ISSN: 2358-8829

A ESCOLA COMO ESPAÇO DE PRODUÇÃO DE SAÚDE MENTAL: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Maria Eduarda Santos Sousa [1]
Sarah Cecília Lucas Gomes [2]
Maria Edna Silva de Alexandre[3]

INTRODUÇÃO

O Programa Saúde na Escola (PSE), instituído pelo decreto nº 6.286 de 2007, possui a finalidade de contribuir para a formação integral dos estudantes da rede pública de educação básica através de ações que contemplem a prevenção, a promoção, a atenção e a assistência à saúde. Trata-se de uma estratégia de articulação intersetorial permanente, que abrange tanto o Ministério da Educação, quanto o Ministério da Saúde, englobando temáticas pertinentes ao contexto de saúde-doença desse público-alvo, especialmente aquelas que possam comprometer o desenvolvimento escolar pleno (Brasil, 2007). Nesse sentido, a parceria entre escolas públicas do território adstrito e as equipes das Unidades Básicas de Saúde é fundamental para a efetivação do programa (Rumor et al., 2022).

O decreto explicita a necessidade de que as ações do PSE sejam planejadas a partir do contexto escolar e social, do diagnóstico das realidades locais e da capacidade operativa das equipes em saúde do escolar (Brasil, 2007), havendo comunicação e articulação permanente com a comunidade escolar. Nessa perspectiva, este trabalho tem como objetivo relatar a experiência de um estágio de Psicologia em uma escola municipal da cidade de Campina Grande – PB, onde foram realizadas ações referentes ao PSE através da articulação com a Unidade Básica de Saúde do território, sendo esta o local onde estava sendo realizado o estágio. Ao todo foram realizados 4 encontros, com frequência quinzenal, no período de julho à agosto de 2025, tendo como público-alvo a turma do 3° ano da referida escola.

Nesse contexto, as intervenções tiveram como foco a psicoeducação sobre questões psicossociais que afetavam a saúde mental dos estudantes, a saber: emoções, o bullying, as implicações do uso de telas e a importância das brincadeiras para o desenvolvimento

[1] Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, sousamaria2735@gmail.com;
[2] Graduanda do Curso de Psicologia da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, sarahcecilialg@outlook.com;
[3] Professora orientadora: Mestre e Doutora em Psicologia Social, Universidade Federal da Paraíba - UFPB, psicologasocialedna@gmail.com.

ISSN: 2358-8829

cognitivo, social e afetivo das crianças. Assim, os encontros foram planejados a partir das demandas apresentadas pela turma e de estratégias lúdicas, com o uso de recursos que possibilitassem o engajamento e a compreensão das crianças.

É importante dizer, ainda, que o referencial teórico-metodológico que embasou o olhar da equipe para a realidade escolar e para a realização deste trabalho, é proveniente da Psicologia Educacional e Comunitária. A respeito disso, Sant'Ana (2008 apud Azevedo; Souza, 2019) defende a importância dessa interface, afirmando a necessidade de que o psicólogo atuante no contexto escolar assuma uma postura crítica, rompendo uma atuação clínica individualizante, pois esta não dá conta das demandas encontradas na realidade das escolas e nem considera os atravessamentos que esses espaços causam nos sujeitos.

Sob esse viés, é fundamental se questionar "para quê" e "para quem" as atividades no espaço escolar são realizadas, ouvindo o que os próprios sujeitos participantes têm a dizer sobre eles, fomentando assim a sua participação na definição das demandas a serem trabalhadas e o seu protagonismo (Bueno et al., 2021). Ademais, é preciso fomentar a consciência e reflexão crítica dos sujeitos, problematizando realidades, promovendo trabalhos grupais e contribuindo para melhores condições de vida, entendendo que a promoção da saúde se relaciona estritamente com o contexto onde as coletividades se encontram.

METODOLOGIA

O presente trabalho se qualifica como um relato de experiência, sendo um estudo de abordagem qualitativa e caráter descritivo, acerca de um estágio de Psicologia em uma escola municipal da cidade de Campina Grande – PB, onde foram realizadas ações referentes ao Programa Saúde na Escola (PSE). O trabalho foi realizado ao longo de 2 meses e com encontros que ocorriam de forma quinzenal, sempre nas segundas-feiras pela manhã, totalizando 4 encontros. O público-alvo era composto por alunos da turma do 3° ano, com idades entre 8 e 11 anos. Durante os encontros estavam presentes a professora da turma, o psicólogo residente da UBS, a psicóloga da escola e estagiários de Psicologia, sendo os responsáveis pelo planejamento e execução das atividades.

Apesar de termos ouvido previamente a opinião da escola sobre aquelas crianças, não queríamos planejar o programa a partir dessas noções já enviesadas e demandas escolares a respeito de uma "turma-problema" (Bueno et al., 2021), sem antes conhecê-las propriamente e entender o que elas pensavam a respeito de si mesmas e da escola, numa

ISSN: 2358-8829

tentativa de compreender o grupo através dele mesmo, de sua dinâmica própria. Foi o viés especificamente da psicologia comunitária, portanto, que impulsionou a equipe de estagiários a buscar metodologias ativas, participativas e lúdicas para entender e trabalhar com o grupo.

Os recursos criados e usados foram os seguintes: atividade de apresentação inicial com o uso de linha, visando construir o simbolismo da "teia"; construção de acordos coletivos para os encontros; técnica da "nuvem de palavras"; uso de músicas; contação interativa de histórias; produção de um "dado" das emoções para trabalhar a psicoeducação de uma forma lúdica, com a imagem de alguns personagens do filme "Divertidamente", a saber: tristeza, alegria, raiva, vergonha, tédio e medo; construção de uma cartolina coletiva com uma "Árvore das emoções", e o uso de um desenho impresso para contar uma história sobre bullying. No encontro final, foram realizadas brincadeiras como bambolê, elástico, amarelinha, bolas de gude e dança das cadeiras. Ademais, houve momentos em que foram realizadas técnicas de respiração guiada, tanto individualmente, quanto coletivamente, e atividades de quebra-gelo no início de todos os encontros. Ao final dos encontros, a equipe sempre solicitava um feedback das crianças, buscando compreender suas percepções acerca do que havia sido trabalhado, identificar como se sentiram e o que despertou a reflexão e o interesse dos participantes.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

No primeiro encontro, em que se buscou criar primeiramente uma vinculação com a turma, a maioria das crianças falou sobre gostar de brincar, jogar e estudar. A questão do uso do celular também apareceu bastante nas falas, como algo que fazia parte do cotidiano da maioria, como forma recorrente de lazer e diversão. Durante alguns momentos do encontro, porém, os alunos praticavam "brincadeiras", que puderam ser identificadas como bullying e chamou atenção da equipe para uma possível intervenção. A partir desse encontro, fomos planejando os encontros posteriores, com base na interação e discurso das crianças, focando nas necessidades e demandas do grupo.

No segundo encontro, como temática principal, propusemos trabalhar as emoções universais por meio de um "dado das emoções". Cada participante, ao jogar o dado, relatava uma situação que condizia com a emoção que era sorteada no objeto. As frases que mais se repetiam, comprovando a hipótese do primeiro encontro eram: "Fico com raiva/triste quando meu colega me chama de x (apelidos)"; "Fico com tédio/raiva quando não brinco no

ISSN: 2358-8829

celular/ou internet cai". Frases que confirmavam, portanto, o impacto do bullying na dinâmica da turma e o uso excessivo de telas. Durante o encontro, as crianças descreveram também estratégias que costumam utilizar para lidar com essas emoções, sendo as mais recorrentes: isolar-se no quarto, brigar com outras pessoas ou gritar. Apenas uma das crianças disse que respirava fundo para se acalmar.

No terceiro encontro, resolvemos trabalhar os aspectos relacionados ao bullying praticado no contexto da sala de aula, identificados no primeiro e segundo encontro. Abordamos a temática com o desenho impresso de uma criança com expressão triste, por meio do qual contamos uma história fictícia sobre uma criança que sofria bullying ao chegar em uma nova escola. A partir disso, sentamo-nos em círculo no chão e conduzimos uma reflexão sobre o impacto das palavras e ações negativas dos membros do grupo uns com os outros. Perguntamos às crianças o que elas achavam que estava acontecendo com o menino, ao que uma delas respondeu prontamente que era "bullying", e outras fizeram algumas piadas sobre a aparência do boneco. Perguntamos também se elas sabiam o que era o bullying, e todos disseram que sim, dando alguns exemplos.

Para continuar a dinâmica, dissemos que iríamos passar o papel com o desenho para que, cada um, quando estivesse com ele em mãos, falasse palavras negativas ao boneco e amassasse uma parte da folha. Depois que a folha chegou novamente ao início, estava completamente amassada, de modo que aproveitamos o momento para refletir que o bullying causa marcas nas pessoas, além de causar emoções como tristeza e raiva, que podem fazer com que quem sofra reaja de diversas formas, inclusive o praticando de volta. Por fim, passamos a folha novamente, mas desta vez pedindo para que as crianças dissessem coisas boas ou formas de lidar com as violências sofridas, enquanto desamassavam o papel. O objetivo era promover uma ação de psicoeducação sobre o bullying e estimular a reflexão sobre as emoções envolvidas, retomando também os conteúdos trabalhados no encontro anterior, que tratava sobre o reconhecimento e validação das emoções. Em geral, ainda que em alguns momentos utilizassem de piadas/risadas para lidar com o desconforto durante a discussão sobre o tema do bullying, aparentemente compreenderam os impactos da prática nos sentimentos do outro.

No quarto e último encontro, planejamos um momento de brincadeiras, ao qual demos o nome de "(Des)conecta e brinca" e levamos brinquedos como bambolê, elástico, bolinha de gude, amarelinha, dança das cadeiras, sendo que esta última não tinha sido planejada, mas por ter sido muito pedida pelas crianças naquele dia, resolvemos adicioná-la. Para falar da importância do "brincar", contamos uma história sobre "O dia que o wi-fi

ISSN: 2358-8829

sumiu", para levantar uma reflexão acerca do uso de telas, da importância de brincadeiras em grupo, de ouvir os outros com atenção e incluir os colegas nas atividades grupais. Este último encontro teve por objetivo propor formas de substituir o uso de telas por brincadeiras que promovem a psicomotricidade, união, criatividade e socialização das crianças. As crianças se divertiram e se engajaram bastante nas brincadeiras. Ao final, fizemos uma roda e agradecemos a elas pelo tempo em que passamos juntos, ressaltando a participação e o potencial que tínhamos observado. Entregamos, por fim, ioiôs como lembrancinhas para que pudessem brincar em momentos livres e se lembrar do nosso encontro.

Diante dos resultados expostos, é possível observar que a inclusão da saúde na escola traz benefícios para a qualidade de vida dos educandos e, consequentemente, para a melhora do acesso dessa população aos serviços de saúde, sendo a escola uma instituição essencial para fortalecer ações de promoção e prevenção para os alunos, que passam grande parte de suas vidas nela (Faria; Rodrigues, 2020). Logo, questões como lidar com as emoções e o bullying, a diminuição de atividades criativas e coletivas envolvendo o brincar em detrimento do maior uso de telas na infância, são especialmente relevantes nesse contexto e possuem um profundo impacto na saúde e no desenvolvimento das crianças, devendo ser problematizadas. Ainda sob essa ótica, a intersetorialidade, característica do PSE, produz uma forma menos fragmentada e mais efetiva de atenção à saúde, com diversas potencialidades, mas também desafios a serem ainda superados (Rumor et al., 2022). Nesse aspecto, um dos desafios observados na literatura e na nossa experiência prática, é a realização de ações meramente pontuais pelas equipes de saúde nas escolas, sem articulação e caráter permanente, o que prejudica a continuidade do cuidado em saúde dos escolares.

No que diz respeito ao brincar na contemporaneidade, Cairoli (2010) discute que os brinquedos tecnológicos têm feito cada vez mais parte do cotidiano das crianças, seja através da televisão, do videogame ou da internet, de modo que as brincadeiras tradicionais têm sido deixadas de lado e este fenômeno tem impactado a subjetividade infantil. Assim, consideramos que foi de extrema importância levar alternativas ao uso de telas para as crianças da escola, que, mesmo relatando em diversos momentos que gostavam de brincar, mencionaram uma grande preferência pelo celular e o fato de não terem os recursos para montar brincadeiras ou de não terem com quem brincar às vezes, o que as fazia recorrer ao uso do celular ou as deixava entediadas quando não possuíam acesso a ele.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

ISSN: 2358-8829

As evidências produzidas ao longo desta pesquisa permitem compreender que a escola é um importante espaço de promoção da saúde mental, uma vez que se configura como um ambiente de interações sociais, convivência, diversão e aprendizagem. Nesse contexto, o processo educativo não se restringe apenas à dimensão acadêmica, abrangendo também aprendizagens relacionadas aos aspectos emocional, social e interpessoal, que contribuem para o desenvolvimento integral dos estudantes. Os resultados reforçam, ainda, a relevância do PSE, especialmente no que se refere à promoção da saúde mental e ao desenvolvimento de um ambiente escolar acolhedor, capaz de favorecer o bem-estar, a convivência e o fortalecimento dos vínculos entre os estudantes, os profissionais de saúde e a comunidade escolar. Entretanto, ressalta-se a necessidade de ampliar a realização de pesquisas sobre a atuação do PSE e fortalecer sua implementação como ferramenta de cuidado e promoção da saúde mental do público escolar. A ampliação dessas ações pode contribuir para a construção de estratégias que favoreçam a prevenção de agravos e o desenvolvimento integral dos estudantes, fortalecendo a articulação entre saúde e educação.

REFERÊNCIAS

AZEVEDO, A. A. da S.; SOUZA, N. dos S. Psicologia Social Comunitária em ação no espaço escolar: reflexões sobre uma experiência de estágio. *In:* Congresso Nacional de Educação, 6., 2019, Fortaleza. **Anais** [...] Fortaleza: Editora Realize, 2019.

BRASIL. Presidência da República. **Decreto nº 6.286**, de 5 de dezembro de 2007. Institui o Programa Saúde na Escola – PSE, e dá outras providências. Brasília: 2007. Disponível em: <https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2007-2010/2007/decreto/d6286.htm>. Acesso em: 20 set. 2026.

BUENO, G.; BRANCO, L. de C.; SILVA, A. F. da; PÓLIDO, S. do P. Psicologia social comunitária na escola: um projeto de extensão mediado por oficinas estéticas. **Psicologia em Revista**, v. 27, p. 205-223, 2021.

CAIROLI, P. A criança e o brincar na contemporaneidade. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 2, p. 340-348, 2010.

FARIA, N. C.; RODRIGUES, M. C. Promoção e prevenção em saúde mental na infância: implicações necessárias. **Psicologia da Educação**, n. 51, p. 85-96, 2020.

RUMOR, P. C. F.; HEIDEMANN, I. T. S. B.; SOUZA, J. B. de; MANFRINI, G. C.; SOUZA, J. M. de. Programa Saúde na Escola: potencialidades e limites da articulação intersetorial para promoção da saúde infantil. **Saúde Debate**, v. 46, n. especial 3, p. 116-128, 2022.