

ENTRE A CURIOSIDADE E A ESCOLHA CONSCIENTE: EDUCAÇÃO EM SAÚDE SOBRE ÁLCOOL E CIGARROS ELETRÔNICOS NA ADOLESCÊNCIA

BETWEEN CURIOSITY AND INFORMED CHOICE: HEALTH EDUCATION ON ALCOHOL AND ELECTRONIC CIGARETTES IN ADOLESCENCE

RESUMO

Introdução: A adolescência é marcada por transformações biopsicossociais, busca por pertencimento e maior exposição a comportamentos de risco, contexto em que o consumo de álcool e o uso de cigarros eletrônicos exigem estratégias educativas não moralizantes. **Objetivo:** Relatar a experiência de uma ação extensionista de Enfermagem voltada à prevenção do uso de álcool e cigarros eletrônicos entre adolescentes, valorizando autonomia, pensamento crítico e educação em saúde. **Descrição da Experiência:** A intervenção foi desenvolvida com cerca de 50 estudantes do 3º ano do ensino médio da Escola Estadual de Ensino Médio Deuzuita Pereira de Queiroz. Foram utilizadas metodologias ativas, rodas de conversa, debates mediados, escuta qualificada, materiais visuais e panfletos em linguagem acessível. As discussões abordaram riscos relacionados ao álcool e à nicotina, influência do marketing digital, pressão de pares e tomada de decisões. Observou-se resistência inicial de alguns estudantes, relacionada ao receio de julgamentos ou punições, gradualmente reduzida pela construção de um ambiente horizontal e acolhedor. A participação dos adolescentes favoreceu o esclarecimento de dúvidas e a reflexão crítica sobre comportamentos naturalizados no cotidiano. **Conclusão:** A experiência evidenciou o potencial de intervenções participativas para ampliar a percepção de risco e fortalecer escolhas conscientes, além de reafirmar a escola como espaço estratégico para ações de promoção da saúde e a contribuição da Enfermagem e da universidade na aproximação entre conhecimento científico e comunidade.

Palavras-chave: Adolescente. Educação em Saúde. Consumo de Bebidas Alcoólicas. Sistemas Eletrônicos de Liberação de Nicotina.

ABSTRACT

Introduction: Adolescence is marked by biopsychosocial changes, a search for belonging, and greater exposure to risk behaviors, a context in which alcohol consumption and electronic cigarette use require non-moralizing educational strategies. **Objective:** To report the experience of a Nursing extension activity aimed at preventing alcohol and electronic cigarette use among adolescents, emphasizing autonomy, critical thinking, and health education. **Description of the Experience:** The intervention was developed with approximately 50 third-year high school students at Escola Estadual de Ensino Médio Deuzuita Pereira de Queiroz. Active methodologies, conversation circles, mediated debates, qualified listening, visual materials, and leaflets in accessible language were used. Discussions addressed risks related to alcohol and nicotine, the influence of digital marketing, peer pressure, and decision-making. Initial resistance was observed among some students due to fear of judgment or punishment, which was gradually reduced by creating a horizontal and welcoming environment. Adolescent participation favored clarification of doubts and critical reflection on behaviors normalized in daily life. **Conclusion:** The experience highlighted the potential of participatory interventions to increase risk perception and strengthen informed choices, while

reaffirming the school as a strategic setting for health promotion and the contribution of Nursing and the university in connecting scientific knowledge with the community.

Keywords: Adolescent. Health Education. Alcohol Drinking. Electronic Nicotine Delivery Systems.

INTRODUÇÃO

A adolescência constitui etapa de intensas transformações biológicas, psicológicas e sociais, acompanhada pela construção da identidade, necessidade de pertencimento e maior influência dos pares. Nesse período, comportamentos relacionados ao consumo de álcool e ao uso de cigarros eletrônicos podem ser favorecidos pela curiosidade, pela percepção reduzida de risco e pela exposição a conteúdos digitais.

No ambiente escolar, ações de educação em saúde podem criar oportunidades para discutir essas práticas sem recorrer exclusivamente a discursos proibitivos. Estratégias participativas favorecem a expressão de dúvidas e experiências e permitem traduzir informações científicas para uma linguagem compatível com o cotidiano dos adolescentes.

A experiência extensionista partiu da necessidade de abordar álcool e cigarros eletrônicos de forma acolhedora, considerando a influência do marketing digital, da pressão de pares e da naturalização social do consumo. Nesse contexto, a escola foi compreendida como espaço privilegiado para promoção da saúde e fortalecimento da autonomia juvenil.

O objetivo deste relato é descrever a experiência de uma ação extensionista de Enfermagem voltada à prevenção do consumo de álcool e do uso de cigarros eletrônicos entre adolescentes, destacando as estratégias educativas utilizadas, os desafios encontrados e os aprendizados decorrentes da interação com a comunidade escolar.

DESCRIÇÃO DA EXPERIÊNCIA

A ação extensionista foi realizada com cerca de 50 estudantes do 3º ano do ensino médio da Escola Estadual de Ensino Médio Deuzuita Pereira de Queiroz. A atividade articulou fundamentação teórica e prática educativa, com enfoque em Educação em Saúde, Promoção da Saúde e prevenção do uso precoce de substâncias psicoativas.

O planejamento priorizou metodologias ativas de ensino-aprendizagem. Foram organizadas rodas de conversa, debates mediados e momentos de escuta qualificada, além da utilização de materiais educativos visuais e panfletos explicativos em linguagem acessível. A proposta buscou substituir uma abordagem moralizante por uma comunicação horizontal, capaz de favorecer participação e protagonismo juvenil.

Durante as discussões, foram apresentados conteúdos sobre os riscos associados ao consumo de álcool e à exposição à nicotina por cigarros eletrônicos, além de questões relacionadas à influência das redes sociais, do marketing digital e da pressão exercida pelos pares. Os estudantes foram incentivados a formular perguntas, compartilhar percepções e analisar criticamente situações presentes em seu cotidiano.

Uma das principais dificuldades observadas foi a resistência inicial de parte dos adolescentes em falar abertamente sobre o tema, sobretudo pelo receio de julgamento ou de possíveis

sanções disciplinares. A utilização de escuta qualificada, linguagem não punitiva e dinâmicas participativas contribuiu para reduzir essa postura defensiva e ampliar a participação.

Ao longo da atividade, percebeu-se maior envolvimento dos estudantes e disposição para questionar a naturalização do consumo de álcool e cigarros eletrônicos. A experiência indicou que a informação científica se torna mais significativa quando relacionada às experiências concretas dos adolescentes e apresentada em ambiente que respeite sua autonomia.

Para as acadêmicas, a atividade possibilitou desenvolver competências de comunicação, educação em saúde e planejamento de intervenções coletivas. A aproximação entre universidade e escola também permitiu compreender a extensão como espaço de troca, no qual o conhecimento acadêmico é compartilhado e reelaborado a partir das demandas da comunidade.

CONCLUSÃO

A ação atingiu o objetivo de promover reflexão sobre os riscos associados ao álcool e aos cigarros eletrônicos por meio de uma abordagem participativa e acessível. A resistência inicial dos estudantes evidenciou a importância de evitar estratégias centradas em julgamento e punição, enquanto a escuta qualificada e o diálogo favoreceram maior participação e pensamento crítico.

A experiência reforçou a escola como espaço estratégico para promoção da saúde e demonstrou a contribuição da Enfermagem e da extensão universitária para o desenvolvimento da autonomia dos adolescentes. A continuidade de ações educativas semelhantes pode ampliar o alcance da prevenção e fortalecer a parceria entre instituição de ensino superior, escola e comunidade.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS. Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS): objetivo 3 – saúde e bem-estar. Nova York: ONU, 2015.
2. ASSOCIAÇÃO PAULISTA DE MEDICINA. Cigarro eletrônico: 8,7% dos adolescentes usam vapes no Brasil, cinco vezes mais do que o tabaco convencional. São Paulo: APM, 2025.
3. MALTA, D. C. et al. O uso de cigarro, narguilé, cigarro eletrônico e outros indicadores de tabagismo entre escolares brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar 2019. Revista Brasileira de Epidemiologia, 2022.
4. PESQUISA FAPESP. Levantamento registra alta adesão de jovens aos vapes. São Paulo: Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo, 2024.