

ATIVIDADES DE EXTENSÃO DO PROJETO BARRACA DA SAÚDE NO INSTITUTO DE MENORES DOM ANTÔNIO ZATTERA

**NATHALIA VIEIRA ANTUNES¹, GRAZIELLA MARTINS GUIMARÃES², PÂMELLA
DA COSTA³, TAÍS ALVES FARIAS⁴, FELIPE FEHLBERG HERRMANN⁵**

¹*Universidade Federal de Pelotas – nath4liavieira@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas, - graziellamartins2611@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – pamelladacosta2002@gmail.com*

⁴*Universidade Federal de Pelotas – tais_alves15@hotmail.com*

⁵*Universidade Federal de Pelotas - herrmann.ufpel@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

O projeto de extensão universitária “Barraca da Saúde: cuidado interdisciplinar com a comunidade da zona sul” da Universidade Federal de Pelotas proporciona atividades e eventos com o objetivo de orientar sobre a prevenção de doenças e promoção da saúde física e mental, de forma educativa e prática, atendendo a comunidade da região Sul.

A partir disso, desenvolveu-se uma parceria com o Instituto de Menores Dom Antônio Zattera (IMDAZ) para realização de ações voltadas à higiene pessoal e saúde mental. O IMDAZ é uma instituição que tem como objetivo promover por meio de atividades esportivas, culturais e de lazer a humanização e dar oportunidades de convívios sociais saudáveis, além de reforços escolares para promover uma capacitação profissional tanto para as crianças quanto para os adolescentes que são assistidos pela instituição (Caldeira, 2016).

Segundo a OMS, a saúde mental é um estado de bem-estar em que o indivíduo é capaz de contribuir com a comunidade, pode lidar com tensões da sua vida, pode trabalhar de forma produtiva e percebe suas próprias habilidades, então ela está relacionada com a forma de viver da pessoa e de como ela reage a certas circunstâncias da vida, e de como ela lida e trata suas emoções, além de também o ambiente em que ela está inserida e como isso a afeta (OMS,2005).

Pensando nisso, o presente trabalho tem como objetivo expor a formação do vínculo entre o projeto de extensão “Barraca da Saúde: cuidado interdisciplinar com a comunidade da zona sul” e o IMDAZ, para auxiliar na saúde mental de crianças e adolescentes.

2. METODOLOGIA

A primeira ação no IMDAZ, realizada em março de 2023, teve como tema a higiene pessoal. Anteriormente à essa atividade foi realizado o preparo de placas de cultivo em um laboratório, testando o crescimento de microrganismos para comparar uma amostra extraída de uma mão não higienizada à uma mão higienizada e também foi feita uma coloração de Gram para confeccionar lâminas que pudessem ser observadas em microscópio pelas crianças do instituto.

No dia da ação primeiramente foi efetuada uma apresentação em slides sobre a importância de higienizar as mãos corretamente após algumas atividades rotineiras, tais como sair, brincar e usar o banheiro, mencionando também a importância de lavar as mãos e os alimentos antes das refeições. Ao final da

apresentação, foi feita uma dinâmica de limpeza das mãos com tinta, depois foram expostas as placas e em seguida, as crianças tiveram a oportunidade de ver em um microscópio o crescimento bacteriano.

A segunda e terceira atividade ocorreram nos meses de abril e julho de 2023, respectivamente, contando com duas turmas do IMDAZ e três discentes do curso de biotecnologia. A partir disso, foram abordados os temas de saúde mental e a importância do autocuidado junto à temática da higiene do sono, onde foram apresentadas informações à cerca de alguns transtornos psiquiátricos como a depressão, a ansiedade, o estresse e o transtorno do déficit de atenção e hiperatividade (TDAH), além de recomendar hábitos de autocuidado.

No final da atividade, foram distribuídas listas de hábitos de autocuidado, com linhas em branco para que os jovens pudessem preencher com atividades que consideravam como autocuidado, junto à uma outra página, onde poderiam deixar recados positivos e motivacionais para o seu “eu do futuro”.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

No ano de 2023 a Barraca da Saúde iniciou uma série de atividades realizadas no IMDAZ em Pelotas, tendo como população alvo crianças e adolescentes dos 8 aos 17 anos. Primeiramente foi abordado sobre higiene pessoal, onde houve uma exposição interativa e, posteriormente, foram realizadas as atividades práticas, onde os participantes fizeram uma simulação de lavagem correta das mãos e puderam visualizar a comparação de uma placa de Petri semeada com mãos limpas (após lavagem com água e sabão) e outra placa semeada com mãos sujas. Essa intervenção contemplou em torno de 50 crianças e gerou uma altíssima taxa de interação, principalmente com as crianças mais novas, que ficaram assustadas com a quantidade de microrganismos na placa contaminada e também gostaram de observá-los no microscópio. O fato mais interessante observado nessa atividade foi o conhecimento avançado, até mesmo dos pré-escolares, sobre a ubiquidade dos microrganismos.



Figura 1. À esquerda foto das placas que foram expostas aos alunos. Ao meio imagem retratando a dinâmica de lavagem das mãos. À direita foto das crianças participando da atividade no microscópio. Fonte: Acervo pessoal.

A segunda ação deu ênfase ao tema higiene do sono, bullying e cultura da paz, na qual foi feita uma exposição de slides e conversa com os alunos de cada turma para entender um pouco da realidade vivenciada nos espaços aos quais eles têm acesso.

Segundo um levantamento global da Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico (OCDE), o Brasil foi colocado entre os países com maiores índices mais altos do mundo no ranking de violência no âmbito escolar,

tendo um ambiente propício ao bullying, à intimidação e à agressão física e/ou verbal. Esse mesmo relatório retrata a normalização da violência nos estabelecimentos de ensino, revelando uma minimização da agressividade nesses ambientes, bem como os impactos negativos no aprendizado dos estudantes. Além disso, há uma crescente escalada no número de ataques violentos em escolas, haja vista que 2023 já é o ano com maior índice de casos registrados (Relatório Instituto Sou da Paz, 2023).

Esses dados evidenciam a necessidade de se estabelecer programas e ações que visem a saúde mental dos alunos, com o intuito de mitigação do bullying e violência escolar. Portanto, nessa atividade foi proposta uma conversa com os alunos de modo a fazê-los compreender a importância de dormir bem (uma vez que a restrição ao sono desregula o humor, elevando a agressividade) e da comunicação não-agressiva, bem como dar instruções de como agir frente a situações negativas nas escolas. Essa intervenção abrangeu cerca de 40 estudantes, que participaram ativamente e fizeram diversos relatos sobre violência escolar, sendo a maioria deles relacionados ao bullying e discriminação racial e/ou social.

A última intervenção foi realizada uma breve explanação sobre transtornos mentais, tais como depressão, ansiedade, estresse TDAH, destacando a importância do autocuidado para a manutenção da saúde mental e no final da atividade, foram distribuídas listas de hábitos de autocuidado, com linhas em branco para que os jovens pudessem preencher com atividades que consideravam como autocuidado, junto à uma outra página, onde poderiam deixar recados positivos e motivacionais para o seu “eu do futuro”, com intuito de utilizarem esse recurso nos dias os quais não se sentem bem ou motivados para melhorar o seu dia. Depois que eles preencheram essas listas, foi feito um momento final de diálogo e partilha sobre saúde mental e autocuidado.



Figura 2. Folhas com o checklist e o espaço de recados para o eu do futuro entregue no IMDAZ.
Fonte: Acervo pessoal.

Um estudo de coorte realizado no Brasil revelou que antes da pandemia de COVID-19 os sintomas moderados a graves de depressão e ansiedade foram relatados em 3,9% e 4,5% dos participantes, durante a pandemia, essas proporções aumentaram para 29,1% (aumento de 6,6 vezes) e 37,8% (aumento de 7,4 vezes) (FETER, N. et al., 2021). Isso retrata uma realidade presenciada também nas escolas brasileiras, principalmente nesse momento pós-pandêmico, o que é evidenciado pelo fato de que, durante essas atividades realizadas no IMDAZ, diversas crianças e adolescentes constataram que se identificam com um ou mais sintomas depressivos, ansiosos, de estresse e/ou de TDAH.

A partir disso, as discentes tiveram a oportunidade de compartilhar suas vivências e também informar sobre a importância de buscar atendimento médico, psicológico e terapêutico. Nessa ação foram impactados cerca de 40 alunos com idades entre 12 e 17 anos, que tiveram uma participação ativa na ação, seja pelo levantamento de dúvidas ou então por seus próprios relatos.

Portanto, as ações realizadas no IMDAZ surgem da necessidade de se levar educação em saúde mental para os estudantes do instituto. Essa demanda parte tanto do próprio ambiente escolar, quanto da crescente alta dos índices de violência nesses locais. Assim sendo, as atividades realizadas têm a finalidade de instruir os alunos e de tornar esses espaços mais saudáveis e receptivos a todos, de modo a contribuir para a manutenção da saúde mental dos estudantes e, assim, diminuição da violência escolar, bullying e número de transtornos psiquiátricos nessa fase tão importante para o neurodesenvolvimento.

4. CONCLUSÕES

Diante das atividades realizadas, é possível visualizar a importância da abordagem destes temas entre as crianças e os jovens do Instituto de Menores, proporcionando um maior conhecimento à cerca de temas como a saúde mental e o autocuidado, assim como a higiene pessoal, possibilitando ainda um momento de conversa sem julgamentos. Através disso, puderam ser ouvidos e acolhidos sobre os desafios enfrentados em suas rotinas, formação familiar e durante o seu desenvolvimento na escola e na vida, questões as quais se tornam muito importantes neste período de idade. Foi possível apresentá-los a alguns métodos para lidar com essas situações, através de informações e atividades, enriquecendo tanto o aprendizado das crianças e jovens, quanto a experiência dos alunos do projeto, através de um contato importante para a formação acadêmica e pessoal.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CORRÊA, T. H. B. Diálogo e alteridade: a extensão na transversalidade do ensino superior. **Revista Triângulo**, v. 12, n. 1, p. 119, 2019.

FETER, N. et al. Sharp increase in depression and anxiety among Brazilian adults during the COVID-19 pandemic: findings from the PAMPA cohort. **Public health**, v. 190, p. 101–107, 2021.

Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura. Violência escolar e bullying: relatório sobre a situação mundial. França: **International Symposium on School Violence and Bullying: From Evidence to Action**. 2017.

RICARDO, C. Ataques armados a escolas vitimaram 93 pessoas nos últimos 20 anos; veja levantamento do Sou da Paz. **Instituto Sou da Paz**. 2023.

CALDEIRA, J. dos S. Abrigo de Menores de Pelotas/RS, (1944/1987) primeiras aproximações. **Reunião Anual Anped: XI Reunião Científica Regional. Curitiba/Paraná**, 2016.

WORLD HEALTH ORGANIZATION et al. Envelhecimento ativo: uma política de saúde. In: **Envelhecimento ativo: uma política de saúde**. p. 60. 2005.