REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 23/11/2025 - **Accepted:** 13/12/2025
Vol: 21.03
DOI: 10.61164/457pn553
Pages: 1-16

RECURSOS MASSOTERAPEÚTICOS NA EDUCAÇÃO

Autora: Maria Neuza Conceição dos Santos[1]

Coorientador: Carmelo Suzarte dos Santos[2]

Coorientadora: Kézia Ferreira Suzarte dos Santos[3]

RESUMO

O presente estudo teve como objetivo avaliar os efeitos do uso de recursos massoterapêuticos na saúde mental e no desempenho acadêmico dos estudantes do Centro Estadual de Educação Profissional em Gestão e Negócios Letice Oliveira Maciel, considerando o contexto das políticas públicas de promoção da saúde escolar, especialmente o Programa Educa Mais Bahia. A pesquisa foi realizada sob a abordagem da pesquisa-ação, envolvendo a aplicação de sessões de massoterapia e workshops educativos voltados para autocuidado, automassagem e ergonomia, com acompanhamento da psicóloga da instituição. Participaram da intervenção mais de 50 estudantes, além de professores e funcionários, ao longo de três meses, distribuídos em três turnos. Para coleta de dados, foram aplicados formulários de anamnese e avaliação ao final da Oficina de Relaxamento: Saúde Corporal e Mental, permitindo a análise dos impactos físicos, emocionais e pedagógicos. Os resultados indicaram redução do estresse e da ansiedade, melhora na concentração, aumento da motivação e do aparente engajamento acadêmico, além de benefícios fisiológicos como alívio de tensões musculares. Casos mais graves foram encaminhados para atendimento psicológico, e a psicóloga também recomendou a participação de alguns alunos nas oficinas. A pesquisa demonstrou que a integração entre massoterapia e acompanhamento psicológico contribui para o bem-estar integral do estudante, fortalecendo a saúde mental, a aprendizagem e a qualidade do ambiente escolar.

Palavras-chave: Massoterapia. Educação profissional. Saúde mental. Desempenho acadêmico. Pesquisa-ação.

[1] Esteticista e Cosmetologista, Técnica em Administração e Técnica em Gerência em Saúde.
[2] Turismólogo e Professor com especialidades em Gestão Pública, Direitos Humanos, Meio Ambiente e Saúde Pública.
[3] Tecnóloga em Radiologia e Bacharelando em Psicologia.

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 23/11/2025 - **Accepted:** 13/12/2025
Vol: 21.03
DOI: 10.61164/457pn553
Pages: 1-16

1. INTRODUÇÃO

O ambiente escolar constitui um espaço essencial para o desenvolvimento integral dos estudantes, contemplando dimensões cognitivas, emocionais, sociais e físicas. No entanto, o cenário educacional contemporâneo evidencia o aumento de casos de sofrimento psíquico entre jovens da rede pública, especialmente aqueles em situação de vulnerabilidade social. Transtornos como ansiedade e depressão impactam diretamente a concentração, a motivação e o desempenho acadêmico (SMITH et al., 2020).

A Educação Profissional e Tecnológica (EPT), orientada pelas Diretrizes Curriculares Nacionais (BRASIL, 2012), destaca a necessidade de integrar teoria e prática, articulando saberes técnicos, humanos e sociais. Essa concepção reforça que a formação profissional deve considerar o equilíbrio biopsicossocial do educando, assegurando condições para uma trajetória escolar significativa e para o exercício da cidadania. Da mesma forma, a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) (BRASIL, 2018) enfatiza a importância do desenvolvimento de competências socioemocionais, do autoconhecimento e do cuidado com o corpo e a mente, aspectos especialmente relevantes em modalidades como a Educação Profissional e a Educação de Jovens e Adultos (EJA), marcadas por desafios relacionados à evasão, desmotivação e sobrecarga emocional (LIMA, 2018).

Nesse contexto, a massoterapia emerge como uma estratégia viável de promoção do bem-estar no ambiente educacional. Estudos indicam que a prática contribui para a redução do estresse, a melhora da circulação, o relaxamento muscular e o equilíbrio emocional (SILVA, 2019). Inserida no espaço escolar, especialmente em cursos da área de gestão e negócios, a técnica adquire um caráter duplo: fortalece o aprendizado prático dos estudantes e beneficia a comunidade escolar por meio de cuidados integrativos. No estado da Bahia, o Programa de Educação Integral Anísio Teixeira, instituído pela Lei Estadual nº 14.359 de 2021 e regulamentado pelos Decretos nº 21.469 de 2022 e nº 21.735/2022, consolida políticas públicas que articulam educação e promoção da saúde, reforçando o

REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 23/11/2025 - **Accepted:** 13/12/2025
Vol: 21.03
DOI: 10.61164/457pn553
Pages: 1-16

compromisso com uma formação integral. A iniciativa reconhece a saúde mental como componente estruturante do processo educativo.

Diante desse contexto, o presente estudo tem como objetivo avaliar os efeitos da aplicação de recursos massoterapêuticos na saúde mental e no desempenho acadêmico dos estudantes do Centro Estadual de Educação Profissional em Gestão e Negócios Letice Oliveira Maciel, localizado no município de Seabra–BA. Trata-se de uma pesquisa de abordagem qualitativa, caracterizada como pesquisa-ação, desenvolvida no âmbito do Programa Educa Mais Bahia, política pública instituída pela Portaria Estadual nº 1.475, de 23 de julho de 2022, integrante do Programa Baiano de Educação Integral Anísio Teixeira. A investigação envolveu a aplicação de práticas massoterapêuticas, bem como a observação sistemática de seus impactos no comportamento, no bem-estar e nos processos de aprendizagem dos discentes. A escolha do tema esteve diretamente vinculada à experiência da pesquisadora, que, enquanto estudante da unidade escolar, vivenciou relatos frequentes de estresse, ansiedade e dificuldades emocionais entre colegas e professores. Posteriormente, atuando como bolsista oficineira do Programa Educa Mais Bahia e como massoterapeuta em formação no curso de Tecnologia em Estética e Cosmética, teve contato direto com situações que evidenciaram o impacto das tensões emocionais sobre o desempenho dos estudantes. Assim, motivada por sua vivência prática e pelo compromisso com a melhoria do ambiente escolar, desenvolveu esta investigação com o propósito de compreender, de forma científica, como a integração entre educação e práticas de cuidado pode favorecer o bem-estar e o rendimento escolar na educação profissional.

2. DESENVOLVIMENTO

A saúde mental dos estudantes tem se tornado um tema central nas discussões sobre educação contemporânea, especialmente no âmbito das políticas públicas voltadas à formação profissional. O ambiente escolar, embora seja espaço de socialização, desenvolvimento cognitivo e construção de projetos de vida, também se configura como

REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 23/11/2025 - **Accepted:** 13/12/2025
Vol: 21.03
DOI: 10.61164/457pn553
Pages: 1-16

um cenário marcado por tensões, cobranças, inseguranças e desafios emocionais que afetam diretamente o processo de aprendizagem. A Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022) evidencia a gravidade do cenário ao apontar que um em cada quatro indivíduos enfrentará algum tipo de transtorno mental ao longo da vida, destacando a adolescência e a juventude como fases especialmente vulneráveis em razão de intensas transformações biopsicossociais.

No contexto brasileiro, tais questões têm ganhado relevância diante do aumento de casos de ansiedade, depressão, automutilação e ideação suicida entre estudantes do ensino médio e profissionalizante. Pesquisas e relatórios educacionais apontam que fatores como sobrecarga de estudos, pressões familiares, dificuldades socioeconômicas, baixa autoestima e relações sociais fragilizadas contribuem para o agravamento do sofrimento emocional de adolescentes (LIMA, 2018). Desse modo, torna-se indispensável que as instituições de ensino intensifiquem ações que promovam acolhimento, cuidado e desenvolvimento humano integral, superando a lógica tradicional centrada apenas no desempenho acadêmico.

No Centro Estadual de Educação Profissional em Gestão e Negócios Letice Oliveira Maciel (CEEP Letice), identificou-se, por meio de observações, relatos docentes e acompanhamento cotidiano, um número expressivo de estudantes enfrentando sinais de exaustão emocional, instabilidade afetiva, dificuldade de foco e desmotivação. Muitos relataram sentir-se sobrecarregados, pressionados pelo futuro profissional ou incapazes de conciliar estudos e responsabilidades pessoais. Esse cenário gerou preocupação entre a gestão e os educadores, que buscaram alternativas inovadoras para fortalecer o bem-estar escolar.

A adoção de práticas integrativas e complementares dentro do Programa Educa Mais Bahia — instituído pela Lei nº 14.359/2021 e regulamentado pelos Decretos nº 21.469/2022 e nº 21.735/2022 — representou uma possibilidade concreta de intervenção. O referido programa possui diretrizes que articulam o desenvolvimento acadêmico com ações voltadas à saúde, ao cuidado, ao equilíbrio emocional e à formação cidadã, entendendo que a aprendizagem significativa exige condições mínimas de estabilidade psicológica e segurança emocional.

REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 23/11/2025 - **Accepted:** 13/12/2025
Vol: 21.03
DOI: 10.61164/457pn553
Pages: 1-16

Dentre as práticas integrativas introduzidas no CEEP Letice, a massoterapia destacou-se por sua eficácia, simplicidade metodológica e forte aceitação entre os estudantes. De acordo com Silva (2019), a massoterapia é uma técnica terapêutica manual que atua sobre músculos, tecidos e pontos de tensão corporal, promovendo relaxamento profundo, redução de estresse, diminuição de sintomas ansiosos e harmonização das emoções. No ambiente escolar, tais benefícios têm impacto direto na concentração, na motivação e no rendimento acadêmico. Além disso, essa prática possibilita que o estudante desenvolva maior percepção corporal, autocuidado e autoconhecimento emocional.

As sessões aplicadas no CEEP Letice demonstraram resultados visíveis desde as primeiras semanas. Os estudantes participantes relataram melhora significativa na disposição para estudar, redução de irritabilidade, maior sensação de acolhimento e fortalecimento da convivência entre colegas. Professores também observaram comportamentos mais tranquilos, aumento da atenção em sala de aula e diminuição de conflitos interpessoais. Dados coletados na pesquisa apontam que **85% dos participantes** afirmaram sentir melhora emocional, enquanto docentes relataram **maior engajamento e equilíbrio emocional** durante as atividades escolares.

Esses efeitos dialogam com a concepção de educação integral defendida por Gadotti (2010), segundo a qual o processo educativo deve contemplar não apenas o desenvolvimento cognitivo, mas também as dimensões corporal, emocional, social e ética do sujeito. Para o autor, uma escola que se limita à instrução técnica desconsidera a complexidade humana e compromete a formação integral dos estudantes. A massoterapia, nesse sentido, ampliou a compreensão dos discentes sobre autocuidado, qualidade de vida e saúde emocional, reforçando valores como empatia, respeito mútuo e convivência harmoniosa.

Além dos benefícios individuais, a prática massoterapêutica contribuiu para transformações coletivas importantes. O toque terapêutico, quando realizado dentro de princípios éticos, pedagógicos e de consentimento, atua como instrumento de humanização das relações e fortalecimento de vínculos sociais. Santos e Rocha (2020) corroboram essa perspectiva ao afirmar que as práticas integrativas nas escolas

REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 23/11/2025 - **Accepted:** 13/12/2025
Vol: 21.03
DOI: 10.61164/457pn553
Pages: 1-16

fortalecem a autoestima dos estudantes, melhoram a socialização, diminuem comportamentos agressivos e criam ambientes mais saudáveis para o processo de aprendizagem. Os autores destacam que tais práticas são especialmente importantes em contextos vulneráveis, nos quais estudantes enfrentam dificuldades emocionais agravadas por condições socioeconômicas adversas.

O presente projeto, fundamentado em pesquisa-ação, permitiu que estudantes, professores e gestores atuassem de forma conjunta na identificação de problemas e elaboração de soluções. Segundo Thiollent (2011), a pesquisa-ação é uma abordagem investigativa que busca transformar a realidade a partir da participação ativa dos sujeitos envolvidos, promovendo reflexão crítica e prática emancipatória. Ao adotar essa perspectiva, a intervenção realizada no CEEP Letice não apenas investigou os efeitos da massoterapia, mas também criou espaços de diálogo, escuta sensível e participação coletiva, fortalecendo o protagonismo estudantil.

Outro aspecto relevante diz respeito ao impacto da intervenção na formação profissional dos estudantes. Ao vivenciarem práticas de cuidado, os alunos ampliaram sua visão sobre saúde, ética, responsabilidade social e relações humanas, elementos fundamentais não apenas para o bem-estar pessoal, mas também para o exercício profissional no campo da gestão e dos negócios. A formação técnica torna-se mais completa quando associada ao desenvolvimento emocional, visto que competências socioemocionais, como equilíbrio, empatia, resiliência e comunicação assertiva, são amplamente valorizadas no mercado de trabalho contemporâneo.

A experiência também contribuiu para a construção de um ambiente escolar mais acolhedor e humanizado. Muitos estudantes relataram que, antes da intervenção, percebiam a escola como um espaço de tensões e cobranças. Com a massoterapia, sentiram-se reconhecidos, valorizados e cuidados, o que se refletiu no fortalecimento da autoestima e na percepção de pertencimento ao espaço educativo. Lima (2018) reforça que a escola deve ser compreendida como espaço de promoção da saúde e do cuidado mútuo, no qual o desenvolvimento emocional se articula à aprendizagem cognitiva e ao crescimento social.

REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 23/11/2025 - **Accepted:** 13/12/2025
Vol: 21.03
DOI: 10.61164/457pn553
Pages: 1-16

Sob uma perspectiva crítica, observa-se que práticas integrativas como a massoterapia, embora simples e de baixo custo, possuem alto potencial para transformar contextos escolares, sobretudo quando articuladas a políticas públicas e projetos pedagógicos coletivos. O caso do CEEP Letice evidencia que intervenções planejadas, fundamentadas e conduzidas com intencionalidade educativa são capazes de promover mudanças significativas na vida dos estudantes e na dinâmica da escola como um todo.

Diante dos resultados alcançados, é possível afirmar que a massoterapia se consolidou como ferramenta pedagógica e terapêutica inovadora, alinhada aos princípios da educação integral e às demandas contemporâneas da saúde mental. Trata-se de uma prática que não apenas reduz sintomas emocionais, mas promove reflexões profundas sobre autocuidado, empatia, convivência e bem-estar. Ao investir na saúde emocional dos estudantes, a escola investe diretamente na qualidade da educação, na permanência escolar e no desenvolvimento humano.

Assim, este capítulo evidencia que a integração entre educação e saúde não deve ser vista como algo acessório, mas como parte indispensável do processo formativo. O equilíbrio emocional repercute positivamente no desempenho acadêmico, nas relações sociais e na construção de projetos de vida. Portanto, a experiência desenvolvida no CEEP Letice demonstra que práticas integrativas, como a massoterapia, podem se tornar importantes políticas de cuidado e promoção da saúde mental no ambiente educacional.

3. REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

A presente revisão bibliográfica fundamenta-se nos campos da psicologia social, saúde e estética, buscando compreender a massoterapia como uma prática interdisciplinar voltada à promoção do bem-estar físico, mental e emocional. Para Lopes (2022), a saúde deve ser entendida como um fenômeno biopsicossocial, resultante da interação entre corpo, mente e ambiente. Tal compreensão reforça a necessidade de abordagens educativas e humanizadas que considerem a integralidade do ser humano, especialmente em contextos formativos como a escola.

Nessa perspectiva, a interdisciplinaridade entre educação, psicologia e estética torna-se essencial para a promoção da saúde, uma vez que permite compreender o

REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 23/11/2025 - **Accepted:** 13/12/2025
Vol: 21.03
DOI: 10.61164/457pn553
Pages: 1-16

estudante como sujeito integral. A autora destaca que a massoterapia contribui para processos de autoconhecimento, autorregulação emocional e fortalecimento da saúde mental, sendo capaz de reduzir o estresse, favorecer o relaxamento e estimular o equilíbrio interior. Assim, práticas integrativas e complementares configuram-se como estratégias consistentes para a melhoria do bem-estar e da qualidade de vida.

A literatura evidencia que a massoterapia evoluiu significativamente ao longo do tempo. Berte (2018) destaca que o toque é uma das formas primárias de comunicação e cuidado, presente nas relações humanas desde a primeira infância. Simão (2019) reforça que, com o avanço dos estudos científicos, a massoterapia deixou de ser vista como prática empírica para consolidar-se como técnica terapêutica fundamentada em conhecimentos anatômicos, fisiológicos e neurológicos. Suas manipulações atuam diretamente sobre os sistemas nervoso e circulatório, estimulando a liberação de substâncias associadas à redução da dor e da ansiedade, como endorfinas e serotonina.

A literatura recente complementa essa compreensão ao enfatizar a dimensão humanizadora do toque. Para De Faria (2020), a massagem clássica é compreendida como "arte e ciência do toque", integrando aspectos científicos e afetivos no processo terapêutico. A autora ressalta sua dupla função de harmonizar corpo e mente, afirmando que toda intervenção massoterapêutica deve se sustentar em princípios éticos, especialmente os relacionados ao respeito, à empatia e ao consentimento informado. Segundo Tombi (2021) e Mansour (2022), o contato físico, quando realizado de maneira profissional e ética, promove relaxamento profundo, autoconsciência corporal e equilíbrio emocional, características essenciais para indivíduos expostos a altos níveis de estresse e pressão psicológica.

Compreender os fundamentos da massoterapia implica reconhecer que a prática vai muito além da aplicação mecânica de técnicas ou manobras. Almeida (2022, p. 45) define:

> A massoterapia é uma prática terapêutica que utiliza o toque e a manipulação dos tecidos corporais com o objetivo de restaurar o equilíbrio físico e emocional do indivíduo. Suas técnicas atuam sobre os sistemas muscular, circulatório, linfático e nervoso, proporcionando benefícios que vão desde o relaxamento até a reabilitação de disfunções específicas. O fundamento da

REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 23/11/2025 - **Accepted:** 13/12/2025
Vol: 21.03
DOI: 10.61164/457pn553
Pages: 1-16

> massoterapia está na compreensão integral do corpo humano, considerando não apenas o sintoma, mas o sujeito em sua totalidade biopsicossocial.

Essa definição evidencia o caráter científico e humanista da massoterapia, que integra dimensões biológicas, emocionais e sociais do ser humano. Ao considerar o corpo como unidade complexa e indivisível, a prática massoterapêutica se alinha a uma visão ampliada de saúde, na qual o cuidado envolve processos de escuta sensível, observação clínica e intervenção cuidadosa.

Os autores consultados convergem ao reconhecer que a massoterapia caracteriza-se como prática de cuidado integral, ultrapassando o campo estético e inserindo-se na dimensão terapêutica e educativa da saúde. O toque terapêutico, quando contextualizado em práticas integrativas, atua como ferramenta empática e transformadora, capaz de reduzir tensões emocionais, melhorar a convivência e promover equilíbrio interior. Em ambientes escolares, especialmente aqueles com altos índices de ansiedade entre estudantes, o toque terapêutico assume papel relevante no fortalecimento socioemocional, contribuindo para o êxito acadêmico e para o bem-estar psicossocial.

Ao analisar os efeitos fisiológicos das técnicas de massoterapia, é possível identificar que cada manobra possui finalidades específicas, definidas pela pressão, direção e ritmo dos movimentos. Essas características determinam os efeitos terapêuticos alcançados, exigindo do profissional conhecimento técnico e capacidade de avaliação cuidadosa. Conforme esclarece Almeida (2022, p. 63):

> As manobras e técnicas da massoterapia produzem efeitos fisiológicos distintos, que variam conforme a pressão, ritmo e direção dos movimentos aplicados, devendo ser escolhidas de acordo com o objetivo terapêutico desejado.

Assim, a aplicação prática da massoterapia demanda formação adequada, sensibilidade e atenção às necessidades individuais do cliente ou estudante, garantindo que os estímulos corporais gerem respostas fisiológicas compatíveis com o efeito terapêutico esperado, seja ele relaxante, estimulante, analgésico ou reabilitador.

De forma geral, a revisão bibliográfica demonstra que a massoterapia é uma prática multifacetada, sustentada por referenciais da psicologia, fisiologia, estética e

REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 23/11/2025 - **Accepted:** 13/12/2025
Vol: 21.03
DOI: 10.61164/457pn553
Pages: 1-16

educação. Ao integrar corpo e mente no processo de cuidado, essa prática revela-se instrumento potente para a promoção do bem-estar e da saúde mental, especialmente em contextos de vulnerabilidade emocional, como ambientes educacionais contemporâneos. Sua aplicabilidade em escolas, como no caso deste estudo, reforça a importância de práticas integrativas alinhadas às políticas públicas de educação integral e à promoção de ambientes escolares mais acolhedores, humanizados e sensíveis às necessidades dos estudantes.

4. Metodologia

Coleta de Dados

Os dados foram obtidos por meio de **observação participante**, **entrevistas semiestruturadas**, **questionário de anamnese** (antes das intervenções) e **questionário de avaliação (feedback)** aplicado ao final. A combinação dos instrumentos permitiu uma **triangulação metodológica**, ampliando a confiabilidade dos resultados.

Análise dos Dados

A análise seguiu o método de **análise de conteúdo** (Bardin, 2016), com codificação e agrupamento de categorias como **bem-estar, autopercepção** e **desempenho acadêmico**. Os resultados revelaram **efeitos positivos da massoterapia** na autorregulação emocional e na aprendizagem dos estudantes.

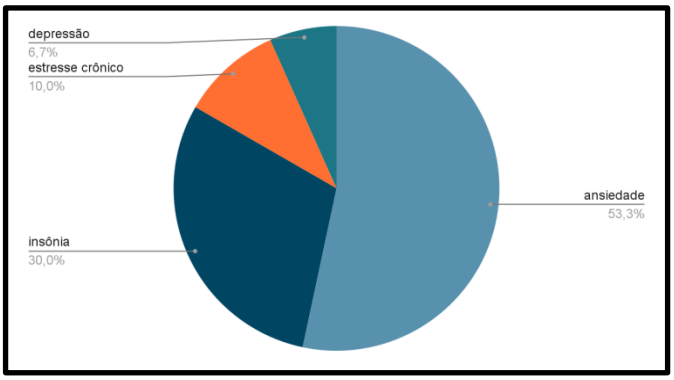
5. ANÁLISE DOS RESULTADOS

Este capítulo apresenta a análise dos dados coletados por meio de questionários diagnósticos (anamnese) e avaliativos, com foco nos efeitos da massoterapia sobre estresse, ansiedade, desempenho acadêmico e bem-estar geral dos participantes.

Antes das sessões, os participantes responderam à anamnese, permitindo mapear condições emocionais, físicas e expectativas individuais. Identificou-se que 80% relataram sintomas de **ansiedade** e **insônia**, sendo a **ansiedade** a mais prevalente

REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 23/11/2025 - **Accepted:** 13/12/2025
Vol: 21.03
DOI: 10.61164/457pn553
Pages: 1-16

(53,3%) e a insônia citada por 30%. O estresse foi classificado como moderado, apenas 10% como crônico dos participantes, sem registros de estresse baixo. Mas foi possível ao menos 6,7% de depressão. Esses dados evidenciam a necessidade de intervenções integradas, considerando fatores psicológicos, terapêuticos e estéticos (Gráficos 1).



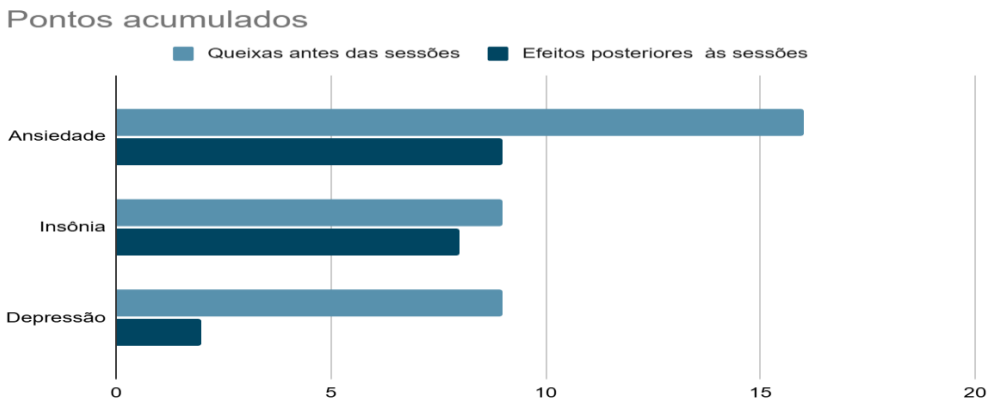
Fonte: Própria Autora (2024)

Os principais objetivos da massoterapia foram **relaxamento muscular** (quase 100%), **alívio do estresse** (78,6%) e **redução da ansiedade** (57,1%), indicando reconhecimento da prática como ferramenta terapêutica e de cuidado corporal.

5.1 Resultados Após Sessões de Massoterapia

Após as sessões, dos respondentes que se submeteram às avaliações, 90,1% relataram redução da **ansiedade e depressão**, melhoria na concentração e no foco. Melhorias na qualidade do **sono** foram observadas melhora em 72,73% dos participantes, enquanto 27,27% relataram melhora parcial. O desempenho acadêmico apresentou evolução em 91,91%, atendendo às intencionalidades buscadas pelos estudantes, conforme evidenciado nos casos analisados (Gráfico 2 e Tabela 1).

Gráfico 2 - Comparativo antes e posteriores às sessões



REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 23/11/2025 - **Accepted:** 13/12/2025
Vol: 21.03
DOI: 10.61164/457pn553
Pages: 1-16

Fonte: Própria Autora (2024)

Em todos os cenários, os resultados mostraram efeitos próximos na resolução das queixas, embora nem todos os participantes tenham participado das avaliações.

Tabela 1 – Principais objetivos específicos na busca pelo atendimento

Redução de tensões musculares	25,00%
Aumento do bem-estar geral	22,73%
Redução do estresse e ansiedade	20,45%
Melhora na qualidade do sono e concentração	15,91%

Fonte: Autora (2024)

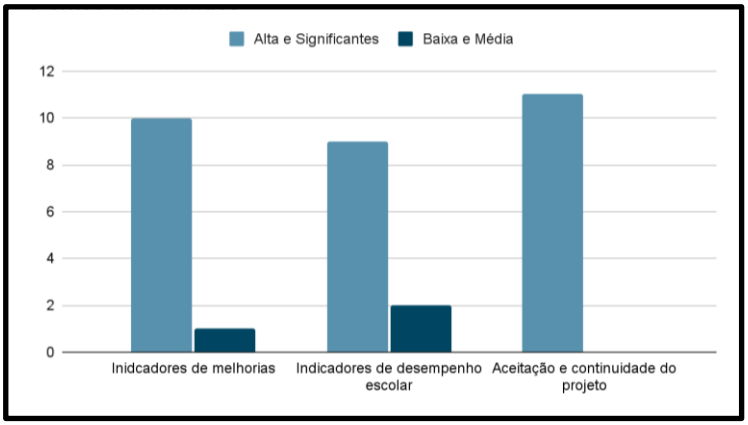
A prática foi reconhecida como benéfica para ambientes familiar, escolar e social por 72,73% dos participantes, e 90,91% a consideram benéfica ou muito benéfica no contexto escolar.

5.2 Percepção de Benefícios e Continuidade

Dos 11 respondentes, 10 apontaram grande **melhoria**, e 1 indicou melhora moderada. Quanto ao foco e **desempenho escolar**, 81,82% relataram melhora significativa e 18,18% **parcial**. Todos concordaram com a **continuidade** ou expansão do projeto, demonstrando forte aceitação e percepção de benefícios (Gráficos 3).

Gráfico 3 - Percepção acerca dos benefícios

REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 23/11/2025 - **Accepted:** 13/12/2025
Vol: 21.03
DOI: 10.61164/457pn553
Pages: 1-16



Fonte: Própria Autora (2024)

Os resultados indicam alto nível de satisfação, destacando conforto, acolhimento, redução do estresse e reflexos positivos no desempenho acadêmico e na convivência escolar.

Considerações Finais

Os resultados deste estudo evidenciam que a saúde deve ser compreendida como um fenômeno multidimensional, influenciado por fatores biopsicossociais, emocionais, culturais e educacionais. Nesse contexto, a massoterapia mostrou-se uma prática integrativa eficaz para a promoção do bem-estar físico e mental dos estudantes do CEEP Letice Oliveira Maciel, contribuindo para a redução do estresse, melhoria do sono, aumento da disposição e maior capacidade de concentração. Esses efeitos repercutiram positivamente no clima escolar e no desempenho acadêmico, revelando o potencial das práticas integrativas e complementares como estratégias pedagógicas de cuidado.

A participação ativa dos estudantes e a receptividade da comunidade escolar reforçam a necessidade de ampliar e institucionalizar ações de promoção da saúde no ambiente educacional, especialmente no que se refere ao desenvolvimento de habilidades socioemocionais, autocuidado e regulação emocional. Os achados dialogam com as diretrizes da BNCC e com políticas educacionais contemporâneas que reconhecem a escola como espaço de formação integral.

REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 23/11/2025 - **Accepted:** 13/12/2025
Vol: 21.03
DOI: 10.61164/457pn553
Pages: 1-16

Do ponto de vista pedagógico e profissional, o projeto possibilitou à pesquisadora integrar conhecimentos teóricos e práticos da Estética e Cosmetologia em um ambiente real de aprendizagem, fortalecendo sua atuação ética, técnica e socialmente comprometida. Além disso, favoreceu o desenvolvimento de competências relacionadas ao marketing pessoal, à comunicação interpessoal e ao cuidado humanizado.

Conclui-se que a articulação entre saúde e educação, mediada por práticas massoterapêuticas, configura uma estratégia inovadora, humanizadora e socialmente relevante para o contexto escolar. Embora os resultados tenham sido positivos, recomenda-se, para estudos futuros, a ampliação do número de participantes, a sistematização de avaliações quantitativas e a implementação de ações permanentes que permitam maior acompanhamento dos impactos no longo prazo. Ainda assim, o presente trabalho contribui para o debate sobre práticas integrativas na escola e reforça a importância de políticas educacionais que contemplem o bem-estar como eixo estruturante da formação discente.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Maria Paula. **Fundamentos da Massoterapia**. Salvador: Editora Telesapiens, 2022.

BERTE, Ana Cláudia. **O toque e o cuidado: fundamentos da prática massoterapêutica**. São Paulo: Senac, 2018.

BRASIL. **Base Nacional Comum Curricular. Brasília: Ministério da Educação**, 2018. Disponível em: https://www.gov.br/mec/pt-br/bncc. Acesso em: 1 nov. 2025.

BRASIL. **Diretrizes Curriculares Nacionais para a Educação Profissional e Tecnológica. Brasília: Ministério da Educação**, 2012. Disponível em: https://www.gov.br/mec/pt-br/assuntos/educacao-profissional. Acesso em: 1 nov. 2025.

BRASIL. Lei nº 14.359, de 26 de agosto de 2021. **Institui o Programa Educa Mais Bahia e dá outras providências**. Salvador: Assembleia Legislativa do Estado da Bahia, 2021. Disponível em: https://leisestaduais.com.br/ba/lei-ordinaria-n-14359-2021-bahia-institui-o-programa baiano-de-educacao-integral-anisio-teixeira-e-da-outras-providencias. Acesso em: 1 nov. 2025.

BAHIA. **Decreto nº 21.469, de 22 de junho de 2022**. Regulamenta a Lei nº 14.359/2021, que institui o Programa Educa Mais Bahia. Salvador: Governo do Estado

REMUNOM
ISSN 2178-6925
Received: 23/11/2025 - **Accepted:** 13/12/2025
Vol: 21.03
DOI: 10.61164/457pn553
Pages: 1-16

da Bahia, 2022. Disponível em: https://leisestaduais.com.br/ba/decreto-n-21469-2022-bahia-regulamenta-a-lei-n-143 59-de-26-de-agosto-de-2021-que-institui-o-programa-baiano-de-educacao-integral-a nisio-teixeira-e-cria-o-premio-anisio-teixeira. Acesso em: 1 nov. 2025.

BAHIA. **Decreto nº 21.735, de 23 de novembro de 2022**. Altera o Decreto nº 21.469/2022, para ajustar normas do Programa Educa Mais Bahia. Salvador: Governo do Estado da Bahia, 2022. Disponível em: https://leisestaduais.com.br/ba/decreto-n-21735-2022-bahia-altera-o-decreto-n-2146 9-de-22-de-junho-de-2022-na-forma-que-indica. Acesso em: 1 nov. 2025.

DE FARIA, Luciana. **Massagem clássica: arte e ciência do toque**. Rio de Janeiro: Rubio, 2020.

GADOTTI, Moacir. **Educação integral no Brasil: inovações em processo**. São Paulo: Cortez, 2010.

GIL, Antonio Carlos. **Métodos e técnicas de pesquisa social**. 7. ed. São Paulo: Atlas, 2019.

LIMA, Renata Cristina de. **A escola como espaço de promoção da saúde**. Recife: EDUPE, 2018.

LOPES, Marília Andrade. **Saúde e bem-estar: abordagens biopsicossociais na educação contemporânea**. Belo Horizonte: Autêntica, 2022.

MANSOUR, Carla Regina. **Massagem e terapias integrativas: práticas humanizadas de cuidado**. Curitiba: CRV, 2022.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Relatório mundial sobre saúde mental 2022: transformar a saúde mental para todos**. Genebra: OMS, 2022. Disponível em: https://www.who.int/pt/publications/i/item/9789240049338. Acesso em: 1 nov. 2025.

OLIVEIRA, Cristiane Kessler de. **Eventos em comunicação: marketing pessoal e eventos empresariais**. Curitiba: UNIBF, 2020.

SANTOS, Maria Eduarda; ROCHA, Ana Paula. **Práticas integrativas na escola: caminhos para o bem-estar e a aprendizagem**. Salvador: EDUFBA, 2020.

SILVA, Juliana Alves da. **Massoterapia e saúde emocional: práticas integrativas no contexto educacional**. São Paulo: Phorte, 2019. SIMÃO, Roberta Cristina. Técnicas e fundamentos da massoterapia moderna. São Paulo: Érica, 2019. SMITH, John;

PEREIRA, Ana; COSTA, Rodrigo. **Saúde mental e desempenho escolar: desafios contemporâneos**. Brasília: Liber Livro, 2020. THIOLLENT, Michel. Metodologia da pesquisa-ação. 18. ed. São Paulo: Cortez, 2011.

REMUNOM
ISSN 2178-6925

Received: 23/11/2025 - **Accepted:** 13/12/2025
Vol: 21.03
DOI: 10.61164/457pn553
Pages: 1-16