiência de integrantes de uma liga de saúde mental. *Cidadania em Ação: Revista de Extensão e Cultura*, Florianópolis, v. 6, n. 1, p. 53-68, 2023. Disponível em: <https://revistas.udesc.br/index.php/cidadaniaemacao/article/view/21596>. Acesso em: 05 nov. 2023.

REIS, A. F. C. *et al.* Transtornos mentais na adolescência: uma abordagem preventiva. In: CONGRESSO DE ESTUDANTES DE MEDICINA DO UNIFESO, 2., 2019, Teresópolis. *Anais do II Congresso de Estudantes de Medicina do UNIFESO*. Teresópolis: Editora Unifeso, 2019. p. 154-157. Disponível em: <https://www.unifeso.edu.br/editora/pdf/5069fb0ec1e8ed7470c4741ec6521bc0.pdf#page=155>. Acesso em: 04 nov. 2023.

ROCHA, R. M. G. A Construção do Conceito de Extensão Universitária na América Latina. In: FARIA, D. S. (Org.). *Construção Conceitual da Extensão Universitária na América Latina*. Brasília: UnB, 2019. Disponível em: <https://permuta.bce.unb.br/produto/construcao-conceitual-da-extendao-universitaria-na-america-latina/>. Acesso em: 08 nov. 2023.

ROCHA, J. B. R. *et al.* Ansiedade em estudantes do ensino médio: uma revisão integrativa da literatura. *Id online - Revista de Psicologia*, v. 16, n. 60, p. 141-158, 2022. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/3418>. Acesso em: 04 nov. 2023.

SILVA, P. M. *Saúde Mental de crianças e adolescentes ao longo dos dois primeiros anos de pandemia no Nordeste do Brasil: um estudo observacional*. 2023. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Medicina) - Escola Bahiana de Medicina e Saúde Pública, Salvador, 2023. Disponível em: <http://repositorio.bahiana.edu.br/jspui/handle/bahiana/7066>. Acesso em: 06 nov. 2023.