

# EDUCAÇÃO E PROMOÇÃO DE SAÚDE EM UMA ESCOLA PÚBLICA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

EDUCATION AND HEALTH PROMOTION IN A PUBLIC SCHOOL:  
AN EXPERIENCE REPORT

EDUCACIÓN Y PROMOCIÓN DE LA SALUD EN UNA ESCUELA PÚBLICA:  
RELATO DE UNA EXPERIENCIA

---

Ana Maria dos Santos Pedroso da Silva<sup>1</sup>

Ariani Cavazzani Szkudlarek<sup>2</sup>

Gislaine Bonete da Cruz<sup>3</sup>

Andressa Aparecida de Paula<sup>4</sup>

Amanda Mocelin Alves<sup>5</sup>

Kethilin Cristina da Silva Castro<sup>6</sup>

Gabriele Aparecida Kapp<sup>7</sup>

Vivian Comunello Souza<sup>8</sup>

**RESUMO:** A promoção e educação em saúde na adolescência atestam maior autonomia e senso crítico quanto à qualidade de vida e ao bem-estar individual e coletivo. Diante disso, o projeto de extensão "Promoção de Saúde nas Comunidades Escolares" teve como principal objetivo promover saúde de maneira continuada, autônoma e reflexiva para 29 estudantes matriculados no 9º ano do ensino fundamental. As ações foram desenvolvidas de março a dezembro/2022 por graduandas do curso de fisioterapia da UFPR em uma escola da rede estadual da região central de Curitiba. A construção coletiva de conhecimento permitiu que os discentes desenvolvessem competências práticas e profissionais em um espaço não-convencional da fisioterapia. Além disso, a escola reafirmou-se como um instrumento de produção de conhecimento e fomento de responsabilidade social, abrangendo também a temática de saúde.

**Palavras-chave:** promoção da saúde; educação em saúde; adolescente; serviços de saúde escolar; atividade física.

**ABSTRACT:** Health promotion and education in adolescence attest to greater autonomy and critical thinking regarding quality of life and individual and collective well-being. In this way, the extension project "Promotion of Health in School Communities" had as its main objective to promote health in a continuous, autonomous and thoughtful way for 29 students enrolled in the 9th grade of elementary school (13 years old). The actions were developed from March to December/2022 by undergraduate students of the UFPR physiotherapy course at a state school in the central region of Curitiba. The collective construction of knowledge allowed students to develop practical and professional skills in an unconventional space of physiotherapy. In addition, the school reaffirmed it as an instrument for the production of knowledge and the promotion of social responsibility, also covering the issue of health.

**Keywords:** health promotion; health education; adolescent; school health services; physical activity.

1 Discente do curso de Graduação em Fisioterapia na Universidade Federal do Paraná.

2 Docente do curso de Graduação em Fisioterapia na Universidade Federal do Paraná.

3 Fisioterapeuta do curso de Graduação em Fisioterapia na Universidade Federal do Paraná.

4 Discente do curso de Graduação de Fisioterapia na Universidade Federal do Paraná.

5 Discente do curso de Graduação em Fisioterapia na Universidade Federal do Paraná.

6 Discente do curso de Graduação em Fisioterapia na Universidade Federal do Paraná.

7 Discente do curso de Graduação em Fisioterapia na Universidade Federal do Paraná.

8 Discente do curso de Graduação em Fisioterapia na Universidade Federal do Paraná.

**RESUMEN:** La promoción y educación para la salud en la adolescencia demuestran una mayor autonomía y pensamiento crítico respecto a la calidad de vida y el bienestar individual y colectivo. Ante esto, el proyecto de extensión “Promoción de la Salud de Comunidades Escolares” tuvo como principal objetivo promover la salud de forma continua, autónoma y reflexiva para 29 alumnos matriculados en el 9º grado de la Enseñanza (ESO – 13 años de edad). Las acciones se desarrollaron de marzo a diciembre de 2022 por alumnas de grado del curso de fisioterapia de la UFPR en una escuela estatal de la región central de Curitiba. La construcción colectiva del conocimiento permitió a los alumnos desarrollar habilidades prácticas y profesionales en un espacio no convencional de fisioterapia. Además, la escuela se reafirmó como instrumento para la producción de conocimiento y la promoción de la responsabilidad social, abarcando también el tema de la salud.

**Palabras clave:** promoción de la salud; educación para la salud; adolescente; servicios de salud escolar; actividad física.

## 1 INTRODUÇÃO

A atividade física e as práticas corporais fazem parte dos grandes pilares da promoção de saúde, dada a sua importância epidemiológica e o gradiente social desse comportamento na população (LIMA; LUIZ, 2015). Em 2019, 1,9 bilhão da população global foi considerada com sobrepeso, sendo que 650 milhões destes eram obesos (SÁNCHEZ, 2021). Frente a isso, a promoção de vida ativa tem recebido grande destaque, principalmente no sistema público de saúde, dado que entre 1% e 2,6% de todos os gastos de saúde, em países de alta renda, estão relacionados com a inatividade física (BECKER; GONÇALVES; REIS, 2016). No Brasil, estima-se que mais de 25% dos adolescentes não realizam nenhuma atividade física no tempo de lazer, e mais de 50% não a praticam nos níveis recomendados de, pelo menos, 420 min/semana (PIOLA et al. 2020).

Na adolescência, a maturidade sexual e o estirão pubertário aumentam as necessidades energéticas e nutricionais, de modo que o pico máximo de ingestão calórica coincide com o pico de velocidade máxima de crescimento, aumentando assim o apetite (PALMA; ESCRIVÃO; OLIVEIRA, 2009). Neste sentido, é comum a adoção de comportamentos de risco nutricionais com o alto consumo de energia e gordura, que podem acarretar no desenvolvimento de doenças crônicas não transmissíveis (DCNTs) e na obesidade, doença que atinge 10,9% de brasileiros entre 12 e 17 anos (GUIMARÃES; FRANÇA; OLIVEIRA, 2020; WEFFORT; LAMOUNIER, 2017).

O processo complexo da adolescência configura-se também como um período vulnerável no estado de bem-estar favorece o desenvolvimento de transtornos mentais que acometem o desempenho global nos âmbitos pessoal, social, ocupacional e familiar dos indivíduos (HIANY et al. 2018).

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), o conceito de “estilo de vida saudável” é definido como o conjunto de práticas, costumes, hábitos e comportamentos individuais e coletivos que promovem a saúde, e que podem ser mudados, influenciados, incentivados ou inibidos pelo ambiente social (ALMEIDA; CASOTTI; SENA, 2018). As boas práticas em saúde envolvem a promoção de bem-estar físico, emocional, mental, psicológico e social, considerando todas as questões socioeconômicas, políticas e ambientais que cercam o indivíduo (PORTES,

2018).

Diante disso, o principal objetivo deste projeto consistiu em promover a saúde de maneira continuada, autônoma e reflexiva, transformando conhecimento e educação em atitudes e comportamentos saudáveis no cotidiano e no círculo social de estudantes de uma escola pública.

## 2 METODOLOGIA

O projeto de extensão “Promoção de Saúde nas Comunidades Escolares” foi desenvolvido por 18 graduandos de fisioterapia em três escolas da rede pública do Paraná, onde cada grupo com 6 discentes atuou em uma instituição em parceria com o professor de educação física do local.

Este estudo relata o projeto que incluiu 29 adolescentes entre 13 e 14 anos matriculados no 9º (nono) ano do ensino fundamental de uma das escolas parceiras do projeto, localizada na região central de Curitiba. As temáticas abordadas buscavam abranger a globalidade da saúde e do bem-estar, sendo divididas em eixos. Todos foram abordados em sessões educativas compostas de atividades que utilizam a metodologia ativa de aprendizagem (CRACIUN, 2010), na qual a junção do lúdico com o teórico estimula o engajamento e autonomia dos estudantes, transformando-os em protagonistas na construção do próprio conhecimento.

No primeiro contato com a escola, a infraestrutura, os facilitadores de atividade física e o perfil e necessidades dos estudantes foram investigados através de uma entrevista com o professor de educação física responsável pela turma. Todas as atividades foram estruturadas consoantes ao tripé “conhecimento-atitude-comportamento”, que preconiza a possibilidade do comportamento em saúde ser modificado a partir da obtenção de conhecimento, que, por sua vez, contribui para a construção da mudança de atitude de um indivíduo (BETTINGHAUS, 1986).

Os encontros foram realizados semanalmente, de março a dezembro de 2022, nas aulas de educação física sob orientação do professor, com a duração total de 50 minutos, sendo 45 minutos de atividade educativa e dinâmica prática e cinco (5) minutos reservados para a coleta dos indicadores de processo.

Os resultados obtidos com as ações de promoção de saúde do projeto foram mensurados de duas maneiras: uma ao final de cada encontro com a classificação da satisfação e da contribuição para o conhecimento nos termos “nada”, “pouco”, “regular”, “bastante” e “totalmente”, em uma avaliação denominada “indicadores de processo”; e outra após o conjunto de quatro ou cinco sessões educativas de cada eixo, com questões específicas quanto às temáticas abordadas, sendo denominada “avaliação de resultados” (figura 1). Nela, foi contabilizado o número de respostas corretas para mensurar o resultado. Ao final das avaliações, através de um relato pessoal, os estudantes também adicionaram sugestões e considerações quanto às atividades e seus impactos nas perspectivas e no cotidiano.

**Figura 1** - Exemplo de questões e respostas utilizadas na “Avaliação de Resultados” do eixo de bem-estar emocional.

Questão	Alternativas
Como você define bem-estar emocional?	Dissertativa (resposta livre)
Marque com um X as alterações emocionais que são naturais na adolescência:	<input type="checkbox"/> Oscilar entre grupo de amigos, gostos e estilos <input type="checkbox"/> Sentir-se melancólico e cansado a maior parte do tempo <input type="checkbox"/> Oscilação de humor de maneira excessiva <input type="checkbox"/> Afastamento da família e questionamento da autoridade e papéis sociais <input type="checkbox"/> Busca de uma solução lógica e teórica para os conflitos
Marque a alternativa correta quanto à definição de ansiedade:	1. É uma doença que está diretamente relacionada com depressão e menor desempenho escolar. 2. É uma sensação de desconforto, inquietamento e alerta que é natural do corpo e, quando excessiva, resulta em transtornos de ansiedade. 3. É um sintoma da depressão 4. É uma emoção que só gera alterações mentais e não gera sintomas no corpo
Associe as colunas: 1. Autoestima positiva 2. Autoestima negativa 3. Autoestima alta	<input type="checkbox"/> Necessária para a pessoa desenvolver suas capacidades ao máximo com consciência de seus pontos fracos (limites) e fortes (potencialidades). <input type="checkbox"/> Está relacionada a pensamentos negativos, insegurança, autocrítica extrema e transtornos psicológicos como a depressão. <input type="checkbox"/> É definida pelo conjunto de sentimentos e pensamentos positivos quanto a si mesmo que geram satisfação pessoal e consciência de suas limitações.
Todas as dependências podem ser prevenidas, para isso é necessário estar ciente que precisamos viver em um caminho saudável. Assinale a alternativa correta sobre como diminuir o tempo de uso do celular:	<input type="checkbox"/> Desativar as notificações, dormir longe do celular, acabar com o medo de estar perdendo algo e escolher atividades mais saudáveis. <input type="checkbox"/> Dormir longe do celular, ativar as notificações, se comparar com outras pessoas e escolher atividades mais saudáveis. <input type="checkbox"/> Desativar as notificações, ficar conectado até o horário de dormir e escolher atividades mais saudáveis.
O aumento da solidão e da depressão são riscos sérios e muitos adolescentes substituem a vida social pela vida online, desta forma, os vícios tecnológicos carregam consigo várias consequências emocionais e físicas. Cite 3 delas:	Dissertativa (resposta orientada)
Qual a sua percepção quanto ao seu bem-estar emocional? O quanto as nossas conversas e atividades contribuíram para a sua saúde mental?	Dissertativa (resposta livre)

Fonte: Acervo pessoal dos autores (2023).

### 3 RESULTADOS ALCANÇADOS

A partir da fundamentação teórica e da demanda dos estudantes e professores, cada eixo foi estruturado em subtemas, buscando a totalidade da compreensão e educação em saúde (Figura 2).

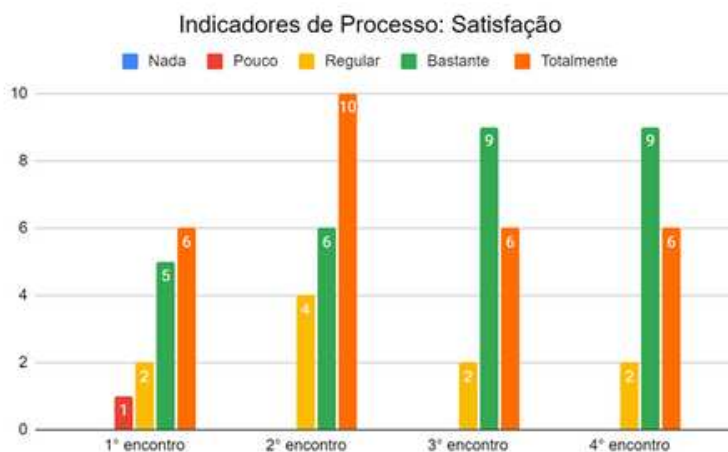
**Figura 2** - Subtemas e objetivos dos eixos vida ativa, alimentação saudável, bem-estar emocional e educação sexual.

Eixo	Subtemas	Objetivos
<b>Vida ativa</b>	Conceitos de saúde e promoção de saúde. Definição de atividade física e exercício físico e importância da prática regular. Compreensão do sistema cardiovascular e das alterações decorrentes da atividade física. Doenças crônicas não transmissíveis, fatores de risco e hábitos de vida associados. Atividade física e ambiente sustentável.	Elucidar os benefícios e transformações oriundas da adoção de uma vida ativa com a prática regular de atividade física.
<b>Alimentação saudável</b>	Grupos alimentares e definição dos alimentos ultraprocessados, processados, minimamente processados e <i>in natura</i> . Definições de uma dieta equilibrada e balanceada e compreensão da pirâmide alimentar. Prevenção e controle da hipertensão arterial e da diabetes mellitus; Desafios no consumo de alimentos <i>in natura</i> . Rótulos e quantidade de açúcar e gordura em alimentos processados.	Impulsionar a autonomia e racionalidade dos estudantes quanto aos seus hábitos alimentares e de seus familiares, de forma que reconheçam a relevância de buscar a segurança alimentar e nutricional.
<b>Bem-estar emocional</b>	Insegurança e auto-estima. Ansiedade e autocobrança. O vício nas redes sociais e o tempo de tela. Atividade física e os efeitos na saúde mental.	Proporcionar melhor compreensão acerca das questões e conflitos emocionais, oferecendo acolhimento e direcionamento para a resolução de desafios na saúde mental.
<b>Educação sexual</b>	Sexualidade, gênero e educação sexual. Anatomia e higiene íntima. Métodos contraceptivos e prevenção de IST's. Mitos e verdades na sexualidade.	Promover conhecimento e informação segura quanto à sexualidade, ultrapassando a esfera higienista e biológica.

Fonte: Acervo pessoal dos autores (2023).

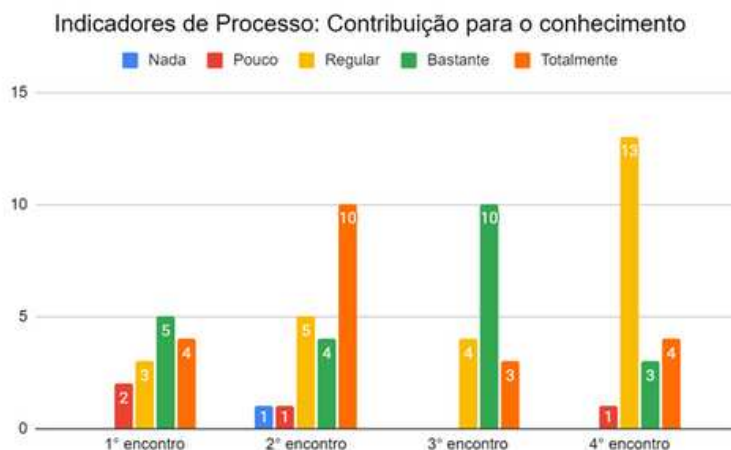
O primeiro eixo desenvolvido foi o de vida ativa com destaque à prática de atividade física. Seus indicadores de processo demonstraram uma grande satisfação dos estudantes, e ânimo destacável com o conhecimento obtido através das rodas de conversa (gráfico 1 e 2).

**Gráfico 1** - Satisfação quanto às atividades do eixo vida ativa segundo avaliação dos estudantes.



Fonte: Acervo pessoal dos autores (2023).

**Gráfico 2** - Contribuição para o conhecimento quanto às atividades do eixo vida ativa segundo avaliação dos estudantes.

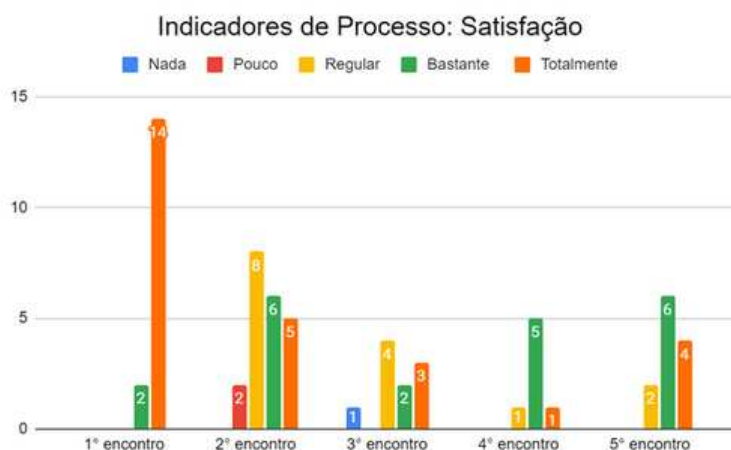


Fonte: Acervo pessoal dos autores (2023).

A avaliação de resultados foi estruturada em sete questões que tratavam das temáticas e discussões apresentadas nas sessões educativas. Dos 16 estudantes que responderam a avaliação, 12 acertaram entre 80% e 100% das questões, enquanto quatro acertaram entre 50% e 70%.

No eixo de alimentação saudável, houveram flutuações nos indicadores de processos (gráfico 3 e 4) e na participação e aceitação dos estudantes quanto ao projeto. Apesar da maioria dos estudantes utilizarem os termos “bastante” e “totalmente” para classificar a satisfação e contribuição para o conhecimento durante as sessões educativas, diversos estudantes expuseram anonimamente um certo descontentamento com o projeto através de sugestões como: “muito legal fazerem essas aulas por um período, mas gostaria que não voltassem”; “aulas mais curtas”; “não ter mais”, etc.

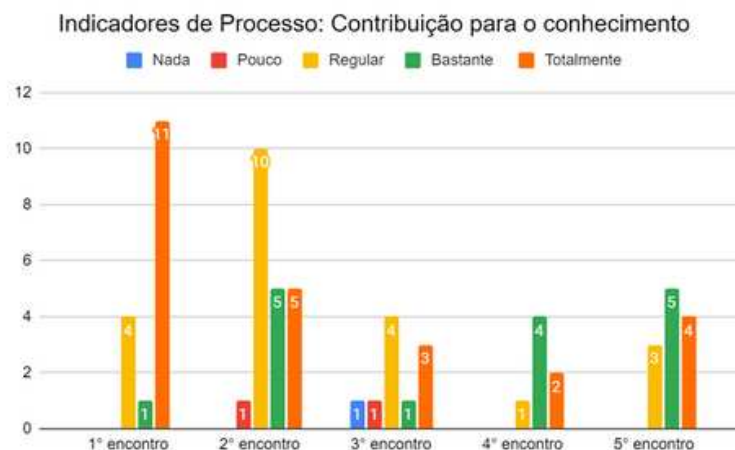
**Gráfico 3** - Satisfação quanto às atividades do eixo alimentação saudável segundo avaliação dos estudantes.



Fonte: Acervo pessoal dos autores (2023).

**Gráfico 4** - Contribuição para o conhecimento quanto às atividades do eixo alimentação saudável segundo avaliação dos estudantes.



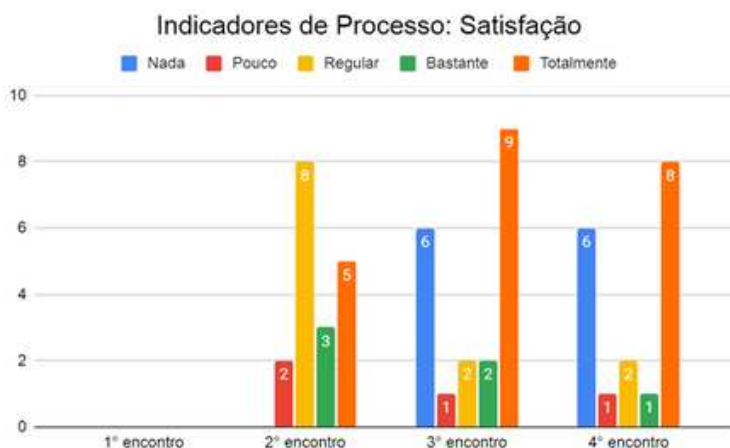


Fonte: Acervo pessoal dos autores (2023).

Ainda que os indicadores de processo não revelassem resultados favoráveis, a avaliação de resultados demonstrou um destacável aprendizado e elucidação dos estudantes quanto às temáticas que cercam a alimentação saudável. Dos 23 estudantes que responderam à avaliação, nove acertaram entre 80% e 100% das questões discursivas e objetivas. Também foram coletados relatos positivos quanto a mudança de comportamento e atitude na alimentação. Quando questionados sobre os impactos das sessões, as respostas foram: “sSim, a mudança foi aprender saber qual alimento tem menos sódio, açúcar e ser mais protéicoproteico”; “sSim estou regulando a minha alimentação e reduzindo açúcar”; “sSim, mudei o hábito de comer muitos doces quando estou ansiosa, ao invés disso, costumo fazer exercícios para me distrair”, entre outras.

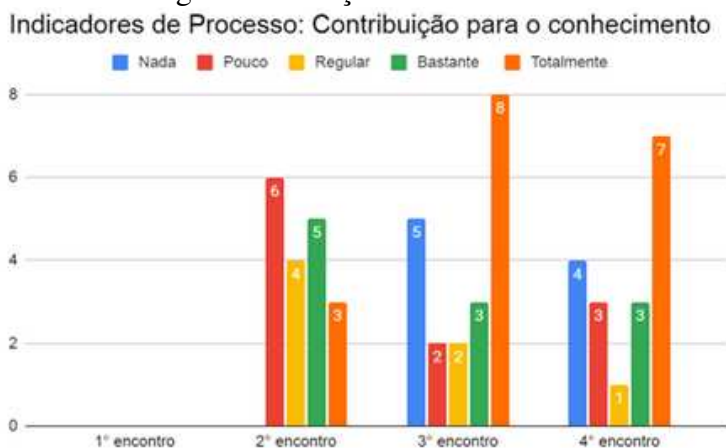
Frente a esse cenário, as graduandas retomaram com os estudantes os objetivos, relevância e necessidade do projeto, buscando assim resgatar o interesse e engajamento nas temáticas necessárias para a melhor qualidade de vida. Os resultados foram verificados no eixo bem-estar emocional com uma maior satisfação e participação daqueles estudantes que já demonstravam engajamento quanto ao projeto (gráficos 5 e 6). No entanto, a avaliação do primeiro encontro foi inviabilizada devido às atividades da grade curricular programadas pelo professor de educação física da escola.

**Gráfico 5** - Satisfação quanto às atividades do eixo bem-estar emocional segundo avaliação dos estudantes.



Fonte: Acervo pessoal dos autores (2023).

**Gráfico 6** - Contribuição para o conhecimento quanto às atividades do eixo bem-estar emocional segundo avaliação dos estudantes.



Fonte: Acervo pessoal (2023).

A aplicação da avaliação de resultados do eixo bem-estar emocional foi comprometida devido às constantes alterações no calendário escolar. Entretanto, apesar das acadêmicas elaborarem um formulário online para os estudantes responderem de maneira remota, houve uma baixa adesão e, conseqüentemente, um número insuficiente de dados.

A divulgação dos registros fotográficos e de materiais informativos foi realizada através da rede social Instagram, com o perfil nomeado @saudenaescola.fisiupfr (figura 3), buscando assim reforçar os conteúdos abordados, estender o vínculo com os estudantes, ampliar a educação em saúde para a comunidade e difundir as atividades e resultados do projeto. As práticas do eixo de educação sexual foram comprometidas devido ao encerramento do ano letivo, porém a temática foi desenvolvida no Instagram através de postagens informativas. Frente a isso, os resultados não serão apresentados neste artigo.

**Figura 3** - Página do Instagram do projeto.



Fonte: Acervo pessoal dos autores (2023).



## 4 DISCUSSÃO

A educação em saúde é fundamental para a promoção da saúde, tendo em vista a sua capacidade de alcançar a conscientização, reflexão e mobilização dos indivíduos, de maneira que estes expressem e gerem comportamentos conscientes e saudáveis de cuidado e prevenção. As estratégias devem ser planejadas com o objetivo de estimular a construção do processo de escolha e decisão, de maneira assertiva e com plena participação, atestando assim um empoderamento em saúde (MASSON et al. 2020).

O empoderamento redimensiona a perspectiva da educação em saúde, pois configura-se como um mecanismo de fortalecimento dos indivíduos e grupos sociais que capacita e transforma as relações de cuidado e autocuidado através de condutas realizadas em distintos cenários, para além daqueles direcionados à atenção à saúde. As escolas são fundamentais neste processo, visto que possibilitam o encontro entre a saúde e a educação e criam um espaço de convergência no qual professores, profissionais de saúde, estudantes e comunidade têm a oportunidade de desenvolver habilidades e valores que levam à busca e ao interesse do bem-estar individual e coletivo (MASSON et al. 2020; SILVA et al. 2019).

O eixo “vida ativa” obteve os melhores resultados quanto à satisfação, participação e acertos na “avaliação de resultados”, revelando uma boa compreensão dos benefícios e transformações decorrentes da prática de atividade física. Na literatura, é verificado que, ao longo da adolescência, há um declínio médio anual de 7% nos níveis de atividade física, sendo acentuado entre os 15 e 18 anos (LISBOA et al. 2018). Quando investigada quais barreiras contribuem para esse maior gradiente sedentário, destacam-se a falta de interesse, falta de companhia e percepção tediosa do exercício físico (CAMARGO; LÓPEZ-GIL; e CAMPOS, 2021; CESCHINI; e JUNIOR, 2007). Neste cenário, é fundamental elucidar a importância da adoção de uma vida mais ativa na adolescência, despertando assim maior consciência e interesse em perpetuar esse comportamento até a vida adulta.

Apesar dos resultados dos eixos “bem-estar emocional” e “alimentação saudável” não obterem índices satisfatórios, evidências revelam que os resultados da educação em saúde na adolescência podem ser verificados com maior êxito na vida adulta, uma vez que os hábitos, atitudes e crenças formados na adolescência, possuem altas probabilidades de serem incluídos em sua rotina futuramente (LOPES; NOGUEIRA; E ROCHA, 2018; SOUZA; SILVA; E BARROS, 2021).

Manter o vínculo, a participação e o interesse dos estudantes nas temáticas e atividades durante todo o projeto, se tornou-se um grande desafio, principalmente no eixo “alimentação saudável”. Segundo Vygotsky (1994), os interesses não são adquiridos e internalizados de fora para dentro, mas sim, são originados a partir das relações vivenciadas com o meio cultural. D, desta forma, o aluno com repulsão ao aprendizado, pode enfrentar simultaneamente conflitos emocionais, sociais e de conduta no ambiente escolar (BARBOSA; GOMES; e MONTINO, 2020). Além disso, a adolescência é demarcada pelo sentimento de onipotência, com a manifestação de certa insubordinação quanto às experiências, opiniões e conselhos de faixas etárias mais velhas (OLIVEIRA, 2017). Frente a isso, faz-se necessário adequar o processo ensino-

aprendizagem sobre a ótica do adolescente, compreendendo seu deslocamento temporal, sua intensa atitude social reivindicatória e suas constantes flutuações de humor e ânimo, com metodologias que fomentem o interesse e o diálogo, e façam sentido para o aluno e sua subjetividade (ANDRADA et al. 2018; OLIVEIRA, 2017). Também é válido estabelecer vínculos bem estruturados, uma vez que conexão fornece um maior senso de eficácia e identificação por parte dos estudantes (ANTUNES et al. 2022).

O uso do Instagram como ferramenta de continuidade da educação se demonstrou-se positivo com grande engajamento dos estudantes e da comunidade externa. O aplicativo é considerado um fenômeno mundial que permite a expressão da cultura no ambiente digital através de imagens e vídeos, podendo ser uma ferramenta estratégica para o maior alcance e protagonismo de diferentes atores e organizações sociais (CALDERONI et al. 2020).

## **5 O QUE SE APRENDEU COM A EXPERIÊNCIA**

A experiência proporcionada pelo projeto de extensão, acerca de técnicas de ensino-aprendizagem que reuniam o lúdico com o teórico, propiciou vivências únicas para os profissionais de saúde em formação. A relação de troca e aprendizagem mútua com a construção coletiva de conhecimento permitiu com que os acadêmicos desenvolvessem suas habilidades de comunicação e instrução em um espaço não-convencional aos serviços de saúde. A escola se reafirmou-se como um instrumento de produção de conhecimento e de desenvolvimento de responsabilidade social e de cidadania, abrangendo a temática da saúde e bem-estar individual e coletivo. Foi verificada a essencialidade da educação em saúde na adolescência, dado que, através do conhecimento, tornam-se protagonistas na promoção de uma melhor qualidade de vida e autocuidado, a partir da apuração do senso crítico e da reflexão. Entretanto, foi evidenciado que a efetividade do ensino e do empoderamento em saúde está sujeita à aceitação e ao engajamento dos desses adolescentes, o que exige uma reestruturação das ações extensionistas. É necessário estabelecer fortes vínculos, considerando a subjetividade e complexidade intrínsecas à adolescência.

## **6 RELAÇÃO DA PRÁTICA COM OS CONCEITOS DE EXTENSÃO**

A extensão universitária tem como principal objetivo dialogar com a sociedade e difundir o conhecimento, pesquisa e inovações tecnológicas produzidas e sistematizadas pela comunidade acadêmica (SILVA, 2020). A formulação e implementação das ações extensionistas devem ser pautadas em cinco diretrizes: interação dialógica, interprofissionalidade e intersetorialidade, indissociabilidade ensino-pesquisa-extensão, impacto na formação estudantil e impacto na transformação social (NOGUEIRA, 2000). No projeto “Promoção de Saúde nas Comunidades Escolares”, foi proporcionado o domínio e vivência das cinco diretrizes, a partir da estruturação e elaboração dos eixos e sessões educativas, do contato com a comunidade escolar, da contribuição para a educação e formação cidadã de adolescentes, e da prática profissional insólita ao curso de

graduação dos acadêmicos participantes.

## REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Claudio Bispo de; CASOTTI, Cezar Augusto; SENA, Edite Lago da Silva. Reflexões sobre a complexidade de um estilo de vida saudável. **Avances En Enfermería**, [S.L.], v. 36, n. 2, p. 220-229, 1 maio de 2018. Universidad Nacional de Colombia. <http://dx.doi.org/10.15446/av.enferm.v36n2.67244>. Disponível em: [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0121-45002018000200220](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0121-45002018000200220). Acesso em: 11 maio 2023.

ANDRADA, Paula Costa de et al. O desinteresse dos alunos do ensino médio pela escola na atualidade. **Momentum**, S.L, v. 1, n. 16, p. 1-17, 2019. Disponível em: <https://momentum.emnuvens.com.br/momentum/article/view/216/167>. Acesso em: 11 maio 2023.

ANTUNES, Ellen Karoline Claudino de et al. Relato de experiência extensionista sobre a aplicação do programa candeia: promovendo autonomia de adolescentes em acolhimento institucional. **Raízes e Rumos**, [S. l.], v. 10, n. 2, p. 52–61, 2022. DOI: 10.9789/2317-7705.2022.v10.i2.52-61. Disponível em: <http://seer.unirio.br/raizeserumos/article/view/12100>. Acesso em: 11 maio. 2023.

BARBOSA, Rosimar Moraes; GOMES, Érica Cristina Barros; MONTINO, Mariany Almeida. Um olhar atento ao desinteresse dos alunos nos anos finais do ensino fundamental. **Multidebates, Palmas**, v. 4, n. 6, p. 144-169, dez. 2020. Disponível em: <https://revista.faculdadeitop.edu.br/index.php/revista/article/view/304>. Acesso em: 11 maio 2023.

BECKER, Leonardo; GONÇALVES, Priscila; REIS, Rodrigo. Programas de promoção da atividade física no sistema único de saúde brasileiro: revisão sistemática. **Revista Brasileira de Atividade Física & Saúde**, [S.L.], v. 21, n. 2, p. 110-122, 1 mar. 2016. <Http://dx.doi.org/10.12820/rbafs.v.21n2p110-122>. Disponível em: <https://rbafs.org.br/RBAFS/article/view/7156/5921>. Acesso em: 11 maio 2023.

BETTINGHAUS, Erwin P.. Health promotion and the knowledge-attitude-behavior continuum. **Preventive Medicine**, [S.L.], v. 15, n. 5, p. 475-491, set. 1986. Elsevier BV. [http://dx.doi.org/10.1016/0091-7435\(86\)90025-3](http://dx.doi.org/10.1016/0091-7435(86)90025-3). Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/0091743586900253?via%3Dihub>. Acesso em: 11 maio 2023.

CALDERONI, Thaina Lobato et al. O uso do Instagram para divulgação das informações de um projeto de extensão sobre alimentação e nutrição de crianças menores de dois anos: o antes e durante a Covid-19. **Raízes e Rumos**, [S.I.], v. 8, n. 2, p. 314-324, dez. 2020. <https://doi.org/10.9789/2317-7705.2020.v8i2.314-324>. Disponível em: <http://seer.unirio.br/raizeserumos/article/view/10271>. Acesso em: 11 maio 2023.

CAMARGO, Edina Maria de; LÓPEZ-GIL, José Francisco; CAMPOS, Wagner de. Comparação das barreiras percebidas para a prática de atividade física de acordo com o sexo e nível de atividade física. **Cuadernos de Psicología del Deporte**, [S.L.], v. 21, n. 1, p. 204-215, 1 jan. 2021. <Http://dx.doi.org/10.6018/cpd.371571>. Disponível em: <https://revistas.um.es/cpd/article/view/371571>. Acesso em: 11 maio 2023

CESCHINI, Fabio Luis; JÚNIOR, Aylton Figueira. Barreiras e determinantes para a prática de atividade física em adolescentes. **Revista Brasileira de Ciência e Movimento**, São Paulo, v. 15, n. 1, p. 29-36, 2007. Disponível em: <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/rbcm/article/view/727/730>. Acesso em: 11 maio 2023.

CRACIUN, Dana. Role-playing as a creative method in science education. **Journal Of Science And Arts**, [S.I.], v. 12, n. 1, p. 175-182, 2010.

GUIMARÃES, Thais Aline de Sousa Feitosa; FRANÇA, Leticia Paixão Silva; OLIVEIRA, Luciane Marta Neiva de. Perfil nutricional e glicemia de adolescentes escolares. **Research, Society And Development**, [S.I.], v. 9, n. 3, p. 1-16, 1 jan. 2020. [Http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i3.2272](http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v9i3.2272). Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/2272/1854>. Acesso em: 11 maio 2023.

HIANY, Natália et al. Perfil Epidemiológico dos Transtornos Mentais na População Adulta no Brasil: uma revisão integrativa. **Revista Enfermagem Atual In Derme**, [S.L.], v. 86, n. 24, p. 1-11, 4 abr. 2020. [Http://dx.doi.org/10.31011/reaid-2018-v.86-n.24-art.676](http://dx.doi.org/10.31011/reaid-2018-v.86-n.24-art.676). Disponível em: <http://www.revistaenfermagematual.com.br/index.php/revista/article/view/676>. Acesso em: 11 maio 2023.

LIMA, Dartel Ferrari de; LUIZ, Olinda do Carmo. Atividade física na promoção da saúde: uma avaliação das diretrizes. Semina: **Ciências Biológicas e da Saúde**, [S.L.], v. 36, n. 2, p. 57-66, 11 fev. 2016. [Http://dx.doi.org/10.5433/1679-0367.2015v36n2p57](http://dx.doi.org/10.5433/1679-0367.2015v36n2p57). Disponível em: <https://ojs.uel.br/revistas/uel/index.php/seminabio/article/download/22531/17953>. Acesso em: 11 maio 2023.

LISBOA, Tailine et al. Suporte social da família e amigos para a prática de atividade física de adolescentes: uma revisão sistemática. **Cadernos Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 26, n. 4, p. 351-359, dez. 2018. [Http://dx.doi.org/10.1590/1414-462x201800040463](http://dx.doi.org/10.1590/1414-462x201800040463). Disponível em: <https://www.scielo.br/j/cadsc/a/PKcjdnt94xJxXRxmyg9Fh4t/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 11 maio 2023.

LOPES, Iraneide Etelvina; NOGUEIRA, Júlia Aparecida Devidé; ROCHA, Dias Gonçalves. Eixos de ação do programa saúde na escola e promoção da saúde: revisão integrativa. **Saúde em Debate**, [S.L.], v. 42, n. 118, p. 773-789, set. 2018. [Http://dx.doi.org/10.1590/0103-1104201811819](http://dx.doi.org/10.1590/0103-1104201811819). Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sdeb/a/SNsdFnbvBdfdhn76GQYGDtM/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 11 maio 2023

MASSON, Livia Neves et al. A educação em saúde crítica como ferramenta para o empoderamento de adolescentes escolares frente às suas vulnerabilidades em saúde. **Revista Mineira de Enfermagem**, [S.L.], v. 24, p. 1-7, jun. 2020. Universidade Federal de Minas Gerais - Pró-Reitoria de Pesquisa. <http://dx.doi.org/10.5935/1415-2762.20200023>. Disponível em: <http://www.revenf.bvs.br/pdf/reme/v24/1415-2762-reme-24-e1294.pdf>. Acesso em: 11 maio 2023.

NOGUEIRA, Maria das Dores Pimentel. O fórum de pró-reitores de extensão das universidades públicas brasileiras: um ator social em construção. **Interfaces: revista de extensão da UFMG**, [S.I.], v. 1, n. 1, p. 35-47, 2013. Disponível em: <https://periodicos.ufmg.br/index.php/revistainterfaces/article/view/18932/15906>. Acesso em: 12 maio 2023.

OLIVEIRA, Eloiza Silva Gomes. Adolescência, internet e tempo: desafios para a educação. **Educar em Revista**, [S.L.], n. 64, p. 283-298, jun. 2017. [Http://dx.doi.org/10.1590/0104-4060.47048](http://dx.doi.org/10.1590/0104-4060.47048). Disponível em: <https://www.scielo.br/j/er/a/WkgCN3gwJqjwccLdf4wxKjj/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 12 maio 2023.

PALMA, Domingos; ESCRIVÃO, Maria Alete Meil S.; OLIVEIRA, Fernanda Luisa C. Guia de **Nutrição Clínica na Infância e na Adolescência**. Editora Manole, 2009. 9788520447673. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9788520447673/>. Acesso em: 27 abr. 2022.

PORTES, Leslie Andrews. Número de componentes do estilo de vida saudável, mortalidade e expectativa de vida. **Life Style**, [S.L.], v. 5, n. 2, p. 77-89, 21 dez. 2018. [Http://dx.doi.org/10.19141/2237-3756.lifestyle.v5.n2.p77-89](http://dx.doi.org/10.19141/2237-3756.lifestyle.v5.n2.p77-89). Disponível em: <https://periodicosalumniin.org/LifestyleJournal/article/view/1065>. Acesso em: 12 maio 2023.

PIOLA, Thiago Silva et al. Nível insuficiente de atividade física e elevado tempo de tela em adolescentes: impacto de fatores associados. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 25, n. 7, p. 2803-2812, jul. 2020. [Http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232020257.24852018](http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232020257.24852018). Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/t8gWcJmJW5xx4cncS8D56FB/abstract/?lang=pt>. Acesso em: 12 maio 2023.

SIMÕES, Rosa Maria et al. Promoção do bem-estar em adolescentes: contributos do projeto +contigo. **Portuguese Journal Of Public Health**, [S.L.], v. 36, n. 1, p. 41-49, 2018. [Http://dx.doi.org/10.1159/000486468](http://dx.doi.org/10.1159/000486468). Disponível em: <https://run.unl.pt/bitstream/10362/112551/1/RUN%20-%20PJPH%20-%202018%20-%20v36n1a06%20-%20p41-49.pdf>. Acesso em: 12 maio 2023.

SILVA, Wagner Pires da. Extensão universitária: um conceito em construção. **Revista Extensão & Sociedade**, [S.L.], v. 11, n. 2, p. 21-32, 10 nov. 2020. [Http://dx.doi.org/10.21680/2178-6054.2020v11n2id22491](http://dx.doi.org/10.21680/2178-6054.2020v11n2id22491). Disponível em: <https://periodicos.ufrn.br/extensoesociedade/article/view/22491>. Acesso em: 12 maio 2023.

SOUZA, Elza Maria de; SILVA, Daiane Pereira Pires; BARROS, Alexandre Soares de. Educação popular, promoção da saúde e envelhecimento ativo: uma revisão bibliográfica integrativa. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S.L.], v. 26, n. 4, p. 1355-1368, abr. 2021. [Http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232021264.09642019](http://dx.doi.org/10.1590/1413-81232021264.09642019). Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/gKNHyg95H4SQgKQ3hxnzNZx/>. Acesso em: 12 maio 2023.

VITORINO, Ana Rute Macedo Marques. **Relações entre estratégias de regulação emocional e bem-estar psicológico, satisfação com a vida e esperança nos adolescentes**. 2018. 109 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Temas de Psicologia do Desenvolvimento, Psicologia e Ciências da Educação, Universidade de Coimbra, Coimbra, 2018. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10316/85368>. Acesso em: 12 maio 2023

WEFFORT, Virgínia Resende S.; LAMOUNIER, Joel A. **Nutrição em pediatria: da neonatologia à adolescência**. 2a ed. Editora Manole, 2017. 9786555762266. Disponível em: <https://integrada.minhabiblioteca.com.br/#/books/9786555762266/>. Acesso em: 27 abr. 2022.