

LITERACIA EM SAÚDE MENTAL NO ACOLHIMENTO ESTUDANTIL: A EPISTEMOLOGIA DA PRÁTICA NA CONSTRUÇÃO DE UMA FORMAÇÃO MÉDICA SUSTENTÁVEL

MENTAL HEALTH LITERACY IN STUDENT RECEPTION: THE EPISTEMOLOGY OF PRACTICE IN BUILDING SUSTAINABLE MEDICAL EDUCATION

Ana Beatriz Silva Rebouças Chaves¹, Almir Rogério Cezário Dos Reis Filho¹, Brenda Mariane Afonso Fernandes¹, Bianca Caroline Ferreira Gomes¹, Érica de Oliveira Silva¹, Enzo Silva Batista¹, Eduardo Souza Santana Oliveira¹, Gustavo Nery Aguiar Carvalho¹, José Maria Calheiros Filho¹, João Samuel Mendes Fernandes¹, Maria Eduarda Cotia Nogueira¹, Hárllen Éric Benevides de Castro²

1. Acadêmicos do curso Medicina da Faculdade de Ciências Médicas (Afya Guanambi, BA); 2. Professor Auxiliar do curso de Medicina da Faculdade de Ciências Médicas (Afya Guanambi, BA); E-mail do autor correspondente: harllen.castro@afya.com.br.

Eixo Temático: 01 - Saúde

RESUMO

A formação médica frequentemente atua como um catalisador de estressores psicossociais, demandando ações profiláticas desde o ingresso acadêmico. O presente trabalho objetiva relatar a experiência de acadêmicos extensionistas na condução de uma intervenção de literacia em saúde mental para calouros de Medicina. Trata-se de um relato de experiência de natureza qualitativa, fundamentado na Epistemologia da Prática de Donald Schön, realizado em agosto de 2026 com 22 alunos ingressantes de uma Instituição de Ensino Superior na Bahia. A intervenção consistiu em quatro etapas: acolhimento e pactuação ética; construção de nuvem de palavras interativa; discussão em pequenos grupos mediada por um aplicativo gamificado de educação em saúde mental; e avaliação interativa. Os resultados da dinâmica inicial evidenciaram a dualidade de sentimentos dos calouros, transitando fortemente entre entusiasmo e apreensão. Para os acadêmicos extensionistas, a mediação desses sentimentos propiciou o exercício prático da escuta qualificada e da educação interpares, transpondo o conhecimento teórico sobre determinantes biopsicossociais para a aplicabilidade comunitária. Conclui-se que a inserção de ações de letramento emocional no acolhimento estudantil mitiga o estigma em torno do sofrimento psíquico e instrumentaliza os futuros médicos para o autocuidado, consolidando diretrizes fundamentais para uma formação sustentável.

Palavras-chave: Acolhimento; Educação Médica; Formação Sustentável; Literacia em Saúde Mental; Saúde Mental.

ABSTRACT

Medical training frequently acts as a catalyst for psychosocial stressors, demanding prophylactic actions from the very beginning of academic enrollment. The present study aims to report the experience of extensionist undergraduate students in conducting a mental health literacy intervention for incoming medical students. This is a qualitative experience report, based on Donald Schön's Epistemology of Practice, conducted in August 2026 with 22 freshmen at a Higher Education Institution in Bahia, Brazil. The intervention consisted of four stages: welcoming and ethical agreement; interactive word cloud construction; small group discussions mediated by a gamified health education application; and interactive evaluation. The results of the initial dynamic evidenced a duality of feelings among freshmen, strongly alternating between enthusiasm and apprehension. For the extension students, mediating these feelings provided practical exercise in qualified listening and peer education, translating theoretical knowledge about biopsychosocial determinants into community applicability. It is concluded that inserting emotional literacy actions in student reception mitigates the stigma surrounding psychological distress and equips future doctors for self-care, consolidating fundamental guidelines for sustainable training.

Keywords: Education, Medical; Mental Health; Mental Health Literacy; Sustainable Education; User Acclimation.

INTRODUÇÃO

O ambiente universitário das ciências da saúde opera frequentemente como um potente catalisador de estressores psicossociais. A alta carga horária, a privação de sono e a intensa cobrança por desempenho técnico geram um cenário crônico de vulnerabilidade, resultando em índices alarmantes de sofrimento psíquico, ansiedade e sintomas depressivos entre estudantes de medicina no decorrer da graduação¹.

Diante desse cenário epidemiológico, a resposta acadêmica deve estar alinhada não apenas às normativas locais, mas aos compromissos globais. A Agenda 2030 da Organização das Nações Unidas (ONU) confere centralidade a essa discussão, respaldando-a no Objetivo de Desenvolvimento Sustentável (ODS) 3 (Saúde e Bem-Estar), que foca na promoção da saúde mental, e no ODS 4 (Educação de Qualidade)². Compreende-se, sob essa ótica, que a sustentabilidade dos sistemas de ensino e saúde depende intrinsecamente da integridade psicossocial de seus atores.

Em sintonia com essa demanda global, a Resolução CNE/CES nº 3/2025, que institui as novas Diretrizes Curriculares Nacionais (DCNs) do Curso de Graduação em Medicina, estabelece um marco regulatório que exige a abordagem transversal da saúde mental do estudante dentro dos Projetos Pedagógicos de Curso³. Essa diretriz impõe que a formação desenvolva competências voltadas à educação em saúde e ao cuidado integral.

Para consolidar essas competências, a promoção da literacia em saúde mental - compreendida como o conjunto de conhecimentos que auxilia no reconhecimento, manejo e prevenção de problemas emocionais - apresenta-se como uma estratégia indispensável⁴. Quando aplicada no formato interpares (de aluno para aluno), a literacia quebra as hierarquias tradicionais, facilitando a desmistificação de tabus e encorajando a busca adequada de ajuda e a adoção de estratégias de autocuidado sustentável.

Isto posto, este trabalho tem como objetivo relatar a experiência de acadêmicos de Medicina Instituição de Ensino Superior no município de Guanambi, Bahia, integrantes do Projeto de Extensão Institucional Curricular (EIC) intitulado “Cuidar por inteiro: literacia e educação em saúde mental na integração ensino-serviço-comunidade”, na condução de uma oficina interventiva de literacia em saúde mental voltada ao acolhimento de calouros do curso.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA

O presente estudo configura-se como um relato de experiência de natureza qualitativa e educativa, vinculado a um projeto de Extensão Institucional Curricular (EIC) intitulado

“Cuidar por inteiro: literacia e educação em saúde mental na integração ensino-serviço-comunidade”, desenvolvido em uma Instituição de Ensino Superior no município de Guanambi, Bahia.

A ação ocorreu no dia 10 de agosto de 2026 e contou com a participação de 22 alunos ingressantes (calouros) do curso de Medicina. Ressalta-se que a intervenção utilizou metodologias ativas cujos dados gerados foram integralmente anonimizados, o que, conforme as normas éticas vigentes e o edital do evento, dispensa a submissão prévia ao Comitê de Ética em Pesquisa, preservando-se a confidencialidade das informações.

O referencial metodológico adotado foi a Epistemologia da Prática de Donald Schön⁵, que propõe o aprendizado contínuo através da reflexão na ação e sobre a ação. A intervenção teve duração de duas horas e foi planejada, estruturada e conduzida pelos alunos extensionistas sob supervisão docente, dividindo-se em quatro momentos estratégicos:

No primeiro momento, realizou-se o acolhimento e a pactuação ética, estabelecendo o ambiente como um espaço seguro, garantindo sigilo e promovendo a escuta livre de julgamentos. Em seguida, os extensionistas aplicaram a dinâmica de “palavras interativas” utilizando a ferramenta digital *Mentimeter*. Os calouros foram convidados a responder à pergunta disparadora: "Se você pudesse definir em uma palavra como você está se sentindo diante do início de sua formação médica, qual seria ela?".

Imagem 1 - resultado da dinâmica das palavras interativas

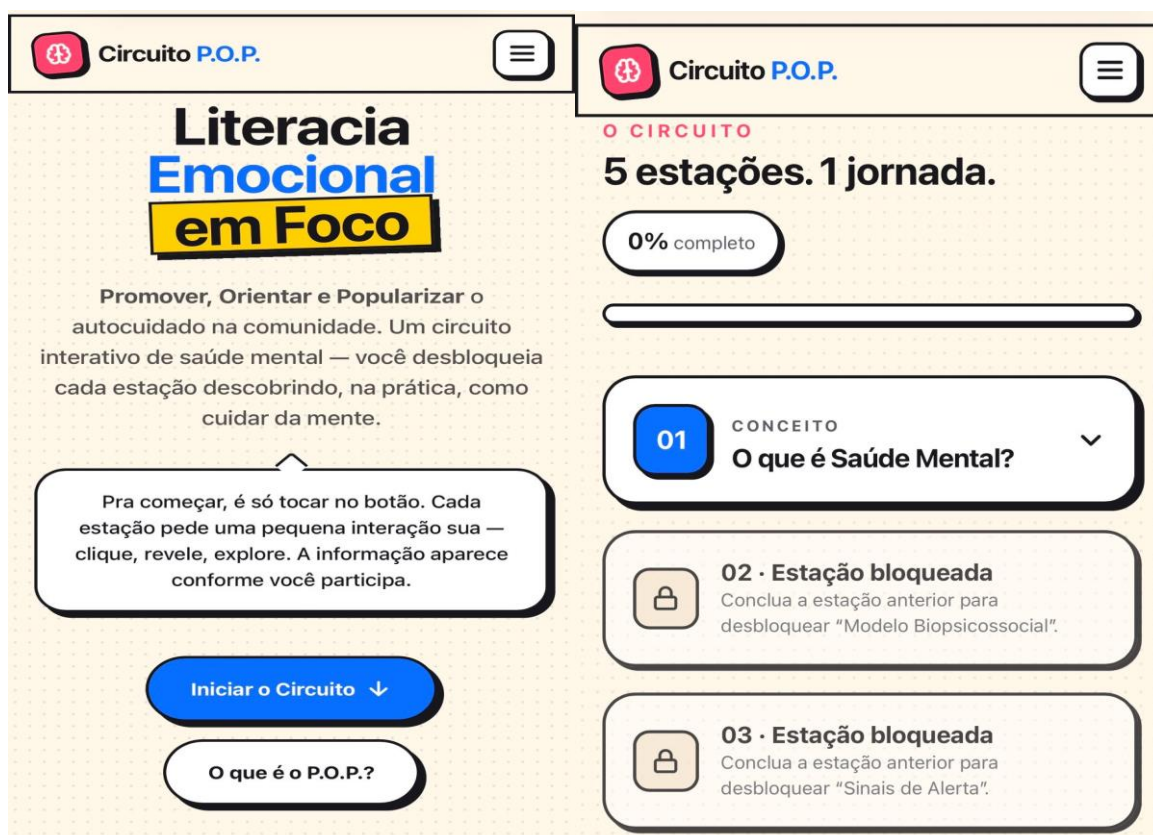


Fonte: elaboração própria por meio do *Mentimeter* (2026).

Observou-se que, a nuvem de palavras resultante revelou um intenso contraste emocional. Termos como “felicidade”, “sonho”, “realização” e “animação” dividiram espaço e proporção com expressões como “medo”, “ansiosa”, “dúvidas” e “apreensiva”. Para os acadêmicos extensionistas, esse momento exigiu rápida “reflexão na ação”⁵ para mediar o debate, validando as angústias expressas sem invalidar o entusiasmo característico do ingresso na universidade.

O terceiro momento consistiu em discussões em pequenos grupos, orientadas por duas problematizações: a conceituação de saúde mental e a sua contribuição para uma jornada formativa sustentável. Para guiar essa etapa, os extensionistas utilizaram uma tecnologia social própria, o aplicativo gamificado “Circuito P.O.P.”, desenvolvido exclusivamente para o projeto pelos seus integrantes (discentes e docente orientador).

Imagem 2 - interface do aplicativo “Circuito POP”



Fonte: elaboração própria (2026).

Através das estações desbloqueáveis do aplicativo, os calouros debateram o modelo biopsicossocial do processo saúde-doença, distanciando-se do conceito de saúde mental atrelado apenas à ausência de sintomas, bem como sobre estratégias de autocuidado e onde buscar por ajuda frente a questões emocionais institucional e socialmente.

Imagem 3 - momento de discussão em pequenos grupos



Fonte: elaboração própria (2026).

Por fim, o quarto momento consistiu em uma avaliação gamificada via plataforma *Kahoot*. A gamificação foi adotada como estratégia pedagógica para reduzir a tensão inerente ao debate sobre saúde mental. Por meio de um *quiz*, os ingressantes aplicaram os conceitos discutidos, como a identificação de estressores biopsicossociais e o mapeamento da rede de apoio. A partir das taxas de acerto e do engajamento prático, os extensionistas exercitaram a “reflexão sobre a ação”⁵, e, por meio da qual, foi possível mensurar a consolidação e apropriação do letramento emocional pelos calouros, bem como a efetividade da intervenção, encerrando o acolhimento em um clima de integração, leveza e segurança psicológica.

CONCLUSÃO

A vivência demonstrou que a inserção de práticas de literacia emocional logo na primeira semana de graduação cumpre um papel profilático essencial. Para o público-alvo (calouros), a intervenção desmistificou preconceitos e normalizou o medo e a insegurança como reações coletivas inerentes aos estressores do ingresso acadêmico. Ao integrar o cuidado psicológico ao ambiente de ensino, a ação atende de forma direta à Agenda 2030 da Organização das Nações Unidas, alinhando-se ao Objetivo de Desenvolvimento Sustentável (ODS) 3, focado na promoção da saúde mental e do bem-estar, e ao ODS 4, que preconiza uma educação de qualidade embasada em um ecossistema formativo sustentável e seguro.

Para a equipe de acadêmicos extensionistas, o impacto transcendeu o aspecto assistencial, consolidando-se como um marco profundamente formativo. Ao atuarem como mediadores e educadores interpares, os alunos exercitaram a empatia clínica, o manejo de grupos e a reflexão crítica. Essa imersão prática responde, com exatidão, às exigências do novo marco regulatório instituído pelas Diretrizes Curriculares Nacionais (DCNs) de Medicina de 2025. A normativa não apenas impõe a abordagem transversal da saúde mental do discente, mas exige que a matriz curricular desenvolva competências obrigatórias para que o egresso atue ativamente na Educação em Saúde.

Conclui-se, portanto, que o letramento emocional interpares transcende o pragmatismo teórico, operando como uma tecnologia leve e transformadora de cuidado. Ele instrumentaliza o futuro médico para a preservação de sua própria integridade psíquica, solidificando o autocuidado como premissa indispensável para o cuidado do outro. Dessa forma, o EIC consolida a indissociabilidade entre ensino e responsabilidade social, pavimentando o caminho para uma formação médica verdadeiramente sustentável.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Pacheco JP, Giacomini HT, Tam WW, Ribeiro TB, Arab C, Bezerra IM, et al. Mental health problems among medical students in Brazil: a systematic review and meta-analysis. *Braz J Psychiatry*. 2017;39(4):369-78.
2. Organização das Nações Unidas (ONU). Transformando Nosso Mundo: A Agenda 2030 para o Desenvolvimento Sustentável. Nova York: ONU; 2015.
3. Brasil. Ministério da Educação. Conselho Nacional de Educação. Resolução CNE/CES nº 3, de 30 de setembro de 2025. Institui as Diretrizes Curriculares Nacionais do Curso de Graduação em Medicina. *Diário Oficial da União*; 2025.
4. Correia DC. Desenvolvimento de estratégias para promoção da literacia em saúde mental do público adolescente [dissertação]. Ribeirão Preto (SP): Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto, Universidade de São Paulo; 2024.
5. Schön DA. Educando o profissional reflexivo: um novo design para o ensino e a aprendizagem. Porto Alegre: Artmed; 2000.