

## ATIVIDADE PRÁTICA DE EXTENSÃO: PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL E PREVENÇÃO DE USO DE SUBSTÂNCIAS PSICOATIVAS PARA ESTUDANTES DE 8º E 9º ANO

TOAZZA, K.; APOLINÁRIA, R.; CAPELARI, J.S.L.; FARIAS, S.; SESTREN, L.E. e STANGUERLIN F.W

### Resumo

A Secretaria Municipal de Educação em parceria com o Curso de Psicologia da Unoesc – Campus Videira, desenvolveu o projeto “Saúde Mental na Escola” com o objetivo de sensibilizar e capacitar estudantes para o cuidado com sua saúde emocional. A iniciativa contou com quatro oficinas temáticas. A primeira, destacou a importância do sono, da alimentação e da atividade física para o bem-estar psicológico. Na segunda, os alunos trabalharam o reconhecimento e a regulação das emoções. A terceira, atividade tratou dos vínculos afetivos, estimulando reflexões sobre empatia e relações saudáveis. Já a quarta oficina alertou sobre os riscos do uso de substâncias psicoativas, incentivando escolhas seguras e responsáveis, a qual foi desenvolvida por acadêmicos da 4ª fase do curso de Psicologia da Unoesc, sob orientação da psicóloga Kátia Toazza da SME, o projeto “Saúde Mental na Escola” foi realizado entre setembro e novembro de 2025 com estudantes do 8º e 9º ano das escolas EEBM Criança do Futuro (CAIC), Prefeito Vilson Pedro Kleinubing, Prefeito Fioravante Paulo Penso e Prefeito Waldemar Kleinubing. Com as ações, o projeto buscou fortalecer a saúde mental dos estudantes e promover um ambiente escolar mais equilibrado e acolhedor.

### 1 INTRODUÇÃO

A adolescência é reconhecida como uma fase marcada por intensas transformações físicas, emocionais, sociais e cognitivas. É também um período de maior exposição a comportamentos de risco, entre eles a experimentação precoce de substâncias psicoativas como álcool, cigarro eletrônico e outras

drogas ilícitas. Estudos apontam que o início do uso nessa etapa da vida está associado a maior vulnerabilidade a prejuízos emocionais, dificuldades escolares, alterações no desenvolvimento cerebral e maior risco de dependência futura. Diante desse cenário, torna-se essencial desenvolver ações educativas que dialoguem com a realidade dos adolescentes e promovam reflexão crítica sobre escolhas e consequências.

A atividade prática de extensão buscou atender essa necessidade por meio de intervenções psicoeducativas realizadas em escolas do município de Videira com turmas do 8º e 9º ano. O objetivo central foi promover conhecimento sobre saúde mental, riscos do uso de substâncias, estratégias de proteção e fortalecimento de habilidades de autocuidado. As oficinas foram planejadas para serem acessíveis, interativas e sensíveis ao contexto escolar, integrando leitura de relatos reais, explicações teóricas e dinâmicas que favorecessem a participação dos estudantes.

A escolha do ambiente escolar como local de intervenção possibilitou alcançar adolescentes em um espaço cotidiano, ampliando o alcance das ações preventivas. Além disso, proporcionou às acadêmicas uma vivência prática fundamental para o desenvolvimento de competências profissionais, como comunicação clara, acolhimento, manejo de grupo e postura ética diante de temas delicados. O projeto reafirma a importância da extensão universitária como ponte entre o conhecimento acadêmico e as demandas reais da comunidade.

## 2 DESENVOLVIMENTO

A atividade prática de extensão foi realizada em quatro escolas da rede municipal de Videira, envolvendo diferentes turmas de adolescentes. A organização do projeto partiu de encontros prévios entre as acadêmicas e da orientação da professora responsável. Nesses encontros foram definidos o roteiro, a divisão de falas, o conteúdo teórico a ser abordado e a escolha das estratégias pedagógicas que melhor se adequariam ao público adolescente. Também foram selecionadas cartas reais de pessoas em tratamento por

dependência química, utilizadas como recurso de sensibilização no início de cada oficina.

O planejamento considerou a necessidade de criar um ambiente acolhedor, informativo e participativo. A estrutura utilizada em todas as escolas seguiu quatro momentos principais. O primeiro consistiu na apresentação das acadêmicas e na contextualização do tema. O segundo momento incluiu a leitura das cartas, que se mostrou um dos elementos mais eficazes para captar a atenção e despertar empatia nos estudantes. O terceiro momento abrangeu a exposição teórica com o uso de slides, abordando conceitos de saúde mental, riscos do uso de substâncias, diferenças entre drogas lícitas e ilícitas, impactos no corpo e no cérebro em desenvolvimento e fatores de vulnerabilidade na adolescência. O quarto momento encerrou a oficina com a dinâmica Mito ou Verdade, que permitiu verificar a compreensão do conteúdo e incentivar reflexão crítica.

A seguir, apresenta-se a integração das experiências vivenciadas nas quatro instituições atendidas pelo projeto.

Na Escola CAIC, as atividades foram realizadas na turma do 8º 82 no período matutino e no 8º 83 no período vespertino. No período da manhã a turma mostrou comportamento mais reservado, porém atencioso. Os estudantes demonstraram interesse silencioso e participaram da dinâmica de forma mais discreta. Já a turma da tarde apresentou maior movimentação e conversas paralelas, exigindo maior manejo de grupo. Ainda assim, a leitura das cartas gerou silêncio e foco. As falas espontâneas surgiram principalmente quando o tema do cigarro eletrônico foi abordado, revelando identificação com situações reais do cotidiano dos alunos. A dinâmica Mito ou Verdade apresentou excelente engajamento e possibilitou esclarecer dúvidas importantes.

Na Escola Wilson Pedro, onde foram atendidas duas turmas do 9º ano nos períodos matutino e vespertino, observou-se um nível mais elevado de reflexão e maturidade. A turma da manhã apresentou um comportamento inicialmente reservado, mas gradualmente aumentou sua participação. Houve envolvimento das professoras que compartilharam experiências e

enriqueceram o diálogo. Na turma da tarde a participação foi ainda mais expressiva, com estudantes fazendo perguntas e trazendo relatos sobre familiares e pessoas próximas que enfrentam dependência. Esse ambiente favoreceu discussões profundas sobre prevenção, risco e consequências. A dinâmica final foi marcada por alto engajamento e respostas rápidas, indicando sólida compreensão do conteúdo.

Na Escola Waldemar Kleinubing, onde foram atendidas as turmas dos 8º 81 e 8º 83, a energia foi significativamente mais intensa. As turmas se mostraram agitadas desde o início, exigindo estratégias constantes de manejo. A leitura das cartas funcionou como ferramenta de estabilização da atenção, proporcionando momentos de silêncio e reflexão. Ao longo da apresentação teórica foi necessário fazer perguntas diretas e relacionar exemplos à realidade dos estudantes para manter o foco. A dinâmica final se destacou como o momento de maior participação, especialmente na turma matutina. Mesmo com conversas paralelas, os estudantes demonstravam curiosidade e envolvimento. Esses comportamentos reforçam a importância da adaptação pedagógica ao estilo do grupo e à cultura de cada escola.

Na Escola Paulo Penso, onde houve atendimento de turmas dos 9º 91 e 9º 92 no período da manhã e dos 8º 83 e 8º 84 no período da tarde, o número de estudantes foi menor, o que favoreceu um ambiente mais íntimo e participativo. Os alunos demonstraram grande interesse pelo conteúdo e relataram situações pessoais e familiares relacionadas ao uso de substâncias. Em alguns momentos foi necessário ajustar o ritmo da apresentação para acolher as falas e responder dúvidas importantes sobre dependência, saúde mental e estratégias de apoio. A dinâmica final reforçou conceitos essenciais e permitiu que os estudantes refletissem de forma crítica sobre crenças equivocadas.

Ao integrar as experiências das quatro escolas torna-se evidente que a adolescência é um período de vulnerabilidade, mas também de grande abertura ao diálogo. Muitos estudantes se mostraram receptivos quando perceberam que o espaço era seguro e que não haveria julgamento. A leitura das cartas se revelou um instrumento pedagógico sensível e eficaz, pois os

adolescentes tendem a se emocionar e se reconhecer nos relatos. A apresentação teórica cumpriu seu papel ao esclarecer conceitos e desfazer mitos comuns. Por fim, a dinâmica permitiu consolidar o aprendizado e tornar o momento final leve e educativo.

Para as acadêmicas, o projeto representou uma oportunidade de aplicar conhecimentos teóricos em um contexto real, fortalecendo habilidades essenciais para a futura prática profissional. A necessidade de adaptar a comunicação, lidar com diferentes perfis de turma, acolher relatos emocionais, responder dúvidas complexas e manter uma postura ética mostrou a importância do preparo técnico aliado à sensibilidade humana. Houve desenvolvimento de habilidades como empatia, escuta ativa, liderança de grupo, pensamento crítico e flexibilidade diante de imprevistos.

A atividade prática de extensão também permitiu compreender de forma direta o impacto da educação em saúde dentro das escolas. Os adolescentes demonstraram grande necessidade de orientação, seja por curiosidade, seja por vivências pessoais. Muitos afirmaram nunca ter tido um espaço seguro para falar sobre drogas, o que evidencia a relevância desse tipo de intervenção preventiva. A experiência reforçou que ações educativas podem funcionar como instrumentos de cuidado e podem contribuir para reduzir riscos, promover escolhas conscientes e fortalecer a construção de projetos de vida mais saudáveis.

### 3 CONCLUSÃO

A atividade prática de extensão permitiu unir teoria e vivência real no contato direto com adolescentes, possibilitando compreender com maior profundidade a relação entre saúde mental, vulnerabilidade e uso de substâncias psicoativas. As intervenções nas escolas mostraram que os estudantes possuem dúvidas, curiosidade e necessidades concretas de orientação, mas também grande capacidade de reflexão quando o tema é apresentado de forma acolhedora e dialogada. A leitura das cartas, as

explicações teóricas e a dinâmica final se complementaram, criando um ambiente de sensibilização e aprendizado ativo.

Para as acadêmicas, a experiência proporcionou desenvolvimento profissional e pessoal, fortalecendo competências como comunicação clara, manejo de grupo, empatia e postura ética. Também evidenciou a importância de adaptar a linguagem ao público e de criar espaços seguros para que os adolescentes expressem suas percepções e experiências. O projeto reafirma o papel fundamental da extensão universitária na promoção de saúde, prevenção e aproximação entre universidade e comunidade. Conclui-se que ações educativas como esta têm potencial significativo para gerar impacto positivo e contribuir para escolhas mais conscientes e seguras na adolescência.

### REFERÊNCIAS

SCHENKER, M. et al. Fatores de risco e de proteção para o uso de drogas na adolescência. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 21, n. 3, p. 707-717, 2005.

GASPARINI, Priscila et al. Fatores associados ao policonsumo de álcool, tabaco e drogas ilícitas entre adolescentes escolares brasileiros. *Ciência e Saúde Coletiva*, v. 29, n. 5, e06882023, 2024.

Sobre o(s) autor(es)

Acadêmicas da quarta fase do curso de psicologia:

Fernanda Walter Stanguerlin - fernandastanguerlin@gmail.com

Jaziela Capelari- jaziella@hotmail.com

Laura Ellen Sestren - lauraellensestren@gmail.com

Raiane Apolinária - raiane.apolinaria@unoesc.edu.br

Suéli Farias - suelifarias10@hotmail.com

Kátia Toazza: Mestre em Desenvolvimento e Sociedade ( Uniarp)

Vínculo: Docente do Curso de Psicologia da Unoesc- Videira

kátia.toazza@unoesc.edu.br





Fonte: Autores

Vilson Pedro - 9º ano



Fonte: Autores