


# QUALIDADE DE VIDA DE ADOLESCENTES EM SITUAÇÃO DE VULNERABILIDADE SOCIAL - PROJETO DE EXTENSÃO

 <https://doi.org/10.22533/at.ed.7841625190211>

*Data de aceite: 18/03/2025*

### **Lo Ruanda Dal Rovere**

Faculdade de Ciências Médicas de São José dos Campos - Humanitas  
São José dos Campos

### **Suzy Anne Book Vieira**

Faculdade de Ciências Médicas de São José dos Campos - Humanitas  
São José dos Campos

**RESUMO:** O presente estudo objetivou levar informações às crianças e aos adolescentes entre a faixa etária de 10 a 14 anos, de uma instituição sem fins lucrativos em um município do interior do estado de São Paulo, sobre temas solicitados pela direção da instituição, tais como cuidados higiênicos com o corpo e saúde de um modo geral. Logo, foram debatidos a importância da higiene íntima feminina e menstruação e, também, técnicas de relaxamento e saúde mental. Para isso, foram realizadas aulas expositivas aos adolescentes e jovens da instituição, que evidenciaram a importância dessas temáticas. Constatou-se que esses indivíduos apresentavam diversas dúvidas sobre os assuntos. Influidos que a exposição sobre essas questões e o debate gerado a partir disso, foram primordiais para agregar

conhecimento em saúde na vida do grupo de interesse.

**PALAVRAS-CHAVE:** Qualidade de vida, adolescentes e vulnerabilidades social.

## **LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

OMS - Organização Mundial da Saúde  
UNESCO - Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura  
UNICEF - Fundo das Nações Unidas para a Infância  
FCMSJC - Faculdade de Ciências Médicas de São José dos Campos  
ECA – Estatuto da Criança e do Adolescente  
FCMSJC – Faculdade de Ciências Médicas de São José dos Campos  
RAS – Rede de Atenção em Saúde

## **1 | INTRODUÇÃO**

Segundo o Fundo das Nações Unidas para a Infância (UNICEF), em 2023, o Brasil apresentou 32 milhões de crianças que vivem em estado de vulnerabilidade social, em que fatores como renda familiar, educação, trabalho infantil, saneamento

básico e informação são insuficientes e causam agravos para a qualidade de vida dessa população.

Esse estado de suscetibilidade multidimensional não é determinado, unicamente, pela renda, tornando-se um estado de alerta para as instituições governamentais, de saúde e educacionais, dado que o ambiente escolar amplifica a fragilidade que esses adolescentes vivenciam diariamente.

Brito e Rocha (2019) afirmam em sua pesquisa que muitos adolescentes desconhecem quais são seus direitos como cidadãos e, tampouco, como os seus hábitos afetam sua saúde. Nota-se passível de saber desses adolescentes quanto aos fatores determinantes sociais de saúde, os quais inferem que as condições de vida de um indivíduo dependem de sua educação, habitação, serviços sociais de saúde, água e esgoto, saúde mental e física e demais condições socioeconômicas, culturais e ambientais gerais.

Segundo o Estatuto da Criança e do Adolescente, no capítulo 1º do artigo sétimo “A criança e o adolescente têm direito à proteção, à vida e à saúde, mediante a efetivação de políticas sociais públicas que permitam o nascimento e o desenvolvimento sadio e harmonioso, em condições dignas de existência”, evidenciando que trabalhos nestas áreas devem ser divulgados de forma ampliada e efetiva.

Tem-se que o conceito de saúde definido pela Organização Mundial de Saúde (OMS), em 1947, “é um estado de completo bem-estar físico, mental e social e não apenas a ausência de doença”. Diante disso, para Agathão BT et al. (2018) a qualidade de vida está relacionada com a construção de uma abordagem multidimensional e subjetiva, a qual inclui, também, aspectos físicos, sociais, psicológicos e funcionais do indivíduo, sendo esta última, relacionada com a capacidade do indivíduo em realizar ações cotidianas, bem como a integração com o meio ambiente.

A Faculdade de Ciências Médicas de São José dos Campos (FCMSJC) possui, em sua grade curricular, a disciplina designada Programa Integrador, que tem como objetivo a aproximação dos estudantes aos recursos e equipamentos de saúde ofertados pelo SUS na atenção primária. Esses equipamentos são lugares de convivência coletiva que acolhem e propiciam a realização dessas ações desenvolvidas pelos acadêmicos de medicina, em conjunto com a Rede de Atenção em Saúde (RAS) e a comunidade assistida, corroborando para o desenvolvimento de atividades pelos alunos. Essas práticas atingem todos os ciclos de vida, como crianças e adolescentes, nas ações de ensino, pesquisa e extensão em saúde.

Dentre os equipamentos de atenção aos jovens e adolescentes, o município possui uma unidade específica, que atende as solicitações da UNICEF e da OMS, onde os alunos da FCMSJC desenvolvem projetos de ensino, pesquisa e extensão, com o objetivo de agregar conhecimentos que favorecem a qualidade de vida, socialização e englobam os aspectos multidimensionais citados na literatura.

Diante dos fatos supracitados, este trabalho tem como proposta evidenciar a contribuição dos estudantes de medicina na saúde dos adolescentes e jovens, por meio de ferramentas que proporcionam conhecimento e informação, incentivando positivamente seu autocuidado e de sua família e comunidade.

## 2 | JUSTIFICATIVA

Considera-se beneficiar os adolescentes e os jovens entre a faixa etária de 10 a 14 anos que frequentam essa entidade social, por meio da conscientização sobre aspectos físicos e psicológicos que agregam sua qualidade de vida, o que pode vir a refletir, futuramente, em suas famílias e comunidade.

## 3 | OBJETIVO GERAL

Levar informações às crianças e aos adolescentes que participam da entidade em que o projeto de extensão foi realizado, ou seja, uma instituição sem fins lucrativos, que faz parte da rede de atenção em saúde, em um município do interior do estado de São Paulo. Essa instituição possui a intenção de contribuir na vida desses menores com base nos quatro pilares propostos pela Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (Unesco): aprender a ser, aprender a conviver, aprender a conhecer e aprender a fazer.

### 3.1 Objetivos específicos

- 1) Transmitir informações básicas sobre higiene íntima e sobre saúde mental;
- 2) Cumprir com a prerrogativa da assistência ao adolescente e criança sobre o direito que as mulheres que menstruam possuem em relação à dignidade menstrual, como o acesso aos produtos e às condições de higiene adequadas;
- 3) Cumprir com a orientação do capítulo V do Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), Seção I, “Art. 60. A atenção integral à saúde do adolescente no Sistema de Atendimento Socioeducativo seguirá as seguintes diretrizes:

III - cuidados especiais em saúde mental, incluindo os relacionados ao uso de álcool e outras substâncias psicoativas, e atenção aos adolescentes com deficiências”.

## 4 | METODOLOGIA

O presente estudo tem como forma de levantamento de dados a observação direta das atividades realizadas. Esse método consiste em observação direta intensiva, em que a observação é a principal técnica utilizada, uma vez que, através dela, utilizam-se os sentidos para se obter os aspectos da realidade. Com isso, deve-se examinar os fatos e

os fenômenos observados nas palestras expositivas que foram realizadas. Nelas, foram utilizados cartazes, apresentações, slides e aulas interativas, com a presença de materiais que ajudaram na didática e dinâmica do processo.

Além disso, utilizou-se o método monográfico, ou estudo de caso, criado por Le Play, em 1830. Realizou-se uma revisão de literatura sobre o método apresentado e inferiu-se que um caso estudado com profundidade pode representar muitos outros semelhantes, após a análise detalhada do que foi observado.

#### 4.1 Público-alvo

Jovens e adolescentes entre a faixa etária de 10 a 14 anos de uma instituição sem fins lucrativos, de uma cidade do interior do estado de São Paulo, cuja finalidade é atender crianças, adolescentes e jovens em situação de vulnerabilidade e/ ou risco social.

### 5 | RESULTADOS E DISCUSSÃO

Após a realização das ações, pelas estudantes de medicina da FCMSJC - Humanitas, notou-se que em ambos os casos houve significativa participação dos jovens e dos adolescentes. Dentre essas ações incluem-se aulas expositivas sobre temáticas relacionadas à higiene íntima e preocupações e cuidados com a saúde mental e física desses jovens.

A aula expositiva sobre saúde íntima feminina e menstruação contou com a participação apenas de pessoas do sexo biológico feminino. Essas jovens e adolescentes se mostraram interessadas e participativas com o tema da menstruação, uma vez que tiraram suas dúvidas sobre a menarca, o período menstrual e os anos férteis da mulher. Além disso, foram ensinadas a manusear e utilizar os absorventes corretamente, assim como o descarte ideal destes. Muitos temas sobre a higiene íntima também foram abordados, como na figura que se segue:



Imagem 1. Slides elaborados pelas estudantes da FCMSJC para tratar-se o tema higiene íntima feminina.

Sobre a apresentação em relação à saúde mental, foram apresentadas aulas expositivas que esclareceram sobre as técnicas de relaxamento corporal e mental, como alongamento e respiração profunda na inspiração e na expiração, na qual foram instruídos a realizar a técnica de forma lenta, com os olhos fechados e imaginando momentos felizes. Nessa aula, percebeu-se que muitos desses jovens são carentes de cuidado mental, dado que compartilharam situações de suas relações familiares e mostraram-se interessados sobre o assunto. Na aula, foram indicadas algumas técnicas, por meio de cartazes, que ajudariam esses jovens no controle de situações de estresse, como a importância da respiração, do tempo de qualidade e do lazer. Além disso, foi-se trabalhado muito a autoestima desses indivíduos, visto que, por serem vulneráveis socialmente, enfrentam dificuldades que impactam diretamente na confiança de seus próprios valores.

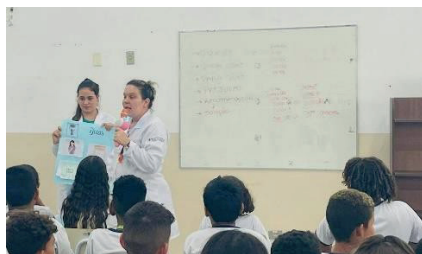


Imagem 2. Alunas apresentando a aula expositiva sobre as técnicas de relaxamento e saúde mental.

## 6 | CONCLUSÃO

Os resultados permitiram observar a importância de se tratar assuntos relevantes para a idade. Nota-se que abordagem dos temas expostos revelam uma acentuada fragilidade de conhecimento e compreensão de como manter a higiene íntima e uma grande carência afetiva e emocional desses jovens e adolescentes. As estudantes de medicina da FCMSJC propiciaram momentos de interação e conhecimento ao grupo atendido.

Conclui-se que poder contribuir com as dificuldades dessa população por meio do acolhimento, da escuta e das atividades em grupo, evidencia o quanto a medicina vai além da ausência da doença, buscando um estado completo de bem-estar do adolescente.

Notou-se que os objetivos específicos foram alcançados e o programa integrador, por meio das alunas de medicina, agregaram muito para com a comunidade, no sentido de esclarecimento, cumprimento da UNICEF e do ECA, para a manutenção da saúde biopsicosocioambiental.

Essa experiência motivou as pesquisadoras a manterem periodicidade do projeto que amplia, de uma forma integral, a qualidade de vida por meio de outros temas de necessidade desta população.

## 71 CRONOGRAMA

DATA	ATIVIDADE	CARGA HORÁRIA
01/03/2023	Reunião com a gestora da unidade a ser desenvolvido o projeto de extensão;	2 horas
03/03/2023	Planejamento e discussão sobre os temas pelas alunas e orientadora;	2 horas
06/03/2023	Planejamento e discussão sobre os temas pelas alunas e orientadora;	2 horas
08/03/2023	Aula expositiva aos jovens e adolescentes sobre os temas: Higiene Íntima Feminina e Menstruação;	4 horas
29/03/2023	Aula expositiva aos jovens e adolescentes sobre o tema: Técnicas de Relaxamento e Saúde Mental;	4 horas
17/08/2023	Primeira reunião técnica para a elaboração do projeto de extensão de acordo com as normas da faculdade;	2 horas
09/09/2023	Reunião técnica entre as pesquisadoras;	2 horas
09/11/2023	Reunião técnica de avaliação do artigo com a professora orientadora;	2 horas
10/11/2023	Reunião técnica entre as pesquisadoras;	2 horas
19/02/2024	Reunião técnica de avaliação de finalização do projeto de extensão na modalidade de artigo com a orientadora;	2 horas
23/04/2024	Reunião técnica entre as pesquisadoras;	2 horas
30/04/2024	Reunião de finalização do projeto.	2 horas

## 81 ORÇAMENTO

As pesquisadoras ficarão responsáveis pelos valores de deslocamento entre a instituição- residência, residência- instituição, que consistirá em combustível para o automóvel de propriedade das mesmas.

### Responsabilidade das Pesquisadoras:

Especificação do Material	Valor
Cartazes	R\$ 2,00
Combustível	R\$ 300,00
Impressão	R\$ 10,00
Materiais Adicionais	R\$ 50,00
	Total R\$ 362,00

## REFERÊNCIAS

1. Soares AHR, Martins AJ, Lopes M da CB, Britto JAA de, Oliveira CQ de, Moreira MCN. Qualidade de vida de crianças e adolescentes: uma revisão bibliográfica. *Ciência & Saúde Coletiva*. [Internet]. 2011 [cited 2023 Aug 18];16(7):3197–206. Available from: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232011000800019>.
2. Gaspar T, Matos MG de, Ribeiro JLP, Leal I. Qualidade de vida e bem-estar em crianças e adolescentes. *Revista Brasileira de Terapias Cognitivas*[Internet]. 2006 [cited 2023 Aug 18]; 2(2):47–60. Available from: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-56872006000200005](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872006000200005).
3. Brito U da S, Braga Rocha EM. Percepção de jovens e adolescentes sobre saúde e qualidade de vida. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde* [Internet]. 2019 [cited 2023 Sep 23];32:1–11. Available from: <https://doi.org/10.5020/18061230.2019.8933>.
4. Há 32 milhões de crianças e adolescentes na pobreza no Brasil, alerta UNICEF [Internet]. [www.unicef.org](http://www.unicef.org). [cited 2023 Aug 30]. Available from: <https://www.unicef.org/brazil/comunicados-de-imprensa/ha-32-milhoes-de-criancas-e-adolescentes-na-pobreza-no-brasil-alerta-unicef#:~:text=A%20elas%20se%20somam%20a>.
5. Messias Bolsonaro J, Hamilton A, Mourão M, Rodrigues Britto C, Barbosa De Alvarenga T, Ramos F, et al. Estatuto da Criança e do Adolescente. [Internet]. Brasília, 2022. [cited 2023 Nov 4]. Available from: <https://www.gov.br/mdh/pt-br/navegue-por-temas/crianca-e-adolescente/publicacoes/eca-2023.pdf>
6. Marconi MA, Lakatos EV. *Fundamentos de Metodologia Científica*. 8ed. São Paulo: Atlas; 2019. 219 p.
7. Ferraz R, Leal L, Coscioni V, Pierazzo J, Rodrigues O. *Revista Brasileira de Orientação Profissional*. [Internet]. 2023 [cited 2023 Nov 4]; 24(1):29–41. Available from: <https://abraopc.org.br/site2022/wp-content/uploads/2023/08/a04v24n1-1.pdf>