



**INTERVENÇÃO EDUCATIVA EM SAÚDE BUCAL E MENTAL COM
ADOLESCENTES NO AMBIENTE ESCOLAR MEDIADA POR
TECNOLOGIAS DIGITAIS: RELATO DE EXPERIÊNCIA EM
ENFERMAGEM**

**EDUCATIONAL INTERVENTION ON ORAL AND MENTAL HEALTH
AMONG ADOLESCENTS IN THE SCHOOL SETTING USING DIGITAL
TECHNOLOGIES: A NURSING CASE REPORT**

**TIRONI, SARAH OLIVEIRA DOS SANTOS¹; OLIVEIRA, GABRIELA
BORELLI²; PAIVA, ELIZA MARA DAS CHAGAS³; SILVA, TALINE
GONÇALVES⁴; VILELA, SUELI DE CARVALHO⁵; CALHEIROS,
CHRISTIANNE ALVES PEREIRA⁶; FELIPE, ADRIANA OLÍMPIA
BARBOSA⁷; COSTA, ANDREIA CRISTINA BARBOSA⁸**

¹UNIFAL, Alfenas, MG, sarah.tironi@sou.unifal-mg.edu.br; <https://orcid.org/0009-0009-1947-5966>

² UNIFAL, Alfenas, MG, gabriela.borelli@sou.unifal-mg.edu.br; <https://orcid.org/0009-0007-2888-6367>

³ UNIFAL, Alfenas, MG, eliza.paiva@unifal-mg.edu.br; <https://orcid.org/0000-0003-3489-8536>

⁴ UNIFAL, Alfenas, MG, taline.silva@sou.unifal-mg.edu.br; <https://orcid.org/0000-0002-4218-3541>

⁵ UNIFAL, Alfenas, MG, sueli.vilela@unifal-mg.edu.br; <https://orcid.org/0000-0003-3034-3904>

⁶ UNIFAL, Alfenas, MG, christianne.calheiros@unifal-mg.edu.br;
<https://orcid.org/0000-0002-7469-6034>

⁷ UNIFAL, Alfenas, MG, adriana.felipe@unifal-mg.edu.br; <https://orcid.org/0000-0002-4491-5750>

⁸UNIFAL, Alfenas, MG, andreia.barbosa@unifal-mg.edu.br; <https://orcid.org/0000-0003-3484-9638>

RESUMO

Introdução: Ansiedade e depressão figuram entre os problemas de saúde mais relevantes na adolescência, exigindo ações educativas no ambiente escolar, com participação da enfermagem e integração à rede de atenção psicossocial. Este estudo teve como objetivo descrever a experiência de graduandas em uma atividade educativa desenvolvida com estudantes de escola pública. **Método:** Trata-se de relato de experiência oriundo de projeto de extensão realizado por acadêmicas de Enfermagem da UNIFAL-MG, em 2024, em escola estadual de ensino fundamental. A atividade consistiu em exposição dialogada sobre “Ansiedade e Depressão” para turma do 9º ano, abordando conceitos, sinais e sintomas. Em seguida, foi realizada dinâmica com coleta anônima de dúvidas, posteriormente discutidas coletivamente. As perguntas foram organizadas em categorias temáticas: sintomas e comportamentos; tratamento e medicação; fatores familiares e sociais; risco de autoagressão e suicídio; sexualidade e afetos; desempenho esportivo. **Resultados:** Foram registradas 19 perguntas, destacando-se manifestações físicas, pensamentos intrusivos, isolamento durante crises e dúvidas relacionadas à farmacoterapia e seus riscos. Também surgiram conflitos familiares, descrença no cuidado psicológico, além de questões sobre autolesão e ideação suicida. A devolutiva contemplou psicoeducação, estratégias breves de autorregulação, orientações sobre busca de ajuda e fluxos de segurança, conforme diretrizes nacionais. O anonimato favoreceu maior participação e exposição de temas sensíveis pouco abordados em discussões abertas. **Conclusão:** Intervenções educativas conduzidas por enfermeiros, associadas a canais anônimos e debate estruturado, mostraram-se viáveis, bem aceitas e coerentes com políticas públicas, contribuindo para o letramento em saúde, reconhecimento precoce de riscos e encaminhamento adequado. Evidencia-se ainda a necessidade de capacitar profissionais e instituir protocolos articulados à rede de cuidado.

Palavras-chave: Saúde mental; Adolescente; Instituições acadêmicas.

1 INTRODUÇÃO

A adolescência é marcada por intensas transformações biológicas, psicológicas e sociais, sendo período decisivo para consolidação de hábitos de vida e para o surgimento de agravos físicos e emocionais. Nesse contexto, os problemas de saúde bucal e mental são relevantes, pois impactam diretamente no bem-estar, desempenho escolar e qualidade de vida dos jovens. Doenças bucais, como cárie dentária e gengivite, permanecem entre as condições crônicas mais prevalentes mundialmente, especialmente quando associadas a práticas inadequadas de higiene e baixa literacia em saúde (Kassebaum *et al.*, 2017). Paralelamente, ansiedade e depressão figuram entre os transtornos mentais mais frequentes na adolescência, exigindo estratégias preventivas e intervenções precoces (Who, 2021).

O ambiente escolar destaca-se como espaço estratégico para ações integradas de promoção da saúde, por favorecer acesso contínuo aos adolescentes e possibilitar

intervenções coletivas intersetoriais. Estudos demonstram que programas desenvolvidos nas escolas contribuem para melhoria do conhecimento em saúde, fortalecimento de habilidades socioemocionais e adoção de comportamentos saudáveis (Stein *et al.*, 2018; O'Reilly *et al.*, 2018). Nesse cenário, as tecnologias digitais têm ampliado o alcance das ações educativas, tornando-as mais atrativas, dinâmicas e compatíveis com a realidade juvenil. Recursos como vídeos interativos, aplicativos, quizzes e plataformas virtuais favorecem engajamento, autonomia e participação ativa dos estudantes (Rice *et al.*, 2020).

Justifica-se a realização desta pesquisa pela necessidade de fortalecer estratégias inovadoras de educação em saúde voltadas à população adolescente, considerando a elevada prevalência de agravos bucais e mentais nessa faixa etária, bem como o potencial da escola como espaço promotor de saúde e da enfermagem como agente articulador do cuidado integral.

Diante desse contexto, emerge a seguinte questão de pesquisa: de que forma uma intervenção educativa mediada por tecnologias digitais pode contribuir para a promoção da saúde bucal e mental entre adolescentes no ambiente escolar?

O presente estudo teve como objetivo relatar a experiência de acadêmicos de Enfermagem na realização de uma intervenção educativa em saúde bucal e mental com adolescentes escolares, utilizando tecnologias digitais como ferramenta mediadora do processo ensino-aprendizagem.

2 REFERENCIAL TEÓRICO

A adolescência é o período de maior vulnerabilidade para o surgimento de transtornos mentais, como ansiedade e depressão. Esses agravos podem repercutir negativamente no desempenho escolar, nas relações interpessoais e na qualidade de vida dos jovens. Nesse contexto, estratégias inovadoras de promoção da saúde mental têm sido cada vez mais discutidas, especialmente aquelas mediadas por tecnologias digitais. Revisão sistemática recente evidenciou que intervenções digitais direcionadas a adolescentes e jovens apresentam potencial para ampliar o acesso ao cuidado, reduzir sintomas emocionais e fortalecer habilidades de enfrentamento, sobretudo quando associadas a ações educativas e preventivas (Lehtimäki *et al.*, 2021).

Da mesma forma, a saúde bucal constitui componente essencial da saúde integral e do bem-estar na adolescência. Condições como cárie dentária, doença periodontal, dor orofacial e alterações estéticas podem interferir na alimentação, autoestima, convívio

social e participação escolar. Revisão de escopo recente demonstrou que agravos bucais estão associados à pior qualidade de vida relacionada à saúde oral entre adolescentes, evidenciando impactos físicos, emocionais e sociais relevantes nessa população (Chimbinha *et al.*, 2023). Dessa forma, a adoção de hábitos preventivos e o acesso à informação em saúde bucal tornam-se fundamentais nesse ciclo de vida.

O ambiente escolar destaca-se como cenário privilegiado para ações integradas de promoção da saúde. Sendo assim, intervenções educativas desenvolvidas nas escolas favorecem o letramento em saúde, o autocuidado e a identificação precoce de fatores de risco. Revisão sistemática com metanálise demonstrou que programas escolares em saúde bucal promovem melhora significativa do conhecimento e dos hábitos preventivos entre estudantes (Dadipoor *et al.*, 2023). Nesse sentido, a articulação entre saúde mental, saúde bucal e tecnologias digitais no contexto escolar configura estratégia contemporânea e promissora, destacando a enfermagem como protagonista na condução de práticas educativas interdisciplinares e no cuidado integral ao adolescente.

3 MATERIAL E MÉTODOS

Trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, elaborado a partir de atividade extensionista desenvolvida por acadêmicas do curso de Enfermagem da Universidade Federal de Alfenas (UNIFAL-MG), no ano de 2024, em uma escola pública estadual localizada no município de Alfenas, Minas Gerais. A intervenção foi direcionada a estudantes regularmente matriculados em uma turma do 9º ano do ensino fundamental, composta por adolescentes em fase final da educação básica.

O planejamento da ação ocorreu previamente entre as discentes e a instituição escolar, considerando demandas relacionadas à saúde mental observadas no ambiente educacional. A atividade foi estruturada em três momentos. No primeiro, realizou-se exposição dialogada com linguagem acessível sobre ansiedade e depressão, abordando conceitos, fatores desencadeantes, sinais e sintomas frequentes, impactos no cotidiano, formas de prevenção e possibilidades de tratamento. No segundo momento, foi proposta dinâmica participativa para coleta anônima de dúvidas, por meio de perguntas escritas em papéis depositados em recipiente lacrado, preservando a identidade dos participantes. No terceiro momento, as perguntas foram lidas e respondidas coletivamente pelas acadêmicas, sob supervisão docente, promovendo discussão reflexiva e orientações baseadas em evidências científicas.

Posteriormente, os questionamentos foram organizados por análise temática, agrupando-se em categorias previamente definidas conforme similaridade de conteúdo: sintomas e comportamentos; tratamento e medicação; fatores familiares e sociais; risco de autoagressão e suicídio; sexualidade e afetos; desempenho esportivo. Por tratar-se de relato de experiência com enfoque educativo, sem identificação individual dos participantes, foram respeitados os princípios éticos de sigilo e confidencialidade.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A intervenção educativa possibilitou participação ativa dos adolescentes, com registro de 19 perguntas anônimas ao longo da atividade. O número de questionamentos evidencia interesse pelas temáticas abordadas e demonstra que o ambiente escolar pode constituir espaço estratégico para acolhimento de dúvidas. A utilização do anonimato favoreceu maior adesão dos participantes, especialmente diante de assuntos sensíveis, ao reduzir barreiras como vergonha, medo de exposição e receio de julgamento pelos colegas.

No eixo da saúde mental, destacaram-se dúvidas sobre manifestações físicas da ansiedade, pensamentos intrusivos, isolamento social durante crises, necessidade de tratamento medicamentoso e comportamentos autolesivos. Esses achados reforçam que adolescentes frequentemente apresentam sofrimento psíquico associado a sintomas emocionais, cognitivos e somáticos, os quais podem passar despercebidos por familiares e profissionais quando não há espaços qualificados de escuta. Revisão sistemática demonstrou que intervenções digitais voltadas à saúde mental de adolescentes apresentam resultados positivos na redução de sintomas ansiosos e depressivos, além de ampliarem o acesso a informações e estratégias de cuidado (Lehtimäki *et al.*, 2021). De modo semelhante, estudo de revisão apontou que recursos online e tecnologias remotas constituem alternativas promissoras para promoção do bem-estar emocional entre jovens, sobretudo quando associados a contextos educativos (Zhou *et al.*, 2021).

Também emergiram questões relacionadas à autolesão e ideação suicida, indicando a relevância de estratégias preventivas no contexto escolar. A presença desses temas demonstra a necessidade de fortalecimento de fluxos institucionais de acolhimento, encaminhamento e articulação com a Rede de Atenção Psicossocial, de forma a garantir assistência oportuna aos estudantes em situação de vulnerabilidade. Nesse cenário, a enfermagem assume papel central na identificação precoce de riscos e escuta qualificada.

Em relação à saúde bucal, observaram-se dúvidas sobre hábitos de higiene, prevenção de cárie dentária e comportamentos deletérios, como onicofagia, frequentemente associados à ansiedade. A literatura demonstra que intervenções escolares são eficazes para melhorar conhecimento, atitudes e práticas preventivas relacionadas à saúde oral. Revisão sistemática identificou que programas educativos em escolas produzem impacto positivo no comportamento de higiene bucal e na redução de fatores de risco para doenças orais (Dadipoor *et al.*, 2023). Resultados semelhantes foram observados em metanálise que evidenciou melhora significativa de indicadores de saúde bucal em adolescentes submetidos a ações de promoção da saúde no ambiente escolar (Tsai *et al.*, 2020).

A utilização de tecnologias digitais durante a atividade mostrou-se relevante para dinamizar o processo educativo e aproximar a linguagem utilizada do cotidiano juvenil. Recursos interativos, como apresentações multimídia, formulários digitais e estratégias gamificadas, favorecem maior engajamento e retenção do conteúdo. Estudo de revisão destaca que intervenções fundamentadas em teorias comportamentais e apoiadas por tecnologias inovadoras apresentam maior potencial de modificar hábitos em adolescentes, especialmente no campo da saúde bucal (Xiang *et al.*, 2021).

Dessa forma, os resultados evidenciam que intervenções integradas de saúde bucal e mental, mediadas por tecnologias digitais e conduzidas por acadêmicos e profissionais de enfermagem, configuram estratégia viável e potente no ambiente escolar. Além de promover conhecimento, tais ações contribuem para identificação precoce de vulnerabilidades, fortalecimento do autocuidado e ampliação do acesso dos adolescentes a informações confiáveis e redes de apoio.

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência evidenciou que ações educativas sobre ansiedade e depressão no ambiente escolar são viáveis, bem aceitas e relevantes para o fortalecimento do letramento em saúde entre adolescentes. O uso de canais anônimos favoreceu maior adesão e possibilitou identificação de demandas sensíveis. Destaca-se a importância da atuação da enfermagem em iniciativas intersetoriais, bem como da capacitação de profissionais da educação e saúde para manejo inicial e encaminhamento adequado. Recomenda-se a continuidade de intervenções semelhantes articuladas à Rede de Atenção Psicossocial, visando promoção do cuidado integral aos adolescentes.

ABSTRACT

Introduction: Anxiety and depression are among the most relevant health problems during adolescence, requiring educational actions in the school environment, with nursing participation and integration with the psychosocial care network. This study aimed to describe the experience of undergraduate students in an educational activity developed with public school students. **Method:** This is an experience report derived from an extension project carried out by Nursing students from UNIFAL-MG in 2024 at a public elementary state school. The activity consisted of a dialogic presentation on “Anxiety and Depression” for a 9th-grade class, addressing concepts, signs, and symptoms. Afterwards, a dynamic activity was conducted with anonymous collection of questions, which were later discussed collectively. The questions were organized into thematic categories: symptoms and behaviors; treatment and medication; family and social factors; risk of self-harm and suicide; sexuality and affective relationships; sports performance. **Results:** Nineteen questions were recorded, highlighting physical manifestations, intrusive thoughts, isolation during crises, and doubts related to pharmacotherapy and its risks. Family conflicts, disbelief in psychological care, as well as questions about self-harm and suicidal ideation also emerged. Feedback included psychoeducation, brief self-regulation strategies, guidance on seeking help, and safety pathways, according to national guidelines. Anonymity favored greater participation and the expression of sensitive issues rarely addressed in open discussions. **Conclusion:** Educational interventions conducted by nurses, associated with anonymous channels and structured discussion, proved feasible, well accepted, and consistent with public policies, contributing to health literacy, early recognition of risks, and appropriate referral. It also highlights the need to train professionals and establish protocols integrated with the care network.

Keywords: Mental health; Adolescent; Academic institutions.

REFERÊNCIAS

Chimbinha, I. G.; Goettems, M. L.; Corrêa, M. B.; Demarco, F. F.; Peres, M. A. **Oral conditions and oral health-related quality of life in adolescents: a scoping review.** *Community Dentistry and Oral Epidemiology*, Copenhagen, v. 51, n. 6, p. 1042-1054, 2023. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37612682/>. Acesso em: 13 abr. 2026.

Dadipoor, S.; Akbarizadeh, F.; Ghaffari, M.; Alipour, A.; Safari-Moradabadi, A. **Educational intervention of improve student's oral health: a systematic review and meta-analysis school-based.** *Iranian Journal of Public Health*, Tehran, v. 52, n. 3, p. 487-499, 2023. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37124899/>. Acesso em: 13 abr. 2026.

Hollis, C.; Falconer, C. J.; Martin, J. L.; Whittington, C.; Stockton, S.; Glazebrook, C.; Davies, E. B. **Annual research review: digital health interventions for children and young people with mental health problems - a systematic and meta-review.** *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, Oxford, v. 58, n. 4, p. 474-503, 2017. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27943285/>. Acesso em: 13 abr. 2026.

Kassebaum, N. J.; Smith, A. G. C.; Bernabé, E.; Fleming, T. D.; Reynolds, A. E.; Vos, T.; Murray, C. J. L.; Marcenes, W. **Global, regional, and national prevalence, incidence, and disability-adjusted life years for oral conditions for 195 countries, 1990–2015: a systematic analysis for the global burden of diseases, injuries, and risk factors.** *Journal of Dental Research*, Thousand Oaks, v. 96, n. 4, p. 380-387, 2017. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28792274/>. Acesso em: 13 abr. 2026.

Lehtimäki, S.; Martić, J.; Wahl, B.; Foster, K. T.; Schwalbe, N. **Evidence on digital mental health interventions for adolescents and young people: systematic overview.** *JMIR Mental Health*, Toronto, v. 8, n. 4, e25847, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33913817/>. Acesso em: 13 abr. 2026.

O'Reilly, M.; Sviryzdenka, N.; Adams, S.; Dogra, N. **Review of mental health promotion interventions in schools.** *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, Berlin, v. 53, n. 7, p. 647-662, 2018. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s00127-018-1530-1>. Acesso em: 13 abr. 2026.

Rice, S. M.; Telford, N. R.; Rickwood, D. J.; Parker, A. G. **Young men's access to community-based mental health care: qualitative analysis of barriers and facilitators.** *Journal of Mental Health*, London, v. 27, n. 1, p. 59-65, 2018. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28132568/>. Acesso em: 13 abr. 2026.

Stein, C.; Santos, N. M. L.; Hilgert, J. B.; Hugo, F. N. **Effectiveness of oral health education on oral hygiene and dental caries in schoolchildren: systematic review and meta-analysis.** *Community Dentistry and Oral Epidemiology*, Copenhagen, v. 46, n. 1, p. 30-37, 2018. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28815661/>. Acesso em: 13 abr. 2026.

Tsai, C.; Raphael, S.; Agnew, C.; McDonald, G.; Irving, M. **Health promotion interventions to improve oral health of adolescents: a systematic review and meta-analysis.** *Community Dentistry and Oral Epidemiology*, Copenhagen, v. 48, n. 6, p. 549-560, 2020. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32767825/>. Acesso em: 13 abr. 2026.

World Health Organization. **Adolescent mental health.** Geneva: WHO, 2021. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>. Acesso em: 13 abr. 2026.

Xiang, B.; Wong, H. M.; Perfecto, A. P.; McGrath, C. P. J. **The application of theory-guided oral health interventions in adolescents: a systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials.** *Psychology & Health*, London, v. 36, n. 7, p. 879-894, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32755399/>. Acesso em: 13 abr. 2026.

Zhou, X.; Edirippulige, S.; Bai, X.; Bambling, M. **Are online mental health interventions for youth effective? A systematic review.** *Journal of Telemedicine and Telecare*, London, v. 27, n. 10, p. 638-666, 2021. Disponível em: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/34726992/>. Acesso em: 13 abr. 2026.