

AÇÃO E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL NO AMBIENTE ESCOLAR: ESTRATÉGIAS E DESAFIOS

ACTION AND PROMOTION OF MENTAL HEALTH IN THE SCHOOL ENVIRONMENT: STRATEGIES AND CHALLENGES

ACCIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD MENTAL EN EL ÁMBITO ESCOLAR: ESTRATEGIAS Y DESAFÍOS

Adão Ribeiro Teixeira

Acadêmico de Enfermagem - Centro Universitário Tecnológico de Teresina –
UNI-CET (Teresina-Piauí/Brasil) E-mail: adao.teixeira@hotmail.com

Alice Reis Diniz

Acadêmica de Enfermagem - Centro Universitário Tecnológico de Teresina –
UNI-CET (Teresina-Piauí/Brasil) E-mail: alicerdiniz10@icloud.com

Brunna do Nascimento Oliveira Monteles

Acadêmica de Enfermagem - Centro Universitário Tecnológico de Teresina –
UNI-CET (Teresina-Piauí/Brasil) E-mail: montelesbruna70@gmail.com

Frankildane Guimarães Nascimento

Acadêmica de Enfermagem - Centro Universitário Tecnológico de Teresina –
UNI-CET (Teresina-Piauí/Brasil) E-mail: frankildaneguimaraes@outlook.com

Jeilson de Sousa Silva

Acadêmico de Enfermagem - Centro Universitário Tecnológico de Teresina –
UNI-CET (Teresina-Piauí/Brasil) E-mail: jeilsonamorim@hotmail.com

Joanderson Carvalho Costa

Acadêmico de Enfermagem - Centro Universitário Tecnológico de Teresina –
UNI-CET (Teresina-Piauí/Brasil) E-mail: joandersoncc@hotmail.com

Maria Nauside Pessoa da Silva

Enfermeira. Dra. Em biotecnologia da Saúde. Docente do departamento de
Enfermagem do Centro Universitário Maurício de Nassau Teresina Sul; Centro
Universitário Tecnológico de Teresina - UNI-CET (Teresina-Piauí/Brasil) E-mail:
nauside@yahoo.com.br

Everton Moraes Lopes

Enfermeiro. Mestre em Farmacologia. Doutor em Biotecnologia da Saúde. Docente
do departamento de Enfermagem do Centro Universitário Tecnológico de Teresina
- UNI-CET (Teresina-Piauí/Brasil). E-mail: evertonlopesufpi@gmail.com

Lorena Rocha Batista Carvalho

Enfermeira. Ms. Em Saúde da Família. Docente do departamento de Enfermagem do Centro Universitário Tecnológico de Teresina - UNI-CET (Teresina-Piauí/Brasil)

E-mail: lorena.rocha@unicet.edu.br

Layanne Cavalcante de Moura

Enfermeira. Médica. Mestre em Saúde da Mulher. Docente do departamento de Enfermagem do Centro Universitário Tecnológico de Teresina - UNI-CET

(Teresina-Piauí/Brasil) E-mail: layannecavalcante@hotmail.com

Márcia Laís Fortes Rodrigues Mattos

Enfermeira. Ms. Em Enfermagem. Coordenadora do Curso de Enfermagem do Centro Universitário Tecnológico de Teresina - UNI-CET (Teresina-Piauí/Brasil).

E-mail: marcialaismattos@gmail.com

Francisca Mairana Silva de Sousa.

Licenciatura plena em Ciências Biológicas. Mestrado em Engenharia de Materiais.

Docente do Centro Universitário Tecnológico de Teresina - UNI-CET (Teresina Piauí/Brasil)

E-mail: mairanassousa@hotmail.com

Resumo

Este artigo tem como objetivos analisar a importância da promoção da saúde mental no contexto escolar, destacando seu impacto no desenvolvimento integral dos estudantes e na melhoria do ambiente educacional. Identificar estratégias eficazes para a promoção da saúde mental nas escolas. A compreensão de saúde evoluiu da simples ausência de doenças para um conceito amplo de bem-estar físico, mental e social. Os fatores sociais, políticos e econômicos influenciam diretamente essa condição, de modo que indivíduos expostos a vulnerabilidades estruturais. No caso dos adolescentes, a falta de intervenções precoces pode comprometer seu desenvolvimento futuro, aumentando a exposição a sofrimento emocional, exclusão social, discriminação e comportamentos de risco. A adolescência, marcada por intensas transformações, torna-os mais suscetíveis a desafios emocionais que podem afetar o desempenho escolar, as relações sociais e a saúde mental. Por isso, programas de prevenção e promoção da saúde mental são essenciais, buscando fortalecer habilidades socioemocionais e promover estratégias para lidar com situações estressantes e construir relações saudáveis. Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, desenvolvido a partir de atividades de extensão universitária realizada em uma Escola Estadual localizada em Teresina – Piauí. Durante a atividade foram realizadas rodas de conversa sobre emoções, autoestima e convivência, oficinas como estratégias de expressão e relaxamento. Campanhas de conscientização sobre saúde mental e palestras e formações para professores sobre saúde mental infantojuvenil. Para consolidar os dados analisados, elaborou-se categorias temáticas, a saber: A Escola Como Espaço de Promoção da Saúde Mental; Estratégias de Promoção da Saúde Mental Escolar; Desafios na Implementação das Ações em Saúde Mental e as Perspectivas e Recomendações Para o Fortalecimento da Saúde Mental Escolar. Por fim, as mensagens expressas pelos alunos incluem, incentivos de força, fé e perseverança, Deus está presente em todos os momentos, dando coragem, cuidando dos desafios e garantindo que tudo ficará bem, incentiva a nunca desistir dos sonhos, manter a fé, seguir em frente buscando apoio de amigos, familiares e pessoas de confiança, mesmo nos momentos mais difíceis, não estamos sozinhos.

Palavras-chave: Adolescente. Saúde Mental. Equilíbrio Emocional.

Abstract

This article aims to analyze the importance of promoting mental health in the school context, highlighting its impact on the integral development of students and the improvement of the educational environment. It also seeks to identify effective strategies for promoting mental health in schools. The understanding of health has evolved from the simple absence of disease to a broad concept of physical, mental, and social well-being. Social, political, and economic factors directly influence this condition, exposing individuals to structural vulnerabilities. In the case of adolescents, the lack of early interventions can compromise their future development, increasing exposure to emotional distress, social exclusion, discrimination, and risky behaviors. Adolescence, marked by intense transformations, makes them more susceptible to emotional challenges that can affect school performance, social relationships, and mental health. Therefore, prevention and mental health promotion programs are essential, seeking to strengthen socio-emotional skills and promote strategies for coping with stressful situations and building healthy relationships. This is a descriptive study, of the experience report type, developed from university extension activities carried out in a State School located in Teresina – Piauí. During the activity, discussion circles were held on emotions, self-esteem, and coexistence, as well as workshops on expression and relaxation strategies. Awareness campaigns on mental health and lectures and training sessions for teachers on child and adolescent mental health were also conducted. To consolidate the analyzed data, thematic categories were developed, namely: The School as a Space for Promoting Mental Health; Strategies for Promoting School Mental Health; Challenges in Implementing Mental Health Actions; and perspectives and Recommendations for Strengthening School Mental Health. Finally, the messages expressed by the students include encouragement of strength, faith, and perseverance; God is present at all times, giving courage, taking care of challenges, and ensuring that everything will be alright; encouragement to never give up on dreams, maintain faith, move forward seeking support from friends, family, and trusted people, even in the most difficult moments, we are not alone.

Keywords: Adolescent. Mental Health. Emotional Balance.

Resumen

Este artículo busca analizar la importancia de promover la salud mental en el contexto escolar, destacando su impacto en el desarrollo integral del alumnado y la mejora del entorno educativo. También busca identificar estrategias eficaces para promover la salud mental en las escuelas. La comprensión de la salud ha evolucionado desde la simple ausencia de enfermedad hasta un concepto amplio de bienestar físico, mental y social. Factores sociales, políticos y económicos influyen directamente en esta condición, exponiendo a las personas a vulnerabilidades estructurales. En el caso de los adolescentes, la falta de intervenciones tempranas puede comprometer su desarrollo futuro, aumentando la exposición al sufrimiento emocional, la exclusión social, la discriminación y las conductas de riesgo. La adolescencia, marcada por intensas transformaciones, los hace más susceptibles a desafíos emocionales que pueden afectar el rendimiento escolar, las relaciones sociales y la salud mental. Por lo tanto, los programas de prevención y promoción de la salud mental son esenciales, buscando fortalecer las habilidades socioemocionales y promover estrategias para afrontar situaciones estresantes y construir relaciones saludables. Se trata de un estudio descriptivo, de tipo relato de experiencia, desarrollado a partir de actividades de extensión universitaria realizadas en una escuela pública ubicada en Teresina – Piauí. Durante la actividad, se realizaron círculos de discusión sobre emociones, autoestima y convivencia, así como talleres sobre estrategias de expresión y relajación. También se realizaron campañas de concientización sobre salud mental y charlas y capacitaciones para docentes sobre salud mental infantojuvenil. Para consolidar los datos analizados, se desarrollaron categorías temáticas, a saber: La escuela como espacio para la promoción de la salud mental; Estrategias para la promoción de la salud mental escolar; Desafíos en la implementación de acciones de salud mental; y Perspectivas y recomendaciones para el fortalecimiento de la salud mental escolar. Finalmente, los mensajes expresados por los estudiantes incluyen aliento a la fortaleza, la fe y la perseverancia; Dios está presente en todo momento, dando coraje, cuidando los

desafíos y asegurando que todo estará bien; aliento para nunca renunciar a los sueños, mantener la fe, seguir adelante buscando el apoyo de amigos, familiares y personas de confianza, incluso en los momentos más difíciles, no estamos solos.

Palabras clave: Adolescente. Salud Mental. Equilibrio Emocional.

1. Introdução

Ao longo do tempo, a saúde foi definida como inexistência de doenças. Por exemplo, se alguém não tinha nenhum problema de saúde, era considerado saudável. Contudo, desde 1946, a Organização Mundial de Saúde (OMS), define saúde como “um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não consiste apenas na ausência de doença ou de enfermidade” (OMS, 1946).

No entanto (Moraes, Rolim, 2017) nos diz que essa definição deve-se levar em consideração aspectos sociais, políticos e econômicos. Por exemplo, uma pessoa que vive em condições precárias, sem saneamento básico, sem acesso à educação, emprego, lazer, transporte entre outros, não pode ser considerada saudável. Assim, a saúde é, ao mesmo tempo, uma condição individual e uma condição social.

A ausência de uma intervenção antecipada e eficaz pode afetar de forma considerável o futuro desses jovens, prejudicando sua saúde física e mental na vida adulta e limitando suas chances de crescimento pessoal e profissional. Ademais, jovens que enfrentam transtornos mentais apresentam maior vulnerabilidade à exclusão social, ao preconceito, à discriminação e a dificuldades no contexto educacional, podendo engajar-se em comportamentos de risco e ser alvo de violações de direitos (OMS, 2024).

A fase da adolescência representa um momento decisivo no desenvolvimento, caracterizado por transformações físicas, emocionais e sociais importantes (OMS, 2020). É também um período cheio de desafios emocionais, que podem se manifestar em diversos graus, desde situações do dia a dia, como ansiedade em eventos sociais e a luta para lidar com a carga escolar, até questões mais sérias, como negligência, violência e abusos. Tais problemas podem levar a um sofrimento emocional significativo e a dificuldades na

regulação emocional, impactando diretamente o desempenho nos estudos e as interações sociais (Mazza et al., 2016).

Questões relacionadas à saúde mental durante a adolescência costumam estar ligadas a vários comportamentos arriscados, tais como automutilação, uso de tabaco, álcool e outras drogas, práticas sexuais perigosas, participação em atos violentos na comunidade, dificuldades em estabelecer laços afetivos e sociais, e suicídio, cujos impactos são duradouros e apresentam sérias consequências tanto para os jovens quanto para a sociedade em geral. Esses danos tornam imprescindíveis programas voltados para a prevenção e a promoção da saúde mental (Murta, 2007; OMS, 2020).

De maneira geral, as iniciativas de promoção da saúde mental para crianças e adolescentes visam capacitá-los a enfrentar situações estressantes, controlar emoções e construir relacionamentos interpessoais saudáveis, através da aprendizagem de habilidades socioemocionais.

A realização desse trabalho justifica-se, considerando a saúde mental como um componente essencial para o desenvolvimento integral de crianças e adolescentes, influenciando diretamente o desempenho escolar, as relações sociais e a qualidade de vida. No contexto educacional, os desafios relacionados à saúde mental têm se intensificado devido a fatores como pressão acadêmica, conflitos interpessoais, vulnerabilidade social e mudanças comportamentais. A escola, por ser um espaço privilegiado de convivência e aprendizagem, assume papel estratégico na promoção da saúde mental, oferecendo oportunidades para prevenção, identificação precoce e encaminhamento adequado de situações de risco.

Diante disso, torna-se fundamental discutir ações e estratégias que possibilitem a construção de ambientes escolares mais acolhedores, inclusivos e capazes de atender às necessidades emocionais dos estudantes, contribuindo para a redução de transtornos mentais e para a formação de cidadãos mais equilibrados e resilientes.

Dessa forma a questão norteadora desse estudo é: de que forma atividades de ação e promoção da saúde mental no ambiente escolar pode

contribuir na saúde mental de crianças e adolescentes?

Por fim, o artigo tem como objetivos analisar a importância da promoção da saúde mental no contexto escolar, destacando seu impacto no desenvolvimento integral dos estudantes e na melhoria do ambiente educacional. Identificar estratégias eficazes para a promoção da saúde mental nas escolas, considerando práticas pedagógicas, ações interdisciplinares como, palestras, atividades com roda de conversa, painel interativo envolvendo a comunidade escolar e discutir os principais desafios enfrentados na implementação de ações voltadas à saúde mental no ambiente escolar, incluindo barreiras estruturais, culturais e emocionais, bem como, promover estratégias de autocuidado, empatia e apoio emocional por meio de atividades educativas e interativas.

2. Metodologia

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, desenvolvido a partir de atividades de extensão universitária realizada em uma Escola Estadual localizada em Teresina – Piauí. As atividades ocorreram no período de agosto a setembro de 2025, tendo como culminância da atividade geral dia 12 de setembro no horário das 08:00 às 12:00 horas. As ações envolveram a participação de 19 acadêmicos de Enfermagem e duas Professoras Enfermeiras, além dos Professores da Escola, Psicopedagoga e Coordenadora Pedagógica.

Durante a atividade foram realizadas rodas de conversa sobre emoções, autoestima e convivência, oficinas como estratégias de expressão e relaxamento. Campanhas de conscientização sobre saúde mental e palestras e formações para professores sobre saúde mental infantojuvenil.

Após a realização da palestra e roda de conversa, foram distribuídos "*Post-it*" para todos os estudantes com o objetivo de escreverem palavras ou frases conforme seus sentimentos emocionais. Após o tempo determinado todos colocaram os "*Post-it*" com as frases numa caixa dourada. Ao todo participaram da atividade sessenta e seis estudantes.

2.1 Descrição da Intervenção

Para a realização da atividade na Escola, foi elaborado um projeto de

extensão, que seguiu as seguintes etapas conforme cronograma a seguir:

Quadro 01 - Cronograma das atividades

| Etapas | Atividades | Período de realização |
|--------|----------------------------------|------------------------|
| I | Elaboração do projeto | 01 a 15 agosto de 2025 |
| II | Elaboração do material para ação | 16 a 30 agosto de 2025 |
| III | Culminância da ação na Escola | 12 de setembro de 2025 |

Elaborado pela autoria, 2026

2.2 Aspectos Éticos

O manuscrito trata de um relato de experiência realizado em uma prática extensionista universitária, nenhum dado individual identificável foi apresentado de forma direta ou indireta. Nenhuma intervenção foi realizada com propósito de pesquisa, randomização, os relatos são anônimos. Dessa forma, o estudo permite a dispensa de aprovação pelo comitê de ética e/ou termo de consentimento.

3. Resultados e Discussão

Como resultado da atividade realizada, foi possível elaborar um quadro contendo algumas das frases escritas pelos estudantes, conforme quadro 02.

Quadro 02 – frases escritas pelos estudantes

| | | | |
|---|---|---|---|
| <i>Seja forte.</i> | Não desista Deus disse “eu irei com você e darei sua vitória” | Seja forte e corajoso Deus esta cuidando de tudo. | Jesus te ama você não esta só. Mateus 11:28 diz: "Vinde a mim, todos os que estais cansados e oprimidos, e eu vos aliviarei." |
| O tempo coloca cada palhaço no seu circo e cada rei em seu trono. | Não fique triste você tem a amigos e familiares para ajudar você. | <i>Não desista, perdoe, sua vida não depende de outra pessoa depende de você.</i> | Estou me sentindo melhor. |
| Nunca desista de seus sonhos. | Nunca desista sempre prossiga. Te amo. | Perdoe mesmo que seja doloroso de fazer, e nunca desista de se mesmo. | Siga o caminho de Deus, ele é o único que pode nos curar e salvar. |
| Tudo vai ficar bem. Paz para nosso tempo. | Jesus está contigo e te ama. | <i>Nunca pare de sonhar.</i> | Ouça sempre seu coração não desista. |
| Está com problemas! É só jogar futebol. | Jogue vôlei. | Não desista de seus sonhos está tudo na mão de Deus. | Quem não ama não conhece Deus, Porque Deus e amor. |

| | | | |
|---|---|---|--|
| <i>Seja feliz e viva como ninguém viveu.</i> | Jesus é o caminho. Nunca perca a fé. | Nunca desistir, tentar sempre. | Aquele que não ama não conhece a Deus; porque Deus é amor. João 4:6. |
| Mesmo que minha mente e meu corpo enfraqueçam, Deus é tudo que preciso. | Se estiver com problemas peça ajuda para um amigo. Nunca desista. | Ainda que você ande pelo vale da sombra da morte não temas, pois Deus está contigo! Converse e desabafe com pessoas de confiança, sua vida importa. | Não fiques mal se te criticarem. Pois es único aos olhos de Deus. |

Fonte: elaborado pela autoria, 2026

A partir da escrita dos estudantes, foi elaborada uma nuvem de palavras, imagem 01.

Imagem 01- nuvem de palavras originária das frases escritas pelos estudantes



Fonte: elaborado pela autoria, 2026

Diante do exposto, foi possível sintetizar um resumo das palavras escritas pelos estudantes, sendo um conteúdo contextual escrito de forma espontânea, sem nenhuma prescrição normativa ou questionada pelos facilitadores. Conforme expressão instintiva dos estudantes de acordo com a nuvem de palavras, a mensagem central reúne incentivos de força, fé e perseverança, lembra que Deus está presente em todos os momentos, dando coragem, cuidando dos desafios e garantindo que tudo ficará bem. Incentiva a nunca desistir dos sonhos, a manter a fé e a seguir em frente apesar das dificuldades, buscando apoio de amigos, familiares e pessoas de confiança. Fala também sobre a importância do perdão, da coragem para continuar, de viver com alegria e de cuidar da própria vida. No final,

reforça que, mesmo nos momentos mais difíceis, não estamos sozinhos.

Para consolidar os dados analisados, elaborou-se categorias temáticas, a saber: A Escola Como Espaço de Promoção da Saúde Mental; Estratégias de Promoção da Saúde Mental Escolar; Desafios na Implementação das Ações em Saúde Mental e as Perspectivas e Recomendações Para o Fortalecimento da Saúde Mental Escolar.

3.1 A Escola Como Espaço de Promoção da Saúde Mental

A instituição educacional desempenha um papel crucial na valorização da saúde mental, pois possibilita o crescimento completo de jovens e crianças, a construção de ambientes acolhedores e a aquisição de competências socioemocionais.

É essencial que a saúde mental esteja incorporada no planejamento pedagógico, com iniciativas que envolvam diferentes setores, capacitação de educadores, comunicação com os familiares e desenvolvimento de áreas para escuta ativa dos alunos, assegurando o bem-estar e a resiliência do coletivo escolar.

Se a instituição de ensino não consegue assumir a responsabilidade de assegurar a saúde emocional do estudante, uma vez que não há como garantir resultados educacionais previsíveis, ainda assim, pode empenhar-se em reconhecer o aluno como um sujeito que possui desejos, alguém a quem são concedidos o direito de se manifestar e de compartilhar seus sentimentos, emoções e apreensões.

O educador que se torna o foco das identificações e transferências do estudante responde a essas dinâmicas de acordo com sua sensibilidade, formação e, principalmente, com base em seus desejos inconscientes. Ele pode projetar em seu aluno suas próprias fantasias e ideias de si mesmo, levando a confrontos e competições imaginárias que subjagam e dominam as aspirações da criança em favor do desejo oculto do professor. Alternativamente, pode conectar as emoções infantis com a linguagem simbólica, permitindo que a criança articule, através das palavras, seus anseios, dilemas e tensões.

Contudo, a instituição escolar é um espaço importante para ser trabalhado a saúde mental, pois é um local de convivência diária onde crianças passam uma boa parte do seu tempo.

Assim, tornando-se um ambiente de aprendizado e formação da sua saúde emocional, onde os professores são capazes de trabalhar com as emoções de seus alunos no contexto escolar de forma didática com ajuda de outros profissionais da saúde e ainda buscando ajuda dos familiares.

No ambiente escolar, a saúde mental deve ser vista como uma parte essencial do aprendizado, já que os fatores emocionais afetam diretamente a aquisição de conhecimentos, a relação interpessoal e o rendimento acadêmico e profissional. Segundo Bock, Furtado e Teixeira (2021), o bem-estar mental não se resume à ausência de enfermidades psíquicas, mas sim à existência de condições que favorecem a manifestação de emoções, a solução de conflitos e o amadurecimento da empatia e do trabalho em equipe.

Para os educadores, manter a saúde mental é crucial diante do aumento das obrigações pedagógicas e administrativas. As pressões por resultados, juntamente com a escassez de tempo, reconhecimento e suporte institucional, podem resultar em problemas de saúde mental, como a Síndrome de Burnout, que afeta tanto a qualidade do ensino quanto o bem-estar do educador (Ramos; Ferreira, 2023). Esta síndrome, marcada pelo desgaste emocional que surge do trabalho considerado desagradável, é classificada pela legislação brasileira — na Lei nº 3.048/99, que regula a Previdência Social — como uma condição relacionada ao trabalho (Lopes; Pontes, 2009).

Em relação aos alunos, especialmente crianças e adolescentes, elementos como a pressão por desempenho, bullying, falta de apoio familiar e dificuldades em socializar contribuem para o aparecimento de problemas como ansiedade, depressão, baixa autoestima e dificuldades cognitivas. Como afirmam Araújo e Silva (2024), a escola deve identificar esses sinais e estabelecer espaços de escuta e acolhimento, tratando a saúde mental como uma prioridade tanto pedagógica quanto institucional.

3.2 Estratégias de Promoção da Saúde Mental Escolar

Sabemos que a escola é o local onde crianças e adolescentes passam a maior parte do seu dia, os desafios relacionados à saúde mental dos alunos frequentemente se manifestam nesse ambiente. As instituições de ensino frequentemente solicitam auxílio ao setor de saúde e às universidades. Os educadores, por sua vez, sentem-se sensibilizados e, ao mesmo tempo, sem forças diante do sofrimento emocional que seus alunos enfrentam.

Além disso, a escola também pode ser um ambiente que contribui para o sofrimento, pois aborda questões sociais mais amplas, como racismo estrutural, desigualdade social e homofobia, entre outras. Essas questões se manifestam no bullying, que é frequentemente identificado como um fator significativo no agravamento da saúde mental dos estudantes.

Diante dessas situações que se faz necessário a intervenção escolar com uso de estratégias de promoção para ajudar os alunos que apresentam esses problemas relacionados. Com a precaução, ou seja, evitando assim o agravamento para um possível quadro psíquico. Esse cuidado ficou conhecido como promoção da saúde mental no contexto escolar.

A promoção da saúde mental tem como principais referências no SUS a Estratégia de Saúde da Família e os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS). No entanto, para realmente promover a saúde, é importante que haja diálogo e trabalho em parceria com outros setores da saúde. Quando o foco são crianças e adolescentes, é fundamental envolver áreas como Educação, o Sistema Único de Assistência Social (SUAS) e a Justiça, que são órgãos importantíssimos.

No entanto, o Programa de Saúde na Escola (PSE) é uma iniciativa importante para promover a saúde dentro das escolas brasileiras, promovendo uma parceria entre os setores de saúde e educação básica. O programa é baseado em oito diretrizes, e, mesmo que nenhuma delas trate diretamente de saúde mental, essa questão aparece como um dos desafios a serem enfrentados (Fernandes et al., 2023).

De acordo com Delela et al. (2024), corrobora dizendo sobre o PSE:

O PSE é uma iniciativa crucial, pois promove uma abordagem interdisciplinar e intersetorial que envolve tanto a escola quanto outros setores da comunidade. Os estudos apontam uma série de benefícios associados ao programa, tais como o fortalecimento dos vínculos entre saúde e educação, o acompanhamento da saúde dos alunos e a formação de parcerias comunitárias. Esses resultados evidenciam a relevância do PSE como uma estratégia integrada para promover o bem-estar dos estudantes. (Delela et al., 2024, p. 1437)

Diante do que foi exposto pelas autoras, é notório observar que há muitos desafios como por exemplo, a falta de recursos e a falta de informação referente ao programa, principalmente por parte dos profissionais da educação. Por outro lado, observa-se ainda a falha no desenvolvimento do programa PSE, que precisa de melhorias no seu desenvolvimento, ou seja, nas suas ações para que se tenha um bom resultado.

Em uma revisão sistemática das estratégias para a promoção da saúde mental nas escolas (Silva et al., 2024), foi possível destacar alguns caminhos relativamente eficazes, como a literacia — letramento ou alfabetização em saúde mental, o desenvolvimento das competências socioemocionais, e a aprendizagem social e emocional. Além disso, Silva et al. (2024) recomendam a combinação de estratégias presenciais e remotas de promoção da saúde mental.

Referente a literacia, especificamente, as autoras trazem a seguinte observação: “a literacia em saúde mental capacita pais com pouca alfabetização nessa área a reconhecer e abordar questões de saúde mental com seus filhos” (2024, p. 23).

Assim, Oliveira et al. (2024) corrobora sobre as melhores estratégias para o avanço da promoção da saúde nas escolas que são: criar canais de comunicação que permitam reconhecer as particularidades e necessidades das crianças, dos adolescentes e dos seus familiares nos territórios em que habitam/circulam, fomentar as iniciativas de participação social com o envolvimento dos estudantes e suas famílias e o fortalecimento das ações de diferentes setores.

Por fim, tudo isso ajudará a sanar as lacunas expostas no contexto escolar, pois sabe-se, que não é uma tarefa fácil e que todos envolvidos precisam fazer sua parte para que assim consigam ajudar essas crianças ou adolescentes.

3.3 Desafios na Implementação das Ações em Saúde Mental

É notório observar que a atenção à saúde mental de crianças e de adolescentes deve ser uma prioridade, com o intuito de evitar dificuldades e fomentar o bem-estar desde os primeiros anos de vida. É essencial que pais, professores e profissionais de saúde fiquem vigilantes aos sinais de sofrimento emocional nessa fase, proporcionando apoio e conselhos apropriados.

O sistema de apoio à saúde mental no Brasil enfrenta vários desafios, como o acesso desigual aos serviços e o preconceito que ainda existe em relação aos transtornos mentais na sociedade. Em um cenário onde as redes de cuidado estão fragilizadas, é fundamental que novas leis baseadas em evidências sejam criadas para promover mudanças de forma mais eficaz.

Como exemplos, incluem a criação de propostas de lei que reforçam o comprometimento com o desenvolvimento de políticas destinadas a sanar deficiências históricas no tratamento de doenças mentais. Nesse cenário, são notáveis iniciativas como a ampliação da cobertura do Sistema Único de Saúde para atender à saúde mental, a atualização das normas relacionadas a internações psiquiátricas involuntárias e a elaboração de diretrizes que integrem a psiquiatria ao atendimento básico.

Entretanto, apesar de ter gerado avanços, ainda persistem lacunas, como a insuficiência de estrutura e recursos financeiros apropriados para os serviços de saúde mental. Assim, conclui que nesse cenário, as iniciativas legislativas contemporâneas precisam se adequar às demandas que estão surgindo, incentivando uma estratégia harmoniosa que junte o aprimoramento da rede de assistência e a modernização nos tratamentos, com destaque na inclusão e no auxílio as pessoas mais frágeis, ou seja, de maior vulnerabilidade.

3.4 Perspectivas e Recomendações Para o Fortalecimento da Saúde Mental Escolar

As Escolas são ambientes estratégicos para promoção, prevenção e cuidado, pois concentram interações sociais, processos de aprendizagem e vínculos que

influenciam diretamente o bem-estar dos estudantes e a importância de ações integradas envolvendo educadores, famílias e serviços de saúde. As orientações e documentos previamente elaborados destacam a importância de iniciativas colaborativas entre os setores de saúde, educação e assistência social. É fundamental reviver e fortalecer as colaborações existentes ou até mesmo iniciar as negociações necessárias para seu desenvolvimento. Embora possa parecer um ônus adicional para os profissionais que já enfrentam algumas dificuldades, é essencial recordar que as meninas e os meninos que transitam por essas redes assistenciais são as mesmas crianças e adolescentes presentes no contexto escolar. Portanto, uma abordagem integrada pode tornar mais eficientes o tempo e os esforços a serem empregados posteriormente.

A Base Nacional Curricular Comum (BNCC) estrutura práticas e conteúdos com base em competências, das quais algumas já visam diretamente o desenvolvimento de habilidades essenciais para a promoção, prevenção e recuperação da saúde mental. Mesmo nas disciplinas que não abordam essas temáticas diretamente, é viável incluir práticas de acolhimento que tragam calma, relaxamento e fortalecimento.

Talvez essa seja a abordagem mais adequada para oferecer conteúdo, seja de forma presencial ou à distância. Outro aspecto crucial para a educação é envolver toda a comunidade escolar na defesa da educação como um direito e um elemento de proteção. A falta de perspectivas, exacerbada por crises, constitui um sério risco para a evasão escolar e para diversas outras vulnerabilidades enfrentadas por alunos e profissionais.

De onde buscar energias para apoiar crianças e jovens é uma preocupação que tem incomodado muitos profissionais. Todas as pessoas enfrentam dificuldades de alguma maneira, mas cada uma encontra seus próprios meios de superação. Sem ignorar a função de proteção que é responsabilidade dos adultos, é viável dividir ansiedades e incertezas com os jovens, evidenciando que todos somos tocados por essas situações, manifestar compreensão e estar aberto a receber suporte e acolhimento das próprias crianças e jovens. Uma educação que

oferece proteção não ocorre de forma isolada, especialmente em momentos de crise e emergência.

A saúde mental de jovens e adolescentes, assim como a sua promoção nas instituições de ensino, tem se tornado uma preocupação em aumento em diversos países, e os profissionais que trabalham nesse ambiente precisam de habilidades e abordagens para agir de maneira eficaz (Lahti et al., 2023). Para lidar com esses desafios, programas destinados a promover a saúde mental e diminuir os distúrbios mentais em ambientes educacionais têm sido prioritários em vários países, como indicado por Sælid et al. (2022). Isso se deve ao fato de que o contexto educacional é um dos espaços sociais mais apropriados para desenvolver estratégias que incentivem a saúde mental, devido à sua complexidade, capacidade de atingir jovens e ao fato de ser um local evidente para implementar intervenções preventivas (McGillivray et al., 2021).

As questões de saúde mental podem afetar de maneira significativa o aprendizado, o desempenho escolar e as interações sociais, e frequentemente, esses efeitos são complicados de serem revertidos. Apoiar a saúde mental de crianças e adolescentes traz benefícios não só para eles de forma individual, mas também ajuda a construir uma sociedade mais saudável.

Por fim, destaca-se algumas recomendações fundamentais para o fortalecimento da saúde mental escolar:

- Criação de ambiente acolhedor e seguro;
- Promover atividades que desenvolva ação educativa, socioemocional, como roda de conversa e palestras;
- Incentivar hábito de boa convivência entre alunos e funcionários, com atividades de intervenção como por exemplo, exercício físico ou roda de conversa;
- Oferecer suporte necessário para os alunos e os demais funcionários;
- Oferecer capacitação aos profissionais da educação;
- Envolver as famílias nos projetos desenvolvidos na instituição, pois é de suma importância de todos.

Essas são algumas recomendações consideradas essenciais para a contribuição escolar e que fará toda diferença, quando é colocada em prática. Pois

é notório que não é uma tarefa fácil de lidar com essas situações do cotidiano escolar, por diversos fatores, como por exemplo, a falta de recursos e de apoio.

Portanto, a saúde mental escolar é um pilar essencial para o desenvolvimento integral dos estudantes e para a qualidade da educação. Fortalecê-la exige uma abordagem sistêmica que articule práticas pedagógicas, políticas públicas, participação comunitária e serviços de saúde. Investir em ambientes escolares acolhedores, na formação docente e em estratégias preventivas contribui significativamente para promover bem-estar, prevenir transtornos e garantir trajetórias educacionais mais saudáveis e inclusivas.

4. Conclusão

Diante do exposto, fica evidente que a promoção da saúde mental no ambiente escolar é um desafio complexo, porém indispensável para o desenvolvimento integral de crianças, adolescentes e profissionais da educação. A escola, enquanto espaço de convivência, aprendizagem e formação humana, exerce um papel fundamental tanto na identificação de sinais de sofrimento emocional quanto na construção de práticas de acolhimento, prevenção e cuidado. Para isso, é essencial que educadores estejam sensibilizados e preparados, que as famílias sejam envolvidas e que a instituição ofereça ambientes seguros e abertos ao diálogo, reconhecendo cada estudante como sujeito de direitos, desejos e necessidades.

As estratégias apresentadas, como o fortalecimento das competências socioemocionais, a literacia em saúde mental e a articulação entre diferentes setores — especialmente saúde, educação e assistência social — demonstram que ações isoladas não são suficientes. Programas como o PSE, apesar das limitações, apontam para avanços possíveis quando há integração, planejamento e compromisso institucional. Assim, a construção de redes colaborativas e intersetoriais se mostra um caminho necessário para superar fragilidades e potencializar resultados.

Contudo, muitos desafios persistem, sobretudo a falta de recursos, políticas públicas insuficientes, desigualdades sociais e dificuldades no acesso aos

serviços especializados. Esses obstáculos reforçam a urgência de iniciativas que modernizem as práticas, ampliem o alcance das ações e incluam de maneira efetiva os grupos mais vulneráveis. A atuação conjunta entre escola, serviços de saúde e comunidade é essencial para garantir apoio adequado e contínuo aos estudantes e profissionais.

Assim, conclui-se que fortalecer a saúde mental no ambiente escolar não se limita à implementação de programas, mas implica uma mudança cultural, estrutural e relacional. Envolve reconhecer que o cuidado emocional é parte indissociável do processo educativo e que ambientes acolhedores, práticas preventivas e suporte qualificado podem transformar trajetórias. Dessa forma, investir na saúde mental escolar é investir no futuro, na redução de desigualdades e na formação de uma sociedade mais justa, empática e saudável.

Referências

- BOCK, Ana Mercês Bahia; FURTADO, Odair; TEIXEIRA, Maria de Lourdes Trassi. *Psicologias: uma introdução ao estudo de psicologia*. [Insira o número da edição se souber, ex: 15. ed.]. São Paulo: Saraiva, 2021.
- DELELA, F. C. L., Rocha, M. E., Silva, C. M. A., Carmo, M. I. B. R. D., Santos, D. J. dos, Menezes, M. T. S., Almeida, L. E. de, Silva, M. A. de S., Lales, K. F., Melo, J. M. D. de, & Oliveira, T. S. de. (2024). Interdisciplinaridade entre saúde e educação: Programa Saúde na Escola e suas implicações para a qualidade de vida dos estudantes. *Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences*, 6(4), 1433–1443. <https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v6n4p1433-1443>
- DE OLIVEIRA, Alexsandro Narciso et al. *Melhorando a saúde mental por meio da humanização: uma abordagem transformativa*. 2024.
- FERNANDES, F; STANGORLINI, M. B; MEDEIRO, M. W. Transtornos depressivos. In: SALLET, P. C. et al., *Manual do residente de psiquiatria - 1. ed. - Santana de Parnaíba- SP: Manole*, 2023.
- LAHTI, Katri et al. Vitimização na adolescência e bem-estar psicossocial em uma amostra populacional finlandesa. *International Journal of adolescence and youth*, v. 28, n. 1, p. 2273385, 2023.
- LOPES Pontes, A. (2009). Arte e antropologia: a estética de Lévi-Strauss. *Revista Intratextos*, 1(1), 127–142. <https://doi.org/10.12957/intratextos.2009.221>

MAZZA S, Gerbier E, Gustin MP, Kasikci Z, Koenig O, Toppino TC, Magnin M. Relearn Faster and Retain Longer. Psychol Sci. 2016 Oct;27(10):1321-1330. doi: 10.1177/0956797616659930. Epub 2016 Aug 20. PMID: 27530500.

MORAES, Antonio Bento Alves; Rolim, Gustavo Satollo. Psicologia da Saude em Odontologia - Saúde e Comportamento. Edição 1, Editora Juruá, 2017

MURTA, Sheila Giardini. Programas de Prevenção a Problemas Emocionais e Comportamentais em Crianças e Adolescentes: Lições de Três Décadas de Pesquisa. Psicol. Reflex. Crit. 20 (1), 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/prc/a/6mGTJS5qZSWZmFRx54qc9Pj/?lang=pt>

MCGILLIVRAY L, Shand F, Calear AL, Batterham PJ, Rheinberger D, Chen NA, Burnett A, Torok M. The Youth Aware of Mental Health program in Australian Secondary Schools: 3- and 6-month outcomes. Int J Ment Health Syst. 2021 Oct 21;15(1):79. doi: 10.1186/s13033-021-00503-w. PMID: 34674726; PMCID: PMC8529373.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Constituição da Organização Mundial da Saúde. Genebra: OMS, 1946. Disponível em: <https://www.who.int>

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Saúde mental. Disponível em: https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab_1

RAMOS, de Jesus Ferreira, A. T., Rocha Lago, M. J., & Teixeira Borges, F. (2023). Oficina Pedagógica sobre Educação em Direitos Humanos: Espaço para Ouvir e ser Ouvido. Revista Interacções, 19(64), 1–24. <https://doi.org/10.25755/int.31423>

SCHAUFELI, W. B., Bakker, A. B., Hoogduin, K., Schaap, C., & Kladler, A. (2022). On the clinical validity of the Maslach Burnout Inventory and the Burnout Measure. Psychology & health, 16(5),565-582. doi.org/10.1080/08870440108405527

SILVA, Nailma de Araújo; SILVA, Marcia Gorette Lima da; MONTEIRO, Mídia Medeiros. Objetivos de ensino em dissertações e teses sobre argumentação científica escolar e pensamento crítico. Revista Insignare Scientia - RIS, Brasil, v. 7, n. 4, p. 181–202, 2024. DOI: 10.36661/2595-4520.2024v7n4.14662.

SILVA, R., Azevedo, T., Martins, H., Pereira, L. C. (2024). Cluster analysis applied to fuel price data in Campina Grande. Socioeconomic Analytics, 2(1), 137-143. <https://doi.org/10.51359/2965-4661.2024.265075>.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. Coronavírus (Covid-19): Painel de emergência de saúde da WHO. WHO, 2020. Disponível em: <https://covid19.who.int/>. Acesso em: 22 abr 2020.