



Evento: XXVII Jornada de Extensão

MUDANÇAS NA PUBERDADE COMO EIXO DE EDUCAÇÃO EM SAÚDE NO AMBIENTE ESCOLAR: RELATO DE EXPERIÊNCIA DE UMA AÇÃO DO PROGRAMA SAÚDE NA ESCOLA¹

Ana Julia François², Daniela Zeni Dreher³, Adriane Huth⁴, Angélica Cristiane Moreira⁵, Marinez Koller Pettenon⁶, Milena Trevisan⁷, Vitória Santos de Souza⁸, Alexandre Luís Froner⁹

¹ Projeto de extensão desenvolvido e financiado pela Unijuí;

² Estudante do curso Medicina, bolsista do PROGRAMA INSTITUCIONAL DE EXTENSÃO – PIBEX/UNIJUÍ.

³ Professor orientador do projeto Educação em Saúde, Fisioterapeuta, Doutora em Educação nas Ciências, Docente da UNIJUÍ, extensionista do Projeto de Extensão Educação em Saúde, da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, UNIJUÍ

⁴ Nutricionista, Mestre em Bioquímica, Docente da UNIJUÍ, extensionista do Projeto de Extensão Educação em Saúde, da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, UNIJUÍ.

⁵ Farmacêutica, Mestre em Controle de Qualidade Físico-químico, Docente da UNIJUÍ, extensionista do Projeto de Extensão Educação em Saúde, da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, UNIJUÍ.

⁶ Enfermeira, Mestre em Educação nas Ciências, Docente da UNIJUÍ, orientadora do trabalho e extensionista do Projeto de Extensão Educação em Saúde, da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul, UNIJUÍ.

⁷ Estudante do curso Medicina.

⁸ Estudante do curso Medicina.

⁹ Estudante do curso Medicina.

INTRODUÇÃO

A puberdade constitui uma etapa fundamental do desenvolvimento humano, caracterizada por mudanças biológicas, hormonais, físicas e psicossociais decorrentes da ativação do eixo hipotálamo-hipófise-gonadal. Embora seja um processo fisiológico, a ampla variabilidade no início e na velocidade de progressão gera inseguranças e dúvidas entre os adolescentes (MARSHALL; TANNER, 2024; COLLI, 2003). A falta de informação qualificada e a persistência de tabus podem favorecer ansiedade e vergonha, ao passo que a compreensão desse processo fortalece o autocuidado e o desenvolvimento saudável (FEIBELMANN et al., 2021).

A escola é um espaço estratégico para a promoção da saúde e formação de hábitos. A articulação com o setor de saúde pelo Programa Saúde na Escola (PSE) amplia o acesso à



informação, estimula o protagonismo juvenil e enriquece a formação interprofissional de acadêmicos (BARROS et al., 2021).

Este trabalho relata a experiência de uma ação educativa sobre as mudanças da puberdade realizada pelo Projeto de Extensão Educação em Saúde, da Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul (UNIJUÍ), em parceria com o PSE, junto a estudantes do 6º e 7º anos do Ensino Fundamental de uma escola pública de Ijuí/RS. A ação alinha-se aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS 3 — Saúde e Bem-Estar e ODS 4 — Educação de Qualidade) da Agenda 2030.

METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência descritivo de uma ação realizada em 28 de maio de 2026 na Escola Municipal Luiz Fogliatto (Ijuí/RS), com a participação de aproximadamente 40 estudantes do 6º e 7º anos. A intervenção foi conduzida por bolsistas PIBEX e voluntários do Projeto de Extensão Educação em Saúde da UNIJUÍ, sob orientação docente e com apoio de profissionais da Atenção Primária à Saúde.

O conteúdo abrangeu aspectos fisiológicos, anatômicos, hormonais e psicossociais da puberdade, abordando crescimento corporal, características sexuais secundárias, alterações dermatológicas, odor corporal, higiene, emoções e autocuidado. Utilizaram-se materiais ilustrativos e exposição dialogada.

Ao final, realizou-se uma dinâmica de perguntas anônimas para esclarecer dúvidas de forma espontânea e livre de constrangimentos, fundamentando a discussão coletiva. Por ser um relato de experiência extensionista sem identificação individual, o trabalho dispensa apreciação por Comitê de Ética em Pesquisa (Resolução nº 510/2016 do CNS).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A atividade contou com a participação de aproximadamente 40 estudantes dos sextos e sétimos anos do Ensino Fundamental, que demonstraram interesse e envolvimento durante toda a intervenção. Embora inicialmente alguns adolescentes apresentassem timidez para abordar temas relacionados ao próprio corpo, a utilização de metodologias participativas



favoreceu um ambiente de diálogo, permitindo maior interação entre os estudantes e a equipe extensionista.

A dinâmica de perguntas anônimas evidenciou que as principais dúvidas estavam relacionadas às mudanças fisiológicas da puberdade, incluindo crescimento corporal, desenvolvimento das características sexuais secundárias, alterações hormonais, acne, odor corporal, surgimento de pelos, mudanças na voz e diferenças no ritmo de desenvolvimento entre meninos e meninas. Também surgiram questionamentos sobre alterações emocionais, autoestima e inseguranças decorrentes das transformações vivenciadas nessa fase. Esses achados demonstram que a puberdade permanece cercada por dúvidas e reforçam a importância de ações educativas que ofereçam informações científicas em linguagem acessível, embora o conteúdo biológico seja frequentemente abordado na escola, aspectos.

Outro aspecto observado foi o interesse dos estudantes em compreender alterações relacionadas à aparência física, especialmente acne, crescimento dos pelos, odor corporal e desenvolvimento muscular. A preocupação com essas mudanças evidencia que a imagem corporal assume papel relevante durante a adolescência, influenciando autoestima, relações sociais e percepção de pertencimento. Feibelman et al. (2021) destacam que o conhecimento sobre o desenvolvimento puberal favorece uma compreensão mais positiva dessas transformações, reduzindo inseguranças e fortalecendo práticas de autocuidado.

Além das mudanças físicas, as discussões permitiram abordar aspectos emocionais frequentemente associados à puberdade, como oscilações de humor, vergonha, ansiedade e necessidade de aceitação pelos colegas. Essas manifestações demonstram que o desenvolvimento adolescente não se restringe às alterações biológicas, envolvendo dimensões psicológicas e sociais que influenciam diretamente a saúde e o bem-estar. Nesse sentido, ações educativas que promovem espaços de escuta e diálogo contribuem para o fortalecimento da autonomia e da capacidade dos adolescentes de lidar com as transformações próprias dessa etapa do desenvolvimento (SOUZA et al., 2021).

A utilização da dinâmica de perguntas anônimas mostrou-se uma estratégia eficaz para ampliar a participação dos estudantes, permitindo que dúvidas frequentemente permeadas por constrangimento fossem expressas livremente. Essa metodologia favoreceu uma abordagem centrada nas necessidades do grupo e aproximou o processo educativo dos



princípios da Educação Popular em Saúde, ao reconhecer os adolescentes como sujeitos ativos na construção do conhecimento. A experiência também proporcionou importante aprendizado às acadêmicas extensionistas, ao possibilitar a aplicação do conhecimento científico em um contexto comunitário.

Os resultados obtidos evidenciam que ações educativas voltadas às mudanças da puberdade constituem estratégias relevantes para ampliar o conhecimento dos adolescentes sobre o próprio desenvolvimento e estimular práticas de autocuidado. A experiência demonstrou que metodologias participativas, especialmente aquelas que favorecem a escuta ativa e o diálogo, contribuem para identificar as principais necessidades dos estudantes e tornar o processo educativo mais significativo. Nesse contexto, a articulação entre universidade, escola e Atenção Primária à Saúde fortalece a promoção da saúde no ambiente escolar e amplia as possibilidades de construção de conhecimentos que contemplam não apenas aspectos biológicos, mas também dimensões emocionais, sociais e comportamentais da adolescência.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A experiência evidenciou que a escola constitui um espaço estratégico para o desenvolvimento de ações de educação em saúde voltadas às mudanças da puberdade, favorecendo o acesso dos adolescentes a informações científicas e promovendo a compreensão das transformações físicas, hormonais e emocionais características dessa etapa do desenvolvimento. A utilização de metodologias participativas mostrou-se efetiva ao estimular o diálogo, a reflexão e a participação ativa dos estudantes, permitindo que dúvidas e inseguranças fossem discutidas de forma respeitosa e fundamentada.

Além de contribuir para a promoção do autocuidado e para o fortalecimento da autonomia dos adolescentes, a atividade reafirmou a importância da articulação entre universidade, escola e Atenção Primária à Saúde por meio do Programa Saúde na Escola. Para as acadêmicas extensionistas, a experiência representou uma oportunidade de integrar conhecimento científico e prática comunitária, fortalecendo competências relacionadas à comunicação em saúde, educação popular e atuação interdisciplinar. Dessa forma, iniciativas



dessa natureza ampliam o potencial da extensão universitária como estratégia de promoção da saúde e formação profissional comprometida com as necessidades da comunidade.

Palavras-chave: Puberdade. Adolescência. Educação em Saúde. Programa Saúde na Escola. Extensão Universitária.

REFERÊNCIAS

BARROS, Rosana P.; HOLANDA, Patrícia R. C. M.; SOUSA, Antonia D. D. S.; APOSTOLICO, Maria Rosa. Health needs of adolescents from the perspective of Primary Health Care professionals. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 26, n. 2, p. 425-434, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232021262.40812020>.

BRASIL. Ministério da Saúde. Programa Saúde na Escola (PSE): Caderno do Gestor. Brasília: Ministério da Saúde, 2022.

COLLI, Antonio de Azevedo. Crescimento e desenvolvimento na adolescência. *Arquivos Brasileiros de Endocrinologia & Metabologia*, São Paulo, v. 47, n. 4, p. 405-413, 2003. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0004-27302003000400014>.

FEIBELMANN, Thais C. M. et al. Puberty in a sample of Brazilian schoolboys: onset and anthropometric characteristics. *Revista Paulista de Pediatria*, São Paulo, v. 39, e2019109, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1984-0462/2021/39/2019109>.

MARSHALL, William A.; TANNER, James M. Puberty. In: StatPearls. Treasure Island: StatPearls Publishing, 2024.

SOUZA, Thais T.; ALMEIDA, Ana Carolina; FERNANDES, Ana Denise de Souza A.; CID, Maria Fernanda Barboza. Adolescent mental health promotion in Latin American countries: an integrative literature review. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 26, n. 7, p. 2575-2586, 2021. DOI: <https://doi.org/10.1590/1413-81232021267.07242021>.