

Atividades de extensão universitária: um olhar para promoção da saúde do adolescente

University extension activities: a look at health promotion of teenager

Francisco Marcelo Leandro Cavalcante

Acadêmico de enfermagem pela Universidade Estadual Vale do Acaraú. Universidade Estadual Vale do Acaraú.

Francisco Willian Melo de Sousa

Acadêmico de enfermagem pela Universidade Estadual Vale do Acaraú. Universidade Estadual Vale do Acaraú.

Ingrid Kelly Morais Oliveira

Acadêmica de enfermagem pela Universidade Estadual Vale do Acaraú. Universidade Estadual Vale do Acaraú.

Hiara Rose Moreno Amaral

Acadêmica de enfermagem pela Universidade Estadual Vale do Acaraú. Universidade Estadual Vale do Acaraú.

Benedita Shirley Carlos Rosa

Acadêmica de enfermagem pela Universidade Estadual Vale do Acaraú. Universidade Estadual Vale do Acaraú.

Josiane da Silva Gomes

Enfermeira. Mestranda em Saúde da Família pela Universidade Federal do Ceará. Universidade Federal do Ceará.

Joyce Mazza Nunes Aragão

Enfermeira. Doutora em Enfermagem pela Universidade Federal do Ceará. Docente da graduação em enfermagem da Universidade Estadual Vale do Acaraú. Universidade Estadual Vale do Acaraú.

Maristela Inês Osawa Vasconcelos

Enfermeira. Pós-doutora em Cuidados Clínicos em Enfermagem e Saúde pela Universidade Estadual do Ceará. Docente da graduação em enfermagem da Universidade Estadual Vale do Acaraú. Universidade Estadual Vale do Acaraú.

Resumo

Objetivo: Relatar as atividades de extensão voltadas à promoção da saúde de adolescentes.

Métodos: Relato de experiência, de abordagem qualitativa, resultante do desenvolvimento de atividades extensionistas por acadêmicos de enfermagem da Universidade Estadual Vale do Acaraú. As atividades foram realizadas em uma Estação da Juventude de município do interior do estado do Ceará, de março a abril de 2019, com adolescentes que frequentavam esse local.

Resultados: realizaram-se consultas de enfermagem e atividades educativas, através das quais os adolescentes puderam dialogar e expressar valores, opiniões, sofrimentos, preocupações, planos para o futuro, situações pessoais e contexto no qual estavam inseridos. Pode-se dialogar com os adolescentes sobre os fatores de risco à saúde e autocuidado, além de oportunizar troca de experiências e esclarecimento de dúvidas. **Conclusões:** as vivências de extensão com os adolescentes oportunizaram a criação de vínculos, favorecendo o desenvolvimento de ações de educação em saúde, estimulando o autocuidado e ampliando os conhecimentos.

Palavras-chave: Adolescentes; Enfermagem em Saúde Comunitária; Promoção da Saúde.

Abstract

Objective: Report extension activities aimed at health promotion of teenagers. **Methods:** An experience report, with qualitative approach, resulting from development of extension activities by nursing students of Vale do Acaraú State University. Activities were conducted at an Youth

Station of a municipality of Ceará state, during March and April of 2019, and with teenagers which attended the Youth Station. **Results:** Nursing consultations and educational activities were practiced, through which teenagers could dialogue and express their values, opinions, hardships, worries, future plans, personal situations, and context in which they were inserted in. We were able to dialogue with teenagers about health risking

factors and selfcare, besides exchanging experiences and enlightening their doubts. **Conclusions:** Extension experiences with teenagers gave the means to create bonds, favoring development of health education actions, stimulating selfcare and expanding knowledge.

Keywords: Adolescent; Community Health Nursing; Health Promotion.

Introdução

A adolescência é uma fase constituída por transformações e descobertas que influenciam nos aspectos físicos, biológicos, cognitivos, socioculturais e emocionais¹. É vivida por cada um de forma diferente, única e individual.

Nessa etapa complexa, os adolescentes buscam se adaptar aos impulsos causados pela puberdade, maturação biológica responsável pelas mudanças anatômicas e fisiológicas². Além disso, encontram-se sujeitos às demandas sociais, culturais e psicológicas, as quais os motivam para necessidade de estabelecer sua identidade, além de predispô-los aos potenciais fatores de risco à saúde¹.

Nesse contexto, dentre os principais comportamentos nocivos à saúde, aos quais os adolescentes estão expostos, encontram-se a prática de alimentação não saudável, o uso de álcool e outras drogas, sedentarismo, tabagismo e outros³, que contribuem significativamente para o desenvolvimento de doenças, como diabetes mellitus tipo 2, obesidade, as cardiovasculares, além de ansiedade e distúrbios na autoestima⁴. Ademais, encontra-se a iniciação

precoce e desprotegida da atividade sexual, situação que aumenta as chances de ocorrer gravidez não planejada e risco de exposição a Infecções Sexualmente Transmissíveis (IST), incluindo HIV/Aids⁵.

Além do mais, há a violência, o uso excessivo das mídias digitais e a ociosidade, que contribuem para o aumento de sintomas depressivos, ansiedade e até suicídio, uma vez que resultam em adoecimento, por comprometer a interação e participação social, de forma que estas são interrompidas ou se tornam prejudiciais à saúde mental⁶.

Outra problemática é a dificuldade enfrentada pelos profissionais da Estratégia Saúde da Família, na prestação de cuidado integral ao adolescente, não o incluindo efetivamente nas ações de saúde, por meio de abordagem diferenciada e atrativa, atendendo-os apenas em situações de maiores riscos, como gravidez e IST⁷.

Essas vulnerabilidades podem acarretar consequências impactantes aos adolescentes, reduzindo qualidade e expectativa de vida.

Portanto, é imprescindível ampliar o acesso desse público às atividades coletivas, de cunho educativo e lúdico, voltadas à promoção do autocuidado, contribuindo, assim, para seu protagonismo frente à saúde⁸.

Desse modo, o módulo Práticas Interdisciplinares em Ensino, Pesquisa e Extensão I (PIEPE I), da grade curricular do curso de Enfermagem, da Universidade Estadual Vale do Acaraú, busca promover práticas extensionistas em meio a comunidade, com objetivo de desenvolver atividades educativas com o público adolescente, possibilitando a melhora da qualidade de vida e aprimorando a formação profissional dos acadêmicos, por meio da associação entre ensino, pesquisa e extensão. As vivências do módulo PIEPE I estão integradas ao módulo Puberdade e Adolescência, que tem como ementa a assistência de enfermagem ao adolescente e os determinantes sociais e biológicos que influenciam no desenvolvimento e na saúde desse grupo.

Essas atividades são de significativa relevância para promoção da saúde dos adolescentes, visto que proporcionam a discussão de temas importantes para sociedade, em perspectiva articuladora que facilita a realização de atividades de educação em saúde e adoção de comportamentos que permitam o desenvolvimento de estilo de vida mais saudável.

Diante disso, objetivou-se relatar as atividades de extensão voltadas à promoção da saúde de adolescentes, realizadas por acadêmicos de enfermagem.

Metodologia

Estudo descritivo, do tipo relato de experiência, de abordagem qualitativa, elaborado por acadêmicos do 4º semestre do curso de Enfermagem, da Universidade Estadual Vale do Acaraú, por meio das vivências de extensão propostas pelo módulo PIEPE I, integradas ao estágio curricular do módulo Puberdade e Adolescência, componentes da grade curricular da graduação em Enfermagem da referida instituição. As atividades educativas, de caráter didático-pedagógicas, foram realizadas à tarde e à noite, de terça à sexta-feira, no período de vigência da extensão, na Estação da Juventude, de município do interior do estado do Ceará, de março a abril de 2019.

A Estação da Juventude é um espaço público que oferece informações sobre programas e ações para os jovens, além de orientação, encaminhamento e apoio, para que eles próprios tenham condições de construir suas trajetórias e buscar melhores formas para o desenvolvimento destas. Conta com gestores capacitados para fornecer informações e desenvolver atividades que facilitem o acesso dos jovens a serviços e políticas públicas que atendam suas necessidades.

Nesse cenário, o Módulo PIEPE I tem como objetivos a elaboração e desenvolvimento de atividades extensão universitária, em uma abordagem multi e interdisciplinar, com ênfase no adolescente, bem como a discussão do significado da extensão em uma perspectiva

articuladora com o ensino e a pesquisa, assim como implicações desta no processo de formação acadêmico-profissional e de transformação social.

Cada ação educativa foi dividida em três momentos: o primeiro momento foi constituído do acolhimento e da explicação do tema que seria abordado, em seguida, foi realizada a dinâmica de "quebra gelo". No segundo momento, realizou-se a atividade educativa propriamente dita com a explanação e troca de conhecimentos; em terceiro, cada adolescente recebeu pedaços de papel para registrar impressões e avaliar a ação desenvolvida, distribuindo, seguidamente, cada papel em uma das três caixas decoradas com as seguintes cores: verde, vermelho e azul, que representaram, respectivamente, as impressões: "o que gostei", "o que não gostei" e "sugestões" a respeito das temáticas: projeto de vida, saúde mental, alimentação saudável, substâncias psicoativas, violência, suicídio, cultura de paz, uso de métodos contraceptivos e prevenção de Infecções Sexualmente Transmissíveis, relacionamentos familiares e amigos, esporte e lazer, cuidados pessoais e higiene.

As atividades foram desenvolvidas com público de, em média, 12 adolescentes, estudantes do ensino médio e fundamental, com faixa etária que variou dos 10 aos 19 anos, com predominância do sexo masculino, que participavam das ações desenvolvidas na referida instituição social e que aceitaram participar dos momentos educativos abertos,

conduzidos pelos próprios acadêmicos com a colaboração dos monitores do módulo PIEPE I.

As temáticas trabalhadas foram escolhidas por meio de conversa com os profissionais que estavam à frente da Estação da Juventude e os adolescentes. Os temas sugeridos pelos participantes, de acordo com interesse e necessidades de aprendizagem, foram: alimentação saudável, suicídio e saúde mental. Ademais, foram desenvolvidas consultas de enfermagem com os adolescentes, sendo esta atividade um componente do estágio curricular do módulo Puberdade e Adolescência relacionado à sistematização da assistência de enfermagem na saúde do adolescente.

A coleta de dados, bem como a análise destes, aconteceu por meio de observação participante, do registro das ações educativas em diário de campo e da avaliação dos próprios adolescentes, na qual foram registradas e analisadas opiniões e sugestões para aprimoramento das ações educativas. O diário de campo consistiu em instrumento em que o estudante registrava experiências, observações e impressões diárias, permitindo refletir sobre o que foi realizado, constituindo, assim, ferramenta que oportuniza ao estudante o desenvolvimento da criticidade e reflexão sobre aprendizado, contribuindo no processo de autonomia frente à construção do conhecimento⁹.

Pelo caráter de Relato de Experiência, este estudo não foi submetido a um Comitê de Ética, mas é norteado pela Resolução nº 466/12, do

Conselho Nacional de Saúde, valendo-se de princípios éticos, como não maleficência, beneficência, sigilo, autonomia e respeito¹⁰.

Desenvolvimento

Realizaram-se 11 oficinas educativas, descritas no Quadro 1, executadas segundo metodologia participativa, baseada em técnicas lúdicas, vivências e dinâmicas de grupo. Além disso, desenvolveram-se consultas de enfermagem, supervisionadas por enfermeira docente da referida universidade. No primeiro encontro, ocorreu o acolhimento do serviço, no qual se conheceu a instituição, estrutura e funcionamento desta, além de espaço onde seriam realizadas as ações.

Nas vivências extensionistas, buscou-se promover ações educativas de promoção da saúde, com propósito de estimular os adolescentes a adotar práticas de autocuidado. Tais práticas são fundamentais para melhora da qualidade de vida e prevenção de enfermidades, favorecendo o desenvolvimento pessoal e bem-estar¹¹. Deste modo, a educação em saúde é uma potente ferramenta de prevenção e promoção à saúde, ajudando a refletir, de forma crítica, sobre as metas pessoais e os hábitos de vida, instigando, assim, o desejo de modificar as vulnerabilidades aos quais os sujeitos estão expostos.

As ações propostas pelo PIEPE I são de grande importância para os adolescentes, visto que esses enfrentam mudanças significativas nessa

fase de transição para vida adulta, necessitando de conhecimentos sobre as transformações biológicas, psicológicas e sociais pelas quais passam, como também precisam conhecer direitos e deveres como cidadãos.

Destaca-se, através da extensão, a contribuição para o fortalecimento dos serviços prestados na Estação da Juventude, em especial no que tange à promoção da saúde do adolescente, ultrapassando, desta forma, os muros das unidades de saúde. Evidencia-se, portanto, a importância de estratégias diversificadas de promoção da saúde do adolescente que possam ir ao encontro deles nos diversos espaços em que convivem, o que oportuniza maior adesão do público às atividades e ampliação do vínculo com os jovens.

Outra questão relevante foi a utilização das tecnologias em saúde na condução das ações educativas, que auxiliaram na contextualização e problematização dos temas abordados, possibilitando a participação ativa e efetiva dos adolescentes, contribuindo, desta forma, para novas possibilidades de metodologias para trabalhar com adolescentes sobre diversas questões que permeiam a adolescência.

Por meio das intervenções, os adolescentes puderam esclarecer dúvidas, expressar pensamentos, valores, crenças, planos para o futuro, preocupações, situações vividas e contexto social no qual estão inseridos. Isso ajudou a refletir sobre as condições de vida, a compartilhar sentimentos e aliviarem sofrimentos.

Pôde-se perceber o impacto decorrente de algumas atividades, como a do suicídio e da promoção da saúde mental, que suscitaram momento de desabafo e alívio das tensões decorrentes de problemas pessoais. Essas atividades proporcionaram conforto aos participantes, sendo possível observar o relaxamento destes, como também geraram no público o desejo de valorizar a vida e de buscar apoio quando precisar. Nesse sentido, as técnicas de relaxamento e respiração ajudam no controle de transtornos de ansiedade e a lidar com as situações, auxiliando na prevenção de agravos decorrentes destas¹².

A atividade sobre os métodos contraceptivos se mostrou de grande relevância, uma vez que trouxe orientações sobre assuntos repletos de tabus, dos quais os adolescentes tinham muitas dúvidas. Foi notável que a maioria dos adolescentes tinham dificuldades e/ou pouco conhecimento a respeito de como usar os métodos contraceptivos, além de estarem rodeados de crenças errôneas.

Isso mostra que a população adolescente tem necessidades em saúde sexual e reprodutiva diferenciadas em relação à população em geral, devido a fatores específicos da idade, sendo necessário que os profissionais de saúde busquem alternativas que abordem adequadamente o assunto, formando vínculo para conversar e dirimir dúvidas⁷.

A exploração do tema sobre substâncias psicoativas foi muito relevante, tendo em vista

a exposição precoce de muitos desses jovens a esse problema. Portanto, dialogar sobre esse assunto é uma estratégia primordial para prevenção do uso de drogas na adolescência, visto que a questão do uso dessas substâncias constitui problemática de saúde pública, atingindo o indivíduo nos aspectos biopsicossociais e resultando em grandes impactos na família e sociedade².

Trabalhar cultura de paz e violência com os adolescentes também foi de suma importância diante da vulnerabilidade a esse problema na comunidade em que vivem. Com isso, desencadeou-se nos jovens o papel de agentes disseminadores da paz e harmonia entre as pessoas.

A discussão sobre alimentação saudável teve grande relevância, visto que os hábitos alimentares adotados na adolescência têm, cada vez, mais sido constituídos pelo consumo excessivo de bebidas açucaradas, alimentos processados, ricos em gorduras saturadas e sódio, assim como baixa ingestão de frutas e legumes¹³. Compreender a importância da dieta saudável para qualidade de vida adequada e prevenção de doenças crônicas não transmissíveis, como a Hipertensão Arterial Sistêmica (HAS) e o Diabetes Mellitus (DM), é imprescindível ao adolescente, tendo em vista que os hábitos alimentares refletirão nas condições de saúde quando se tornarem adultos.

A intervenção sobre atividade física, desenvolvida com o auxílio de acadêmico de

educação física que foi convidado para essa atividade, também teve destaque, pois trouxe aos jovens compreensão a respeito da importância de se exercitar, como forma de prevenir doenças, diminuir o estresse e melhorar a qualidade de vida. Neste sentido, a prática de atividade física na adolescência traz benefícios imediatos, como prevenção dos riscos cardiovasculares e metabólicos, além de aumentar a chance de os adolescentes terem vida adulta mais ativa, sendo fundamental o estímulo a essa prática¹⁴.

Ressalta-se a importância da oficina sobre cuidados pessoais e higiene, que contribuiu para estimular os adolescentes ao autocuidado, considerando-se que essa atividade de vida é rodeada de questões complexas, uma vez que é influenciada pelos padrões culturais e pela sexualidade, fatores inerentemente ligados à saúde e ao bem-estar de adolescentes¹⁵.

Em meio a essas questões discutidas, insere-se o papel da família de cuidar e educar, sendo, portanto, fundamental o fortalecimento dos vínculos entre esta e os adolescentes¹⁶. Quanto à amizade, esta é uma maneira de interação e integração, sendo o relacionamento com os amigos uma forma de compartilhar interesses, conselhos, preocupações, gostos e até características em comum¹⁷. Através do debate sobre esses assuntos, os adolescentes puderam compreender que tanto as relações familiares como as amizades são fatores que influenciam a vida, cabendo aos mesmos fazerem a melhor escolha.

No décimo primeiro encontro, desenvolveram-se consultas de enfermagem com os adolescentes, em espaço reservado, com a supervisão da professora coordenadora do módulo Puberdade e Adolescência. A atividade teve como objetivo proporcionar aos acadêmicos vivência prática na consulta de enfermagem ao adolescente, como também de avaliar as condições de saúde destes e possibilitar as prestações de orientações, por meio de consulta individual, na qual foram avaliadas percepções de saúde, aspectos nutricionais, situação vacinal, atividade e repouso, autopercepção, relacionamentos e participação social, sexualidade e reprodução, enfrentamento e tolerância ao estresse, segurança, proteção e conforto.

Além disso, realizou-se exame físico geral, no qual se procederam à avaliação dos sinais vitais, às medidas antropométricas e ao exame da cabeça e pescoço, do tórax e abdome, dos membros inferiores e superiores. A partir dos achados da consulta, repassaram-se orientações ao adolescente a respeito de comportamentos de risco e práticas de autocuidado.

Salienta-se, também, a importância dos profissionais da Estação da Juventude, que colaboraram significativamente para condução das ações extensionistas, fornecendo materiais e espaço onde as atividades foram conduzidas, além de possibilitar a divulgação das atividades e maior participação e adesão do público.

Desse modo, essas experiências com os adolescentes favoreceram aos acadêmicos

aquisição e aprimoramento de conhecimentos, habilidades e competências, como trabalho em equipe, relacionamento interpessoal, comunicação, liderança, humanização, trabalho com grupos e desenvolvimento de tecnologias em saúde. Também contribuíram com práticas pedagógicas inovadoras na graduação em Enfermagem, articulando competências acadêmicas com o compromisso social, ao inserir os estudantes na comunidade, oportunizando vivenciar com o público questões pessoais e sociais que permeiam o contexto no qual estão inseridos.

Considerações finais

As atividades extensionistas, propostas pelos módulos PIEPE I e Puberdade e Adolescência, permitiram aos acadêmicos desenvolver a criatividade e habilidades comunicacionais para abordar o adolescente, descobrindo novos eixos de atuação para profissão. Além do mais, pôde-se perceber, por meio da extensão, o quanto a assistência de enfermagem aos adolescentes é importante para prevenção e proteção da saúde, visto que ainda há fragilidades no desenvolvimento dessas ações em meio ao Sistema Único de Saúde, principalmente no âmbito da Estratégia Saúde da Família.

As ações educativas permitiram a troca de experiências, valores e saberes com adolescentes, motivando reflexão sobre os fatores de risco à saúde, estimulando-os a adotar práticas saudáveis e a tomar decisões de

forma consciente e segura. Promoveu-se a educação em saúde, sobretudo, fomentou-se o interesse de adolescentes para o autocuidado e, principalmente, serem protagonistas das próprias trajetórias de vida e agentes de mudanças sociais.

O ensino integrado à extensão foi essencial para associar a teoria vista em sala e a prática, durante as ações no território. O uso da criatividade, por meio de metodologia ativa, dinâmica e atrativa, associado à linguagem acessível, mostrou-se ótima estratégia para favorecer o desenvolvimento das ações educativas e criação de vínculo maior com o público.

Portanto, essas ferramentas devem ser utilizadas pelos enfermeiros e demais profissionais, buscando envolver a equipe multiprofissional, nas práticas de promoção e prevenção da saúde, oportunizando olhar holístico ao adolescente e privilegiando conforto, autonomia e segurança.

As principais dificuldades enfrentadas no desenvolvimento das práticas de extensão foram a distância até a Estação da Juventude, o não engajamento de alguns adolescentes, o pouco espaço da sala onde foram realizadas as intervenções e o desconforto decorrente do calor desse ambiente. Como limitações do estudo, aponta-se o pouco tempo para realização das atividades propostas e rompimento do vínculo com adolescentes após período de realização destas.

Diante do exposto, aponta-se a necessidade de se desenvolver novos estudos voltados à promoção da saúde do adolescente, tendo em vista as dificuldades enfrentadas para prestação desse cuidado, e a urgência de ampliá-lo na Atenção Básica, em especial na

Estratégia Saúde da Família. Neste sentido, propõem-se estudos que tratem das intervenções de educação em saúde, em abordagem multiprofissional, fomentando atenção integral e interprofissional a adolescentes.

Referências

1. Neves KC, Teixeira MLO, Ferreira MA. Fatores e motivação para o consumo de bebidas alcoólicas na adolescência. Esc. Anna Nery [Internet]. 2015. [citado 2019 mar 15]; 19(2): 286-291. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141481452015000200286&lng=en&nrm=iso
2. Tavares MLO, Reinaldo AMS, Villa EA, Henriques BD, Pereira MO. Perfil dos adolescentes e vulnerabilidade ao uso de álcool e outras drogas. Revista de Enfermagem [UFPE on line] out. 2017. [citado 2019 mar 15] 10(11):3906-12. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/22571/24345>.
3. Raizel R, Silva VG, Godois AM, Espinosa MM, Machado AD, Duarte SJH, et al. Comportamentos de risco à saúde de adolescentes e atividades educativas da Estratégia Saúde da Família em Cuiabá, Mato Grosso, 2011. Epidemiol. Serv. Saude [Internet]. Jun. 2016 [citado em 2019 mar 15]; 25(2):291-9. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2237-96222016000200291&lng=en&nrm=iso
4. Lin W-T, Lee C-Y, Tsai S, Huang H-L, Wu P-W, Chin Y-T, et al. Clustering of Metabolic Risk Components and Associated Lifestyle Factors: A Nationwide Adolescent Study in Taiwan. Nutrients. [Internet] 2019. [Citado 2019 abr 05]; 11(3):584. Disponível em: <https://www.mdpi.com/2072-6643/11/3/584>.
5. Sasaki RSA, Leles CR, Malta DC, Sardinha LMV, Freire MCM. Prevalência de relação sexual e fatores associados em adolescentes escolares de Goiânia, Goiás, Brasil. Ciênc. saúde coletiva, [Internet]. 2015. [citado 2019 Abr 05]; 20(1): 95-104. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232015000100095&lng=en&nrm=iso.
6. Mewton L, Champion K, Kay-Lambking F, Suderland M, Thornton L, Teesson M. Lifestyle risk indices in adolescence and their relationships to adolescent disease burden: findings from an Australian national survey. BCM Public Health. [Internet]. 2019. [Citado 2019 abr 06]; 19(1):60. Disponível em: <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-019-6396-y>
7. Taquette SR, Monteiro DLM, Rodrigues NCP, Rozemberg R, Menezes DCS, Rodrigues AO, et al. Saúde sexual e reprodutiva para a população adolescente, Rio de Janeiro, Brasil. Ciência & Saúde Coletiv. [Internet]. 2017. [citado 2019 abr 06]; 22(6):1923-32. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232017002601923&lng=en&nrm=iso.
8. Santos CC, Alves CN, Barreto CN, Wilhelm LA, Cremonese L, Ressel LB. Vivenciando oficinas lúdico-pedagógicas: uma nova experiência de pensar e fazer a enfermagem com adolescentes. Adolesc Saude. [Internet]; 2014. [Citado 2019 mar 15] 11(1):63-7. Disponível em: http://www.adolescenciaesaude.com/detalhe_artigo.asp?id=438.
9. Soares AN, Silveira APO, Silveira BV, Vieira JS, Souza LCBA, Alexandre LR, et al. O diário de campo utilizado como estratégia de ensino e instrumento de análise do trabalho da enfermagem. Rev. Eletr. Enf. [Internet]. 2010. [citado em 2019 set 24] 13(4):665-70. Disponível em: http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1518-19442011000400010&lng=pt&nrm=iso.
10. Brasil. Ministério da Saúde. Resolução nº 466, de 12 de dezembro de 2012. Diário Oficial [da União]. Brasília, 12 de dezembro de 2012.

- ¹¹. Urpí-Fernández A-M., Zabaleta-Del-Omo E, Romás-Sábado J, Tombo-Lizalde E, Roldón-Merino J-F. Adaptación y validación de un cuestionario para evaluar las prácticas de autocuidado en población infantil sana residente en España. *Aten Primaria*. [Internet]. 2019. [citado 2019 abr 06] Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0212656718303056>.
- ¹². Willhelm AR, Andretta I, Ungaretti MS. Importância das técnicas de relaxamento na terapia cognitiva para ansiedade. *Contextos Clínicos*. [Internet]. 2015. [citado 2019 mar 15] 8(1):79-86. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-34822015000100009
- ¹³. Rodrigues PRM, Gonçalves-Silva RMV, Ferreira MC, Perreira RA. Viabilidade do uso de pergunta simplificada na avaliação da qualidade da dieta de adolescentes. *Ciência & Saúde Coletiva* [online]. [Internet] 2017. [Citado 2019 abr 06] 22(5):1565-78. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-81232017002501565&script=sci_abstract&tlng=pt.
- ¹⁴. Cureau FV, Silva TLN, Bloch KV, Fujimore E, Belfot DR, CarvalhoKMB, et al. Erica: inatividade física no lazer em adolescentes brasileiros. *Rev Saúde Pública*. [Internet] 2016. [Citado 2019 abr 07]; 50(supl1):4s. Disponível em: http://www.scielo.br/pdf/rsp/v50s1/pt_0034-8910-rsp-S01518-87872016050006683.pdf
- ¹⁵. Beserra EP, Sousa LB, Alves MDS, Gubert FA. Percepção de adolescentes acerca da atividade de vida cuidar da higiene pessoal e se vestir. *Rev enferm UFPE on line*. [Internet] 2016. [Citado 2019 abr 06]; 10(Supl.5):4311-7. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/download/11178/12719>
- ¹⁶. Barreto MJ, Rabelo AA. A família e o papel desafiador dos pais de adolescentes na contemporaneidade. *Pensando fam*. [Internet]. 2015. [citado 2019 abr 06]; 19(2):34-42. Disponível em: <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=778186&indexSearch=ID>
- ¹⁷. Desousa DA, Cerqueira-Santos E. Relacionamentos de amizade íntima entre jovens adultos. *Paidéia (Ribeirão Preto)*. [Internet] 2012. [Citado 2019 abr 06]; 22(53):325-33. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-863X2012000300004&lng=ver&nrm=iso.

Quadro 1. Resumos das atividades realizadas com os adolescentes na Estação Juventude, Sobral-CE, 2019.

AÇÕES	TEMAS	MESES	OBJETIVOS	METODOLOGIA
1	Projeto de vida	Março	Despertar o interesse para refletir sobre projetos de vida promissores.	Jogo representando os caminhos da vida, fazendo projeção de quais objetivos os adolescentes desejam alcançar no período de 2, 5 e 10 anos.
2	Métodos contraceptivos	Março	Aprender sobre os métodos contraceptivos. Discutir a prevenção de IST e gravidez precoce.	Explicação de imagens e associação destas com os respectivos nomes dos métodos. Explicação sobre os métodos contraceptivos e IST.
3	Substâncias psicoativas	Março	Proporcionar a prevenção do uso de substâncias psicoativas.	Uso de placas com imagens representando as principais drogas e explicação dos feitos e das consequências destas.
4	Saúde Mental	Março	Promover momento de relaxamento e reflexões a respeito da saúde mental.	Técnica de relaxamento progressivo de Jacobson.
5	Cultura de paz	Março	Estimular a vontade de reconhecer a vida, respeitando as diferenças de cada um por meio da cultura de paz.	Construção de colcha de retalho a partir das projeções em desenhos feitos pelos adolescentes a respeito da não violência e da cultura de paz.
6	Violência	Março	Informar, dialogar e conscientizar sobre os tipos de violência mais comuns.	Encenação teatral feita pelos adolescentes, por meio da interpretação de exemplos ficcionais de violência.
7	Amizade e Família	Abril	Fortalecer os laços de amizades e familiares.	Roda de conversa sobre a importância da amizade e da família na adolescência.
8	Alimentação Saudável	Abril	Orientar a respeito da importância da alimentação saudável.	Aplicação de tecnologia leve dura, denominada pirâmide alimentar.
9	Suicídio	Abril	Desenvolver ação de prevenção ao suicídio. Discutir sobre os problemas pessoais e refletir que o suicídio não é a última opção.	Aplicação de tecnologia leve dura, denominada de <i>Árvore dos problemas- árvore das soluções</i> , na qual os adolescentes escrevem um problema pessoal e uma solução para problema de um dos colegas.
10	Esporte e Lazer	Abril	Alongamento, relaxamento e dinâmica em grupo.	Alongamento com auxílio de acadêmico de educação física.
11	Consulta de Enfermagem	Abril	Realizar a consulta de enfermagem aos adolescentes.	Aplicação de roteiro semiestruturado para fazer a consulta.
12	Higiene e cuidados pessoais	Abril	Explicar sobre a importância do autocuidado, da higiene corporal e da prevenção de doenças.	Oficina de educação em saúde sobre autocuidado e higiene corporal.

Fonte: Os autores (2019).

Submissão: 18/05/2019

Aceite: 09/09/2019