



IMAGEM / IMAGEN: Unsplash

# Reflexões sobre promoção de saúde na escola: invenções e possibilidades de uma extensão universitária

**Maryana de Castro Rodrigues**

Universidade Federal do Rio de Janeiro, Instituto de Psicologia, Rio de Janeiro, Brasil

<https://orcid.org/0000-0003-3656-4759>

**Ingrid Moraes de Siqueira**

Universidade Federal Fluminense, Instituto de Psicologia, Niterói, Brasil

<https://orcid.org/0000-0001-7204-2785>

**Vitória Ramos Santana**

Universidade Federal Fluminense, Instituto de Psicologia, Niterói, Brasil

<https://orcid.org/0000-0002-8633-8197>

**Juliana Caminha**

Universidade Federal Fluminense, Instituto de Psicologia, Niterói, RJ, Brasil.

<https://orcid.org/0000-0001-7489-325X>

**Vivyan Karla do Nascimento Pereira da Silva**

Universidade Federal Fluminense, Instituto de Psicologia, Niterói, Brasil.

<https://orcid.org/0000-0003-1375-6344>

## Introdução

A entrada no Ensino Superior no Brasil ocorre por meio de processos seletivos que têm como objetivo avaliar os conhecimentos acadêmicos dos candidatos para o preenchimento de vagas em instituições públicas e, muitas vezes, também privadas. De modo geral, essa seleção se dá através de provas objetivas e/ou discursivas contendo um elevado número de questões e que, em 1915, foi oficializada com o título de vestibular (SOARES; MARTINS, 2010).

O vestibular é, portanto, um processo de qualificação, com prerrogativas classificatórias e seletivas. Percebe-se que, na prática, tornou-se muito maior que uma simples prova, mas uma espécie de “rito de passagem” para a vida adulta, além de ser considerado como porta de entrada para melhores possibilidades de inserção no mercado de trabalho, sendo, assim, amplamente estimulado em todas as classes sociais e para um público cada vez mais jovem (D’AVILA; SOARES, 2003; RODRIGUES; PELISOLI, 2008; PAGGIARO; CALAIS, 2009).

O excessivo número de candidatos em relação às poucas vagas disponíveis gera a necessidade de um preparo intenso, de, geralmente, um ano ou mais, que hoje tem como consequência uma grande modificação no modelo de ensino das escolas privadas, que se voltam cada vez mais para a preparação dos seus alunos para o exame (D’AVILA; SOARES, 2003).

Percebe-se, portanto, uma tensão paradoxal: a Lei de Diretrizes e Bases da Educação (LDB) determina que o Ensino Médio ofereça uma educação abrangente, que possibilite ao aluno exercer sua cidadania de forma crítica e consciente (BRASIL, 1996), enquanto muitas instituições privadas têm objetivado, cada vez mais, a preparação do aluno exclusivamente para a aprovação no processo seletivo do vestibular. Com isso, ao focar na busca de melhores resultados, ignoram a quantidade de efeitos lesivos gerados nos alunos.

Além disso, cabe considerar que a realidade nas escolas estaduais e municipais é permeada por outras dificuldades, destacando-se as consequências de más gestões públicas, que deixam aos estudantes fragilidades nas condições de ensino e defasagens de aprendizagem, ampliando os obstáculos para um desempenho concorrente em relação aos estudantes da rede privada.

Em paralelo, as instituições federais de ensino se constituem como uma realidade híbrida, pois, em geral, possuem resultados equivalentes aos das escolas privadas, porém enfrentam os desafios estruturais do sucateamento da educação pública. A pressão experienciada por esses jovens ocorre, assim, numa outra dimensão: sentem-se na obrigação de honrar a oportunidade de um ensino de qualidade, cumprindo os protocolos de aprovação que mantêm o colégio em seu *status* de excelência e de diferencial dentro do ensino público.

Segundo Schönhofen et al. (2020), o próprio ambiente preparatório para os vestibulares pode contribuir para o surgimento de fatores ansiogênicos, pois é atravessado por um cenário de competitividade. Quanto maior é o número de alunos aprovados em universidades por uma escola, maior é o seu conceito e melhor é a sua avaliação diante da sociedade, não importando de que modo ocorre e o que essa preparação inclui e, principalmente, exclui. O fim, a aprovação, justifica e reforça os meios.

Considerando esse cenário experienciado por muitos jovens no contexto brasileiro, o presente artigo apresenta a aposta de trabalho realizada por uma equipe de extensão universitária do curso de Psicologia da Universidade Federal Fluminense de Niterói, que utilizou-se de dispositivos grupais e de oficinas para a promoção de saúde no contexto de preparação para o vestibular de estudantes secundaristas de um colégio federal do mesmo município. As experiências aqui expostas demonstram a contribuição do projeto para o entendimento de que o coletivo produz transformações no singular, ensejando a construção de estratégias de enfrentamento e a potencialização desses jovens diante do processo vivenciado.

## Efeitos do vestibular e estratégias de enfrentamento possíveis

O grau de importância dado ao vestibular, aliado ao limitado número de vagas ofertadas pelas universidades, acaba contribuindo para o surgimento de intenso sofrimento, com manifestações físicas e psicológicas, nos candidatos. Apesar de escassos, os estudos quantitativos na área apresentam dados alarmantes sobre o número de jovens que relatam alguma forma de adoecimento nesse período.

No estudo realizado por Schönhofen et al. (2020), por exemplo, com 137 alunos, apresentou-se a prevalência de sintomatologia de Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) de 41,4% em uma taxa de resposta de 90,7%. Essa presença de sintomas físicos e psicológicos foi mais associada com a ansiedade relacionada à prova, indicando que reações específicas, como falta de confiança, distrações e preocupações, são provocadas em virtude do alto grau de competitividade e da incerteza da aprovação. Santos et al. (2017) investigaram a ocorrência de sintomas de estresse em 178 vestibulandos de Medicina, principalmente cefaleia e transtornos de humor, que podem ser causados por influência familiar, disputa de vagas e busca por sucesso no vestibular.

Um ponto de elevada importância nessa temática, mas que ganha pouco destaque, é a forma como os próprios estudantes enfrentam tal situação, a qual pode contribuir para o aumento ou diminuição das consequências físicas e psicológicas provocadas por tal evento. A articulação de estratégias de enfrentamento a esse processo apresenta-se como possibilidade de diálogo – associações, compartilhamento de desejos, medos, intenções comuns (HAMANN et al., 2019) – com o fim de construir uma rede de apoio de estudante para estudante.

Iniciativas que estimulam a cooperação, partilha de dificuldades, bem como a construção coletiva de estratégias de enfrentamento podem gerar novos entendimentos sobre a vivência do vestibular e o abrandamento de seus efeitos mais imediatos. A partir de um espaço de prevenção e promoção de saúde mental, observou-se na experiência de intervenção para manejo de estresse e ansiedade em vestibulandos, feita por Daolio e Neufeld (2017), que os participantes desse programa indicaram que “o simples fato de reconhecerem que estavam em uma situação geradora de desgaste emocional e, principalmente, de possuírem um espaço para falarem sobre isso, pôde ajudar a aliviar as pressões que estavam sofrendo” (DALIO; NEUFELD, 2017, p. 131).

## Uma perspectiva de saúde

Considerando o panorama do vestibular e os potenciais efeitos produzidos naqueles que vivenciam esse processo, percebe-se que a saúde dos vestibulandos é algo que merece atenção. Sendo assim, intervenções voltadas para esse público fundamentalmente deparam-se com a necessidade de pensar a saúde em seus variados aspectos.

A relação entre saúde e educação, a partir das possibilidades de pensar essa vinculação junto às escolas, fornece meios para compreender a não separação entre processos educativos e saúde. No contexto brasileiro, essa associação é exposta e defendida também por órgãos públicos, como o Ministério da Saúde.

Através do Departamento de Atenção Básica, o Ministério da Saúde produziu, em 2009, os Cadernos de Atenção Básica, dentre os quais está aquele que aborda o Programa Saúde na Escola. No referido documento há uma visão sobre o espaço escolar que marca a relação deste com a produção de saúde em âmbito social:

A escola deve ser entendida como um espaço de relações, um espaço privilegiado para o desenvolvimento crítico e político, contribuindo na construção de valores pessoais, crenças, conceitos e maneiras de conhecer o mundo e interfere diretamente na produção social da saúde (BRASIL, 2009, p. 8).

Entende-se que a escola exerce um papel fundamental para além do campo pedagógico, participando também com funções sociais e políticas significativas para a população. Nesse sentido, está fortemente envolvida com questões de promoção de saúde, produção de qualidade de vida, fortalecimento de capacidades individuais e estímulo à tomada de decisões que visem à manutenção da saúde (BRASIL, 2002). Através da ampliação do entendimento do papel das instituições escolares é afirmado o caráter formativo da escola, atuando não somente para uma formação acadêmica e intelectual, mas também humana e social.

Observando essas definições, averigua-se que a intersecção entre saúde e educação envolve diversos fatores e que a promoção da saúde nesse contexto deve abranger dimensões variadas da vida. O caminho é o da defesa de uma visão de saúde que está para além do entendimento de que esta é apenas a ausência de doenças e que afirma a possibilidade de construção de uma vida saudável quando se enfoca a integralidade da pessoa.

Promover saúde é tocar nas diferentes dimensões humanas, é considerar a afetividade, a amorosidade e a capacidade criadora e a busca da felicidade como igualmente relevantes e como indissociáveis das demais dimensões. Por isso, a promoção da saúde é vivencial e é colada ao sentido de viver e aos saberes acumulados pela ciência e pelas tradições culturais locais e universais (BRASIL, 2002, p. 535).

É preciso, portanto, considerar a saúde através do seu aspecto de integralidade, situando o sujeito em seu contexto territorial, social, histórico e econômico, para além de sua condição orgânica. Nesse sentido, tomamos como referência Bernardes, Pelliccioli e Guareschi (2010), que afirmam que o trabalho em promoção de saúde não se resume apenas em tratamento, prevenção e reabilitação, mas também na produção de novas formas, de outras possibilidades de vida.

Ainda nesse trabalho, os autores rerepresentam o conceito de “potência de vida”. Forjado na Filosofia, ele diz da nossa capacidade de constante criação de novas formas de se agregar, de criar sentidos, de inventar dispositivos de valorização e autovalorização.

Operar com a produção de saúde não diz respeito a olhar para o querer-viver, mas para a afirmação da vida (DELEUZE, 2006). E a afirmação da vida encontra-se não nas essências, como na forma biopsicossocial, mas nas circunstâncias, na variação das formas de existir. Essa variação das formas de existir relaciona-se à potência de agir. Essa potência de agir é provocada por aquilo que faz variar as formas de existir: o afeto (BERNARDES; PELLICCIOLI; GUARESCHI, 2010, p. 11).

Esse afeto de que nos fala Deleuze (2006) se refere a um certo efeito do encontro com a alteridade. Assim, entendemos que a produção de saúde está diretamente relacionada à potência de vida, a essa capacidade de criação de formas inventivas de viver, e que estas se dão não no âmbito individual, mas no coletivo.

## O grupo como dispositivo de promoção de saúde na escola

O modelo educacional atual, majoritariamente influenciado pela lógica capitalista de seleção, meritocracia e exclusão, tem como consequência vivências de escolarização cada vez mais solitárias, competitivas e potencialmente geradoras de adoecimento. Na contramão desse movimento, tomamos o grupo como dispositivo-chave na promoção de saúde dentro do espaço escolar.

A partir da leitura do conceito de dispositivo em Deleuze (2006), Melsert e Bicalho (2012, p. 156) apresentam o grupo como um dispositivo que, “a partir do encontro de vários sujeitos, faz ver e faz falar múltiplas formas de ser, de pensar, de experimentar, de sentir o mundo”. Para Passos (2007), o grupo, enquanto dispositivo de intervenção, se oferece numa dupla abertura: produção de conhecimento e produção de transformação.

Apesar de não se poder prever os efeitos do encontro grupal, aqui apostamos em certas práticas como facilitadoras de encontros potentes e inventivos, assumindo não um lugar de especialistas, baseados em um “fazer para”, mas reconhecendo nossas implicações no campo e nos preocupando com um “fazer com”. Sendo assim, destaca-se a importância do diálogo entre os profissionais de Psicologia e os agentes daquela realidade escolar a qual se propõe a intervenção (alunos, professores, orientação educacional, pais, entre outros). É a partir do diálogo que então se podem conhecer as encomendas, aquilo que é esperado da intervenção, e desvelar as demandas de trabalho, que se mostram no encontro (ROSSI; PASSOS, 2014). Além disso, é preciso ser inventivo, utilizar recursos diversos. Aqui, muito nos vale a ideia da “caixa de ferramentas” apresentada por Foucault e Deleuze (1979).

A imagem de uma caixa de ferramentas supõe um conjunto de instrumentos que vão sendo utilizados de acordo com a necessidade, e geralmente em conjunto. Interessa-nos a metáfora da caixa para pensar o conceito de intervenção, considerando essa perspectiva de movimento e multiplicidade (MALITO, 2016, p. 128).

Nesse contexto, ganham espaço as oficinas como ferramentas potentes de intervenção grupal na escola. A oficina, segundo Afonso (2018, p. 9), é definida como “um trabalho estruturado com grupos, independentemente do número de encontros, sendo focalizado em torno de uma questão central que o grupo se propõe a elaborar, em um contexto social”. É importante esclarecer que as oficinas se diferem de um grupo terapêutico ou de um projeto apenas pedagógico, pois ela, como afirma a autora, trabalha também com os significados afetivos e as vivências relacionadas ao tema discutido.

Assim, possibilitando um encontro grupal mobilizador de questões relativas ao processo de escolarização, suas formas hegemônicas e as possibilidades de criação frente às mesmas, as oficinas se apresentam como relevante recurso para intervenções que visam à promoção de saúde no espaço escolar.

## **Intervenções possíveis na escola: a experiência de um projeto de extensão universitária**

Tendo como preocupação as questões referentes ao adoecimento e ao sofrimento psíquico causados pelo processo de preparação para o vestibular em jovens de Ensino Médio e tomando a promoção de saúde na escola sob o olhar da integralidade e de aumento da potência de vida, foi idealizado por alunas do curso de Psicologia da Universidade Federal Fluminense, em 2017, o projeto de extensão “Juventudes e Processos de Escolarização: Crises, Obstáculos e Invenções”.

O primeiro campo em que o projeto pôde se inserir foi um colégio federal de nível médio localizado no município de Niterói, RJ. Inicialmente, a proposta do projeto era trabalhar especificamente a temática do vestibular e futuramente expandir os temas abordados a partir do que surgisse no encontro com os estudantes.

Através da proposição de oficinas, apostamos em um espaço de coletivização das diversas formas como os estudantes experienciavam o processo de preparação para o vestibular, seus desafios e estratégias, de modo que pudessem se sentir acolhidos, encontrar suporte no grupo e descobrir possibilidades de apropriação e reinvenção de seus próprios percursos.

A proposta de trabalho, influenciada também pela pesquisa-intervenção (ROCHA; AGUIAR, 2003), permitia que os caminhos de análise fossem construídos pelo próprio grupo, em uma relação flexível entre os proponentes e os jovens participantes. Tal modelo possibilitaria um trabalho compartilhado, apostando numa atuação inventiva e desnaturalizadora dos lugares hegemônicos de facilitador e participante (AGUIAR; ROCHA, 2007).

A seguir serão apresentados dois relatos, registros de oficinas-experimentações realizadas no colégio, uma no ano de 2018 e outra em 2019, com alunos da terceira série do Ensino Médio.

## O corpo do pré-vestibulando: dos dias “brancos” aos “coloridos”

No início da atuação do projeto de extensão, nossa proposta se voltava para a realização de uma série de oficinas regulares com um mesmo grupo de estudantes por vez. O grupo cuja experiência será narrada a seguir foi formado por 10 alunos, oriundos das 6 turmas de 3º ano do Ensino Médio do colégio, sendo 9 meninas e 1 menino. A média de idade dos participantes era entre 16 e 17 anos.

Ao longo dos encontros e através das atividades desenvolvidas, notamos que os estudantes se sentiram confortáveis para compartilhar seus anseios e angústias relacionados ao período do vestibular. Muitas questões mencionadas por alguns alunos, antes tidas como individuais, acabavam tomando um contorno coletivo, conforme se percebia que outros participantes também se identificavam com as mesmas.

Também não achar, por ter várias pessoas, não achar que é a única que tá lá pensando que tá tudo errado [...] ver também a realidade de outras pessoas (Lucas<sup>1</sup>, 16 anos).

Muito foi falado sobre a pressão para a realização do exame, os afetos mobilizados no processo de preparação e as expectativas sobre a obtenção de sucesso no mesmo. Além disso, também foram fortemente mencionados o cansaço decorrente da farta rotina de estudos e os diferentes posicionamentos das famílias diante de tais questões. “Eu me sinto cansada, não consigo esquecer nem um pouquinho, toda hora eu penso, mas eu não tô desesperada achando que vai dar tudo errado não” (Amanda, 17 anos).

Na terceira oficina desse grupo, decidimos retomar algumas dessas falas através de uma atividade que colocasse o corpo como lugar de destaque para pensar as questões que atravessavam esses jovens. Preparamos tiras brancas de papel com a seleção de algumas falas ditas por eles ao longo dos encontros anteriores. Frases como “Eu não quero ser aquele aluno que as pessoas olham estranho porque não passou no vestibular”, “Eu não tenho tempo de dormir”, “Tempo é dinheiro”, dentre outras, foram dispostas no chão para que os estudantes pudessem visualizá-las e escolher aquelas com as quais mais se identificavam.

Após esse primeiro momento, apresentamos uma grande folha de papel pardo e propusemos que eles desenhassem o corpo de um estudante para representá-los. Uma das participantes se posicionou ao centro da folha e o contorno foi construído. A proposta seguinte foi que eles dispusessem as tiras de papel sobre o corpo recém-criado, posicionando-as de acordo com o local no corpo onde acreditavam que aquelas frases os afetavam. Discutimos sobre a disposição criada e o porquê das escolhas daqueles locais. A frase “Meus pais não levam a sério minha necessidade de estudar”, por exemplo, foi posicionada na região do peito, próxima ao coração, pela relação do órgão com os sentimentos e os relacionamentos. Já a frase “Preciso descansar”, apesar de colocada na cabeça, afirmaram estar relacionado a todo o corpo.

---

1 Os nomes aqui apresentados são fictícios para preservar as identidades dos participantes.

Na sequência foram distribuídos pequenos papéis coloridos com a proposta de que escrevessem aquilo que acreditavam que aquele corpo estava precisando ouvir, quais seriam possíveis falas de cuidado para direcionar a ele. Após um tempo, pedimos para que compartilhassem suas produções, e o que se seguiu foram frases como: “Não precisa se cobrar tanto”, “Calma, eu estou do seu lado e não vou deixar você desistir”, “Cada um tem seu tempo”.

Perguntados sobre o que gostariam de fazer com essa nova produção, os jovens decidiram posicionar os novos papéis no corpo, de forma a responder as frases antes colocadas. Uma das sugestões também foi substituir os papéis brancos pelos papéis coloridos, mas os estudantes optaram por deixar ambos, afirmando que reconhecer e não “apagar” esses problemas é importante para que se pensem soluções e formas de cuidado.

Discutimos juntos sobre a nova disposição e o que isso lhes causava. Os estudantes responderam que o corpo estava bonito, mencionando sensações de alegria e alívio. Conversamos sobre a relação entre o corpo do estudante desenhado, seus atravessamentos e sua nova configuração e os corpos dos próprios jovens. Estabeleceram relações entre as primeiras frases, impressas em papel branco, como sendo os “dias brancos”, dias de desânimo e desmotivação, enquanto os papéis coloridos representavam os “dias coloridos” em que se sentiam mais confiantes e animados.

Uma das alunas apontou sobre a importância dessa atividade para entender que nem todos os dias são “brancos”, assim como nem todos os dias são “coloridos”, mas que eles têm o poder para colori-los. Falaram sobre não normalizar que a preparação para o vestibular precisa ser sofrida, reservando seu bem-estar e sua saúde para um futuro após aprovação, quando tudo será melhor, e, ainda, sobre entender que esse processo pode ser “colorido”, pode ser diferente.

Outro ponto mencionado e que merece destaque foi a reflexão de que a realidade do ensino brasileiro não é igualitária e que o vestibular, no modo como é feito hoje, não comporta essas diferenças e que, portanto, o resultado não os define. Ao serem perguntados sobre o que gostariam de fazer com aquele corpo, o grupo decidiu que aquela produção seria exposta em alguma área visível da escola para que mais pessoas tivessem acesso.

## As ilhas do autoconhecimento: e eu no vestibular?

Uma das oficinas realizadas com os estudantes da turma de 3º ano do mesmo colégio em 2019 foi intitulada *E eu no vestibular?*, trazendo como temática questões de autoconhecimento que permeiam o momento da escolha profissional e de preparação para o vestibular. Compareceram a essa oficina 10 estudantes, sendo 7 meninas e 3 meninos. A média de idade entre os participantes também foi entre 16 e 17 anos.

Selecionamos algumas relações que compõem as vivências desses estudantes como disparadores para pensar sobre autoconhecimento e como essas relações se estabelecem em suas vidas no momento de preparação para o vestibular. Dividimo-las em diferentes categorias com pequenos grupos, que chamamos de ilhas. Nesses subgrupos, pudemos discutir sobre rotina de estudos, lazer, relações com família, amigos e parceiros amorosos, além de trazer a relação com o próprio corpo e suas emoções. Os participantes passaram por todas as categorias, podendo compartilhar experiências e dificuldades acerca do tema proposto. Elaboramos pequenas atividades como disparadores para a discussão nos subgrupos as quais, posteriormente, seriam ampliadas para um debate final com todos os alunos.

Muitos deles relataram o modo como o preparo para o vestibular gera uma série de restrições que afetam diversos âmbitos de suas vidas, impossibilitando que explorem e se dediquem a outras partes não vinculadas aos estudos. Flexibilizar a rotina de estudos para ter momentos de lazer ou de convivência com familiares e amigos se apresentava como um desafio, uma vez que, quando se permitiam a isso, se sentiam culpados por não estarem estudando. “No meio de tanta coisa você acaba esquecendo as coisas boas” (Ana Júlia, 17 anos).

A partir dessas circunstâncias, eles não conseguiam manter seus vínculos afetivos durante o ano de vestibular, o que produzia sentimentos de tristeza e solidão, segundo os mesmos. Assim, declararam que a experiência do vestibular afasta e rompe laços por conta da rotina intensa de estudos e cobrança. Alguns alunos até admitiram se privar de estabelecer certas relações que poderiam atrapalhar o foco nos estudos, principalmente namoros.

Conforme suas narrativas, compartilhar essas adversidades os remeteram a emoções como angústia, desconforto, tristeza, irritabilidade e cansaço que sentiam em sua rotina. Esse cotidiano sobrecarregado contribuía para a construção de um olhar negativo frente ao processo de vestibular que estavam experienciando. “Eu me fecho para tudo e tento não sentir nada, nem as coisas boas e nem as ruins” (Matheus, 16 anos).

Quando ampliamos a conversa para o debate geral das questões que foram levantadas nos subgrupos, conversamos bastante sobre a importância da manutenção de bons momentos de convivência e de como isso impacta na saúde. Discutimos também sobre o planejamento e inclusão desses momentos de autocuidado (lazer, convivência com pessoas queridas etc.) na organização das atividades, sempre considerando as possibilidades reais de cada um, até mesmo como forma de evitar culpabilização por estarem desviando do que foi previamente planejado. Assim, a direção da discussão foi de considerar a forma como eles têm vivenciado essas relações, pensar em como se sentem com os modos de estarem juntos que têm conseguido sustentar e refletir sobre estratégias possíveis.

## Análise do percurso

Apesar da abertura do colégio para a inserção de nosso projeto, tivemos alguns conflitos de atividades durante o período letivo, além de outros imprevistos, como greves externas, que acabaram afetando a continuidade dos encontros. Após algumas semanas afastados de dois grupos, pudemos perceber mudanças no investimento por parte dos estudantes e das extensionistas na continuidade do trabalho. Dois grupos ficaram sem encerramento e fechamento do trabalho (se é que ele se “fecharia”).

Ao longo dos anos de trabalho, ainda que tenhamos nos deparado com diversas dificuldades e impedimentos para uma continuidade, tivemos a oportunidade de ver, ouvir e trabalhar com os elementos que os estudantes nos traziam sobre suas próprias vivências e, mais do que isso, proporcionar um espaço de abertura e acolhimento onde eles próprios puderam se colocar e se identificar uns com os outros.

Apesar das especificidades existentes, muito do que é vivido durante esse período de preparação e realização dos exames vestibulares é experienciado de modo similar pelos estudantes de Ensino Médio. Desse modo, indo na contramão do caráter individualizante e solitário que o processo de preparação para o vestibular possui, a criação de um espaço de coletivização dessas experiências possibilitou aos jovens vestibulandos a formação de vínculos e de uma rede de apoio, como evidenciado em algumas falas registradas durante os encontros.

Sabe, esse momento é muito legal pra gente. É o único momento, acho, que tem da gente falar da gente (Mônica, 17 anos). Me sinto melhor só de saber que tem gente que sente o mesmo que eu (Lucas, 17 anos). Com a conversa de antes eu entendi que eu não preciso necessariamente entrar numa faculdade logo depois de terminar a escola (Carla, 17 anos).

Além dos ganhos enquanto coletivo, através do compartilhamento de pensamentos e experiências, os membros dos grupos também puderam repensar seus próprios processos, tendo a oportunidade de reinventar ativamente novos caminhos.

## Considerações finais

A ação aqui exposta baseia-se na concepção de que o trabalho em ambientes educacionais não deve desconsiderar a implicação nos processos de saúde dos educandos, educadores e todos os outros sujeitos envolvidos no campo escolar. Firmada em uma noção ampla de saúde, a inserção da Psicologia nos processos educativos necessita desenvolver um olhar que considere a integralidade dos sujeitos, suas potencialidades e estratégias na lida com as situações adversas que vivenciam.

A atuação do projeto concretizou uma aproximação do campo de atuação da Psicologia Escolar, oferecendo reflexões e estudos a respeito da interseção da Psicologia com a Educação. O impacto social se deu pela construção coletiva de outros modos possíveis de experimentar a vivência do vestibular a partir de estratégias de enfrentamento para as dificuldades compartilhadas entre os estudantes. Foi possível promover a discussão sobre o processo que estavam vivendo, com incentivo ao questionamento da competitividade e da produção do fracasso escolar que prevalecem nos processos de escolarização hegemônicos e suas implicações. Nessa perspectiva, o trabalho oferecido foi direcionado à comunidade fora do meio acadêmico, oferecendo ações que ultrapassaram os muros da universidade e possibilitaram a articulação entre a academia e o meio social na produção de conhecimento e de práticas interventivas.

A criação de espaços de acolhimento e compartilhamento no ambiente escolar foi a maneira encontrada, considerando a aposta de saúde e educação aqui defendida, para possibilitar o desenvolvimento de intervenções voltadas para promoção de saúde. A escola como local composto por diversos agentes construtores do que se entende por processos educacionais convida à integração a partir de um trabalho que seja desenvolvido no coletivo. Entendemos, assim como em Melsert e Bicalho (2012), a diversidade de falas e trocas vivenciais oportunizadas pelo grupo, o que faz dele um espaço também de aprendizado.

Voltando o olhar para o processo de preparação dos vestibulandos, foco das intervenções anteriormente descritas, entende-se que muito do que é vivido durante esse período é experienciado de modo similar pelos estudantes de Ensino Médio, sendo importante que identifiquem que não trilham sozinhos esse percurso. Desse modo, indo na contramão do caráter individualizante e solitário que o processo de preparação para o vestibular possui, a criação de um espaço de coletivização dessas experiências possibilita a formação de vínculos e de uma rede de apoio.

As oficinas, como instrumento de trabalho, têm se mostrado como eficiente caminho de integração entre proponentes e estudantes do Ensino Médio por possibilitar uma participação ativa dos envolvidos. Oficinas dão a ideia de construção, um dos pilares do projeto de extensão aqui apresentado: um fazer em constante construção, feito por múltiplas mãos, que entendem que educação e saúde caminham junto.

Apesar de seus limites de atuação, como a abrangência estritamente local, a relevância desse projeto para os participantes não se baseou no recebimento passivo de técnicas e saberes psi. Ao contrário, acreditamos serem os próprios estudantes os maiores conhecedores de si, podendo produzir ativamente espaços de acolhimento e abertura, propícios à troca e à experimentação, onde eles mesmos possam se desenvolver e trilhar juntos novos modos de caminhar.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AFONSO, M. L. M. Oficinas em dinâmicas de grupo: um método de intervenção psicossocial. In: AFONSO, M. L. M. (Org.). **Oficinas em dinâmicas de grupo: um método de intervenção psicossocial**. 3. ed. Belo Horizonte: Artesã, 2018, p. 9-61.
- AGUIAR, K. F.; ROCHA, M. L. Micropolítica e o exercício da pesquisa-intervenção: referenciais e dispositivos em análise. **Psicologia, Ciência e Profissão**, Brasília, v. 27, n. 4, p. 648-663, dez. 2007.
- BERNARDES, A. G.; PELLICCIOLI, E. C.; GUARESCHI, N. M. F. Trabalho e produção de saúde: práticas de liberdade e formas de governamentalidade. **Psicologia e Sociedade**, Florianópolis, v. 22, n. 1, p. 5-13, abr. 2010.
- BRASIL. **Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996**. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. Brasília, 1996. Disponível em: <[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/l9394.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l9394.htm)>. Acesso em: 29 mar. 2017.
- \_\_\_\_\_. Ministério da Saúde. Secretaria de Políticas de Saúde. Projeto Promoção da Saúde. A promoção da saúde no contexto escolar. **Revista de Saúde Pública**, v. 36, n. 2, p. 533-535, 2002. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0034-89102002000400022>. Acesso em 29 mar. 2017.
- \_\_\_\_\_. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Saúde na Escola. **Cadernos de Atenção Básica**. Brasília, 2009.
- D'AVILA, G. T.; SOARES, D. H. P. Vestibular: fatores geradores de ansiedade na “cena da prova”. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 4, n. 1-2, p. 105-116, dez. 2003.
- DAOLIO, C. C.; NEUFELD, C. B. Intervenção para stress e ansiedade em pré-vestibulandos: estudo piloto. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 18, n. 2, p. 129-140, dez. 2017.
- DELEUZE, G. **A ilha deserta e outros textos**. São Paulo: Iluminuras, 2006.
- FOUCAULT, M.; DELEUZE, G. Os intelectuais e o poder: conversa entre Michel Foucault e Gilles Deleuze [1972]. In: FOUCAULT, M. **Microfísica do poder**. Rio de Janeiro: Graal, 1979, p. 69-78.
- HAMANN, B. et al. Práticas educativas para a prevenção e mitigação aos riscos de desastres. **Expressa Extensão**, v. 24, n. 3, p. 197-208, ago. 2019.
- MALITO, D. **Juventude, pão e sonho**. Rio de Janeiro: Pachamama, 2016.
- MELSERT, A. L. M.; BICALHO, P. P. G. Desencontros entre uma prática crítica em Psicologia e concepções tradicionais em educação. **Psicol. Esc. Educ.**, Maringá, v. 16, n. 1, p. 153-160, jun. 2012.
- PAGGIARO, P. B. S.; CALAIS, S. L. Estresse e escolha profissional: um difícil problema para alunos de curso pré-vestibular. **Contextos Clínicos**, São Leopoldo, v. 2, n. 2, p. 97-105, dez. 2009.
- PASSOS, E. Quando o grupo é afirmação de um paradoxo. In: BARROS, R. D. B. (Org.). **Grupos: afirmação de um simulacro**. Porto Alegre: Sulina/ Editora da UFRGS, 2007, p.11-19.
- ROCHA, M. L.; AGUIAR, K. F. Pesquisa-intervenção e a produção de novas análises. **Psicologia, Ciência e Profissão**, Brasília, v. 23, n. 4, p. 64-73, dez. 2003.
- RODRIGUES, D. G.; PELISOLI, C. Ansiedade em vestibulandos: um estudo exploratório. **Rev. Psiquiatria Clínica**, São Paulo, v. 35, n. 5, p. 171-177, 2008.
- ROSSI, A.; PASSOS, E. Análise institucional: revisão conceitual e nuances da pesquisa-intervenção no Brasil. **Rev. Epos**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 1, p. 156-181, jun. 2014.
- SANTOS, F. S. et al. Estresse em estudantes de cursos preparatórios e de graduação em Medicina. **Rev. Bras. Educ. Med.**, Rio de Janeiro, v. 41, n. 2, p. 194-200, jun. 2017.
- SCHÖNHOFEN, F. L. et al. Transtorno de ansiedade generalizada entre estudantes de cursos de pré-vestibular. **J. Bras. Psiquiatr.**, Rio de Janeiro, v. 69, n. 3, p. 179-186, jul. 2020.
- SOARES, A. B.; MARTINS, J. S. R. Ansiedade dos estudantes diante da expectativa do exame vestibular. **Paidéia**, Ribeirão Preto, v. 20, n. 45, p. 57-62, abr. 2010.

**RESUMO** O processo de entrada no Ensino Superior no Brasil, conhecido como vestibular, é socialmente encarado como uma etapa essencial para a inserção dos jovens na vida adulta, sendo capaz de gerar grande impacto na saúde dos estudantes que se preparam para tal. O presente artigo discute a respeito de uma concepção de saúde e seu vínculo com a experiência educacional, abordando vivências de um Projeto de Extensão em Psicologia da Universidade Federal Fluminense, realizado em um colégio federal em Niterói-RJ com estudantes vestibulandos. A partir deste trabalho, buscou-se que os alunos se sentissem estimulados a pensar sobre o processo que vivenciavam, tomando a oficina e o grupo como dispositivos para a promoção de saúde na escola. O percurso do projeto contribuiu para o entendimento de que o coletivo opera, de fato, transformações no singular, possibilitando a construção de estratégias de enfrentamento e a potencialização desses jovens diante do processo vivenciado.

**Palavras-chave:** vestibular, escola, promoção de saúde oficina.

**Reflexiones sobre promoción de salud en la escuela:  
inventos y posibilidades de un proyecto de extensión universitaria**

**RESUMEN** Los exámenes de ingreso son vistos socialmente en Brasil como un paso esencial para la inserción de los jóvenes a la vida adulta, y pueden generar un gran impacto en la salud de los estudiantes que se preparan para ellos. Este artículo discute sobre una concepción de salud y su vínculo con la experiencia educativa. Para eso se abordaron algunas experiencias de un Proyecto de Extensión en Psicología de la Universidade Federal Fluminense, realizado en un colegio federal en Niterói-RJ, con estudiantes preparándose para el examen de ingreso. Con este trabajo, se buscó que los estudiantes pensarán en el proceso que vivían, utilizando el taller y el grupo como dispositivos de promoción de la salud. El transcurso del proyecto contribuyó a entender que el colectivo opera transformaciones en cada uno de sus participantes, posibilitando la construcción de estrategias de afrontamiento y el empoderamiento de estos jóvenes frente al proceso vivido.

**Palabras-clave:** examen de ingreso, escuela, promoción de la salud, taller.

**Reflections on health promotion at school:  
inventions and possibilities of an university extension project**

**ABSTRACT** The entrance exam for university education in Brazil is socially seen as an essential step for young people insertion into adult life and can strongly impact students' health while preparing for it. This article discusses a concept of health and its link with the educational experience, based on experiences held at a federal high school institution in Niterói-RJ with undergraduate students, organised by an Extension Project in Psychology from Universidade Federal Fluminense. Workshops and group interaction were used as devices to promote health in the school environment in a way that students felt encouraged to think about the process they were experiencing. This project contributed to understanding how group interaction transforms its participants and enables the empowerment of young people facing the entrance exams and construction of coping strategies to deal with its challenges.

**Keywords:** entrance exam, school, health promotion, workshop.

**DATA DE RECEBIMENTO:** 28/05/2021

**DATA DE APROVAÇÃO:** 30/08/2021



**Maryana de Castro Rodrigues**

*Mestranda do Programa de Pós-Graduação em Psicologia pela Universidade Federal do Rio de Janeiro (UFRJ), Brasil. Psicóloga graduada pela Universidade Federal Fluminense (UFF), Brasil.*

**E-mail:** [maryana\\_rodrigues@id.uff.br](mailto:maryana_rodrigues@id.uff.br)



**Ingrid Moraes de Siqueira**

*Psicóloga graduada pela Universidade Federal Fluminense (UFF), Brasil.*

**E-mail:** [psi.ingridmoraes@gmail.com](mailto:psi.ingridmoraes@gmail.com)



**Vitória Ramos Santana**

*Graduanda em Psicologia pela Universidade Federal Fluminense (UFF), Brasil.*

**E-mail:** [vitoriaramos@id.uff.br](mailto:vitoriaramos@id.uff.br)



**Juliana Caminha**

*Graduanda em Psicologia pela Universidade Federal Fluminense, Brasil (UFF).*

**E-mail:** [julianacaminha@id.uff.br](mailto:julianacaminha@id.uff.br)



**Vivyan Karla do Nascimento Pereira da Silva**

*Graduanda em Psicologia pela Universidade Federal Fluminense, Brasil (UFF).*

**E-mail:** [vivyanpereira@id.uff.br](mailto:vivyanpereira@id.uff.br)