CULTIVANDO VIDA: FÉ, SAÚDE MENTAL E BEM-ESTAR NA ADOLESCÊNCIA

Alícia de Oliveira da Silva [1]
Lais Sontag de oliveira [2]
Yasmin Rafaela Fortes Belon [3]
Andréia Gonçalves da Costa Ceratti [4]

Instituição: Escola Adventista de Ijuí

Modalidade: Relato de Experiência

Eixo Temático: Ciências da Natureza e suas Tecnologias

1. Introdução:

A adolescência constitui uma etapa do desenvolvimento humano marcada por intensas transformações físicas, emocionais, cognitivas e sociais. Na contemporaneidade, observa-se um aumento expressivo no número de jovens acometidos por transtornos emocionais, com destaque para a depressão e a ansiedade. Diante desse cenário, a cosmovisão criacionista fundamenta a compreensão do ser humano de forma holística e integrada, reconhecendo que a saúde não se limita apenas ao bem-estar físico, mas engloba dimensões emocionais, psíquicas e espirituais interdependentes.

Sob a perspectiva bíblico-criacionista, o corpo humano é compreendido como uma criação intencional de Deus e habitação do Espírito Santo, exigindo uma postura de mordomia e gratidão no cuidado com a integridade física e mental (1 Coríntios 6:19-20). De forma complementar, a mente é o centro das decisões, pensamentos e afeições, sendo vital a busca pela paz interior e equilíbrio psicológico por meio do cultivo da fé e de escolhas saudáveis de estilo de vida.

O presente trabalho tem como objetivo apresentar uma proposta metodológica e prática de intervenção pedagógica para a Feira do Criacionismo da escola Adventista embasada nos princípios do criacionismo, focando na prevenção da depressão e na promoção do cuidado integral entre adolescentes. A justificativa para este estudo reside na urgência de

[1] Aluna do 8º Ano da Escola Aventista de Ijui, oliveira.alicia0101@gmail.com
[2] Aluna do 8º Ano da Escola Aventista de Ijui, 2012lais2012@gmail.com
[3] Aluna do 8º Ano da Escola Aventista de Ijuí, newgrafimembalagem@hotmail.com
[4] Mestre em Educação nas Ciências- orientadora do projeto e professora de Ciências da Escola Adventista de Ijuí. deiagdc@yahoo.com.br

oferecer aos jovens ferramentas educativas e reflexivas que unam o conhecimento científico-pedagógico à dimensão espiritual, promovendo o autocuidado, o apoio mútuo e o fortalecimento emocional dentro da comunidade escolar.

2. Procedimentos Metodológicos

A pesquisa trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, desenvolvido de forma colaborativa por estudantes e educadores no ambiente escolar. A execução do projeto estruturou-se em quatro etapas sequenciais:

Inicialmente, realizou-se um levantamento bibliográfico aliado a rodas de conversa para fundamentar a relação entre fé, saúde mental e estilo de vida sob a perspectiva criacionista. Nessa fase, investigou-se o impacto de hábitos cotidianos — como nutrição, descanso, contato com a natureza e suporte espiritual — na mitigação do estresse e na prevenção do esgotamento emocional.

Na segunda etapa, concebeu-se a instalação física e interativa intitulada 'Árvore da Vida e da Esperança'. O dispositivo pedagógico foi projetado como um espaço de acolhimento e reflexão, no qual os visitantes puderam interagir com conteúdos fundamentados na fé e no suporte socioemocional.

A terceira etapa consistiu na produção do material educativo para a dinâmica 'Árvore que acolhe'. Elaboraram-se cartões reflexivos com mensagens voltadas à valorização da vida, gestão emocional e fortalecimento da identidade individual. A estrutura permitia ao público retirar e levar os bilhetes para aplicação pessoal ou compartilhamento familiar.

Por fim, a coleta de dados e a avaliação do impacto da intervenção ocorreram por meio do registro quantitativo do fluxo de visitantes e da análise qualitativa de depoimentos voluntários concedidos por estudantes, pais e professores durante o evento.

3. Resultados e Discussões

A execução da proposta durante a feira permitiu criar um espaço acolhedor e desprovido de estigmas para debater a saúde mental na adolescência. A integração do estande da 'Árvore da Vida' proporcionou um ponto de convergência entre o aprendizado prático e o fortalecimento emocional dos participantes.

Verificou-se uma expressiva adesão dos alunos, que demonstraram engajamento ao selecionar e ler as mensagens propostas. A dinâmica visual e tátil do elemento interativo da árvore que acolhe incentivou a reflexão sobre a necessidade diária de cultivar sentimentos de gratidão, esperança e pertença. Muitos adolescentes relataram identificar no estande um momento de pausa e alívio frente às pressões escolares e sociais.

Sob a perspectiva analítica, a abordagem criacionista mostrou-se eficaz ao tratar a saúde de maneira sistêmica. Ao enfatizar que Deus se importa com o estado psicológico e emocional das pessoas (como registrado em textos que convidam à entrega das ansiedades), desmistificou-se a ideia de que dilemas mentais representam fraqueza espiritual. Pelo contrário, reforçou-se que o cuidado com a mente exige a busca por ajuda profissional, o apoio da comunidade e a renovação diária da fé.

A participação de pais e familiares também ressaltou a importância da integração entre escola e família no combate à depressão juvenil, demonstrando que pequenas ações educativas e acolhedoras geram impactos significativos na percepção de apoio dos jovens.

4. Conclusão

Conclui-se que a abordagem da saúde mental sob a perspectiva criacionista em feiras escolares constitui uma ferramenta pedagógica e preventiva de elevado valor. A integração entre cuidados físicos, psicológicos e espirituais contribui de maneira concreta para a conscientização dos adolescentes sobre a importância de proteger sua integridade emocional.

A experiência prática demonstrada pelo estande interativo 'Árvore da Vida' comprovou que intervenções simples, pautadas pelo acolhimento e pela esperança da fé, estimulam o diálogo aberto, fortalecem a resiliência psíquica e auxiliam na prevenção da depressão. Recomenda-se a continuidade e ampliação de propostas semelhantes no ambiente educacional, promovendo uma cultura permanente de cuidado com a vida.

5. Referências

BÍBLIA. Português. Bíblia Sagrada: Tradução em Linguagem de Hoje. São Paulo: Sociedade Bíblica do Brasil, 2000.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Relatório Mundial de Saúde Mental: Transformando a Saúde Mental para Todos. Genebra: OMS, 2022.

WHITE, Ellen G. A Ciência do Bom Viver. Tatuí: Casa Publicadora Brasileira, 2007.

WHITE, Ellen G. Mente, Caráter e Personalidade. Tatuí: Casa Publicadora Brasileira, 2002. v. 1 e 2.