

## Saúde mental nas escolas e fora delas: Acolhimento, cuidado e formação para educadores de Antônio Pereira, Ouro Preto-MG

*Marta Maria Neves Corrêa<sup>1</sup>, Emily de Souza Ferreira<sup>2</sup>, Thales Lopes da Silva<sup>3</sup>, Adriana Maria de Figueiredo<sup>4</sup>, Amanda Roberta Corado<sup>5</sup>, Thainá Cristina Gonçalves Aguiar<sup>6</sup>, Siomara Aparecida Silva<sup>7</sup>, Érica Aparecida Coelho<sup>2</sup>, Irisa Seabra dos Reis<sup>8</sup>, Jacyra Aparecida Meirelles Rosa<sup>9</sup>, Rosângela Minardi Mitre Cotta,<sup>10</sup> Aisllan Diego de Assis<sup>4</sup>*

<sup>1</sup>Pedagoga, pesquisadora da FAPEMIG. Escola de Medicina. Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP), 35402-163, Ouro Preto/MG, Brasil

<sup>2</sup>Doutorandas em nutrição e saúde. Universidade Federal de Viçosa (UFV), 36570-900, Viçosa/MG, Brasil

<sup>3</sup>Graduando em artes cênicas. Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP), 35402-163, Ouro Preto/MG, Brasil

<sup>4</sup>Docente na Escola de Medicina. Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP), 35402-163, Ouro Preto/MG, Brasil

<sup>5</sup>Engenheira agrônoma, pesquisadora da FAPEMIG. Escola de Medicina. Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP), 35402-163, Ouro Preto/MG, Brasil

<sup>6</sup>Graduanda em enfermagem. Universidade federal de Viçosa (UFV), 36570-900, Viçosa/MG, Brasil

<sup>7</sup>Docente da escola de educação física. Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP), 35402-163, Ouro Preto/MG, Brasil

<sup>8</sup>Técnica administrativa em educação. Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP), 35402-163, Ouro Preto/MG, Brasil

<sup>9</sup>Pedagoga, supervisora escola do Centro Promocional e Educacional Padre Ângelo, 35411-000, Ouro Preto/MG, Brasil

<sup>10</sup>Docente do Departamento de Nutrição e Saúde. Universidade Federal de Viçosa (UFV), 36570-900, Viçosa/MG, Brasil

\*E-mail do autor correspondente: aisllanassis@ufop.edu.br

Submetido em: 21 mar. 2024. Aceito em: 04 jun. 2024

### Resumo

O presente artigo relata como foi implementado e desenvolvido o projeto “Saúde Mental Nas Escolas e Fora Delas” no distrito de Antônio Pereira, Ouro Preto, Minas Gerais. O projeto está vinculado ao programa de extensão e pesquisa “De Mãos dadas com Antônio Pereira”, programa este promovido pela UFOP, IFMG, UFV e FAPEMIG. Os objetivos do projeto são realizar roda de conversa nas instituições escolares promovendo o cuidado, acolhimento e formação para educadores e profissionais das escolas; identificar demandas específicas de cada escola para a construção e realização do curso de extensão e saúde mental nas escolas e fora delas e desenvolver e elaborar o manual de saúde mental nas e fora delas para capacitação dos profissionais da comunidade escolar. O projeto realizou as rodas de conversas em todas as escolas do distrito, proporcionando acolhimento, escuta, compartilhamento, atenção e conhecimentos, emergindo emoções e sentimentos pautados na escuta e relatos dos participantes. As rodas de conversa auxiliaram na mediação de conflitos, fortalecimento de vínculos, promovendo a integração entre os profissionais, estudantes, pais, responsáveis e toda a comunidade escolar. Por meio delas foi possível elaborar o manual e o curso Saúde Mental nas Escolas e fora delas para todos os educadores de Antônio Pereira.

**Palavra-chave:** Saúde Mental e Educação, Rodas de Conversas, Cuidado e Acolhimento, Formação da Comunidade Escolar.

## Abstract

### ***Mental health in and out of schools: Reception, care and training for educators in Antônio Pereira, Ouro Preto- MG***

This article reports how the project “Mental Health in Schools and Outside” was implemented and developed in the district of Antônio Pereira, Ouro Preto, Minas Gerais. The project is linked to the extension and research program “Hand in Hand with Antônio Pereira”, a program promoted by UFOP, IFMG, UFV and FAPEMIG. The objectives of the project are to hold conversation circles in school institutions promoting care, reception and training for educators and school professionals; identify specific demands of each school for the construction and implementation of the extension and mental health course in schools and outside them and develop and prepare the mental health manual in and outside them to train professionals in the school community. The project held conversation circles in all schools in the district, providing welcome, listening, sharing, attention and knowledge, emerging emotions and feelings based on the listening and reports of the participants. The conversation circles helped to mediate conflicts, strengthen bonds, promoting integration between professionals, students, parents, guardians and the entire school community. Through them, it was possible to prepare the manual and course Mental Health in Schools and beyond for all educators in Antônio Pereira.

**Keyword:** Mental health and education; Conversation circles, Care and reception, Formation of the school community.

## Introdução

O conceito de saúde mental transcende o âmbito individual e abrange uma rede de fatores interconectados. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS) (WHO, 2022), a saúde mental pode ser considerada, um estado de bem-estar vivido pelo indivíduo, que possibilita o desenvolvimento de suas habilidades pessoais para responder aos desafios da vida e contribuir com a comunidade.

O bem-estar de uma pessoa está intrinsecamente ligado a uma série de condições fundamentais, que vão muito além do aspecto exclusivamente psicológico. Além dos aspectos individuais, a saúde mental é também socialmente determinada. Por isso, deve-se considerar que a saúde mental resulta da interação de fatores biológicos, psicológicos e sociais. Pode-se afirmar

que a saúde mental tem características biopsicossociais.

Segundo os parâmetros curriculares nacionais:

A promoção da saúde ocorre, (...) por meio da educação, da adoção de estilos de vida saudáveis, do desenvolvimento de aptidões e capacidades individuais, da produção de um ambiente saudável, da eficácia da sociedade na garantia de implantação de políticas públicas voltadas para a qualidade da vida e dos serviços de saúde (Brasil, 1997 p.255).

Depois da pandemia, falar sobre o bem-estar do educador é ainda mais importante. Segundo a

pesquisa Saúde Mental dos Educadores 2022<sup>1</sup>, realizada pela NOVA ESCOLA com o Instituto Ame Sua Mente, 60% dos participantes revelaram sofrer com sentimentos intensos e frequentes de ansiedade, seguidos por baixo rendimento e cansaço excessivo. Pensando neste contexto, precisa-se conscientizar da necessidade e importância da promoção de saúde mental dos educadores e educadoras e demais profissionais da comunidade escolar.

A lei nº 14.681, de 18 de setembro de 2023 (Brasil, 2023), institui a Política de Bem-Estar, Saúde e Qualidade de Vida no Trabalho e Valorização dos Profissionais da Educação. O Art. 1º desta Lei, considera a necessidade de desenvolver ações direcionadas para a atenção à saúde integral e a prevenção ao adoecimento, bem como de estimular práticas que promovam o bem-estar no trabalho de maneira sustentável, humanizada e duradoura nas escolas. A partir da lei as instituições escolares terão uma flexibilização, segurança é uma ferramenta de apoio na promoção de eventos, cursos e formação continuada com foco no cuidado, bem estar e atenção psicossocial da comunidade escolar.

Considerando que a comunidade escolar integram-se alunos, professores e professoras, gestores e demais profissionais atuantes nas escolas, e também pais e responsáveis, pode se dizer que o cuidado em saúde mental nas escolas e comunidades pode ser realizado por meio de uma abordagem abrangente e integrada, ou seja, que envolva as pessoas da escola, mas também familiares, profissionais e pessoas da comunidade, ou seja, a saúde mental e o bem - estar devem e podem ser alcançados com toda comunidade escolar (Bressan *et al.*, 2014).

O projeto “Saúde mental nas escolas e fora delas”, que está vinculado ao programa de extensão e pesquisa “De mãos dadas com Antônio Pereira: acolhimento e empoderamento dos moradores e concretização dos objetivos do desenvolvimento sustentável do distrito de Antônio Pereira, Ouro Preto, Minas Gerais”, é realizado por equipe de professores, estudantes e técnicos da Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP), do Instituto Federal de Minas Gerais - Campus Ouro Preto (IFMG), da Universidade Federal de Viçosa (UFV), em parceria com a comunidade do distrito, empresas e instituições públicas de saúde e educação.

Antônio Pereira, distrito da cidade patrimônio cultural da humanidade Ouro Preto Minas Gerais, distante aproximadamente 40 km da sede do município. Desde 2019, a partir da preocupação para mitigar e amparar a comunidade que está dentro da área de influência direta da mineração e que sofre seus impactos, se constitui a rede de parceria para a realização de um programa de extensão e pesquisa voltado para profissionalização e atenção psicossocial dos moradores do distrito. Em 2022, o programa passa a ter novos eixos e a vinculação de projetos estende-se a quinze projetos incluindo o projeto de saúde mental nas escolas e fora delas.

O projeto saúde mental nas escolas surgiu a partir de uma demanda da comunidade escolar de Antônio Pereira, que vive as tensões e desafios e convive com os danos causados pela mineração que após a pandemia da Covid-19 observou-se que, os impactos na saúde mental apresentaram-se mais aflorados, tendo em vista a intensificação dos desafios da educação.

---

<sup>1</sup> Mais informações em [www.novaescola.org.br/conteudo/21359/](http://www.novaescola.org.br/conteudo/21359/).

A comunidade escolar vivenciava grandes dificuldades nas abordagens do contexto emocional, com o retorno presencial nas escolas, tanto para os estudantes assim como os educadores e educadoras e demais profissionais das escolas.

É importante ressaltar e descrever a conjuntura da rede escolar do distrito de Antônio Pereira, sendo composto por cinco escolas. O ensino é contextualizado em creche, educação infantil, ensino fundamental 1 e 2, na qual atende parte dos estudantes no ensino integral, ensino médio integral, EJA e curso técnico. No distrito a rede escolar conta com duas escolas estaduais, uma escola comunitária, uma escola municipal de educação infantil e uma escola privada.

O projeto iniciou -se em fevereiro de 2023 com a territorialização nos espaços escolares e no distrito como um todo, realizado em fevereiro 2023, com objetivo de conhecer e promover a integração entre a equipe do projeto e os profissionais das instituições escolares, proporcionando e oportunizando assim interação com a comunidade.

Após este primeiro momento com a comunidade escolar iniciou-se o processo de construção das rodas de conversas sobre saúde mental nas escolas, tendo em vistas as visitas nas escolas semanalmente, assim organizando e agendando datas e horários em conjunto com os gestores, educadores e demais profissionais, para melhor atender a toda a comunidade escolar.

Segundo Assis (2023), uma roda de diálogo fomenta a construção de espaços de encontros entre pessoas com o objetivo de estimular e fortalecer o processo grupal, tangendo vínculos afetivos, conhecimento, empatia engajando um processo transformador. As práticas grupais podem ser utilizadas para produção de conhecimento sobre a escola e comunidade, ao

mesmo tempo que promove o acolhimento e empoderamento dos seus participantes.

O projeto saúde mental nas escolas foi idealizado para atuar com os educadores, educadoras, gestores e demais profissionais que atuam nas escolas do distrito, entendendo que ao acolher, cuidar e capacitar a comunidade escolar, cada profissional será multiplicador deste projeto na promoção de saúde mental para com estudantes, pais e responsáveis e demais sujeitos da comunidade territorial.

Segundo Estanislau (2014, p. 17), um professor bem-informado e sensível pode tanto promover saúde mental quanto atuar na prevenção de transtornos, por exemplo, identificando sinais que demandem encaminhamento para avaliação da equipe de saúde mental.

Oportunamente foi possível também o contato com os estudantes, em alguns momentos na qual a equipe foi convidada a participar de eventos realizados nas escolas como no evento relacionado ao setembro amarelo.

Durante o ano de 2023, foram realizadas rodas de conversas - saúde mental nas escolas do distrito. Os objetivos das rodas eram acolher e escutar os educadores e demais profissionais da comunidade escolar, apreender os sentidos da saúde mental nas escolas, desenvolver os temas a serem abordados na elaboração do manual e do curso de saúde mental nas escolas e fora delas.

As rodas de conversa junto à comunidade escolar tiveram, assim, propostas formativas e fortalecedoras para consolidar práticas e aprendizados na mediação de conflitos e construção da paz escolar. As rodas são, assim, ferramentas de produção de vínculos, cuidado, acolhimento, escuta e enfrentamento dos desafios que envolvem a educação. Proporcionaram também partilhas e discussões coletivas

promovendo a reflexão, empatia, atenção e cuidado a partir da escuta, propiciando socialização da comunidade escolar e fomentando uma participação efetiva dos profissionais das instituições escolares.

As rodas de conversa aconteceram em duas etapas, sendo realizado nove rodas, tendo em vista que em uma escola foi realizado somente uma roda, e nas demais escolas ocorreram duas rodas.

As rodas eram realizadas no tempo de duas horas, por vezes ultrapassava o tempo tendo em vista a demanda de discussões coletivas que acontecia entre os participantes neste processo estiveram nas rodas 176 participantes entre educadores, educadoras e demais profissionais, sendo 146 mulheres e 30 homens. E dois ou mais membros da equipe do projeto.

O objetivo deste trabalho é apresentar o processo de desenvolvimento e os resultados das rodas de conversa nas escolas do projeto Saúde Mental nas Escolas e Fora Delas.

## **Material e Métodos**

Foram utilizados materiais e utensílios para realização das técnicas grupais, como tintas, canetas, papéis e outros. Para cada roda é importante ressaltar a organização da equipe, é necessário no mínimo três pessoas sendo um coordenador, um relator e um apoiador, jamais deve -se fazer uma roda de conversa de cuidado e acolhimento somente com o coordenador. Por vezes, pode ser necessário fazer algum atendimento individualizado e está aí a importância de outros membros da equipe.

O processo metodológico se constituiu de forma organizada e construído para efetivar o trabalho e a pesquisa se deu de forma dialógica, na escuta, no acolhimento, no cuidado e na formação (Silva, 2020). Utilizou -se as rodas de

conversa, formulário *google* para coleta de dados para a construção do manual saúde mental nas escolas e fora delas e do curso e avaliação das rodas, além do retorno nas escolas para um feedback com os participantes. Foram feitas anotações para o relatório e sistematização das informações.

O formulário contou com perguntas que foram enviadas aos participantes dos encontros através do *WhatsApp*, o formulário foi enviado para as diretoras das instituições e era repassado ao grupo de *WhatsApp* da comunidade escolar.

Nas abordagens sobre saúde mental nas rodas de conversas nas escolas percebeu-se defasagem de cuidados em Saúde Mental e atenção psicossocial, tendo em vista que alguns ambientes escolares analisados apresentam uma dificuldade em promover um espaço aberto para discussão, fala, escuta e acolhimento, por esta razão, ao longo do processo de trabalho ficou perceptível as necessidades de atenção psicossocial dentro dos ambientes escolares para com os professores e profissionais das escolas. Contando assim com adaptação da técnica frente a realidade de cada escola.

As rodas aconteceram em duas etapas: a primeira etapa com foco no cuidado, acolhimento e escuta com técnicas interativas dentro desta proposta, além de coletar dados específicos para a escrita do manual de saúde mental nas escolas e fora delas.

Na segunda etapa manteve-se o cuidado, escuta e acolhimento, mas também uma proposta formativa, e ainda a coleta de dados avaliativos das rodas. Todas as técnicas propostas nas rodas de conversas tinham âmbito formativo para que fosse possível aos participantes utilizarem em algum momento, os educadores na sala de aula e os gestores em encontros e eventos na escola, nas

reuniões da comunidade escolar ou com pais e responsáveis.

Nas rodas foi utilizado como proposta a técnica dos três giros, que segundo Assis (2023), é utilizada para realização de grupos focais com participantes que são reunidos apenas uma única vez. Assim, sendo 1º giro: segue apresentação e acolhida dos participantes, seguidos de uma pergunta geradora para iniciar a conversa e o diálogo. No 2º Giro é um momento em que todos conseguem falar um pouco, ouvir e dialogar. O coordenador fazia então a pergunta sobre as necessidades e especificidades da escola e o que seria importante estar no curso. Já o 3º Giro faz-se a finalização da roda, com abraço coletivo e pede-se que todos deixassem uma palavra para o encontro e a vivência daquele momento.

## Resultados e Discussão

Nestas propostas formativas foram promovidas em cada roda uma oficina na qual os participantes foram convidados a participar, sempre finalizando a roda com palavras relacionadas ao encontro e abraços fraternos. As técnicas grupais utilizadas foram a Nuvem de palavra, a técnica desenhando o que me representa, varal da saúde mental, oficina mãos na massa e oficina de práticas corporais e relaxamento em busca da saúde e fortalecendo o cuidado e acolhimento na educação, a técnica do acolhimento eu cuido e acolho você e o diálogo como se construo saúde mental e saúde coletiva.

Os resultados deste trabalho serão apresentados em três seções seguindo da seguinte forma: rodas de conversa e desenvolvimento seguido de técnicas específicas para cada roda, manual de saúde mental nas escolas fora delas e o curso de extensão e saúde mental nas escolas e fora delas.

## As rodas de saúde mental nas escolas

Em cada encontro percebeu-se uma expectativa e euforia por parte dos participantes, em todas as rodas sempre estavam aguardando a equipe com muita alegria e até ansiedade, em alguns relatos surgiram falas de surpresos por não saberem o que era uma roda de conversa com esta proposta da saúde mental e muitos participantes era primeira vez que interagem com a roda de conversa. Nestas rodas, emergiram sentimentos e emoções, além de evidenciar a necessidade de espaços de fala dos participantes. Outros sentimentos que emergiram foram estresse, medo, dificuldade de lidar com situações difíceis, tristeza, angústia e uso de medicação por vezes acontecia o choro. Percebeu-se também em todas as rodas o quanto os participantes têm ligação com a fé e o quanto as pessoas são movidas por esta fé. No entanto, houve falas de esperança, alegria e sentimento de acolhimento. Palavras ditas pelos participantes nas finalizações da roda. Aprendizado, satisfação, tranquilidade, amor, alegria, fortalecimento, coragem, iluminação, confiança, força, persistência, resiliência, perseverança, equilíbrio, coragem e fé foram palavras e sentimentos vivenciados nas rodas de saúde mental nas escolas de Antônio Pereira.

Em todas as escolas no momento do *feedback* foi relatado a possibilidade da promoção de outras rodas, assim como nas respostas do formulário enviado nas escolas. Além da alegria e satisfação por parte dos profissionais que atenciosamente conversavam com a equipe. Nas rodas de conversa, o coordenador iniciava a conversa explicando o sentido da roda, e seguia contextualizado os impactos que a construção da roda por vezes podem afetar os participantes, como por exemplo alguém não entrar na roda, e a

dificuldade de as pessoas organizarem as rodas e até o posicionamento das pessoas dentro da roda.

### Técnicas grupais

A nuvem de palavras:<sup>2</sup> esta técnica foi adaptada da dinâmica Nuvem de Objetivos. O objetivo dessa dinâmica é uma ferramenta que ajuda o grupo a identificar suas necessidades específicas e a traçar os objetivos futuros, a refletir sobre a importância de ter projetos, sonhos e perceber a importância do planejamento para tornar esses sonhos reais. Sendo a técnica realizada em duas escolas, mas com contextos diferentes, na primeira escola foram feitas as seguintes perguntas: O que eu trouxe? O que eu tenho? O que posso construir? Na segunda escola as perguntas foram outras: Quem sou eu? A minha saúde mental como está? Como construir e promover saúde mental na escola? Em ambas as escolas foram distribuídos papel ofício colorido e

canetas para os participantes anotarem suas respostas e em seguida era colado no mural. Em cada escola fixado as perguntas geradoras no alto do mural, e na segunda escola para a última pergunta foi entregue o papel no formato de gotas assim efetivando a técnica gotas de água que quando se juntam formam rios e lagos pensando nas escolas e nos participantes a ideia é que ao se unirem estarão mais fortalecidos para enfrentar os desafios na educação Foi também desenvolvido material impresso para ser entregue aos participantes sobre a técnica utilizada A Figura 1 indica a construção da nuvem com os participantes e a finalização da roda com os respectivos participantes e ao fundo a nuvem construída por eles.ao finalizar as rodas foi entregue material didático pedagógico referente a técnica utilizada promovendo o acesso para utilizações futuras na comunidade escolar.



**Figura 1.** Técnica nuvem de palavras utilizada nas rodas de conversas nas escolas.

**Fonte:** acervo do projeto de extensão.



**Figura 2.** Técnica dos desenhos utilizada nas rodas de conversas nas escolas.

<sup>2</sup> Mais informações: Blog

<https://www.papodaprofessoradenise.com.br> .



**Figura 3.** O varal da saúde mental construído na roda de conversas na escola.

**Fonte:** acervo do projeto de extensão.

Desenhando o que me representa<sup>3</sup>: nesta técnica o objetivo foi incentivar os participantes a contextualizar algo que o representasse e como esta representação refletia na saúde mental de cada um. Foram disponibilizadas folhas de ofício coloridas, cola canetinhas, lápis de cor e tesoura em uma mesa próxima do espaço onde se encontravam sentados em roda os participantes, foi proposto 10 minutos para a realização da atividade. Os participantes fizeram um desenho no qual o representava, alguns relacionam o desenho com o trabalho, outros com a vivência do dia a dia e outros com as emoções na vida profissional, social e familiar, com os vínculos ao longo da profissão e com o momento presente. A figura 2 refere - se ao início da roda e explicação da técnica, representando o momento de apresentação desenhos criados na qual cada um pode falar e explicar o seu desenho, houve até partilha de desenho entre os participantes e identificação entre os participantes de alguns dos desenhos apresentados.

Varal da saúde mental: o varal da saúde mental (Cotta, 2018), tem como objetivo trabalhar as experiências negativas e positivas das pessoas,

relacionadas a algum tema em específico (saúde mental nas escolas, neste caso). A proposta é montar um varal (semelhante a um varal onde se estende roupas), levando os participantes a relatarem suas experiências vivenciadas. Estendido o varal, no centro é colocado uma folha com a frase: “Varal da Saúde mental”. No lado direito a frase “Experiências negativas”, e no lado esquerdo, “Experiências positivas”. A técnica iniciou-se com a coordenadora acolhendo as pessoas e explicando sobre a proposta da técnica, este trabalho apresentou-se tangido de muitas emoções, o objetivo é atentar-se às experiências positivas e negativas vivenciadas pelos participantes.

A orientação dada para o primeiro giro da roda de diálogos é a seguinte: “Lembre-se de uma experiência NEGATIVA relacionada a sua Saúde Mental que te afetou significativamente”, individualmente, registre em uma folha: 1) O FATO (a experiência negativa relacionada a sua saúde mental a qual você vivenciou) e 2) A MARCA (qual foi a marca que esta experiência deixou em você?). Cada participante escreve na folha e inicia-se o primeiro giro da roda, com a leitura dos relatos

<sup>3</sup> Mais informações em <https://www.arvore.com.br/blog/dinamica-para-reuniao-de-pais>.

individuais. Ao final do relato, o participante se levanta, escolhe um pregador (de roupas) e prega sua folha (fato e marca deixados pela experiência negativa) no varal ('as roupas sujas').

Segue-se então o segundo giro, desta vez com o resgate da memória da experiência POSITIVA relacionada a saúde mental que o afetou significativamente, o registro na folha do fato e da marca, o giro da roda com a leitura e a disposição no varal das experiências positivas ('as roupas limpas').

Nestes 2 momentos dos giros da roda, muitas emoções são afloradas e o grupo se sensibiliza com os colegas, se acolhem, e muitas vezes se identificam com as experiências, sendo estes sentimentos trabalhados pela equipe gestora. Um membro da equipe ficou a anotar em um cartaz as palavras e assim os participantes comentaram sobre suas emoções, relatos, sensações e sentimentos despertados durante o processo grupal e a técnica do varal. Surgiram falas sobre a importância da roda e da partilha de saberes que ali ficou visível, além da empatia que foi demonstrada ao longo da roda. A Figura 3 apresenta o varal terminado e a roda de conversa que aconteceu ao longo do processo da técnica da roda.

Oficina mãos na massa: esta oficina foi pensada com a proposta de buscar o conhecimento através da vivência corporal da psicomotricidade, durante esta oficina foi feito massa de pão, organizada com antecedência, foi sugerido que cada participante levasse uma bacia que coubesse as duas mãos, todos os produtos foram comprados no distrito e doados para a prática da técnica e o restante doado para a escola.

Todos os participantes se envolveram em todo o processo com muita atenção e alegria. Durante o processo da oficina a coordenadora

relacionou os movimentos do processo da massa do pão, chamando a atenção para todos os ingredientes e os efeitos de cada um na massa, com a vida social, profissional e até pessoal, fez relações com as emoções e sentimentos, e a importância das pessoas não desesperam quando algo não der certo, mas sim de buscar apoio na rede que sempre tem a nossa Volta, contextualizando que a rede são as pessoas que estão próximas de nós. Após a construção e desenvolvimento da massa enquanto era aguardado o pão assar, na qual a coordenadora já havia antecipado a massa para que conseguisse fazer a degustação, ao final da oficina e roda de conversa. Houve então a construção da roda na qual os participantes tiveram a oportunidade de falar sobre os sentimentos e emoções envolvidos no processo da oficina. Várias pessoas comentaram suas lembranças, suas dificuldades e o conhecimento que foi adquirido. Um participante comentou sobre a participação dos homens e disse o quanto é necessário valorizar as mulheres por elas sempre estarem envolvidas com tantos afazeres mesmo depois de um dia de trabalho dentro da escola. Uma observação é que no retorno à escola para um feedback o pão recebeu vários títulos como por exemplo pão da saúde mental, pão do acolhimento, pão do relaxamento e foi enviado para equipe as fotos dos pães que foram levados para terminar o processo em casa.

Segundo Silva (2023) entender que o corpo não é apenas "carne e osso", mas é também um exemplo onde as emoções são vividas e registradas, nos possibilita de que cuidar do corpo e do emocional é uma forma de promover saúde mental (p.33), cuidar de si, saúde corporal e saúde mental, vai alimentar emoções e sentimentos contextualizar também no equilíbrio dos movimentos e processos do dia de cada pessoa. A figura 4 demonstra a disposição dos participantes

no início da oficina e a roda de conversa para finalizar a oficina mãos na massa, a degustação do pão e foi também entregue o material impresso com o texto O “Pão Para o Processo” e a receita do pão produzido durante a oficina, para que assim os participantes tenham oportunidade de em algum momento utilizar a oficina no espaço escolar ou fora delas.

Oficina de práticas corporais e relaxamento em busca da saúde e fortalecendo o cuidado e acolhimento na educação <sup>4</sup>: esta técnica foi realizada em duas escolas de educação infantil, tendo como objetivo promover um momento de relaxamento físico e mental, aliviar o estresse e propiciar equilíbrio emocional.



**Figura 4.** Oficina mãos na massa realizada na roda de conversas na escola.

**Fonte:** acervo do projeto de extensão.



**Figura 5.** Oficina de práticas corporais e relaxamento utilizada na roda de conversas na escola.

**Fonte:** acervo do projeto de extensão.



**Figura 6.** A técnica do eu cuido eu acolho utilizada na roda de conversas na escola.

**Fonte:** acervo do projeto de extensão.

Na primeira escola não houve tempo para que as pessoas comentassem sobre suas emoções e

sensações, contudo na finalização da roda ouviu - as falas de agradecimento e valorização do

<sup>4</sup> Mais informações em [www.personare.com.br/conteudo/meditacao-guiada-de-10-minutos-m28](http://www.personare.com.br/conteudo/meditacao-guiada-de-10-minutos-m28).

momento de relaxamento, na segunda escola foi possível abrir espaço para as falas sobre a vivência do momento e todos que comentaram disseram que foi maravilhosa a oportunidade, já que na escola é difícil conseguir ter este tempo para relaxar.

Nesta técnica a proposta foi proporcionar um momento de relaxamento para os participantes na qual utilizou-se uma música adequada e a coordenadora utilizou a voz para conduzir o processo, sugerindo aos participantes fecharem os olhos para melhor concentrar na atividade e no decorrer da técnica a mediadora foi usando a voz e explicando que a primeira coisa era ouvir a música e estar atento à respiração inspirando e expirando, foi proposto que cada um tocasse nos olhos, no cabelo, nos braços, mãos e que as pessoas sentissem os movimentos e explorasse suas emoções, buscando fortalecer e valorizar as emoções e sentimentos. Foi dito que cada um pensasse nas escutas, das falas, na vivência do espaço escolar e fora dele. Para finalizar a técnica a orientação foi que as pessoas sentissem o coração e simbolicamente tocassem e colocassem nas mãos o tratasse com carinho e após este carinho poderia colocar novamente no lugar. Ao finalizar a roda foi entregue material impresso sobre a técnica é sugerido aos participantes que promovem a técnica junto aos estudantes. A figura 4 identifica o momento de relaxamento da prática citada demonstrando a acolhida entre os participantes.

A técnica do acolhimento eu cuido e acolho você: a técnica em questão tem o objetivo de fortalecer e promover acolhimento e cuidado entre os participantes incentivando vínculos e organização de rede de apoio. Aqui a proposta é que cada participante escolhesse alguém para fazer um acolhimento e compartilhar o cuidado da saúde mental, foram distribuídas fitas entre os

participantes e cada um deveria dizer a frase eu cuido e acolho você, e várias pessoas acolheram dois ou mais colegas e houve bastante emoção e comoção também. Esta técnica foi promovida com educadores, demais profissionais da comunidade escolar, mas também com estudantes. Observou-se que nesta técnica os participantes pediram para levar as fitinhas para outras pessoas e para os familiares. a técnica foi utilizada também na E.E Antônio Pereira junto aos estudantes, sendo esta roda um convite da escola no evento sobre abordagem do suicídio. Um relato interessante de uma educadora que disse que ao ser acolhida utilizou a técnica em outros espaços fora da escola e em sua fala ela comentou a importância de acolher o próximo. Vê-se na Figura 6 o processo da técnica com os estudantes e em outro momento a técnica junto às educadoras de outra escola.

No decorrer do processo grupal foram trabalhadas as várias técnicas na qual proporcionou facilidade, interação, cuidado, acolhimento e escuta para contextualizar a temática de cada encontro. As técnicas fizeram toda a diferença durante as rodas de conversa. Em destaque a técnica do varal da saúde mental e das rodas de diálogo que recebeu a premiação de Menção Honrosa no 9º Congresso Brasileiro de Ciências Sociais e Humanas em Saúde (CSHS) em Recife em novembro de 2023, sendo assim também um importante resultado do desenvolvimento do projeto no distrito de Antônio Pereira. Reflexo da importância e valorização das rodas de conversas, saúde mental nas escolas e das técnicas grupais utilizadas.

Com os resultados obtidos ao longo do projeto assim como no desenvolvimento das rodas, foi desenvolvido, construído e escrito o manual de saúde mental nas escolas e fora delas. Este que será o material didático pedagógico a ser doado para os participantes do curso de saúde

mental nas escolas e fora delas que acontecerá no distrito, de abril a novembro de 2024. O manual contém textos relacionados com as especificidades da rede escolar distrito, mas é bem amplo e profundo podendo ser utilizado em qualquer espaço escolar ou na comunidade é constituído de dicas de leitura, conhecimentos da internet, propostas de técnicas para utilização dos educadores e educadoras e demais profissionais da comunidade escolar tendo em vista o objetivo de acolhimento, cuidado, escuta e promoção de saúde mental no espaço escolar e na comunidade em geral.

## **O manual saúde mental nas escolas e fora delas**

Com a realização das rodas e levantamento de dados e demandas de formação foi elaborado o manual de saúde mental nas escolas e fora delas. O manual é parte do material didático pedagógico para o curso de extensão "Saúde Mental nas escolas e fora delas" (Assis, 2023). O manual apresenta os conteúdos para o curso Saúde mental nas escolas e fora delas. O Manual foi construído como uma das ferramentas didáticas do curso e posterior utilização em amplos contextos de educação permanente com foco nas necessidades da comunidade escolar. Ele foi estruturado de forma dialógica para que o leitor tenha contato com a discussão das temáticas. Em cada uma delas, foi elaborada uma introdução fundamentada e reflexiva ao tema; uma "caixa de ferramentas" com indicação de materiais de consulta (textuais e outras mídias); uma descrição da roda formativa a ser executada em cada etapa do curso, uma descrição da tarefa a ser desenvolvida no contexto escolar pelo participante e um espaço em branco para anotações.

O Manual é composto de três ciclos: O primeiro sobre corpo, mente e território que

subsidiava a realização de três encontros: os sentidos da saúde mental nas escolas e fora delas; o corpo afetivo e a psicomotricidade e saúde mental em territórios atingidos. O segundo ciclo versou sobre abordagens da saúde mental nas escolas e fora delas que se desdobra em dois encontros, um sobre diagnósticos, diferenças e direitos e o outro sobre violências, preconceitos e discriminações. Por fim, o terceiro ciclo tem como tema a promoção da saúde mental nas escolas e fora delas e se desenvolve também em dois encontros, um sobre empoderamento e comunicação não violenta e o outro sobre como construir uma escola acolhedora. Além da temática, o Manual é precedido da introdução com a devida apresentação e contextualização e, ao final, registra as referências e uma agenda com os contatos da rede de saúde mental.

A interação com as escolas e a escuta dos profissionais da rede foi o elemento definidor das linhas de discussão na composição do Manual. A sua elaboração se constituiu de um trabalho colaborativo de profissionais com diferentes experiências e formações, todos com interface em saúde e educação, o que promoveu a diversidade de ideias e a congregação de conhecimentos com aplicação prática, contextualizada e fundamentada cientificamente.

Sua estruturação foi pautada pelo reconhecimento das necessidades do território em suas múltiplas faces que revelam um horizonte em que o conhecer se depara com o desconhecer. À medida em que se avança e se procura ter como guia esse desvelamento, se percebe a riqueza das alternativas que são mantidas na comunidade e em suas lutas e conquistas. A elaboração do Manual só foi possível por se debruçar sobre o cotidiano deste território e na absorção das identidades que por ele se constituem como palco

que é das relações econômicas, sociais e ambientais.

Neste sentido, sua identidade visual, textual e midiática respeitou a diversidade presente no território, em especial, com linguagem acessível, ao mesmo tempo em que abrange conteúdos artísticos, literários, jornalísticos e científicos. A

Figura 7 apresenta a capa e contracapa do manual de saúde mental nas escolas e fora delas. O manual pode ser acessado e baixado gratuitamente através do link [MANUAL SAÚDE MENTAL NAS ESCOLAS E FORA DELAS Ebook.pdf](#).



**Figura 7.** Capa e contracapa do manual saúde mental nas escolas e fora delas

**Fonte:** elaboração dos autores.

### O curso de extensão “Saúde Mental nas escolas e fora delas”

O curso de extensão “Saúde mental nas escolas e fora delas”, acontecerá de abril a novembro de 2024, sendo um encontro por mês integrado ao calendário escolar das escolas de Antônio Pereira, e contará com a presença de educadores, gestores e demais funcionários das escolas do distrito. O curso terá 100 horas e acontecerá em sete encontros formativos, das 9 às 16 horas, aos sábados, as datas e dias foram definidos em reunião conjunta entre as diretoras das escolas, secretaria municipal de educação, superintendência e a equipe do projeto. Será realizado no espaço da gruta da Lapa, local

cultural e de grande importância para a população do distrito. O curso contará com a participação de tutores que auxiliaram estimulando a pesquisa entre estudantes, e organizarão feedbacks sobre o desenvolvimento do(a) aluno(a), incentivarão uma aprendizagem colaborativa, esclareceram dúvidas sobre os assuntos abordados, proporcionaram um ambiente de cordialidade entre os participantes nas rodas formativas durante o desenvolvimento do curso. terá também conferências com especialistas convidados. E será oferecido aos participantes material didático pedagógico, uniforme, alimentação e transporte.

O curso saúde mental nas escolas é um curso piloto do projeto saúde mental nas escolas e tem

uma proposta inovadora para o cuidado, acolhimento, escuta e formação para os profissionais atuantes nas instituições escolares. A realização do curso visa a concretização e a esperança de que a educação muda as pessoas e as pessoas mudam o mundo, como foi nos ensinado pelo mestre Paulo Freire. Assim é que nos fortalecemos no cuidado e acolhimento para efetivar a construção da “Saúde Mental nas Escolas e fora delas”.

## Conclusão

As rodas de conversa foram de suma importância para o acolhimento dos profissionais da comunidade escolar, suscitando problemáticas referentes à promoção de saúde mental, a construção do manual de saúde mental e a realização do curso para este público.

Os conflitos vividos pela comunidade do distrito têm forte impacto sobre a saúde e saúde mental das pessoas. Nas escolas, esses sofrimentos foram vividos de diferentes formas, inclusive por meio da violência escolar, que vulnerabiliza ainda mais todos da escola, especialmente, crianças e adolescentes. A construção do curso e realização do curso, especialmente a realização das rodas de conversa “saúde mental nas escolas” têm sido o modo de mediar os conflitos e enfrentar a violência. Essa experiência de cuidado e acolhimento tem mostrado a importância de se promover a saúde mental nas escolas, no sentido de humanizar as relações e fazer dos ambientes escolares, espaços de paz e bem-estar. o projeto saúde mental nas escolas e fora delas realizará em 2024 o curso piloto, sendo este um projeto em desenvolvimento e pretende ser estendido para outras territórios e escolas, o curso “Saúde Mental nas Escolas e fora delas está sendo construído por

uma enorme rede de pessoas e instituições que seguem de “Mãos Dadas com Antônio Pereira”.

## Agradecimentos

Agradecemos toda a comunidade e profissionais da comunidade escolar do distrito histórico de Antônio Pereira, Ouro Preto, Minas Gerais. Especialmente à Escola Estadual Antônio Pereira, Escola Estadual Daura de Carvalho, Centro Educacional Promocional Padre Ângelo, Escola Municipal Educação Infantil Creche Bernardina de Queiroz Dona Zumbi e Colégio Renascer. A Universidade Federal de Ouro Preto (UFOP), o Instituto Federal de Minas Gerais - Campus Ouro Preto (IFMG) e a Universidade Federal de Viçosa (UFV). O curso de extensão “Saúde Mental nas escolas e fora delas” desenvolvido no distrito de Antônio Pereira é financiado pela Fundação de Amparo à Pesquisa de Minas Gerais pelo Apoio a projetos de extensão em interface com à pesquisa (APQ\_03101\_22).

## Referências

- ASSIS, A. Os sentidos da roda: práticas grupais na investigação qualitativa em saúde. **New Trends in Qualitative Research**, v. 18, p.e842, 2023a.
- ASSIS, A. D. de. **Manual Saúde mental nas Escolas e fora delas**. ASSIS, A. D. de; FIGUEIREDO, A. M. de; COTTA, R. M. M.; SILVA, S. A. da (coordenação). Ouro Preto: UFOP, 2023b. Disponível em: <https://drive.google.com/file/d/19c-HWcQTF47s0d28jXeNEzLcSkTO2-e0/view>. Acesso em 8 março, 2024.
- BRASIL. Lei nº 14.681, de 18 de setembro de 2023. Institui a Política de Bem-Estar, Saúde e Qualidade de Vida no Trabalho e Valorização dos Profissionais da Educação. **Diário Oficial da União** - Seção 1 - 19/9/2023, p. 6, 2023.
- BRASIL. **Parâmetros Curriculares Nacionais**. Ministério da Educação e do Desporto: Secretaria de Educação Fundamental. Brasília, 1997.
- BRESSAN, R. A.; BORDIN, I. A.; ESTANISLAU, G. M.; VIEIRA, M. A. Saúde mental na escola: o que os educadores devem saber. 1. ed. Porto Alegre: Editora Artmed. p 13 - 22, 2014. ISBN 788582711040.014.

COTTA, R. M. M.; CAMPOS, A. A. O.; SILVA, L. S.; SILVA, L. S.; COTTA, F. M.; COTTA, R. M.; SILVEIRA, L. M. C.; AFONSO, D. H. Panorama Sobe-Desce e Varal do SUS: o que motiva e o que desmotiva a utilização do Sistema Único de Saúde? **Journal of Management & Primary Health Care**, v. 9, 1pp6, 2018.

NOVA ESCOLA. **Projeto que ensina sobre aquecimento global é premiado pela ONU**. Disponível em: <https://novaescola.org.br/conteudo/21359>. Acesso em: 23 jul. 2024.

SILVA, A. T. V. **Roda de conversa como metodologia para partilha de saberes docentes**. 2020. 132 f. Dissertação (Mestrado Profissional em Ensino de Ciências) – Instituto de Ciências Exatas e Biológicas, Universidade Federal de Ouro Preto, Ouro Preto, 2020.

SILVA, S.A. *et al.* O corpo da escola como território de saber, afetos e valor existencial. *In: ASSIS, A et al. Manual saúde mental nas escolas e fora delas.* - [recurso eletrônico] - Ouro Preto: Ed. UFOP, 2023.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. World mental health report: transforming mental health for all. Geneva: WHO, 2022. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/handle/10665/356119>. Acesso em: 23 jul. 2024.