



## DISCUTINDO TEMAS DE SAÚDE MENTAL COM ESTUDANTES DE ESCOLAS PÚBLICAS: RELATO DE EXPERIÊNCIA DO PROJETO DE EXTENSÃO UNIVERSITÁRIA MENTES EM AÇÃO

*DISCUSSING MENTAL HEALTH TOPICS WITH STUDENTS FROM PUBLIC SCHOOLS: EXPERIENCE REPORT OF THE UNIVERSITY EXTENSION PROJECT MINDS IN ACTION*

**David Richer Araujo Coelho** - Mestrando em Saúde Pública na Harvard T. H. Chan School of Public Health. Graduado em Medicina pela Universidade Federal do Rio de Janeiro, Centro Multidisciplinar UFRJ Macaé. Avenida Aluizio da Silva Gomes, 50, Granja dos Cavaleiros, Macaé, Rio de Janeiro, Brasil, CEP 27930-560. Email: david.richer.spa@hotmail.com

**Joelson Tavares Rodrigues** - Médico com Residência em Psiquiatria pelo Instituto de Psiquiatria da Universidade Federal do Rio de Janeiro. Mestrado em Psicologia pela Universidade Federal Fluminense e Doutorado em Psicologia pela Universidade Federal do Rio de Janeiro. Professor Adjunto. Instituto de Ciências Médicas, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Centro Multidisciplinar UFRJ Macaé. Avenida Aluizio da Silva Gomes, 50, Granja dos Cavaleiros, Macaé, Rio de Janeiro, Brasil, CEP 27930-560. Email: joelsonrodrigues@hotmail.com

**Maria Luísa Santos de Castro** - Estudante de especialização em Psiquiatria pelo Instituto de Psiquiatria da Universidade do Brasil (UFRJ). Graduada em Medicina pela Universidade Federal do Rio de Janeiro, Centro Multidisciplinar UFRJ Macaé. Avenida Aluizio da Silva Gomes, 50, Granja dos Cavaleiros, Macaé, Rio de Janeiro, Brasil, CEP 27930-560. Email: melinmalu@gmail.com

**Liz Silva Gonçalves** - Médica de Família e Comunidade pela Escola Nacional de Saúde Pública Sérgio Arouca. Graduada em Medicina pela Universidade Federal do Rio de Janeiro, Centro Multidisciplinar UFRJ Macaé. Avenida Aluizio da Silva Gomes, 50, Granja dos Cavaleiros, Macaé, Rio de Janeiro, Brasil, CEP 27930-560. Email: liz.silva.98@hotmail.com

**Karla Santa Cruz Coelho** - Médica com Mestrado e Doutorado em Saúde Coletiva pela Universidade do Estado do Rio de Janeiro. Pós-doutorado em Psicossociologia de Comunidades e Ecologia Social (EICOS) pelo Instituto de Psicologia da Universidade Federal do Rio de Janeiro. Professora Associada. Instituto de Ciências Médicas, Universidade Federal do Rio de Janeiro, Centro Multidisciplinar UFRJ Macaé. Avenida Aluizio da Silva Gomes, 50, Granja dos Cavaleiros, Macaé, Rio de Janeiro, Brasil, CEP 27930-560. Email: karlasantacruzcoelho@gmail.com

### RESUMO

Este artigo é um relato de experiência do projeto de extensão universitária Mentes em Ação, desenvolvido com a participação de acadêmicos do curso de medicina da Universidade Federal do Rio de Janeiro, Centro Multidisciplinar UFRJ Macaé. O projeto teve como público-alvo estudantes do ensino médio de escolas públicas. O objetivo principal foi abordar temáticas de saúde mental relevantes para adolescentes, tais como ansiedade, depressão, *bullying* e suicídio. Com encontros de duração média de duas horas, foi empregada uma abordagem interativa que incluiu apresentações expositivas, discussões abertas e o uso de recursos midiáticos, buscando estimular uma reflexão crítica, promover o diálogo sobre saúde mental e reduzir o estigma associado ao sofrimento psíquico. A participação ativa dos estudantes e a avaliação positiva

recebida demonstram o espaço escolar como um ambiente propício para abordar temas de saúde mental, bem como a eficácia da metodologia adotada na organização dos encontros. Além disso, o projeto contribuiu para proporcionar uma formação mais humanista para os acadêmicos de medicina através de uma interação enriquecedora com a comunidade e o desenvolvimento de habilidades de comunicação e empatia. Destaca-se o impacto significativo do projeto como ação extensionista tanto para os estudantes das escolas públicas quanto para os futuros profissionais de saúde, oferecendo oportunidades de trocas com a comunidade, criação de novos conhecimentos e uma educação médica mais humanizada.

**Palavras-chave:** Relações comunidade-universidade; saúde mental; instituições acadêmicas.

## ABSTRACT

This article is an experience report of the university extension project Minds in Action, developed with the participation of medical students at Universidade Federal do Rio de Janeiro, Centro Multidisciplinar UFRJ Macaé. The project targeted high school students from public schools. The main goal was to discuss mental health topics relevant to adolescents, such as anxiety, depression, bullying, and suicide. Meetings averaged two hours in duration and employed an interactive approach. This included expository presentations, open discussions, and the use of media resources, aiming to stimulate critical reflection, promote open dialogue on mental health, and reduce the stigma associated with psychological suffering. The students' active participation and the positive evaluations showcase the school environment's suitability for discussing mental health topics. Furthermore, these factors demonstrate the effectiveness of the methodology used to organize the meetings. Additionally, the project offered medical students a more humanistic education by facilitating enriching interactions with the community and developing their communication and empathy skills. The project's significant impact as an extensionist action is highlighted for both public school students and future health professionals. It provided opportunities for community exchanges, creation of new knowledge, and fostered a more humanized medical education.

**Keywords:** Community-university relationships; mental health; academic institutions.

## INTRODUÇÃO

A Universidade é uma instituição que tradicionalmente desempenha um papel significativo no cenário científico, político, econômico e social, sendo importante na geração e disseminação de conhecimento (Caputo *et al.*, 2014). De acordo com a Constituição Federal, a universidade apoia-se em três pilares fundamentais: ensino, pesquisa e extensão (Brasil, 1988). Especificamente, a extensão universitária se destaca por criar pontes entre a universidade e a comunidade, promovendo oportunidades de troca e constituindo-se em um espaço transformador para ambas (Júnior, 2013).

As Diretrizes Curriculares Nacionais para cursos de graduação em medicina enfatizam a necessidade de uma “formação generalista, humanista, crítica e reflexiva”, que incorpore a integralidade da assistência com responsabilidade social e comprometimento com cidadania (Conselho Nacional de Educação, 2001, 2014). Esta visão é ampliada pela participação em projetos de extensão, que possibilita aos estudantes desenvolver habilidades comunicativas, reflexivas,

éticas-políticas, investigativas e clínicas, além de experienciar realidades diversas das encontradas em ambientes acadêmicos tradicionais (Correa *et al.*, 2015). Koifman (2011) reforça que essas experiências permitem aos estudantes de medicina refletir sobre seu papel não apenas como futuros médicos, mas também como cidadãos ativos na sociedade. Proporciona-se, assim, a criação de cenários com convívio entre diferentes sujeitos, de diversas origens e campos de saber (Almeida *et al.*, 2016).

A adolescência é uma fase complexa e multifacetada, distante da idealização de ser apenas um período de sonhos e descobertas. As estatísticas revelam uma preocupante prevalência de transtornos mentais como ansiedade e depressão entre os adolescentes, impactando seu bem-estar e desenvolvimento (World Health Organization, 2017). Essa realidade ressalta a necessidade de abordagens proativas de discussão sobre temas de saúde mental, particularmente no ambiente escolar, onde muitos desses desafios se manifestam de forma mais evidente (Coutinho *et al.*, 2016; Yu *et al.*, 2023).

O projeto Mentem em Ação surgiu nesse contexto e se alinha aos propósitos da extensão universitária e à necessidade de se discutir temas de saúde mental nas escolas, tendo uma abordagem dupla e sinérgica. De um lado, o projeto proporciona aos acadêmicos de medicina espaços de prática e reflexão, onde podem ir além da formação técnica tradicional e se envolver diretamente com questões de saúde mental. Por outro, ele foi concebido para trazer à tona discussões importantes de saúde mental junto aos estudantes de escolas públicas. Seu objetivo principal foi criar uma ponte de interação e aprendizado mútuo entre os acadêmicos de medicina e os estudantes de escolas públicas, promovendo uma troca rica de experiências e perspectivas. Esse processo bidirecional reflete o pensamento de Paulo Freire (1987, p. 68), que considera a educação como um ato colaborativo: “Ninguém educa ninguém, ninguém educa a si mesmo, os homens se educam entre si, mediatizados pelo mundo”.

## METODOLOGIA

Este trabalho apresenta um relato de experiência do projeto Mentem em Ação, uma iniciativa extensionista da Universidade Federal do Rio de Janeiro, Centro Multidisciplinar UFRJ Macaé. O projeto contou com a participação de quatro acadêmicos do curso de medicina e a orientação de dois professores universitários — uma especialista em epidemiologia e saúde coletiva e outro em psiquiatria e saúde mental. O projeto teve como objetivo abordar questões de saúde mental com estudantes do ensino médio, técnico e centro de Educação de Jovens e Adultos (EJA) de escolas públicas, no município de Macaé, situado no Norte Fluminense do estado do Rio de Janeiro. De acordo com aproximações estatísticas do IBGE/2020, estima-se que Macaé conta hoje com uma população em torno de 250 mil pessoas.

### MOMENTO 1: PREPARAÇÃO PEDAGÓGICA

Os acadêmicos de medicina tiveram um processo intensivo de preparação antes de realizar os encontros nas escolas. Reuniões semanais ao longo de um semestre foram dedicadas à discussão de artigos sobre saúde mental na adolescência. Temas como ansiedade, depressão, *bullying* e suicídio foram explorados, focando em aspectos epidemiológicos, manifestações clínicas, diagnóstico, prevenção e tratamento. Esse processo ativo de aprendizado, em que os acadêmicos faziam apresentações dos artigos indicados pelos orientadores, proporcionou uma base teórica robusta e estimulou discussões críticas e reflexivas. Interessante notar que os quatro acadêmicos estavam simultaneamente cursando disciplinas de psiquiatria e saúde mental, o que enriqueceu

ainda mais suas contribuições.

## **MOMENTO 2: ORGANIZAÇÃO DOS ENCONTROS**

Na organização dos encontros, os acadêmicos foram divididos em pares, estratégia que se mostrou eficaz tanto para a gestão prática quanto para a facilitação de interações mais próximas com os estudantes. O contato inicial com as escolas foi feito pelos próprios acadêmicos via telefone. As escolas tiveram um papel ativo na escolha dos temas dos encontros, garantindo que o conteúdo fosse relevante e interessante para seus estudantes. As datas e horários dos encontros foram organizados considerando a disponibilidade dos acadêmicos do projeto. As turmas das escolas tinham aproximadamente 35 estudantes.

## **MOMENTO 3: REALIZAÇÃO DOS ENCONTROS**

Cada encontro teve duração de duas horas em média. Iniciava-se com uma breve apresentação do projeto, seguida pela exibição de um vídeo animado de até dez minutos, alinhado à temática escolhida. Posteriormente, os acadêmicos conduziam uma apresentação expositiva de aproximadamente 20 minutos, utilizando uma linguagem acessível e com o mínimo de termos médicos. Esta fase era seguida por um período de quase uma hora dedicada a diálogos, discussões e compartilhamento de experiências, permitindo uma discussão aberta e aprofundada sobre os temas abordados. É importante enfatizar que somente os acadêmicos iam às escolas, criando-se, assim, maior autonomia e aproximação com os estudantes.

## **MOMENTO 4: AVALIAÇÃO DO IMPACTO DO PROJETO**

Nos últimos 30 minutos de cada encontro, realizava-se uma avaliação, combinando métodos quantitativos e qualitativos. Os questionários anônimos tinham perguntas como qualidade geral, relevância do tema, abordagem, oportunidades para diálogo e adequação da duração, com respostas variando de excelente a regular. Um espaço para comentários abertos complementava a avaliação, incentivando estudantes e professores a expressarem suas percepções e experiências pessoais. Esta abordagem dupla permitiu uma análise holística e abrangente do impacto do projeto.

## **MOMENTO 5: REFLEXÕES APÓS OS ENCONTROS**

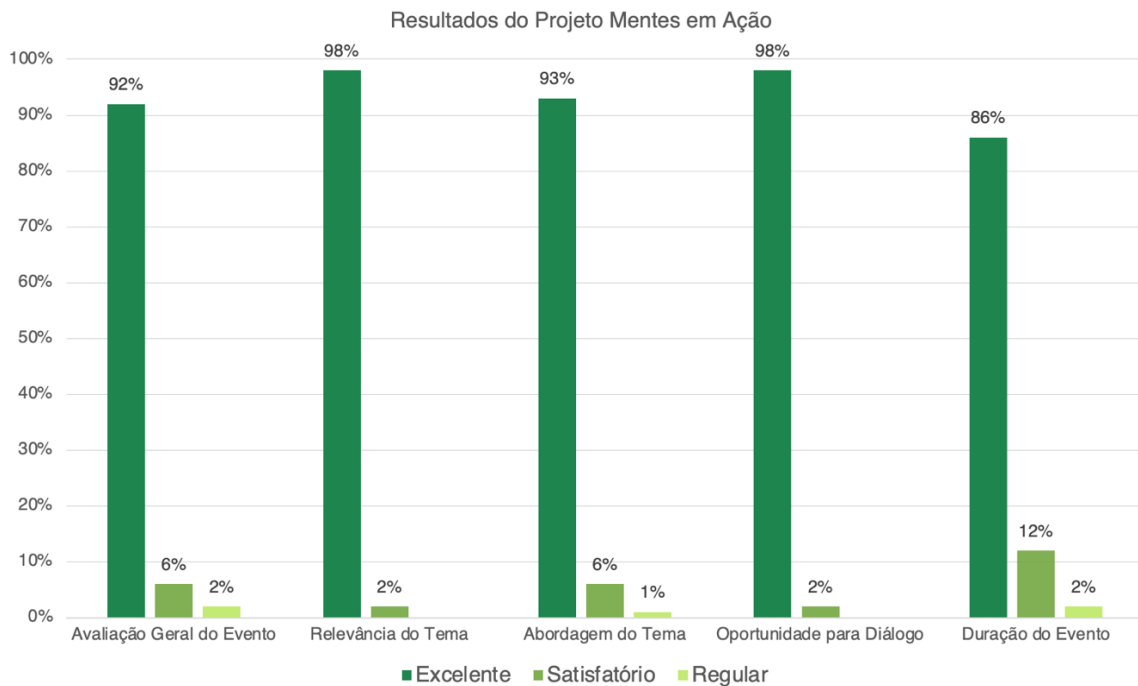
Após cada encontro nas escolas, realizavam-se reuniões com os acadêmicos de medicina e orientadores para considerações e aprimoramento do projeto. Nessas reuniões, os acadêmicos liam e refletiam sobre as avaliações coletadas. Esse processo teve como objetivo promover uma reflexão crítica sobre o projeto e trabalhar em pontos para sua melhoria.

## **RESULTADOS**

Ao longo do período de implementação do projeto, foram realizados seis encontros, cada um focando em temáticas específicas de saúde mental. Destes encontros, dois foram dedicados a discutir a ansiedade, dois focaram em depressão, um abordou o *bullying* e um foi centrado no tema do suicídio.

Durante a execução do projeto, foram preenchidos 216 questionários. Os resultados

encontram-se representados no gráfico abaixo.



**Figura 1.** Análise quantitativa do projeto de extensão universitária Mentes em Ação.

Percebemos que a demanda para falar sobre alguns temas específicos da saúde mental vinha por parte dos próprios professores das escolas. Eles demonstravam muito interesse em nos receber e desejavam que pudessemos expandir nosso trabalho para outras turmas, como fica evidenciado no relato de um professor:

*“Eu via tantos casos de ansiedade e depressão, mas me sentia impotente em ajudar por desconhecimento. Com a visita dos acadêmicos de medicina, pude entender um pouco mais de como eu poderia ajudar, qual serviço de saúde eu poderia procurar ou de ser mais sensível e empático. Queria muito que os alunos das minhas outras turmas pudessem participar também do encontro.”*

Para os estudantes, podemos observar que eles consideram de extrema importância levar essa discussão para as escolas, além de muitos se identificarem e expressarem suas vivências com ansiedade e depressão. Isso fica bem claro nos próximos dois relatos: o primeiro de uma aluna do 3º ano do ensino médio e o segundo de uma aluna da EJA:

*“Eu estava passando um momento muito difícil... E quando teve o encontro e as estudantes tocaram nesse assunto... eu até chorei demais na época com elas. Eu fui de um jeito pra escola e voltei de outro! Saí de lá mais leve, foi transformador para mim!”*

*“Vendo os estudantes falando sobre depressão, eu resolvi contar que eu estava pensando em coisas ruins. Me sentia triste, não queria viver mais... Mas depois de conversar naquele dia, eu entendi que eu precisava de ajuda. E meus professores me ajudaram depois a procurar uma psicóloga.”*

Os orientadores do projeto observaram com satisfação um desenvolvimento notável nos acadêmicos ao longo do período do projeto. Esta evolução foi particularmente perceptível na maneira como abordavam cada novo encontro nas escolas. Inicialmente cautelosos e mais dependentes da orientação dos coordenadores, os acadêmicos gradualmente ganharam confiança e



autonomia, transformando-se em facilitadores seguros e engajados. Como destacado por um dos coordenadores: *“A cada encontro, eles [acadêmicos] se mostravam mais autônomos e ativos, adquirindo habilidades de negociação, escuta e liderança.”*

Para os acadêmicos, o projeto não foi apenas uma atividade complementar, mas também um elemento central e transformador em sua formação. Indo além da tradicional educação em sala de aula, o projeto possibilitou uma experiência de imersão na comunidade, onde eles puderam aplicar seus conhecimentos teóricos em situações reais e significativas. Através deste envolvimento direto, os acadêmicos tiveram a oportunidade única de estabelecer um diálogo rico e construtivo com os estudantes das escolas, compartilhando vivências, aprendendo com experiências diversificadas e expandindo sua compreensão sobre os desafios da saúde mental na adolescência. Isso fica evidente no relato de uma acadêmica participante do projeto:

*“Essa experiência desenvolveu em mim a capacidade de afinar a escuta, a linguagem, o diálogo e, sobretudo, a valorização do encontro coletivo. Considero que o projeto teve um papel muito importante no meu processo de formação como médica.”*

## DISCUSSÃO

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), aproximadamente 322 milhões de pessoas no mundo são afetadas pela depressão, com 7,5% delas situadas entre 15 e 19 anos. Adicionalmente, cerca de 264 milhões de pessoas lidam com transtornos de ansiedade, sendo 9% dessa faixa etária (*World Health Organization, 2017*). Esses dados ressaltam a urgência de discutir questões de saúde mental com adolescentes.

É importante reconhecer também que muitos dos transtornos mentais em adultos têm suas raízes na adolescência. Estima-se que cerca de 75% dos transtornos mentais iniciam antes dos 24 anos (Kessler *et al.*, 2005). Essa etapa singular da vida, marcada por desafios como relacionamentos interpessoais complexos, conflitos familiares, pressões acadêmicas, baixa autoestima, imaturidade emocional, isolamento social e abuso de substâncias, pode amplificar os riscos para a saúde mental (Oliveira-Brochado; Oliveira-Brochado, 2008).

Além dos transtornos de ansiedade e depressão, outra temática relevante a ser discutida com os adolescentes é o suicídio. Estudos mostram um número crescente de suicídios nessa faixa etária, grande parte deles relacionados à depressão (*World Health Organization, 2017*). De acordo com a OMS, aproximadamente 800 mil pessoas morrem por suicídio anualmente, sendo a segunda principal causa de morte em jovens entre 15 e 29 anos (*World Health Organization, 2019*). A questão do *bullying*, igualmente, merece atenção especial. Definido como um comportamento agressivo, intencional e repetitivo, o *bullying* pode ter efeitos duradouros e significativos na saúde mental, correlacionando-se com sintomas de ansiedade e depressão (Andrews *et al.*, 2023; Ringdal *et al.*, 2021).

Dada essa realidade, a abordagem de aspectos da saúde mental com adolescentes se torna cada vez mais importante, e faz todo o sentido usar o espaço da escola para esse fim. Vários estudos utilizaram exatamente o espaço escolar para tentar estabelecer a prevalência de patologias e queixas que envolvam o sofrimento psíquico entre adolescentes. Em um estudo que identificou as prevalências de sintomas depressivos e de ansiedade nessa faixa etária em escolas públicas e privadas de Recife (PE), os valores igualaram-se a 59,9% e 19,9%, respectivamente, sendo a ideação ou tentativa de suicídio referida por 34,3% dos estudantes (Jatobá; Bastos, 2007).

Segundo os resultados de outro estudo, desta vez em João Pessoa (PB), foi constatado que 8,3% dos adolescentes de escolas públicas tinham indicativos de depressão (Coutinho *et al.*, 2016).

Em Gravataí (RS), a prevalência de planejamento suicida foi de 6,3% dos alunos matriculados no oitavo ano da rede pública municipal (Baggio; Palazzo; Aerts, 2009). Em relação ao *bullying*, tanto alunos alvo como praticantes tiveram cinco vezes mais chances de apresentar sintomas depressivos em comparação com outros alunos, em uma análise com estudantes do ensino fundamental em São Carlos (SP) (Forlim; Stelko-Pereira; Williams, 2014).

Para além do cenário nacional, um estudo em Portugal encontrou a prevalência de 31,2% de sintomas depressivos em adolescentes em meio escolar (Erse *et al.*, 2016). Em um estudo na China com mais de 20 mil alunos de ensino fundamental e médio, aproximadamente 22% e 13% tinham sintomas de ansiedade e depressão, respectivamente (Yu *et al.*, 2023). Nesse mesmo estudo, cerca de 26% tinham experienciado ideação suicida, enquanto 1,5% tinham alguma história de tentativa (Yu *et al.*, 2023). Em outro estudo na Sérvia avaliando questões de *bullying*, sintomas depressivos foram positivamente correlacionados com o fato de ter sofrido *bullying* na escola (Skoric *et al.*, 2023).

Todos esses estudos, tanto a nível nacional como internacional, demonstram a importância de abordarmos temas que envolvem a saúde mental com os adolescentes. Conscientes dessa necessidade, nos pareceu natural buscar o contato com essa população dentro do espaço escolar. Entendemos, alicerçados nos estudos mencionados, que intervenções na escola são necessárias, a fim de prevenir desfechos que podem, a curto ou longo prazo, impactar negativamente na saúde mental dos adolescentes (O'Reilly *et al.*, 2018; Puglisi; D'agostini; Ruggeri, 2022; Sakellari *et al.*, 2021).

Nosso projeto ressoa com a perspectiva de Foucault (1987) sobre a escola como um espaço fundamental na formação dos modos de ser e de experimentar o mundo. Juntamente com a família e a prisão, a escola desempenha um papel central nos processos de subjetivação. Embora Foucault (1987) tenha focado no contexto de uma sociedade disciplinar, Deleuze (1992) nos leva a considerar a transição para uma sociedade de controle, onde o papel da escola se aprofunda ainda mais. Marcados pela lógica produtivista, característica da sociedade de consumo, observamos um deslocamento de atribuições anteriormente conferidas às famílias e à comunidade. Assoberbados por demandas crescentes, os pais cada vez mais terceirizam a função de educar. E passando boa parte do seu tempo construindo parcela significativa dos seus relacionamentos e de sua sociabilidade no ambiente escolar, os adolescentes levam para a escola os seus sofrimentos e contradições (Oliveira; Marinho-Araújo, 2010).

Nesse sentido, discutir temáticas de saúde mental nas escolas, abrindo um canal de diálogo e troca, foi o principal objetivo do nosso trabalho. Cabe ressaltar que o intuito do nosso projeto nunca foi de levar o conhecimento sobre saúde mental para o ambiente escolar, numa visão colonizadora e assistencialista da extensão universitária. Fundamentados em Paulo Freire (1987), podemos afirmar que esse não é o lugar da educação que se pretende libertadora. Não tratamos de estender à sociedade os conteúdos acadêmicos acumulados, mas sim de produzir, em interação com a sociedade, um conhecimento novo (Freire, 1983).

Além disso, a perspectiva de Campos desempenhou um papel muito importante na concepção do nosso projeto. Ao pensar a promoção em saúde em sua relação com a saúde coletiva, Campos (2006, p. 685) afirma:

A saúde coletiva não pode procurar sua potência longe da clínica, ou em estratégias neocolonizadoras. Cremos que também não a achará se desistir de produzir mudanças. O que tentamos problematizar é uma compreensão da produção de saúde que, comprometida com a defesa da vida, se disponha a interferir e ser –por sua vez– interferida. Pensando assim, talvez, possamos interromper essa visão estereotipada de nós e dos outros (os pobres, os coitados, os que não sabem), na qual sempre são os outros os que

TÊM DE mudar, aprender, incorporar; e possamos, enfim, continuar a ser agentes de saúde funcionando como “mudancólogos” mutantes, estimulando o exercício de graus maiores de autonomia (em nós e nos outros).

Nosso projeto de extensão reflete essa abordagem, promovendo a construção de novos modos de subjetivação entre acadêmicos e a comunidade escolar. Não pensamos na nossa atuação como a de um grupo que, porque domina um conjunto de conhecimentos técnicos, deveria transmitir esse saber para um outro grupo que recebe passivamente as informações. Todo o processo de promoção e de educação em saúde só alcança seus propósitos se pudermos colocar os envolvidos em um caminho de partilha de saberes, em que cada um é agente ativo na formação do conhecimento. Mais do que isso, o que está em jogo é a construção das nossas formas de pensar, agir e sentir, ou seja, dos nossos modos de subjetivação.

Como resultado do nosso projeto, os acadêmicos de medicina, ao adentrarem o espaço escolar, tiveram a possibilidade de tanto ensinar como aprender e, nessa relação, foram formando modos singulares de se construírem enquanto profissionais de saúde, afetando e sendo afetados pela interação com a comunidade. Acadêmicos e comunidade são, desse modo, impactados, moldando conjuntamente o seu olhar sobre o real. Como afirma Guattari (1986, p.29), estamos todos nós envolvidos nesse processo de construção, de produção subjetiva, não havendo neutralidade –científica– possível:

Ou vão fazer o jogo dessa reprodução de modelos que não nos permitem criar saídas para os processos de singularização, ou, ao contrário, vão estar trabalhando para o funcionamento desses processos na medida de suas possibilidades e dos agenciamentos que consigam pôr para funcionar.

Nessa visão trazida por Guattari (1986), não existe uma suposta neutralidade alicerçada no saber científico. Ao estar na escola, ao escolher as temáticas e a forma de abordá-las, ao sentar-se com os estudantes, ensinando e aprendendo com eles, criamos agenciamentos, que têm efeitos políticos e micro políticos. E não dá para escapar disso, cabendo a cada um que se propõe a se interessar pelo discurso do outro decidir por uma ação que meramente reproduz os modos dominantes de subjetivação, ou por um caminho que abra espaço para o campo da singularidade e do protagonismo de todos os envolvidos.

Tomando os embasamentos teóricos expostos acima, nosso projeto buscou discutir juntamente aos adolescentes num compartilhamento de saberes temáticas importantes de saúde mental, adotando uma abordagem proativa e chamando a atenção para os sinais iniciais de sofrimento mental, além de falar sobre suas formas de prevenção. Esta estratégia está alinhada com as recomendações de saúde pública global, que enfatizam a detecção precoce e a intervenção como chaves para prevenir o desenvolvimento de transtornos mentais mais sérios (*World Health Organization*, 2022).

Além disso, o fato de discutirmos sobre sinais de identificação e prevenção de transtornos de saúde mental, em contrapartida à tendência de medicalização, foi um ponto central do nosso projeto. Os acadêmicos de medicina abordaram temáticas de ansiedade e depressão, mas também trouxeram para debate a importância de diferenciar esses transtornos mentais de emoções normais, como tristeza e nervosismo. Esse equilíbrio foi pensado durante o momento de preparação pedagógica do projeto para evitar que transmitíssemos o pensamento dominante de patologização e medicalização de experiências emocionais comuns na adolescência (Ricci; Lucena, 2014; Taverna, 2011).

Iniciativas semelhantes ao *Mentes em Ação* incluem dois projetos focados na promoção da



saúde mental entre adolescentes. O primeiro, desenvolvido por acadêmicos de enfermagem do Centro Universitário UDF, em Brasília, envolveu a exibição de filmes e rodas de conversa com estudantes de ensino médio de escolas públicas, abordando temas como relacionamento interpessoal, *bullying* e suicídio (Silva *et al.*, 2019). O segundo projeto, também um projeto de extensão como o nosso, foi realizado por estudantes de enfermagem em Sobral (CE), se concentrou nos efeitos nocivos do *cyberbullying* e empregou metodologia de folders educativos e dinâmicas de interação para estimular o senso crítico e reflexivo dos adolescentes sobre o tema (Oliveira *et al.*, 2023). Embora essas iniciativas compartilhem objetivos e abordagens semelhantes à nossa, elas diferem principalmente em termos de executores do projeto, contando com a participação de acadêmicos de enfermagem.

Em relação aos principais desafios enfrentados durante nosso projeto, a adaptação da linguagem para termos não técnicos foi trazida pelos acadêmicos de medicina nos momentos de reflexões após os primeiros encontros. Para superar isso, os orientadores do projeto, especialistas em epidemiologia, saúde coletiva, psiquiatria e saúde mental, desempenharam um papel essencial, ajudando a traduzir o jargão médico em informações compreensíveis e relevantes para nosso público-alvo. A partir do terceiro encontro, os acadêmicos já se mostraram mais confiantes e conseguiram ultrapassar essa dificuldade.

Quanto aos resultados na avaliação quantitativa, cabe destacar que, embora apenas 86% dos participantes tenham avaliado a duração dos encontros como excelente, os comentários na parte qualitativa sugeriam que o motivo dessa baixa porcentagem era, na verdade, um desejo por sessões mais longas não mais curtas como inicialmente pensávamos tanto por parte dos estudantes, como dos professores. Isso reflete o engajamento e interesse das escolas pelos temas abordados, indicando a necessidade de, talvez, expandir a duração dos nossos futuros encontros para acomodar discussões ainda mais aprofundadas.

Em suma, o projeto *Mentes em Ação* demonstrou ser uma iniciativa de grande impacto, tanto para os acadêmicos de medicina quanto para os estudantes das escolas públicas. Os resultados indicam uma recepção altamente positiva, destacando a relevância dos temas abordados e a criação de oportunidades para diálogo. Nosso projeto exemplifica como a escola pode ser um espaço de transformação e conscientização sobre saúde mental, capacitando os estudantes a serem agentes ativos em sua própria formação e bem-estar. A iniciativa adotada pelo *Mentes em Ação* representa um passo importante na construção de uma sociedade mais sensível às questões de saúde mental na adolescência.

## CONCLUSÃO

Muitos são os desafios que envolvem a promoção de saúde mental, da mesma forma que é desafiadora a missão de desenvolvermos, enquanto acadêmicos e professores, um olhar não somente humanizante, mas, sobretudo uma percepção que esteja para além da técnica, sempre majestosamente dominante. De certo modo, são, esses dois enfrentamentos, nada triviais, que temos procurado sustentar em nosso trabalho. Obviamente que o primeiro desses desafios — a promoção de saúde mental — é uma tarefa hercúlea, fruto de múltiplas ações que envolvem diversos atores, como família, mídia, e a própria sociedade como um projeto coletivo de compartilhamento do mundo, assim como, naturalmente, profissionais de saúde.

Os resultados obtidos, tanto quantitativos como qualitativos, refletem o sucesso do nosso projeto em atender a essa dupla missão. Por um lado, as avaliações positivas dos participantes indicam que o projeto tem sido eficaz na discussão sobre saúde mental com estudantes de escolas públicas, abordando temáticas complexas de forma acessível e empática. Por outro

lado, a participação dos acadêmicos de medicina no projeto ajudou a cultivar um olhar mais humanizado e uma compreensão mais abrangente sobre as nuances da saúde mental, indo além do domínio técnico e aproximando-se mais das experiências singulares do sofrimento psíquico.

Importante destacar que o papel da Universidade neste processo se revelou fundamental. Além de fornecer conhecimento acadêmico, a Universidade atuou como um espaço para o desenvolvimento de habilidades sociais cruciais e a promoção de uma cultura de compartilhamento e troca. Este aspecto ressalta a importância dos projetos de extensão universitária como o nosso, que podem transcender a formação técnica e contribuir para a formação integral de profissionais de saúde mais conscientes e empáticos.

Assim, o projeto *Mentes em Ação* tem o potencial de estabelecer um paradigma inovador para a integração entre a educação médica e o diálogo sobre saúde mental, demonstrando uma abordagem eficaz e transformadora que pode servir de exemplo para futuras iniciativas semelhantes. O projeto demonstrou que, ao criar espaços para diálogo e reflexão, é possível inspirar mudanças significativas na percepção e abordagem da saúde mental, tanto para os futuros profissionais de saúde quanto os estudantes de escolas públicas. Portanto, nosso projeto representa um passo importante na jornada contínua de construir uma sociedade mais consciente e sensível às complexidades da saúde mental, abrindo um espaço de efetivo compartilhamento, em que a troca seja a tônica principal.

## AGRADECIMENTOS

Agradecemos ao Programa Institucional de Fomento Único de Ações de Extensão (PROFAEX) Universidade Federal do Rio de Janeiro, Centro Multidisciplinar UFRJ Macaé pelo apoio à realização desse projeto.

## CONTRIBUIÇÃO DE CADA AUTOR

David Richer Araujo Coelho participou da construção da ação extensionista, da efetivação da proposta junto ao público, das análises dos questionários, da escrita do artigo científico e revisão final do texto. Joelson Tavares Rodrigues atuou como docente coordenador do programa e orientador dos bolsistas e voluntários participou da construção da ação extensionista, da efetivação da proposta junto ao público, da escrita do artigo científico e revisão final do texto. Maria Luísa Santos de Castro participou da construção da ação extensionista, da efetivação da proposta junto ao público, da escrita do artigo científico e revisão final do texto. Liz Silva Gonçalves participou da construção da ação extensionista, da efetivação da proposta junto ao público, da escrita do artigo científico e revisão final do texto. Karla Santa Cruz Coelho atuou como docente coordenadora do programa e orientadora dos bolsistas e voluntários participou da construção da ação extensionista, da efetivação da proposta junto ao público, da escrita do artigo científico e revisão final do texto.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, L. E. DE *et al.* Governador Valadares (MG) em Extensão: Interfaces para a Dinamização e Instrumentalização do Cenário Extensionista em um Campus Recém-Implantado. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 40, n. 4, p. 743–750, dez. 2016.

- ANDREWS, N. C. Z. *et al.* Bullying and the abuse of power. **International Journal of Bullying Prevention: An Official Publication of the International Bullying Prevention Association**, p. 1–10, 19 abr. 2023.
- BAGGIO, L.; PALAZZO, L. S.; AERTS, D. R. G. DE C. Planejamento suicida entre adolescentes escolares: prevalência e fatores associados. **Cadernos de Saúde Pública**, v. 25, n. 1, p. 142–150, jan. 2009.
- BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil**. 57. ed. Brasília, DF: Câmara dos Deputados - Coordenação Edições Câmara, 1988.
- CAMPOS, R. T. O.; CAMPOS G. W. S. (2006). Co-construção de Autonomia: O Sujeito em Questão. In: CAMPOS, G. W. S., MINAYO, M. C. S., AKERMAN, M., JÚNIOR, M. D.; DE CARVALHO, Y. M. (Orgs.). **Tratado de Saúde Coletiva**. Rio de Janeiro, Hucitec; Editora Fiocruz, pp.669-688. (Saúde em debate, 170), 2006.
- CAPUTO, M. C.; TEIXEIRA, C. F.; RIOS, DAVID RAMOS DA SILVA. Universidade e sociedade: concepções e projetos de extensão universitária. In M. C. Caputo; C. F. Teixeira (Orgs.), **Universidade e Sociedade Concepções e Projetos de Extensão Universitária**(pp. 275-289). Salvador: Edufba, 2014.
- CONSELHO NACIONAL DE EDUCAÇÃO (CNE). Câmara de Educação Superior. Resolução CNE/CES 4/2001. **Diário Oficial da União**, Brasília, 9 de novembro. Seção 1, p. 1, 2001.
- CONSELHO NACIONAL DE EDUCAÇÃO (CNE). Câmara de Educação Superior. Resolução CNE/CES 3/2014. **Diário Oficial da União**, Brasília, 23 de junho. Seção 1, p. 1, 2014.
- CORREA, J. A. G.; VILLA VÉLEZ, L.; KAMBOUROVA, M. Lasnecesidadessociales como eje de laformación médica. **Interface - Comunicação, Saúde, Educação**, v. 19, p. 1253–1261, 18 set. 2015.
- COUTINHO, M. P. L. *et al.* Relation Between Depression And Quality Of Life Of Adolescents In School Context. **Psicologia, Saúde & Doença**, v. 17, n. 3, p. 338–351, 10 nov. 2016.
- DELEUZE, G. Post-Scriptum sobre as sociedades de controle. In G. Deleuze, **Conversações: 1972-1990** (pp. 219-226). São Paulo: Editora 34, 1992.
- ERSE, M. *et al.* Adolescent depression in schools: + Contigo Project. **Revista de Enfermagem Referência**, v. IV Série, n. Nº 9, p. 37–46, 30 maio 2016.
- FREIRE, P. Extensão ou comunicação? (7ª ed.). **Rio de Janeiro: Paz e Terra**, 1983. FREIRE, P. Pedagogia do oprimido (17ª ed.). **Rio de Janeiro: Paz e Terra**, 1987.
- FOUCAULT, M. Vigiar e punir: o nascimento da prisão (20ª ed.). **Petrópolis: Vozes**, 1987.
- FORLIM, B. G.; STELKO-PEREIRA, A. C.; WILLIAMS, L. C. DE A. Relação entre bullying e sintomas depressivos em estudantes do ensino fundamental. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 31, p. 367–375, set. 2014.
- GUATTARI, F.; ROLNIK, S. Micropolítica: cartografias do desejo.**Petrópolis: Vozes**, 1986.
- JATOBÁ, J. D. V. N.; BASTOS, O. Depressão e ansiedade em adolescentes de escolas públicas e privadas. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 56, n. 3, p. 171–179, 2007.
- JÚNIOR, A. L. S. A extensão universitária eosentre-laçosdos saberes(**Tese de doutorado**). Universidade Federal da Bahia, Bahia, Brasil, 2013.
- KESSLER, R. C. *et al.* Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the national comorbidity survey replication. **Archives of General Psychiatry**, v. 62, n. 6, p. 593,

1 jun. 2005.

KOIFMAN, L. A função da universidade e a formação médica. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 35, n. 2, p. 145–146, jun. 2011.

OLIVEIRA, C. B. E. DE; MARINHO-ARAÚJO, C. M. A relação família-escola: intersecções e desafios. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 27, p. 99–108, mar. 2010.

OLIVEIRA, T. *et al.* Promoção da saúde mental na escola: diga não ao cyberbullying. **Extensão em Foco**, p. 83, 1 ago. 2023.

OLIVEIRA-BROCHADO, F.; OLIVEIRA-BROCHADO, A. Estudo da presença de sintomatologia depressiva na adolescência. **Revista Portuguesa De Saúde Pública**, v. 26, p. 10, 2008.

O'REILLY, M. *et al.* Review of mental health promotion interventions in schools. **Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology**, v. 53, n. 7, p. 647–662, jul. 2018.

PUGLISI, M.; D'AGOSTINI, R.; RUGGERI, M. [The importance of promoting adolescent mental health in schools.]. **RecentiProgressi in Medicina**, v. 113, n. 3, p. 167–171, mar. 2022.

RICCI, P.; LUCENA, J. A Exclusão Dos “Incluídos” – Em defesa da educação edanecessidade de resistência à patologizaçãodos processos de ensino! **Nuances : Estudos sobre Educação**, v. 25, 1 maio 2014.

RINGDAL, R. *et al.* Bullying, social support and adolescents' mental health: Results from a follow-up study. **Scandinavian Journal of Public Health**, v. 49, n. 3, p. 309–316, maio 2021.

SAKELLARI, E. *et al.* Mental Health and Wellbeing at Schools: Health promotion in primary schools with the use of digital methods. **Children**, v. 8, n. 5, p. 345, 27 abr. 2021.

SILVA, G. V. DA *et al.* Promoção de saúde mental para adolescente em uma escola de ensino médio - Um relato de experiência. **Revista do NUFEN**, v. 11, n. 2, p. 133–148, ago. 2019.

SKORIC, D. *et al.* Psychosocial school factors and mental health of first grade secondary school students-Results of the Health Behaviour in School-aged Children Survey in Serbia. **Plosone**, v. 18, n. 11, p. e0293179, 2023.

TAVERNA, C. S. R. Medicalização de crianças e adolescentes. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 15, p. 169–171, jun. 2011.

World Health Organization. Depression and other common mental disorders: Global health estimates. **Geneva: World Health Organization**, 2017.

World Health Organization. Suicide in the world: Global health estimates. **Geneva: World Health Organization**, 2019.

World Health Organization. World mental health report: transforming mental health for all. **Geneva: World Health Organization**, 2022.

YU, Y. *et al.* Prevalence of depression and anxiety, and associated factors, among Chinese primary and high school students: A cross-sectional, epidemiological study. **Asia-Pacific Psychiatry: Official Journal of the Pacific Rim College of Psychiatrists**, v. 15, n. 1, p. e12523, mar. 2023.

**Data de recebimento:** 08/03/24

**Data de aceite para publicação:** 25/03/24