

AS TRANSFORMAÇÕES DA ADOLESCÊNCIA: A VISÃO DOS ESTUDANTES DA ESCOLA FAMÍLIA AGRÍCOLA DE PORTO NACIONAL – TO

THE TRANSFORMATIONS OF ADOLESCENCE: THE VISION OF STUDENTS AT FAMÍLIA AGRÍCOLA SCHOOL OF PORTO NACIONAL – TO

LAS TRANSFORMACIONES DE LA ADOLESCENCIA: LA VISIÓN DE LOS ESTUDIANTES DE LA ESCUELA FAMÍLIA AGRÍCOLA DE PORTO NACIONAL – TO

71

Hugo Rivas de Oliveira¹, Carolina Aires Vida², Larissa Soares de Castro², Kellen Lagares Ferreira Silva³, Carla Simone Seibert*³

¹Supervisor Pibid Biologia/UFT, Campus de Porto Nacional-TO; professor da Escola Família Agrícola de Porto Nacional;

²Bolsistas Pibid Biologia/UFT, Curso de Ciências Biológicas, Campus de Porto Nacional-TO;

³Coordenadora Pibid Biologia/UFT, Curso de Ciências Biológicas, Campus de Porto Nacional-TO;

* e-mail seibertcs@uft.edu.br

Artigo recebido em 16/12/2022 aprovado em 10/03/2023 publicado em 15/08/2023.

RESUMO

A adolescência é marcada por diversos e profundos conflitos. Nesse período o jovem estabelece valores, ideologias e estilo de vida, e como ocorrem diversas transformações corporais e comportamentais, este necessita de orientação correta. O objetivo desse trabalho foi verificar a compreensão dos estudantes da Escola Família Agrícola de Porto Nacional – TO acerca das transformações físicas e psíquicas que ocorrem na adolescência. A coleta de dados foi realizada através da aplicação de questionários virtuais, e foram obtidas 52 respostas. Percebeu-se que a maioria dos discentes sentem-se bem com a imagem corporal, no entanto, um pequeno grupo é descontente pela falta de crescimento, por sobrepeso, e vergonha. As principais modificações comportamentais observadas foram alteração do humor, mudança nos hábitos de vestir e preocupação com a aparência. A maioria dos entrevistados afirmaram que receberam informações da escola e da família para lidarem com as transformações dessa fase. Asseguraram que as intervenções pedagógicas realizadas pelo Pibid geraram aprendizado. Contudo, é necessário que ocorram ações educativas para esclarecer os adolescentes acerca das transformações físicas e psíquicas dessa fase do desenvolvimento, e a escola e família têm papéis preponderantes nessas temáticas.

Palavras-chave: Adolescente; Imagem Corporal; Mudanças Comportamentais.

ABSTRACT

Adolescence is marked by many and profound conflicts. During this period, young people establish values, ideologies and lifestyle and, as several bodily and behavioral transformations occur, they need correct guidance. The objective of this work was to verify the understanding of the students of the Escola Família Agrícola de Porto Nacional - TO about the physical and psychic transformations that occur in adolescence. Data collection was carried out through the application of virtual questionnaires, and 52 responses were obtained. It was noticed that most students feel good about their body image, however,



a small group is unhappy because of lack of growth, overweight, and shame. The main behavioral changes observed were mood swings, changes in dressing habits and concern for appearance. Most respondents stated that they received information from the school and family to deal with the transformations of this phase. They ensured that the pedagogical interventions carried out by Pibid generated learning. However, it is necessary that educational actions take place to clarify the adolescents about the physical and psychic transformations of this phase of development, and the school and family have preponderant roles in these themes.

Keywords: Adolescent; Body image; Behavioral Changes.

RESUMEN

La adolescencia está marcada por muchos y profundos conflictos. Durante este período, los jóvenes establecen valores, ideologías y estilos de vida y, a medida que ocurren diversas transformaciones corporales y conductuales, necesitan una correcta orientación. El objetivo de este trabajo fue verificar la comprensión de los alumnos de la Escuela Familia Agrícola de Porto Nacional – TO sobre las transformaciones físicas y psíquicas que ocurren en la adolescencia. La recolección de datos se realizó mediante la aplicación de cuestionarios virtuales, y se obtuvieron 52 respuestas. Se notó que la mayoría de los estudiantes se sienten bien con su imagen corporal, sin embargo, un pequeño grupo está descontento por falta de crecimiento, sobrepeso y vergüenza. Los principales cambios de comportamiento observados fueron cambios de humor, cambios en los hábitos de vestir y preocupación por la apariencia. La mayoría de los encuestados afirmó que recibió información de la escuela y la familia para hacer frente a las transformaciones de esta fase. Aseguraron que las intervenciones pedagógicas realizadas por Pibid generaron aprendizaje. Sin embargo, es necesario que se realicen acciones educativas para esclarecer a los adolescentes sobre las transformaciones físicas y psíquicas de esta fase del desarrollo, y la escuela y la familia tienen papeles preponderantes en estos temas.

Descriptores: Adolescente; Imagen corporal; Cambios en el comportamiento.

INTRODUÇÃO

A adolescência é uma fase marcada por diversos e profundos conflitos e transformações. É o momento em que o jovem necessita de informações corretas e contextualizadas sobre as características dessa fase da vida (FILIPINI et al., 2013).

O Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) define a adolescência como o período de vida que vai dos 12 aos 18 anos de idade (BRASIL, 1990). No entanto, segundo Eisenstein (1999), dada às características de variabilidade e diversidade dos parâmetros biológicos e psicossociais que ocorrem nesta fase, a idade cronológica, apesar de ser o quesito mais usado, muitas vezes não é o melhor critério de definição.

Na adolescência são estabelecidos valores, ideologias e estilo de vida. É um período de vulnerabilidade a certos agravos relacionados ao uso de drogas lícitas (até mesmo ilícitas) e práticas sexuais desprotegidas (SIERRA, 2004).

Apesar de a adolescência ser uma fase marcada por dúvidas, insegurança, dentre outras questões, Gomes et al. (2002) afirmam que de maneira geral, o adolescente não recebe na família informações que



envolvam sua saúde, e quando tem acesso, essas informações são muitas vezes limitadas e inadequadas, provenientes de amigos, ou de pessoas pouco preparadas para essa função. Dessa forma, a família constitui o alicerce de apoio ao jovem, colabora para a resolução de suas angústias, aconselha, impõe limites, às vezes censura a postura do adolescente, dentre outras questões, e em muitos casos, enfrenta os desafios juntamente com eles (GOMES et al., 2002).

Nesse sentido, a escola também é importante, pois tem função essencial na formação global do jovem e propicia condições para que este alcance sua autonomia. Além disso, contribui para a inserção de indivíduos como cidadãos e protagonistas da sociedade (DESSEN e POLONIA, 2007). A escola deve atuar conjuntamente com a família na continuidade da formação de opinião consciente dos adolescentes acerca do seu meio. É papel da escola agregar pessoas que estão em processo de aprendizagem e, assim, flexíveis ou passíveis de mudanças ou revisão de seus hábitos (MARQUES et al., 2003).

No entanto, as famílias e as escolas podem ter contratempos e o adolescente acaba por descobrir o mundo com precária ou nenhuma orientação. Ocorre também desse ser resistente aos ensinamentos ofertados e termina por enfrentar maiores obstáculos.

É natural que o adolescente tenha dificuldade de compreender o que está ocorrendo com ele. As características dessa fase da vida são complexas e as mudanças físicas e psíquicas são rápidas e significativas. Nesse processo, é fundamental entender o que ocorre na adolescência e investigar a visão dos próprios adolescentes a respeito desta temática. Portanto, o objetivo deste trabalho foi verificar a compreensão dos estudantes da Escola Família Agrícola de Porto Nacional – TO (EFAPN) acerca das transformações físicas e psíquicas que ocorrem na adolescência.

MATERIAIS E MÉTODOS

Esse trabalho foi construído a partir da interação virtual, dada a pandemia do Covid-19, entre acadêmicos do curso de Ciências Biológicas da Universidade Federal do Tocantins (UFT), vinculados ao Programa Institucional de Bolsas de Iniciação à Docência (Pibid), com estudantes da Escola Família Agrícola de Porto Nacional (EFAPN).

A EFAPN é uma escola do campo e atende filhos e filhas de agricultores familiares de vários municípios do estado do Tocantins. Está situada na zona rural do município de Porto Nacional – TO e oferta, atualmente, a segunda fase do Ensino Fundamental e o Curso Técnico em Agropecuária Integrado ao Ensino Médio. A EFAPN adota a Pedagogia da Alternância, que consiste, resumidamente, na alternância semanal dos estudantes entre casa e escola. Dessa forma, os estudantes não perdem o vínculo com suas famílias pois, mesmo permanecendo na escola em regime de internato, na semana subsequente manter-se-ão com suas famílias, desenvolvendo atividades escolares e laborais.



Esta pesquisa foi realizada entre os meses de março e abril do ano de 2021. Na época a EFAPN contava com aproximadamente, 250 estudantes. Foi enviado um questionário *on line*, utilizando a ferramenta virtual *Google Forms*, para todos os estudantes das 1ª, 2ª e 3ª séries do Curso supracitado e da 3ª Série do Curso Técnico em Agroindústria Integrado ao Ensino Médio (ofertado naquele ano).

O questionário foi construído pelos bolsistas do Pibid de biologia do Campus de Porto Nacional, no intuito de investigar a satisfação dos estudantes da EFAPN com o seu corpo, descrever os desafios comportamentais que enfrentam nessa fase da vida e analisar se recebem orientações da escola e da família sobre as transformações físicas e psíquicas na adolescência. Os resultados foram organizados no Excel para análise descritiva.

Após o levantamento e análise dos dados, os acadêmicos do Pibid realizaram intervenções pedagógicas para com os estudantes da EFAPN. Essas consistiram em duas videoconferências, através da ferramenta virtual *Google Meet*. A primeira, teve duração de, aproximadamente, 1,5h e estabeleceu uma “roda de conversa” (MOURA e LIMA, 2014) para ouvir as dúvidas e anseios dos discentes sobre as temáticas abordadas. Já na segunda videoconferência, realizada uma semana depois da primeira, e com a mesma duração, buscou-se, com diálogos explicativos e com informações claras e de fácil entendimento, esclarecer a ocorrência das transformações físicas e psíquicas da adolescência. Na semana seguinte, foi aplicado um segundo questionário, para o mesmo público e utilizando a mesma metodologia do primeiro, a fim de verificar, na visão do estudante, como os pais (família) poderiam contribuir com os jovens na fase da adolescência, como a EFAPN poderia abordar as questões relacionadas aos adolescentes e avaliar a atuação dos acadêmicos do Pibid.

Foi elaborada uma cartilha virtual pelos bolsistas do Pibid de biologia do Campus de Porto Nacional, por meio do software *Power Point* - PPT (*Microsoft*), juntando algumas pequenas imagens com textos. A proposta da cartilha foi esclarecer e contextualizar as principais características da adolescência, através de uma linguagem de fácil entendimento e com informações claras. O documento digital foi convertido em formato de arquivo *Portable Document Format* – PDF (*Adobe Systems*), para facilitar o acesso da cartilha pelo celular dos estudantes da EFAPN. A cartilha foi enviada para os estudantes, via *WhatsApp*.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dada a dificuldade de acesso à *internet*, somente 52 estudantes das 1ª, 2ª e 3ª séries do Curso Técnico em Agropecuária Integrado ao Ensino Médio e da 3ª Série do Curso Técnico em Agroindústria Integrado ao Ensino Médio (ofertado naquele ano), responderam o primeiro questionário. E destes, 19 estudantes participaram do segundo questionário.



Através das respostas do primeiro questionário foi constatado que a maioria (81%) dos estudantes declararam sentir-se bem com o próprio corpo, enquanto os demais apresentaram resposta negativa (12%) ou satisfação parcial com a sua imagem corporal (7%). Esses dados aproximam-se dos resultados da Pesquisa Nacional de Saúde Escolar (PeNSE), do ano de 2015, realizada com adolescentes do 9º Ano do Ensino Fundamental, quando foi constatado que 72% estavam satisfeitos em relação ao próprio corpo. O estudo afirma que a imagem corporal é vista como um fator de autoaceitação para o adolescente, o que colabora para sua autonomia (IBGE, 2016).

Para Brêtas (2003) é comum o adolescente ter dúvidas sobre o crescimento e desenvolvimento do seu corpo. Nesse período, se processam várias mudanças hormonais, que aceleram o crescimento físico e o desenvolvimento dos caracteres sexuais secundários. Nesse processo de desenvolvimento, ocorrem mudanças aceleradas e desiguais, onde algumas partes se desenvolvem mais rapidamente que outras. Tudo isso surpreende o adolescente, que passa a não se reconhecer em seu próprio corpo.

Os adolescentes da EFAPN justificaram a satisfação na aceitação da imagem corporal pelo fato de sentirem-se felizes com a aparência. O descontentamento foi relatado pela falta de crescimento, por vergonha e por sobrepeso. Nos jovens, a grande inquietação com a aparência e o crescente desgosto com a imagem do corpo, sobretudo com o peso, tem sido objeto de muitos estudos científicos. Tal desejo da ciência é aguçado pela constatação do aumento dos distúrbios alimentares, principalmente em mulheres. A apreensão com o peso é concebida como consequência da internalização de padrões imaginários de beleza (CAMPAGNA e SOUZA, 2006).

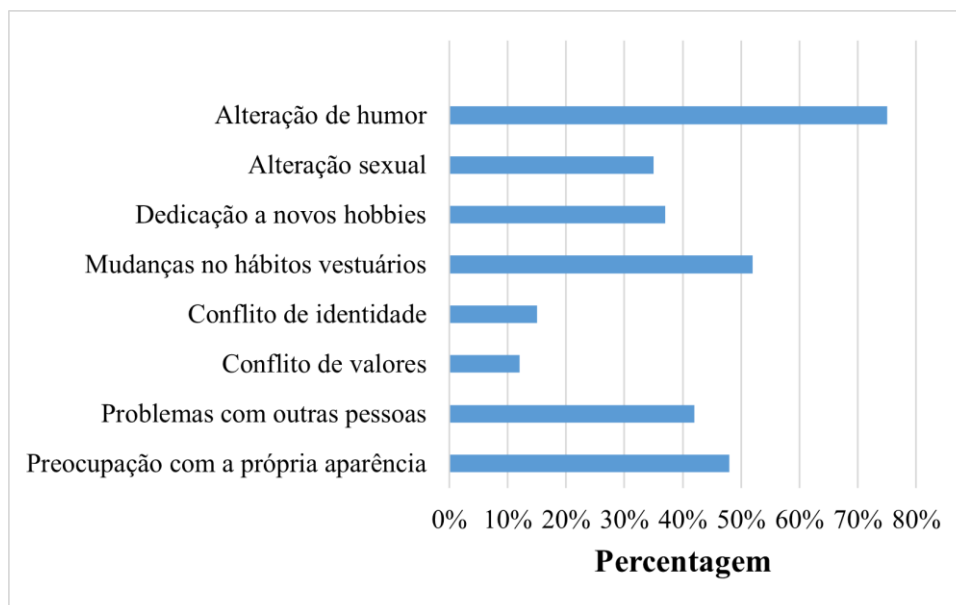
A imagem corporal é influenciada pelas mudanças morfológicas e psicológicas constantes da adolescência. Desse modo, tanto fatores internos, quanto externos, pesam nessas questões (JUSTINO et al., 2020). Como a adolescência é um período marcado por mudanças, é preciso que a imagem corporal seja reestruturada. É importante que o jovem compreenda que a imagem que se tem do corpo é um produto da relação dele consigo mesmo e com as demais pessoas (CAMPAGNA e SOUZA, 2006).

Foi questionado aos estudantes da EFAPN sobre as mudanças comportamentais que ocorrem na adolescência. Foram disponibilizadas alternativas e, eles tiveram autonomia de marcar mais de uma opção. As principais modificações comportamentais observadas foram alteração do humor, mudança nos hábitos de vestir, preocupação com a aparência e conflitos com outros jovens (Figura 1). Os resultados encontrados são semelhantes aos registrados em uma pesquisa sobre problemas emocionais e de comportamento na adolescência, realizada por pesquisadores da Pontifícia Universidade Católica de Campinas, SP. No estudo, 82% dos adolescentes afirmaram ter problemas de relacionamento; 72% alterações de ordem emocional; e 70% ter um sentimento negativo ou preocupação com a própria aparência (JUSTO e ENUMO, 2015).



Apontamentos registrados em outra pesquisa realizada com 100 adolescentes, do estado de Minas Gerais, entre 12 e 14 anos, concluiu-se que, independentemente do sexo, a maioria dos adolescentes (82%) apresenta sentimentos ora de alegria, ora de tristeza (FILIPINI *et al.*, 2013). Desta forma é possível afirmar que é comum as alterações comportamentais durante a adolescência. No entanto, os comportamentos manifestados na fase da adolescência devem ser enfrentados com importância, pois não só interferem significativamente no cotidiano do jovem, como podem afetar o desenvolvimento saudável e na entrada na vida adulta (VALVERDE *et al.*, 2012). Nesse sentido, fatores relacionados à resolução de problemas, valorização do sujeito e habilidade de comunicação devem ser estimulados, pois favorecem a evolução sadia do adolescente, em todos os ambientes ao qual está inserido e fortalecem a sua resiliência.

Figura 1. Registro das respostas apontadas pelos adolescentes dos Cursos Técnicos em Agropecuária e Agroindústria Integrados ao Ensino Médio da EFAPN sobre as principais mudanças comportamentais desta fase, na visão dos participantes da pesquisa. Dados coletados em 2021



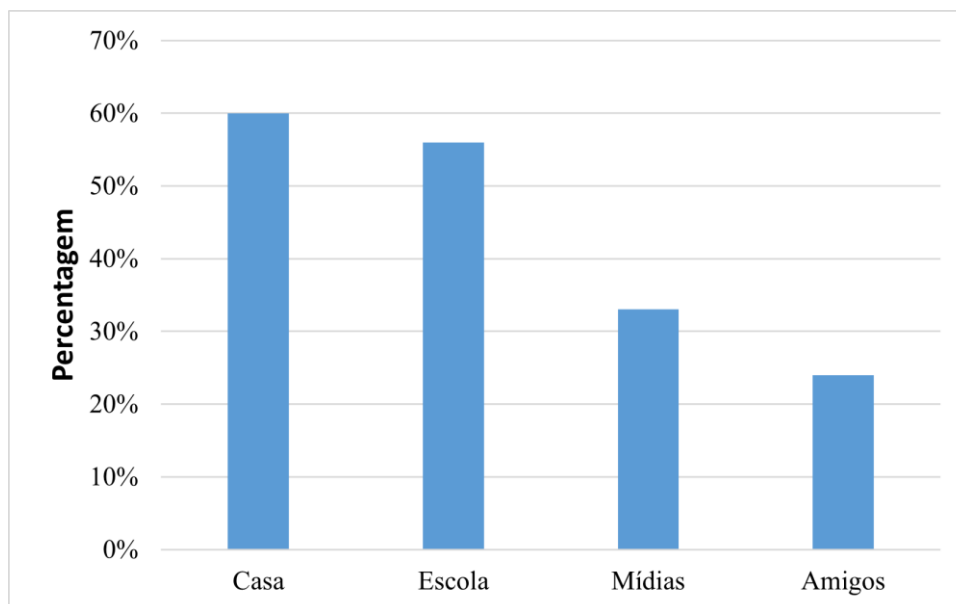
Fonte: Elaboração própria dos autores, 2022

Quando questionados se já receberam alguma informação sobre como lidar com as transformações da adolescência, a maioria dos estudantes da EFAPN afirmaram que sim (81% dos adolescentes). Destes, quando perguntados sobre em qual ambiente recebeu essa informação, a maioria afirmou que foi em casa e/ou escola. Nessa questão os discentes poderiam assinalar mais de uma opção (Figura 2).



Asseveram Pratta e Santos (2007), que as vivências obtidas pelo adolescente tanto no seio familiar, quanto nos outros ambientes nos quais ele está inserido, cooperam para a formação da vida adulta. Acrescentam que no âmbito familiar, o jovem passará por várias experiências como apreço, medo, dor, raiva e outras emoções, que servirão de fundamental aprendizado para a vida futura.

Figura 2. Respostas dos estudantes dos Cursos Técnicos em Agropecuária e Agroindústria Integrados ao Ensino Médio da EFAPN a respeito de qual ambiente recebeu informações sobre como lidar com as transformações da adolescência. Dados coletados em 2021.



Fonte: Elaboração própria dos autores, 2022

Dessen e Polonia (2007) afirmam que a família exerce um forte impacto e uma grande influência no comportamento dos indivíduos. Auxilia os adolescentes a ver o mundo e construir as suas relações sociais. Adicionalmente ao ambiente familiar, Carneiro et al. (2015) acrescentam que a necessidade de tratar esses assuntos com adolescentes dentro da escola tem se emergido cada vez mais. Salientam que a escola tem uma função importante, pois é um ambiente propício para a aprendizagem do tema, não só quando se trata da anatomia, fisiologia do corpo humano ou a própria biologia, mas também de desenvolverem autonomia sobre seus corpos e desejos. Pieve (2009) reforça que a escola contribui significativamente na formação e informação de adolescentes, pois é o polo integrador e organizador da comunidade, responsável por socializar e preparar esses indivíduos para a vida em sociedade.

No entanto, Duca e Lima (2019) expressam preocupação quando adolescentes buscam informações, sobre esta fase da vida nas mídias sociais. Para eles essas tecnologias exercem grande



poder sobre o comportamento dos adolescentes. Afirmam que é importante acessar informações de modo consciente para que a tecnologia não controle o indivíduo, ou, muitas vezes, possa vir a trazer informações de maneira equivocada e influenciando-o negativamente. À vista disso, Frois et al. (2011) asseguram que apesar dos conflitos internos sobre o reconhecimento do próprio corpo, ainda há influência externa. As mídias, principalmente a televisão e a *internet*, têm influído na divulgação e valorização do corpo perfeito. Essa situação agrava-se quando uma característica física, inevitavelmente passageira, decorre, na cabeça do jovem, como permanente.

Para Barbosa et al. (2020), medo e angústias são sentimentos naturais desta fase da adolescência. Em uma pesquisa recente desenvolvida por esses autores foi possível constatar que o medo de contrair Infecções Sexualmente Transmissíveis – IST, bem como, as dúvidas sobre as questões que envolvem a sexualidade são comuns entre os jovens. Nesse sentido, Brilhante e Catrib (2011) acrescentam que na adolescência concretiza-se a identidade de sexo e de gênero. Esse fato, possibilita o ser humano elaborar sua relação com o fenômeno da diferença, que tem sua expressão mais nítida na sexualidade, mas, em muito, a extrapola. Dessa maneira, é necessário que o adolescente possa ter orientação correta e contínua. A educação para a sexualidade é um processo de formação para os jovens que, além das informações científicas, precisam receber esclarecimentos para o entendimento e o desenvolvimento da sexualidade de forma integral e saudável (COSTA et al., 2001).

Assim sendo, este trabalho buscou, entre outros objetivos, desenvolver intervenções pedagógicas que orientassem corretamente os jovens da EFAPN. Após duas intervenções sobre a temática, foi aplicado um segundo questionário os estudantes da escola. Quando perguntado como os pais (ou familiares) poderiam contribuir com os adolescentes, durante essa fase, a maioria das respostas (79%) retratou a necessidade de orientações/conselhos dialogados, 5% dos estudantes registraram a necessidade de menos julgamento, enquanto 16% optaram por não responder essa questão. O diálogo da família para com o adolescente é fundamental, pois é exatamente nesse período que ele mais carece de orientação e entendimento da sua família. A falta de diálogo no ambiente familiar é capaz de provocar, em certos casos, problemas de relacionamento e afetar o bem-estar e a saudável condição psíquica dos adolescentes (PRATTA e SANTOS, 2007).

Marques et al. (2003), acrescentam que a família deve dar importância para o diálogo ao lidar com o adolescente. Para os autores as formas de comunicação têm que objetivar a autoestima, motivação e vontade do jovem para entender as transformações que estão ocorrendo. Por conseguinte, o Ministério da Saúde lançou, no ano de 2016, um manual para ajudar os pais e demais familiares a orientar os adolescentes. Em certa parte, é preconizado que a família dever conversar abertamente com o jovem. Nesse processo, deve-se evitar ser irônico e procurar não julgar o adolescente, pois é necessário estabelecer uma aproximação a partir da troca de ideias (BRASIL, 2016).



Também foi questionado como a escola poderia abordar essa temática. Os estudantes indicaram palestras com discussões abertas (74%) e as aulas explicativas com informações atualizadas (10%), 16% dos estudantes não responder a questão. Dessa forma, é importante que a abordagem pedagógica adotada pela escola, no processo de ensino e aprendizagem do adolescente, aplique metodologias que levem em conta as características próprias do estudante, que o enxergue com potencialidades e fragilidades (KONKIEWITZ, 2013). Pelisoli e Piccoloto (2010) afirmam que a aplicação de palestras, oficinas e uso de vídeos educativos, que abordam temáticas relacionadas com a adolescência, são estratégias colaborativas para o bom desenvolvimento de muitos estudantes. Desse modo, Barbosa et al. (2020) asseguram que as práticas educativas devem ter técnicas eficientes para envolver e dar autonomia para os adolescentes. É importante que esses tenham informações seguras para reduzir as dúvidas e medos.

E por último, foi questionado se as intervenções pedagógicas contribuíram com o aprendizado sobre a adolescência, 79% consideraram que sim, 16% não souberam responder, e os demais afirmaram que não. Após as videoconferências e a aplicação do segundo questionário, foi elaborado uma cartilha virtual, a qual foi encaminhada aos estudantes da EFAPN, via *WhatsApp*. A cartilha foi estruturada tendo na primeira página a identificação do assunto e equipe executora. Na sequência, o material questiona os estudantes sobre como estes lidam com as transformações que estão ocorrendo e os motiva a ler a cartilha, trabalha do amadurecimento físico e psíquico dos jovens e finaliza explicando que todo esse processo é natural, mas que o ritmo das mudanças precisa ser respeitado (Figura 3). Para Dias (2018), a cartilha é uma importante ferramenta para o processo de ensino-aprendizado. Acrescenta que essas atuam como instrumentos “educadoras”, visto que garantem o direito à comunicação tal como auxiliam em diversas práticas pedagógicas.

Segundo Lessa et al. (2018) o uso de cartilhas educativas é um forte e estratégico aliado na sensibilização de adolescentes. Acrescentam Moura et al. (2019) que a cartilha pode ser um recurso na condução de discussões sobre diversas temáticas, permitindo que o adolescente possa se apropriar de informações, aproximando o conhecimento do seu cotidiano por meio do protagonismo juvenil. Portanto, os adolescentes têm a capacidade de pensar por conceitos e de desenvolver raciocínio abstruso, mas essas competências não são alcançadas pelo amadurecimento biológico. Desse modo, é importante promover ações pedagógicas que possibilitem aos estudantes estabelecerem relações dos conhecimentos que já possuem, com aquilo que está sendo evidenciado e construído (ZANELATO e URT, 2021).

Figura 3. Imagem de partes da cartilha virtual elaborada pelos bolsistas PIBID, para os estudantes dos Cursos Técnicos em Agropecuária e Agroindústria Integrados ao Ensino Médio da EFAPN.



DO COMEÇO...

Que a adolescência é uma das fases com mais transformações na vida de um indivíduo todo mundo já sabe, mas, como você, adolescente tem lidado com tais transformações? Quais são elas? E como elas acontecem?

Hoje vamos aprender um pouco sobre o que está acontecendo com você e como passar por essa transição de forma saudável.

O QUE ESTÁ ACONTECENDO COM O MEU CORPO?

Homônios. Essa palavra é bem utilizada quando se trata da transição da fase infantil para a fase adulta, com certeza você já ouviu isso. Quais os homônios estão envolvidos e como eles estão agindo sobre seu corpo? As primeiras transformações notadas são as do seu corpo.

Para estimular os ovários a fabricar outros dois homônios: estrogênio e progesterona. Já nos rapazes acontece a mesma coisa, porém após a produção (LH) e (FSH) ocorre a produção de testosterona, que estimula o crescimento dos órgãos sexuais, mudanças na voz e crescimento de pelos faciais.

TRANSFORMAÇÕES CORPORAIS

Nas meninas, acontece a liberação de um hormônio chamado gonadotrofina (GnRH) que vai até uma glândula chamada hipófise, que está localizada na parte inferior do cérebro, e lá vai começar a produção de mais dois homônios: luteinizante (LH) e folículo-estimulante (FSH), mas pra que eles servem?

PORTANTO...

As mudanças que estão ocorrendo com você, não é sua culpa! Você não está ficando louco(a), têm muita transformação acontecendo com você nesse momento, e vai continuar, mas em ritmo menor na primeira fase da vida adulta. Muita coisa ainda vai acontecer, seu stress não é uma besteira, seus conflitos são reais e suas emoções estão a flor da pele.

E O QUE ACONTECE?

Meninas, sabe porque seu corpo começa a ganhar curvas? Então, o estrogênio faz com que as células do tecido adiposo (responsável por armazenar gordura em células especializadas) cresçam e se multipliquem nas regiões da coxa, nádegas e barriga. No entanto, isso varia de acordo com o biótipo de cada menina.

MAS E AS TRANSFORMAÇÕES PSÍQUICAS?

Imagine seu corpo recebendo novas informações, a presença de hormônios que até então eram desconhecidos causam um pequeno "stress", refletindo na sua mente. O cérebro começa a crescer mais e isso afeta seu pensamento e comportamento. A formação da parte frontal do cérebro, chamado de córtex pré-frontal, é a última a se desenvolver.

MAS NO QUE ISSO INFLUÊNCIA?

O córtex pré-frontal é responsável por tomada de decisões e a capacidade de pensar nas consequências, por isso o adolescente se comporta de forma impulsiva. Essa fase é a mais vulnerável quando se trata de problemas como o alcoolismo e uso de drogas. Mas você não vai cair nessa né? Pois agora, você sabe o que realmente anda acontecendo!

Fonte: Elaboração própria dos autores, 2022.

Toda interação com o adolescente, no sentido de orientá-lo corretamente, é positiva. É importante colocar em prática estratégias educativas para incentivar a participação e a sensibilização dos jovens, pois essa é uma fase de vulnerabilidades (CARNEIRO et al., 2015). Nesse sentido, é fundamental que todas as pessoas que participam do desenvolvimento dos adolescentes estejam atentas para as transformações ocorridas nessa fase e que promovam ações que minimizem a aflição desses jovens (CAMPAGNA e SOUZA, 2006).

No entanto, a interação com o adolescente, no sentido de colaborar com a sua autonomia frente as transformações físicas e psíquicas aos quais está passando, deve ser de forma prazerosa e através do diálogo. Se as orientações almejam ter controles ou que sejam intolerantes não produzirão resultados positivos (MARQUES et al., 2003).

CONCLUSÃO

As transformações físicas e psíquicas ocorrem continuamente na vida do ser humano. No entanto, as mais significativas vão acontecer, impreterivelmente, na fase da adolescência e constituem



a transição necessária para o ingresso na vida adulta. Elas não estão ligadas diretamente à idade do jovem, pois são mais influenciadas pelo contexto sociocultural ao qual esse adolescente está inserido.

É necessário que ocorram ações educativas que visem esclarecer acerca das transformações físicas e psíquicas que estão ocorrendo com os adolescentes. Promover ações afirmativas para que o adolescente entenda que a imagem corporal é o resultado da relação dele consigo mesmo e com os demais jovens. E ter a compreensão de que a tecnologia, mesmo exercendo grande poder sobre seu comportamento, não o controla.

Apesar da adolescência ser uma fase marcada por várias alterações comportamentais, é importante tranquilizar os jovens que elas são naturais. No entanto, tem que ser levadas a sério, pois interferem significativamente no cotidiano, no desenvolvimento saudável e na vida adulta.

A escola e a família têm papel fundamental na vida do adolescente. Elas cooperam para a formação do jovem para a vida adulta construindo relações sociais e estimulam a compreensão da realidade que estão inseridos. Devem ser espaços onde o jovem encontra informações sobre a educação para a sexualidade.

O PIBID de biologia do campus de Porto Nacional teve um importante papel, pois proporcionou aos acadêmicos de biologia a inserção nesta importante temática, nos anos iniciais da formação destes futuros professores.

AGRADECIMENTOS

A Escola Família Agrícola de Porto Nacional – TO e a seus estudantes que gentilmente colaboraram com essa pesquisa. A CAPES, por possibilitar o fomento às bolsas do Pibid, e com isso, oportunizar a troca direta de experiências entre estudantes secundaristas, professores da educação básica, acadêmicos da licenciatura e professores universitários da UFT. Aos acadêmicos Rafael José de Castro Costa e Patrícia Barbosa Pereira, pelo auxílio na execução desse trabalho.

Todos os autores declararam não haver qualquer potencial conflito de interesses referente a este artigo.

REFERÊNCIAS

BARBOSA, L. U.; PEREIRA, J. C. N.; LIMA, A. G. T.; COSTA, S. S.; MACHADO, R. S.; HENRIQUES, A. H. B.; FOLMER, V. Dúvidas e medos de adolescentes acerca da sexualidade e a importância da educação sexual na escola. **Acervo Saúde**, v. 12, n. 4, 2020. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/2921>. Acesso em: 05 out. 2021.

BRASIL. Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990. **Estatuto da Criança e do Adolescente**. Dispõe sobre a proteção integral à criança e ao adolescente. *Ministério da Educação*, Brasília, 16 jul. 1990. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm. Acesso em: 20 jan. 2021.



BRASIL. Ministério da Saúde. **Famílias e Adolescentes**. Brasília – DF, 2016. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/familia_adolescentes.pdf. Acesso em: 22 mai. 2022.

BRÊTAS, J. R. S. Mudanças: a corporalidade na adolescência. São Paulo, SP. **Tese de Doutorado**. Escola Paulista de Medicina – UNIFESP; 2003. Disponível em: <https://core.ac.uk/download/pdf/37721755.pdf>. Acesso em: 05 out. 2021.

BRILHANTE, A. V. M. e CATRIB, A. M. F. Sexualidade na adolescência. **FEMINA**, v. 39, n. 10, 2011. Disponível em: <http://files.bvs.br/upload/S/0100-7254/2011/v39n10/a2966.pdf>. Acesso em: 05 out. 2021.

CAMPAGNA, V. N. e SOUZA, A. S. L. Corpo e imagem corporal no início da adolescência feminina. **Boletim de Psicologia**, v. 56, n. 124, p. 09-35, 2006. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/bolpsi/v56n124/v56n124a03.pdf>. Acesso em: 17 mai. 2022.

CARNEIRO, R. F.; SILVA, N. C.; ALVES, T. A.; ALBUQUERQUE, D. O.; BRITO, D. C.; OLIVEIRA, L. L. Educação sexual na adolescência: uma abordagem no contexto escolar. **Rev. Políticas Públicas**, v. 14, n. 1, 2015. Disponível em: <https://sanare.emnuvens.com.br/sanare/article/view/617>. Acesso em: 18 mai. 2021.

COSTA, M. C. O.; LOPES, C. P. A.; SOUZA, R. P.; PATEL, B. N. Sexualidade na adolescência: desenvolvimento, vivência e propostas de intervenção. **Jornal de Pediatria**, v. 77, n. 2, 2001. Disponível em: <http://www.jped.com.br/conteudo/01-77-s217/port.pdf>. Acesso em: 05 out. 2021.

DESSEN, M. A.; POLONIA, A. C. A família e a escola como contextos de desenvolvimento humano. **Paidéia**, v. 17, n. 36, 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/paideia/a/dQZLxXCSTNbWg8JNGRcV9pN/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 27 set. 2021.

DIAS, I. C. G. O uso de cartilha como ferramenta para promover a educação ambiental no ensino de ciências. Dois Vizinhos, PR. **TCC**. Universidade Tecnológica Federal do Paraná - UTFPR. 2018. Disponível em: http://repositorio.roca.utfpr.edu.br/jspui/bitstream/1/12818/1/DV_COBIO_2018_2_09.pdf. Acesso em: 27 set. 2021.

DUCA, R. M. D. e LIMA, V. H. B. A influência das mídias na adolescência. **Cadernos de Psicologia**, v. 1, n. 1, 2019. Disponível em: <https://seer.cesjf.br/index.php/cadernospsicologia/article/view/2000/1295>. Acesso em: 27 set. 2021.

EISENSTEIN, E. Atraso puberal e desnutrição crônica. São Paulo, SP. **Tese de Doutorado**. Escola Paulista de Medicina - UNIFESP. 1999. Disponível em: <http://repositorio.unifesp.br/handle/11600/16345>. Acesso em: 21 jan. 2021.

FILIPINI, C. B.; PRADO, B. O.; FELIPE, A. O. B.; TERRA, F. S. Transformações físicas e psíquicas: um olhar do adolescente. **Adolesc. Saúde**, v. 10, n. 1, 2013. Disponível em: <https://silo.tips/download/transformacoes-fisicas-e-psiquicas-um-olhar-do-adolescente>. Acesso em: 27 set. 2021.

FROIS, E.; MOREIRA, J.; STENGEL, M. Mídias e imagem corporal na adolescência: o corpo em discussão. **Psicologia em Estudo**, v. 16, n. 1, 2011. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/7yndSDgPJX4jXXYJymhcWkM/?lang=pt&format=pdf>. Acesso em: 05 out. 2021.



GOMES, W. A.; COSTA, M. C. O.; SOBRINHO, C. L. N.; SANTOS, C. A. S. T.; BACELAR, E. B. Nível de informação sobre adolescência, puberdade e sexualidade entre adolescentes. **Jornal de Pediatria**, v. 78, n. 4, 2002. Disponível em: <https://www.scielo.br/r/j/jped/a/C4cyWtDhrd6k8wW4yYZ97KC/?lang=pt>. Acesso em: 03 fev. 2021.

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar 2015**. Rio de Janeiro, 2016. Disponível em: <https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv97870.pdf>. Acesso em: 22 set. 2021.

JUSTINO, M. I. C.; ENES, C. C.; NUCCI, L. B. Imagem corporal autopercebida e satisfação corporal de adolescentes. **Rev. Bras. Saúde Mater. Infant.**, v. 20, n. 3, 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/xLD5WFCCLcHXKXLpgGNf9C/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 22 set. 2021.

JUSTO, A. P. e ENUMO, S. R. F. Problemas emocionais e de comportamento na adolescência: o papel do estresse. **Bol. Acad. Paulista de Psicologia**, v. 35, n. 89, 2015. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/bapp/v35n89/v35n89a07.pdf>. Acesso em: 22 set. 2021.

KONKIEWITZ, E. C. **Aprendizagem, comportamento e emoções na infância e adolescência: uma visão transdisciplinar**. Dourados/MS: UFGD, 2013. Disponível em: <https://cienciasecognicao.org/neuroemdebate/wp-content/uploads/2015/08/aprendizagem-comportamento-e-emocoes-na-infancia-e-adolescente-uma-visao-transdisciplinar-elisabete-castelon-konkiewitz-org.pdf>. Acesso em: 22 mai. 2022.

LESSA, L. P.; SILVA, R. K. S.; ROCHA, G. A.; LEAL, J. D. V.; ARAÚJO, A. K. S.; PEREIRA, F. G. F. Construção de uma cartilha sobre educação no trânsito para adolescentes. **Enfermagem UFPE on line**, v. 12, n. 10, 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/viewFile/235019/30240>. Acesso em: 05 out. 2021.

MARQUES, M. F. C.; VIEIRA, N. F. C.; BARROSO, M. G. T. Adolescência no contexto da escola e da família – uma reflexão. **Fam. Saúde Desenv.**, v. 5, n. 2, 2003. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/refased/article/view/8094/5713>. Acesso em: 05 out. 2021.

MOURA, A. F. e LIMA, M. G. A reinvenção da roda: roda de conversa: um instrumento metodológico possível. **Revista Temas em Educação**, v. 23, n. 1, p. 98-106, jan.-jun. 2014. Disponível em: <https://periodicos.ufpb.br/index.php/rteo/article/view/18338>. Acesso em: 01 abr. 2022.

MOURA, J. R. A.; SILVA, K. C. B.; ROCHA, A. E. S. H.; SANTOS, S. D.; AMORIM, T. R. S.; SILVA, A. R. V. Construção e validação de cartilha para prevenção do excesso ponderal em adolescentes. **Acta Paul Enferm.**, v. 32, n. 4, 2019. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ape/a/rDkLwCHjn3mCCMzFfS57K6R/?lang=pt>. Acesso em: 05 out. 2021.

PELISOLI, C. e PICCOLOTO, L. B. Prevenção do abuso sexual infantil: estratégias cognitivo-comportamentais na escola, na família e na comunidade. **Rev. Brasileira de Terapias Cognitivas**, v. 6, n. 1, 2010. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rbtc/v6n1/v6n1a07.pdf>. Acesso em: 11 mai. 2022.

PIEVE, M. A. A. Gravidez na adolescência: um problema sócio-cultural. Campos Gerais, MG. **TCC**. Universidade Federal de Minas Gerais - UFMG. 2009. Disponível em: <https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/2842.pdf>. Acesso em: 10 mar. 2021.



PRATTA, E. M. M. e SANTOS, M. A. Família e adolescência: a influência do contexto familiar no desenvolvimento psicológico de seus membros. **Psicologia em Estudo**, v. 12, n. 2, 2007. Disponível em: https://www.scielo.br/j/pe/a/3sGdvzqtVmGB3nM_gCQDVBgL/abstract/?lang=pt. Acesso em: 20 mai. 2021.

SIERRA, A. **Educação da sexualidade**. Ponta Grossa: UEPG, 2004.

VALVERDE, B. S. C. L.; VITALE, M. S. S.; SAMPAIO, I. P. C.; SCHOEN, T. H. Levantamento de problemas comportamentais\emocionais em um ambulatório para adolescentes. **Paidéia**, v. 22, n. 53, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/paideia/a/fJR9LnyNQVHwXLXXdgL386M/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 22 set. 2021.

ZANELATO, E. e URT, S. C. A atividade pedagógica para adolescentes: contribuições da psicologia histórico-cultural. **Psicologia em Estudo**, v. 26, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/49cXJm8JStZgZQrnLMJXBJd/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 27 set. 2021.