

EDUCAÇÃO EM SAÚDE COM ADOLESCENTES: RELATO DE EXPERIÊNCIA PARTICIPATIVA EM RODAS DE DIÁLOGO E CONSCIENTIZAÇÃO

Camila Ferreira Puntel ¹
Ana Paula Gomes Rodrigues ²
Lauri Elemar Stahl ³
Gilvan Marques Dutra ⁴
Mariana Feitosa Fonteles ⁵
Valéria Silvana Faganello Madureira ⁶

¹ Acadêmico do curso de graduação em Medicina. Liga Acadêmica de Saúde Coletiva (LASC). Universidade Federal da Fronteira Sul. camila.puntel@estudante.uffs.edu.br. Orcid: <https://orcid.org/0009-0002-5206-7023>

² Acadêmico do curso de graduação em Medicina. Liga Acadêmica de Saúde Coletiva (LASC). Universidade Federal da Fronteira Sul. anapaula.gomes@estudante.uffs.edu.br.

³ Acadêmico do curso de graduação em Medicina. Liga Acadêmica de Saúde Coletiva (LASC). Universidade Federal da Fronteira Sul. lauri.stahl@estudante.uffs.edu.br. Orcid: <https://orcid.org/0009-0001-0368-9849>

⁴ Acadêmico do curso de graduação em Enfermagem. Liga Acadêmica de Saúde Coletiva (LASC). Universidade Federal da Fronteira Sul. gilvan.dutra@estudante.uffs.edu.br. Orcid: <https://orcid.org/0009-0005-5623-3297>

⁵ Acadêmico do curso de graduação em Medicina. Liga Acadêmica de Saúde Coletiva (LASC). Universidade Federal da Fronteira Sul. mariana.fonteles@estudante.uffs.edu.br.

⁶ Enfermeira, Doutora em enfermagem. Valéria Silvana Faganello Madureira. Universidade Federal da Fronteira Sul. valeria.madureira@uffs.edu.br. Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-7990-3613>

RESUMO EXPANDIDO

Introdução: A adolescência é uma etapa do ciclo vital marcada por intensas transformações biológicas, cognitivas, sociais e emocionais, que repercutem não apenas no indivíduo, mas também em sua família e comunidade. Seu início geralmente coincide com a puberdade, quando ocorrem as mudanças corporais e hormonais, mas sua consolidação envolve adaptações mais amplas relacionadas à inserção social e à construção da identidade. Nesse processo, a busca por pertencimento aos grupos de pares, a conquista de autonomia e a elaboração de novos valores tornam-se elementos centrais (Cavalcante, 2021). Assim, os cuidados com a saúde, incluindo hábitos de higiene e práticas de autocuidado, assumem relevância tanto para a prevenção de doenças quanto para a promoção do bem-estar físico e psicológico do adolescente. Apesar disso, muitos adolescentes vivenciam situações de vulnerabilidade que dificultam o desenvolvimento de práticas adequadas de autocuidado e higiene, marcadas por limitações socioeconômicas, ausência de diálogo no ambiente familiar e escassa orientação escolar. Segundo a Federação Brasileira das Associações de Ginecologia e Obstetrícia (FEBRASGO, 2017), questões relacionadas à sexualidade, como menstruação, prevenção de infecções sexualmente transmissíveis, uso de métodos contraceptivos e higiene corporal, ainda são

atravessadas por tabus, constrangimentos e informações fragmentadas, muitas vezes discutidas apenas entre pares. Nesse cenário, a educação em saúde, por meio de espaços dialógicos e participativos, mostra-se fundamental para desconstrução de preconceitos e promoção de uma vivência mais crítica, consciente e autônoma da sexualidade e do autocuidado. O diálogo horizontal, a valorização das vivências dos adolescentes e a escuta qualificada são elementos essenciais para romper barreiras e construir coletivamente novos conhecimentos. Aliado a isso, ações de extensão universitária, fortalecem a interação entre universidade e sociedade, funcionando como espaços de ensino e aprendizado que promovem a troca de saberes e contribuem para o fomento da cidadania em saúde, reafirmando a importância da indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão nos cursos de graduação (Cavalcante *et al.*, 2021). **Objetivo:** Relatar a experiência de uma ação de educação em saúde realizada na ONG Verde Vida: Programa Oficina Educativa, em Chapecó-SC. **Metodologia:** Trata-se de um relato de experiência vinculado ao projeto de extensão Educação em Saúde para Promoção do Cuidado Integral e Bem-Estar de Crianças e Adolescentes. A atividade, desenvolvida em parceria com a Liga Acadêmica de Saúde Coletiva (LASC UFFS), abordou a higiene pessoal, o autocuidado e a valorização da saúde durante a adolescência, buscando promover conscientização e estimular reflexões em um espaço de diálogo aberto, seguro e participativo. A ação foi realizada em abril de 2025 e contou com a participação de aproximadamente 60 adolescentes, com idades entre 12 e 16 anos, frequentadores da ONG Verde Vida, instituição que desenvolve atividades educativas e socioassistenciais com crianças e jovens em situação de vulnerabilidade social. Para favorecer maior proximidade e adequação do conteúdo, os adolescentes foram divididos em dois grupos: meninos e meninas, com cerca de 30 participantes em cada oficina. A proposta metodológica foi estruturada em rodas de conversa, que privilegiam a troca de experiências e a construção coletiva do conhecimento, sendo o diálogo apoiado por *slides*, que funcionaram como reforço visual fomentador da discussão. No grupo de meninas, os temas contemplaram higiene íntima, cuidados durante a menstruação, uso correto de absorventes, prevenção de infecções e autoestima, com ênfase na valorização do corpo e da saúde da mulher. Já no grupo de meninos, a conversa abordou higiene corporal, uso adequado de sabonetes e desodorantes, cuidados com a pele e higiene íntima masculina. Em ambas as turmas, foi utilizada uma caixa para perguntas anônimas, estratégia que se mostrou essencial para que os adolescentes pudessem expressar suas dúvidas sem receio ou constrangimento. As oficinas tiveram duração aproximada de 60 minutos cada e foram conduzidas por acadêmicos dos cursos de Medicina e Enfermagem da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), integrantes da LASC, sob supervisão de docentes vinculados ao projeto de extensão. **Resultados e discussão:** As oficinas

demonstraram grande potencial de impacto educativo. Os adolescentes participaram ativamente, interagindo com perguntas, comentários e relatos pessoais. Entre as meninas, houve grande interesse em compreender melhor os cuidados durante a menstruação, com destaque para dúvidas sobre a frequência de troca dos absorventes, a importância da higiene íntima adequada e os efeitos do uso prolongado de produtos. Muitas delas relataram que não haviam tido oportunidade de conversar sobre o tema de forma tão aberta e sem julgamentos, reforçando a relevância de espaços como esse. No grupo de meninos, de idades bastante heterogêneas, a conversa sobre higiene na puberdade abordou diferentes preocupações e curiosidades, sendo os temas mais recorrentes o uso correto de desodorantes, os cuidados com a transpiração, a higiene íntima e dos pés, bem como a importância do cuidado bucal, diretamente associada à saúde e ao bem-estar diário. O ambiente descontraído e respeitoso permitiu que tópicos frequentemente negligenciados fossem discutidos de forma clara, valorizando o aprendizado prático e aplicável ao cotidiano. A estratégia da caixa de perguntas anônimas foi percebida como diferencial, pois permitiu abordar assuntos delicados como sexualidade, odor corporal e menstruação sem gerar constrangimento. Além disso, observou-se que, ao final das oficinas, alguns adolescentes procuraram os mediadores para conversar em particular, demonstrando confiança no vínculo estabelecido. Do ponto de vista da formação em saúde, a experiência mostrou-se altamente enriquecedora para os estudantes envolvidos, permitindo-lhes desenvolver habilidades de comunicação em saúde, escuta ativa, empatia e atuação interdisciplinar. Conforme apontam Cavalcante *et al.* (2021), iniciativas como as Ligas Acadêmicas aproximam os estudantes da prática da atenção à saúde, fortalecendo seu protagonismo e promovendo a indissociabilidade entre ensino, pesquisa e extensão. Além disso, a vivência de planejar, organizar e executar atividades educativas amplia a compreensão sobre o papel do profissional de saúde na promoção da saúde coletiva, contribuindo para a formação técnica e cidadã (Cavalcante *et al.*, 2021). A análise dos resultados permite concluir que a atividade alcançou seus objetivos, promovendo aprendizado e reflexão sobre o autocuidado. Ademais, reafirma-se o papel das ações educativas na prevenção de doenças, na promoção da autoestima e no fortalecimento da autonomia juvenil. **Contribuições do trabalho em direção aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável:** A ação desenvolvida dialoga diretamente com três Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS): ODS 3 – Saúde e Bem-Estar: ao incentivar práticas de autocuidado e prevenção de doenças na adolescência, etapa crucial para a construção de hábitos duradouros, ODS 4 – Educação de Qualidade: por adotar metodologias participativas que promovem aprendizagem significativa e valorizam o protagonismo juvenil e ODS 10 – Redução das Desigualdades: ao garantir acesso a informações de saúde em um contexto de

vulnerabilidade social, fortalecendo a equidade e ampliando oportunidades de cuidado.

Considerações finais: A oficina realizada na ONG Verde Vida cumpriu plenamente seus objetivos e demonstrou que a educação em saúde, quando estruturada em um formato acessível e participativo, pode impactar de maneira significativa a vida dos adolescentes. A escuta ativa, o respeito às especificidades de gênero e o uso de estratégias inovadoras, como a caixa de perguntas anônimas, foram fundamentais para a criação de um espaço seguro e acolhedor de compartilhamento de saberes e vivências. A experiência reafirma a relevância da extensão universitária como elo articulador entre ensino e comunidade, promovendo benefícios mútuos para os adolescentes, ao possibilitar acesso a informações de qualidade e para os estudantes universitários, ao proporcionar contato direto com a realidade social e prática de educação e letramento em saúde. Como perspectivas futuras, recomenda-se a continuidade e a ampliação das ações, incluindo temáticas como saúde mental, prevenção de violências, sexualidade e uso de substâncias, de acordo com as demandas manifestadas pelos próprios adolescentes e pela ONG. Assim, será possível fortalecer ainda mais o vínculo entre universidade e comunidade, contribuindo para a construção de uma sociedade mais saudável, justa e inclusiva.

Descritores: Relações Comunidade-Instituição; Adolescência; Educação em Saúde; Higiene Pessoal.

REFERÊNCIAS

CAVALCANTE, A. S. P. et al. Em busca da definição contemporânea de “ligas acadêmicas” baseada na experiência das ciências da saúde. **Interface - Comunicação, Saúde, Educação**, Botucatu, v. 25, p. 1-17, 2021. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.1590/interface.190857>. Acesso em: 23 ago. 2025.

CAVALCANTE, E. B. T. O conceito de adultocentrismo na história: diálogos interdisciplinares. **Fronteiras**, v. 23, n. 42, p. 196-215, 2021. <https://doi.org/10.30612/frh.v23i42.15814>. Acesso em: 23 ago. 2025.

FEDERAÇÃO BRASILEIRA DAS ASSOCIAÇÕES DE GINECOLOGIA E OBSTETRÍCIA (FEBRASGO). **Sexualidade na adolescente**. São Paulo: FEBRASGO, 2017. (Série Orientações e Recomendações FEBRASGO, v. 2, n. 3, 2017).

Eixo: Formação e práticas de cuidado em saúde.

Financiamento: Apoio institucional da Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), por meio da concessão de bolsa de extensão vinculada ao EDITAL N° 336/GR/UFFS/2025.

Agradecimentos: As autoras agradecem à Liga Acadêmica de Saúde Coletiva (LASC - UFFS) e ao projeto de extensão Educação em Saúde para Promoção do Cuidado Integral e Bem-Estar de Crianças e Adolescentes pela parceria e pelo apoio fundamental para a realização desta atividade.