
PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL E PREVENÇÃO DO USO DO CIGARRO ELETRÔNICO ENTRE ADOLESCENTES.

Autor(res)

Mayara Firmino
Isadora Santana Dias
Ely Gabriel Souza Rodrigues
Laura Santos Fahed De Barros
Jéssica Feliz Da Silva
Ana Carolina Nery Bais
Daianny Elizabeth Maria Nabhan Cardoso

Categoria do Trabalho

Extensão

Instituição

UNIVERSIDADE ANHANGUERA - UNIDERP

Introdução

O período da adolescência é marcado por intensas transformações físicas, psicológicas e sociais, configurando-se como uma fase de vulnerabilidade, mas também de amplas possibilidades de desenvolvimento. Nesse processo, os jovens enfrentam desafios relacionados à construção da identidade, à busca por autonomia e à formação de vínculos afetivos e sociais, ao mesmo tempo em que lidam com inseguranças e instabilidades emocionais. A literatura destaca que, quando não existem espaços adequados de escuta e acolhimento, sentimentos como ansiedade, tristeza, medo e solidão podem se intensificar, favorecendo comportamentos de risco e comprometendo o bem-estar psíquico (Eisenstein, 2005; WHO, 2020; 2025).

Nos últimos anos, tem-se observado entre adolescentes o crescente uso de dispositivos eletrônicos para fumar, frequentemente utilizados como uma forma de lidar com emoções negativas ou aliviar tensões funcionando, portanto, como uma espécie de “válvula de escape” diante da ausência de saúde mental. Entretanto, o uso desses dispositivos, além de representar um importante fator de risco para a dependência de nicotina e outras substâncias, reflete também um sofrimento emocional subjacente, que merece atenção no contexto da promoção da saúde e da prevenção de agravos. Nesse sentido, os projetos de extensão universitária assumem papel relevante, pois permitem que estudantes da área d

Objetivo

O objetivo geral desta ação foi contribuir para a promoção da saúde na adolescência por meio de práticas educativas realizadas no território. Entre os objetivos específicos, destacou-se identificar os principais fatores psicológicos envolvidos no início e na manutenção do uso do cigarro eletrônico entre adolescentes; desenvolver atividades de educação em saúde voltadas ao fortalecimento do bem-est

Material e Métodos

1. Tipo e classificação do estudo

O projeto caracterizou-se como um estudo descritivo, com abordagem qualitativa, voltado à promoção da saúde e prevenção de agravos. Buscou promover reflexões sobre saúde mental na adolescência e conscientizar sobre os riscos do cigarro eletrônico, utilizando estratégias educativas em ambiente escolar.

2. Público-alvo

A ação foi direcionada aos estudantes do Ensino Fundamental II, com idade aproximada entre 13 e 15 anos. Estimou-se a participação de 26 alunos.

3. Local da intervenção

A intervenção foi realizada na Escola Municipal João Cândido de Souza, situada no bairro Jardim Anache, no município de Campo Grande – MS, em sala de aula previamente organizada pela coordenação escolar.

4. Planejamento e organização prévia

O planejamento do projeto foi realizado por meio de reuniões com a preceptora, psicólogas da Unidade de Saúde, coordenação da escola, professora da disciplina PINESC III e os acadêmicos extensionistas do curso de Medicina. A escola havia indicado a necessidade de trabalhar o tema cigarro eletrônico, sendo incorporado também o enfoque em saúde mental como eixo complementar.

Foi confeccionado um banner educativo com informações sobre os componentes presentes no cigarro eletrônico e seus prejuízos à saúde.

5. Estratégias metodológicas de execução

Resultados e Discussão

A ação extensionista foi realizada com participação moderada dos alunos do 9º ano, que demonstraram interesse parcial nas atividades propostas. Inicialmente, observou-se certa dificuldade em manter a atenção e a ordem durante as discussões, porém alguns estudantes mostraram-se receptivos ao diálogo. O tema principal abordado foi o uso do cigarro eletrônico, relacionando-o às motivações emocionais que levam os adolescentes a recorrerem a esse hábito, como a tentativa de aliviar sentimentos de ansiedade e estresse.

Durante a dinâmica dos sentimentos, os estudantes registraram emoções positivas e negativas vivenciadas em seu cotidiano, possibilitando a identificação de padrões emocionais recorrentes entre os participantes. As palavras coletadas foram organizadas e contabilizadas, permitindo observar quais sentimentos apareceram com maior frequência. Esse levantamento possibilitou uma análise inicial sobre o estado emocional dos adolescentes, contribuindo para compreender como determinadas vivências podem se relacionar à vulnerabilidade ao uso do cigarro eletrônico. Durante a dinâmica interativa do quiz “Verdadeiro ou Falso”, o grupo demonstrou maior envolvimento e participação, favorecendo a troca de informações e reflexões sobre os riscos do cigarro eletrônico para a saúde física e mental. A atividade contribuiu para ampliar o conhecimento dos adolescentes e estimular o pensamento crítico sobre autocuidado e bem-estar. No quiz, composto por seis questões relacionadas ao cigarro

Conclusão

O objetivo geral do PINESC-3 e do CETESC-3 foi contribuir para a saúde em pré-natal, puericultura e adolescência na comunidade, por meio de ações educativas. Dentro desse propósito, o grupo optou por trabalhar especificamente com a saúde do adolescente, reconhecendo a relevância dessa fase de transição, marcada por intensas mudanças físicas, emocionais e sociais.

Nesse contexto, desenvolveu-se um projeto de extensão voltado à promoção da saúde mental e à conscientização sobre os riscos associados ao uso do cigarro eletrônico. As ações foram planejadas de forma educativa e participativa, buscando incentivar hábitos de vida saudáveis e fortalecer fatores protetores psicossociais entre os estudantes.



De modo geral, os objetivos foram alcançados de maneira satisfatória, ainda que a participação dos adolescentes tenha sido moderada. A atividade extensionista foi realizada com alunos do 9º ano, que inicialmente demonstraram dificuldade em manter a atenção e a ordem durante as discussões, a

Referências

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2017. Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_atencao_basica_4ed.pdf. Acesso em: 27 nov. 2025.

Coutinho, A.; Bastos, F.; Araújo, R. Saúde mental na adolescência: desafios e perspectivas. Revista Brasileira de Saúde, v. 25, n. 3, p. 4552, 2019. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/rbs/article/view/2019>. Acesso em: 27 nov. 2025.

Eisenstein, E. Adolescência: definições, conceitos e critérios. Adolescência & Saúde (Online), v. 2, n. 2, p. 67, abr./jun. 2005. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/abr-451>. Acesso em: 27 nov. 2025.

World Health Organization. Guidelines on mental health promotive and preventive interventions for adolescents (HAT). [s.l.]: WHO, 2020. Disponível em: <https://www.who.int/docs/default-source/mental-health/guidelines-on-mental-health-promotive-and-preventive-interventions-for-adolescents-hat.pdf>. Acesso em: 27 nov. 2025.

World Health Organization. Mental health of adolescents [fact sheet]. 1 set. 2025. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>. Acesso em: 27 nov. 2025.