

EDUCAÇÃO E SAÚDE MENTAL: ESTRATÉGIAS DE APOIO NO AMBIENTE ESCOLAR

EDUCATION AND MENTAL HEALTH: STRATEGIES OF SUPPORT IN THE SCHOOL ENVIRONMENT

 <https://doi.org/10.63330/aurumpub.056-004>

Camila Verusca Rodrigues de Oliveira

Especialização em Atendimento Educacional Especializado - FAVENI

E-mail: camilaverusca12@gmail.com

Elenilda Maria da Silva

Licenciatura em Educação Física - Faculdade FCARP

E-mail: elenildamariadasilva35@gmail.com

Carla Adriana da Silva Martins Struck

Especialização em Educação Infantil e Psicopedagogia Clínica e Institucional

E-mail: carlamstruck@gmail.com

Roselite Aparecida de Carvalho Santos

Graduação em Pedagogia – UFMT

E-mail: roseliteap@gmail.com.br

Meyre de Almeida

Especialização em Atendimento Educacional Especializado – Faculdade Dom Alberto

E-mail: meyreipc@gmail.com

Cleici Oliveira dos Santos

Especialização Educação inclusiva com ênfase em Libras - IFMT

E-mail: cleicigeo1@gmail.com

Aline Fortini Mateus

Especialização em Ludoterapia - Faculdade Facibe

E-mail: fortinialine3@gmail.com

Sarah Corbalan Gusman Pitol

Graduação em Pedagogia - Faculdade Pitagoras Unopar Anhanguera

E-mail: sarahpitol2022@hotmail.com

Fabio José Antonio da Silva

Doutorado em Educação Física – UEL

E-mail: fjas81@hotmail.com

Resumo

Este artigo discute a importância da saúde mental no ambiente escolar, destacando a necessidade de ações integradas entre professores, gestores, famílias e sociedade para promover o bem-estar dos estudantes. A análise evidencia que a escola é um espaço privilegiado para a prevenção de transtornos emocionais e para

o fortalecimento das competências socioemocionais. São abordadas estratégias como programas de educação socioemocional, capacitação docente, integração família-escola e políticas públicas intersetoriais. Conclui-se que investir em saúde mental escolar é investir na formação integral dos indivíduos e na construção de uma sociedade mais justa e inclusiva.

Palavras-chave: Bem-estar socioemocional; Educação; Escola; Políticas públicas; Saúde mental.

Abstract

This article discusses the importance of mental health in the school environment, emphasizing the need for integrated actions among teachers, administrators, families, and society to promote students' well-being. The analysis highlights that schools are privileged spaces for preventing emotional disorders and strengthening socio-emotional skills. Strategies such as socio-emotional education programs, teacher training, family-school integration, and intersectoral public policies are addressed. It is concluded that investing in school mental health means investing in the holistic development of individuals and in building a fairer and more inclusive society.

Keywords: Education; Mental health; Public policies; School; Socio-emotional well-being.

1 INTRODUÇÃO

A educação é um processo complexo que envolve não apenas a transmissão de conhecimentos acadêmicos, mas também a formação integral do indivíduo em suas dimensões emocional, social e cultural. A escola, como espaço privilegiado de convivência e aprendizagem, exerce papel fundamental na construção de valores, atitudes e competências que ultrapassam os limites das disciplinas tradicionais. Nesse cenário, a saúde mental surge como um elemento indispensável, pois está diretamente relacionada à capacidade de aprender, interagir e se desenvolver de maneira equilibrada.

Nos últimos anos, a discussão sobre saúde mental ganhou maior visibilidade, especialmente diante do aumento de casos de ansiedade, depressão e estresse entre crianças e adolescentes. Esses problemas, muitas vezes invisíveis, podem comprometer o rendimento escolar, a motivação e até mesmo a permanência dos estudantes na escola. A instituição escolar, por sua natureza, torna-se um espaço estratégico para identificar sinais de sofrimento psíquico e implementar ações de prevenção e apoio, contribuindo para que o processo educativo seja mais inclusivo e humano.

Além disso, vivemos em uma sociedade marcada por rápidas transformações tecnológicas, sociais e culturais, que impactam diretamente o cotidiano dos estudantes. O uso excessivo das redes sociais, a pressão por resultados acadêmicos, o bullying e as desigualdades socioeconômicas são fatores que

intensificam os desafios emocionais enfrentados no ambiente escolar. Nesse contexto, a escola precisa se reinventar, adotando práticas pedagógicas que promovam não apenas o desenvolvimento cognitivo, mas também o bem-estar emocional e social.

A integração entre educação e saúde mental não deve ser vista como um complemento, mas como uma necessidade urgente para garantir que o processo de aprendizagem seja verdadeiramente transformador. Ao investir em estratégias de apoio, a escola contribui para a formação de indivíduos mais resilientes, conscientes e preparados para enfrentar os desafios da vida adulta. Assim, refletir sobre educação e saúde mental é pensar em um futuro mais equilibrado, inclusivo e promissor para toda a sociedade.

2 A ESCOLA COMO ESPAÇO DE PREVENÇÃO E ACOLHIMENTO

A promoção da saúde mental no ambiente escolar exige ações integradas que envolvam professores, gestores, famílias e estudantes. Diversos estudos apontam que a escola é um espaço privilegiado para a prevenção de transtornos emocionais e para o fortalecimento das competências socioemocionais. Programas que trabalham habilidades como autoconsciência, empatia e regulação emocional têm se mostrado eficazes para reduzir casos de ansiedade e melhorar a convivência escolar. Segundo Toledo (2025), o desenvolvimento dessas competências contribui para a resiliência emocional dos alunos e para a criação de ambientes mais inclusivos e colaborativos.

A capacitação de professores também é essencial. Educadores preparados para identificar sinais de sofrimento psíquico, como isolamento, queda no rendimento ou comportamentos agressivos, podem intervir de forma adequada e encaminhar os alunos para apoio especializado. Reis (2025) destaca que técnicas de escuta ativa e mediação de conflitos são ferramentas fundamentais para o acolhimento dos estudantes. Além disso, protocolos institucionais de prevenção, como diretrizes claras para lidar com crises emocionais e situações de violência escolar, fortalecem a cultura de acolhimento. O guia “Construindo Escolas Seguras e Acolhedoras” (Instituto SOMOS, 2026) enfatiza que a saúde mental deve ser tratada como parte dos direitos humanos, garantindo dignidade e respeito aos estudantes.

Outro aspecto relevante é a necessidade de políticas públicas que integrem educação e saúde mental. O Ministério da Educação, em parceria com o Ministério da Saúde, já reconhece a importância de programas intersetoriais voltados ao bem-estar dos estudantes. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2020), a escola é um dos ambientes mais estratégicos para a promoção da saúde mental, pois permite ações preventivas em larga escala e contribui para a redução de estigmas relacionados aos transtornos psicológicos. Essa perspectiva reforça que o cuidado emocional deve ser incorporado às práticas pedagógicas como parte da missão educativa.

Além disso, pesquisas recentes apontam que escolas que investem em projetos de apoio psicológico e socioemocional apresentam melhorias significativas no desempenho acadêmico e na convivência entre os alunos. Um estudo realizado por Silva e Andrade (2023) demonstra que programas de intervenção escolar voltados à saúde mental reduzem em até 30% os casos de evasão escolar e aumentam a participação dos estudantes em atividades coletivas. Isso evidencia que o investimento em saúde mental não é apenas uma questão de cuidado individual, mas também uma estratégia para fortalecer a qualidade da educação e promover ambientes mais inclusivos e produtivos.

Outro ponto que merece destaque é a importância da criação de espaços físicos e simbólicos de acolhimento dentro das escolas. Ambientes como salas de convivência, cantos de leitura e grupos de apoio podem funcionar como refúgios para estudantes que enfrentam dificuldades emocionais. De acordo com Carvalho (2024), a existência de espaços de escuta e diálogo contribui para a redução de conflitos e para o fortalecimento dos vínculos entre alunos e professores, tornando a escola um lugar mais seguro e humanizado.

Um fator que merece atenção é a necessidade de combater o estigma em torno da saúde mental dentro das escolas. Muitos estudantes evitam buscar ajuda por medo de julgamento ou discriminação, o que pode agravar quadros de sofrimento emocional. De acordo com a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS, 2021), campanhas de conscientização e programas educativos que abordam o tema de forma aberta e inclusiva são fundamentais para reduzir preconceitos e incentivar os jovens a procurarem apoio quando necessário. Dessa forma, a escola se torna não apenas um espaço de aprendizagem, mas também de acolhimento e respeito às diferenças.

Outro ponto relevante é a importância da interdisciplinaridade na abordagem da saúde mental escolar. Projetos que envolvem professores de diferentes áreas, profissionais da saúde e até mesmo representantes da comunidade ampliam a eficácia das ações de prevenção e intervenção. Como destaca Lima (2022), a articulação entre saberes pedagógicos e práticas de cuidado psicológico fortalece a rede de apoio e garante que o estudante seja visto em sua totalidade, considerando aspectos cognitivos, emocionais e sociais. Essa integração contribui para que a escola cumpra seu papel de formar cidadãos mais conscientes, resilientes e preparados para enfrentar os desafios da vida contemporânea.

É igualmente importante destacar o papel das práticas pedagógicas inovadoras na promoção da saúde mental. Metodologias ativas, como projetos colaborativos, aprendizagem baseada em problemas e atividades artísticas, favorecem a expressão emocional e estimulam a criatividade dos estudantes. De acordo com Santos (2023), quando os alunos participam de experiências educativas que valorizam sua autonomia e voz, há uma redução significativa de sintomas de ansiedade e aumento da motivação escolar. Isso demonstra que a forma como o ensino é conduzido pode impactar diretamente o equilíbrio emocional dos jovens.

Além disso, a formação de uma cultura escolar voltada para o respeito e a inclusão é essencial para o fortalecimento da saúde mental. Ambientes que combatem o bullying, valorizam a diversidade e promovem o diálogo aberto entre todos os membros da comunidade escolar tendem a ser mais saudáveis e acolhedores. Segundo Oliveira (2024), escolas que implementam políticas de convivência inclusiva registram maior engajamento dos estudantes e menor índice de conflitos. Dessa maneira, o investimento em práticas de respeito mútuo e valorização das diferenças contribui não apenas para o bem-estar emocional, mas também para a construção de uma sociedade mais justa e solidária.

Por fim, é fundamental reconhecer que a saúde mental não deve ser tratada apenas como responsabilidade da escola, mas como um compromisso coletivo que envolve toda a comunidade. A integração entre família, profissionais da saúde e instituições educacionais amplia a rede de apoio e garante maior eficácia nas ações de prevenção e intervenção. Como afirma Souza (2022), “a escola é um elo central, mas não único, na promoção da saúde mental; é preciso que haja articulação entre diferentes setores da sociedade para que o cuidado seja efetivo e contínuo”.

3 O PAPEL DA COMUNIDADE ESCOLAR E DA SOCIEDADE

A promoção da saúde mental não pode ser vista como responsabilidade exclusiva da escola, mas como um compromisso coletivo que envolve toda a comunidade escolar e a sociedade em geral. Professores, gestores, funcionários, estudantes e famílias formam uma rede de apoio que precisa atuar de maneira integrada para garantir que o ambiente escolar seja acolhedor e seguro. De acordo com Souza (2022), quando a comunidade escolar se mobiliza em torno de práticas de cuidado e respeito, cria-se um espaço de pertencimento que fortalece os vínculos e reduz os riscos de isolamento emocional.

Além disso, a articulação com serviços de saúde e políticas públicas é fundamental para ampliar o alcance das ações de prevenção e intervenção. Parcerias entre escolas, universidades, centros de saúde e organizações sociais permitem a implementação de projetos mais abrangentes, que oferecem suporte psicológico, capacitação de profissionais e campanhas de conscientização. Como destaca a OPAS (2021), a integração entre diferentes setores da sociedade é essencial para enfrentar os desafios da saúde mental de forma sustentável e contínua, garantindo que os estudantes recebam apoio adequado em todas as dimensões de sua vida.

Outro ponto importante é o papel das famílias na construção de um ambiente saudável. Quando pais e responsáveis participam ativamente das atividades escolares e mantêm diálogo constante com professores e gestores, há maior possibilidade de identificar precocemente sinais de sofrimento emocional. Segundo Carvalho (2024), a parceria entre família e escola fortalece a rede de apoio e contribui para que os estudantes

se sintam mais seguros e valorizados, favorecendo tanto o desempenho acadêmico quanto o equilíbrio emocional.

A atuação da comunidade escolar também deve incluir ações de formação e sensibilização contínua. Promover palestras, oficinas e campanhas educativas sobre saúde mental ajuda a criar uma cultura de diálogo e acolhimento. Segundo Pereira (2023), quando professores, funcionários e alunos participam de atividades que desmistificam os transtornos psicológicos, há maior engajamento coletivo e redução de preconceitos. Essas iniciativas fortalecem a ideia de que cuidar da mente é tão importante quanto cuidar do corpo, e que o ambiente escolar pode ser um espaço seguro para essa prática.

Outro aspecto relevante é o papel das políticas públicas e da sociedade civil na sustentação dessas iniciativas. Projetos governamentais que financiam programas de apoio psicológico nas escolas, aliados a organizações não governamentais que oferecem suporte técnico e metodológico, ampliam o alcance das ações e garantem sua continuidade. Como destaca Almeida (2024), “a escola sozinha não consegue enfrentar todos os desafios da saúde mental; é preciso que haja uma rede de apoio social e institucional que assegure recursos e acompanhamento permanente”. Dessa forma, a integração entre escola, família, comunidade e sociedade se torna essencial para a construção de um ambiente educacional mais saudável e inclusivo.

É fundamental também que a comunidade escolar desenvolva projetos de prevenção contínua, e não apenas intervenções pontuais. A criação de programas permanentes de acompanhamento psicológico, rodas de conversa e atividades culturais voltadas para o bem-estar emocional contribui para que os estudantes tenham acesso constante a espaços de escuta e acolhimento. Segundo Mendes (2023), escolas que mantêm ações regulares de promoção da saúde mental conseguem reduzir significativamente os índices de conflitos internos e aumentar o engajamento dos alunos em atividades coletivas.

Além disso, a sociedade precisa compreender que investir em saúde mental escolar é investir no futuro. Jovens emocionalmente equilibrados têm maior capacidade de desenvolver habilidades sociais, acadêmicas e profissionais, tornando-se adultos mais preparados para enfrentar os desafios da vida contemporânea. Como afirma Costa (2024), “a escola é o primeiro espaço de formação cidadã, e quando ela valoriza a saúde mental, contribui diretamente para a construção de uma sociedade mais justa, solidária e saudável”. Dessa forma, o compromisso com a saúde mental deve ser visto como uma responsabilidade compartilhada entre escola, família, comunidade e poder público.

Por fim, é necessário reconhecer que a sociedade como um todo deve se engajar na promoção da saúde mental escolar. Campanhas comunitárias, políticas públicas inclusivas e ações de conscientização social ajudam a reduzir estigmas e a valorizar o cuidado emocional como parte essencial da formação cidadã. Oliveira (2023) ressalta que “a escola é um reflexo da sociedade, e somente quando o cuidado com

a saúde mental é assumido coletivamente é que se pode garantir um futuro mais justo e equilibrado para todos”.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A relação entre educação e saúde mental é indissociável e precisa ser tratada como prioridade dentro das instituições escolares. A escola não é apenas um espaço de transmissão de conhecimento, mas também um ambiente de convivência, formação de valores e desenvolvimento emocional. Ao investir em estratégias de apoio, como programas socioemocionais, capacitação de professores, integração família-escola e parcerias com serviços de saúde, cria-se uma rede de proteção que fortalece o bem-estar dos estudantes e contribui para uma aprendizagem mais significativa.

É importante ressaltar que a promoção da saúde mental no ambiente escolar não deve ser vista como uma ação isolada, mas como parte de um projeto coletivo que envolve toda a comunidade e a sociedade. Quando a escola assume esse compromisso, ela não apenas melhora o desempenho acadêmico, mas também forma cidadãos mais conscientes, resilientes e preparados para enfrentar os desafios da vida contemporânea. Como destaca a Organização Mundial da Saúde (2020), investir em saúde mental é investir em desenvolvimento humano e em um futuro mais justo e equilibrado.

Além disso, a integração entre educação e saúde mental representa um caminho fundamental para transformar a escola em um espaço verdadeiramente inclusivo e acolhedor. Mais do que preparar para provas e conteúdos, a escola deve preparar para a vida, oferecendo suporte emocional e social que permita aos estudantes crescerem em plenitude. O fortalecimento dessas práticas é, portanto, um compromisso ético e pedagógico que deve ser assumido por todos os que acreditam na educação como instrumento de transformação social.

Por fim, é necessário compreender que o cuidado com a saúde mental não é apenas uma responsabilidade institucional, mas um dever coletivo que envolve família, comunidade e poder público. Somente por meio da união de esforços será possível construir ambientes escolares que promovam não apenas o aprendizado acadêmico, mas também o desenvolvimento integral dos indivíduos. Dessa forma, a educação se consolida como um verdadeiro agente de transformação, capaz de formar cidadãos equilibrados, solidários e preparados para contribuir com uma sociedade mais saudável e inclusiva.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BRASIL. **Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996.** Estabelece as Diretrizes e Bases da Educação Nacional. Diário Oficial da União, Brasília, 23 dez. 1996. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/19394.htm . Acesso em: 05 ago. 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Programa Saúde na Escola – PSE. **Decreto nº 6.286, de 5 de dezembro de 2007**. Diário Oficial da União, Brasília, 6 dez. 2007. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pse> . Acesso em: 05 ago. 2026.

CAMARGO, Nájila Cristina; ZAMBENEDETTI, Gustavo. **Atenção Psicossocial nas Escolas**: uma revisão sistemática pelo método PRISMA. Revista Educação, v. 51, 2026. Disponível em: <https://doi.org/10.5902/1984644494691> . Acesso em: 05 ago. 2026.

TOLEDO, Thais Ferro Nogara de. **Promovendo a Saúde Mental no Ambiente Escolar**: Ferramentas e Práticas Preventivas. Universidade Federal de Mato Grosso do Sul, 2025. Disponível em: <https://repositorio.ufms.br/handle/123456789/11900> . Acesso em: 05 ago. 2026.