

# Educação entre pares como estratégia para promoção da saúde mental das juventudes



# Educação entre pares como estratégia para promoção da saúde mental das juventudes

## **ORGANIZAÇÃO DE PESQUISA**

Wilson Guilherme Dias Pereira

## **AUTORIA**

Carole Vilanova de Souza

Dival Vieira de Araújo Neto

Juçara Menezes Alencar

Wilson Guilherme Dias Pereira

## **REVISÃO INTERNA**

Andréa Câmara Monteiro

## **REVISÃO EXTERNA**

Ana Bersani

Amanda Gregorio dos Santos

Felipe Moretti

Marcos Paulo Silveira

## **PROJETO GRÁFICO E DIAGRAMAÇÃO**

Gabrielle Rodrigues de Moura

## **COMO CITAR EM ABNT**

MOVIMENTO SABER LIDAR JOVEM. EDUCAÇÃO ENTRE PARES COMO ESTRATÉGIA PARA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DAS JUVENTUDES. Wilson Guilherme Dias Pereira (Org.). São Paulo

- SP: Associação pela Saúde Emocional de Crianças, 2024.

Disponível em: <https://asecbrasil.org.br/publicacoes/>



# Educação entre pares como estratégia para promoção da saúde mental das juventudes

## EQUIPE DO MOVIMENTO SABER LIDAR JOVEM

Andréa Câmara Monteiro

Mentora técnica de Projeto

Cibele Tosi

Apoio do Projeto

Cleiton Zambiasi

Apoio do Projeto

Leandro Mendonça

Jovem Mentor

Maria Eduarda

Jovem Mentora

Maria Paixão

Jovem Mentora

Raquel Guimarães

Consultora de Mobilização

Tayná Gomes

Jovem Mentora

Wilson Guilherme Dias Pereira

Jovem Mentor

## EMBAIXADORES DA COMUNIDADE DO MOVIMENTO SABER LIDAR JOVEM

Barbara Yamasaki

Carole Vilanova de Souza

Dival Vieira de Araújo Neto

Emanuel Herbert Elias Alencar

Grazielle Serafim Nogueira

Juçara Menezes Alencar

Laís Silva Mariano

Matheus Fernandes dos Santos Pereira

Mizraim Oliveira Santos

Paula Alexandre Lopes

# Equipe de Pesquisa



## Wilson Guilherme Dias Pereira

Mestre em Direitos Humanos e Desenvolvimento da Justiça pela Universidade Federal de Rondônia - UNIR | Graduado em Direito pela Faculdade Interamericana de Porto Velho - UNIRON | Advogada | Jovem mentora do Projeto "Comunidade de Jovens Embaixadores" da ASEc+, e liderança da pesquisa | Pesquisadore Pleno I do Instituto de Referência em Internet e Sociedade - IRIS | Fundadora e Coordenadora do Coletivo de Pesquisa e Ativismo de Rondônia sobre Tecnologia, Estado e Sociedade - CPARTE. E-mail: wilguidireito@gmail.com



## Dival Vieira de Araújo Neto

Mestre, Bacharel e Licenciado em Geografia pela Universidade Federal do Acre - UFAC | Especialista em Docência do Ensino Superior | Pesquisador e Docente | Jovem embaixador da Comunidade de Jovens Embaixadores pela Saúde Mental da ASEc+ | Ativista da temática de migração e participante da Pastoral do Migrante e Cáritas. E-mail: divalnetto@hotmail.com



## Juçara Menezes Alencar

Graduanda em Psicologia pela Universidade de Brasília - UNB | Jovem embaixadora da Comunidade de Jovens Embaixadores pela Saúde Mental da ASEc+ | Indígena do Povo Tukano | Ativista das temáticas de mudanças climáticas, saúde indígena, migrações ambientais no contexto dos distintos biomas do Brasil, dentre outros temas | E-mail: jucaraalencar7@gmail.com



## Carole Vilanova de Souza

Artista de multilinguagens, performer desde 2013, diretor desde 2017; e costureire | Transmasculino não-binário | Jovem Embaixador da Comunidade de Jovens Embaixadores pela Saúde Mental da ASEc+ | É participante do coletivo artístico-cultural Fuleragi, onde contribui para a produção de eventos e atividades e participou como aluno das Transmascuaula | E-mail: carolesouza9@gmail.com

# Sumário

1. Apresentação	06
2. Introdução	07
3. Metodologia de pesquisa	09
4. Os efeitos da pandemia na saúde mental das juventudes brasileiras no pós-pandemias	14
5. Educação entre pares e promoção da saúde mental: caminhos possíveis para o fortalecimento das juventudes	20
6. Relatos de experiências de projetos de educação entre pares como metodologia para promoção de saúde mental na ASEc+	25
7. Considerações finais	33
8. Bibliografia	35
9. Apêndice 1 - Questionário base das entrevistas semi-estruturadas	42
10. Apêndice 2 - Template de análise das entrevistas	43

# 1. Apresentação

A Associação pela Saúde Emocional - ASEc+, é uma Organização da Sociedade Civil (OSC) sem fins lucrativos, que nasce em 2004, com a intenção de promover o diálogo e o fortalecimento da saúde emocional e mental de crianças. Seu propósito é promover saúde mental e bem-estar por meio do desenvolvimento de habilidades para a vida e da construção de espaços de relacionamento saudáveis, com a visão de uma sociedade mais solidária e feliz. Em seus 20 anos de atuação, a Associação já alcançou mais de 425 mil pessoas, com seus projetos e soluções.

Em 2020 a ASEc+ estabeleceu como uma de suas estratégias de comunicação o nome “Movimento Saber Lidar”, fazendo menção a sua essência que traz como fundamento o desenvolvimento das estratégias de *Coping* (em português traduzido como Saber Lidar). Naquele momento a intenção era ampliar a articulação nacional em torno das perspectivas de promoção da saúde mental para além do ambiente infanto-juvenil escolar, desenvolvendo ações para o mundo corporativo e toda a sociedade. No ano seguinte as juventudes decidiram criar o “Movimento Saber Lidar Jovem”, voltado ao fortalecimento das pautas de promoção de saúde mental entre as juventudes brasileiras, especialmente pelo contexto de fragilização causado pela COVID-19 no país.

Em 2023, o Movimento Saber Lidar Jovem lança a “Comunidade de Jovens Embaixadores pela Promoção de Saúde Mental”, um espaço feito de jovens para jovens, com a intenção de articular os debates sobre promoção de saúde mental e bem-estar emocional a partir de uma linguagem acessível e confiável. Este relatório de pesquisa apresenta os achados da investigação desenvolvida por jovens pesquisadores da Comunidade, com o objetivo de compreender os principais achados literários e a percepção dos (as/es) jovens entrevistados sobre a utilização da educação entre pares como ferramenta para promoção de saúde mental. Entendemos nesta pesquisa como educação entre pares, a metodologia de aprendizado e trocas, que se baseia na horizontalidade dos participantes, neste caso, diálogos com simetrias etárias. Nas próximas páginas estão apresentados, a partir de metodologias qualitativas, os principais resultados.

## 2. Introdução

*Eu vejo na TV o que eles falam sobre o jovem não é sério  
O jovem no Brasil nunca é levado a sério  
Eu vejo na TV o que eles falam sobre o jovem não é sério, não é sério  
Eu vejo na TV o que eles falam sobre o jovem não é sério  
O jovem no Brasil nunca é levado a sério  
Eu vejo na TV o que eles falam sobre o jovem não é sério, não é sério  
(Charlie Brown Jr., 2020)*

Em 2020, um rapper brasileiro conhecido como Charlie Brown Jr. lançava a música “Não é sério”, uma canção interpretada por ele e por outra grande artista da cena do rapper, Negra Li. A letra da canção dava vida, em cada estrofe, aos desafios das juventudes brasileiras de participar das decisões sobre o país, visto que as políticas públicas seguem em uma perspectiva adultocêntrica, que nas palavras de Pereira (2023, p. 34) “é um modo de construção de nossa sociedade, em que se prioriza na agenda pública e nas correlações de poder, adultos a crianças” - e onde adicionamos, nesta perspectiva, adolescentes e jovens.

Assim, a presença das juventudes em diversos cenários públicos é, geralmente, na condição passiva, de ouvinte, ou de “sujeito consultor”: indivíduos que podem ser ouvidos, desde que suas reflexões sejam para nutrir os desejos dos adultos tomadores de decisão, ou que vá ao encontro de seus pensamentos. Todavia, com a finalidade de romper com esses paradigmas da participação simbólica, diversas propostas foram criadas a partir de perspectivas de protagonismo juvenil e tem ganhado força no Brasil e no mundo nos últimos anos.

Dentre essas propostas, algumas centralizam-se na metodologia conhecida como educação entre pares - conceito que será melhor abordado na seção 5 deste relatório. Já existem alguns programas, inclusive do Governo Federal, que apostam em metodologias que mesclam protagonismo juvenil e educação entre pares, alguns com um poder decisório mais amplo, outros mais restritivos. Dentre eles, podemos citar o Programa Saúde nas Escolas (PSE) criado há mais de 20 anos, cuja finalidade é articular, a partir dos Ministérios de Saúde e Educação, propostas que aumentem a qualidade de vida de crianças e adolescentes (Silveira et al., 2023). Apesar disso, é preciso citar que o programa incluiu ações voltadas para a saúde mental apenas em janeiro de 2024, com o sancionamento da Política Nacional de Atenção Psicossocial das Comunidades Escolares, cujos planos de trabalho ainda estão em elaboração.

Desta maneira, percebendo que existe uma lacuna na ação e na

investigação sobre a articulação dos temas ‘promoção de saúde mental e educação entre pares’, a presente pesquisa se propôs a:

1. Fazer uma revisão da literatura sobre os impactos da pandemia da COVID-19 na saúde mental das juventudes brasileiras;
2. Analisar os principais achados da literatura científica especializada sobre educação entre pares;
3. Avaliar os impactos preliminares da Comunidade de Jovens Embaixadores pela Saúde Mental desenvolvido pela Asec+.

Utilizou-se a pandemia da COVID-19 também como marcador temporal para o desenvolvimento da pesquisa, visto que, dado empíricos preliminares a pesquisa já apontavam para seu alto nível de impacto à saúde mental das juventudes brasileiras.

Esse relatório condensa os principais achados da investigação, que articulou uma triangulação metodológica (que será melhor apresentada a seguir) para seu desenvolvimento. É preciso citar que esta pesquisa foi integralmente desenvolvida a partir da metodologia entre pares, isto é, a coordenação e a condução da pesquisa foi integralmente realizada por jovens, com autonomia para decisões científicas, sem interferência institucional ou de financiadores, além disso, é importante mencionar que as pessoas pesquisadoras envolvidas no desenvolvimento desta investigação possuem diferentes graus de experiência com a pesquisa científica. Assim, os textos a seguir apresentados em cada seção deste material possuem também lentes ativas de escrita e interpretação de mundo, de juventudes.

Para sistematizar os achados, este relatório foi construído em 3 tópicos centrais, cada qual voltada a articulação de um ou mais objetivos da pesquisa, que estão melhor apresentados na seção 3, em “metodologia de pesquisa”. A primeira seção, denominada “os efeitos da pandemia na saúde mental das juventudes brasileiras no pós-pandemia”, teve como finalidade identificar quais foram os efeitos que a pandemia da COVID-19 trouxe para a saúde mental das juventudes brasileiras a partir da bibliografia estudada e das juventudes entrevistadas.

Na segunda seção, intitulada de “educação entre pares e promoção da saúde mental: caminhos possíveis para a fortalecimento das juventudes”, identifica-se o conceito de educação entre pares, e o de promoção de saúde mental firmado pela literatura nacional, e ampliam-se as reflexões de modo a conjecturar possibilida-

des de articulação dos dois campos para produção de saúde mental das juventudes brasileiras, muito afetadas no pós-pandemia.

Por fim, a terceira seção, apresentada como “relatos de experiências de projetos de educação entre pares como metodologia para promoção de saúde mental na ASEC+”, visa sistematizar alguns dos achados do projeto de Jovens Embaixadores em Saúde Mental e de outros projetos desenvolvidos pela ASEC+ que possuem base ou inspiração em metodologias de educação entre pares e promoção de saúde mental, em um processo de pesquisa-ação, em que se sistematiza os aprendizados na mesma medida em que se geram impactos. Esta última seção apresenta resultados parciais do projeto, unidos à literatura e às reflexões das juventudes entrevistadas, apontando caminhos para uma eventual resposta da hipótese de pesquisa.

Espera-se que com este relatório seja possível o reconhecimento e a orientação de outros projetos e políticas públicas que pautem perspectivas de promoção de saúde mental a partir de uma metodologia entre pares, em que o protagonismo dos sujeitos seja fortalecido e a concepção de usuário passivo da saúde seja contornado por sujeitos com percepções e potências para colaborar com o sistema.

### 3. Metodologia de pesquisa

A presente pesquisa possui um caráter inovador ao explorar um tema que na junção dos elementos não possui campo vasto de literatura: a articulação temática de juventudes, promoção de saúde mental e educação entre pares é um campo que ainda carece de exploração. É preciso, contudo, citar, que os temas de forma individual possuem um vasto campo de literatura, seja em português, ou em outras línguas.

Assim, enquanto inovação científica, a presente pesquisa se propõe a buscar resposta à seguinte pergunta: “Como a ferramenta de educação entre pares pode contribuir nas estratégias de promoção da saúde mental para juventudes brasileiras no contexto pós-pandemia do Brasil?”. Utilizou-se, enquanto recorte investigativo temporal, o elemento do contexto pós-pandêmico, por reconhecer na literatura investigativa brasileira os vastos efeitos à saúde mental das juventudes do período de isolamento da COVID-19 (Atlas das Juventudes, 2022).

Assim, os objetivos desta investigação perpassam por, de modo geral, analisar os principais achados literários e a percepção dos (as/es) jovens entrevistados sobre a utilização da educação entre pares como

ferramenta para promoção de saúde mental, e de modo específico:

- a)** Identificar os principais efeitos apontados pela literatura brasileira na saúde mental de juventudes durante e pós-pandemia;
- b)** Compreender o conceito de educação entre pares e sua correlação com o debate sobre promoção da saúde mental;
- c)** Sistematizar os resultados parciais do projeto de educação entre pares de juventudes desenvolvidos pela ASEc+ durante e após a pandemia para a promoção de saúde mental.

Acreditava-se, enquanto hipóteses investigativas, que:

- a)** A educação entre pares é uma metodologia útil para alcançar bons resultados em práticas de promoção da saúde mental para juventudes brasileiras;
- b)** a formação de jovens educadores entre pares representa uma alternativa de alto impacto para a promoção e letramento em saúde mental de adolescentes e jovens brasileiros (as/es) durante e após a pandemia para a promoção de saúde mental.

Para alcançar respostas aos objetivos desta investigação e testar as hipóteses apresentadas, optou-se por seguir o que Minayo et al. (2005, p. 1) categorizou como “triangulação de métodos”, que nada mais é do que “uma estratégia de investigação voltada para a combinação de métodos e técnicas” com a finalidade de desenvolver uma investigação que soma diversas complexidades, como no caso de estudar as juventudes brasileiras e a promoção de saúde mental.

Por ser uma investigação que exploraria o campo dos simbolismos, significados, falas e textos, optou-se por seguir a abordagem metodológica qualitativa, que Minayo et al. (2005, p. 73 -74) explica como campo de “[...] compreensão, a inteligibilidade dos fenômenos sociais e o significado e a intencionalidade que lhe atribuem os atores.”.

Para desemaranhar essa complexa teia investigativa, se fez necessário o entrecruzamento e articulação de quatro técnicas de pesquisa, que compõem a abordagem qualitativa: **a)** revisão integrativa; **b)** entrevistas semiestruturadas; **c)** revisão de documentos; **d)** pesquisa-ação. Explica-se a seguir a utilização de cada técnica e sua finalidade na pesquisa.

A revisão integrativa foi utilizada na investigação para responder aos objetivos específicos “a” e “b”. Optou-se por esta metodo-

logia por seu rigor científico de seleção dos textos. O caminho de exploração desta técnica perpassou primeiro pela seleção dos elementos de busca, contando com uma etapa metodológica própria, na qual, selecionou-se o “Google Scholar” enquanto plataforma de busca, por ser um dos maiores indexadores de pesquisa no Brasil, com diversos textos acadêmicos com acesso gratuito.

Após a seleção do indexador, selecionaram-se as palavras-chave correlatas a pesquisa, sendo elas: **1)** “saúde mental” + “juventude” + “pandemia”; **2)** “letramento em saúde mental”; **3)** “educação entre pares”; **4)** “educação entre pares” + “saúde mental”; **5)** “promoção de saúde mental” + “jovens”. Rememora-se a pessoa leitora deste relatório que a utilização de aspas em buscadores científicos possui um caráter de limitação das respostas, auxiliando na limitação dos resultados para análise. Ainda assim, selecionamos outros critérios de filtragem como: **a)** período: 2019 - 2023, período correlato a pandemia e o pós-pandemia no Brasil; **b)** ordenar por relevância; **c)** artigos de revisão, por ser uma busca dos apontamentos da literatura científica nacional.

A etapa de seleção dos textos para análise e fichamento seguindo a técnica de revisão integrativa foi dividida em três etapas. A primeira, foi a seleção dos textos para análise prévia. Essa fase foi realizada por apenas um pesquisador, que fez a busca de cada uma das palavras-chave mencionadas, e elencou todos os documentos encontrados em uma planilha com hiperlinks. Como critério de limitação, a pessoa pesquisadora catalogou documentos até a 10ª página de respostas do Google Scholar, nesta etapa foram selecionados 238 textos.

A segunda etapa, com a finalidade de filtrar os textos para escolher apenas os que estão diretamente relacionados com os objetivos da pesquisa, seguiu a partir de uma revisão dupla sem identificação. Destarte, os outros três pesquisadores que não estiveram envolvidos na primeira fase da pesquisa, realizaram uma pré-seleção dos textos por pertinência temáticas, com os seguintes critérios: **a)** inclusão de uma das palavras-chave de busca no título ou no subtítulo; **b)** compatibilidade temática presente no resumo (se existente) ou não na introdução; **c)** texto em português; **d)** artigo científico ou elaborado por instituição de relevância reconhecida; **e)** metodologia descrita no resumo (se existente) ou na introdução; **f)** material disponível em plataforma pública ou de acesso gratuito. Cada texto foi avaliado por duas pessoas, que votavam na planilha pela inclusão ou não do texto. Em caso de dissensos, a decisão foi tomada pela pessoa pesquisadora que realizou a primeira fase de busca. A filtragem nesta fase resultou em 43 textos que segui-

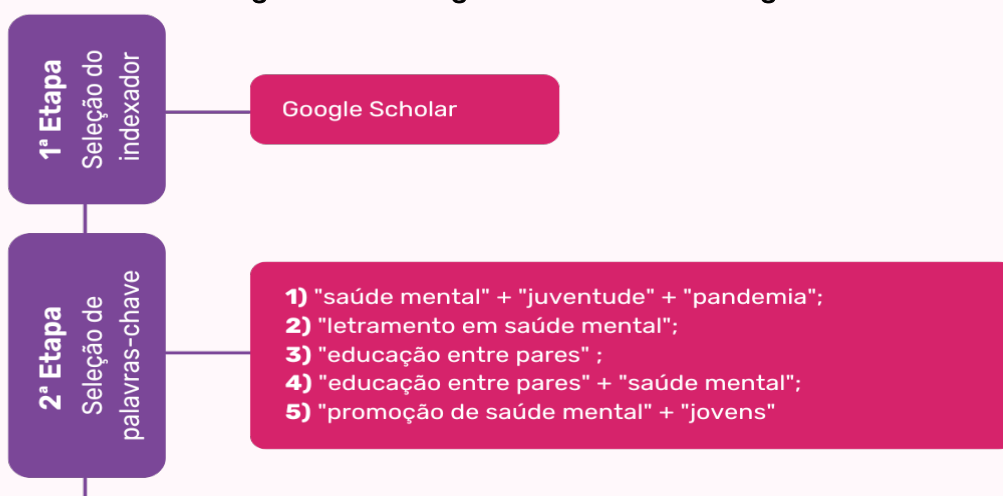
ram para a terceira e última etapa da técnica de revisão integrativa.

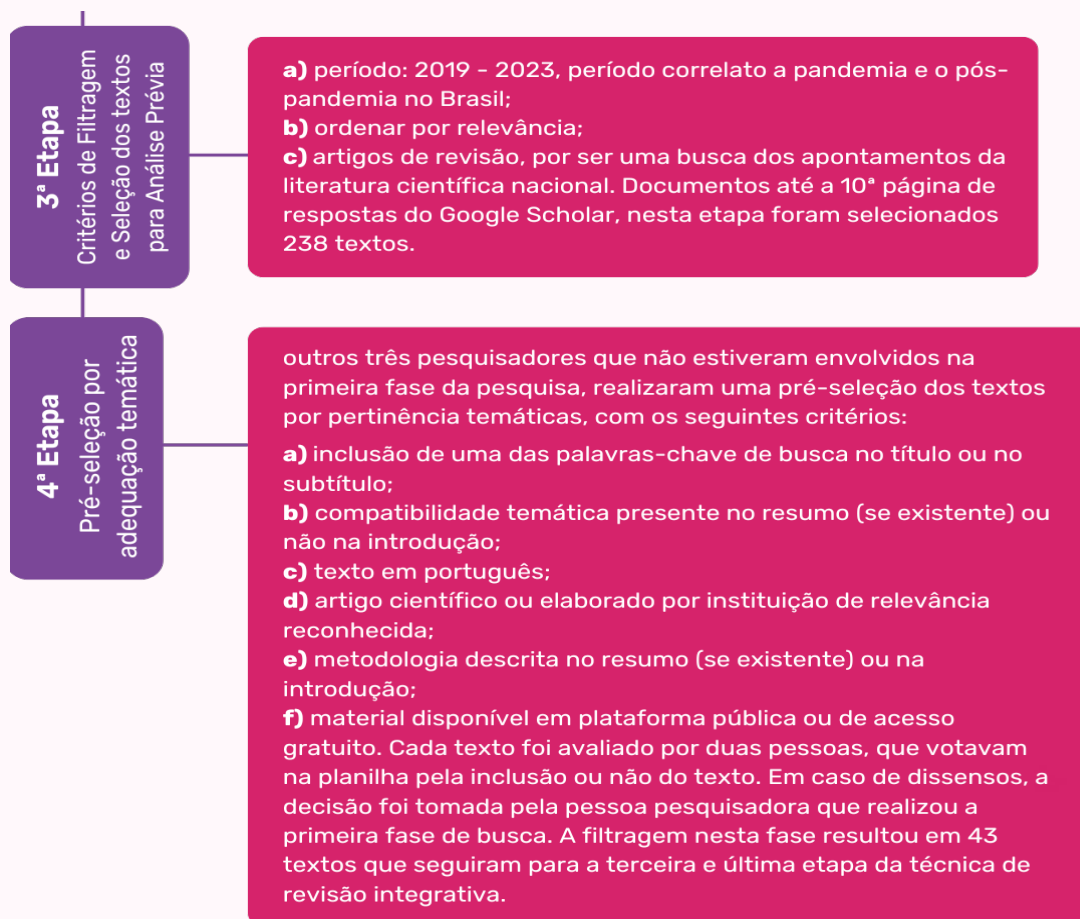
A terceira fase, foi a distribuição dos 43 textos, que foram lidos, analisados e fichados. Para essa fase, um *template* de fichamento foi desenvolvido, com as principais palavra-chaves que deveriam ser buscadas nos textos, sendo elas: **1)** saúde mental; **2)** juventudes; **3)** pandemia; **4)** letramento; **5)** educação entre pares; **6)** promoção de saúde mental; **7)** comentários gerais. Esse esquema de catalogação serviu de subsídio para o mapeamento dos principais argumentos dos autores em cada eixo temático envolvido na pesquisa. É preciso citar que nem todas as pesquisas preenchem elementos nos 6 eixos principais, o que não é uma questão eliminatória, já que nossa investigação se propõe a articular eixos pouco explorados entre si.

Além dos textos que seguiram a técnica de revisão integrativa, outros 4 foram adicionados discricionariamente pela equipe de pesquisa, por sua relevância e/ou articulação direta com alguma das linhas investigadas nesta pesquisa. São eles os trabalhos de autoria de Atlas das Juventudes (2022), Pereira (2023), Minayo (2005) e Tripp (2005).

Por representarem contexto bem específicos de análise e colaboração da pesquisa, e um número inferior a 10% do material analisado, as obras não representam uma intervenção grande à técnica de revisão integrativa, que permaneceu seguindo os rigores científicos. Por representarem contexto bem específicos de análise e colaboração da pesquisa, e um número inferior a 10% do material analisado, as obras não representam uma intervenção grande à técnica de revisão integrativa, que permaneceu seguindo os rigores científicos.

Figura 01: Fluxograma da revisão integrativa





As entrevistas semiestruturadas foram desenvolvidas com a intenção de responder ao objetivo específico “c”. Foram realizadas ao todo 10 entrevistas, em 2023, com jovens entre 18 a 29 anos, das regiões: norte, nordeste, sudeste e centro-oeste do Brasil. Destes (as/) jovens, 80% se autoidentificam como negros ou indígenas, 10% como amarelos e 10% como brancos. Ademais, 60% destes são LGBTQIAPN+. Apesar das perguntas da pesquisa não serem diretamente voltadas a fatores de diversidade de gênero, raça ou sexualidade, não se pode anular que estes dados compõem a percepção das considerações feitas por essas juventudes na pesquisa.

As entrevistas foram todas realizadas pela mesma pessoa pesquisadora, seguindo roteiro previamente estabelecido com 9 perguntas norteadoras (ver Apêndice 1), perguntas essas que foram ampliadas na medida em que a pessoa entrevistadora percebia eventual necessidade, tendo o tempo de duração médio entre 20 minutos e 1 hora. Todas as entrevistas foram gravadas com a autorização das pessoas entrevistadas, transcritas com o apoio de instrumentos de inteligência artificial<sup>1</sup> e, por fim, foram revisadas pela pessoa entrevistadora, que realizou também o processo de anonimização.

<sup>1</sup> Utilizamos a IA da empresa Reshape na versão prêmio, para saber mais sobre o sistema consulte: <https://www.reshape.com.br/>

A análise das entrevistas foram realizadas pelas outras três pessoas pesquisadoras a partir de *template* próprio (ver Apêndice 2). Neste material a equipe pesquisadora inseriu os principais achados de citações diretas, indiretas e dados que permitissem a quantificação binária em “sim” ou “não”. Os dados transcritos neste relatório estão anonimizados, de modo que, os nomes apresentados neste documento são fictícios, e possuem a única finalidade de ressaltar a humanidade dos dados, ressaltando que não representam apenas números, mas sujeitos.

A revisão de documentos foi utilizada enquanto técnica para resposta do objetivo específico “c”. Nesta perspectiva foram analisados relatórios de projetos de promoção de saúde mental da ASEC+. Dentre os relatórios constavam documentos de projetos anteriores ou em curso realizados pela ASEC+ com base na educação entre pares de juventudes com foco em promoção de saúde mental, durante e após a pandemia.

Por derradeiro, a pesquisa-ação uniu-se enquanto técnica metodológica para oportunizar o registro das experiências dos projetos da ASEC+, especialmente do projeto de Jovens Embaixadores pela Saúde Mental, que tem como finalidade construir uma comunidade de jovens com o propósito de dialogar e multiplicar os debates sobre promoção de saúde mental no Brasil, ainda em desenvolvimento, e do qual todas as pessoas pesquisadoras envolvidas nesta pesquisa fazem parte. Desse modo, as percepções sistematizadas na seção 6 deste relatório representam parte desse esforço de pesquisar, enquanto promove-se uma ação de transformação, e testar os resultados desse processo (TRIPP, 2005).

Explica-se que, apesar de cada técnica ser envolvida para responder um objetivo específico da investigação, neste relatório as três técnicas estão emaranhadas ao longo de toda a pesquisa, afinal a triangulação de métodos, pressupõe a articulação das metodologias, e não seu isolamento. Assim, a pessoa leitora poderá identificar ao longo das três seções do relatório dados que advêm de entrevistas, revisões sistemáticas de bibliografia ou documental.

## 4. Os efeitos da pandemia na saúde mental das juventudes brasileiras no pós-pandemias

Quando abordamos o debate sobre o vírus SARS-CoV-2, que gerou a

pandemia de COVID-19 a partir de dezembro de 2019, na cidade de Wuhan na China, tendo se proliferado para várias regiões, com impactos no contexto global, nos deparamos com inúmeras consequências sofridas em detrimento dos efeitos sociais da própria pandemia, principalmente relacionados à saúde mental, campo em que o impacto foi elevado.

No espaço midiático e acadêmico, as discussões sobre os efeitos da COVID-19 obtiveram destaque sobretudo para os quantitativos, como as perdas econômicas, números de infectados ou perdas de vidas humanas, com números alarmantes (Costa, 2021). Mas os resultados podem ser ainda mais profundos quando decidimos olhar para alguns campos específicos, como as consequências na saúde mental das juventudes.

Para fins de compreensão conceitual, adotamos nesta investigação a interpretação de saúde mental a partir de uma abrangência de fatores, como “o bem-estar subjetivo, a autoeficácia percebida, a autonomia, a competência, [...] e a autorrealização do potencial intelectual e emocional da pessoa” (Gomes, 2022, p.21). Em termos práticos, não basta o sujeito estar em um estado emocionalmente estável, para a definição de uma saúde mental, o oposto também seria verdadeiro, para fins desta pesquisa, buscamos a correlação de elementos, como o desenvolvimento da autonomia do indivíduo, desenvolvimento de novas habilidades, dentre outros elementos, percepção que muito se coaduna com o conceito adotado pela Organização Mundial da Saúde.

Dados da pesquisa realizada pelo Atlas das Juventudes que entrevistou 16.326 jovens na faixa etária de 15 a 29 anos de todas as regiões do Brasil no ano de 2022, assinalou vários efeitos negativos para as juventudes como resultado direto ou indireto da pandemia, devido aos “inúmeros efeitos que a pandemia e seu contexto têm provocado na vida desses (as/us) jovens: 6 a cada 10 jovens relatam ter passado por ansiedade; 5 a cada 10 por exaustão ou cansaço constante e 4 a cada 10 por falta de motivação nos últimos 12 meses” (Atlas das Juventudes, 2022).

E esses efeitos na saúde mental das juventudes continuam no pós-pandemia, pois “83% desses (as/us) acreditam que a pandemia não acabou”, (Atlas das Juventudes, 2022). Esse cenário agrava a situação da saúde mental anterior à pandemia de COVID-19, que já colocava o Brasil como o país mais ansioso do mundo e a juventude é a parcela da população mais afetada.

Além desses dados, temos o período da adolescência, considera-

do como uma fase do desenvolvimento humano em que surgem diversas necessidades de autoconhecimento e curiosidades sobre o mundo em que se vive, pois, “Adolescência é uma fase de natureza complexa, com uma sucessão de fenômenos e intenso crescimento, transformações anatomofisiológicas e psicológicas, como a busca de uma identidade, a valorização dos grupos sociais e o desenvolvimento da sexualidade” (Loureiro, 2020, p. 35-39).

Dessa maneira, é preciso mencionar que essa fase de desenvolvimento é também utilizada como argumento social para negligenciar a atenção necessária às juventudes. Discursos como “crise da adolescência” ou “tentativas de chamar atenção” são práticas problemáticas que devem ser questionadas na sociedade para um cuidado maior com as juventudes. Nesse sentido, Da Silva (2022), aborda que existem estudos sobre o suicídio nesta faixa etária indicando que discursos como “crise da adolescência” ou “tentativas de chamar atenção” representam um problema que deve ser discutido para que possamos oferecer um cuidado maior com as juventudes.

Durante o tempo de distanciamento social imposto pela pandemia, com a intenção de proteger e prevenir da doença, os (as/es) jovens foram obrigados (as/es) a se desfazer de suas rotinas e viver mais tempo dentro de suas residências, o que causou solidão, estresse, exposição à violências e abusos, e vários desafios que afetaram diretamente a saúde mental desse grupo (Gomes, 2022), conforme explica Oliveira et al. (2019):

Em tempos de COVID-19 a saúde mental dos adolescentes foi grandemente afetada, assim ocorreu uma prevalência de sintomas depressivos e de ansiedade, bem como a combinação desses sintomas. Assim, a situação pandêmica provocou irritabilidade e medo, além das mudanças provocadas pela puberdade, abalando a saúde mental do adolescente. Outro fator que foi agravado, com início de medidas de distanciamento social, foi o aumento da vulnerabilidade de adolescentes em contexto de violência doméstica, já que precisaram passar mais tempo em suas casas, precisando ficar mais tempo próximos de figuras parentais abusivas que utilizam de castigos físicos ou práticas de punição para controlar atitudes indesejadas dos adolescentes. (OLIVEIRA, et al.,2019; *apud* COSTA, et al. 2021, p.13)

Outro fator a considerar foi o aumento do tempo em frente às telas digitais, pois, sem ida às escolas e aos ambientes de lazer, a opção como meio de distração, entretenimento e conhecimento, se tornou preocupante (Almeida, 2021). Barbosa et al. (2023) conclui inclusive em sua pesquisa que o aumento do uso de telas por crianças e adolescentes

está moderadamente associado à piora da saúde mental desse público, afetando inclusive seu desempenho estudantil, o sono, e as relações sociais, o que acarreta diretamente na piora de um estado de saúde mental. Essa preocupação é apontada no estudo de Macêdo et. al. em que:

A prevalência de problemas emocionais e comportamentais correlacionados com o aumento do tempo de telas foi dominante nesse público. Depressão, ansiedade e hábitos de sono inconsistentes foram alguns dos principais achados, além de outros sintomas como, transtornos do déficit de atenção, hiperatividade e irritabilidade (MACEDO et al, 2023, p.32).

Borges (2021) destaca ainda em sua pesquisa que além dos fatores emocionais já mencionados, a pandemia acarretou ainda diversos elementos físicos, por conta do sedentarismo e pouca oportunidade de prática de exercícios físicos, o que acarretou inclusive impactos em suas ocupações, como educação e trabalho, através do aumento do estresse e ansiedade. É crucial perceber, a partir da literatura, o quanto a saúde é um processo cíclico e interconectado, onde a afetação de um elemento pode impactar diretamente todas as esferas da vida.

A literatura de Piccin (2019) e Mognon Silva et al. (2023) destacam ainda os alarmantes índices de aumento de mortes por suicídio e/ou ideações no período da pandemia, especialmente para as juventudes. Os autores frisaram ainda em suas pesquisas que um dos dados encontrados foi o fator etário, isto é, as múltiplas necessidades de escolhas e decisões desta faixa etária que acirraram ainda mais o cenário de risco de adoecimento mental. Atualmente, há a hipótese de que o período da pandemia deflagrou ou aumentou os índices de transtornos emocionais, psicológicos e comportamentos de risco para as juventudes (Borges, 2021).

Mas, para além disso, os efeitos da pandemia impulsionaram em alguma medida a ampliação dos diálogos sobre o tema, pois antes da pandemia os diálogos populares sobre o tema não estavam tão bem estabelecidos como estão hoje. Já havia estudos e profissionais voltados para isso, porém pouco ressaltados entre e para as juventudes.

Seguindo essa linha de raciocínio da transformação que a pandemia trouxe do ponto de vista global, mas também pessoal, a jovem Raissa<sup>2</sup> destacou: *“Eu acho que a pandemia meio que obrigou a gente a estar com os nossos demônios, sabe? Tipo assim, estar com as nossas maldades, com as nossas ruindades, com as nossas malvadezas, sabe? Então, é isso, as pessoas surtaram, sabe?”*.

Em termos de regionalização, a pandemia também afetou as regiões pe-

---

<sup>2</sup> Ressaltamos que ao nos referirmos nominalmente a um jovem, este nome já está anonimizado, e se trata de uma das pessoas jovens entrevistadas.

riféricas do Brasil, como aborda um dos jovens. Segundo o entrevistado:

*Eu, como jovem, fui muito afetado. [...] Estudar virou um desafio. Encontrar com as outras pessoas, um medo. [...] A juventude não sabia se ia ter trabalho. A precariedade da educação, o ensino remoto. O contexto amazônico da internet caindo a todo momento. A gente não sabia se a gente ia ter aula completa, se mesmo sendo gravada, ia cair. Falta de energia, além, é claro, da própria possibilidade de contaminação, né? E perda de vidas, foi um contexto muito caótico, que realmente modificou todo o cenário, tanto o meu, como toda a juventude brasileira, né? Algo que as pessoas que estavam na periferia já tinham aquela dificuldade, de muitas vezes não ter acesso ao computador, se tiver acesso à aula, tem que ter um computador. Tem que ter um celular com internet, e aí? Então, foi muito desafiador, muito preocupante. (Alberto)*

A questão social tem desempenhado um papel significativo no aumento da busca por tratamentos relacionados à saúde mental (Figueiredo et al., 2021). Isso é particularmente evidente no Brasil, reconhecido como o país com a maior taxa de ansiedade no mundo, como mencionado anteriormente. A juventude emerge como o grupo mais impactado, tanto em termos de ansiedade quanto de depressão (De Souza Neto et al. 2021). É preciso reconhecer que as desigualdades em termos de saúde mental se inserem em um vasto campo de dimensões, que Figueiredo et al. (2021, p. 2) relaciona com a “dimensão ético-política-afetiva e envolve os campos econômico, jurídico e subjetivo, sendo consubstancial à ordem social”.

Deste modo, o processo de adoecimento mental a partir de perspectivas de desigualdades sociais já existia antes da pandemia, mas se acirra com ela, gerando efeitos ainda mais graves (Mognon Silva et al., 2023). Os impactos da pandemia acabaram fortalecendo “mercado” da saúde mental no contexto de pós-pandemia, conforme explica a jovem Ruana.

*Então, o que eu percebi, né? Depois da pandemia teve esse boom, né? Choveu terapias, choveu psicólogos também, clínicas, planos terapêuticos. Ah, faça a terapia por 20 reais, faça isso por tantos reais, faça se ilá quanto. Converse com a pessoa, roda disso, roda aquilo. E aí eu consigo observar que teve essa urgência da juventude de falar sobre saúde mental (Ruana)*

Por outro lado, à medida que as juventudes se tornavam mais conectadas às telas, passaram a assumir papéis de destaque, pois na medida em que se tornavam vítimas do processo de adoecimento mental pelo uso excessivo delas, também se tornavam protagonistas na criação e disseminação de conteúdo digital e no debate de saúde mental, seja de sua própria saúde ou das pessoas ao seu redor.

Além disso, a crescente presença dos (as/es) jovens nas redes sociais se tornou uma ferramenta para expressar suas opiniões e interesses. Tornaram-se *influencers*<sup>3</sup> nas redes sociais, moldando tendências e comportamentos. No entanto, essa intensa interação com as telas também levantou preocupações sobre os impactos na saúde mental e no bem-estar de todos, como mencionado anteriormente. O jovem Samuel comenta sobre essa situação:

*Eu acho que a pandemia trouxe contextos em que a saúde mental nunca foi tão importante. Óbvio, ela sempre foi, mas ela nunca foi tão importante em termos de discussão, em termos de implicações práticas. A gente teve um isolamento aí que durou dois anos e ainda reverbera na gente, né? A gente teve perdas. [...] Isso afeta negativamente, né? Afeta a saúde mental, a saúde emocional de cada um. A própria questão da insegurança, contrair ou não contrair o vírus, eu acho que os jovens se tornaram cada vez mais ativos nessa discussão. Principalmente por ser o público, a parcela de pessoas que está dentro das redes sociais mais ativamente, está construindo essa comunidade dentro das redes sociais, está cada vez mais conectado. Então, eu sinto que o jovem assumiu um papel mais de protagonista nas discussões sobre saúde mental. Foi durante a pandemia que eu vi isso, que eu vi perfis falando sobre [...] (Samuel).*

A jovem Daniela também traz reflexões no mesmo sentido:

*[...] depois da pandemia foi quando também esses movimentos começaram a pensar sobre saúde mental no geral, né? E agora o que eu percebo é que grupos de jovens também começam a falar sobre isso. Por exemplo, esses dias, ontem mesmo, teve lá no município um encontro de jovens, falando sobre isso, sabe? Eu achei isso tão interessante. Então, eu acredito que sim, que tenha mudado essa percepção até. Eu acho que conhecimento mesmo sobre saúde mental (Daniela).*

Portanto, surgiram esforços para equilibrar o uso das tecnologias digitais com práticas saudáveis de autocuidado e desconexão. Essa dinâmica complexa entre jovens e as telas têm sido objeto de estudo e debate em diferentes áreas acadêmicas e setores da sociedade, pois as tecnologias digitais se tornaram uma ferramenta de promoção de saúde mental para oferecer recursos para melhorar o bem-estar das pessoas, através das redes sociais, aplicativos e plataformas que se conectam com profissionais da saúde mental, gamificação, dentre outras.

Concluimos, a partir da triangulação das técnicas metodológicas empregadas nesta pesquisa, que a pandemia da COVID-19 teve profundos impactos globais, especialmente na saúde men-

---

<sup>3</sup> Termo usado majoritariamente, mesmo no Brasil, para designar influenciadores (as/us) digitais.

tal da juventude e também evidenciou a necessidade de fortalecer redes de apoio psicológico e promover práticas de autocuidado.

O isolamento social agravou problemas como solidão, estresse, exposição a abusos e transtornos mentais. O aumento do tempo em frente às telas contribuiu para a piora da saúde mental, afetando o desempenho estudantil e as relações sociais. Sendo assim, houve o impulso no debate sobre saúde mental, anteriormente pouco abordado, além disso, a pandemia revelou desigualdades sociais que intensificaram problemas de saúde mental, especialmente nas regiões periféricas do Brasil. A busca por tratamentos de saúde mental aumentou, destacando a urgência de enfrentar essas desigualdades para melhorar a saúde mental da juventude.

## 5. Educação entre pares e promoção da saúde mental: caminhos possíveis para o fortalecimento das juventudes

Como vislumbrado no tópico anterior, a juventude está entre os principais grupos afetados pela pandemia da COVID-19. Seja pelo distanciamento social, pelos processos de demissão em massa e vulnerabilidade econômica que há anos assolam as juventudes brasileiras. Ou pelo caráter conflituoso entre medicina e política, que de diversas formas impediu auxílios para a população, violando direitos humanos. Um cenário que serviu diretamente para criação de iniciativas para fortalecer os grupos afetados diretamente pela falta de auxílio, dentre eles a juventude.

Alves et.al. (2021) afirmam ainda que, dentre os eixos principais para promoção de saúde, a Carta de Ottawa garante a necessidade de criação de políticas públicas saudáveis, que reforcem ações comunitárias e ambientes saudáveis. As ações de saúde mental, deste ponto de vista, necessitam ser intersetoriais, isto é, não basta o diálogo sobre saúde de forma isolada, refletindo apenas na dicotomia saúde-doença, é preciso ampliar para perspectivas de moradia, emprego, educação, serviço social, segurança alimentar. Adicionamos ainda, na reflexão a partir das juventudes entrevistadas: o lazer, a arte e a cultura, além do direito ao ócio, que é urgente para as juventudes brasileiras. Na opinião dos (as/es) jovens que participaram da pesquisa, como foi destacado pela entrevistada Raissa: *“Eu acho que aqui a gente tem*

*ido pra outros eixos, sei lá, cuidar da sua casa, cuidar da sua carreira, tirar uma habilitação, dar um rolê, ter um lazer, poder viajar”.*

O contexto da pós-pandemia evidenciou a necessidade da construção e difusão de estratégias de promoção de saúde mental, em um tempo e espaço em que o adoecer tornou-se “comum” entre as juventudes ficou evidente a necessidade do fortalecimento socioemocional de adolescentes e jovens.

Vimos também que não é uma novidade na literatura acadêmica, e nem para o senso comum, que as fases da adolescência e juventude são tidas como fases de enormes mudanças, que incluem a transformação do corpo, uma maior exploração da sexualidade, a ampliação das exigências sociais, necessidades econômicas e profissionais mais acirradas, dentre outros dilemas que ser jovem no Brasil contemporâneo apresenta como desafios para lidar (Neves et al., 2020; Kinouti et al., 2021; Pereira, 2022; Bizarria et al., 2022; Prata et al., 2022; Soares et al., 2022; De Queiroz Souza et al., 2023).

Os desafios próprios desta faixa etária, somados aos efeitos da pandemia, configuram um cenário com maiores índices de adoecimento mental das juventudes brasileiras. Um horizonte que convoca ao fortalecimento de estratégias de promoção da saúde mental.

Nesta perspectiva, a promoção de saúde mental pode ser entendida como um rol de intervenções amplas, com a finalidade de promover o bem-estar e a saúde de formas mais abrangentes, sem a finalidade única no adoecimento (Alves et al., 2021; Silveira et al., 2023). Essa seria, inclusive, uma das principais diferenças entre a promoção e a prevenção, já que esta segunda seria um encadeado de ações voltadas a antecipar os riscos e mitigá-los, focando em um processo específico, como, por exemplo, a temática de prevenção ao suicídio.

Nestas perspectivas, a promoção de saúde mental deixa de ser compreendida unicamente como um campo exclusivo da saúde, e passa a ser percebida em uma perspectiva mais holística de desenvolvimento de habilidades e estratégias para a vida. Isso oportuniza que os sujeitos possam se sentir fortalecidos para realizar escolhas com base em seus contextos, priorizando aquelas que fortaleçam sua saúde na completude.

A literatura brasileira analisada ao longo desta investigação tem, inclusive, identificado a escola enquanto um espaço importante para a construção de perspectivas de promoção de saúde mental, por ser

um espaço que “[...] se manifesta como instituição em formar pensadores críticos de autocontrole a vigorar os vínculos interpessoais e contribuir nas maneiras de comunicação e reduzir os impactos ocasionados pelos transtornos psicológicos.” (Silva, 2023, p. 25).

Nesse mesmo sentido, é preciso reconhecer que, enquanto as políticas de promoção avançaram em alguns contextos escolares – geralmente para além dos territórios menos marginalizados –, em outros, como nas periferias brasileiras, o debate sobre saúde mental seguiu estagnado, especialmente pela baixa adesão coletiva, uma vez que tais projetos a partir das escolas demandam a articulação de toda a comunidade escolar, envolvendo educadores das diversas matérias em um ensino transversal, além de familiares, dentre outros sujeitos (Mota, 2018; Silva, 2023).

Nas comunidades periféricas, muitas vezes carentes de recursos e apoio adequado, a discussão sobre bem-estar emocional pode ser vista como uma novidade (Kinouti et al. 2021). No entanto, essa abordagem pode ser crucial, não apenas em estímulo a uma cultura de apoio mútuo, mas também ao destaque para enfrentar os estigmas sobre a saúde mental, permitindo que jovens procurem ajuda sem medo. Ruana, uma das jovens entrevistadas, fala inclusive sobre essa ausência de debates sobre o tema em seu território:

*Eu vi algumas ações, né? Que algumas instituições fizeram. Mas não chegou a ser no meu território. O que eu vejo é uma ausência de educação em saúde mental. Total, total, total. Tanto nas escolas, tanto no próprio território mesmo, nas próprias instituições [...].*

Tavares et. al. (2022, p. 30), também reconhecem o papel das escolas na promoção de saúde mental, destacando, inclusive, que a escola é “[...] uma instituição que pode ser aliada ao propósito de superação da lógica de exclusão social decorrente do desconhecimento do processo de adoecer em saúde mental e seus determinantes, colaborando para superar a marginalização das pessoas em sofrimento mental”.

As escolas desempenham um papel central quando se trata de promoção da saúde mental na juventude e adolescência, proporcionando não apenas o ensino, mas também um ambiente para o desenvolvimento e autoconhecimento (Dryzun et al. 2018; Neves et al., 2020; De Melo Tavares et al. 2022; Silveira et al., 2023).

Apesar da reconhecida importância da escola na promoção da saúde mental, a literatura destaca que profissionais da educação não são preparados para lidar com as emoções da juventude e com problemas relacionados à saúde mental. Desse modo, é preciso investir em programas

que possam ser facilmente implementados nas escolas, sem depender unicamente dos educadores (De Oliveira et al., 2020; Da Silva et al. 2022; Tavares et al. 2022; De Melo Tavares et al. 2022;). Portanto, a falta de inserção governamental nessas questões destaca a necessidade urgente de investimentos e políticas que reconheçam e abordem as necessidades de saúde mental dessas comunidades escolares marginalizadas.

Nessa perspectiva, a educação entre pares pode ser um caminho eficaz para as intervenções. Em um cenário em que professores (as) não estão preparados e cada vez mais atarefados, com agendas escolares, plano de aula, e assistência para alunos (as/es), um caminho a ser explorado é a construção de agendas de promoção de saúde mental a partir dos (as/es) próprios (as/es) jovens, fomentando o diálogo aberto e horizontal sobre o tema. Igualmente, os profissionais da saúde encontram-se sobrecarregados, por conta da alta demanda, e despreparados visto que a falta de verba redistribuída, a ausência de integralidade entre profissional e comunidade prejudica a inserção de informações sobre a juventude e consequentemente, o agravamento na promoção de saúde mental para esse grupo.

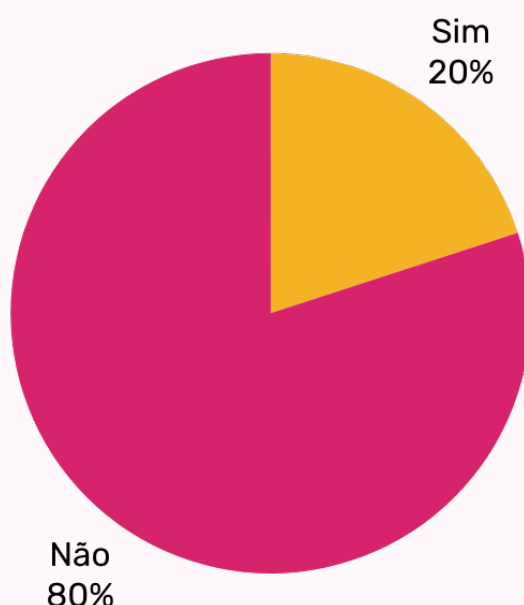
Santos (2020) identifica, inclusive, que o termo educação entre pares, ou EP, como nomeado pela autora, tem sua fundação no campo da educação em saúde, com ampla disseminação a partir dos programas de educação preventiva nos anos noventa, em paralelo ao surgimento do Sistema Único de Saúde - SUS.

Outros campos de literatura científica em saúde, como, por exemplo, da prevenção do vírus da imunodeficiência humana, têm atestado que a construção de estratégias de educação entre pares para adolescentes e jovens tem se demonstrado eficiente, reduzindo comportamentos sexuais de risco, e ampliando as estratégias de difusão de informação sobre a prevenção e o atendimento após a exposição (Santos, 2020). Ademais pode-se citar ainda estratégias de EP sendo utilizadas para o acompanhamento de gestantes em depressão pós-parto (Alves et al. 2021).

Apesar disso, em entrevista com participantes da pesquisa, podemos perceber que o conceito de educação entre pares não é algo tão difundido entre as juventudes. Afinal, 80% das pessoas jovens que participaram das entrevistas semiestruturadas afirmaram nunca terem ouvido falar sobre o termo educação entre pares, enquanto 20% afirmaram já ter ouvido falar do termo, e apenas 10% soube explicar com suas próprias palavras o que seria.

Figura 02: Você já ouviu o termo educação entre pares?

### Você já ouviu sobre educação entre pares?



Fonte: Autores (2023)

Na perspectiva do entrevistado Samuel, educação entre pares é “[...] uma espécie de rede de apoio, de compartilhamento que existe entre pessoas do mesmo grupo”. Explicação que muito se coaduna com a base conceitual do termo, pois Santos (2020, p. 31) assevera o conceito como “[...] um que tem a mesma posição que outro; pertence ao mesmo grupo social, no que se refere à idade, série ou status, mas, atualmente, o termo adequou-se em referência à educação e treinamento”. A autora destaca ainda que para a existência de uma prática de educação entre pares, é preciso identificar o foco de atenção para, a partir disso, consolidar o campo de aprendizagem. Tem sido, inclusive, uma estratégia muito utilizada para alcançar públicos tidos como “inacessíveis” em determinados tópicos, porque permite, a partir da linguagem, da identificação e da aproximação, o desenvolvimento de novas habilidades.

A literatura afirma ainda que a EP não exige uma especialização no tema para consolidar o campo de aprendizagem, mas sim, que haja indivíduos interessados no processo, e que o responsável pela mediação do conhecimento tenha passado por alguma capacitação mínima sobre o tema, e que possua experiências para transmitir (De Oliveira et. al. 2020). Essa possibilidade permite que, a partir de projetos e ações, articuladas com formações, jovens possam promover espaços acolhedores em diversos contextos, como salas de aula, coletivos, grupos religiosos, dentre ou-

tros, para trabalhar perspectivas de promoção da saúde mental, fortalecendo a si e as juventudes, inclusive em contextos de maior fragilidade, como, por exemplo, as periferias brasileiras (Figueiredo et al. 2021).

A jovem Raissa, destaca ainda que, para as juventudes, estratégias para lidar com suas emoções e seu descanso tem sido sim o consumo de álcool e outras drogas, inclusive pelo contexto econômico dessas juventudes: “[...] eu vou dar 200 reais para a terapia por mês, ou vou pegar esses 300 reais e vou na praia. Ou vou pegar esses 300 reais e vou num bar. [questionada sobre qual outra estratégia ela sente que as juventudes vêm usando para lidar, Raissa respondeu que sente muito] o consumo de algumas substâncias, tipo álcool, cigarro, baseadinho, mas eu acho que lazer tem sido um dispositivo de cuidado que eu tenho visto para além da terapia”.

Para além dos tabus, e da criminalização, é preciso reconhecer que as juventudes são múltiplas e têm utilizado diversas estratégias, saudáveis ou não, para construir suas perspectivas de cuidado diário. Tratando-se de juventudes, reconhecer o cenário posto, sem a construção de estereótipos e pré-julgamentos, é vital estabelecer espaços seguros, que permitam a percepção e o estabelecimento de práticas saudáveis de autocuidado. E quando falamos das metodologias de educação entre pares, uma das primeiras premissas, como já mencionado, é a percepção de similaridade entre as partes, o que permite a construção de diálogos mais abertos e sem julgamentos (Santos, 2020; De Oliveira, 2020; De Melo Tavares et al. 2022).

De modo que, a educação entre pares, a partir das diversas perspectivas experimentadas no campo da saúde, possam atestar a possibilidade de utilização da mesma enquanto método eficaz, na/para a elaboração de projetos e ações voltadas à promoção da saúde da juventude brasileira.

## 6. Relatos de experiências de projetos de educação entre pares como metodologia para promoção de saúde mental na ASEc+

A Associação pela Saúde Emocional - ASEc+, como mencionado anteriormente, é uma instituição com mais de 20 anos de atuação, voltada à promoção da saúde mental. Por anos sua atuação

foi focalizada na formação de educadores para beneficiar crianças e adolescentes, mas desde a pandemia tem ampliado sua atuação para outros públicos, incluindo ações diretas com as juventudes. A Associação pela Saúde Emocional - ASEc+, como mencionado anteriormente, é uma instituição com mais de 20 anos de atuação, voltada à promoção da saúde mental. Por anos sua atuação foi focalizada na formação de educadores para beneficiar crianças e adolescentes, mas desde a pandemia tem ampliado sua atuação para outros públicos, incluindo ações diretas com as juventudes.

Dentre as metodologias de promoção de saúde mental oferecidas pela ASEc+, destaca-se o programa “Amigos do Zippy”, desenvolvido pela *Partnership for Children UK*, descrito no site da ASEc+ como “um programa universal de educação emocional que ensina crianças pequenas [...] a lidar com as dificuldades do dia a dia, estimulando-as a identificar e a falar sobre seus sentimentos e a explorar várias maneiras de lidar com eles.” A partir deste programa, outros foram desenvolvidos, como o Amigos do Zippy em Casa, Amigos do Maçã, Passaporte e SPARC Resiliência. Cada novo programa é voltado para uma nova fase de ser criança/adolescente.

Além desses programas, a ASEc+ criou enquanto iniciativa metodológica brasileira, o Caixa de Ferramentas, uma solução da própria instituição, também voltada ao fortalecimento socioemocional, mas que desta vez independe de faixa etária, sendo reconhecida em 2022 pelo HundrEd, uma organização global sem fins lucrativos com sede na Finlândia, como uma inovação em habilidades para o século 21<sup>4</sup>. O Caixa de Ferramentas tem como finalidade proporcionar às crianças, adolescentes, jovens e adultos, um espaço seguro e acolhedor, para em uma roda, conversar sobre os diversos temas do cotidiano, como trabalho, estudo, paixão, dentre outros, correlacionando-os com as emoções e traçando melhores estratégias para lidar, trazendo sempre a centralidade da discussão para os sentimentos e as emoções das pessoas envolvidas.

Em 2021, com a ampliação de projetos voltados para a promoção da saúde mental das juventudes brasileiras, a instituição se propõe a construir um espaço institucional para organização de uma frente de atuação das juventudes na ASEc+, com a finalidade de auxiliar na construção de estratégias para ampliar o debate no país. Assim, nasce o “Movimento Saber Lidar Jovem”, uma articulação de juventudes dentro da instituição para desenvolver, a partir de seus repertórios e com o auxílio formativo de outros (as/es) profissionais, soluções em promoção de saúde mental e emocional. Enquanto o

---

<sup>4</sup> Disponível em: <https://asecbrasil.org.br/no-mundo-da-escola/caixa-de-ferramentas-2/>

Movimento Saber Lidar Jovem dedica-se, neste período, à produção de conteúdos nas redes sociais, nasce uma iniciativa de educação entre pares, com apoio do Fundo das Nações Unidas pela Infância (UNICEF), denominada pelos próprios jovens como Geração Zelo.

A Geração Zelo, construiu três trilhas (in)formativas, isto é, uma série de textos, vídeos, podcasts e jogos, desenvolvidos pelas juventudes, numa linguagem própria, com a finalidade de acolher e transmitir conteúdo qualificado para outras juventudes. Todo o material foi produzido a partir de grupos de estudos e revisado por especialistas da instituição e consultores externos, eventualmente. Ademais, as trilhas desenvolvidas em 2021 foram disponibilizadas em plataforma específica da instituição de forma gratuita<sup>5</sup>. Para ampliar o acesso aos conteúdos para um grupo maior de juventudes, no ano de 2022, as trilhas foram adaptadas por jovens de diversas regiões do país para transformar o material digital em um livro físico, distribuído para quatro escritórios regionais do UNICEF no Brasil, 6 parceiros implementadores do Selo Unicef 2022 - 2024, além de jovens por todo o Brasil. Ao todo foram distribuídas mil apostilas do material.

Como fruto desse espaço de formação entre pares, de produção de conteúdos e articulação das juventudes a partir da pauta de saúde mental, nasce a proposta de criação de uma comunidade voltada à promoção da saúde mental. E, no ano de 2023, iniciam-se os trabalhos para a construção deste espaço. Uma construção feita pelas juventudes que faziam parte da Geração Zelo e do Movimento Saber Lidar Jovem, com o auxílio de especialistas da ASEc+. O projeto foi desenvolvido em duas grandes etapas: o primeiro ano voltado à criação da comunidade e à formação de jovens, e o segundo ano ao desenvolvimento de rodas de conversa na metodologia do Caixa de Ferramentas no modelo presencial em diversos territórios do Brasil.

A Comunidade de Jovens Embaixadores pela Saúde Mental, se estabelece então oficialmente no segundo semestre de 2023, com 10 jovens embaixadores, entre 18 a 29 anos, de quatro das cinco regiões do Brasil, e 6 jovens mentores. Os estados representados de forma direta na comunidade são: Acre, Amazonas, Bahia, Pernambuco, Rio de Janeiro, Rondônia, São Paulo, Sergipe e o Distrito Federal. A Comunidade tem como valor central a criação de ambientes seguros de aprendizagem, trocas de experiências, fortalecimento de laços entre jovens e construção colaborativa com e para as juventudes do Brasil no trabalho em promoção da saúde mental, com apoio de profissionais da ASEc+. Como fruto desse espaço de formação entre pares, de produção de

---

<sup>5</sup> Disponível em: <https://asecbrasil-ead.org.br/mod/page/view.php?id=6>

conteúdos e articulação das juventudes a partir da pauta de saúde mental, nasce a proposta de criação de uma comunidade voltada à promoção da saúde mental. E, no ano de 2023, iniciam-se os trabalhos para a construção deste espaço. Uma construção feita pelas juventudes que faziam parte da Geração Zelo e do Movimento Saber Lidar Jovem, com o auxílio de especialistas da ASEc+. O projeto foi desenvolvido em duas grandes etapas: o primeiro ano voltado à criação da comunidade e à formação de jovens, e o segundo ano ao desenvolvimento de rodas de conversa na metodologia do Caixa de Ferramentas no modelo presencial em diversos territórios do Brasil.

A Comunidade de Jovens Embaixadores pela Saúde Mental, se estabelece então oficialmente no segundo semestre de 2023, com 10 jovens embaixadores, entre 18 a 29 anos, de quatro das cinco regiões do Brasil, e 6 jovens mentores. Os estados representados de forma direta na comunidade são: Acre, Amazonas, Bahia, Pernambuco, Rio de Janeiro, Rondônia, São Paulo, Sergipe e o Distrito Federal. A Comunidade tem como valor central a criação de ambientes seguros de aprendizagem, trocas de experiências, fortalecimento de laços entre jovens e construção colaborativa com e para as juventudes do Brasil no trabalho em promoção da saúde mental, com apoio de profissionais da ASEc+.

Além de valorizar a diversidade regional, outros critérios foram adotados como significativos pelas juventudes, como a diversidade de gênero, raça, etnia, cultura, classes sociais e afins. Com esta integração no projeto, realizou-se a formação específica com este grupo sobre saúde mental e emocional a partir da proposta do “Caixa de Ferramentas”, para então, após essa formação, este grupo de jovens desenvolver ações de promoção de saúde mental, como facilitadores das rodas de conversas, oportunizando diálogos de jovem para jovem de maneira virtual e presencial em seus territórios de origem.

Esta proposta vai ao encontro da importância do diálogo de jovem para jovem. Durante as entrevistas, chegamos inclusive a perguntar-se “Existe diferença entre um diálogo com um adulto ou um jovem quando são feitos diálogos sobre saúde mental?” a resposta de 100% dos participantes foi que essa distinção era perceptível. Destacamos a seguir algumas falas:

*Quando o papo é de jovem pra um profissional, eu acho que no mínimo espera-se que de uma parte tenha no mínimo uma ética, um respeito, uma ética mesmo, sabe? Independente da profissão [...] E de jovem pra jovem, eu acho que o papo é mais igual, tá ligado? Estão os dois ali no mesmo barco, tipo, não dá pra eu cobrar de jovem uma maturidade que ele não tem. Uma responsabilidade que ele não tem, tá ligado? [...] Eu me sinto*

*muito mais confortável em conversar com pessoas que eu acho que tá no mesmo nível de experiência de vida comigo (Raíssa).*

*Quando é uma pessoa mais velha, geralmente já tem uma barreira de idade que a gente foi construindo, por exemplo, na escola, aquela coisa de ele é o professor, eu tenho que ser desse jeito como professor. Que é uma relação que a gente vai criando também com os pais. Ele é mais velho, enfim. Isso é uma coisa que a gente naturalmente já associa. A gente vê uma pessoa mais velha e a gente associa a alguma hierarquia ou algo do tipo, né? Beleza. Então, a relação entre um jovem de 17 anos com um adulto de 37, 47 anos é meio desproporcional. Às vezes o adolescente... Como eu disse, né? A gente aos poucos vai aprendendo na vida. Ah, o professor fala, eu aceito. Tô falando que é sempre assim, mas é uma coisa que a gente vai internalizando (Sandry).*

É preciso citar, que conforme já mencionado na seção anterior desta pesquisa, a educação entre pares não pressupõem especialização sobre o tema. Todavia, pelo caráter sensível envolvendo os temas de saúde, a literatura tem sugerido a importância de um suporte mínimo formacional (de Oliveira et. al. 2020). O projeto Comunidade de Jovens Embaixadores pela Saúde Mental tem em sua constituição a natureza formativa dos (as/es) Embaixadores, assim, os (as/es) jovens passaram por uma série de formações de maneira teórica e prática, sobre diversos temas, com o próprio material das Trilhas da Geração Zelo; o Caixa de Ferramentas; habilidades de enfrentamento<sup>6</sup>; exercícios de mindfulness; aprendizagem e competências socioemocionais; juventudes, saúde mental e violências; saúde mental, emocional e bem-estar online; dentre outros temas. Ademais, vale ressaltar que os materiais utilizados possuem bases reconhecidas de aplicabilidade científica, como é o exemplo do mindfulness, identificado inclusive na revisão integrativa desta investigação como um eficaz instrumento de promoção da saúde mental e do cuidado (Ferreira et al. 2021).

Assim, apesar do que citou a jovem Raíssa, de 'que não se possa esperar uma maturidade de um diálogo entre jovens', a prática da comunidade, tem apontado que quando se constrói espaços seguros, com confiança, com materiais cientificamente válidos, em metodologias já testadas, e com uma linguagem acessível, é possível o desenvolvimento de habilidades que podem se contrapor a estigmas sociais, permitindo o combate a desinformações e preconceitos. Nas rodas de conversas, oportunizando diálogos de jovem para jovem de maneira virtual e presencial em seus territórios de origem.

A formação nestes temas compõe a base do letramento em saúde men-

---

<sup>6</sup> Termo utilizado na literatura brasileira para a tradução do conceito de Cope.

tal, que pode ser entendido como processos de aprendizagem voltados à compreensão dos temas de bem-estar, saúde emocional e mental, oportunizando ferramentas básicas para que uma pessoa encontre, entenda, avalie e aplique diferentes estratégias com base no contexto e ambiente para promover sua saúde e bem-estar (Prata et al. 2022). Nesta perspectiva, Moreira et al. (2019, p. 1) escrevem: “[...] o Letramento em Saúde Mental é uma ferramenta que pode facilitar ações de prevenção e promoção em saúde desse público, uma vez que permite a comunicação diante de diferentes níveis de alfabetização dos pacientes.”. Na perspectiva da educação entre pares, o letramento em saúde mental fortalece a pessoa multiplicadora e, em igual medida, o público alvo jovem. Durante as entrevistas, chegamos inclusive a perguntar se “Existe diferença entre um diálogo com um adulto ou um jovem quando são feitos diálogos sobre saúde mental?” a resposta de 100% dos participantes foi que essa distinção era perceptível. Destacamos a seguir algumas falas:

*Bom, eu acredito que exista sim uma diferença muito grande, muito grande mesmo, no sentido de que muitas vezes os adultos já vêm com uma forma de que eles têm a solução porque a gente não tem. Eles são sabedores do que nós não sabemos, porque eles já têm essa experiência. Então são colocados e se colocam num local de superioridade (Marcos).*

Considerando o sentimento de pertencimento (Speranza, 2021; Soares et al, 2022), a experiência na construção da própria comunidade, onde as trocas entre jovens permitiu ampliar conceitos e estratégias relacionados à saúde mental e os relatos nas entrevistas, ressaltamos o quão importante é a presença de um (a/e) jovem de determinado território para conversar e realizar ações sobre promoção de saúde mental com outros (as/es) jovens do seu território, pois, facilita e possibilita a criação de vínculos e a confiança para a abertura de diálogos, estimula a coletividade e compreensão, além da cultura, linguagem e da faixa etária que também contribuem, como vemos a seguir:

*Acredito que na conversa entre jovem e jovem, o jovem se sente mais acolhido, porque a visão que eu percebo é que o jovem tem o adulto enquanto alguém que está muito longe, muito distante da minha realidade (Ruthyelly).*

*Com um jovem, eu me sentiria mais confortável mesmo em conversar sobre isso com o jovem. [...] Mas se eu for conversar com um adulto, nem sempre eu vou... Eu não conheço ele, por exemplo, completamente, um adulto que eu não conheço, por exemplo. E aí eu não sei o que esperar, sabe? Então causa esse temor em mim de que eu não vou conseguir me expressar, porque tudo que eu falar vai ser entendido de uma forma errada propositalmente. [...] Porque eu acho que, dependendo da idade, dependendo do seu contexto, a linguagem precisa ser outra para alcançar você verdadeiramente (Perla).*

Deste modo, resta evidente o caráter de confiabilidade existente nas juventudes quando sentem-se confortáveis em estabelecer diálogos entre seus iguais, seja pelo rompimento com práticas adulto-cêntricas, pela simplificação da linguagem, pela utilização de outros artefatos comunicacionais, ou por outros motivos, é evidente que na percepção das pessoas entrevistadas para a pesquisa exista uma conexão maior, ou mais aberta a aprendizagem, o que é significativo na perspectiva de construção de ambientes seguros e confiáveis.

Em vista desses aspectos que contribuem para a confiabilidade a partir dos (as/es) jovens entrevistados (as/es), Mendes (2020) afirma sobre a importância da capacitação de profissionais que trabalham em Instituições Escolares e Unidades Básicas de Saúde para uma linguagem mais acessível à faixa etária de adolescentes, visando o mundo contemporâneo e as mudanças que vêm ocorrendo, a fim de facilitar a escuta e o diálogo com essas juventudes. E conciliamos essa proposta ao enfrentamento de diagnósticos psiquiátricos (Bosco, 2021), principalmente quando são realizados diagnósticos psiquiátricos precipitados. Embora amenize os sintomas com o uso de medicamentos recomendados, também se torna uma forma de silenciamento das juventudes, em que muitas das vezes é considerado a melhor opção para amenizar ou silenciar seus sofrimentos. Sendo assim, ambos elementos, comunicação acessível e combate ao (auto)diagnóstico irresponsável, são pilares dos processos de difusão e informação feitos pela Comunidade.

Complementamos que a conexão entre as juventudes é fundamental, ainda mais quando destacamos a Comunidade de Jovens Embaixadores pela Saúde Mental e a proposta da ASEC+, que expõe a preocupação em relação às formações e informações sobre saúde mental, com foco na promoção da saúde emocional, no bem-estar e nos espaços saudáveis, características peculiares da atuação da Psicologia ou psicólogas/os/es (De Queiroz et. al. , 2023) . Entendemos que estas temáticas podem ser expandidas com a colaboração das juventudes como protagonistas e futuros formadores e promotores da saúde emocional, pois não podemos esperar que as ações voltadas à saúde mental cheguem às populações mais vulneráveis, como as juventudes de vários territórios brasileiros, somente pelos profissionais formados em Psicologia. Vale ressaltar que, em comparação com essas necessidades que vivemos, o número e a presença destes profissionais nos territórios ainda são precários (Galdeano, 2023), como também assuntos sobre saúde mental e promoção de saúde mental são difíceis em comunidades mais vulneráveis, como destaca o jovem Suan, quando perguntado sobre a existência de debates sobre saúde mental em seu território: “Ah,

*ele não existe. Ele não existe. Ele não existe. Acho que essa é a resposta”.*

Ademais, a proposta de educação entre pares e protagonismo juvenil em meio a aspectos de promoção da saúde mental permite a ampliação das estratégias já enraizadas de políticas de saúde mental para as juventudes, que focalizam nesses indivíduos não como sujeitos, mas como objetos do mercado de trabalho. Bizarria et al. (2022), assevera que: “[...] o papel estratégico da saúde pública visa a população juvenil, considerando o contexto laboral do futuro [...]”, assim, programas construídos por e para as juventudes podem possibilitar a construção de novas perspectivas de cuidado.

Outra característica presente no projeto que se coaduna com os materiais encontrados pela literatura consultada na investigação é a tecnologia como um canal para construção da identidade das juventudes (Lucio et al. 2022; Silva, 2022). Ferdele et al. (2023), diz que adolescentes reconhecem que a tecnologia permite novas formas de expressão e transformou o ambiente online em um espaço para superar desafios sociais e emocionais, como a timidez, por exemplo, sugerindo que o acesso à internet pode ser uma ferramenta valiosa nesse processo de crescimento e desenvolvimento pessoal. A Comunidade de Jovens Embaixadores pela Saúde Mental foi construída e é organizada a partir do contexto digital, uma vez que articula jovens de diversos territórios. Assim, as ferramentas são cotidianamente utilizadas na formação de jovens e na transmissão de informação a partir das redes sociais do Movimento Saber Lidar Jovem.

É importante destacar que comentários espontâneos das pessoas jovens embaixadoras e mentoras, e os dados obtidos por formulário de aprendizado mensal indicam que este formato tem permitido, apesar de suas limitações, a construção de espaços seguros na comunidade interna, trocas e ampliação de ferramentas para a promoção de saúde mental, além da formação e transmissão de informação.

Portanto, como foi mencionado durante o tópico, a utilização da metodologia entre pares, que dialoga com as diversas temáticas associadas às experiências de projetos executados pela ASEc+ durante toda a história da instituição, fortaleceu a idealização da Comunidade de Jovens Embaixadores, sobretudo das próprias experiências dos respectivos projetos e o anseio de expansão do debate sobre promoção de saúde mental para jovens dos diversos territórios do Brasil. Assim, temos o protagonismo de jovens que formam a comunidade, instruídos através da formação do caixa de ferramentas da ASEc+, se tor-

nando facilitadores de rodas de conversas, multiplicadores da defesa da promoção de saúde mental, seja no modo virtual ou presencial.

## 7. Considerações finais

O presente relatório de pesquisa teve como sistematizar os principais achados sobre educação entre pares e promoção de saúde mental, como parte reflexiva do processo de criação da Comunidade de Jovens Embaixadores pela Saúde Mental. Este projeto integrou diversos elementos, incluindo a expertise da instituição voltada para a promoção de saúde mental de jovens e crianças; a regionalização, pois incluímos jovens das diversas regiões do Brasil, com suas distintas realidades; a metodologia de formação, que instruiu os (as/es) jovens para assim desenvolverem as rodas de conversas nos seus respectivos territórios.

Essa pesquisa destacou os efeitos e os desafios que os (as/es) jovens tiveram relacionados à saúde mental antes, durante e no pós-pandemia. Também como essa realidade fortaleceu a necessidade de promover cada vez mais a promoção de saúde mental para as juventudes incluídas nos diversos núcleos da sociedade. Os relatos e os dados apresentados na revisão integrativa evidenciam que a crise sanitária intensificou questões pré-existentes e revelou vácuos significativos na abordagem da saúde mental dos (as/es) jovens, trazendo translucidez a fenômenos assimétricos já existentes.

Outro elemento é a relação com a educação entre pares, pois esta tem se mostrado uma ferramenta eficaz para promover aprendizagem em diversos setores de saúde, como apontado pela literatura científica ao longo do relatório, tendo se mostrado igualmente viável de reprodução para o desenvolvimento socioemocional das juventudes.

Dessa maneira, a investigação evidenciou que o entrosamento entre pares não apenas facilita a compreensão de diversos conceitos que muitas vezes não são familiares para o jovem, como ainda promove um ambiente inclusivo e colaborativo. Logo, a integração sistemática da educação entre pares pode contribuir para o desenvolvimento de habilidades de jovens, preparando-os de forma mais abrangente.

Temos destaque para as experiências de jovens da ASEC+ que estão inseridos na Comunidade de Jovens Embaixadores pela Saúde Mental, pois existe a diversidade de características pessoais, geográficas e de setores no qual estão envolvidos, o que nos dá uma pluralidade de

conhecimentos, seja das realidades dos seus respectivos territórios, seja de como a juventude das diversas regiões brasileiras estão sentindo os efeitos da pandemia e pós-pandemia, podendo também trazer o debate sobre a promoção de saúde mental para os seus núcleos.

Sendo assim, temos o protagonismo na comunidade por ser formada por jovens e por levar a mensagem da promoção de saúde mental para outros (as/es) jovens. Nesta perspectiva, temos o debate sobre as telas, que é onde a juventude possui mais familiaridade, e dedica boa parcela do seu tempo frente a elas. Todavia, a própria internet se tornou local estratégico para informar a juventude sobre a importância dos cuidados para a saúde e os (as/es) jovens desta comunidade utilizaram/utilizam de forma muito sistematizada e objetiva, relacionando a promoção da saúde mental com diversas temáticas nas distintas redes sociais da ASEc+.

Outra questão foi a capacitação de jovens que formam a comunidade, pois, boa parte que a integra não possui formação acadêmica em psicologia, mas aceitou o desafio de fazer parte do projeto, trazendo suas habilidades, experiências e conhecimentos. Suas contribuições foram agregadas nas formações oferecidas pela própria ASEc+ de forma teórica e prática, para assim prepará-los para os desafios de serem representantes da instituição nos seus territórios e divulgadores da promoção de saúde mental. Ao longo do processo, foi constatado durante as formações que compõem, o modelo de educação entre pares adotado pela ASEc+, o aumento dos conhecimentos no campo da saúde mental de todos os participantes.

No entanto, é crucial reconhecer que, mesmo que iniciativas como essa sejam replicadas em escala, ainda há muito a ser feito para garantir o acesso universal a serviços e apoio em saúde mental para a juventude. Políticas públicas mais abrangentes e investimentos consistentes são necessários para enfrentar os desafios estruturais que perpetuam desproporção e desigualdade no cuidado com a saúde mental - especialmente de crianças, adolescentes e jovens.

A presente pesquisa uniu, desta forma, a sistematização da criação da Comunidade Jovem de promoção de saúde mental e a necessidade de ampliar a divulgação da importância da promoção da saúde mental, principalmente em um país como o Brasil que tem histórico de uma população que possui ansiedade, depressão e outras doenças relacionadas à saúde mental. Esperamos também que esse estudo contribua para uma análise mais profunda da articulação de temáticas como promoção de saúde, educação entre pares e juventudes,

colaborando na promoção e/ou na divulgação de ferramentas para auxiliar com melhorias na saúde mental das juventudes brasileiras. O caminho é pela via das juventudes, o que exige um esforço coletivo e multidisciplinar, envolvendo governos, instituições de ensino, organizações da sociedade civil e a própria comunidade. Somente por meio de uma abordagem integrada e centrada nas necessidades e experiências dos jovens, podemos construir um futuro onde o bem-estar emocional seja uma prioridade para todos.

## 8. Bibliografia

ALMEIDA, Geomar Carvalho. **Treinamento resistido para adolescentes, visando um envelhecimento saudável: uma revisão da literatura.** Monografia (Bacharelado em Educação Física) - UniAGES Centro Universitário, Paripiranga, 2021. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/items/dab307fc-2657-499e-b0d3-7fa52f1aec87> Acesso em: 02 jul. 2024

ALVES, Vitor João Ramos; MENESES, Sara da Silva; GARCEZ, Nayara. Promoção da saúde mental como prática do Núcleo Ampliado de Saúde da Família e Atenção Básica (NASF-AB): uma revisão integrativa. **Revista Debates Insubmissos**, [S. l.], v. 4, n. 14, p. 169-198, 2021. DOI: 10.32359/debin2021.v4.n14.p169-198. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/index.php/debatesinsubmissos/article/view/25065> . Acesso em: 10 mar. 2024.

ASEC Brasil. **Amigos do Zippy.** No Mundo da Escola. Disponível em: <https://asecbrasil.org.br/no-mundo-da-escola/amigos-do-zippy/> Acesso em: 01 jul. 2024.

ASEC Brasil. **Caixa de Ferramentas.** No Mundo da Escola. Disponível em: <https://asecbrasil.org.br/no-mundo-da-escola/caixa-de-ferramentas-2/>. Acesso em: 01 jul. 2024.

ATLAS DAS JUVENTUDES. **Juventudes e a Pandemia, e agora? Atlas das Juventudes**, 2022. Disponível em: [https://atlasdasjuventudes.com.br/wp-content/uploads/2022/09/JuventudesPandemia3\\_Relato%CC%81rioNacional\\_20220923.pdf](https://atlasdasjuventudes.com.br/wp-content/uploads/2022/09/JuventudesPandemia3_Relato%CC%81rioNacional_20220923.pdf) Acesso em: 10 mar. 2024.

BARBOSA, Carolinny Sousa do Vale; ROCHA, João Gabriel Pereira; LOPES, Heloísa Amorim Teixeira. Os efeitos do uso de telas na saúde de crianças e adolescentes: uma revisão integrativa. **Jnt Facit Business and Technology Journal**, ed. 43, v. 01, p. 89-103, jul. 2023. Disponível em: <https://revistas.faculdefacit.edu.br/index.php/JNT/article/view/2281> Acesso em: 05. mar. 2024

BIZARRIA, Fabiana Pinto de Almeida, FIGUEREDO, Irlane Batista; CALCANTE, Sara, do Nascimento; Jiliane Duarte da; BARBOSA, Flávia Lorenne Sampaio. Políticas Públicas de Saúde para a Juventude - Estudo Bibliométrico e Agenda de Pesquisa com base na Web of Science. **Revista Ciência saúde coletiva**. v.27, n.10, p, 3975-398, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/GZ9xrC-vgp9bJcpS867nvQcz/abstract/?lang=pt> Acesso em: 20 abr. 2024

VALCANTE, Sara, do Nascimento; Jiliane Duarte da; BARBOSA, Flávia Lorenne Sampaio. Políticas Públicas de Saúde para a Juventude - Estudo Bibliométrico e Agenda de Pesquisa com base na Web of Science. **Revista Ciência saúde coletiva**. v.27, n.10, p, 3975-398, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/GZ9xrC-vgp9bJcpS867nvQcz/abstract/?lang=pt> Acesso em: 20 abr. 2024

BOSCO, Mirela. **A Educação Sexual em Centro de Atenção Psicossocial Infante Juvenil: revisão de literatura e concepções de profissionais atuantes nesse serviço**. Dissertação (Mestrado em Educação) - Universidade Estadual Paulista, Faculdade de Ciências, Bauru, 2021. Disponível em: <https://repositorio.unesp.br/items/fccc2ef5-77ae-4cdc-9062-089e6b65b86f> Acesso em 25 mai. 2024

BORGES, Thayro Matheus Reis. **A influência da pandemia de COVID19 na saúde mental de estudantes universitários, uma visão da Terapia Ocupacional: revisão sistemática da literatura**. 64 f. Trabalho de Conclusão de Curso - Faculdade de Fisioterapia e Terapia Ocupacional, Universidade Federal do Pará, 2021. Disponível em: <https://bdm.ufpa.br/handle/prefix/5795> Acesso em 25. jun 2024

BRASIL. Lei n. 14.819, de 16 de janeiro de 2024. **Institui a Política Nacional de Atenção Psicossocial nas Comunidades Escolares**. Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil, Brasília, DF, 17 jan. 2024. Disponível em: <https://www2.camara.leg.br/legin/fed/lei/2024/lei-14819-16-janeiro-2024-795256-publicacaooriginal-170863-pl.html>. Acesso em: 27 jul. 2024

COSTA, Artur Galvão; GUEDES, Bianca Doré Soares; NOGUEIRA, Maria Motta; MACIEL, Mariana Pereira Augusto. Revisão bibliográfica sobre a saúde geral do jovem e do adolescente e relato de profissionais da saúde sobre o impacto do COVID-19 nesta população. **Revista Brasileira de Revisão de Saúde**, [S. l.], v. 5, p. 20787-20806, 2021. DOI: 10.34119/bjhrv4n5-184. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/36898>. Acesso em: 15 fev. 2024.

DRYZUN, André; PASSONE, Eric Ferdinando Kanai. **Revisão bibliográfica sobre a atuação do psicólogo escolar/educacional nos Institutos Federais**. 2018. Disponível em: <https://preprints.scielo.org/index.php/scielo/preprint/view/5445/10511>. Acesso em 15 fev 2024.

FERDERLE, Adrian Camargo; SOARES, Cleber Oliveira; CHAGAS, Edvaldo Batista das; SILVA, Vanessa Paixão da. **A influência das redes sociais na autoestima de adolescentes: uma revisão integrativa**. 29 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Psicologia) – Universidade São Judas Tadeu, Faculdade de Ciências Biológicas e da Saúde, São Paulo, 2023. Disponível em: <https://bdm.ufpa.br/handle/prefix/5795> Acesso 25 jul. 2024

FERREIRA, Patrícia; VARANDA, Maria; NOGUEIRA, Maria José. Efeitos do mindfulness na saúde mental dos adolescentes: uma scoping review. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, v. 67, 2021. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1424382> Acesso em: 16 jan. 2024

FIGUEIREDO, Eugênia Gadelha; LEITÃO, Elaine Soares de Freitas; MOURA, Marcos de Sousa Rodrigues; PEREIRA, Rafaela Pinheiro; FERNANDES, Sara Leite; SILVA, Wanessa de Farias da. Promoção da saúde mental comunitária em um território vulnerabilizado: desafios e possibilidades. **Revista Psicoperspectivas**, v. 20, n. 2, p. 30-40, 2021. Disponível em: [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0718-69242021000200030](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-69242021000200030) Acesso em 15 jan. 2024

GALDEANO, Luany. 9 EM CADA 10 CIDADES TEM MENOS DE UM PSICÓLOGO POR MIL HABITANTES NO SUS. **Folha de S.Paulo**, 27 set. 2023. Disponível em: <https://www1.folha.uol.com.br/equilibrioesaude/2023/09/9-em-cada-10-cidades-tem-menos-de-um-psicologo-por-mil-habitantes-no-sus.shtml>. Acesso em: 15 jul. 2024.

GOMES, Marta Sofia Meireles Ribeiro. **Impacto do Sars-Cov2 na Saúde Mental dos Adolescentes: Revisão Sistemática da Literatura**. Dissertação (Mestrado em Saúde Infantil e Pediatria) – Escola Superior de Saúde de Viseu, sociais e da vida, Portugal, 2022. Disponível em: <https://repositorio.ipv.pt/handle/10400.19/7300> Acesso em: 16 jan. 2024

KINOUTI, Ana Júlia Yuri; GALLI, Cristina; BERTOZZI, Layla; SUEDT, Mariana Borges de Carvalho; BLASI NETO, Sérgio Ítalo. Transtornos de ansiedade em adolescentes em situação de vulnerabilidade social: uma revisão narrativa. **Brazilian Journal of Health Review**, [S.l.], v. 4, n. 5, p. 22455-22467, 2021. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/37862> Acesso em: 20. fev. 2024

LOUREIRO, Marta Assis. **O impacto da pandemia pela COVID-19 nos Adolescentes e Jovens: revisão crítica da literatura.** Dissertação (Mestrado em Psicologia Comunitária) – Instituto Universitário ciências psicológicas, sociais e da vida, Portugal, 2020. Disponível em: <https://repositorio.ispa.pt/handle/10400.12/8013> Acesso em: 21. fev. 2024

LUCIO, Juliana Barcelos Barbosa; JORGE, Maria Salete Bessa. Mapeamento das tecnologias de prevenção do suicídio e promoção da saúde mental dos adolescentes: protocolo de revisão de escopo. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 11, 2022. Disponível em: <https://rsd-journal.org/index.php/rsd/article/view/33731> Acesso em: 09. mar. 2024

MACÊDO, Crislayne Silva de. **Repercussões do tempo de tela para a saúde de crianças e adolescentes: Uma revisão de escopo.** (Trabalho de Conclusão de Curso – Monografia), Curso de Bacharelado em Enfermagem, Centro de Educação e Saúde, Universidade Federal de Campina Grande, Cuité – Paraíba – Brasil, 2023. Disponível em: <http://dspace.sti.ufcg.edu.br:8080/xmlui/handle/riufcg/29030> Acesso em: 04. abri 2024

MENDES, Daphne Sarah Gomes Jacob. **As vulnerabilidades experienciadas no adolecer: um olhar da Saúde Coletiva a partir de uma revisão integrativa de literatura.** Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Saúde Coletiva) – Universidade de Brasília, Brasília, 2020. Disponível em: <https://bdm.unb.br/handle/10483/28218> Acesso em: 18. mai. 2024

MINAYO, Maria Cecília de Souza.; ASSIS, Simone Gonçalves de.; RAMOS DE SOUZA, Edinilsa. (org.) **Avaliação por triangulação de métodos: abordagem de programas sociais.** Rio de Janeiro : Editora Fiocruz, 2005. Disponível em: <https://portal.fiocruz.br/livro/avaliacao-por-triangulacao-de-metodos-abordagem-de-programas-sociais> Acesso 27. jul. 2024

MOGNON SILVA, José Vytor; TEIXEIRA PALMA PRIOTTO, Elis Maria. Perfil de tentativa e suicídio na adolescência e suas complexidades: uma revisão narrativa. **Revista Valore**, [S.l.], v. 8, p. e-8043, jun. 2023. Disponível em: <https://revistavalore.emnuvens.com.br/valore/article/view/736> Acesso. 07. jul. 2024

MOTA, Mariane Alves; ALBUQUERQUE, Roberto Nascimento de; OLIVEIRA-FILHO, Eduardo Cyrino. Comportamento suicida em adolescentes: uma revisão de literatura / Suicidal behavior in adolescents: a literature review. **Brazilian Journal of Health Review**, [S. l.], v. 4, n. 4, p. 17397–17413, 2021. DOI: 10.34119/bjhrv4n4-234. Disponível em: <https://www.ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BJHR/article/view/34473>. Acesso em: 10 mar 2024.

MOREIRA, Wanderson; FREITAS, Carolina Marques; NÓBREGA, Maria do Perpétuo S. S. **Letramento em saúde mental de jovens: revisão integrativa.** In: ANAIS DO III SIMPÓSIO INTERNACIONAL EM ENFERMAGEM EM ADIÇÕES, 2019, São Paulo. Anais eletrônicos... Campinas: Galoá, 2019. Disponível em: <https://www.proceedings.science/siea-2019/trabalhos/letramento-em-saude-mental-de-jovens-revisao-integrativa?lang=pt-br>. Acesso em: 06 jun. 2024.

NEVES, Cristina Camões Sampaio.; PEREIRA, Ana Paula Cunha .; PEREIRA, Carlos Alberto Sanches. Estratégias de prevenção do suicídio na escola para adolescentes: uma revisão de literatura na base medline. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 7, p. 1-21, 2020. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/358438030\\_Estrategias\\_de\\_prevencao\\_do\\_suicidio\\_e\\_da\\_autolesao\\_voltadas\\_para\\_adolescentes\\_em\\_ambientes\\_escolares\\_uma\\_revisao\\_integrativa\\_da\\_literatura](https://www.researchgate.net/publication/358438030_Estrategias_de_prevencao_do_suicidio_e_da_autolesao_voltadas_para_adolescentes_em_ambientes_escolares_uma_revisao_integrativa_da_literatura) Acesso em: 11 dez. 2023

OLIVEIRA, Nathalia Soares de; PEREIRA, Audrey Vidal. Educação entre pares e identificação de riscos durante a adolescência: uma revisão bibliográfica. **Revista Saúde Pública do Paraná**, v. 3, n. 1, p. 129-136, jul. 2020. Disponível em: <http://www.revista.escoladesaude.pr.gov.br/index.php/rspp/article/view/345> Acesso em: 15 dez. 2023

PEREIRA, Joana Margarida Caetano. **Impacto da pandemia COVID-19 no Desenvolvimento e Saúde Mental de adolescentes: Uma Revisão Sistemática.** Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde) - Universidade Beira Interior, Covilhã, Portugal, 2022. Disponível em: <https://ubibliorum.ubi.pt/handle/10400.6/13177> Acesso em: 17 dez. 2023

PEREIRA, Wilson Guilherme Dias. **Onde estavam vocês quando eu precisei ? Percepções de vítimas de violência sexual infantojuvenil LGBTQIA+ sobre o Sistema de Garantia de Direitos de Porto Velho - RO.** Porto Velho, 2023. Dissertação (Mestrado). Programa de Pós-Graduação Mestrado Profissional Interdisciplinar em Direitos Humanos e Desenvolvimento da Justiça. Fundação Universidade Federal de Rondônia. Disponível em: [https://dhjus.unir.br/uploads/84848484/arquivos/Wilson\\_Guilherme\\_Dias\\_Pereira\\_2114848706.pdf](https://dhjus.unir.br/uploads/84848484/arquivos/Wilson_Guilherme_Dias_Pereira_2114848706.pdf) Acesso em: 25 jan. 2024

PRADO, Aneliana da Silva; PINTO, Leandro Rafael. Prevenção do suicídio na escola na perspectiva da Teoria Interpessoal-Psicológica do Suicídio: uma revisão de literatura. **Revista Educação em Foco**, [S. l.], v. 25, n. 47, 2022. Disponível em: <https://revista.uemg.br/index.php/educacaoemfoco/article/view/5770> Acesso em: 03. jan. 2024

PICCIN, Jader. **Suicídio entre jovens: produção científica brasileira e dados mundiais de mortalidade a partir do Global Burden of Disease Study**. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Faculdade de Medicina, Programa de Pós-Graduação em Psiquiatria e Ciências do Comportamento, 2019. Disponível em: <https://lume.ufrgs.br/handle/10183/213267> Acesso em: 27. jul. 2024

PRATA, Rafaela Aparecida; BICUDO, Tamara Barros; SILVA, Juliana Bastoni; AVILA, Marla Andréia Garcia de. Letramento em saúde de adolescentes na pandemia de COVID-19: revisão integrativa. **Revista Brasileira de Enfermagem**. v.1, n, 1 p. 1-9, 2022. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reben/a/gXkqZVgDyJhM-cdYKcHFLFhR/?format=pdf&lang=pt> Acesso em: 28. jul. 2024

SANTOS, Marina Marisa Palhano dos. **Educação por pares na prevenção do vírus da imunodeficiência humana em adolescentes: Revisão Sistemática**. 2019. 111f.: il. Dissertação (Mestrado) – Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Centro de Ciências da Saúde, Programa de Pós-Graduação em Enfermagem, Natal, 2020. Disponível em: <https://repositorio.ufrn.br/handle/123456789/28533> Acesso em: 13. fev. 2024

SILVA, Andreza Cristina Almeida da. **A relevância da Educação Física escolar para a Saúde Mental de escolares do Ensino Médio: uma revisão de literatura sobre o transtorno de ansiedade**. Trabalho de Conclusão de Curso – Graduação (Licenciatura Plena em Educação Física) – Universidade Federal do Amazonas. 2023. Disponível em: <https://riu.ufam.edu.br/handle/prefix/6619> Acesso em: 27. jul. 2024

SILVA, Deborah Filipa Ascensão. **Uso de redes sociais na adolescência: principais implicações no bem-estar psicológico: revisão sistemática**. Dissertação (Mestrado Integrado em Medicina) – Universidade de Lisboa, Lisboa, 2022. Disponível em: <https://repositorio.ul.pt/handle/10451/56758> Acesso em: 25. fev. 2024

SILVA, Lilia Maria Buriti da. **Os principais desafios da educação enfrentados no retorno das atividades presenciais: uma revisão bibliográfica**. Trabalho de Conclusão de Curso (Licenciatura em Química) – Universidade Federal de Campina Grande, Centro de Educação e Saúde, Campina Grande, 2023. Disponível em: <http://dspace.sti.ufcg.edu.br:8080/xmlui/handle/riufcg/28960?show=full> Acesso em: 29. jan. 2024

SILVEIRA, Lara dos Santos; VARGAS, Daíse dos Santos; JACOBI, Luciane Flores; CHITOLINA, Maria Rosa. Saúde no ambiente escolar: uma revisão integrativa da literatura. **Revista Foco**, [S. l.], v. 6, pág. 2036, 2023. Disponível em: <https://ojs.focopublicacoes.com.br/foco/article/view/2036> Acesso em: 28. abr. 2024

SOUZA, Ana Clara de Queiroz; SANTOS, Livia Maria Oliveira; FARIAS, Catarina Vitória de Araújo; PACHÚ, Clésia Oliveira. Direito à saúde entre adolescentes de escola pública: uma revisão narrativa. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 8, e3112842832, 2023. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/42832> . Acesso em: 10 fev. 2024.

SOUZA NETO, Leobino Caetano de; SILVA, Bruna Carolina Soares de Sá. **Avaliação da eficácia de tratamentos farmacológicos e terapia cognitivo-comportamental na ansiedade em crianças: revisão de literatura**. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Farmácia) – Centro Universitário – UNIFG, Guanambi-BA, 2021. Disponível em: <https://repositorio.animaeducacao.com.br/items/99585555-292a-435c-968f-a0f2487712c0> Acesso em: 28.dez.2023

SOUZA, Ana Clara de Queiroz; SANTOS, Livia Maria Oliveira; FARIAS, Catarina Vitória de Araújo; PACHÚ, Clésia Oliveira. Direito à saúde entre adolescentes de escola pública: Uma revisão narrativa. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 8, 2023. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/373110681\\_Direito\\_a\\_saude\\_entre\\_adolescentes\\_de\\_escola\\_publica\\_Uma\\_revisao\\_narrativa](https://www.researchgate.net/publication/373110681_Direito_a_saude_entre_adolescentes_de_escola_publica_Uma_revisao_narrativa) Acesso em: 15. jun. 2024

SOARES, Fernanda Vieira; Silva, Dina Mara Formiga da; SILVA, Vanusa Maria Gomes Napoleão; PITOMBEIRA, Mardenia Gomes Vasconcelos; MATTOS, Samuel Miranda. Práticas de grupo em espaços públicos para promoção de saúde mental de adolescentes: um protocolo de revisão de escopo. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 11,, 2022. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/362892010\\_Praticas\\_de\\_grupo\\_em\\_espacos\\_publicos\\_para\\_promocao\\_de\\_saude\\_mental\\_de\\_adolescentes\\_um\\_protocolo\\_de\\_revisao\\_de\\_escopo](https://www.researchgate.net/publication/362892010_Praticas_de_grupo_em_espacos_publicos_para_promocao_de_saude_mental_de_adolescentes_um_protocolo_de_revisao_de_escopo) Acesso em: 25. nov. 2023

SPERANZA, Marina. **Sentimento de pertença de adolescentes na interface com a saúde mental: uma revisão de escopo**. Dissertação (Mestrado em Terapia Ocupacional) – Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, 2021. Disponível em: <https://repositorio.ufscar.br/handle/ufscar/14158?show=full> Acesso em: 25. nov. 2023

TAVARES, C. M. M.; BARROS, S. Programas de Capacitação em Saúde Mental do Adolescente no Contexto Escolar: Revisão de Literatura. **Revista Pró-UniverSUS**, v. 13, n. 2, jul./dez. 2022. Disponível em: <https://editora.univassouras.edu.br/index.php/RPU/article/view/3430> Acesso em: 25. nov. 2023

TRIPP, David. Pesquisa-ação: uma introdução metodológica. *Educação e pesquisa*, v. 31, p. 443-466, 2005. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/ep/article/view/27989> Acesso em: 25. nov. 2023

TRIPP, David. Pesquisa-ação: uma introdução metodológica. **Educação e pesquisa**, v. 31, p. 443-466, 2005. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/ep/article/view/27989> Acesso em: 25. nov. 2023

## 9. Apêndice 1 - Questionário base das entrevistas semi-estruturadas

1. Como você observa que sua formação ou atuação inicial se relaciona (ou não) com o tema de promoção da saúde mental?
2. Você sentiu algum desafio durante o contato com os temas de saúde mental na formação inicial? Se sim, poderia explicar um pouco pra gente como chegou isso pra você?
3. Para você, o diálogo sobre saúde mental, entre juventudes brasileiras, se modificou entre antes e depois da pandemia? Se sim, poderia explicar um pouco mais sua percepção?
4. Quando falamos sobre juventudes e saúde mental, quais são as principais formas de autocuidado e saúde mental que vem à sua cabeça?
5. Existe diferenças para você entre conversar com um profissional adulto sobre um tema, e com um jovem? Se sim, quais seriam as diferenças?
6. Como você se sente ao pensar na possibilidade de ser responsável por promover espaços para conversar com outros jovens sobre saúde mental (mesmo não) sendo formado na área de saúde mental?
7. Você conhece o termo educação entre pares? Se sim, o que ele significa para você?
8. Como você enxerga o debate sobre saúde mental na sua comunidade?
9. Quais necessidades observa neste campo na sua comunidade?

## 10. Apêndice 2 - Template de análise das entrevistas

1. Entrevistado
2. A formação se relaciona com saúde mental? (sim/não)
3. A formação se relaciona com saúde mental? (comentários gerais)
4. Sentiu desafios com a formação? (sim/não)
5. Sentiu desafios com a formação? (citação direta)
6. O diálogo sobre saúde mental se modificou entre o antes e depois? (sim/não)
7. O diálogo sobre saúde mental se modificou entre o antes e depois?(citação direta)
8. Quais as principais formas de autocuidado das juventudes? (lista)
9. Quais as principais formas de autocuidado das juventudes? (citação direta)
10. Existe diferença entre um diálogo com um adulto ou um jovem? (sim/não)
11. Existe diferença entre um diálogo com um adulto ou um jovem? (citação direta)
12. Você já ouviu o termo educação entre pares? (sim/não)
13. Você já ouviu o termo educação entre pares? (citação direta)
14. Como você se sente ao falar/promover espaços sobre promoção de saúde mental? (citação direta)
15. Como você enxerga o debate sobre saúde mental na sua comunidade? (citação direta)
16. Quais necessidades observa neste campo na sua comunidade? (citação direta)

