

23 a 25 de Março de 2026 | Evento 100% Online

CONGRESSO INTERNACIONAL **IDEA 2026**

Inovação, Diálogo e Experiências na Aprendizagem

Educação e Humanidade: Conectando
Inteligências, Cultura e Propósito Global.



ESTÍMULO AO FUTURO ACADÊMICO DE ADOLESCENTES E OS IMPACTOS DA SAÚDE MENTAL EM SUAS PERSPECTIVAS

**Juliana Gonçalves da Silva; juliana.goncalves.sd@gmail.com; Afya Porto
Nacional**

**Ângelo Ricardo Balduino; angelo.balduino@afya.com.br; Afya Porto
Nacional**

Modalidade: Artigo

Área Temática: Metodologias Ativas e Neurociência Aplicada.

Resumo:

Adolescentes que estejam em seu último ano escolar precisam decidir sobre seu futuro acadêmico e profissional, contudo suas perspectivas sobre o ensino superior não são sempre necessariamente positivas. Assim, o presente estudo é um relato de experiência de uma ação de extensão realizada com estudantes do 3º ano do Ensino Médio do Instituto Federal do Tocantins, campus Porto Nacional, cujo objetivo é o fomento da educação por meio da promoção de saúde mental e com base em estratégias da neurociência. Em resumo, a ação aconteceu em três momentos, o primeiro de acolhimento e palestras educativas, no segundo foi feito um tour pelas dependências de uma instituição de ensino superior e o terceiro com dinâmicas e encerramento com lanche coletivo. De modo que, as atividades feitas fortaleceram a autonomia e o senso de pertencimento dos jovens, além de que a neurociência quando aplicada à área da saúde contribui para regulação de fatores emocionais, se consolidando como uma ferramenta para o aprimoramento de habilidades e competências pessoais e profissionais.

Palavras-chave:

Educação; Ensino Universitário; Neurociência Cognitiva.

Introdução

A adolescência não é apenas um marco de transição do ponto de vista fisiológico, com mudanças corporais e hormonais, mas também há aspectos sociais que tornam essa etapa de vida complexa. Ainda mais especialmente para aqueles adolescentes em reta final de fase escolar, ou seja, cursando o terceiro ano do ensino médio e tendo que decidir sobre seu futuro acadêmico/profissional, podendo sofrer pressões de seus familiares, colegas, professores e internas (Somavilla et al., 2021).



Embora seja notório tratar da temática de ensino superior com os jovens, isso certamente precisa ser feito com responsabilidade, empatia e escuta ativa, pois há um crescente desinteresse dos alunos por cursos de graduação, como pode ser exemplificado pelas baixas nos números de inscritos do Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM) nos últimos anos (Reses; Carvalho, 2024).

Desta forma, isso constitui um sinal importante para a necessidade de ações de intervenção, tendo em vista que se trata de uma prova que permite acesso às instituições públicas de ensino e até em privadas, onde se pode obter bolsas de 100%. Entretanto, os interesses dos jovens parecem estar sob forte influência de um imediatismo financeiro fomentado nas redes sociais, com influenciadores digitais mostrando estilos de vidas que podem ser alcançados de forma rápida e sem estudos, seja por jogos de apostas, exposição on-line e entre outros caminhos, mas todos possuem em comum o fato de que o ensino não é uma pauta prioritária a ser alcançada, pelo contrário (Neiva; Salviano, 2026).

Outrossim, o contexto social atual desse jovem é um sujeito que nasceu e vive em uma sociedade dinâmica, por vezes com dinamicidade até demais, como por exemplo quando se trata sobre informação, o acesso hoje ao conhecimento é de fato uma conquista de um avanço tecnológico do homem, mas isso não implica nem de longe necessariamente em um maior aprendizado, na verdade a rapidez das notícias não predispõe veracidade ou entendimento íntegro de seu conteúdo. Ou seja, o adolescente hoje realmente acredita que já sabe tudo e que qualquer conhecimento que possa vir a querer ter está a dois cliques em uma tela, o que faz com que eles tenham uma relação diferente com a educação quando comparado com as gerações anteriores (Santos, 2024).

Mas, apesar do ensino superior ser a porta de entrada para oportunidades profissionais, os jovens também acabam sendo desestimulados por pressões em relação a suas decisões e isso afeta o desempenho escolar e alimenta um ciclo de negatividade em relação aos estudos, fazendo com que a faculdade seja julgada sob um olhar de medo, incertezas e inseguranças e não de idealização de maneira positiva, como deveria ser (Somavilla et al., 2021).

Ademais, os jovens estão cada vez mais apresentando precocemente sintomas de depressão e ansiedade, e em partes porque é uma fase de transição marcada por decisões que impactarão todo seu futuro na vida adulta e na velhice, a simbologia de ser bem sucedido está intimamente atrelado a aprovação social e prestígio familiar e também econômico (Santos et al., 2025).

Desse modo, muitos jovens não sabem lidar com frustrações acadêmicas e/ou profissionais e é nessa etapa da vida que acabam fazendo descobertas desagradáveis quanto à realidade, como por exemplo que a aprovação no ensino superior pode não vir logo após a finalização do ensino médio ou que mesmo após entrar no curso de graduação almejado, podem acabar não se identificando com a sua escolha (Fontenele, 2024).

Nessa perspectiva, a neurociência como estratégia para fomento da saúde mental é essencial para que os adolescentes consigam lidar com as mudanças em suas



vidas, sejam elas biológicas ou sociais, como no caso de escolhas de futuro, pois adaptações emocionais são fundamentais para fortalecer autonomia, segurança pessoal e controle de danos quanto às expectativas, sejam elas próprias ou externas (Rosa, 2025).

Desta forma, ações universitárias são práticas dotadas de potencialidades de intervenção, pois são focadas e centradas em uma problemática para um público-alvo, exigindo do acadêmico competências pessoais e profissionais e beneficiando a comunidade contemplada. Logo, são vivências que diferenciam o currículo acadêmico do estudante, principalmente nos cursos de graduação da área da saúde como medicina, pois o futuro profissional médico precisa, para além de conhecimentos teóricos, conseguir articular técnica com condutas e compromisso social (Moraes, 2025).

Nesse sentido, o presente estudo se trata de um relato de experiência de um projeto de extensão feito com adolescentes, com enfoque em estimular perspectivas acadêmicas e promover saúde mental. Assim, o bem-estar psicológico e a resiliência foram trabalhadas dentro de uma abordagem da neurociência voltada para a área da saúde, se configurando como uma estratégia de cuidado e acolhimento.

Em suma, o propósito da ação é a de se constituir como uma prática extensionista que beneficia tanto os acadêmicos envolvidos quanto os participantes, tendo por sua relevância o recorte do público-alvo, que é uma amostra específica, mas que ao mesmo tempo permite a generalização de seu contexto.

Fundamentação Teórica

A adolescência é uma etapa de vida permeada por transformações físicas, como por exemplo o início da puberdade que acarreta em alterações hormonais, mas também há desafios em aspectos sociais e emocionais, desde questões como relacionamentos amorosos, ciclos de amizades até a construção de identidade própria (Almeida et al., 2024).

No que diz respeito aos alunos do 3º ano do ensino médio, esses jovens estão em seu último ano da vida escolar, muitos deles desenvolveram suas primeiras socializações fora do seio familiar na escola. Assim, durante todos os últimos anos, o colégio foi uma variável constante em suas vidas, mesmo o período de férias era precedido e procedido pelas aulas e alguns adolescentes passavam mais tempo na escola e ocupados com os estudos do que em quaisquer outras atividades, logo essa etapa sendo finalizada também pode ser entendida como uma mudança brusca (Vaz; Bessa, 2025).

Além disso, é nessa etapa que são tomadas decisões que impactam diretamente o futuro profissional e pessoal, e o peso de se decidir uma carreira somada a pressões familiares e sociais, sem a presença de estratégias para lidar com as expectativas é o que pode gerar sofrimento psíquico no adolescente. Por isso, a neurociência aplicada à saúde é primordial para se constituir como ferramenta de enfrentamento para essas questões (Araújo et al., 2024).



Nessa ótica, a neurociência é um campo interdisciplinar que pode ser usada para promover o bem-estar, pois integra o campo científico com a saúde e a educação, podendo ser utilizada como base para a elaboração de ações e estratégias de intervenções que visem fomentar e fortalecer a saúde mental. Quanto à educação, a metodologia ativa é um processo de aprendizado que centraliza o sujeito como detentor de sua construção de conhecimentos, e isso é fundamental para que o adolescente consiga se capacitar de suas escolhas e determinações de futuro (Silva; Valotta, 2025).

Por isso, a metodologia foi elaborada de forma a contemplar aspectos de vivência que integrem dimensões informativas e comunicacionais, além de práticas de acolhimento. Pois, a adolescência é uma fase da vida que sentimentos como estresse e insegurança podem ser intensificados, principalmente para aqueles que sofrem com sobrecargas quanto ao seu desempenho e futuro acadêmico (Rocha et al., 2025).

Nesse íterim, a saúde e a educação são pontos principais discutidos pela Organização das Nações Unidas (ONU), que estabeleceu como plano 169 metas distribuídas em 17 objetivos interconectados, chamados de Objetivos do Desenvolvimento Sustentável (ODS), que também abordam aspectos como meio ambiente e economia e devem ser alcançados até 2030 (Brasil, 2018).

Assim, os 17 objetivos buscam: erradicar a pobreza e a fome, reduzir a desigualdade, fomentar a igualdade de gênero, educação, saúde, crescimento econômico, paz e a vida na água e na terra, além de produção, cidades e agricultura sustentáveis, por meio de parcerias e ações contra a mudança global do clima e incentivando o uso de energia limpa, indústria e inovação. Além disso, no Brasil houve uma proposta de mais um objetivo, o de igualdade étnico-racial (Brasil, 2018).

Logo, o presente projeto está de acordo com o objetivo 3, que busca assegurar o bem-estar, e com as metas 3.4 e 3.7 ao promover saúde mental e o acesso. Mas também, com o objetivo 4 e as metas 4.1, 4.2, 4.3, 4.4, 4.5, 4.6, pois incentivar perspectivas acadêmicas e a educação é uma forma de assegurar educação equitativa ao promover oportunidades de aprendizado, acesso e qualidade, portanto incentivar o ensino é uma forma de incentivar a alfabetização e de garantir que os jovens possuam habilidades relevantes profissionalmente (Brasil, 2018).

Adicionalmente, o objetivo 8 trata de crescimento econômico, e incentivar a educação é uma forma de assegurar emprego pleno, produtivo e decente, o que também é discutido na meta 8.6 que busca reduzir jovens sem formação, que está em consonância com o objetivo 10 que busca minimizar desigualdades e com a meta 10.2 que visa empoderamento e inclusão econômica (Brasil, 2018).

Metodologia

Trata-se de um relato de experiência sobre um projeto de extensão desenvolvido como parte do processo avaliativo da disciplina Práticas Interdisciplinares de



Extensão, Pesquisa e Ensino II (PIEPE), que é componente obrigatório da grade curricular do segundo período do curso de Medicina da Afya Porto Nacional. Nesse viés, essa matéria possui carga horária de 60 horas e os alunos são divididos em grupos e orientados por um professor, contemplando todas as etapas de criação, elaboração e organização de um projeto, bem como a execução da ação, além de demais etapas avaliativas como apresentação para banca e produtos científicos.

Portanto, o presente estudo trata de uma ação feita com os alunos do 3º ano do ensino médio do Instituto Federal do Tocantins (IFTO) do campus de Porto Nacional, que é uma instituição de caráter público de tempo integral, totalizando aproximadamente 30 estudantes, a ideia foi proposta devido ao professor orientador da disciplina também ser membro do colegiado na escola do público-alvo, o que facilitou contatos e a logística de transporte dos alunos até a faculdade para a ação.

Nesse sentido, propõe-se a reflexão sobre os caminhos acadêmicos e profissionais desses alunos após a conclusão do ensino médio e o impacto que a saúde mental causa em suas perspectivas de vidas atuais e futuras. Assim, após escolha do tema e organização do grupo de acadêmicos, foi feita uma visita no IFTO para conhecer os alunos, reconhecer o território de vivência do público-alvo e apresentar a proposta de ação que seria desenvolvida e assim alguns meses depois esses alunos foram levados até o campus universitário e nesse primeiro momento foi feito o acolhimento e depois os alunos foram direcionados para uma sala onde a Liga Acadêmica de Psiquiatria da instituição ministrou uma palestra interativa sobre saúde mental e como a neurociência pode ser aplicada na saúde, apresentando orientações sobre cuidados e promovendo um momento de escuta qualificada quanto às demandas que os alunos tinham, principalmente sobre ansiedade e estresse com o desempenho na escola e nas provas de ingresso para o ensino superior, a Liga finalizou apresentando uma rede de contatos para suporte social e emocional e apontou sinais que podem indicar sofrimento psíquico. Posteriormente, os próprios acadêmicos do projeto fizeram uma roda de conversa com os alunos do IFTO, utilizando de vivências pessoais até a atual graduação, exemplificando pelas próprias trajetórias as diferentes formas de se ingressar em um curso universitário, e essas situações-problemas foram essenciais para a abordagem de um diálogo aberto e de troca de experiências, oferecendo também um espaço para os alunos tirarem dúvidas e compartilharem seus desafios e perspectivas.

Adicionalmente, os acadêmicos prepararam uma apresentação sobre os programas do governo para a graduação como FIES e PROUNI, além de explicar como funciona o SISU, corte, pesos e cálculos de nota e como é a metodologia ativa, que é o método de ensino da AFYA, traçando contrapontos em relação ao IFTO que faz uso da metodologia tradicional, após esse momento foram entregues folders informativos sobre os cursos de graduação existentes no Estado, bem como



as instituições de ensino, além de conter também um cronograma com datas e horários do ENEM e dos vestibulares locais.

Posteriormente, os alunos foram levados por um tour guiado pelas dependências da faculdade, focando principalmente nos laboratórios práticos, que são os alvos de maior curiosidade dos alunos. Assim, foram divididos em grupos e puderam adentrar no laboratório de habilidades médicas, anatomia e bioquímica, podendo inclusive observar como é o andamento de uma aula na graduação.

Após isso, foi feita uma dinâmica de torta na cara com perguntas e respostas, a turma do IFTO foi dividida em dois grandes grupos e cada grupo escolhia um aluno para o jogo, tinha direito a responder quem apertasse primeiro no botão depois do sinal sonoro, mas a pessoa que bateu primeiro deveria responder uma pergunta sobre o tema escolhido pelo outro jogador, os temas foram: assuntos variados, matemática, biologia e português, assim, caso o jogador errasse a resposta a pergunta passava para o adversário e caso esse acertasse dava uma torta na cara do outro participante, além disso os jogadores tinham um minuto para responder a pergunta e podiam consultar seu grupo para debaterem sobre a resposta.

Ao final, foi realizado um momento de confraternização com lanche coletivo e sorteio de brindes, havia brincos, chaveiros, fones de ouvido e entre outras premiações, mas todos os 30 alunos do IFTO foram contemplados com algum prêmio. No que tange às questões éticas, a execução do projeto se deu com a seguridade de liberdade de escolha de participação dos alunos, respeitando a liberdade e sendo obrigatório que fosse de caráter voluntário e não houve coleta de dados dos participantes.

Resultados

Quanto aos processos assistenciais desenvolvidos durante a ação, entende-se que esse projeto se destaca pelo conjunto de competências essenciais à futura prática profissional dos alunos de medicina, pois engloba comunicação, escuta ativa, organização, estimulando até mesmo o raciocínio ao exigir também adaptabilidade para se transmitir saberes ao nível de compreensão do público-alvo.

Outrossim, as dinâmicas interativas desenvolvidas durante a ação cumprem um papel essencial como espaço de acolhimento e de descontração, ajudando assim a minimizar sintomas depressivos e ansiosos, pois foi fomentado um ambiente de apoio e diversão. Assim, abordagens humanizadas fortalecem a autonomia e o pertencimento dos participantes, pois os alunos ao serem alvos do projeto se sentem contemplados e valorizados.

Contudo, é vital salientar que a construção da ação foi dada em conjunto, assim como os participantes compartilharam suas vivências, os acadêmicos de medicina também trocaram experiências de desafios pessoais de suas trajetórias até o ensino superior, tendo em vista que o início em uma graduação não é dado de forma uniforme a todos os discentes, seja pela não aprovação imediata ou por contextos



socioeconômicos limitantes ou ainda pela decisão de uma segunda graduação. Desta forma, o aprendizado foi coletivo e enriquecido pela contribuição de todos, não tão somente pela participação do público-alvo. Além da Liga Acadêmica de Psiquiatria ter agregado valor a ação, pois são alunos que se propõem a fomentar ensino, pesquisa e extensão dentro da especialidade médica de psiquiatria, apresentando então formas e estratégias de se lidar com sintomas de ansiedade, como os reconhecer e a quem recorrer, inclusive os ligantes se disponibilizaram a ajudar com escuta ativa e orientações.

Adicionalmente, por se tratar de uma ação voltada para o cumprimento obrigatório avaliativo de uma disciplina, não foram coletados dados específicos de cada participante, portanto os resultados e a importância dessa ação se dão no fomento da discussão sobre saúde mental e seu impacto nos adolescentes. Entretanto, no que tange o plano de ensino da disciplina PIEPE II, a ideia de sua importância na formação médica é a de capacitar o estudante em desenvolver um olhar crítico e ampliar suas perspectivas de integralidade na assistência à saúde, fortalecendo o senso de responsabilidade social e compromisso com a cidadania, ao se exigir do estudante um projeto que atue como promotor de saúde integral.

Nesse sentido, como eixo da disciplina há a obrigatoriedade de expressar pelas ações extensionistas, iniciativas cujo compromisso social das instituições de ensino superior sejam pauta. Mas também, uma das estratégias de ensino e aprendizagem da matéria é a de desenvolver educação baseada em projetos e que sejam centradas na figura do acadêmico, o que vai de consonância a metodologia ativa, que é o método de ensino da AFYA.

Outrossim, o feedback final dos participantes foi positivo, a vivência permitiu que os alunos tivessem um dia de lazer fora do ambiente de sala de aula, o que surtiu um impacto significativo, cujo também era o objetivo do projeto, o de proporcionar um momento de leveza e descontração, mas que ao mesmo tempo fosse passado as informações. Outro interesse dos estudantes foi a visita aos laboratórios, principalmente o de anatomia com as peças da sala seca (materiais em plástico para estudo) e mais ainda o da sala úmida (cadáveres e peças reais de corpo humano).

Discussão

Ações extensionistas contribuem para o desenvolvimento e aprimoramento de habilidades comunicativas, além de competências e ferramentas relacionais a prática profissional de estudantes da área da saúde, pois a postura, articulação de ideias com clareza, escuta ativa e empatia são mecanismos essenciais para a formação médica, extrapolando os conteúdos especificamente teóricos ensinados em sala de aula. Logo, essas vivências permitem um ambiente de aprendizado que capacita os estudantes com qualidades que os destacam no mercado de trabalho (Ruberti; Afonso; Carneiro, 2025).

Uma vez que, essa atuação profissional será pautada e centrada em problemas reais do paciente, além de exercitar o trabalho em equipe. Portanto, metodologias



ativas e práticas vivenciais posicionam o acadêmico em um papel central de responsabilidade ética e compromisso social, sendo esperado um perfil acadêmico de sujeito ativo capaz de integrar saberes técnicos e humanos em sua linha de atuação (Moraes, 2025).

Adicionalmente, o contexto do sujeito impacta diretamente em sua saúde mental e em relações interpessoais. Assim, adolescentes em fase escolar final são constantemente alvos de pressões familiares e sociais sobre seus desempenhos e perspectivas, o que pode acarretar em prejuízos à autoestima. Logo, o acolhimento é um diferencial que vivências práticas viabilizam (Flôr et al., 2022).

Nesse propósito, a neurociência aliada à saúde é capaz de entender que se há melhores resultados em processos cognitivos, quando os indivíduos estão emocionalmente estáveis. Por isso que a saúde mental deve ser objeto alvo de embasamento para propostas com jovens e adolescentes que estejam em fases decisivas de suas vidas. Portanto, se faz necessário maiores pesquisas com adolescentes e principalmente ações que os incentivem e os direcionem em perspectivas de futuro acadêmico (Rosa, 2025).

Nesse viés, a ação citada no presente estudo se limita pelas próprias demandas da disciplina quanto aos prazos para sua execução e pelo quantitativo da amostra. Contudo, ressalta-se que há uma implicação gerencial quanto a necessidade da neurociência ser aplicada em contextos de saúde, voltados para a sua promoção e para a prevenção de doenças e seus agravos, tais quais como acometimentos por sofrimento psíquico como sintomas depressivos e ansiosos.

A ação de extensão realizada foi um momento de interação social fora do ambiente de sala de aula do público-alvo, levando os alunos a um novo local e consequentemente a novas perspectivas, que é o objetivo final do projeto, proporcionar reflexões sobre possibilidades de futuro. Sendo que, essas vivências práticas são fundamentais para novas conexões e para expandir horizontes, ao sair da rotina de sala de aula os alunos conseguem aprender em um novo espaço.

Desta forma, a neurociência pode auxiliar o jovem a lidar com frustrações, pois trata-se mais de uma reação física a uma quebra de expectativas, do que tão somente a um sentimento emocional. Uma vez que, o sucesso no futuro acadêmico é também uma conquista simbólica e social, por isso que para muitos adolescentes é um assunto delicado, pois pode não ser apenas um sonho pessoal, mas também a vontade de terceiros, de todo modo é algo que vai além do sujeito em si, tendo em vista que sua profissão pode mudar a realidade dele e de sua família (Toledo et al., 2025).

Uma vez que, a adolescência é uma fase propensa para o desenvolvimento de inseguranças, pois as decisões de futuro impactarão diretamente em aspectos socioeconômicos de suas vidas e desencadeia uma reação em série de possíveis mudanças motivadas por suas decisões como a futura rotina universitária e/ou de trabalho (Santos et al., 2025).

Nessa lógica, houve incentivo ao ensino superior, pois o projeto objetivou projetar possibilidades de futuro acadêmico e profissional para os participantes, o que está



de consonância com as ODS discutidas, pois o objetivo 3 visa garantir saúde e pode ser fomentado pela ação à medida que o projeto tratou sobre saúde mental e sinais de alerta para sintomas ansiosos e depressivos, em específico com a meta 3.c que discorre sobre a necessidade de se aumentar a formação de profissionais da saúde no país, o que pode ser observado em dois momentos, tanto pelos próprios acadêmicos que dentro da disciplina da ação estão se capacitando em sua formação, quanto pelo público-alvo que pode conhecer mais da estrutura dos laboratórios e da instituição que oferta não apenas medicina, mas também outros cursos da área da saúde como enfermagem e odontologia.

O objetivo 4 foi cumprido pela promoção de oportunidades de aprendizagem proporcionada ao público-alvo, tanto sobre as temáticas discutidas, quanto pelas informações passadas sobre as instituições de ensino superior do Estado e seus cursos de graduação, o que está disposto na meta 4.3 que trata do acesso ao ensino superior.

Embora, seja fundamental pontuar que o IFTO segue uma forma de ensino distinta de outras escolas, pois o ensino médio é feito concomitantemente com uma formação técnica profissional, ou seja, o aluno cursa normalmente as disciplinas de acordo com a base nacional comum estabelecida pelo Ministério da Educação, mas também possui as matérias de um curso técnico em sua grade, tratando-se então de um colégio de turno integral, cujo o componente técnico é obrigatório.

No IFTO campus Porto Nacional possui como escolhas para os alunos os cursos técnicos em: administração, meio ambiente, informática e vendas, esses cursos variam a depender da unidade do Instituto Federal. De forma geral, possuem duração de 3 anos e se articulam integrados ao ensino médio e isso é uma proposta que busca favorecer o desenvolvimento da economia possibilitando ao jovem formado as competências para se atuar no mercado de trabalho e consequentemente ter uma melhor qualidade de vida, o que vai de acordo com as ODS citadas como a 3,4,8 e 10.

Em partes isso é benéfico ao aluno, pois a ideia é concluir o ensino médio já capacitado para atuar na área do curso técnico de escolha, entretanto a prática vivenciada é a queixa dos alunos sobre a desmotivação que sentem sobre o ensino superior, pois em sala de aula pouco se trata da temática de ENEM e vestibulares. Adicionalmente, outro ponto discutido é a não oferta contínua de disciplinas como filosofia e sociologia durante todo o ano letivo, sendo ambas ministradas apenas no primeiro semestre do ano e sem oferta no segundo, ou o fato de que as matérias do curso técnico ocupam mais da grade do que aquelas da base nacional comum, por exemplo matemática que possui aula apenas uma única vez na semana.

Embora se o aluno for reprovado em uma matéria técnica, mas conseguir a aprovação nas de base nacional comum ou vice-versa ele entra em um estado de progressão parcial, o que significa que ele avança para o próximo ano letivo, mas deverá cursar a disciplina que ele reprovou paralelamente, ou seja, isso implica em uma grade curricular ainda maior e com uma demanda de mais conteúdo.



Nesse ínterim, as técnicas de neuroplasticidade são ferramentas que capacitam o sujeito com inteligência prática e emocional, ou seja, é o mecanismo que o cérebro desenvolve para se reorganizar estruturalmente e funcionalmente para o que precisa ser enfrentado. Nesse caso, é o jovem emocionalmente estável que mesmo que encontre dificuldades em seus planos futuros, consiga traçar planos estratégicos de ação e conduta frente a esses desafios (Cirillo et al., 2024).

A neurociência acredita que a sensação de fracasso é uma reação física do organismo a uma quebra de expectativas e idealizações, comum na fase da adolescência, pois é um período transitório marcado por mudanças que nem sempre são as desejadas. Por isso que a etapa de pré-vestibular é muito além de apenas um período de tempo e espaço, é uma simbologia que traz um peso para o estudante, não é apenas o sentimento de querer ingressar em um curso, é também a responsabilidade que pode ser depositada em cima desse “sucesso” por amigos e familiares (Costa, 2023).

Considerações finais

Em síntese, o projeto permitiu aos acadêmicos do curso de medicina o desenvolvimento de habilidades e competências essenciais para sua futura prática profissional, como responsabilidade social e empatia, reforçando o papel transformador que as instituições de ensino superior realizam ao aproximarem e adaptarem conhecimentos científicos para a comunidade.

Nessa perspectiva, a ação contribuiu de maneira significativa para a saúde dos estudantes, fornecendo um espaço de acolhimento e de escuta para suas demandas, pois a troca de experiências e também as dinâmicas propostas fortaleceram a autoestima e o senso de pertencimento desses jovens, o que comprova que fatores neurais como percepção, atenção e linguagem podem impactar diretamente na visão de mundo e de si próprio.

Portanto, a neurociência quando aplicada à saúde pode contribuir para a regulação de fatores emocionais, o que pode ser observado nos participantes, pois as decisões acadêmicas e de futuro acabam gerando tensão e ansiedade, mas que podem ser contornadas com momentos de descontração, leveza e acolhimento, por isso que as práticas extensionistas exercem uma formação integral do indivíduo, tanto para a comunidade acadêmica quanto para a sociedade.

Além disso, há a necessidade de reflexão quanto a orientação vocacional para jovens e adolescentes, principalmente em contexto de ano de conclusão do ensino médio, além de práticas permanentes de escuta e acolhimento, pois o apoio emocional e informativo fomenta o bem-estar psíquico. Logo, a autorregulação emocional e o desenvolvimento de estratégias e mecanismos de combate às pressões externas e também internas desempenham um papel crucial na saúde física e mental.

Outrossim, é muito importante o papel dos professores no estímulo do aluno, conforme apontado no IFTO a base nacional comum, que é cobrada no ENEM e em vestibulares, divide espaço com disciplinas de curso técnico, mas isso não



precisa se configurar como um impeditivo para que os estudantes se preparem para essas provas. Logo, é vital que o docente esteja alinhado com a família sobre as oportunidades de perspectivas de futuro acadêmico, que incentivem esses alunos a se inscreverem nesses processos seletivos e que ministrem suas aulas também pontuando, quando possível, enfoque para essas provas.

Adicionalmente, o relacionamento familiar com a escola precisa ser de parceria em prol do futuro do jovem, é necessário que o colégio fomente e permita uma maior participação dos pais e responsáveis, não somente em períodos próximos a provas e vestibulares, mas em todo o ano letivo, e logicamente que isso seja feito em todos os anos escolares, pois se identificado alguma questão a ser tratada é importante que haja intervenção capacitada e especializada no assunto para lidar com a problemática, como um suporte psicológico. Mas também, que o corpo docente e a coordenação estivessem atentos a sinais de sofrimento psíquico por parte dos estudantes.

Esse vínculo familiar também se constitui como uma estratégia para o enfrentamento para esse período pré-vestibular, uma vez que o jovem precisa saber lidar com a ansiedade ou até mesmo com a frustração de seus planos. Assim, a rede de apoio é essencial nesse contexto, até para que o adolescente consiga conciliar estudos com momentos de lazer, já que a saúde mental é de máxima importância para o aprendizado.

Por fim, há necessidade de maiores estudos sobre a aplicação da neurociência e o fortalecimento da saúde mental em jovens e adolescentes em contexto pré-vestibular. Desta forma, apesar das limitações do presente estudo quanto ao total da amostra e das percepções apreendidas, esse projeto de extensão contribui para a comunidade científica com um olhar sensível ao público-alvo, e também favorece a formação acadêmica dos alunos envolvidos em sua execução.

Referências

ALMEIDA, Vinícius Santos et al. Fatores de risco e incidência de transtornos ansiosos depressivos em alunos do ensino secundário. **Revista Contemporânea**, v. 4, n. 7, 2024.

ARAÚJO, Josiane Reis et al. Saúde mental na escola: impactos do estresse no ensino médio.

Cuadernos de Educación y Desarrollo, v. 16, n. 10, 2024.

BRASIL, Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). **Objetivos de Desenvolvimento Sustentável**. 2018. Disponível em: <https://ods.ibge.gov.br/>. Acesso em: 01 fev 2026.

CIRILLO, Milena Solti et al. O Upgrade do Cérebro: Neuroplasticidade e Neurotecnologia. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 4, p. 1834-1863, 2024.

COSTA, Raquel Lima Silva. Neurociência e aprendizagem. **Revista Brasileira de Educação**, v. 28, 2023.



FLÔR, Sander Paulo Carneiro et al. Impactos do transtorno de ansiedade em adolescentes: uma revisão de literatura. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 15, 2022.

FONTENELE, Aline Mara Ferreira. Fatores influenciadores da ansiedade e estresse em alunos pré-vestibulandos: uma revisão integrativa de literatura. **Revista Epistemologia e Práxis Educativa**, v. 7, n. 2, p. 1-12, 2024.

MORAES, André de Araújo. Metodologias ativas: uma revisão bibliográfica e perspectivas para a prática da sala de aula. **Caderno Pedagógico**, v. 22, n. 5, 2025.

NEIVA, Alda Kelly; SALVIANO, Marcelo de Faria. Do entretenimento ao endividamento: reflexos sobre o jogo do tigrinho e o papel da educação financeira. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, 2026.

RESES, Erlando Silva; CARVALHO, Bruno Moreira Borges. Entre a Expansão e o Declínio: A Democratização do Acesso ao Ensino Superior e a Queda nas Inscrições do Enem no Período 2017-2021. **Revista Latitude**, p. 162-178, 2024.

ROCHA, Janete Crislaine Gomes de Sousa et al. O peso do futuro: ansiedade e escolha profissional em estudantes do ensino médio. **Revista Psicólogo InFormação**, v. 27, n. 27, 2025.

ROSA, Erica Letícia da. A relação entre habilidades socioemocionais e desenvolvimento cognitivo: Uma revisão neuropsicológica. **Periódicos Brasil. Pesquisa Científica**, v. 4, n. 2, p. 67-90, 2025.

RUBERTI, Joelma Alexandra; AFONSO, Micheli Batista; CARNEIRO, Heverson Felipe Pranches. Curricularização e educação em saúde: relevância na formação acadêmica em cursos da saúde. **Revista Ensino, Educação & Ciências Exatas**, v. 7, 2025.

SANTOS, Edvander Ramalho dos. Desinteresse escolar: revisão de literatura (2007–2021) em teses, dissertações e artigos de periódicos da América Latina. **Revista Brasileira de Educação**, v. 29, 2024.

SANTOS, Driely Pereira dos et al. Adolescentes frente ao desafio da escolha profissional e o papel do psicólogo escolar na orientação profissional. **Ensaio Acadêmicos**, v. 1, n. 1, 2025.

SILVA, Augusto Santana Palma; VALOTTA, Luis Alberto. Neurociência educacional aplicada a cursos da saúde: revisão de escopo e proposta de framework. **Revista Exitus**, v. 15, 2025.

SOMAVILLA, Anny Beatriz, et al. A ansiedade e o estresse dos estudantes com a expectativa do exame vestibular. **Revista interdisciplinar de ensino, pesquisa e extensão**, p. 280-288, 2021.

TOLEDO, Lucas Tenório Sabino et al. Ansiedade na vida adulta jovem: uma revisão integrativa dos sintomas e das repercussões sociofuncionais. **Revista Contemporânea**, v. 5, n. 5, 2025.

VAZ, Maria Zilda; BESSA, Sônia. Propósito de vida, significado e futuro: uma análise de objetivos e bem-estar em estudantes do ensino médio. **Revista Boletim de Conjuntura**, v. 22, n. 65, p. 100-122, 2025.

23 a 25 de Março de 2026 | Evento 100% Online

CONGRESSO INTERNACIONAL **IDEA** 2026

Inovação, Diálogo e Experiências na Aprendizagem

Educação e Humanidade: Conectando
Inteligências, Cultura e Propósito Global.

