

UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
Departamento de Medicina Preventiva e Social Núcleo de Educação em Saúde
Coletiva, Programa Médicos pelo Brasil
Especialização em Medicina de Família e Comunidade

Jakeline Lima da Costa Marchezini

PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES: Intervenção Multiprofissional sobre
Transtorno de Ansiedade Generalizada na Atenção Primária em Belém (PA)

Belo Horizonte
2025

Jakeline Lima da Costa Marchezini

**PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES: Intervenção Multiprofissional sobre
Transtorno de Ansiedade Generalizada na Atenção Primária em Belém (PA)**

Trabalho de Conclusão de Curso,
elaborado no âmbito da Pós-
Graduação em Medicina de Família e
Comunidade da Universidade Federal
de Minas Gerais, para obtenção de
título de especialista.

Orientadora: Vanessa Almeida

Belo Horizonte

2025



UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
FACULDADE DE MEDICINA
NESCON - NÚCLEO DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE COLETIVA

FOLHA DE APROVAÇÃO

Aos 9 do mês de Julho de 2025, a Comissão Examinadora designada pela Coordenação do Curso de Especialização em Medicina de Família e Comunidade (CEMFC) se reuniu para avaliar o Trabalho de Conclusão de Curso do(a) aluno(a) **JAKELINE LIMA DA COSTA MARCHEZINI** intitulado "PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES: INTERVENÇÃO MULTIPROFISSIONAL SOBRE TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA NA ATENÇÃO PRIMÁRIA EM BELÉM (PA).", requisito parcial para a obtenção do Título de Especialista em Medicina de Família e Comunidade. A Comissão Examinadora foi composta pelos avaliadores VANESSA ALMEIDA e KATIA FERREIRA COSTA CAMPOS. O TCC foi aprovado com a nota 100.

Esta Folha de Aprovação foi homologada pela coordenação do CEMFC nos 24 do mês de outubro de 2025 pelo então coordenador Prof. Marcelo Pellizzaro Dias Afonso.

Belo Horizonte, data da assinatura eletrônica.

PROF. MARCELO PELLIZZARO DIAS AFONSO

Coordenador do Curso de Especialização em Medicina de Família e Comunidade - CEMFC



Documento assinado eletronicamente por **Marcelo Pellizzaro Dias Afonso, Professor do Magistério Superior**, em 24/11/2025, às 19:13, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 5º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



Documento assinado eletronicamente por **Gabriel Henrique Silva Teixeira, Secretário(a) administrativo(a)**, em 25/11/2025, às 08:38, conforme horário oficial de Brasília, com fundamento no art. 5º do [Decreto nº 10.543, de 13 de novembro de 2020](#).



A autenticidade deste documento pode ser conferida no site https://sei.ufmg.br/sei/controlador_externo.php?acao=documento_conferir&id_orgao_acesso_externo=0, informando o código verificador **4681609** e o código CRC **48C45102**.

Dedico este trabalho à minha família, por seu apoio incondicional, e aos meus amigos, por sua constante motivação.

AGRADECIMENTOS

Meu sincero agradecimento à minha família, que me deu forças em cada etapa deste percurso.

"A jornada é mais importante que o destino."

– Ralph Waldo Emerson

Resumo

Este projeto de intervenção visa enfrentar o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) entre adolescentes atendidos na Unidade Básica de Saúde Mestre Alarino, em Belém (PA), a partir de ações educativas, de prevenção e articulação comunitária no âmbito da Atenção Primária à Saúde (APS). Por meio de uma abordagem multiprofissional e intersetorial, o projeto busca ampliar o conhecimento sobre o TAG, reduzir o estigma relacionado à saúde mental e fortalecer a rede de apoio social, envolvendo famílias, escola e equipe de saúde. A intervenção será desenvolvida ao longo de 12 meses, com estratégias voltadas à capacitação de profissionais, rodas de conversa com adolescentes, atividades lúdicas e educativas, além do monitoramento contínuo dos resultados. Espera-se promover o acolhimento, o protagonismo juvenil e a detecção precoce dos casos de ansiedade, contribuindo para a melhoria da qualidade de vida dos adolescentes e a efetivação do cuidado integral em saúde mental.

Palavras-chave: assistência à saúde mental; recuperação da saúde mental; saúde mental; transtornos de ansiedade; saúde do adolescente.

Abstract

This intervention project aims to address Generalized Anxiety Disorder (GAD) among adolescents assisted at the Mestre Alarino Primary Healthcare Unit, in Belém (PA), through educational, preventive, and community-based actions within the scope of Primary Health Care (PHC). By means of a multiprofessional and intersectoral approach, the project seeks to expand knowledge about GAD, reduce the stigma related to mental health, and strengthen the social support network by involving families, schools, and the healthcare team. The intervention will be carried out over 12 months, with strategies focused on professional training, discussion circles with adolescents, playful and educational activities, as well as continuous monitoring of results. The project is expected to promote welcoming practices, youth empowerment, and early detection of anxiety cases, contributing to improved quality of life for adolescents and the implementation of comprehensive mental health care.

Keywords: mental health care; mental health recovery; mental health; anxiety disorders; adolescent health.

Sumário

1	INTRODUÇÃO.....	09
2	JUSTIFICATIVA.....	11
3	FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA	13
4	OBJETIVOS.....	16
5	METODOLOGIAS.....	17
6	RESULTADOS ESPERADOS	21
7	CONSIDERAÇÕES FINAIS	23
	REFERÊNCIAS	24

1 Introdução

A ansiedade pode ser compreendida como um estado mental no qual o indivíduo se mantém em constante busca por algo, muitas vezes de forma intensa e sem que esse objeto de desejo esteja claramente definido. Trata-se, na maioria das situações, de uma vontade indefinida e persistente. Dentre os transtornos reconhecidos pela literatura especializada, destaca-se o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), que se caracteriza por uma preocupação contínua e desproporcional, além de uma ansiedade intensa, difícil de ser controlada. Esses sintomas comprometem significativamente a rotina e a qualidade de vida da pessoa afetada, manifestando-se de forma recorrente por um período superior a seis meses (BRASIL, 2013).

Essa condição possui aspectos bastante particulares, podendo se agravar de diferentes maneiras. Entre os sintomas mais comuns estão: sensação de boca seca, dormência nos braços, náuseas, diarreia, dificuldades digestivas, calafrios, sudorese excessiva, tremores, aceleração dos batimentos cardíacos, dores no peito, respiração ofegante e sensação de falta de ar (BRASIL, 2013).

Embora existam variações nos resultados das pesquisas, a incidência de transtornos de ansiedade tanto no Brasil quanto no cenário global é amplamente reconhecida. Conforme dados divulgados pela Organização Mundial da Saúde (OMS) em 2020, aproximadamente 12,5% da população mundial apresenta quadros de ansiedade. No contexto brasileiro, o Conselho Nacional de Saúde (CNS) destacou em 2023 que a ansiedade representa uma questão relevante dentro da saúde mental, afetando cerca de 9,3% da população (CNS, 2023).

Os fatores associados à ansiedade reconhecidos como sendo os mais comuns: ambientes estressantes, opressores; genética de familiares ansiosos; eventos traumáticos; bullying escolar; estresse no trabalho; traumas emocionais, entre outros (APA, 2014).

A saúde mental é amplamente reconhecida como um elemento essencial da saúde integral, não se limitando à simples ausência de doenças ou distúrbios psíquicos. Ela refere-se a um estado amplo de bem-estar, que permite ao indivíduo realizar suas atividades com eficácia, enfrentar as adversidades cotidianas de maneira saudável, manter um desempenho produtivo no trabalho e participar ativamente da sociedade em

que vive (GALVÃO, 2019).

Incentivar a saúde mental entre adolescentes envolve disponibilizar recursos que favoreçam seu bem-estar físico, emocional e social, contribuindo para o desenvolvimento da resiliência e da capacidade de lidar e superar as adversidades que fazem parte de sua trajetória (GONÇALVES, 2022).

A identificação precoce dos sinais de ansiedade, especialmente durante a adolescência, é um fator determinante para o sucesso no tratamento e no manejo adequado do transtorno. Nessa fase da vida, marcada por intensas transformações físicas, emocionais e sociais, é comum que sentimentos de insegurança e medo se intensifiquem. Quando essas emoções ultrapassam os limites da normalidade e se tornam persistentes, é essencial buscar acompanhamento profissional. Famílias, escolas e unidades de saúde têm papel fundamental na promoção de ambientes acolhedores, no incentivo ao diálogo e no encaminhamento adequado dos jovens aos serviços de saúde mental.

Um exemplo concreto da relevância do acompanhamento em saúde mental pode ser observado na Unidade Básica de Saúde (UBS) Mestre Alarino, localizada no município de Belém, no estado do Pará. De acordo com dados do Prontuário Eletrônico do Cidadão (PEC), a unidade conta com 2.079 pacientes cadastrados. Entre eles, 326 adolescentes com idades entre 12 e 18 anos foram diagnosticados com TAG. Esses números reforçam a importância de estratégias de prevenção, detecção precoce e oferta de acompanhamento psicológico contínuo, com foco nas especificidades da juventude local.

A ansiedade é uma condição psíquica que tem ganhado cada vez mais atenção no campo da saúde pública, sobretudo em razão de sua alta prevalência e do impacto significativo que exerce sobre a vida das pessoas. Considerada uma resposta natural do organismo a situações de tensão ou perigo, a ansiedade pode se tornar patológica quando seus sintomas se manifestam de forma intensa, frequente e desproporcional.

Nos últimos anos, o aumento dos casos de transtornos ansiosos, especialmente entre adolescentes, tem motivado estudos e políticas voltadas à promoção da saúde mental e à ampliação do acesso aos serviços especializados. Nesse contexto, compreender a natureza da ansiedade, suas manifestações e formas de enfrentamento é fundamental para o desenvolvimento de estratégias eficazes de prevenção e cuidado.

2 Justificativa

A crescente incidência de TAG entre adolescentes evidencia a necessidade urgente de ações que ampliem a atenção à saúde mental na APS. Esse cenário tem se tornado ainda mais preocupante diante da fragilidade dos mecanismos de prevenção e acompanhamento oferecidos a esse público, especialmente em regiões periféricas ou com limitado acesso a recursos especializados. O reconhecimento precoce e o tratamento adequado podem reduzir significativamente os impactos negativos desse transtorno, minimizando prejuízos no rendimento escolar, nas relações sociais e no desenvolvimento emocional dos jovens.

A adolescência é uma fase de intensas mudanças, marcada por descobertas, pressões sociais e inseguranças. Em contextos vulneráveis, essas transformações podem ser agravadas por fatores como violência doméstica, desigualdade social, falta de apoio familiar e ausência de espaços de escuta qualificada. Muitos adolescentes não têm acesso a serviços de saúde mental, seja por desconhecimento, estigma ou carência de profissionais capacitados para lidar com demandas específicas dessa faixa etária. Dessa forma, intervenções direcionadas tornam-se ferramentas essenciais para promover o cuidado integral e humanizado.

A escolha por realizar este projeto de intervenção na UBS Mestre Alarino, em Belém (PA), justifica-se pelos dados expressivos identificados no sistema de registro do PEC: dos 2.079 pacientes cadastrados na unidade, 326 adolescentes entre 12 e 18 anos já foram diagnosticados com TAG. Esses números não apenas revelam a magnitude do problema, mas também apontam para a urgência de estabelecer ações articuladas entre os profissionais da saúde e a comunidade, com foco na prevenção, acolhimento e acompanhamento contínuo.

A ausência de espaços sistematizados de escuta, orientação e apoio emocional dentro da rotina dos serviços de atenção básica representa um obstáculo significativo para o enfrentamento da ansiedade entre os jovens. Ao propor uma intervenção que envolva atividades educativas, rodas de conversa, grupos terapêuticos e articulação com escolas e famílias, pretende-se não apenas tratar os casos diagnosticados, mas também atuar preventivamente, construindo uma rede de apoio sustentável e adaptada à realidade local.

Por fim, é fundamental ressaltar que o fortalecimento da saúde mental dos

adolescentes não se limita ao atendimento clínico, mas envolve uma abordagem multiprofissional, intersetorial e centrada no sujeito. Ao investir em ações que promovam o bem-estar psicológico, emocional e social dessa população, este projeto contribui diretamente para o desenvolvimento de jovens mais saudáveis, conscientes de si mesmos e preparados para lidar com os desafios da vida adulta. Assim, a intervenção proposta alinha-se aos princípios da equidade e integralidade do Sistema Único de Saúde, reafirmando o compromisso com uma atenção básica fortalecida e resolutiva.

3 Fundamentação teórica

A APS constitui-se na principal porta de entrada do SUS, incluindo o atendimento a indivíduos com transtornos de ansiedade, bem como a pacientes com outros diagnósticos relacionados à saúde mental (BRASIL, 2013).

O processo de atendimento aos usuários tem início no acolhimento realizado nas UBS, onde o médico de família faz a avaliação inicial. Caso seja necessário, os pacientes podem ser encaminhados para os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), onde receberão suporte de profissionais especializados. Em geral, os Transtornos de Ansiedade, incluindo o Transtorno de Ansiedade Generalizada, são tratados por meio de intervenções farmacológicas e não farmacológicas (BRASIL, 2013).

A atuação do médico de família é fundamental nesse contexto, pois ele representa o primeiro ponto de contato do paciente com o sistema de saúde, oferecendo uma visão abrangente e longitudinal sobre a trajetória do indivíduo. No entanto, existem lacunas significativas em relação à formação, às condições de trabalho e aos recursos clínicos disponíveis, o que dificulta a identificação adequada dos sintomas e o manejo eficaz desses transtornos. A literatura indica que a falta de protocolos padronizados, o tempo restrito para as consultas, o estigma relacionado aos transtornos mentais e a formação insuficiente em saúde mental dos profissionais da APS contribuem para o subdiagnóstico e para a aplicação de intervenções pouco eficazes (DARÉ; CAPONI, 2017).

A trajetória da APS no Brasil teve início na década de 1940, com a criação da Secretaria Especial de Saúde Pública (SESP). Desde então, diversas iniciativas foram implementadas, como o Programa de Interiorização das Ações de Saúde e Saneamento (PIASS). O marco mais recente desse processo ocorreu com a Constituição de 1988, que consolidou direitos relacionados à saúde. Outros momentos importantes na história da APS incluem a criação dos programas Agentes Comunitários de Saúde (PACS) e Saúde da Família (PSF), além da implementação das Políticas Nacionais de Atenção Básica (PNAB) nos anos de 2006 e 2011 (UNIFESP, 2023).

A APS possui uma série de atributos que são essenciais para garantir a qualidade do atendimento à população. Entre os principais atributos essenciais, destaca-se a coordenação do cuidado, que envolve ações direcionadas a garantir a harmonia nas atividades das equipes de saúde e dos diversos serviços da rede

intersetorial, com o objetivo de atender adequadamente às necessidades da população e dos indivíduos (UNIFESP, 2023).

A integralidade é fundamental, pois reconhece que a equipe de saúde deve trabalhar de forma contínua para proporcionar todos os cuidados necessários ao usuário, atendendo às suas múltiplas demandas de saúde (UNIFESP, 2023).

Outro atributo importante é a atenção ao primeiro contato, que consiste no acompanhamento das necessidades globais da população e dos indivíduos ao longo do tempo, assegurando que o cuidado seja contínuo. Por fim, a longitudinalidade refere-se à capacidade de garantir o acesso rápido a um ato de saúde ou ao encaminhamento adequado, assim que uma necessidade seja identificada, permitindo que o atendimento seja realizado de forma célere e eficaz (UNIFESP, 2023).

O TAG é um distúrbio relativamente frequente, que geralmente tem seu início na fase adulta e tende a seguir um curso crônico. Esse transtorno pode acarretar sérias dificuldades no funcionamento diário dos indivíduos, resultando em uma redução significativa da qualidade de vida e ocasionando elevados custos para o sistema de saúde (APA, 2014).

A promoção da saúde mental em adolescentes com transtorno de ansiedade é uma área fundamental na prática da enfermagem. A atuação dos enfermeiros nesse contexto requer uma abordagem integral, que vai desde a identificação precoce dos sinais de ansiedade até a aplicação de intervenções terapêuticas e educacionais, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida dos jovens (OLIVEIRA; MARQUES, 2024).

Indivíduos com TAG possuem a capacidade de lidar com impasses recorrentes; no entanto, sua dificuldade está relacionada à presença de elevados níveis de excitação e ansiedade, o que prejudica o desenvolvimento do raciocínio e leva a comportamentos de esquiva, comprometendo assim a resolução de seus problemas (ANGELOTTI, 2007).

De acordo com Pitta (2011), o sentimento de ansiedade é algo natural do ser humano, funcionando como um aviso de alerta diante de um contexto que sugere ameaça ou perigo à sua integridade (PITTA, 2011).

O fortalecimento das ações de saúde mental na APS está intimamente ligado ao uso racional de medicamentos. Silva et al. (2015) destacam que o uso indiscriminado de benzodiazepínicos é frequente entre os pacientes da atenção básica, o que pode refletir uma abordagem voltada apenas para os sintomas imediatos, sem uma investigação adequada do quadro clínico subjacente. Esse tipo de manejo, centrado

exclusivamente na medicalização, pode ocultar sintomas mais graves e adiar intervenções psicossociais essenciais (SILVA, 2015).

Outro ponto importante diz respeito à população pediátrica e adolescente, que também recorre à APS para tratar questões de saúde mental. No entanto, frequentemente os sinais de sofrimento psicológico são desconsiderados ou mal interpretados. A depressão infanto-juvenil, em particular, ainda enfrenta desafios significativos no diagnóstico, seja pela falta de capacitação específica dos profissionais, seja pela ausência de protocolos adaptados a essa faixa etária (PLASTINA; OLIVEIRA, 2021).

Globalmente, estima-se que 14% dos jovens de 10 a 19 anos tenham doenças psicológicas, sendo depressão, ansiedade e distúrbios comportamentais as principais afecções (OMS, 2023).

A atuação do médico de família, nesse contexto, deve ir além da prescrição medicamentosa, incorporando ações de educação em saúde, acolhimento, seguimento clínico e encaminhamentos adequados quando necessário (DARÉ; CAPONI, 2017).

Dessa forma, é fundamental que os profissionais envolvidos nessas atividades adotem uma abordagem centrada na realidade vivida pelo indivíduo, buscando compreender seu contexto familiar e social. Nesse sentido, a APS, e especialmente a ESF, devido à sua proximidade com a comunidade, oferece um cenário ideal para a implementação de ações educativas na área da saúde (SALCI, 2013).

4 Objetivos

Objetivo Geral

Promover a melhoria da saúde mental de adolescentes atendidos na UBS Mestre Alarino, em Belém (PA), por meio da prevenção, identificação precoce e manejo adequado do TAG, contribuindo para o bem-estar integral e o desenvolvimento saudável dessa população.

Objetivos Específicos

Implementar ações educativas e preventivas que conscientizem adolescentes, famílias, e educadores sobre os sinais e sintomas da ansiedade, contribuindo para o reconhecimento precoce do TAG;

Capacitar profissionais da APS e membros da comunidade em práticas de escuta ativa e intervenções multiprofissionais voltadas para o suporte emocional e psicológico dos adolescentes;

Articular a oferta de serviços de apoio e acompanhamento psicológico na UBS Mestre Alarino, de forma integrada com as escolas e organizações comunitárias, para a construção de uma rede de suporte sustentável;

Monitorar a efetividade das intervenções por meio do acompanhamento contínuo dos casos identificados e da análise dos indicadores de saúde mental dos adolescentes atendidos, promovendo ajustes e melhorias contínuas no projeto;

Estimular a promoção de ambientes acolhedores e de diálogo, contribuindo para a redução dos estigmas associados aos transtornos de ansiedade e incentivando a participação ativa da comunidade na implementação de ações de prevenção e cuidado.

5 Metodologias

A metodologia para o desenvolvimento e implementação do projeto de intervenção será baseada em um modelo de ação participativa, integrando adolescentes, profissionais da saúde, educadores e membros da comunidade. O projeto será desenvolvido ao longo de 12 meses, com etapas de planejamento, execução e avaliação contínua.

1. Implementar ações educativas e preventivas sobre os sinais e sintomas da ansiedade

Ações:

- Planejamento de Atividades Educativas: Nos primeiros 2 meses, será realizada a elaboração do material educativo sobre TAG, abordando os sinais e sintomas, estratégias de enfrentamento e a importância da intervenção precoce. O material será adaptado para adolescentes, com uma linguagem acessível e atraente.
- Rodas de Conversa: Durante os 4 primeiros meses, serão organizadas rodas de conversa semanais nas escolas locais e na UBS, com duração de 1h30, facilitadas por psicólogos e educadores. Estas rodas abordarão temas relacionados à saúde mental, com ênfase no reconhecimento de sinais de TAG e nos recursos de enfrentamento.
- Capacitação de Famílias e Educadores: Ao longo de 3 meses (meses 3 a 5), será realizada uma série de conversas com pais, responsáveis e educadores, com a participação de psicólogos e profissionais de saúde. Cada uma terá a duração de 2h e abordará os sinais de ansiedade, como lidar com jovens em situação de risco e a importância do apoio emocional.

Tempo para cada ação:

Material educativo: 2 meses Rodas de conversa: 4 meses

Capacitação de familiares e educadores: 3 meses

2. Capacitar profissionais da APS e membros da comunidade em práticas de escuta ativa e intervenções multiprofissionais

Ações:

- Capacitação dos Profissionais da APS: Nos meses 2 a 4, serão

realizadas 4 oficinas de capacitação (uma por mês) com a duração de 3h, voltadas para os profissionais de saúde da UBS Mestre Alarino. As oficinas abordarão práticas de escuta ativa, identificação de sintomas do TAG e como realizar intervenções iniciais. Psicólogos, psiquiatras e profissionais da APS em conjunto com outras Unidades de Saúde, serão convidados para conduzir as oficinas.

- **Treinamento de Membros da Comunidade:** Durante os meses 5 e 6, será promovido um programa de treinamento para líderes comunitários e voluntários. Serão 4 encontros com duração de 2h cada, que irão capacitar a comunidade para identificar sinais de TAG em adolescentes e realizar ações preventivas dentro de suas redes de apoio.

Tempo para cada ação:

Capacitação dos profissionais da APS: 4 meses
Treinamento de membros da comunidade: 2 meses

3. Articular a oferta de serviços de apoio e acompanhamento psicológico de forma integrada com escolas e organizações comunitárias

Ações:

- **Integração com as Escolas:** Durante o primeiro mês, será estabelecida uma parceria formal com as escolas locais para realizar o encaminhamento dos adolescentes identificados com TAG. Durante os meses 2 a 4, serão realizadas visitas mensais às escolas para o acompanhamento contínuo e orientação dos educadores.

- **Organização de Ações Comunitárias de Apoio:** Nos meses 3 a 5, serão realizadas campanhas de conscientização e de encaminhamento para a UBS, utilizando atividades como palestras e feiras de saúde comunitária. A parceria com organizações locais, como ONGs e associações comunitárias, será fundamental para ampliar o alcance da intervenção.

Tempo para cada ação:

Integração com escolas: 4 meses
Ações comunitárias de apoio: 3 meses

4. Monitorar a efetividade das intervenções e promover ajustes contínuos

Ações:

- **Acompanhamento Contínuo:** Durante todo o período do projeto (12 meses), será realizado um acompanhamento contínuo dos casos diagnosticados com

TAG, utilizando registros no PEC para o monitoramento. Serão feitas visitas mensais às famílias para avaliar a evolução do quadro de ansiedade e os impactos das intervenções.

- **Avaliação de Indicadores de Saúde Mental:** Ao final de 6 meses, será realizada uma análise de indicadores como frequência de atendimentos psicológicos, melhoria nos sintomas do TAG e satisfação dos adolescentes e familiares com o acompanhamento. Será aplicada uma pesquisa qualitativa e quantitativa para avaliar o impacto das intervenções.

Tempo para cada ação:

Acompanhamento contínuo: 12 meses Avaliação de indicadores: 6 meses

5. Estimular a promoção de ambientes acolhedores e de diálogo

Ações:

- **Promoção de Diálogo nas Unidades de Saúde:** Durante todo o projeto, serão realizadas atividades semanais de escuta ativa na UBS Mestre Alarino, com a participação de psicólogos e assistentes sociais. Essas atividades terão duração de 1h e serão abertas à comunidade.

- **Campanhas de Sensibilização contra o Estigma:** Durante os meses 6 a 9, serão organizadas campanhas de sensibilização sobre a importância da saúde mental e a redução do estigma associado ao TAG. As campanhas serão realizadas nas escolas, nas ruas e nas mídias locais, com cartazes, panfletos e postagens nas redes sociais.

Tempo para cada ação:

Promoção de diálogo: 12 meses Campanhas de sensibilização: 4 meses

Avaliação Final e Relatório do Projeto

Ao final do período de 12 meses, será realizada uma avaliação geral do projeto, considerando tanto os resultados quantitativos quanto qualitativos. Será aplicado um questionário final com adolescentes, familiares, educadores e profissionais de saúde para medir a percepção de melhoria na saúde mental dos adolescentes. Ainda, será produzido um relatório detalhado, contendo os resultados das intervenções e sugestões para possíveis melhorias e continuidade das ações.

Tempo total do projeto: 12 meses

Forma de aplicação:

O projeto será desenvolvido em etapas sequenciais, garantindo que as ações sejam realizadas de maneira integrada e contínua. Serão realizadas reuniões periódicas (mensalmente) com a equipe de profissionais da saúde, educadores e membros da comunidade para monitorar o progresso das atividades e realizar ajustes necessários.

6 Resultados esperados

Ao final da implementação do projeto de intervenção, espera-se alcançar uma série de resultados significativos. O primeiro objetivo é o aumento da conscientização sobre o TAG entre os adolescentes, suas famílias e educadores. Isso será evidenciado por um maior entendimento sobre os sinais e sintomas do transtorno, além de estratégias eficazes de enfrentamento. O sucesso desta meta será refletido pelo aumento do número de participantes nas atividades educativas, rodas de conversa e palestras realizadas, assim como pela melhoria no reconhecimento precoce do TAG, o que permitirá intervenções mais rápidas e eficazes.

Outro resultado esperado é a capacitação dos profissionais da saúde da UBS Mestre Alarino e membros da comunidade, como líderes comunitários e educadores. O projeto busca equipar esses indivíduos com práticas de escuta ativa e intervenções iniciais voltadas para o manejo do TAG. A eficácia dessa capacitação será mensurada por meio de avaliações realizadas antes e depois das oficinas e treinamentos, com foco no aumento das habilidades dos profissionais e da comunidade na identificação de sinais de ansiedade e no suporte psicológico necessário.

O projeto visa a integração e ampliação do acesso aos serviços de apoio psicológico para os adolescentes. Espera-se que, por meio do desenvolvimento de parcerias com escolas locais e organizações comunitárias, haja um aumento significativo no encaminhamento e acompanhamento dos jovens diagnosticados com TAG. Com isso, os adolescentes atendidos na UBS terão acesso a um atendimento psicológico contínuo, e as escolas contarão com suporte especializado para lidar com as questões de saúde mental que afetam seus alunos.

Por meio do monitoramento contínuo e da avaliação dos casos, o projeto também pretende verificar a evolução dos adolescentes diagnosticados com TAG ao longo do tempo. Através da análise dos indicadores de saúde mental, será possível observar uma redução nos sintomas do transtorno e uma melhora na qualidade de vida dos jovens, a partir das visitas mensais às famílias e das avaliações periódicas realizadas.

Por fim, espera-se que as campanhas de sensibilização e as atividades de escuta ativa contribuam para a promoção de ambientes acolhedores e para a redução do estigma associado ao TAG. Através dessas ações, a comunidade se tornará mais

receptiva e compreensiva em relação aos transtornos de ansiedade, resultando na melhoria do ambiente escolar e comunitário. Espera-se também que o número de jovens buscando apoio para questões de saúde mental aumente, refletindo o impacto positivo das intervenções na aceitação e no cuidado psicológico da população local.

7 Considerações finais

O projeto de intervenção proposto visa não apenas tratar os casos diagnosticados de TAG, mas também prevenir o surgimento de novos casos e promover a saúde mental dos adolescentes atendidos na UBS Mestre Alarino, em Belém (PA). A abordagem integrada e participativa, envolvendo profissionais de saúde, educadores, líderes comunitários e famílias, contribui para a criação de uma rede de suporte sustentada e acessível, capaz de atender às necessidades específicas dessa população.

A promoção da conscientização sobre o TAG, aliada à capacitação dos profissionais e da comunidade, desempenha um papel fundamental no fortalecimento das capacidades de resposta frente ao transtorno, além de criar um ambiente mais acolhedor e sensível às necessidades emocionais e psicológicas dos adolescentes. A integração dos serviços de saúde mental com as escolas e organizações comunitárias amplia o acesso aos cuidados necessários e fortalece a rede de apoio social.

As ações de monitoramento contínuo e avaliação dos indicadores de saúde mental são essenciais para garantir que as intervenções estejam atingindo seus objetivos e proporcionando resultados tangíveis na melhoria da saúde mental dos adolescentes. As campanhas de sensibilização e as atividades de escuta ativa contribuirão para reduzir o estigma associado à saúde mental e aumentar a aceitação e o apoio a esses jovens.

Em suma, o projeto busca transformar a realidade local, promovendo um cuidado integral e humanizado para os adolescentes, com base na prevenção, na detecção precoce e no manejo adequado do TAG. Ao longo dos 12 meses de intervenção, espera-se não apenas melhorar o bem-estar dos adolescentes, mas também construir um modelo sustentável de apoio à saúde mental, que pode servir como referência para outras comunidades com características semelhantes. O sucesso do projeto dependerá da continuidade das ações, da integração das diferentes partes envolvidas e do engajamento da comunidade na construção de um ambiente saudável para o desenvolvimento dos jovens.

Referências

- ANGELOTTI, G. *Terapia Cognitivo-comportamental para os transtornos de ansiedade*. São Paulo: Casa do Psicólogo. 2007. Disponível em: <https://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872011000100006>. Acesso em: 09 mai. 2025. Citado na página 18.
- APA, A. P. A. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (DSM-5)*. [Tradução]. Arlington VA. 2014. Disponível em: <<https://psycnet.apa.org/record/2013-14907-000>>. Acesso em: 09 mai. 2025. Citado 2 vezes nas páginas 13 e 18.
- BRASIL, M. d. S. *Saúde Mental*. Brasília: Ministério da Saúde. 2013. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_mental_volume_5.pdf>. Acesso em: 09 mai. 2025. Citado 2 vezes nas páginas 13 e 17.
- CNS, C. N. d. S. *CNS promoverá live sobre a saúde mental dos trabalhadores e trabalhadoras no Brasil*. 2023. Disponível em: <<https://www.gov.br/conselho-nacional-de-saude/pt-br/assuntos/noticias/2023/abril/cns-promovera-live-sobre-a-saude-mental-dos-trabalhadores-e-trabalhadoras-no-brasil>>. Acesso em: 09 mai. 2025. Citado na página 13.
- DARÉ, P. K.; CAPONI, S. N. *Cuidado ao indivíduo com depressão na atenção primária em saúde*. *ECOS - Estudos Contemporâneos da Subjetividade*, v. 7, n. 1, p. 12–24. 2017. Disponível em: <<http://www.periodicoshumanas.uff.br/ecos/article/view/1858/1419>>. Acesso em: 09 mai. 2025. Citado 2 vezes nas páginas 17 e 18.
- GALVÃO, A. *“Coaching” De Saúde E Bem-Estar Na Promoção Da Saúde Mental*. 2019. Disponível em: <<https://bibliotecadigital.ipb.pt/bitstream/10198/21276/1/n22a01.pdf>>. Acesso em: 09 mai. 2025. Citado na página 13.

GONÇALVES, J. C. *Estudo dos fatores determinantes de transtornos mentais em adolescentes: revisão sistemática*. 2022. Disponível em: <<https://interfaces.unileao.edu.br/index.php/revista-interfaces/article/view/523/383>>. Acesso em: 09 mai. 2025. Citado na página 13.

OLIVEIRA, C. A. F.; MARQUES, R. M. *Contribuição da consulta de enfermagem na identificação precoce de sintomas de ansiedade em adolescentes. Enfermagem na linha de frente: experiências e lições aprendidas*. 2024. Disponível em: <<https://www.atenaeditora.com.br/catalogo/download-post/84324>>. Acesso em: 10 maio 2025. Citado na página 18.

OMS, O. M. d. S. *Mental health of adolescents*. [Tradução]. Genebra: OMS. 2023. Disponível em: <<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>>. Acesso em: 10 mai. 2025. Citado na página 18.

PITTA, J. *Como diagnosticar e tratar transtornos de ansiedade*. *Revista Brasileira de Medicina*. 68(12),6-13. 2011. Disponível em: <<https://revista.farol.edu.br/index.php/farol/article/view/253/192>>. Acesso em: 10 mai. 2025. Citado na página 18.

PLASTINA, A. C. M.; OLIVEIRA, R. S. *A identificação da depressão infanto-juvenil: principais desafios encontrados na atenção primária à saúde*. *Research, Society and Development*, v. 10, n. 17, p. e160101724418. 2021. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.33448/rsd-v10i17.24418>>. Acesso em: 11 mai. 2025. Citado na página 18.

SALCI, M. A. e. a. *Health education and its theoretical perspectives: a few reflections*. [Tradução]. *Texto & Contexto -Enfermagem*, [S.L.], v. 22, n. 1, p. 224-230. 2013. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/tce/a/VsDjRgcjGyxnhKy8KvZb4vG/abstract/?lang=pt>>. Acesso em: 10 mai. 2025. Citado na página 18.

SILVA, V. P. e. a. *Perfil epidemiológico dos usuários de benzodiazepínicos na*

atenção primária à saúde. Revista de Enfermagem do Centro-Oeste Mineiro. 2015. Disponível em: <<https://doi.org/10.19175/recom.v0i0.546>>. Acesso em: 10 mai. 2025. Citado na página 18.

UNIFESP, U. F. d. S. P. *Atenção Primária à Saúde e Estratégia de Saúde da Família: bases históricas, políticas e organizacionais.* São Paulo: Unifesp. 2023. Disponível em: <https://unifesp.br/biblioteca_virtual/esf/2/unidades_conteudos/unidade05/unidade05.pdf>. Acesso em: 10 mai. 2025. Citado na página 17.