

ADOLESCER: UM PROJETO DE EXTENSÃO SOBRE A SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES NO AMBIENTE ESCOLAR

*ADOLESCER: AN EXTENSION PROJECT THAT EMBRACES TEENAGERS' MENTAL HEALTH IN
SCHOOL ENVIROMENT*

Ana Carolina Gusman Lacerda, discente, Curso de Graduação em Medicina, Unifeso.

Ana Luiza Joppert Morier, discente, Curso de Graduação em Psicologia, Unifeso

Ana Maria Pereira Brasilio de Araújo, Psicóloga, Mestre em Ciências do Cuidado em Saúde, Docente dos Cursos de graduação em Medicina e Psicologia do Unifeso.

Annita Fundão Carneiro dos Reis, discente, Curso de Graduação em Medicina, Unifeso.

Fernanda Helena dos Santos Moledo, Licenciada em Biologia, Pós-graduanda em Engenharia genética, discente, Curso de Graduação em Psicologia, Unifeso.

Geórgia Rosa Lobato, Psicóloga, Mestre em Saúde da Família, Docente dos cursos de graduação em Medicina e Psicologia, Unifeso.

Isis Lopes de Brito, Psicóloga, Mestre em Psicologia, Doutoranda em Educação, Docente do Curso de graduação de Psicologia do Unifeso.

Jéssica Castelo Branco de Vasconcelos, discente, Curso de Graduação em Medicina, Unifeso.

Laura Corrêa de Magalhães Landi, Psicóloga, Mestre em Saúde Pública, Docente dos Cursos de graduação de Medicina e Psicologia do Unifeso.

Maressa Duarte Lima Bomfim, discente, Curso de Graduação em Medicina, Unifeso.

Mariana Lovaglio Rosa, discente, Curso de Graduação em Medicina, Unifeso.

Sarah Silva de Souza Pereira, discente, Curso de Graduação em Psicologia, Unifeso.

RESUMO

Segundo estimativas da Organização das Nações Unidas, adolescentes representam cerca de 14,2% da população mundial, nesta faixa etária é encontrada alta prevalência de transtornos mentais. De acordo com a Organização Mundial de Saúde, a maioria desses transtornos entre adolescentes não é diagnosticada ou tratada, indicando que seus sinais podem ser negligenciados. Nesse sentido, o Projeto de Extensão Adolescer visa minimizar os danos causados pelas questões de saúde mental enfrentadas por adolescentes e proporcionar a reflexão acerca do trabalho dos professores e da direção do Centro Educacional Serra dos Órgãos. A metodologia do Adolescer desenvolveu-se em três etapas. Na primeira, foi realizada revisão bibliográfica sobre o tema da saúde mental e levantamento de informações, através de grupo focais e rodas de conversas, vivenciadas no ambiente escolar. A segunda etapa, constituiu-se da análise qualitativa das informações recolhidas, através da definição das categorias temáticas e núcleos de sentidos. Realizou-se, ainda, o planejamento de estratégias de intervenção, contemplando a interprofissionalidade. A terceira etapa contemplou a realização das estratégias elaboradas, trabalhando com adolescentes, professores e coordenadores as questões de saúde mental identificadas, produzindo espaço de fala, escuta, acolhimento e cuidado em saúde. Assim, possibilitou-se o enfrentamento dos desafios de saúde mental envolvidos no cotidiano educacional.

PALAVRAS-CHAVE: Adolescência; Saúde mental; Educação em saúde; Extensão universitária.

ABSTRACT

According to United Nations Organization estimatives teenagers represent about 14,2% of mundial population wich age group is found high percentual of mental issues. According to United Nations Organization the majority of these mental issues aren't treated nor diagnosticated indicating that your signals might be neglected. In this poit of view the extention project Adolescer object to minimize the damaged caused by mental issues questions faced by teenagers and propose a reflection above the teachers and coordinators working at Centro Educacional Serra dos

Órgãos. The developing progress of *Adolescer* was given by three phases of work. First of all the bibliographic review about mental health was made by focal groups and conversation reunions about witnessed cases at school environment. The project second phase of development was given by collected informations qualitative analysis through thematic categories and cores of senses definition. The realization of intervention strategy planning was also a question in this part of the project. The third and last part of this project was marked by the strategies made at second phase realization working with the teachers and coordinators with teenagers that were identified with some mental issues. Listening, active talking and health cares space were given to the students during this project having in mind the mental issues confrontation involved at educational daily life.

KEYWORDS: Adolescence; Mental health; Health education; University extension.

INTRODUÇÃO

O Projeto de Extensão “*Adolescer: a Saúde Mental de Adolescentes no Ambiente Escolar*” foi desenvolvido por docentes e discentes dos cursos de graduação de Medicina e Psicologia do Centro Universitário Serra dos Órgãos (Unifeso). O projeto pauta-se na análise da saúde mental dos estudantes adolescentes do Centro Educacional Serra dos Órgãos (CESO), com apoio e financiamento do Unifeso.

A idealização do projeto partiu de estudantes do curso de Medicina, que ao realizarem o componente curricular teórico-prático eixo de prática profissional Integração Ensino, Trabalho e Cidadania (IETC), entraram em contato com adolescentes em seus ambientes escolares, percebendo suas demandas em relação à Saúde Mental. Instigadas por esta experiência, as estudantes de medicina procuraram professoras e, em uma perspectiva de trabalho interprofissional, conjuntamente com docentes e discentes do curso de Psicologia, nasceu o *Adolescer*. O foco do projeto foi abordar aspectos relacionados à saúde mental dos adolescentes no ambiente escolar, considerando o cuidado ampliado em saúde e a necessidade de agenciamentos intersetoriais nesta área. Para alcançar os objetivos, foi necessário iniciarmos com uma revisão bibliográfica sobre adolescência e saúde mental.

A adolescência é a fase do desenvolvimento humano compreendida entre 10 e 19 anos de idade, caracterizada pela transição entre a infância e a fase adulta, sendo marcada pela vivência de transformações e

descobertas. Neste período os adolescentes experimentam momentos de decisões e escolhas em busca de maior autonomia, o que os leva a vivenciar novas emoções, sensações, e a construção de questões subjetivas inéditas (OMS, 2014).

Nesta faixa etária, os indivíduos estão mais suscetíveis a sofrer alterações em relação a saúde mental, em decorrência de fatores individuais, tais como: sexo, idade, autoestima e autoconfiança; também fatores familiares, como a histórico familiar de questões relacionadas a sofrimento mental, problemas de álcool/drogas, violência física, psicológica e sexual, violência entre os pais, perdas por morte e separação dos pais; e ainda os fatores socioculturais e econômicos, tais como local de moradia, ambiente em que vivem, costumes adquiridos e classe social (AVANCI et al, 2007). Tais fatores influenciam as condições de saúde de cada indivíduo e os cuidados em saúde precisam ser formulados a partir de uma análise que os incluam.

Nesse sentido, o cuidado com a saúde mental torna-se essencial, não somente por se tratar da ausência de transtornos mentais ou deficiências, mas por possuir uma definição mais ampla, sendo um estado de bem-estar no qual um indivíduo realiza suas próprias habilidades, pode lidar com as tensões normais da vida, pode trabalhar de forma produtiva e é capaz de fazer contribuições à sua comunidade (OMS, 2016).

Profissionais da área de saúde, como os acadêmicos em formação dos cursos de Medicina e Psicologia, são capacitados durante suas graduações para realização de acolhimento

ao sujeito em sofrimento psíquico, prestação de cuidado integral em saúde ao adolescente e realização de ações de educação em saúde. Essa capacitação permite a inserção de acadêmicos de Medicina e Psicologia no ambiente escolar, de suma importância para a promoção e prevenção em saúde. Tal incorporação visa orientar e escutar estudantes, professores e coordenadores, em relação às questões próprias da faixa etária da adolescência, tais como: mudanças corporais, despertar da sexualidade, escolhas profissionais e os efeitos de tais vivências na saúde mental do adolescente.

O suporte em saúde mental para os adolescentes, seus professores e coordenadores no ambiente escolar promoveu um espaço de reflexão sobre os próprios processos de vida, que possibilitam a melhoria de qualidade de vida e diminuição de possíveis danos causados pelos sofrimentos vivenciados nesta faixa etária.

O projeto desenvolveu o acolhimento e a construção de conhecimento com estudantes adolescentes, professores e coordenadores do CESO, quanto às questões de saúde mental na adolescência, proporcionando espaços de fala, escuta, reflexão e debate acerca dos sofrimentos vivenciados nesta faixa etária. Acredita-se que os participantes da pesquisa, além de ponderar sobre suas próprias questões, tornam-se agentes ativos potencializadores de transformações nas comunidades, difundindo e multiplicando as reflexões e conhecimentos sobre as mudanças e vivências na adolescência.

Para os acadêmicos de Psicologia e Medicina, acredita-se que participar deste projeto de pesquisa proporcionou a construção de novos conhecimentos, habilidades e atitudes, não apenas no escopo da saúde mental no ambiente escolar, como também na abordagem de questões subjetivas a cada indivíduo no geral, incrementando a formação acadêmica de tais discentes.

OBJETIVOS

Objetivo primário

Escutar e orientar coordenadores, professores e estudantes adolescentes do Centro Educacional Serra dos Órgãos (CESO) quanto às transformações vivenciadas na adolescência e refletir acerca da percepção necessária para detectar o sofrimento mental entre os adolescentes.

Objetivos secundários

- Construir espaço de fala, escuta e reflexão sobre a adolescência e seus desafios para coordenadores, professores e estudantes.
- Identificar as principais questões e dificuldades entre os adolescentes vivenciadas pela equipe pedagógica das escolas.
- Produzir material educativo e dinâmicas para trabalhar as dificuldades acerca da adolescência identificadas nas escolas.
- Apresentar o material elaborado e aplicar as dinâmicas no ambiente escolar.
- Avaliar a qualidade das atividades realizadas.
- Disponibilizar em meio físico e digital para docentes e discentes do CESO, cartilha contendo os resultados encontrados a partir da pesquisa realizada.

METODOLOGIA

O Projeto de Extensão Adolescer está registrado e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Unifeso, inscrito na Plataforma Brasil sob o registro CAAE 49324121.9.00005247.

As atividades do projeto foram desenvolvidas no Centro Educacional Serra dos Órgãos (CESO), uma escola particular vinculada ao Centro Universitário Serra dos Órgãos (Unifeso), localizada no município de

Teresópolis, cidade serrana do Estado do Rio de Janeiro. Esta escola foi escolhida pela facilidade na interlocução com a equipe gestora e adesão ao projeto, tendo em vista a Pandemia pela COVID-19, que nos afastou do inicialmente previsto para este projeto, as escolas municipais de Teresópolis.

O público-alvo deste projeto foram docentes e seus estudantes com idade entre 12 e 19 anos, faixa etária compreendida na adolescência, que se interessem em participar de ações e debates sobre o momento de vida que enfrentam, as mudanças vivenciadas e as questões de saúde mental. O projeto trabalhou com professores e adolescentes tais temas e proporcionou espaços de reflexão e suporte para professores e coordenadores da escola, que estão no cotidiano escolar com os estudantes e seus familiares no enfrentamento dos desafios.

O projeto desenvolveu-se em três etapas. A primeira referiu-se ao levantamento bibliográfico a respeito do tema adolescência e saúde mental; pactuação com a escola participante e análise documental de dados da escola, tais como: o número de alunos adolescentes e quantitativo de professores que lecionam para esta faixa etária no Cesó.

A segunda etapa do projeto foi de levantamento das questões de saúde mental identificadas entre os adolescentes, professores e coordenadores no ambiente escolar do CESO. Para tal levantamento dos dados sobre o tema, foram realizados dois Grupos Focais com os coordenadores e equipe psicopedagógica, quatro grupos focais com os professores do Ensino Médio, dois grupos focais com os professores do Ensino Fundamental II e duas rodas de conversa com os estudantes adolescentes.

A escolha pelo Grupo Focal com coordenadores e professores deu-se pela possibilidade de trabalhar a partir de perguntas norteadoras previamente elaboradas, com o objetivo de observar o debate que tais perguntas promoveram entre os integrantes do cada grupo.

Desta forma, foi possível colher os dados necessários para o desenrolar da pesquisa através desta ferramenta de investigação, uma metodologia exploratória de pesquisa qualitativa que, segundo Edmunds (1999), tem o objetivo de dotar a compreensão das percepções, dos sentimentos, das atitudes e motivações.

Os grupos focais foram realizados entre os meses de maio e junho, fase sanitária onde não havia a possibilidade de atividades presenciais no ambiente escolar. Desta forma, pactuamos com a direção da escola grupos remotos, com duração de 1 hora e 40 minutos, previamente pactuados com a direção da escola.

No Grupo Focal, a obtenção de dados, se dá a partir das discussões planejadas onde os participantes “expressam suas percepções, crenças, valores, atitudes e representações sociais sobre uma questão específica num ambiente permissivo e não constrangedor (AZEVEDO, 2012)

Debus (1997) nos fala da obtenção de dados por meio de discussões em grupo, nas quais cada participante expressa sua percepção, suas crenças, seus valores, suas atitudes e representações sociais sobre os temas trazidos. Em nosso caso do Piex, o da saúde mental.

As perguntas norteadoras para o primeiro grupo focal com coordenadores foram:

1 - Qual a maior dificuldade que você identifica entre os professores com relação aos estudantes adolescentes?

2 - Qual a maior dificuldade que você identifica entre os seus estudantes adolescentes?

3 - Quais competências a escola já tem para lidar com essas situações e quais as competências gostaria de desenvolver?

O segundo grupo focal de Coordenadores tinham as seguintes questões:

1 - Como vocês lidam, quais atitudes vocês têm para identificar o estudante que apresenta alguma dificuldade/questão de saúde

mental? (Fala sobre o conceito de Saúde Mental)

2 - Quais os saberes e fazeres vocês têm? Como vocês identificam e o que fazem quando identificam?

3 - Você se sente confiante para identificar um estudante com sofrimento psíquico, do tipo ansioso, depressivo, alimentar, pós-traumático, entre outros.

4 - Quais dificuldades você percebe em relação ao tema da saúde mental dentro da escola? Falta de informação sobre o tema; Falta de interesse no tema; Preconceito em relação ao tema; Relação entre saúde mental e medicalização (Falta de medicalização ou Excesso de medicalização).

As perguntas norteadoras para os grupos focais com professores foram:

1 - Qual a maior dificuldade que vocês identificam entre os seus estudantes adolescentes?

2 - Quais dificuldades vocês identificam em relação à Saúde Mental dos estudantes adolescentes? E como vocês as identificam?

3 - Como a instituição escolar lida com estudantes que apresentem dificuldades de Saúde Mental?

4 - Como os professores percebem que a coordenação e a equipe psicopedagógica lidam com a temática da Saúde Mental na escola?

Os grupos de adolescentes ocorreram no mês de julho de 2021, onde havia a possibilidade de atividades híbridas na escola. Então, optou-se pelas Rodas de Conversa híbridas, ou seja, com estudantes de forma presencial e de forma remota, nas quais havia uma fala inicial sobre o conceito de Saúde Mental, que serviu de disparadora para um momento de conversa entre os adolescentes, com a mediação da equipe do projeto. As Rodas de Conversa proporcionaram um momento mais descontraído entre os adolescentes, que rapidamente se envolveram na proposta, trazendo suas falas e sensações.

Estas Rodas de Conversa foram compostas no sentido promover mais autonomia ao coletivo de estudantes que participaram. Num espaço de diálogo que permitiu a expressão e a aprendizagem em conjunto. Afonso e Abade (2008) pontuam que as Rodas de Conversa são utilizadas nas metodologias participativas, tendo o referencial teórico na psicologia social, na psicanálise, na educação e no fundamento metodológico de intervenção psicossocial, proporcionando um espaço no qual os participantes reflitam acerca do cotidiano, ou seja, de sua relação no mundo, no trabalho, na vida.

A terceira etapa do projeto se desenvolveu a partir de encontros de produção de conhecimento e educação permanente, os acadêmicos de psicologia e medicina sob orientação dos docentes do presente projeto produziram materiais informativos sobre os temas levantados. Além da elaboração e realização das Estratégias de Intervenções a serem realizadas no Cesó. Tais materiais e ações foram construídos contemplando a interprofissionalidade representada neste projeto.

Por se tratar de um projeto de extensão que se debruçou sobre a temática da saúde mental de adolescentes no ambiente escolar, os dados levantados foram avaliados a partir de técnicas de análise de material qualitativo, através da Análise de Conteúdo. Seguindo as indicações de Minayo (2014), compreende-se que “a análise de conteúdo parte de uma leitura de primeiro plano das falas, depoimentos e documentos, para atingir um nível mais profundo, ultrapassando os sentidos manifestos do material” (p. 308).

Foi utilizada a modalidade Análise Temática de Análise de Conteúdo, por ser considerada adequada para as pesquisas na área da saúde, considerando o tema como uma unidade de significação, da qual desprendem-se os núcleos de sentido que constroem determinada comunicação (Minayo, 2004).

Uma sistematização inicial das informações colhidas permitiu a percepção das categorias temáticas e dos principais núcleos de sentido emergentes na pesquisa de campo. A identificação destas categorias e núcleos levou em conta as regularidades do discurso e os sentidos frequentes e ímpares presentes nas falas. Posteriormente, os dados foram organizados e classificados em categorias temáticas, que consideraram os objetivos do projeto em associação aos núcleos de sentido que emergiram no campo. Foram identificados e avaliados os temas mais recorrentes entre adolescentes, professores e coordenadores.

A exploração do material e o tratamento dos resultados obtidos tiveram início com a leitura flutuante dos registros da pesquisa de campo. Em seguida, realizamos uma síntese dos dados e uma primeira escrita, que permitiu a percepção dos temas emergentes na pesquisa de campo. A identificação destes temas levou em conta regularidades no discurso e ímpares presentes nas falas, os silêncios diante das perguntas, as semelhanças e diferenças encontradas no material de campo.

Posteriormente, os dados obtidos nos Grupo Focais com professores e coordenadores e Rodas de Conversas com adolescentes foram organizados e classificados segundo categorias temáticas, que consideraram os objetivos do estudo. As categorias foram: Percepção e Detecção das questões de Saúde Mental; Atenção Pais e Escola; Habilidades e Atitudes frente às questões Saúde Mental; Escola, Adolescência e Pandemia.

A análise das categorias e dos núcleos de sentido será apresentada na sessão Resultados Finais do presente Relatório, juntamente com

alguns relatos que se destacaram ao longo do projeto. Faz-se importante, esclarecer que nenhum participante do projeto será identificado, para isso optou-se por pela inicial “C” para coordenadores e equipe psicopedagógica da escola, “P” para falas de professores e “E” para relatos dos estudantes.

Após a análise qualitativa do material levantado, iniciou-se a realização das Estratégias de Intervenção em encontros com os adolescentes, professores e coordenadores para apresentação do material produzido pela equipe do Adolescer. Foi elaborada uma atividade interativa com os adolescentes para trabalhar os temas identificados como mais frequentes, sendo eles: ansiedade, relações interpessoais e conflitos.

Esta atividade foi realizada presencialmente na escola com as turmas do sétimo, oitavo e nono ano do Ensino Fundamental II e com as turmas do primeiro e segundo ano do Ensino Médio. A atividade contava com um momento de apresentação da equipe do Adolescer, um vídeo explicativo, produzido pelos integrantes do projeto, sobre ansiedade e conflitos intrapsíquicos e interpessoais, seguido da dramatização de uma situação problema encenada inspirada nas técnicas do Teatro do Oprimido. A cena com a situação problema foi interrompida no clímax e os estudantes que participavam da atividade podiam criar diálogos com possíveis desfechos. Deste modo, iniciava-se um debate sobre a temática em uma roda de conversa, integrando o conteúdo do vídeo, da cena e do debate.

Na caixa de diálogo abaixo, é possível ler a cena disparadora.

Em uma escola, duas amigas do 9º ano conversam no banheiro.

Joana: Cara, Duda, você não sabe... Sabe o Bernardo?! Fui na casa dele sábado, fazer o trabalho de história. Foi ótimo, vimos uma série. Conheci a família dele.

Duda: Cara, não acredito que você fez isso comigo, você sabe que eu amo o Bernardo desde a quarta série. Eu sempre te falo que toda vez que ele vem falar comigo minhas pernas tremem, minha boca fica seca e meu coração acelera, nossa. Não consigo nem falar com ele de tão abalada que eu fico, a voz não sai. E você vai lá na casa dele, como assim???

Joana: Ah, Duda, que exagero, desde a quarta série você parada aí nele, estamos no nono ano e você ainda pensando nesse moleque. Não é pra tanto, você é muito dramática, esquece ele. Ele nem olha para você, ele que me chamou para fazer o trabalho, eu só aceitei. Você tem que ficar mais de boas.

Duda: Poxa Joana, porque você aceitou fazer o trabalho com ele, você sabe do meu sentimento por ele, apesar dele não me dar bola, eu não esperava isso de você.

Joana: Ah! Tá bom Duda, não tô com paciência para essas suas crises, para de dar show. Tchau.

Joana sai e Duda sozinha no banheiro fala:

Duda: Será que ele não sente nada por mim? Sou tão feia assim? Não quero mais vir pra escola, não tenho mais vontade de viver, sou horrível, ninguém me ama...

Nem minha melhor amiga me entende, não quero mais viver, não aguento mais, minha melhor amiga com o garoto que eu amo...

Corta a cena.

Para concluir o projeto, foi elaborada uma cartilha (em anexo) que foi entregue à escola, destinada aos adolescentes, coordenadores e professores. Tal cartilha contém uma descrição de todo trabalho desenvolvido durante o projeto de extensão e informações sobre Saúde Mental, consideradas relevantes e que apareceram nos encontros com a Equipe Adolescer. A cartilha foi entregue em uma reunião de devolutiva com professores e coordenadores, fechando esta etapa do projeto.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Durante o ano de 2020, foi realizada a revisão bibliográfica acerca da temática do projeto e a pactuação com o Centro Educacional Serra dos Órgãos (Ceso), para realização de toda atividade prática neste ambiente escolar.

Durante o primeiro semestre de 2021, foram realizadas as primeiras e segundas etapas previstas do projeto, descritas na metodologia.

Os dados foram levantados junto ao Ceso, em dois encontros online síncronos com os coordenadores e equipe psicopedagógica da escola. Na sequência, foram realizados quatro encontros com os professores do ensino médio e outros dois encontros com os professores do ensino fundamental II. O início da terceira etapa aconteceu no mês de agosto de 2021, com a realização das estratégias de intervenção com os adolescentes do Ceso. Posteriormente, realizou-se um encontro com professores e coordenadores para devolutiva, fechamento do projeto e entrega da Cartilha Adolescer. A tabela 1 apresenta os dados dos encontros realizados.

Data	Encontro	Atividades realizadas	Quantidade de participantes	Modo
2020	2 encontros com o Cesó	Pactuação	2	Online
05/05	Equipe pedagógica (1º)	Grupo focal	5	Online
19/05	Equipe pedagógica (2º)	Grupo focal	5	Online
25/05	Professores do EM (1º)	Grupo focal	20	Online
22/06	Professores do EM (2º)	Grupo focal	20	Online
29/06	Professores do EF II (1º)	Grupo focal	20	Online
02/07	Estudantes do 9º ano do EF	Roda de conversa	11	Híbrido
07/07	Estudantes da 2ª série do EM	Roda de conversa	13	Híbrido
27/08	Estudantes do 9º ano do EF	Estratégia de intervenção	11	Híbrido
01/09	Estudantes do 8º ano do EF	Estratégia de intervenção	15	Híbrido
03/09	Estudantes da 1ª e 2ª séries do EM	Estratégia de intervenção	15	Híbrido
15/09	Estudantes do 7º ano do EF	Estratégia de intervenção	14	Híbrido
03/12	Professores e equipe pedagógica	Estratégia de intervenção: Entrega da cartilha.	3	Presencial

Tabela 1: Encontros do Projeto Adolescer no Cesó. EM: Ensino Médio / EF: Ensino Fundamental.

Os dados obtidos nos Grupos Focais e nas Rodas de Conversa foram organizados e classificados segundo as seguintes categorias temáticas: Percepção e Detecção das questões de Saúde Mental; Relação família e escola; Habilidades e Atitudes frente às questões Saúde Mental; Escola, Adolescência e Pandemia

Estas categorias temáticas compreendem dezesseis núcleos de sentidos: Dificuldade da escola em relação ao tema saúde mental; Detecção da saúde mental entre os estudantes; Expressão da saúde mental (sentimentos e pensamentos) por parte dos estudantes; Saúde Mental como responsabilidade da psicologia e medicina; Saúde Mental dos professores;

Sintomatologias; Professor-coordenação-psicologia-estudante-família; Envolvimento dos pais na educação dos filhos / relação pais e escola; Manejo diante das questões de Saúde Mental; Ferramentas da escola para lidar com a saúde mental; Relação entre Saúde Mental, laudo, medicalização, rótulos e seus efeitos na aprendizagem; Disciplina de Educação emocional nas escolas – Escola da Inteligência no currículo; Escola, adolescência e pandemia; Preconceito com aqueles que se tratam em Saúde Mental; Redes Sociais propiciando afastamento / isolamento social; Pressões, exigências e expectativas dos adolescente com suas próprias decisões de vida.

Na tabela 2, é possível analisar as categorias temáticas e os núcleos de sentido que as compõem.

CATEGORIAS TEMÁTICAS	NÚCLEOS DE SENTIDO
Percepção e Detecção das questões de Saúde Mental	Dificuldade da escola em relação ao tema saúde mental; Detecção da saúde mental entre os estudantes; Expressão da saúde mental (sentimentos e pensamentos) por parte dos estudantes; Saúde Mental como responsabilidade da psicologia e medicina; Saúde Mental dos professores; Sintomatologias.
Relação família e escola	Professor-coordenação-psicologia-estudante-família; Envolvimento dos pais na educação dos filhos; Relação pais e escola.
Habilidades e Atitudes frente às questões Saúde Mental	Manejo diante das questões de Saúde Mental; Ferramentas da escola para lidar com a saúde mental; Relação entre Saúde Mental, laudo, medicalização, rótulos e seus efeitos na aprendizagem; Disciplina de Educação emocional nas escolas – Escola da Inteligência no currículo.
Escola, Adolescência e Pandemia	Preconceito com aqueles que se tratam em Saúde Mental; Redes Sociais propiciando afastamento / isolamento social; Pressões, exigências e expectativas dos adolescentes com suas próprias decisões de vida.

Tabela 2: Análise Temática dos dados coletados no Cesó.

Categoria Temática 1: Percepção e Detecção das questões de Saúde Mental

Foi considerado “Detecção da saúde mental entre os estudantes” uma categoria temática, na qual foram reunidos os discursos dos coordenadores, professores e alunos, que se

referiam à percepção das questões de saúde mental no ambiente escolar.

No momento da matrícula do estudante na escola, a coordenação da escola explicitou a existência de uma entrevista com aluno, família, psicóloga do segmento e coordenação da escola, na qual colhem-se informações sobre a

dinâmica da família, o histórico educacional e de saúde do adolescente. Com essa entrevista, é possível entender o contexto social do estudante, construindo um vínculo com o estudante e sua família.

Quando a equipe da escola observa uma possível alteração de comportamento do adolescente, há o resgate das informações cadastradas na entrevista, troca de informações entre a equipe da escola e uma comparação com o comportamento que o estudante apresentava antes da mudança. Aqui, o diálogo, não apenas com a família, mas com toda a equipe da escola, mostra ser uma ferramenta na identificação das questões relacionadas à saúde mental dos estudantes. Uma fala no grupo dos coordenadores e equipe psicopedagógica destaca a importância desses primeiros dados colhidos na entrevista e das observações subsequentes:

“(…) a gente volta na ficha da entrevista do aluno” (C1)

“(…) observando e comparando com o comportamento que ele tinha antes.” (C2)

É possível perceber que há a intenção de observação do modo como cada adolescente se apresenta, respeitando as suas particularidades. A equipe relata que, diante da apresentação de uma mudança psíquica de um estudante, ele é “comparado” (para utilizar o termo de C2) a ele mesmo, ao modo como ele se apresentou na chegada à escola. Tenta-se, assim, evitar enquadrar os estudantes em modos considerados corretos ou esperados pela escola ou pela família.

No grupo focal dos coordenadores e equipe psicopedagógica, foi observado certa facilidade na detecção da saúde mental através do modo como o estudante se apresenta na escola, como aponta a fala a seguir:

“No ‘Bom dia’, a gente já percebia o ânimo do aluno e chamava para conversar.” (C3)

No discurso acima, nota-se o tempo verbal na conjugação do pretérito imperfeito

“percebia”, referindo-se a uma ação no passado, interrompida pela pandemia. Essa fala foi realizada quando a escola estava, há um ano, com suas aulas presenciais suspensas pelos protocolos de segurança da COVID-19 e, portanto, os encontros com os alunos ocorriam exclusivamente de modo virtual. Esse discurso é corroborado pela frase do professor:

“(…) a identificação (da questão de saúde mental) aparece na linguagem não verbal durante as aulas, e no virtual isso se perdeu” (P1)

Os desafios enfrentados por conta das adaptações impostas pela pandemia foram observados em diversos momentos ao longo dos encontros com os professores e estudantes, o que fez com que o tema se tornasse uma categoria na discussão deste trabalho: “Escola, Adolescência e Pandemia”. Tal categoria será analisada mais adiante.

No Grupo dos professores, a detecção de questões relacionadas à saúde mental dos estudantes se fez também pela observação comportamental dos adolescentes, seja dentro da sala de aula, como em outros espaços escolares (corredores, cantina). Os professores relataram que a observação da mudança de atitude por parte do aluno se manifesta principalmente na relação com os colegas, introspecção, redução do seu desempenho escolar e participação nas aulas. Relataram que, quando estavam presencialmente no ambiente escolar, momento anterior ao contexto pandêmico iniciado em 2020, muitas vezes essa detecção acontecia pelo relato espontâneo e direto dos alunos que os procuravam para “desabafar”, uma vez que não encontravam a mesma segurança para tratar desses assuntos em casa com a família.

No encontro com os professores, foi possível destacar os seguintes discursos que apontam para as dificuldades, tanto dos adolescentes, quanto dos professores em relação à detecção da saúde mental:

“(…) os adolescentes têm muita dificuldade de expressar o que eles pensam e sentem.” (P2)

“(…) às vezes não percebemos (a questão de saúde mental), é um trabalho fino.” (P3)

Os estudantes, quando perguntados sobre a abordagem de questões de saúde mental entre os colegas, declararam dificuldade ao lidar com o tema. Isto foi evidenciado quando perguntados, nas rodas de conversa, sobre como ouvir o outro, e o que falar para a pessoa quando ela desabafa, como ilustram as falas abaixo:

“(…) é difícil desabafar e dizer o que eu sinto para os outros, mas é mais fácil escutar o outro” (E1)

“(…) aconselhar o outro é mais fácil do que a nós mesmos.” (E2).

O grupo docente observa que os alunos possuem dificuldade para expressar os próprios sentimentos, citando frases como “os alunos se esconderam atrás de um computador, se tornando inatingíveis”, referindo-se ao período de aulas remotas devido a pandemia da COVID-19. Citam ainda que todo esse processo “vai gerando negação dos sentimentos, o que culmina em problemas maiores no terceiro ano”. Ao mesmo tempo, relatam que os alunos demonstram grande sensibilidade diante de situações cotidianas, ficando facilmente abatidos. Relacionam esse comportamento a um imediatismo e falta de perspectiva de futuro por parte dos estudantes, que, diante de situações que demandam uma resolução a longo prazo, se frustram e desistem facilmente.

Tendo em vista que a observação comportamental é a principal ferramenta dos coordenadores para observação da expressão da saúde mental nos alunos, a falta de demonstração por parte dos estudantes torna-se um obstáculo para essa análise por parte da coordenação. Isso evidencia um déficit da identificação dessas questões em alunos mais introspectivos, uma vez que os mesmos não chegam a externalizar essas questões.

No grupo dos alunos, a dificuldade na autoanálise novamente se fez presente:

“não consigo entender meus sentimentos” (E3)

Em uma fala inicial, os professores mencionaram o cuidado acerca da saúde mental no ambiente escolar como uma responsabilidade da equipe de psicologia. Entretanto, em um segundo momento, estabelece-se uma reflexão sobre como eles poderiam trabalhar a saúde mental entre si e com os alunos, o que demonstra uma preocupação e interesse em novas ferramentas de abordagem.

Em relação à sintomatologia, coordenadores e docentes mencionaram que o simples “bom dia” torna-se uma ferramenta de análise do comportamento, e, ao mesmo tempo, do estado da saúde mental dos estudantes. Através dele, eles relatam identificar mudanças de humor e problemas pessoais dos adolescentes, o que ressalta, novamente, a importância do convívio diário na identificação dos sinais. Foram relatados comportamentos de ansiedade, falta de interesse, isolamento e desânimo.

Essa percepção dos grupos de coordenadores e professores é corroborada pelas falas dos próprios estudantes, que citam falta de ar, o corpo que “treme”, coceiras, dor de cabeça, perda de cabeça, mal humor, ansiedade, referindo-se ao

“choro que não dá para segurar” (E4)

“[isso] causa tumulto na vida e tira a nossa paz” (E5)

Os professores, por sua vez, frisaram o sentimento de angústia, impotência e insegurança, não atribuindo-os exclusivamente ao período de ensino remoto, que, relataram, intensificou as dificuldades que já existiam antes. Referiram, ainda, que se sentem desvalorizados pela sociedade, ao mesmo tempo que sofrem com a cobrança de precisarem estar bem todos os dias:

“E quem cuida da minha saúde mental?”
(P4)

Categoria Temática 2: Relação família e escola

A detecção de uma questão de saúde mental é o ponto inicial de uma comunicação fluida entre todos os atores envolvidos no processo educacional: coordenação, professores, psicóloga, estudantes e seus pais. Foi relatado que se trata de um fluxo “intuitivo”, não institucionalizado, no qual os atores se comunicam entre si, a fim de trocar informações acerca do comportamento do estudante, seu contexto social e elaborar as possíveis estratégias de intervenção para o mesmo. De uma forma orgânica, a escola se organiza para estar atenta ao surgimento de dificuldades dos alunos, sendo reportadas à coordenação e à psicóloga as questões que necessitam de maiores intervenções. O mesmo é aplicado em relação aos pais, que são abordados no momento em que a sua participação torna-se imperativa ou benéfica para a abordagem das dificuldades do aluno. No entanto, foi relatado que, muitas vezes, as questões de saúde mental não são tratadas com a devida seriedade e importância pelos pais, que impedem a continuidade desse fluxo e passam a representar uma barreira na abordagem de transtornos ansiosos, depressão, entre outras questões psicossociais.

A influência dos pais apareceu não somente no momento dessa intervenção, como também foi destacada em relação ao processo de aprendizagem dos estudantes. Os professores referem que sentem que os pais estão pouco envolvidos com a escola e que “abandonaram” os seus filhos no que se refere a esse processo, desejando que os filhos voltassem a frequentar a escola presencialmente, apenas para que “saíssem de casa”. Relatam também, no entanto, que os pais são superprotetores e que não aceitam as questões de saúde mental, quando identificadas pela escola. Os alunos, em contrapartida, relataram sentimentos de pressão

e cobrança constante por parte de seus pais, que os afetam negativamente, enquanto a coordenação refere ter interrompido as reuniões com os pais por falta de horários compatíveis e de adesão às mesmas.

É interessante notar que os professores sentem o distanciamento dos pais, enquanto a coordenação relata não haver um meio de comunicação frequente para a discussão do ensino com os pais. Ambas as perspectivas apontam para a diminuição do envolvimento parental com aqueles responsáveis pelo ensino, o que não significa que os pais “abandonaram” seus filhos, pois a visão dos estudantes é de uma cobrança exacerbada, como é possível observar nos relatos abaixo:

“É pressão de pai, de professor, transição para ensino médio e em 3 anos é a decisão da vida: passa rápido e passa devagar, dá medo de ter que se virar sozinho, de ter que decidir sozinho...” (E6)

“A adesão dos pais é pequena” (C3)

“A escola foi diminuindo os eventos com os pais” (C2)

Dessa forma, há uma diferença nas falas em relação a atenção dos pais no que se refere aos diferentes atores envolvidos no processo de aprendizagem. Enquanto estudantes relatam se sentir pressionados pelos pais em relação aos seus processos educativos, professores os sentem distanciados do ambiente escolar.

Categoria Temática 3: Habilidades e Atitudes frente às questões Saúde Mental

Durante os encontros com os grupos focais dos coordenadores e dos professores, percebeu-se uma preocupação muito grande com o efeito da pandemia na Saúde Mental de todos envolvidos no processo de educação. Abordaram o ensino remoto como a maior dificuldade enfrentada por eles no momento dos encontros, pois, o que antes poderia ser detectado no convívio presencial, dada a relação de proximidade e o contato intenso com o estudante, foi afetado pelo distanciamento imposto pelos protocolos sanitários.

Professores e Coordenadores reconhecem o olhar, a presença e a comunicação como ferramentas construídas pelo Cesu no manejo das questões de saúde mental de seus estudantes. Nesse contexto, a maior queixa dos professores e coordenadores relacionou-se com o enfraquecimento dessas ferramentas, principalmente de escuta, empatia, falas acolhedoras e olhar integrado, durante o período de isolamento social.

Ao questionar se professores e coordenadores se sentem confiantes para identificar um estudante com sofrimento psíquico, seja ele do tipo ansioso, depressivo, alimentar, pós-traumático, entre outros, a primeira resposta foi um silêncio no encontro. Em seguida, deram voz aos relatos:

“Não me sinto confiante, [sinto] impotência, falta olho no olho, distância pela pandemia, dificuldade em identificar o que é da pandemia e o que é de fora da pandemia. A pandemia intensificou as dificuldades que já se tinha antes”. (P5)

“A proximidade é uma ferramenta”. (P6)

“Trabalho em equipe é uma ferramenta também”. (P7)

“(…) ferramenta não cai do céu, é fruto de ouvir” (P4)

A partir desses relatos, é possível reconhecer os desafios da identificação das questões de saúde mental dos estudantes, os professores sentem impotência diante dos adolescentes em sofrimento. Contudo, em seguida, há uma abertura para falas que reconhecem ferramentas construídas pelos professores para lidar com as dificuldades e dores de seus estudantes.

Durante os grupos focais com coordenação e equipe docente, identificaram-se as seguintes ferramentas que a escola utiliza para identificar dificuldades na saúde mental dos adolescentes.

1 – Observação por parte de toda a equipe da escola, inclusive de outros estudantes;

2 – Escuta do aluno;

3 – Comparação com o comportamento que o adolescente tinha antes (quando chegou na escola), por meio da ficha da entrevista de chegada do aluno;

4- Discussão do comportamento do estudante entre a equipe psicopedagógica, professores e funcionários da escola, com objetivo de ampliar a visão sobre o estudante, considerando-o em diversos cenários;

5 – Conversa com aluno;

6 – Conversa com família;

7 – Encaminhamento para profissional de saúde, quando necessário.

Ao tratar da temática de laudo, diagnóstico e medicalização, percebeu-se que a escola busca conversar com a família e o adolescente com objetivo de entender o contexto do diagnóstico e do uso da medicação. Percebeu-se como o tema é desafiador, pois se de um lado traz alívio saber o que o estudante tem, por outro lado, de acordo com um dos professores:

“[há] vários laudos de necessidade educativas especiais. Esse laudo é uma muleta e faz mal para a saúde mental dos adolescentes. Eles não são desafiados, devido a esse diagnóstico. Essa identificação acontece fora de aula, no corredor, depois da aula...” (P8)

Outro professor complementa:

“Os próprios alunos se rotulam como incapazes e os pais reforçam ao não deixarem os filhos fazerem a prova não adaptada [mesmo que sejam capazes de fazê-la].” (P9)

No grupo de estudantes, notou-se falas sobre as ferramentas utilizadas por eles no manejo diante da saúde mental, como observado nos seguintes relatos:

“Desabafar com amiga quando não estou bem, dá um alívio e até ajuda a entender o que estou sentindo.” (E6)

“Não gosto de falar com ninguém, prefiro escrever o que estou sentindo. Porque vou falar e meu amigo vai fazer o que? Vai

bater no meu ombro e dizer que está tudo bem?!” (E7)

É possível perceber os modos particulares de enfrentamentos das dores subjetivas, com saídas diferenciadas para cada sujeito, visto que há quem sente alívio do mal-estar ao falar e há quem se alivie ao escrever.

Destacam-se duas falas sobre a importância e a dificuldade de se abordar o tema da Saúde Mental do ambiente escolar:

“A saúde mental tinha que ser mais falada na escola, tinha que ser uma disciplina, com hora toda semana” (P10)

“Muito bom falar dessas coisas, com pessoas de fora da escola, porque os professores já conhecem a gente desde pequenos” (E8)

Diante dessas falas aparentemente contraditórias, percebe-se que, por um lado, há o reconhecimento da necessidade de falar sobre a saúde mental, e, por outro lado, há uma complexidade em abordar o tema, falar de si, de seus pensamento e sentimentos.

Categoria temática 4: Escola, Adolescência e Pandemia

Como visto, o presente projeto de extensão foi elaborado antes da Pandemia pela Covid-19 e foi adaptado ao contexto sanitário imposto por ela. Faz-se importante reconhecer que, durante todas as etapas do projeto, o tema “Pandemia” foi mencionado pelos participantes do projeto. Coordenadores, equipe psicopedagógica e professores relataram que o período de pandemia influenciou na saúde mental dos estudantes e dos próprios docentes. O modo remoto de ensino gerou um distanciamento entre alunos e professores, principalmente em virtude do desânimo dos estudantes em relação às aulas.

A experiência resultante das etapas do projeto Adolescer com professores, alunos e coordenadores apresentaram alta correlação com a bibliografia sobre saúde mental, adolescência e pandemia. Nos encontros, emergiram questões sobre a problemática da

pandemia do Covid-19 e o atravessamento da saúde mental de adolescentes em idade escolar. Questões como: preconceito com aqueles que tratam da saúde mental com profissionais da psicologia e psiquiatria; isolamento social forçado pela pandemia que exigiu o aumento do tempo às telas e as redes sociais virtuais criando uma dependência socioemocional; as pressões dos familiares, escola e a comparação com outros adolescentes gerando grandes expectativas sobre as futuras decisões profissionais. Tais questões podem contribuir para o comportamento ansioso, reduzindo as habilidades sociais e aumentando os transtornos psíquicos nesta fase da vida.

“Tem muito preconceito com as pessoas que vão no psicólogo” (E9)

Como analisado nas categorias anteriores, aqui também apareceu a preocupação de alunos e professores sobre os rótulos negativos de quem necessita de um acompanhamento psicológico e/ou psiquiátrico, criando uma resistência no grupo e, em alguns casos, preconceito com o diagnóstico e acompanhamento em saúde mental, como mostra a fala do estudante acima. Detectou-se também que há uma compreensão positiva sobre a necessidade de reconhecer as emoções e lidar com as demandas emocionais próprias da fase da adolescência do contexto pandêmico.

A utilização das telas na pandemia por adolescentes aumentou consideravelmente, sendo consequência da necessidade de isolamento social imposta pela Covid-19. Os relacionamentos sociais que frequentemente se davam pelo ambiente escolar foram substituídos pelas redes sociais, afetando o tempo e o espaço das relações. Como ponto positivo, pode-se considerar que novas habilidades tecnológicas estão sendo construídas, mas outras que se davam na presencialidade podem ser inibidas ou não desenvolvidas, como elucida o relato abaixo de um adolescente:

“As redes sociais distraem e fazem daquilo um instrumento de felicidade” (E10)

Diferentes mudanças no aspecto físico, emocional e social influenciam o comportamento e podem afetar a saúde mental de adolescentes e jovens. O momento de transição biológica e social tensiona os humores e as relações, principalmente as hierárquicas. Diante do processo inicial de interação social, a constituição da subjetividade se dá pela experiência. Durante a pandemia do Covid-19, houve alteração dos padrões de comunicação e interação social. Em certa medida, ficar em casa, junto aos familiares, nem sempre oportunizou uma aproximação emocional. Via de regra, a rotina e os afazeres atravessados pelo *home office*, ensino híbrido, vivência de protocolos sanitários, dificultou a comunicação entre jovens e adultos, potencializando o isolamento. A seguinte fala de um professor resume a relação entre escola, adolescência e pandemia:

“Perdemos muito nesse período (pandêmico)” (P11)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realização do projeto *Adolescer* possibilitou, de forma dinâmica, atrativa e pedagógica, a discussão de temas importantes como adolescência, saúde mental, ansiedade, insegurança sobre seus próprios afetos e expectativas de vida profissional futura. Falar sobre esses assuntos na escola, trouxe a oportunidade de acolhimento e desmistificação do sofrimento psíquico. Dessa forma, tornou-se possível a discussão da saúde mental no ambiente escolar entre estudantes, professores e comunidade.

Ao longo do projeto, nos grupos focais e rodas de conversa, a partir de uma escuta ativa, observou-se que os docentes possuem preocupações sobre o desenvolvimento socioemocional de seus estudantes. Contudo, o enfrentamento dessas questões é atribuído à equipe de psicologia escolar, primeiramente.

Ao escutar coordenadores e professores, foi observado que estes constroem ferramentas em seus cotidianos para vivenciarem as questões de saúde mental que se fazem presentes no ambiente escolar. Todavia, em alguns momentos, não as reconhecem. Neste sentido, empoderar coordenadores e professores sobre seus saberes no manejo das questões de saúde mental, apresentou-se como um principal retorno da Equipe *Adolescer* ao corpo docente do Cesó.

Foi produzida uma Cartilha *Adolescer* como um produto resumo de todo processo vivenciado ao longo dos dois anos de projeto de extensão. Tal cartilha destina-se aos estudantes, professores e equipe psicopedagógica do Cesó.

De modo interprofissional, o projeto se debruçou sobre os estudos da saúde mental na adolescência, reconhecendo a importância dessa temática na formação dos estudantes de medicina e psicologia que participam dessa extensão. Esse conhecimento contribuiu ainda para o entendimento da real definição de saúde feita pela Organização Mundial de Saúde, como um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas como a ausência de doença ou enfermidade.

É imprescindível para a formação do médico e do psicólogo, compreender as relações entre o cuidado na saúde mental e o ambiente escolar. Ademais, a partir da pesquisa sobre esta temática, houve envolvimento das estudantes e ressignificação de conceitos das áreas de psicopatologia, psiquiatria e saúde mental, reforçando as competências adquiridas e aprendidas ao longo das suas graduações.

Em vista disso, há o reconhecimento que o projeto de extensão serve também como um espaço de ensino-aprendizagem complementar, no qual os estudantes podem se aprofundar e aperfeiçoar conhecimentos e habilidades aprendidas durante o curso e desenvolver atitudes necessárias à sua formação.

Como visto, este projeto foi elaborado no momento anterior ao início da pandemia pela

Covid-19. Contudo, ao entrarmos em contato com o campo prático, a situação da pandemia já havia se colocado mundialmente, trazendo um contexto novo e de grande desafio para todos. Apesar de não ser um dos objetivos iniciais deste projeto, a reflexão acerca dos efeitos da pandemia na saúde mental de adolescentes, docentes e nos processos educativos, fez-se necessária e passou a constituir um dos objetivos deste estudo e categoria temática.

Neste sentido, a equipe do *Adolescer* debruçou-se sobre este assunto, reconhecendo que a pandemia do novo coronavírus potencializou o sofrimento psíquico na adolescência, à medida que foram registrados, no período de isolamento social, maiores índices de ansiedade, depressão e ideação suicida. Estes transtornos podem ser profundamente incapacitantes, especialmente quando não diagnosticados ou acompanhados. Corroborando essa questão, percebe-se que a pandemia favoreceu a retração social e o processo de ensimesmamento do estudante, uma vez que a atração pelo mundo virtual pode tornar o adolescente menos operativo na sua realidade.

Durante a inserção no campo prático, a equipe *adolescer* ouviu e analisou a preocupação de professores, coordenadores e dos próprios adolescentes sobre os efeitos da pandemia na saúde mental. Contudo, o mundo ainda vivencia a pandemia, havendo aspectos desconhecidos sobre a temática, além de estudos ainda em elaboração, que demonstrem uma relação de causa e consequência entre a pandemia e os transtornos psíquicos.

Desta forma, acreditamos que, ao fim, o projeto transformou seus participantes em agentes ativos e multiplicadores dos conhecimentos adquiridos, desencadeando mudanças na comunidade de forma mais ampla e mais segura.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AFONSO, M. L.; ABADE, F. L. Para reinventar as rodas: rodas de conversa em direitos humanos. Belo Horizonte: RECIMAM, 2008.

AVANCI, Joviana; ASSIS, Simone; OLIVEIRA, Raquel; FERREIRA, Renata; PESCE, Renata. Fatores associados aos problemas de saúde mental em adolescentes. In: *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, vol. 23, nº3, Brasília, 2007. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722007000300007 Acesso em: 22, fevereiro de 2020.

AZEREDO, Elizabeth Azevedo de. Ações em educação nutricional: processo de cuidado em saúde com crianças pré-escolares da Creche Universitária. / Elizabeth Azevedo de Azeredo. – Niterói: [s.n.], 2012. 106 f.

DEBUS, M. Manual para excelencia en la investigación mediante grupos focales. Washington: Academy for Educational Development, 1997.

EDMUNDS, H. The focus group research handbook. USA: McGraw-Hill, 1999.

LE BRETON, D. Desaparecer de si: Uma tentação contemporânea. Editora Vozes: 2018.

MINAYO, M.C.S. O Desafio do Conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. 8ed. São Paulo: HUCITEC, 2004

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. Salud para los Adolescentes del Mundo: uma segunda oportunidade em la segunda década. OMS, 2014.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE. Saúde mental depende de bem-estar físico e social. Nações Unidas Brasil, 2016. Disponível em:

<https://nacoesunidas.org/saude-mental-depende-de-bem-estar-fisico-e-social-diz-oms-em-dia-mundial/> Acesso em 24 de fevereiro de 2020.