

REVISTA CAPIM DOURADO

Diálogos em Extensão

ISSN nº 2595-7341 Vol. 8, n. 1, Jan-Abr., 2025

DOI: <http://doi.org/10.20873/CARTEDU>

CARTILHAS EDUCATIVAS E RODAS DE CONVERSA COMO FERRAMENTAS NA PREPARAÇÃO DE JOVENS PARA O ENEM E VESTIBULARES: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

EDUCATIONAL BROCHURES AND DISCUSSION ROUNDS AS TOOLS IN YOUTH PREPARATION FOR THE ENEM AND UNIVERSITY ENTRANCE EXAMS: A CASE STUDY

FOLLETOS EDUCATIVOS Y MESAS DE DIÁLOGO COMO HERRAMIENTAS EN LA PREPARACIÓN DE JÓVENES PARA EL ENEM Y EXÁMENES DE INGRESO: UN RELATO DE EXPERIENCIA

Débora Pereira da Silva¹
Melyssa Maria Barros Santos Carvalho²
Clarissa Amorim Silva de Cordova³
Silvia Minharro Barbosa⁴

Recebido 11/11/2024	Aprovado 07/01/2025	Publicado 23/05/2025
------------------------	------------------------	-------------------------

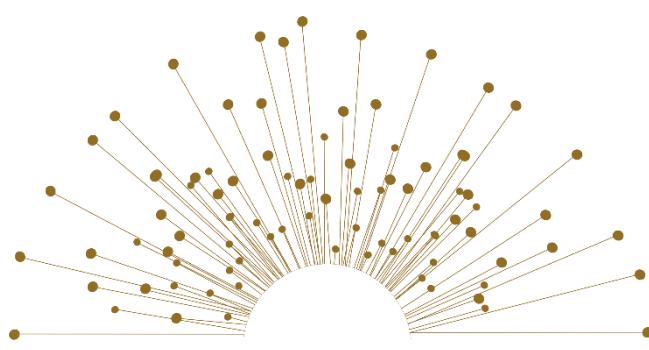
RESUMO: O uso de cartilhas informativas tem se mostrado eficaz na

¹Universidade Federal do Norte do Tocantins E-mail: debora.silva@ufnt.edu.br; Lattes: https://wwws.cnpq.br/cvlattesweb/PKG_MENU.menu?f_cod=3AE09D288A3410BB81CBE5E3DCC551F4#

²Universidade Federal do Norte do Tocantins E-mail: melyssa.carvalho@ufnt.edu.br; Lattes: <https://lattes.cnpq.br/7018811910382593>

³Graduação em Medicina Veterinária pela Universidade do Estado de Santa Catarina (1998), especialização em Medicina Veterinária Legal (2002) pela Faculdade Unyleya, mestrado em Neurociências pela Universidade Federal de Santa Catarina (2001) e Doutorado e Farmácia pela Universidade Federal de Santa Catarina (2011). Atua como docente na Universidade Federal do Tocantins/Universidade Federal do Norte do Tocantins desde o ano de 2003 nos Cursos de Medicina, Medicina Veterinária e Zootecnia. E-mail:clarissa.cordova@ufnt.edu.br;

⁴Doutorado em Ciência animal pela Universidade Federal de Minas Gerais (2009), parte realizado no Friedrich Loeffler Institut (FLI) Jena, Alemanha (2007), mestrado em Sanidade Animal pela Universidade Federal de Goiás (2000) e graduação em Medicina Veterinária pela Universidade do Tocantins (1997). Atualmente é professora do curso de Medicina da Universidade Federal Norte do Tocantins (2003). Intergrante do Núcleo Docente estruturante do colegiado de medicina-UFNT. Experiência em Imunologia e Microbiologia com ênfase em diagnósticos e epidemiologia. E-mail: silvia.barbosa@ufnt.edu.br



REVISTA CAPIM DOURADO

Diálogos em Extensão

ISSN nº 2595-7341 Vol. 8, n. 1, Jan-Abr., 2025

disseminação de conhecimentos de forma prática e acessível, estimula o engajamento de adolescentes por meio de conteúdos lúdicos e interativos. Alinhado à proposta de Freire (2011) sobre educação emancipadora, esse recurso promove uma aprendizagem ativa e transformadora. Este relato descreve um projeto de extensão em Araguaína, Tocantins, que distribuiu cartilhas com foco em metodologias de estudo, planejamento e saúde mental para estudantes pré-vestibulandos, bem como promoveu uma roda de conversa entre os adolescentes e estudantes do ensino superior sobre o tema. A iniciativa buscou não apenas reduzir a ansiedade típica desse período, mas também fomentar o protagonismo juvenil, estimulando a troca de saberes.

PALAVRAS-CHAVE: Boletins Educativos. Preparação Universitária. Divulgação Científica.

ABSTRACT: The use of informational booklets has proven effective in disseminating knowledge in a practical and accessible way, facilitating adolescent engagement through playful and interactive content. Aligned with Freire's (2011) proposal on emancipatory education, this resource promotes active and meaningful learning. This report describes an extension project carried out in Araguaína, Tocantins, which distributed booklets focused on study methodologies, planning, and mental health for pre-university students. It also promoted a discussion round between adolescents and university students on the topic. The initiative aimed not only to reduce the typical anxiety of this period but also to foster youth leadership by encouraging the exchange of knowledge.

KEYWORDS: Educational Bulletins. University Preparation. Scientific Dissemination.

RESUMEN: El uso de folletos informativos ha demostrado ser eficaz en la difusión de conocimientos de manera práctica y accesible, facilitando el compromiso de los adolescentes mediante contenidos lúdicos e interactivos. Alineado con la propuesta de Freire (2011) sobre educación emancipadora, este recurso promueve un aprendizaje activo y significativo. Este informe describe un proyecto de extensión realizado en Araguaína, Tocantins, que distribuyó folletos centrados en metodologías de estudio, planificación y salud mental para estudiantes preuniversitarios. Además, promovió una mesa de diálogo entre adolescentes y estudiantes universitarios sobre el tema. La iniciativa no solo buscó reducir la ansiedad típica de este período, sino también fomentar el liderazgo juvenil, promoviendo el intercambio de saberes.



ISSN nº 2595-7341 Vol. 8, n. 1, Jan-Abr., 2025

PALABRAS CLAVE: Boletines Educativos. Preparación Universitaria. Divulgación Científica.

INTRODUÇÃO

O uso de cartilhas informativas como recurso educativo tem se mostrado uma ferramenta eficiente para comunicar conhecimento de forma clara, prática e acessível. Essas cartilhas permitem que temas complexos sejam abordados de maneira lúdica e interativa, facilitando a compreensão e engajando diferentes públicos. Iniciativas educativas que empregam recursos pedagógicos contribuem para despertar o interesse dos adolescentes e promover a construção de espaços que favoreçam a difusão de saberes essenciais à saúde e à educação (Alves, 2023).

De acordo com Freire (2011), a educação deve priorizar a autonomia do educando, promovendo uma aprendizagem significativa e crítica. As cartilhas, quando utilizadas de forma dialógica, permitem essa aproximação ao transformar o aprendizado em um processo ativo e participativo. De certo modo, a organização dos conteúdos de forma texto-visual com uma estética elaborada e estruturada favorece a disseminação de informações relevantes, especialmente entre adolescentes, potencializando sua capacidade de absorção e multiplicação desses saberes em suas comunidades.

O presente relato de experiência descreve a execução de um projeto de extensão desenvolvido em Araguaína, cidade localizada ao norte do Estado do Tocantins, com foco na distribuição de 100 cartilhas informativas elaboradas e produzidas por acadêmicas do curso de Medicina da Universidade Federal do Norte do Tocantins (UFNT), ao longo do segundo semestre do ano de 2023, sob a orientação da professora orientadora do projeto Med Folha vinculado ao PIBEX-Norte. As cartilhas abordam nove tópicos essenciais, compostos por



ISSN nº 2595-7341 Vol. 8, n. 1, Jan-Abr., 2025

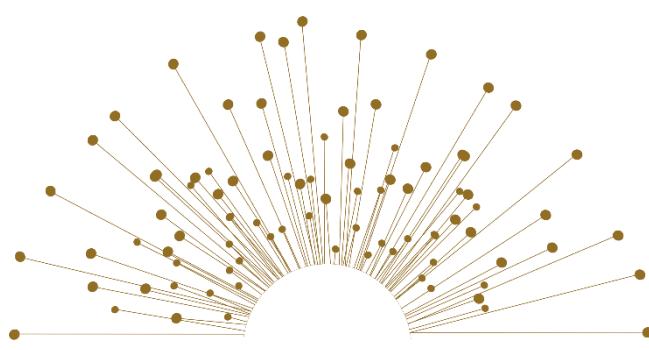
metodologias de estudo, planejamento de cronograma, formas de ingresso no ensino superior, saúde e autocuidado durante a preparação para os processos seletivos. A elaboração do material visou fornecer orientações práticas e teóricas para auxiliar os estudantes do ensino médio em fase pré-vestibular, abordando também questões relacionadas à saúde mental e autocuidado durante o processo de preparação para os processos seletivos, em especial do curso de Medicina, costumeiramente o que confere maior concorrência exigindo melhor desempenho nas avaliações.

A extensão foi estruturada pensando na ansiedade crescente entre jovens em período pré-vestibular, motivada pelo receio da reprovação e pela alta concorrência de determinados cursos, em especial os bachalerados, além da falta de motivação destes para ingressar no ensino superior, alinhando-se aos princípios de uma educação libertadora e ao conceito de integração entre o ensino, a comunicação e a inclusão social, reforçando a importância de ações educativas baseadas na troca de saberes e no uso estratégico das mídias (Castells, 2015).

DESENVOLVIMENTO

ELABORAÇÃO DO MATERIAL

Esse material foi desenvolvido por estudantes do curso de Medicina da Universidade Federal do Norte do Tocantins (UFNT), integrantes do projeto de extensão PIBEX Norte, intitulado MedFolha. O projeto, que ocorreu entre o segundo semestre de 2023 e o primeiro de 2024, tinha como foco a criação de materiais informativos na área da saúde para a população geral, com ampla divulgação por meio das mídias sociais. Nesse contexto, foi elaborado um material informativo, voltado para um público-alvo em específico: estudantes em nível escolar médio prestes a prestarem exames vestibulares. Uma vez que



REVISTA CAPIM DOURADO

Diálogos em Extensão

ISSN nº 2595-7341 Vol. 8, n. 1, Jan-Abr., 2025

as idealizadoras do conteúdo se tratavam também de estudantes, as quais passaram por processos de ingresso ao ensino superior para o curso de Medicina, parte do que estaria escrito ali advém de experiências pessoais recentes. O texto compilou as principais orientações para o estudo, desde a etapa do planejamento, tanto em horários, espaço e materiais a serem utilizados, até metodologias de aprendizagem autodidata (pomodoro e revisão espaçada), perpassando por práticas de rotina saudáveis, como pausas e hidratação, tendo em vista as possíveis sequelas físicas e psicológicas que poderiam advir de uma rotina pautada em excessos de alguma forma, evidenciando a importância de estratégias que ajudem a evitar o *burnout* acadêmico e a promover o equilíbrio entre estudo e lazer. Ademais, foi reservado um espaço para falar a respeito da disciplina, fator importante para continuidade da rotina de aprendizagem.

A segunda parte do documento continha informações relevantes no que tange o funcionamento do vestibular da UFNT (Universidade Federal do Norte do Tocantins/UFT (Universidade Federal do Tocantins) e do Exame Nacional do Ensino Médio (ENEM), desde a estruturação das provas, funcionamento do sistema de cotas, datas e prazos, conteúdos programados, etc.

Em um momento posterior, deu-se a elaboração da peça visual, a cartilha propriamente dita. Infelizmente, o formato escolhido, A4 paisagem, não seria capaz de abranger por completo o texto base, portanto, este precisou ser adaptado. O que inicialmente poderia vir a ser um obstáculo na confecção do folheto, mostrou-se uma boa oportunidade para otimizar o conteúdo tornando-o mais atrativo e eficaz em seus propósitos.

Dessarte, o elemento texto-visual passou a ser composto por 9 tópicos sequenciais e interligados. Os 4 (quatro) primeiros, focados no planejamento “pré estudo”: Conhecer a sua rotina, definir horários, escolher um bom



ISSN nº 2595-7341 Vol. 8, n. 1, Jan-Abr., 2025

ambiente e montar cronograma. Seguidos de 3 (três) tópicos já voltados ao estudo em si: metodologias de aprendizagem, com algumas recomendações, importância da disciplina e o bom uso da internet como ferramenta auxiliadora. Por fim, os tópicos seguintes, fechando a cartilha, aconselham os alunos a fazer pausas e esclarecer eventuais dúvidas com seus professores.

A adaptação do material escrito para uma peça visual com informações sistematizadas permitiu o uso de uma linguagem informal e um ritmo de leitura mais leve, próximo ao de uma conversa. Imagens e símbolos foram adicionados para tornar o folder lúdico e engajador, considerando que, embora o público-alvo fosse composto por vestibulandos, tratava-se majoritariamente de adolescentes. Assim, qualquer oportunidade de captar sua atenção para os processos seletivos universitários foi explorada ao máximo.

Decidiu-se, então, limitar o conteúdo da cartilha a um passo-a-passo sobre como estudar de forma eficiente, excluindo a seção que tratava das informações específicas sobre os processos seletivos. Para que esse conteúdo não fosse perdido, foi criado um segundo documento digital com o intuito de reunir e detalhar as informações levantadas sobre as particularidades dos processos seletivos para ingresso na universidade.

Esse material foi inicialmente estruturado em um documento no formato Word, no qual compilou-se informações relevantes e esclarecedoras, dentre elas o número de vagas disponíveis, os procedimentos para inscrição, as disciplinas cobradas nas provas, o funcionamento das cotas, as datas e prazos importantes, além da organização das etapas de avaliação e chamadas, tanto do vestibular da UFNT (Universidade Federal do Norte do Tocantins/UFT (Universidade Federal do Tocantins) quanto do ENEM. Posteriormente, o documento foi convertido em PDF, com o seu acesso disponibilizado a partir de um código QR anexado ao final da cartilha, tornando-se um recurso acessível e



REVISTA CAPIM DOURADO

Diálogos em Extensão

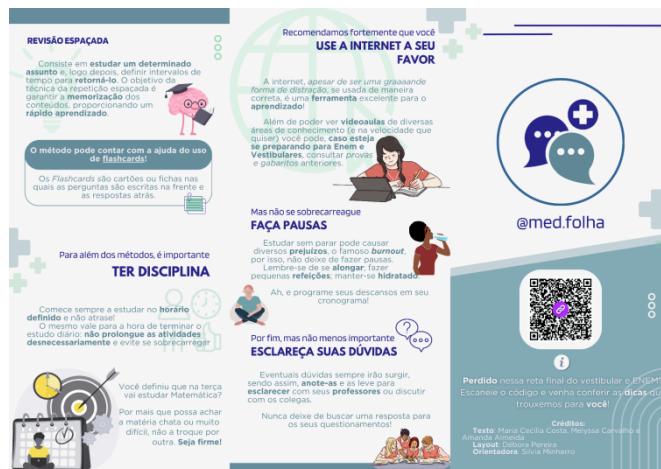
ISSN nº 2595-7341 Vol. 8, n. 1, Jan-Abr., 2025

prático. O objetivo desse material adicional foi fornecer informações complementares de forma clara e organizada, ajudando os estudantes a esclarecer dúvidas e a compreender as especificidades dos processos seletivos. Assim, mesmo sendo uma parte do conteúdo que ficou fora da cartilha principal, o documento digital garantiu que esses dados não fossem perdidos, promovendo um suporte informativo adicional.



Figura 1: Vista da frente da cartilha “Criando uma Rotina de Estudos” distribuída na ação.

Fonte: Acervo do projeto (2023)





ISSN nº 2595-7341 Vol. 8, n. 1, Jan-Abr., 2025

Figura 2: Vista do verso da cartilha “Criando uma Rotina de Estudos” distribuída na ação.

Fonte: Acervo do projeto (2023)

DISTRIBUIÇÃO DA CARTILHA

A distribuição dos folders ocorreu na manhã do dia 25 de janeiro de 2024, no ambiente da sala de aula de uma das turmas do terceiro ano do Ensino Médio do Colégio Invictus, da rede privada, na cidade de Araguaína. A ação foi conduzida por duas acadêmicas do curso de Medicina da UFNT, integrantes do projeto Med Folha. As acadêmicas estavam acompanhadas pela professora orientadora e foram previamente selecionadas para a iniciativa Med Folha através de um processo seletivo simples onde era considerado disponibilidade de tempo para apresentação, habilidades de comunicação e oratória e conhecimento sobre o assunto que seria apresentado. As alunas envolvidas no projeto estão nos semestres intermediários sendo 5º e 6º de seus cursos.

Além da entrega das cartilhas, a visita contou com relatos pessoais das alunas da UFNT e da professora, que compartilharam suas vivências e estratégias adotadas durante os processos seletivos que enfrentaram e quais continuaram a empregar uma vez compondo o meio acadêmico. Os depoimentos buscavam motivar os estudantes e oferecer uma visão realista e prática sobre a rotina de estudos e a preparação necessária para enfrentar esses desafios. Também foi abordado o impacto da saúde mental na preparação para o vestibular, como sugerem Rodrigues e Pelisoli (2008), que destacam a ansiedade gerada pela pressão familiar e acadêmica, e a importância de identificar e manejar o estresse durante essa fase. Além disso, foi ressaltada a relevância de prevenir o *burnout* acadêmico, um desafio comum enfrentado por estudantes, principalmente aqueles almejando cursos mais concorridos. Somado a isso, foi promovido uma breve roda de conversa,



ISSN nº 2595-7341 Vol. 8, n. 1, Jan-Abr., 2025

na qual foram discutidas as melhores e mais eficazes técnicas de estudo, sempre adaptadas à realidade e ao perfil de cada estudante, reconhecendo que não existe uma abordagem única que funcione para todos. Durante a atividade, enfatizou-se também, mais uma vez, a importância do planejamento na elaboração de cronogramas de estudos que organizassem quais conteúdos seriam abordados, por quanto tempo e em que períodos, além de estratégias específicas para diferentes formas de ingresso na universidade, como vestibulares ou ENEM. As conversas também incluíram orientações sobre como tomar decisões mais assertivas para alcançar a aprovação no curso desejado, promovendo reflexões práticas e personalizadas para cada trajetória acadêmica.

Embora a atividade tenha sido bem recebida, tornou-se evidente a dispersão de parte dos ouvintes durante a apresentação oral. Ainda assim, foi possível prender a atenção da maioria dos estudantes, despertando o interesse com relatos autênticos e oferecendo dicas relevantes sobre gestão do tempo e práticas de estudo eficazes. Dentre as perguntas realizadas pelos adolescentes, as principais consistiram em dúvidas sobre número de vagas, dificuldade de ingresso, concorrência, quanto tempo demorou para cada uma das alunas conseguir a aprovação, etc. Estas foram então prontamente respondidas pelas acadêmicas. Ao final, foi oferecida a oportunidade para que outras dúvidas pudessem ser esclarecidas e orientações adicionais sejam disponibilizadas. Para futuros encontros, recomenda-se a implementação de uma dinâmica de trabalho mais dialógica, incentivando a participação ativa dos estudantes e ouvindo seus relatos. Isso promoverá uma troca de experiências mais rica e envolvente.



ISSN nº 2595-7341 Vol. 8, n. 1, Jan-Abr., 2025

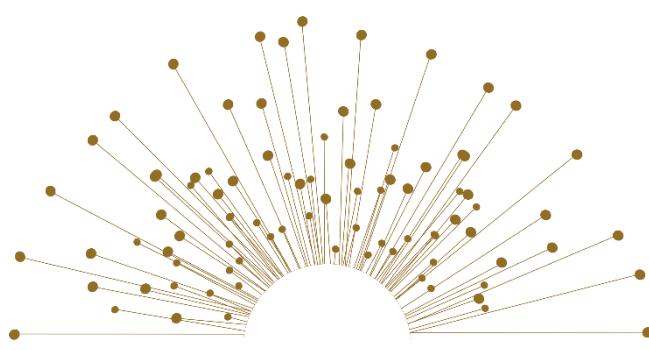


Figura 3: Apresentação oral e entrega das cartilhas.

Fonte: Acervo do Projeto (2023)

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os boletins educativos são ferramentas indispensáveis para manter a comunidade atualizada sobre os mais recentes avanços e pesquisas, promovendo a troca de conhecimento e incentivando a educação contínua. A iniciativa da equipe do Med Folha, composta por alunos do curso de medicina, destaca-se pela produção de conteúdos informativos nas mídias sociais e pelo desenvolvimento de materiais físicos e em formato ebook destinados à população em geral. A distribuição desses materiais a alunos de uma escola de ensino médio em Araguaína, Tocantins, e a realização de rodas de conversa abordando técnicas de estudo, planejamento e ingresso na universidade, demonstra um compromisso significativo com a educação e o apoio aos futuros universitários. Durante esse encontro, os estudantes puderam esclarecer dúvidas, bem como discutir estratégias para a redução da ansiedade e a otimização dos métodos de estudo. Portanto, o trabalho desenvolvido por esta extensão não apenas estimulou o interesse dos alunos pela educação superior, mas também contribui de maneira substancial para sua preparação acadêmica e emocional. Essas ações exemplificam como a colaboração entre estudantes de diferentes níveis pode gerar impacto positivo na comunidade, promovendo



REVISTA CAPIM DOURADO

Diálogos em Extensão

ISSN nº 2595-7341 Vol. 8, n. 1, Jan-Abr., 2025

uma cultura de aprendizado contínuo e suporte mútuo.

REFERÊNCIAS

ALVES, S. A. A. et al. **Cartilha digital sobre práticas sustentáveis para a promoção da saúde do adolescente**. Ciência & Saúde Coletiva, v. 28, p. 2215–2226, 31 jul. 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/yFvrm37r4r4FYLzKcYFBWHJ/>. Acesso em 11/11/2024.

CASTELLS, M. **O poder da comunicação**. São Paulo: Paz e Terra, 2015.

FREIRE, P. **Pedagogia Da Autonomia : Saberes Necessários à Prática Educativa**. São Paulo: Paz e Terra, 2011.

RODRIGUES, D. G.; PELISOLI, C. **Ansiedade em vestibulandos**: um estudo exploratório. Archives of Clinical Psychiatry (São Paulo), v. 35, n. 5, p. 171–177, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpc/a/MmbMrMMtGFSF8vPSqxTVPDf/>. Acesso em 11/11/2024.