

Entre o cuidado e o currículo: o lugar da educação física na prevenção da autolesão na adolescência

Between care and curriculum: the role of physical education in the prevention of self-injury in adolescence

Entre el cuidado y el currículo: el lugar de la educación física en la prevención de la autolesión en la adolescencia

Cláudia Cherobini Piovesan 

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria – RS, Brasil.

claudiapiovesan95@hotmail.com

Cati Reckelberg Azambuja 

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria – RS, Brasil.

cati.razambuja@hotmail.com

Kelly Christine Maccarini Pandolfo 

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria – RS, Brasil.

kellypandolfo75@gmail.com

Daniela Lopes dos Santos 

Universidade Federal de Santa Maria, Santa Maria – RS, Brasil.

lopesdossantosdaniela@gmail.com

Recebido em 16 de março de 2026

Aprovado em 11 de junho de 2026

Publicado em 12 de junho de 2026

RESUMO

A autolesão não suicida constitui fenômeno multifatorial, atravessado por dimensões desenvolvimentais, emocionais e socioculturais, que desafia o contexto escolar e demanda estratégias preventivas fundamentadas em materiais orientadores. O presente estudo teve como objetivo identificar e analisar cartilhas brasileiras voltadas à prevenção e à abordagem da autolesão em crianças e adolescentes no contexto escolar, verificando a presença de recomendações relacionadas às práticas corporais, às aulas de Educação Física e ao esporte. Trata-se de uma revisão integrativa, com busca realizada no segundo semestre de 2024 em mecanismos de acesso aberto, resultando na identificação inicial de 28 cartilhas, das quais sete atenderam integralmente aos critérios de inclusão estabelecidos. Foram examinadas definições conceituais, distinções entre autolesão e comportamento suicida e orientações direcionadas ao público escolar. Os resultados indicam que todas as cartilhas

mencionam a atividade física como estratégia associada à promoção do bem-estar e à prevenção de comportamentos autolesivos, destacando benefícios relacionados à socialização e à regulação emocional. Contudo, as recomendações apresentam caráter predominantemente genérico, com pouca articulação aos fundamentos pedagógicos e ao currículo da Educação Física. Conclui-se que, embora a atividade física seja reconhecida como elemento potencialmente protetivo, sua incorporação nos materiais analisados revela tendência à instrumentalização, evidenciando a necessidade de maior integração entre políticas de saúde mental, projeto pedagógico escolar e participação das famílias.

Palavras-chave: Adolescentes; Automutilação; Escola.

ABSTRACT

Non-suicidal self-injury constitutes a multifactorial phenomenon involving developmental, emotional, and sociocultural dimensions, which challenges the school context and demands preventive strategies grounded in guiding materials. This study aimed to identify and analyze booklets addressing the prevention and management of self-injury among children and adolescents in the school setting, examining the presence of recommendations related to body practices, Physical Education classes, and sport. An integrative review was conducted, with searches carried out in the second semester of 2024 using open-access search engines, resulting in the initial identification of 28 booklets, of which seven fully met the established inclusion criteria. Conceptual definitions, distinctions between self-injury and suicidal behavior, and guidelines directed to the school audience were examined. The findings indicate that all selected materials mention physical activity as a strategy associated with well-being promotion and the prevention of self-injurious behaviors, highlighting benefits related to socialization and emotional regulation. However, the recommendations are predominantly generic and show limited articulation with the pedagogical foundations and the Physical Education curriculum. It is concluded that although physical activity is recognized as a potentially protective element, its incorporation in the analyzed materials reveals a tendency toward instrumentalization, highlighting the need for stronger integration between mental health policies, the school pedagogical project, and family participation.

Keywords: Adolescents; School; Self-harm.

RESUMEN

La autolesión no suicida constituye un fenómeno multifactorial, atravesado por dimensiones evolutivas, emocionales y socioculturales, que desafía el contexto escolar y exige estrategias preventivas fundamentadas en materiales orientadores. El presente estudio tuvo como objetivo identificar y analizar cartillas dirigidas a la prevención y abordaje de la autolesión en niños y adolescentes en el ámbito escolar, verificando la presencia de recomendaciones relacionadas con las prácticas corporales, las clases de Educación Física y el deporte. Se realizó una revisión

integradora, con búsqueda efectuada en el segundo semestre de 2024 en mecanismos de acceso abierto, lo que permitió la identificación inicial de 28 cartillas, de las cuales siete cumplieron plenamente con los criterios de inclusión establecidos. Se examinaron definiciones conceptuales, distinciones entre autolesión y conducta suicida, y orientaciones dirigidas al público escolar. Los resultados indican que todas las cartillas mencionan la actividad física como estrategia asociada a la promoción del bienestar y a la prevención de conductas autolesivas, destacando beneficios relacionados con la socialización y la regulación emocional. No obstante, las recomendaciones presentan un carácter predominantemente genérico y muestran escasa articulación con los fundamentos pedagógicos y el currículo de Educación Física. Se concluye que, aunque la actividad física es reconocida como un elemento potencialmente protector, su incorporación en los materiales analizados revela una tendencia a la instrumentalización, evidenciando la necesidad de mayor integración entre las políticas de salud mental, el proyecto pedagógico escolar y la participación de las familias.

Palabras clave: Adolescentes; Autolesiones; Escuela.

Introdução

A autolesão não suicida tem sido progressivamente reconhecida como um fenômeno complexo, situado na intersecção entre sofrimento psíquico, processos de desenvolvimento e contextos socioculturais. O Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5) descreve a autolesão não suicida como comportamento persistente de causar lesões superficiais ao próprio corpo, sem intenção de morte (APA, 2014). Embora tal definição enfatize critérios clínicos, a literatura evidencia que a prática se associa, frequentemente, à tentativa de regulação de emoções intensas e à dificuldade de simbolização de conflitos vivenciados em diferentes espaços de socialização, entre eles a escola. Dados da Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS, 2018) indicam que entre 10% e 20% dos jovens apresentam problemas de saúde mental não diagnosticados ou tratados inadequadamente.

No Brasil, segundo o Boletim Epidemiológico do Ministério da Saúde (Brasil, 2024), as notificações de violências autoprovocadas apresentaram redução de 38,8% entre o primeiro e o segundo trimestre de 2020, totalizando 19.716 casos. No entanto, após um período de estabilidade, houve aumento de 47,8% entre o segundo e o quarto trimestres de 2021, elevando o número de notificações para 34.333 casos. Esses dados evidenciam a persistência do fenômeno no cenário nacional e reforçam a necessidade de estratégias de prevenção e cuidado.

No Rio Grande do Sul, entre 2015 e 2023, foram notificadas 227.111 ocorrências de violência interpessoal ou autoprovocada (Brasil, 2024). Destas, 30,68% corresponderam a comportamentos autolesivos e tentativas de suicídio. Observou-se crescimento constante no registro dessas ocorrências até 2019, quando foi atingido o pico de 12.148 notificações. As mulheres representaram o grupo mais

vulnerável, com 69,94% das notificações de lesão autoprovocada atribuídas ao sexo feminino. A partir dos 10 anos de idade, verifica-se aumento progressivo nas taxas entre meninas, alcançando maior incidência na faixa etária de 15 a 19 anos.

A adolescência, nesse contexto, não deve ser compreendida apenas como recorte etário, mas como etapa marcada por intensificação das experiências afetivas, ampliação das demandas de reconhecimento e reconfiguração das relações sociais. No ambiente escolar, tais processos se expressam na busca por pertencimento, na sensibilidade a situações de exclusão e na centralidade das interações entre pares. Estudos apontam que vínculos escolares frágeis e experiências reiteradas de desvalorização podem agravar sentimentos de inadequação e sofrimento psíquico (Libório; Ungaretti, 2010; Brito et al., 2020). Nessa direção, comportamentos autolesivos têm sido compreendidos como estratégias de enfrentamento de estados emocionais intensos quando recursos institucionais de escuta e mediação se mostram insuficientes (Klonsky, 2007). Em contextos contemporâneos mediados por interações digitais, dinâmicas de comparação pública e exposição da imagem podem ampliar tais vulnerabilidades (Odgers; Jensen, 2020).

A escola, enquanto espaço de produção de experiências formativas, não se restringe à transmissão de conteúdos, mas constitui ambiente de socialização, construção identitária e mediação de conflitos (Coutinho; Carneiro; Salgueiro, 2018). Nesse sentido, emerge a necessidade de problematizar como os diferentes componentes curriculares, inclusive a Educação Física, vêm sendo mobilizados nas políticas e materiais orientadores voltados à prevenção da autolesão. A crescente visibilidade da autolesão no debate público tem sido acompanhada por processos de medicalização do sofrimento juvenil, nos quais experiências complexas tendem a ser enquadradas predominantemente sob categorias diagnósticas. Tal movimento, embora contribua para o reconhecimento institucional do problema, pode deslocar a discussão para o campo exclusivamente clínico, obscurecendo dimensões pedagógicas, relacionais e culturais implicadas na experiência escolar.

No interior da escola, práticas de cuidado podem tensionar-se com lógicas de regulação e normalização, especialmente quando o sofrimento é interpretado como desvio a ser corrigido. Nesse cenário, problematizar o lugar da Educação Física implica questionar se sua convocação nos materiais orientadores se dá como espaço de formação crítica e produção de vínculos ou como recurso instrumental voltado à gestão de comportamentos. Essa distinção torna-se central quando se considera que o corpo, no contexto escolar, é simultaneamente espaço de expressão, pertencimento e normatização (De Castro et al., 2024). A prevenção da autolesão, portanto, não pode ser dissociada do debate mais amplo sobre como a escola produz sentidos sobre diferença, vulnerabilidade e convivência.

Além de ambiente de socialização, a escola pode constituir espaço de escuta e participação juvenil. Experiências pedagógicas que favorecem o diálogo, a construção coletiva de regras e a participação dos estudantes em decisões cotidianas tendem a fortalecer sentimentos de pertencimento. A literatura aponta que vínculos escolares positivos funcionam como fator protetivo frente a diferentes formas de

sofrimento psíquico (Bertazzo; Wiezzel, 2025). Nesse sentido, pensar a prevenção da autolesão envolve não apenas intervenções pontuais, mas também a construção de uma cultura escolar que reconheça adolescentes como sujeitos ativos no processo formativo.

Partindo dessa lacuna, este artigo tem como objetivo identificar e analisar cartilhas disponíveis que abordam a prevenção e o manejo da autolesão em crianças e adolescentes no contexto escolar brasileiro, verificando se apresentam recomendações específicas relacionadas às práticas corporais, às aulas de Educação Física e ao esporte.

Percurso Metodológico

Este estudo caracteriza-se como uma Revisão Integrativa de Literatura, abordagem metodológica que possibilita reunir e analisar produções científicas e técnicas de naturezas distintas, favorecendo uma compreensão ampliada do fenômeno investigado (Silva; Botti, 2017; Sousa et al., 2017). Diferentemente de revisões estritamente sistemáticas, que operam com critérios mais restritivos e foco exclusivo em estudos empíricos, a revisão integrativa admite a inclusão de documentos teóricos, relatórios técnicos e materiais educativos, o que se mostrou adequado ao objetivo desta investigação, centrado na análise de cartilhas produzidas por diferentes instituições.

A escolha dessa abordagem fundamenta-se na necessidade de examinar não apenas evidências científicas sobre autolesão, mas também materiais de orientação utilizados no contexto escolar, os quais influenciam práticas pedagógicas e decisões institucionais. Assim, a revisão integrativa permitiu identificar lacunas na produção disponível e analisar de que maneira a Educação Física é contemplada nas recomendações voltadas à prevenção da autolesão.

A busca foi realizada no segundo semestre de 2024, utilizando os mecanismos Google e Google Scholar, considerando que grande parte das cartilhas de orientação encontra-se disponibilizada em acesso aberto na internet. Os descritores empregados foram selecionados a partir dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS), contemplando os termos: “automutilação”, “autolesão”, “lesão autoprovocada”, “auto agressão”, “escola”, “contexto escolar”, “educação física”, “esporte”, “criança” e “adolescente”, combinados por meio dos operadores booleanos AND, OR e NOT. Foram aplicados como critérios de refinamento o idioma português e o período de publicação entre 2014 e 2024. A delimitação temporal considerou a promulgação da Lei nº 13.819/2019 (Brasil, 2019) e o aumento da visibilidade pública do tema na última década.

A opção por analisar cartilhas institucionais justifica-se pelo papel que esses materiais desempenham na mediação entre políticas públicas e práticas escolares. Diferentemente de produções acadêmicas, tais documentos possuem caráter orientador e normativo, influenciando decisões pedagógicas e protocolos institucionais. Assim, compreender como a Educação Física é mencionada nesses materiais permite mapear representações oficiais sobre sua contribuição à prevenção da autolesão. Embora não tenha sido adotado protocolo formal como o PRISMA, uma vez que o foco não recaiu sobre estudos empíricos publicados em bases indexadas, buscou-se garantir transparência nos critérios de seleção e exclusão, de modo a

assegurar rastreabilidade do processo analítico. A natureza documental do corpus exigiu abordagem qualitativa interpretativa, voltada à identificação de padrões discursivos e recorrências temáticas.

Em um primeiro momento, realizou-se a leitura dos títulos, apresentações e introduções das cartilhas identificadas. Posteriormente, procedeu-se à análise integral dos materiais considerados potencialmente elegíveis. Os critérios de inclusão contemplaram: (a) apresentação de definição conceitual de autolesão ou automutilação; (b) distinção entre autolesão e comportamento suicida; (c) descrição de ações, proposições ou orientações para abordar o problema; (d) identificação de recomendações relacionadas à Educação Física ou ao esporte; e (e) direcionamento explícito ao público escolar (crianças e adolescentes). Foram excluídas cartilhas cujo foco exclusivo recaía sobre suicídio, materiais publicados antes de 2014 e produções acadêmicas como artigos, dissertações, teses ou trabalhos de conclusão de curso, uma vez que o objetivo do estudo centrou-se em materiais de orientação institucional.

Para sistematização das informações, utilizou-se planilha eletrônica do software Excel, na qual foram registrados: identificação da cartilha, autoria, ano de publicação, instituição responsável, público-alvo e presença ou ausência de recomendações relacionadas às práticas corporais, à Educação Física ou ao esporte. Ao final do processo de seleção, das 28 cartilhas inicialmente identificadas, sete atenderam integralmente aos critérios de inclusão estabelecidos, compondo o corpus analítico do estudo.

A análise das cartilhas não se limitou à identificação de menções explícitas à Educação Física, mas buscou compreender o sentido atribuído às práticas corporais no interior dos discursos institucionais. Assim, procedeu-se à leitura interpretativa dos trechos em que atividade física e esporte eram mencionados, considerando o contexto argumentativo em que apareciam, a função atribuída às práticas corporais e o público-alvo a que se destinavam as orientações. Tal procedimento permitiu distinguir entre recomendações de caráter genérico, associadas à ocupação do tempo ou à regulação emocional, e aquelas que sinalizavam preocupação com dimensões relacionais e pedagógicas. Embora não tenha sido adotado protocolo formal de análise de conteúdo, buscou-se assegurar consistência interpretativa por meio de leitura comparativa e sistematização criteriosa dos dados.

Resultados

Foram identificadas 28 cartilhas que abordavam a temática da automutilação, autolesão ou suicídio como foco principal. Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão estabelecidos na metodologia, sete cartilhas atenderam integralmente aos critérios definidos para esta revisão. (ver Tabela 1).

Tabela 1 - Síntese das Cartilhas selecionadas a partir dos critérios de inclusão para a revisão.

Autor (ano)	Público Alvo	Recomendações sobre Educação Física e Esporte
Scavacini et al. (2021)	Pais, mães e educadores	Promover atividades de lazer, como jogar videogame, ouvir música, passear com animais de estimação ou praticar esportes. Essas

		atividades liberam substâncias químicas que regulam o humor e estimulam a interação social.
Quesada et al. (2020)	Adolescentes com idade de 15 até 18 anos	Utilizar atividades físicas como parte de um plano de segurança, especialmente em momentos de luto. As práticas esportivas são indicadas para melhorar a saúde e o bem-estar.
Araújo et al. (2021)	Pais, mães, educadores a sociedade em geral	Apenas citação no contexto de proteção, destacando a imagem de um escudo como símbolo visual.
Avanci et al. (2023)	Profissionais da saúde, educação e assistência social	Incentivar atividades esportivas e grupais para promover autoconfiança e competência social, além de citar exercícios físicos como fatores protetores contra comportamentos autolesivos.
Prefeitura de Jundiá (2024)	Profissionais da educação	Alertar sobre os impactos negativos do excesso de telas no sono, alimentação e relações sociais, promovendo a prática de atividades físicas como alternativa saudável.
Caiçara e Sarda (2022)	Pais, mães e educadores	Identificar sinais de alerta, como desistir de atividades que gostava, especialmente quando expõem cicatrizes. Recomendar esportes e exercícios físicos para aliviar tensões emocionais e como forma de lazer.
Santos Martin et al. (2022)	Pais, mães e educadores	Utilizar atividades físicas como parte de planos de gestão de crises, favorecendo o enfrentamento de situações difíceis.

Fonte: Elaborada pelas autoras.

Em todas as sete cartilhas selecionadas foi identificada menção à atividade física ou ao esporte como estratégia associada à promoção do bem-estar ou à prevenção de comportamentos autolesivos. As recomendações variaram desde a sugestão de atividades de lazer e práticas esportivas, até a inclusão de exercícios físicos em planos de segurança e gestão de crises. Não foram identificadas descrições detalhadas de propostas pedagógicas estruturadas vinculadas especificamente às aulas de Educação Física escolar.

Discussão

A análise das sete cartilhas selecionadas evidencia que a autolesão não suicida é reconhecida como fenômeno relevante no contexto escolar, embora sua abordagem frequentemente apareça articulada ao debate mais amplo sobre comportamento suicida. Tal aproximação, ainda que compreensível do ponto de vista epidemiológico, tende a diluir especificidades conceituais importantes. Conforme argumenta Arantagy (2018), a automutilação caracteriza-se pela busca de alívio emocional imediato, diferindo da intencionalidade letal que define o suicídio. Essa distinção é reiterada por Whitlock et al. (2013) e Brown e Plener (2017), ao situarem a autolesão como prática associada à regulação emocional e a vulnerabilidades desenvolvimentais próprias da adolescência, frequentemente atravessadas por contextos familiares e sociais.

A leitura comparativa das cartilhas permite identificar diferentes concepções de saúde que orientam as recomendações propostas. Em parte dos materiais, observa-se predominância de um modelo biomédico centrado na lógica de prevenção de risco e na identificação de sinais de alerta, com indicação de estratégias voltadas à regulação de sintomas individuais. Nessa perspectiva, a atividade física aparece como recurso auxiliar para redução de estresse ou melhoria do humor, aproximando-se de uma lógica compensatória e individualizada de cuidado (Bagrichevsky; Palma; Estevão, 2006; Bracht, 1999).

Em outros documentos, contudo, emerge abordagem mais alinhada à promoção da saúde, entendida como processo relacional, intersetorial e contextualizado, que envolve escola, família e serviços especializados. Nesses casos, a prática corporal é situada como experiência de socialização, fortalecimento de vínculos e construção de pertencimento. Ainda assim, mesmo nesses materiais, raramente se explicita diálogo consistente com o currículo da Educação Física ou com fundamentos pedagógicos próprios da área. Essa oscilação evidencia que, embora haja reconhecimento do potencial protetivo das práticas corporais, a incorporação da Educação Física nas estratégias de prevenção da autolesão permanece marcada por certa instrumentalização, ora como técnica reguladora de emoções, ora como atividade complementar, sem problematização mais aprofundada de seu lugar formativo no projeto pedagógico da escola.

Sob a perspectiva educacional, a adolescência constitui período em que processos de construção identitária e reconhecimento social assumem papel central na experiência escolar. A qualidade das relações estabelecidas no cotidiano da escola influencia diretamente a forma como conflitos e frustrações são elaborados. Ambientes marcados por exclusão, estigmatização ou ausência de canais de diálogo tendem a intensificar experiências de sofrimento. Nessa direção, compreender a autolesão como fenômeno que também se insere em dinâmicas institucionais permite deslocá-la de uma leitura estritamente individual para uma análise que considere o clima escolar e as possibilidades pedagógicas de mediação (Brito et al., 2020).

Do ponto de vista conceitual, os materiais analisados reconhecem a autolesão como manifestação de sofrimento psíquico, relacionada a dificuldades na elaboração simbólica de conflitos (Araújo et al., 2016; Vieira; Pires; Pires, 2016). A CID-10 (OMS, 2008) classifica tais comportamentos como práticas repetitivas voltadas ao alívio emocional, reforçando seu enquadramento como problema de saúde que demanda atenção institucional. Contudo, ao tratar das estratégias de enfrentamento, as cartilhas tendem a concentrar-se na escola como espaço de intervenção, nem sempre explicitando a centralidade da família no processo preventivo.

A literatura tem destacado que a participação ativa da família constitui elemento decisivo na identificação precoce de sinais de sofrimento e na continuidade das estratégias de cuidado iniciadas na escola. A ausência de diálogo estruturado entre instituição escolar e responsáveis pode fragilizar ações preventivas, sobretudo em contextos de vulnerabilidade social. Assim, compreender a autolesão como fenômeno que atravessa múltiplos espaços de socialização implica reconhecer que intervenções

eficazes demandam corresponsabilidade e comunicação sistemática entre escola e família, evitando tanto a culpabilização doméstica quanto a delegação exclusiva da problemática ao ambiente escolar (Dantas; Mezzalira, 2020).

No que se refere à Educação Física, os resultados indicam que a atividade física é mencionada como elemento associado à promoção do bem-estar, à socialização e à redução de tensões emocionais. Estudos como os de Piñeiro-Cossio (2021) e Schuch et al. (2018) sustentam evidências acerca da relação entre prática de atividade física e melhoria de indicadores de saúde mental. Entretanto, a presença dessas recomendações nas cartilhas analisadas assume, em geral, caráter complementar, sem articulação explícita com o currículo escolar ou com ações que envolvam conjuntamente escola e família.

A recorrência da atividade física como recomendação nas cartilhas analisadas demanda reflexão acerca do lugar curricular da Educação Física no contexto escolar. Embora os documentos reconheçam benefícios associados à prática corporal, tais menções tendem a apresentar caráter genérico, aproximando a disciplina de uma função compensatória ou reguladora de comportamentos. Conforme argumenta Bracht (1999), a Educação Física escolar consolidou-se como componente voltado à cultura corporal de movimento e à formação crítica dos estudantes, superando perspectivas restritas ao condicionamento físico ou à função meramente biológica. Reduzi-la a instrumento auxiliar no manejo de sintomas emocionais pode limitar sua dimensão pedagógica e obscurecer seus objetivos formativos mais amplos. Assim, a contribuição da Educação Física para a prevenção da autolesão deve ser pensada em diálogo com o currículo, preservando sua especificidade e seu compromisso com a formação integral.

Ao considerar a Educação Física como componente curricular responsável pelo trato pedagógico com a cultura corporal de movimento, torna-se necessário explicitar que sua contribuição à prevenção da autolesão não se restringe aos efeitos fisiológicos da prática física. O currículo da área envolve experiências que mobilizam cooperação, regras compartilhadas, enfrentamento de frustrações, negociação de conflitos e reconhecimento das diferenças, configurando situações formativas nas quais emoções são elaboradas coletivamente e não apenas reguladas individualmente. Nessa perspectiva, práticas corporais organizadas sob abordagens cooperativas, inclusivas e reflexivas podem favorecer a construção de vínculos e o fortalecimento da autoestima sem deslocar a disciplina para uma função terapêutica. O cuidado, no contexto curricular, não se confunde com intervenção clínica, mas integra a dimensão ética da formação escolar, reafirmando a Educação Física como campo de produção cultural e de formação crítica no interior do currículo (Neira, 2018; Neira; Nunes, 2011; Bracht, 1999).

No cenário das políticas educacionais brasileiras, a Base Nacional Comum Curricular (BNCC) reforça a centralidade das competências socioemocionais e da formação integral dos estudantes, reconhecendo a escola como espaço de desenvolvimento de habilidades relacionadas à convivência, empatia e autocuidado (Brasil, 2018). Entretanto, a articulação entre tais diretrizes e os materiais orientadores

sobre autolesão ainda se mostra incipiente. A ausência de referência explícita ao currículo nas cartilhas analisadas sugere distanciamento entre políticas educacionais e documentos voltados à saúde mental juvenil. Tal desarticulação pode contribuir para que a Educação Física seja considerada apenas como estratégia pontual de enfrentamento de sintomas, e não como componente estruturante da formação integral. Avançar nessa interlocução implica compreender que o trato pedagógico com a cultura corporal pode favorecer experiências de cooperação, reconhecimento das diferenças e construção coletiva de sentidos sobre o corpo, contribuindo para ambientes escolares menos excludentes e mais atentos às dimensões emocionais da aprendizagem.

Ao reconhecer a formação integral como princípio estruturante da educação básica, a BNCC explicita competências relacionadas à empatia, ao autoconhecimento, à responsabilidade e à convivência democrática. Tais dimensões, quando articuladas às práticas corporais, podem favorecer experiências nas quais emoções são tematizadas pedagogicamente e não apenas gerenciadas individualmente. A Educação Física, nesse cenário, não atua como espaço terapêutico, mas como campo curricular capaz de mobilizar situações concretas de cooperação, negociação de conflitos e reconhecimento das diferenças. Assim, o debate sobre prevenção da autolesão desloca-se da lógica da intervenção pontual para a compreensão do currículo como espaço de produção de vínculos e de elaboração simbólica das experiências dos adolescentes.

A articulação entre Educação e Saúde, frequentemente mencionada em documentos normativos, enfrenta desafios concretos no cotidiano escolar. A ausência de equipes multiprofissionais permanentes, a sobrecarga docente e as desigualdades socioeconômicas que atravessam as redes públicas de ensino limitam a implementação de estratégias preventivas contínuas. Nesse contexto, a atribuição de responsabilidades à escola, sem correspondente suporte institucional, pode gerar processos de responsabilização individual de professores (Brito et al., 2020). No que se refere à Educação Física, tal cenário pode reforçar expectativas de que a disciplina funcione como espaço compensatório para tensões emocionais produzidas por dinâmicas escolares mais amplas. Entretanto, deslocar para o professor de Educação Física a tarefa de prevenção direta de comportamentos autolesivos implica ampliar seu escopo de atuação para além da formação específica, sem garantir condições adequadas de suporte técnico e institucional. A efetividade de propostas preventivas depende, portanto, de políticas intersetoriais consistentes, formação continuada e reconhecimento do currículo como espaço de cuidado ético e não apenas de intervenção pontual.

Ao deslocar o foco para as aulas de Educação Física, torna-se necessário problematizar como práticas corporais podem contribuir para a construção de ambientes escolares mais acolhedores, sem que isso implique atribuição de função terapêutica à disciplina. Situações como isolamento social, retraimento ou mudanças comportamentais observadas no cotidiano escolar demandam sensibilidade pedagógica do professor e comunicação cuidadosa com a equipe escolar e com os

responsáveis, considerando que a autolesão se insere em trajetórias que ultrapassam os limites da instituição.

Estudos apontam associação entre a prática regular de atividade física e a regulação de marcadores fisiológicos relacionados ao humor e ao estresse (Piñeiro-Cossio, 2021; Schuch et al., 2018). Esportes cooperativos podem favorecer sentimentos de pertencimento e fortalecimento de vínculos interpessoais (Pluhar et al., 2019), enquanto exercícios respiratórios e práticas corporais de baixa intensidade tem sido descritos como estratégias auxiliares na redução de sintomas ansiosos (Hamasaki, 2020). Contudo, sua efetividade no contexto escolar depende de planejamento pedagógico intencional e de diálogo permanente com as famílias, que desempenham papel decisivo na identificação de sinais precoces e na continuidade do cuidado fora do espaço escolar.

Nesse sentido, conforme Brito et al. (2020) e Kelada, Hasking e Melvin (2017), ações preventivas eficazes demandam articulação entre escola, serviços de saúde e redes de apoio, bem como investimento em formação docente continuada. O envolvimento de pais e responsáveis constitui elemento estruturante desse processo, pois a compreensão das situações que envolvam a autolesão exige corresponsabilidade e construção de estratégias compartilhadas. A Educação Física pode contribuir para a promoção de experiências corporais que ampliem a socialização, a cooperação e a expressão de emoções, mas não deve ser concebida como solução isolada para fenômenos complexos como a autolesão.

Ao considerar que a escola é espaço privilegiado de socialização e construção identitária (Coutinho; Carneiro; Salgueiro, 2018), torna-se relevante discutir como políticas públicas e materiais educativos podem dialogar de forma mais consistente com o currículo e com as famílias, evitando tanto a invisibilização da disciplina quanto sua instrumentalização exclusiva para fins preventivos. A integração entre Educação e Saúde, nesse contexto, pressupõe diálogo contínuo entre professores, gestores, profissionais especializados e responsáveis, reconhecendo que a promoção da saúde mental é responsabilidade compartilhada. Tal constatação indica que o debate sobre prevenção da autolesão no contexto escolar não pode ser reduzido à gestão de riscos, mas deve ser compreendido como questão curricular, ética e formativa.

Cumpramos reconhecer, entretanto, que a estratégia de busca adotada, centrada nos mecanismos Google e Google Scholar, embora coerente com a natureza aberta das cartilhas analisadas, pode implicar viés de disponibilidade, uma vez que materiais não indexados ou de circulação institucional restrita podem não ter sido capturados. Ademais, não foi aplicado instrumento formal de avaliação da qualidade metodológica ou da consistência interna das cartilhas, considerando que o foco da análise concentrou-se na identificação de menções e orientações relativas à Educação Física. Desse modo, os resultados aqui apresentados devem ser interpretados à luz dessas limitações, compreendendo-se que a revisão privilegiou amplitude documental e mapeamento temático em detrimento de exame aprofundado dos processos de elaboração, validação ou implementação institucional de cada material.

Considerações Finais

A investigação assumiu caráter documental, não contemplando análise empírica sobre a implementação efetiva das recomendações no cotidiano escolar, nem avaliação qualitativa da recepção desses materiais por professores e gestores. Pesquisas futuras poderão articular análise documental e investigação de campo, explorando como as orientações presentes nas cartilhas são apropriadas no planejamento pedagógico e quais tensões emergem na interface entre currículo, formação docente e políticas de saúde mental.

A análise das cartilhas e documentos institucionais voltados à prevenção da autolesão na adolescência evidencia um movimento crescente de reconhecimento do problema no âmbito escolar. Entretanto, também revela limites importantes na forma como a Educação Física é mobilizada nesses materiais. Em muitos casos, a disciplina aparece de modo genérico, associada à promoção da saúde ou à ocupação do tempo dos estudantes, sem que se explicita com maior clareza seu potencial pedagógico específico no enfrentamento do sofrimento juvenil.

Os achados indicam que, embora os documentos reconheçam a escola como espaço estratégico de prevenção, ainda carecem de maior aprofundamento sobre como o currículo pode contribuir para a construção de experiências corporais significativas, capazes de favorecer pertencimento, expressão e elaboração simbólica. A Educação Física, quando compreendida para além de uma função meramente instrumental, pode constituir-se como espaço relevante de produção de vínculos, reconhecimento das diferenças e construção de sentidos compartilhados sobre o corpo e a convivência.

Não se trata de atribuir à disciplina uma responsabilidade terapêutica, nem de deslocar para o professor tarefas que extrapolem sua formação. Ao contrário, a prevenção da autolesão demanda articulação intersetorial, diálogo com a equipe escolar, aproximação com as famílias e acesso a serviços especializados quando necessário. Contudo, considerar a Educação Física apenas como suporte complementar pode limitar a compreensão de sua contribuição formativa no trato pedagógico com o corpo, com as emoções e com as relações.

Ao evidenciar tanto os avanços quanto as lacunas presentes nos documentos analisados, este estudo reafirma a necessidade de que políticas e materiais orientadores dialoguem de forma mais consistente com o campo da Educação Física escolar, reconhecendo suas especificidades e evitando reducionismos. Fortalecer essa interlocução implica compreender o currículo como espaço ético e formativo, no qual o cuidado não se opõe à formação, mas pode integrar-se a ela.

Os resultados também suscitam implicações para a formação inicial e continuada de professores de Educação Física. A incorporação de debates sobre saúde mental, adolescência e intersetorialidade nos cursos de licenciatura pode contribuir para ampliar repertórios de atuação pedagógica, sem descaracterizar a especificidade curricular da área. Além disso, futuras investigações poderão explorar

comparativamente materiais produzidos por diferentes esferas federativas, bem como analisar experiências concretas de implementação de propostas que integrem práticas corporais e estratégias de promoção da saúde mental no contexto escolar.

Assim, a prevenção da autolesão na adolescência, no contexto escolar, não pode ser pensada apenas como resposta a um problema emergente, mas como parte de um compromisso mais amplo com a construção de ambientes educativos que promovam escuta, participação e experiências corporais que façam sentido para os jovens. Nesse horizonte, a Educação Física integra o projeto formativo da escola como campo privilegiado de produção de sentidos sobre o corpo, a convivência e a responsabilidade coletiva.

Além das implicações curriculares, os resultados apontam para a necessidade de maior integração entre documentos orientadores e políticas de formação docente. A prevenção da autolesão no contexto escolar não pode depender exclusivamente de iniciativas individuais ou da sensibilidade isolada de professores. Requer diretrizes claras, espaços institucionais de escuta, protocolos intersetoriais e investimento continuado na qualificação profissional.

Nesse horizonte, torna-se fundamental reafirmar que a prevenção da autolesão não pode ser concebida como protocolo isolado ou resposta emergencial a indicadores estatísticos. Trata-se de processo contínuo, que envolve construção de ambientes escolares nos quais diferenças sejam reconhecidas, conflitos possam ser mediados e experiências corporais sejam vivenciadas de modo significativo. O currículo, ao integrar cuidado e formação, assume papel estratégico na consolidação de práticas pedagógicas que não reduzam o sofrimento do adolescente, mas o compreendam em sua complexidade social e relacional.

No campo da Educação Física, isso implica reconhecer que o trabalho com práticas corporais pode contribuir para ambientes escolares mais inclusivos e cooperativos, desde que sustentado por projeto pedagógico coletivo. A consolidação dessa perspectiva demanda diálogo entre gestores, equipes pedagógicas e famílias, evitando tanto a invisibilização da disciplina quanto sua instrumentalização simplificadora.

Referências

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

ARANTANGY, Eduardo Wagner et al. **Como lidar com a automutilação: guia prático para familiares, professores e jovens que lidam com o problema da automutilação**. 4. ed. São Paulo: Hogrefe, 2018.

ARAÚJO, Juliana Falcão Barbosa de et al. O corpo na dor: automutilação, masoquismo e pulsão. **Estilos Clínicos**, São Paulo, v. 21, n. 2, p. 497-515, 2016. DOI: <http://dx.doi.org/10.11606/issn.1981-1624.v21i2p497-515>.

ARAÚJO, Juliana Falcão Barbosa de et al. **Cartilha de prevenção da automutilação e do suicídio**. [S. l.]: [s. n.], 2021.

AVANCI, Joviana Quintes et al. **Autolesão na adolescência: orientações para profissionais da saúde, educação e assistência social**. Rio de Janeiro: Fiocruz, 2023.

BAGRICHEVSKY, Marcos; PALMA, Alexandre; ESTEVÃO, Adriana. Saúde e Educação Física escolar: problematizando discursos e práticas. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 27, n. 2, p. 119-134, 2006.

BERTAZZO, Alzeir Martins; WIEZZEL, Andreia Cristiane Silva. A escola como fator protetivo de crianças em situação de vulnerabilidade social. **Construção Psicopedagógica**, São Paulo, v. 35, n. 37, e02, 2025.

BRACHT, Valter. A constituição das teorias pedagógicas da Educação Física. **Cadernos CEDES**, Campinas, v. 19, n. 48, p. 69-88, 1999.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília, DF: MEC, 2017.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular: ensino médio**. Brasília, DF: MEC, 2018.

BRASIL. Lei nº 13.819, de 26 de abril de 2019. Institui a Política Nacional de Prevenção da Automutilação e do Suicídio. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 29 abr. 2019. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/ato2019-2022/2019/lei/L13819.htm. Acesso em: 1 dez. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Vigilância em Saúde e Ambiente. **Boletim Epidemiológico**. Brasília, DF, v. 55, n. 4, 6 fev. 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/boletins/epidemiologicos/edicoes/2024/boletim-epidemiologico-volume-55-no-04.pdf>. Acesso em: 1 dez. 2024.

BRITO, Mara Dalila Leandro de Sousa et al. Comportamento suicida e estratégias de prevenção sob a ótica de professores. **Escola Anna Nery**, Rio de Janeiro, v. 24, n. 4, p. 1-7, 2020. DOI: <https://doi.org/10.1590/2177-9465-ean-2020-0109>.

BROWN, Rebecca Caroline; PLENER, Paul Ludwig. Non-suicidal self-injury in adolescence. **Current Psychiatry Reports**, v. 19, n. 3, p. 1-8, 2017.

CAIÇARA, Rosângela Silva; SARDÁ JR., Jamir João. **Autolesão e adolescência: guia de orientação para pais e educadores**. [S. l.]: [s. n.], 2022.

ISSN: 1984-6444 | <http://dx.doi.org/10.5902/1984644495767>

COUTINHO, Luciana Gageiro; CARNEIRO, Carla; SALGUEIRO, Luciana Maria. Vozes de crianças e adolescentes: o que dizem da escola? **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 22, n. 1, p. 185-193, 2018.

DANTAS, Izabela da Silva; MEZZALIRA, Adinete Sousa da Costa. Psicólogo escolar: fortalecendo a participação da família na escola. **Pesquisa e Práticas Psicossociais**, São João del-Rei, v. 15, n. 4, p. 1-10, 2020.

DE CASTRO, Mariana Vitor Diniz et al. O corpo e a autoimagem dentro do ambiente escolar. In: Encontro de estudos multidisciplinares em cultura, 20., 2024, Salvador. **Anais...** Salvador: UFBA, 2024.

HAMASAKI, Hidetaka. Effects of diaphragmatic breathing on health: a narrative review. **Medicines**, v. 7, n. 10, 2020.

KELADA, Lauren; HASKING, Penelope; MELVIN, Glenn Alan. School response to self-injury: concerns of mental health staff and parents. **School Psychology Quarterly**, v. 32, n. 2, p. 173-187, 2017.

KLONSKY, E-David. The functions of deliberate self-injury: a review of the evidence. **Clinical Psychology Review**, v. 27, n. 2, p. 226-239, 2007.

LIBÓRIO, Renata Maria Coimbra; UNGARETTI, Márcia Siqueira de Andrade. Vínculos escolares e desenvolvimento na adolescência. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 14, n. 2, p. 289-297, 2010.

NEIRA, Marcos Garcia. O currículo cultural da educação física: pressupostos, princípios e orientações didáticas. **Revista e-Curriculum**, v. 16, n. 1, p. 4-28, 2018.

NEIRA, Marcos Garcia; NUNES, Mário Luiz Ferrari. Contribuições dos estudos culturais para o currículo da educação física. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 33, n. 3, p. 671-685, 2011.

ODGERS, Candice.; JENSEN, Marissa. Annual research review: adolescent mental health in the digital age. **Journal of Child Psychology and Psychiatry**, v. 61, n. 3, p. 336-348, 2020.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE - OMS. **CID-10: classificação estatística internacional de doenças e problemas relacionados à saúde**. 10. ed. Genebra: OMS, 2008.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE - OPAS. **Jovens e saúde mental em um mundo em transformação**. Brasília, DF: OPAS Brasil, 2018.

ISSN: 1984-6444 | <http://dx.doi.org/10.5902/1984644495767>

PIÑEIRO-COSSIO, José et al. Psychological wellbeing in physical education and school sports: a systematic review. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 18, n. 3, 2021.

PLUHAR, Erika et al. Team sport athletes may be less likely to suffer anxiety or depression than individual sport athletes. **Journal of Sport Science and Medicine**, v. 18, n. 3, p. 490-496, 2019.

PREFEITURA DE JUNDIAÍ. **Plano municipal de prevenção da automutilação e do suicídio**. Jundiaí: Prefeitura Municipal, 2024. Disponível em: <https://direitoshumanos.jundiai.sp.gov.br/projetos-e-politicas/plano-municipal-de-prevencao-da-automutilacao-e-do-suicidio/cartilha-de-prevencao-ao-suicidio/>. Acesso em: 28 nov. 2024.

QUESADA, Andrea Amaro et al. **Cartilha para prevenção da automutilação e do suicídio: orientações para educadores e profissionais da saúde**. Fortaleza: Fundação Demócrito Rocha, 2020.

SANTOS MARTIN, Isabela dos et al. **Plano de gestão de crises e prevenção da autolesão no contexto escolar**. [S. l.]: [s. n.], 2022.

SCAVACINI, Karen et al. **Autolesão: guia prático de ajuda**. São Paulo: Instituto Vita Alere de Prevenção e Posvenção do Suicídio, 2021.

SCHUCH, Felipe Barreto et al. Physical activity and incident depression: a meta-analysis of prospective cohort studies. **American Journal of Psychiatry**, v. 175, n. 7, p. 631-648, 2018.

SILVA, Aline Conceição; BOTTI, Nadja Cristiane Lappann. Comportamento autolesivo ao longo do ciclo vital: revisão integrativa da literatura. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, Porto, n. 18, p. 67-76, 2017.

SOUSA, Luís Manuel Mota et al. Metodologia de revisão integrativa da literatura em enfermagem. **Revista Investigação em Enfermagem**, v. 21, n. 2, p. 17-26, 2017.

VIEIRA, Marcos Girardi; PIRES, Marta Helena Rovani; PIRES, Oscar Cesar. Self-mutilation: pain intensity, triggering and rewarding factors. **Revista Dor**, São Paulo, v. 17, n. 4, p. 257-260, 2016.

WHITLOCK, Janis et al. Nonsuicidal self-injury as a gateway to suicide in young adults. **Journal of Adolescent Health**, v. 52, n. 4, p. 486-492, 2013.

ISSN: 1984-6444 | <http://dx.doi.org/10.5902/1984644495767>



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International (CC BY-NC 4.0)