

**PROJETO "SE LIGA NESSA!":** integrando tecnologias digitais e temáticas de saúde mental no ensino de informática para alunos do ensino médio

MENDONÇA NETO, Valter dos Santos <sup>1</sup>  
MELONIO, Poliana Andressa Costa <sup>2</sup>  
SOUSA, Sônia Rocha Santos <sup>3</sup>  
ROCHA, Íris Maria Ribeiro <sup>4</sup>

**RESUMO:** Este trabalho descreve a implementação do projeto "Se liga nessa!" no Instituto Federal do Maranhão (IFMA), Campus Açailândia, com o objetivo de integrar temáticas de saúde mental ao ensino de Informática para alunos do Ensino Médio. A proposta envolveu a utilização de tecnologias digitais, como *Padlet*, *Canva*, e ferramentas de edição de vídeos e apresentações de slides, para promover discussões sobre temas relevantes como gravidez na adolescência, assédio sexual, *bullying*, hipertensão, abuso sexual infantil, uso de drogas, entre outros. O projeto foi desenvolvido com 32 alunos, utilizando métodos interativos e colaborativos, e integrou as ações promovidas pela Comissão de Saúde Mental do Campus, composta por profissionais de diversas áreas. Os resultados evidenciam o engajamento dos alunos nas atividades, o desenvolvimento de habilidades tecnológicas e a promoção de reflexões sobre questões sociais e psicológicas de grande relevância. O projeto demonstrou ser eficaz na integração entre a educação tecnológica e a promoção da saúde mental, estimulando a conscientização e o protagonismo dos estudantes em sua própria saúde e bem-estar.

**PALAVRAS-CHAVE:** promoção da saúde; ferramentas tecnológicas; educação interdisciplinar.

**ABSTRACT:** This paper describes the implementation of the "Se liga nessa!" project at the Federal Institute of Maranhão (IFMA), Açailândia Campus, aimed at integrating mental health themes into Information Technology teaching for high school students. The proposal involved using digital technologies, such as Padlet, Canva, and video editing and slide presentation tools, to promote discussions on relevant topics such as adolescent pregnancy, sexual harassment, bullying, hypertension, child sexual abuse, drug use, and more. The project was developed with 32 students, employing interactive and collaborative methods, and integrated actions promoted by the Campus's Mental Health Committee, composed of professionals from various fields. The results highlight the students' engagement in activities, development of technological skills, and the promotion of reflections on significant social and psychological issues. The project proved effective in integrating technological

---

<sup>1</sup>Doutorando/professor, IFMA, Campus Açailândia, valter.neto@ifma.edu.br

<sup>2</sup>Doutoranda/professora, UEMA, São Luís, policaxiasma@hotmail.com

<sup>3</sup>Doutoranda/professora, UEMA, São Luís, sonia.rocha@ufma.br

<sup>4</sup>Doutora/professora, UEMA, São Luís, porto.iris@gmail.com

education and mental health promotion, encouraging awareness and students' protagonism in their own health and well-being.

**KEYWORDS:** health promotion; technological tools; interdisciplinary education.

## 1 INTRODUÇÃO

Nos últimos anos, os dados de pesquisas focadas na saúde mental da população têm chamado a atenção de pesquisadores e da sociedade em geral, devido ao crescente número de casos de adoecimento mental. Estudos indicam que aproximadamente 13% a 20% das crianças e jovens no Brasil e no mundo apresentam algum transtorno psiquiátrico (Mackenzie, 2022).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), as condições de saúde mental representam uma parcela significativa da carga global de doenças e lesões em adolescentes, sendo responsáveis por aproximadamente 16% dos casos. Estudos indicam que metade desses transtornos tem início por volta dos 14 anos, porém, na maioria dos casos, não são diagnosticados nem tratados adequadamente.

Para a Organização, a saúde mental não se resume à ausência de transtornos, mas envolve o bem-estar integral do indivíduo, englobando aspectos mentais, físicos e sociais. Além disso, ela está diretamente relacionada ao meio em que a pessoa está inserida, influenciando e sendo influenciada por fatores ambientais, sociais e econômicos (Futuro da Saúde, 2024).

Costa (2023) complementa ao afirmar que a saúde mental se refere a um estado de bem-estar no qual a pessoa consegue lidar com desafios e emoções do dia a dia, sentir satisfação na vida, estabelecer relações saudáveis, manter a produtividade, superar adversidades e contribuir para a comunidade. Desta forma, ela é um direito fundamental de todo indivíduo e tão essencial quanto a saúde física para o desenvolvimento pessoal e social.

A promoção da saúde mental é essencial, não apenas para apoiar indivíduos em sofrimento, mas também para beneficiar a sociedade como um todo. Essas iniciativas contribuem para o bem-estar coletivo e podem ser cruciais na preservação de vidas, destacando a necessidade de estratégias preventivas e de apoio contínuo.

Nesse contexto, é importante implementar ações de saúde mental em diversos espaços, especialmente nas escolas, onde adolescentes e jovens passam grande parte do tempo. A escola tem um papel fundamental na formação integral dos alunos, sendo um ambiente privilegiado para promover o bem-estar psicológico e emocional dos estudantes.

Segundo Costa (2014), a escola desempenha um papel crucial no apoio aos alunos, ajudando no desenvolvimento da autoestima, na construção de estratégias para enfrentar problemas e no fortalecimento dos vínculos familiares. Além disso, o ambiente escolar pode promover a saúde, identificando mudanças comportamentais e sintomas depressivos em adolescentes, o que favorece o diagnóstico precoce e a intervenção, melhorando a qualidade de vida.

Neste direcionamento, o Instituto Federal do Maranhão (IFMA) propôs, em 2021, a implementação do Plano Institucional de Promoção da Saúde Mental e Prevenção do Suicídio, como o objetivo geral de promover, entre a comunidade escolar, ações voltadas à saúde mental e à prevenção do suicídio (Maranhão, 2022).

Assim, considerando o público-alvo e sua imersão no contexto tecnológico, torna-se essencial desenvolver estratégias pedagógicas dinâmicas e criativas, aliadas às tecnologias digitais e integradas ao ambiente educacional. Essa abordagem não apenas facilita a compreensão do tema, mas também estimula os alunos a refletirem sobre a questão, tornando-os protagonistas na promoção de sua própria saúde.

Este trabalho tem como objetivo relatar a experiência de integrar as temáticas do Plano Institucional de Saúde Mental ao ensino de Informática no IFMA – Campus Açailândia. Um projeto chamado “Se liga nessa!” foi implementado na disciplina de informática, abordando mensalmente temas sugeridos pela Comissão de Saúde Mental do Campus, composta por uma equipe multidisciplinar. Utilizando tecnologias digitais, as aulas promoveram atividades interativas e reflexivas, incentivando a conscientização, o engajamento e o protagonismo dos alunos na promoção de sua própria saúde mental.

## **2 METODOLOGIA**

Este trabalho consiste em um relato de experiência referente à implementação de um projeto interdisciplinar “Se liga nessa!”, na disciplina de informática, integrando temáticas relacionadas à saúde mental. O relato de experiência pode ser definido como um texto que descreve precisamente uma experiência relevante para a área de atuação (Barros, 2024).

A pesquisa foi realizada com 32 alunos, com idade entre 16 e 18 anos, sendo 25 do gênero feminino e 7 do gênero masculino, do segundo ano do ensino médio integrado ao curso técnico em Alimentos, no IFMA - Campus Açailândia, durante o ano letivo de 2023, no contexto da disciplina Informática II.

A disciplina possuía uma carga horária total de 80 horas, com encontros semanais de 2 horas, realizados no laboratório de informática do Campus. Seus objetivos incluem: familiarizar os alunos com os recursos básicos da informática e suas aplicações; capacitá-los no manuseio de ferramentas para gerenciamento de pastas e arquivos; desenvolver habilidades no uso de editores de texto, planilhas eletrônicas, gráficos e *softwares* de apresentação de *slides*.

A Comissão de Saúde Mental do Campus é composta por uma equipe multidisciplinar de profissionais, incluindo psicólogas, assistentes sociais, enfermeiras, médicos, nutricionistas, professores de educação física, professor de informática (relator da experiência), entre outros. Essa diversidade permite uma abordagem ampla e integrada sobre a temática da saúde mental, garantindo suporte e orientação adequados aos alunos.

Assim, a etapa inicial consistiu no planejamento das aulas, integrando os temas definidos pela Comissão com os conteúdos da disciplina de informática e as tecnologias digitais selecionadas para serem ensinadas. Os temas abordados seguiam o calendário das campanhas de saúde pública, que associam cores aos meses e promovem a sensibilização sobre diferentes doenças e questões de saúde mental, assim como datas de combate e conscientização sobre questões relacionadas à saúde da mente e do corpo (Brasil, 2025) e necessidades específicas da comunidade escolar.

Dessa forma, a cada mês, um ou mais temas específicos eram trabalhados

de forma articulada ao conteúdo da disciplina, e uma ou mais atividades utilizando tecnologias digitais eram desenvolvidas, promovendo maior integração entre a temática abordada, a teoria e prática (Quadro 01). As atividades aconteciam de forma simultânea às ações promovidas pela Comissão de Saúde Mental, realizadas por meio de palestras com profissionais da área, rodas de conversa, debates e distribuição de materiais informativos.

Quadro 01. Planejamento das ações realizadas.

Mês	Conteúdo	Tema abordado	Tecnologias digitais	Atividade realizada
Fevereiro	Internet e seus serviços	Gravidez na adolescência	Computador, celular, ferramenta <i>Padlet</i>	Construção de um mural interativo
Março	Internet e seus serviços	Assédio Sexual	Computador, celular, ferramenta <i>Canva</i>	Construção de um <i>folder</i>
Abril	Edição e formatação de textos; Trabalhando com figuras e objetos	Abril vermelho - Prevenção e Combate à Hipertensão Arterial <i>Bullying</i>	Computador, celular, ferramenta <i>Canva</i>	Construção de infográficos
Maio	Edição e formatação de textos; Trabalhando com figuras e objetos; Colunas	Maio laranja - Abuso e exploração sexual de crianças e adolescentes	Computador, celular, ferramenta <i>Canva</i>	Construção de jornal
Junho	Produção de Vídeos	Junho branco - Dia Internacional de Combate às Drogas	Computador, celular, ferramenta <i>Canva</i>	Construção de vídeos
Agosto	Apresentação de <i>slides</i>	Agosto lilás - Combate à violência contra a mulher	Computador, celular, ferramenta <i>Canva</i>	Construção de uma apresentação de <i>slides</i>
Setembro	Apresentação de slides, animações e transições	Setembro amarelo	Computador, celular, ferramenta <i>Canva</i>	Construção de uma apresentação de <i>slides</i> interativa
Outubro	Planilhas eletrônicas e gráficos	Outubro rosa	Computador, celular, <i>Google</i> planilhas	Construção e análise de planilhas e gráficos
Novembro	Planilhas eletrônicas e gráficos	Novembro azul	Computador, celular, <i>Google</i> planilhas	Construção e análise de planilhas e gráficos

Fonte: Elaborado pelos autores, 2025.

Por conta do início do ano letivo (fevereiro), das férias entre os semestres (junho) e do encerramento antecipado da disciplina (novembro), os meses de janeiro, julho e dezembro não foram contemplados nas atividades. Além disso, os temas trabalhados estavam em sintonia com os abordados pela Comissão, que priorizava as necessidades locais do Campus. O objetivo era complementar as ações promovidas de maneira interdisciplinar e alinhada ao uso das tecnologias digitais, ampliando o impacto e a efetividade das ações voltadas à promoção da saúde mental dos alunos.

As aulas eram ministradas no laboratório de informática do Campus, proporcionando um ambiente imersivo que tornava o aprendizado mais prático e dinâmico. As atividades eram desenvolvidas sempre em equipe (dupla ou trio), com o objetivo de estimular a interação, a cooperação, o pensamento crítico e a resolução colaborativa de problemas. Além disso, essa abordagem favorecia a troca de conhecimentos entre os alunos e ampliava o uso integrado dos recursos tecnológicos utilizados (computadores e celulares), potencializando o aprendizado e a aplicabilidade dos conteúdos abordados.

Durante a execução das atividades propostas, os alunos eram instigados com perguntas sobre o tema e seus principais aspectos abordados na atividade. Além disso, antes de iniciar, sempre era apresentada uma reportagem, com dados atuais sobre o tema. O objetivo era estimular a curiosidade e o interesse, além de incentivar a reflexão crítica, a troca de ideias e o debate, promovendo um aprendizado mais significativo e participativo.

### **3 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Esta seção apresenta os meses e a descrição das atividades realizadas em cada ação, os resultados das produções dos alunos sobre os temas trabalhados utilizando as tecnologias digitais, bem como relatos das discussões e observações coletadas durante as práticas.

#### **Ação mês fevereiro**

Em fevereiro, a ação realizada teve como foco a temática da gravidez na adolescência. Esse tema foi escolhido devido à proximidade do carnaval, período associado ao aumento da vulnerabilidade dos jovens, além do crescimento do número de alunas grávidas e alunos que se tornariam pais no Campus. Além disso, a temática está alinhada à Semana Nacional de Prevenção da Gravidez na Adolescência, estabelecida pela Lei 13.798/2019, que tem como objetivo disseminar informações e promover ações educativas voltadas à conscientização e à adoção de medidas preventivas, visando a redução da incidência da gravidez na adolescência (Brasil, 2019).

No contexto da disciplina de Informática, abordou-se o tópico "Internet e seus serviços", apresentando conceitos fundamentais, serviços e ferramentas disponíveis na *web*. Após algumas aulas explorando esses conteúdos, foi proposto aos alunos a criação de um mural interativo utilizando a ferramenta *Padlet*, uma das apresentadas durante as aulas, sobre o tema "Gravidez na adolescência".

O mural deveria conter diferentes seções abordando aspectos relevantes sobre o tema, como dados estatísticos, riscos à saúde, impactos psicológicos e socioeconômicos, Infecções Sexualmente Transmissíveis (ISTs), métodos contraceptivos e estratégias de prevenção. Os alunos foram incentivados a utilizar os diversos recursos digitais disponíveis na ferramenta para tornar a apresentação do conteúdo mais dinâmica e interativa.

A Figura 01 a seguir mostra imagens de alguns murais criados pelos alunos durante a ação.

Figura 01. Exemplos dos murais interativos.



Fonte: Elaborada pelos autores, 2025.

Durante a ação, algumas alunas compartilharam experiências pessoais e de pessoas próximas relacionadas ao tema. Dentre os relatos, destacaram-se: o

abandono, ainda na adolescência, por parte da mãe e/ou do pai biológico; a responsabilidade exclusiva da mãe pelo cuidado da criança; adolescentes engravidando, algumas com total apoio do pai; casos de gravidez entre alunas da escola; e as transformações na vida e na família decorrentes da gestação na adolescência.

O desenvolvimento dessa atividade foi realizado em colaboração com a professora de Biologia da turma, também membro da comissão, que aprofundou a discussão sobre a temática em suas aulas, proporcionando uma abordagem interdisciplinar e ampliando a compreensão dos alunos sobre o assunto.

### Ação mês Março

No mês de março, foi trabalhado o tema Assédio Sexual, considerando o Dia Internacional da Mulher e a campanha contra o assédio iniciada pela instituição. A atividade proposta consistiu na criação de um folder informativo sobre o tema, utilizando a ferramenta Canva e outros recursos abordados em sala de aula. O material deveria conter os seguintes tópicos: conceitos importantes (assédio sexual, tipos de assédio, abuso sexual); quem é o assediador? (perfis e características); isso é assédio! (situações que caracterizam o assédio); isso não é assédio! (situações que não caracterizam o assédio); como prevenir? (atitudes e comportamentos seguros); e o que fazer em casos de assédio (como proceder e onde denunciar) (Figura 02).

Além disso, a ação foi complementada por uma palestra intitulada "Assédio: Como identificar? Como combater?", ministrada por uma advogada especialista em direito das mulheres e direito da família.

Figura 02. Exemplos dos *folders*.



Fonte: Elaborada pelos autores, 2025.

Dentre os relatos, percebeu-se um maior destaque para os casos de assédio contra mulheres. No entanto, durante as discussões, buscou-se enfatizar que essa problemática também afeta homens e adolescentes de todos os gêneros. Além disso, foram apresentados exemplos de situações consideradas como assédio e promovida uma reflexão sobre namoros abusivos e relacionamentos tóxicos. A atividade proporcionou um espaço de diálogo e conscientização, permitindo que os alunos identificassem comportamentos inadequados e compreendessem a importância de combatê-los.

### **Ação mês Abril**

Neste mês, foram realizadas duas ações: Prevenção e Combate à Hipertensão Arterial e *Bullying*. A primeira ocorreu próxima ao Dia Nacional de Prevenção e Combate à Hipertensão Arterial (26 de abril). A data, instituída pela Lei nº 10.439 de 2002, tem o objetivo de conscientizar a população sobre a importância do diagnóstico preventivo e do tratamento da doença (Brasil, 2002). Outro motivo estava relacionado ao curso técnico da turma (Alimentos) e à importância de trabalhar a temática entre os jovens, promovendo hábitos alimentares saudáveis e prevenção de doenças cardiovasculares desde cedo.

O segundo tema abordado estava em conformidade com o tema indicado pela comissão para ser trabalhado com os alunos do Campus durante o mês, considerando que no dia 7 de abril é o Dia Nacional de Combate ao *Bullying*, conforme a Lei nº 13.277 de 2016 (Brasil, 2016). Assim, as atividades, realizadas em dias distintos, consistiram na criação de infográficos utilizando a ferramenta Canva, direcionados ao público adolescente.

O material sobre Hipertensão Arterial deveria conter as seguintes informações: conceito, formas de prevenção e combate, consequências, fatores de risco, sintomas, dicas de alimentação e hábitos saudáveis, entre outros (Figura 03a). O infográfico sobre *Bullying* deveria conter informações sobre o conceito, prevenção, combate, consequências e características desse fenômeno, entre outros aspectos (Figura 03b).

Figura 03. Exemplos dos infográficos: a) Hipertensão Arterial e b) *Bullying*.



Fonte: Elaborada pelos autores, 2025.

As discussões sobre a atividade 1 foram marcadas por questionamentos sobre como manter a pressão sob controle, reflexões sobre o consumo de sal e de alguns alimentos com alto teor de sódio frequentemente consumidos pelos alunos, além dos principais sintomas, causas e consequências da hipertensão. Dentre os relatos, destacaram-se casos de familiares que faleceram devido a Acidente Vascular Cerebral (AVC), consequência da hipertensão, e a percepção dos alunos sobre a falta de preocupação com a doença enquanto jovens, mesmo diante dos dados apresentados sobre a incidência da hipertensão em crianças e adolescentes.

A realização da atividade 2 foi marcada por reflexões sobre os diferentes tipos de agressão e exemplos práticos, principais consequências do *Bullying*, sua relação com os ataques violentos em escolas (Mikos, 2023) e a importância da conscientização para a prevenção e o combate à violência no ambiente escolar. Além disso, os alunos compartilharam histórias pessoais e relataram como se sentiram ao sofrer ou presenciar situações de *Bullying*.

### Ação mês Maio

Na disciplina, foram abordados conteúdos relacionados à edição e formatação de textos, inserção de figuras e objetos e criação de textos em colunas. O tema do mês foi o "Maio Laranja", campanha de combate ao abuso e exploração sexual de crianças e adolescentes. A escolha da temática foi motivada pelo fato de a cidade ser rota de passagem com grande fluxo de caminhoneiros, que, segundo pesquisas, estão entre os grupos que mais se beneficiam dessas práticas ilícitas (Martins *et al.*, 2022).

Como atividade, foi solicitado a criação de um jornal abordando os seguintes tópicos: o dia 18 de maio e sua importância; o que é abuso sexual?; o que é violência sexual?; dados estatísticos; sinais de alerta; e canais de denúncia (Figura 04).

Figura 04. Exemplos dos jornais.



Fonte: Elaborada pelos autores, 2025.

O debate sobre o tema mostrou-se desafiador, pois os alunos demonstraram bastante vergonha ao discutir a temática, respondendo às perguntas com voz baixa e interagindo de forma tímida. Percebeu-se também um desconhecimento sobre algumas práticas de abuso sem que foram esclarecidos durante a pesquisa e, posteriormente, na palestra com as psicólogas do Campus.

### Ação mês Junho

No dia 26 de junho, celebra-se o Dia Internacional contra o Abuso e Tráfico Ilícito de Drogas, data que chama a atenção para o combate ao uso de drogas por meio da campanha Junho Branco. Para a realização da ação, os alunos foram instruídos a produzir vídeos, utilizando os conhecimentos adquiridos na disciplina, com o objetivo de sensibilizar o público adolescente sobre o tema.

Durante a atividade, os alunos demonstraram grande entusiasmo ao discutir a temática. Foram relatadas experiências de familiares e conhecidos que enfrentaram problemas relacionados ao uso de drogas, como *overdose*, prisão por porte e tráfico. Além disso, mencionaram parentes afetados pelo alcoolismo e tabagismo, evidenciando os impactos dessas dependências, tanto pelo consumo direto quanto pelo convívio com familiares usuários.

Os vídeos se destacaram pela criatividade e pelo capricho na produção, apresentando recursos audiovisuais avançados, trechos com depoimentos e abordagens inovadoras. A motivação dos alunos ficou evidente no empenho para criar seus próprios vídeos explicativos, tornando a experiência de aprendizagem mais significativa e engajadora.

### **Ação mês Agosto**

Para este mês, trabalhou-se o Agosto Lilás, campanha estabelecida pelo governo federal para a conscientização e combate à violência contra a mulher. Como atividade, os alunos criaram apresentações de slides, aplicando as ferramentas e recursos tecnológicos aprendidos em sala (Figura 05).

Figura 05. Exemplos das apresentações de slides.



Fonte: Elaborada pelos autores, 2025.

A atividade foi realizada um dia antes da palestra com as psicólogas do Campus e foi conduzida por meio de perguntas instigadoras, como: "Por que Agosto Lilás?", "O que é a Lei Maria da Penha e qual sua importância?", "Quais são os tipos de violência?", "Por que é importante denunciar?", entre outras, com o objetivo de estimular a reflexão e proporcionar um conhecimento prévio sobre o tema. O debate envolveu relatos de experiências familiares, exemplificações dos diferentes tipos de violência e referências culturais, como músicas e séries que abordam a temática.

### **Ação mês Setembro**

O Setembro Amarelo é uma campanha de conscientização que destaca a importância da prevenção do suicídio, sendo um dos temas centrais abordados pela instituição. A Comissão local organizou rodas de conversa em cada turma para promover reflexões sobre o assunto. Na ação desenvolvida pela disciplina, os alunos criaram apresentações de slides com diversos recursos interativos, finalizando com uma mensagem de valorização da vida. (Figura 06).

Figura 06. Exemplos das apresentações de slides interativos.



Fonte: Elaborada pelos autores, 2025.

A realização da atividade foi novamente guiada por perguntas que levassem os alunos a entenderem porquê da campanha, do mês, da cor e alertar acerca dos dados alarmantes que envolvem adolescentes e jovens no país. Além disso, refletiu-se sobre fatores de risco, como identificar comportamentos, como ajudar pessoas com comportamentos suicidas, entre outros aspectos. Destaca-se ainda a participação dos alunos, citando casos de noticiários, de pessoas da cidade e próprios.

### **Ações meses Outubro e Novembro**

Para estes meses, a instituição definiu como foco as campanhas Outubro Rosa e Novembro Azul. A primeira tem como objetivo disseminar informações e sensibilizar a sociedade sobre o câncer de mama, contribuindo para a redução da incidência e da mortalidade da doença. Já a segunda, visa a conscientização sobre o câncer de próstata, estimulando os homens a cuidarem da saúde e realizarem exames preventivos.

Estas últimas ações foram realizadas juntas no mês de novembro, com o propósito de promover discussões comparativas e inter-relacionadas. A abordagem do tema foi realizada por meio da construção e análise de planilhas e gráficos, baseados em dados de fontes como o Instituto Nacional de Câncer (INCA), durante as aulas e nas atividades avaliativas.

As discussões refletiram sobre a importância do exame e do autoexame, as consequências da descoberta tardia, os índices de casos no Brasil, entre outros aspectos relacionados, incluindo depoimentos sobre casos familiares e de conhecidos.

## **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

O projeto integrou saúde mental ao ensino de informática, promovendo o protagonismo dos alunos e incentivando o desenvolvimento de habilidades cognitivas e socioemocionais. Isso criou um ambiente colaborativo e ajudou a desmistificar tabus sobre saúde mental, tornando o espaço mais acolhedor e aberto ao diálogo.

A participação ativa dos alunos, por meio da criação de materiais educativos e discussões, foi essencial para o desenvolvimento deles em relação à saúde mental. O uso de tecnologias digitais tornou o processo de aprendizagem mais dinâmico e interativo, permitindo a participação criativa dos estudantes nas atividades educativas.

Cabe ressaltar que o projeto complementou as ações da Comissão de Saúde Mental do Campus, enriquecendo-as com uma abordagem interdisciplinar e o uso de tecnologias digitais. Após cada atividade, um relatório detalhado era enviado à psicóloga responsável, com descrições dos debates e observações, garantindo os encaminhamentos necessários conforme as necessidades emergentes.

Espera-se que o projeto possa servir como inspiração para novas abordagens pedagógicas, incentivando a continuidade e ampliação de ações que associem tecnologia, educação e promoção da saúde mental.

## REFERÊNCIAS

BARROS, A. M. D. B. **Manual de trabalhos acadêmico-científicos**: relato de experiência. Centro Universitário de Barra Mansa, Barra Mansa, 2024. Disponível em:

<https://sigeventos.ufpa.br/sigeventos/verArquivo?idArquivo=1952466&key=cf5cc63972b8696aaca0294cd0cb5a3>. Acesso em: 26 fev. 2025.

BRASIL. **Lei nº 10.439**, de 30 de abril de 2002. Institui o Dia Nacional de Prevenção e Combate à Hipertensão Arterial e dá outras providências. Diário Oficial da União, Brasília, 29 abr. 2002. Disponível em:

[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/2002/l10439.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2002/l10439.htm). Acesso em: 02 mar. 2025.

BRASIL. **Lei nº 13.277**, de 29 de abril de 2016. Institui o Dia Nacional de Combate ao Bullying e à Violência nas Escolas. Acesso em 28 de agosto de 2019.

[http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/\\_ato2015-2018/2016/lei/L13277.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2016/lei/L13277.htm). Acesso em: 02 mar. 2025.

BRASIL. **Lei nº 13.798**, de 3 de Janeiro de 2019. Institui a Semana Nacional de Prevenção da Gravidez na Adolescência. Diário Oficial da União, Brasília, 2019. Disponível em: <https://legis.senado.leg.br/norma/30772776>. Acesso em: 01 mar. 2025.

BRASIL, Ministério da Saúde. **Calendário da Saúde**. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/c/calendario/saude>. Acesso em: 26 fev. 2025.

COSTA, F. C.; JARDIM JUNIOR, E. G. J.; FAJARDO, R. S. Depressão e suicídio na adolescência: representações sociais e indicadores de risco. **Visão Universitária**, v. 1, n. 1, p. 9-19, 2014.

COSTA, J. Ansiedade e depressão são os principais vilões da saúde mental. **Senado federal/SIS Saúde**, 2023. Disponível em: <https://www12.senado.leg.br/institucional/sis/noticias-comum/ansiedade-e-depressao-sao-os-principais-viloes-da-saude-mental>. Acesso em: 24 fev. 2025.

FUTURO DA SAÚDE. Saúde mental no Brasil: dados e panorama. **Futuro da Saúde**, 2024. Disponível em: <https://futurodasaude.com.br/saude-mental-no-brasil/>. Acesso em: 24 fev. 2025.

MACKENZIE. De 13 a 20% das crianças e jovens do Brasil e do mundo têm problemas de saúde mental. **Mackenzie**, 2022. Disponível em: <https://www.mackenzie.br/noticias/artigo/n/a/i/de-13-a-20-das-criancas-e-jovens-do-brasil-e-do-mundo-tem-problemas-de-saude-mental-e-a-grande-maioria-fica-sem-atendimento>. Acesso em: 24 fev. 2025.

MARANHÃO, Instituto Federal do Maranhão (IFMA). **Plano institucional de promoção da saúde mental e prevenção do suicídio**. Disponível em: <https://portal.ifma.edu.br/wp-content/uploads/2022/04/Plano-de-Saude-Mental-Orientacoes-2022.pdf>. Acesso em: 24 fev. 2025.

MARTINS, A. B. A. M. *et al.* A exploração sexual infantil perpetuada por caminhoneiros ao longo da BR-116. **Revista Eletrônica Leopoldianum**, v. 48, n. 136, 2022.

MIKOS, A. L. Ataques em série reforçam importância da conscientização sobre bullying e violência nas escolas. **Assembléia Legislativa do Paraná**, 2023. Disponível em: <https://www.assembleia.pr.leg.br/comunicacao/noticias/ataques-em-serie-reforcam-importancia-da-conscientizacao-sobre-bullying-e-violencia-nas>. Acesso em: 01 mar. 2025.