

Guia de Escuta Participativa das Adolescências sobre Saúde Integral e Integrada

POM-S: Plano Operacional Municipal
de Saúde de Adolescentes





RESULTADO SISTÊMICO 1

Saúde e Nutrição

ATIVIDADE 1.4: Apoiar a implementação das ações, serviços e iniciativas voltadas à atenção integral e integrada à saúde de adolescentes, conforme as diretrizes e propostas para Atenção Integral à Saúde de Adolescentes e Jovens.

DOCUMENTO COMPROBATÓRIO: Cópia de planos operacionais elaborados postados na PCJ.

PRAZO: 14.12.2026

EXPEDIENTE:

Esta publicação é uma iniciativa das áreas de Desenvolvimento e Participação de Adolescentes; e de Saúde e Nutrição do UNICEF Brasil, no âmbito do Selo UNICEF 2025 – 2028.

© Fundos das Nações Unidas para a Infância (UNICEF), Setembro de 2026

UNICEF Brasil

SEPN 510 Bl. A, 2º andar,
Asa Norte, Brasília (DF) – 70750-521
Brasil

Representante:

Joaquin Gonzalez-Aleman

Representante Adjunta:

Layla Saad

Chefe de Desenvolvimento e Participação de Adolescentes (OIC):

Gabriela Mora

Chefe de Saúde e Nutrição:

Luciana Phebo

Elaboração e consultoria:

Lilian Galvão

Comitê editorial:

Luiza de Sá Leitão e Sâmia Abreu

Revisão e colaboração:

Gabriela Mora, Joana Fontoura, Lídia Pantoja e Regicely Aline Brandão

Projeto gráfico e diagramação:

Fagner Barreto

Foto da capa:

Baruque Duarte

“

Permita que eu fale,
não as minhas cicatrizes.

Emicida

”

Sumário

Parte 01



Apresentação	07
Para Quem É Este Guia?	08
A Escuta Participativa No Processo De Construção Do Pom-S	09
Principais Fundamentos	11
Saúde Integral E Integrada: Uma Perspectiva Ampliada Do Cuidado	13
Metodologia	17
A Metodologia	18
Como Utilizar Este Guia	18
A Escuta Como Ferramenta Política	19
Quem Conduz A Escuta?	20
Fundamentos Metodológicos	21
Formato da oficina	24
Cartões Orientadores	25
Defina Sua Oficina	25
Eixos Da Saúde Integral E Integrada	28
Como organizar a escuta e o grupo	31
Como Organizar O Grupo	32
Como Organizar a Escuta	33

Sumário

Parte 02

Como preparar e conduzir uma oficina	34
#Dica de facilitação	36
Dinâmicas de acolhimento e integração	40
Boas-Vindas, Integração e acolhimento	41
Dinâmicas de aquecimento temático	48
Baralho Da Saúde	51
Atividade Central: canvas da saúde	53
Canvas Da Saúde Ampliado	58
Cartinhas Com Perguntas Disparadoras Para O Canvas	60
Suporte Canvas Saúde	63
Produto esperado	71
Carta Das Adolescências À Gestão Pública Municipal	72
Modelo Da Carta Ampliada	76
Modelo Da Carta Essencial	78
Você não está só Dicas paras as adolescências	80
Saiba Mais	83
Referências	87

Apresentação

Este guia que você tem em mãos é um instrumento metodológico desenvolvido para apoiar a gestão municipal na realização de escutas participativas com adolescentes no processo de construção do Plano Operacional Municipal de Saúde de Adolescentes (POM-S) - Selo UNICEF edição 2025-2028.

Desenvolvido no âmbito do Selo UNICEF, o guia reúne orientações práticas, metodologias participativas, roteiros de facilitação e instrumentos para apoiar o planejamento, a realização, o registro e a sistematização das contribuições dos adolescentes.

Com uma abordagem participativa, inclusiva e flexível, o guia pode ser adaptado às diferentes realidades dos municípios, preservando os princípios e as etapas essenciais da metodologia. Seu propósito é fortalecer a participação significativa das adolescências e qualificar a construção de políticas públicas de saúde mais equitativas, humanizadas e conectadas aos territórios.



O POM-S é um instrumento de planejamento apoiado pelo UNICEF que orienta os municípios na organização de ações voltadas à promoção da saúde integral e integrada de adolescentes. O plano é construído a partir da análise da situação local, da escuta participativa das adolescências e da pactuação intersetorial entre saúde, educação, assistência social e demais políticas públicas.

Saiba mais

► **Guia do POM-S – Selo UNICEF**

Para quem é este guia?

Este guia foi elaborado para apoiar profissionais responsáveis pela condução da escuta participativa, tais como pessoas mobilizadoras de saúde, pessoas mobilizadoras de adolescentes e gestores e gestoras das Secretarias, em articulação com a Atenção Primária à Saúde, a Estratégia Saúde da Família, NUCAs, escolas, assistência social, conselhos de direitos, organizações da sociedade civil, universidades e demais parceiros da rede de proteção.

Mais do que um conjunto de ferramentas, este guia propõe cultivar uma cultura de participação, reconhecendo adolescentes como sujeitos de direitos, produtores de conhecimento e participantes na construção de políticas públicas.

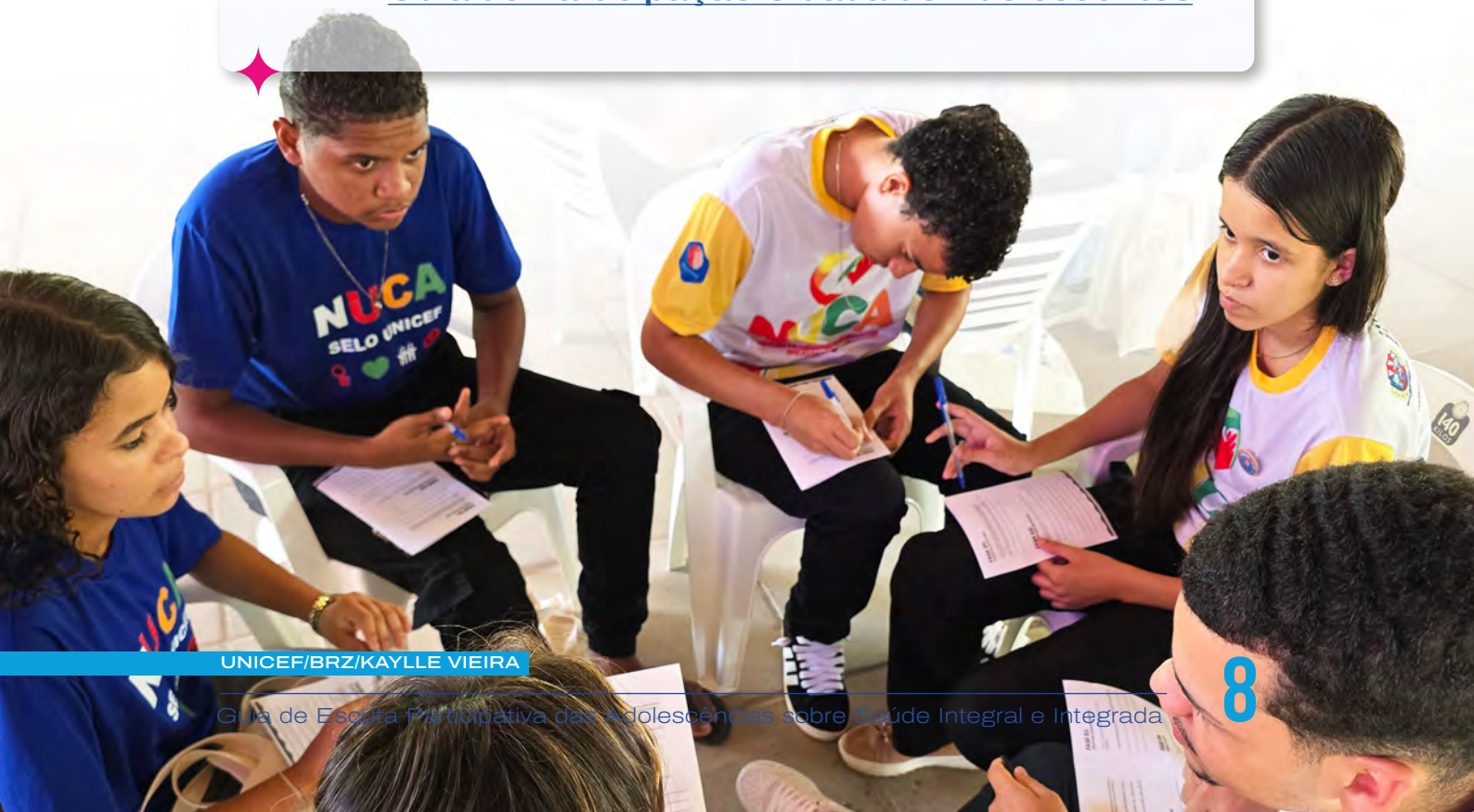


Você conhece o NUCA? O Núcleo de Cidadania de Adolescentes é um espaço permanente de participação cidadã promovido pela gestão municipal como iniciativa obrigatória dos municípios que aderem ao Selo UNICEF. Reúne adolescentes para discutir temas relevantes do município, desenvolver ações coletivas, dialogar com a gestão pública e fortalecer a garantia de direitos.



Saiba mais

- > **Núcleo de Cidadania de Adolescentes – UNICEF**
- > **Guia de Participação Cidadã de Adolescentes**





A realização da escuta é uma responsabilidade da gestão municipal, particularmente da área de saúde. O NUCA, por meio do/da mobilizador(a) de adolescentes, pode apoiar.



A escuta participativa no processo de construção do POM-S

No percurso de fortalecimento das políticas públicas para adolescentes no âmbito do Selo UNICEF 2025-2028, a escuta participativa constitui o terceiro momento da construção do Plano Operacional Municipal de Saúde de Adolescentes (POM-S).

Esse processo acontece após:

1

a apresentação da proposta aos municípios;

2

o diagnóstico situacional e a análise dos dados locais.

A escuta antecede:

3

a definição das prioridades municipais;

4

a elaboração das estratégias de ação;



Ao garantir esse processo, o município fortalece uma gestão participativa, baseada em evidências e comprometida com os direitos das adolescências.



As contribuições dos adolescentes nas oficinas devem ser:

1

sistematizadas e analisadas;

2

devolvidas e validadas com as adolescências participantes, fortalecendo a participação significativa;

3

consideradas pela gestão municipal na definição das prioridades e ações do POM-S



Principais fundamentos

A metodologia proposta neste guia está fundamentada em princípios que orientam uma escuta ética, inclusiva e comprometida com a garantia de direitos.

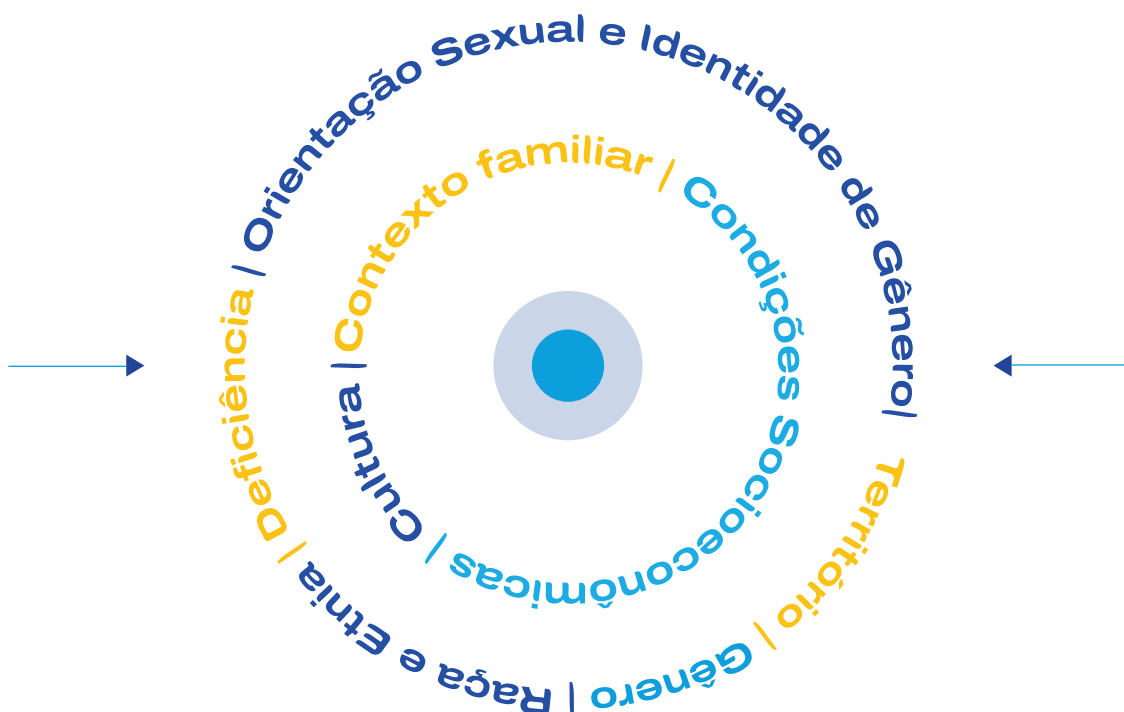
Fundamento	O que isso significa?
Adolescências	Reconhecer a diversidade das adolescências, considerando diferentes trajetórias, identidades, territórios, contextos familiares, sociais, culturais e condições de vida.
Saúde integral e integrada	Compreender a saúde de forma ampla e integrada, considerando suas dimensões física, mental, emocional, social, escolar, cultural, espiritual e comunitária, e articulando diferentes setores e redes de cuidado.
Participação cidadã	Reconhecer adolescentes como sujeitos de direitos, protagonistas e participantes das decisões que impactam suas vidas, suas relações e seus territórios.
Escuta qualificada	Promover acolhimento, diálogo e perguntas abertas, respeitando diferentes formas de expressão, o tempo e o silêncio, com devolutivas claras e uma postura livre de julgamentos.
Proteção contra violências	Prevenir e enfrentar qualquer forma de assédio, abuso, discriminação ou violência, adotando medidas para reduzir riscos de revitimização, preservar a dignidade e a segurança e, quando necessário, realizar encaminhamentos à rede de proteção e aos serviços especializados.
Ética e confidencialidade	Garantir respeito, privacidade e tratamento ético das informações, explicando de forma transparente os limites da confidencialidade e adotando medidas de proteção diante de situações de risco.

Vale Lembrar:

Todo o processo de escuta deve seguir a LGPD - Lei Geral de Proteção de Dados Pessoais, Lei nº 13.709/2018- e o ECA Digital

Dados pessoais (nome, imagem, voz, respostas ou gravações) só podem ser usados com consentimento prévio — do responsável legal, para adolescentes até 17 anos, ou do próprio jovem, a partir dos 18 anos —, sempre para a finalidade informada, com armazenamento seguro e sem compartilhamento não autorizado. Na sistematização, os participantes não devem ser identificados individualmente: dados demográficos (perfil étnico-racial, território, gênero, faixa etária) podem ser incluídos na análise, mas sempre de forma agregada, garantindo confidencialidade e anonimato.

Neste guia, optamos por utilizar o termo adolescências, no plural, por compreendermos que não existe uma única maneira de vivenciar essa etapa da vida. Para Volpi (2026), a adolescência constitui uma fase estratégica do desenvolvimento humano, marcada pela construção da interação, da autonomia e da identidade. Esses processos são atravessados pelas experiências vividas ao longo dos ciclos de vida e influenciam as oportunidades e trajetórias futuras dos sujeitos. As experiências adolescentes são múltiplas, diversas e marcadas por:



Reconhecer essa diversidade é condição essencial para construir políticas públicas mais inclusivas, equitativas e sensíveis às diferentes realidades dos municípios.

Saúde Integral e Integrada: uma perspectiva ampliada do cuidado

Este guia adota o conceito de Saúde Integral e Integrada, fundamentado nos princípios do Sistema Único de Saúde (SUS), da Organização Mundial da Saúde (OMS) e das Diretrizes Nacionais de Atenção Integral à Saúde de Adolescentes e Jovens.

A saúde é compreendida para além da ausência de doenças, considerando as dimensões física, mental, emocional, social, sexual, reprodutiva, ambiental e cultural, bem como as condições de vida, os vínculos, os territórios, o acesso a direitos e as oportunidades de desenvolvimento.

Nessa perspectiva, as adolescências são compreendidas em sua complexidade, considerando os determinantes sociais da saúde que influenciam suas experiências e trajetórias. A integralidade implica cuidar de adolescentes em sua totalidade, enquanto a integração reforça a articulação entre saúde, educação, assistência social, comunidade e redes de proteção.



Promover Saúde Integral e Integrada significa fortalecer redes de cuidado, garantir direitos e construir políticas públicas com adolescentes, reconhecendo suas vozes, experiências e protagonismo na transformação de seus territórios.



Apesar dos avanços nas políticas públicas voltadas às adolescências, ainda persistem importantes lacunas na garantia do direito à saúde de adolescentes, no Brasil e no mundo. Essas lacunas envolvem desde a disponibilidade, formação e organização dos recursos humanos no Sistema Único de Saúde (SUS), até a fragmentação dos serviços, a insuficiente articulação entre setores e políticas públicas e os desafios para integrar, qualificar e disponibilizar informações produzidas por diferentes sistemas de saúde. Somam-se a isso as desigualdades territoriais, sociais, raciais e de gênero que atravessam as experiências das adolescências e condicionam o acesso, a qualidade e a continuidade do cuidado. Nesse contexto, pautar a saúde das adolescências no âmbito municipal constitui um movimento estratégico e inovador, pois aproxima a política pública dos territórios e das realidades concretas vivenciadas por adolescentes.



Mais do que identificar problemas, **escutar as adolescências significa produzir evidências a partir de suas próprias experiências, reconhecer suas demandas e fortalecer sua participação na construção de respostas públicas mais equitativas, integradas e adequadas às diferentes realidades locais.**

SAÚDE É DIREITO!

Os serviços de saúde devem assegurar às adolescências:

- Acolhimento e escuta qualificada, com respeito e sem julgamentos.
- Privacidade, confidencialidade e sigilo, conforme a legislação e as normas éticas.
- Atendimento e acesso aos serviços de saúde, inclusive quando não estiverem acompanhadas de familiar ou responsável, respeitados os direitos, as condições e os protocolos aplicáveis.
- Participação ativa e autonomia progressiva nas decisões sobre seu cuidado.
- Atenção integral, considerando as dimensões físicas, emocionais, mentais, sociais e culturais, bem como os determinantes sociais da saúde.
- Cuidado equitativo e livre de discriminação, valorizando a diversidade das adolescências.
- Gravidez na adolescência na perspectiva dos direitos, garantindo acolhimento, pré-natal, apoio integral e cuidado sem estigmas, articulado à promoção dos direitos sexuais e reprodutivos.

Para saber mais: consulte as Notas Técnicas do Ministério na seção

SAIBA MAIS

Escutar as adolescências é mais do que ouvir o que adolescentes têm a dizer. É construir uma relação de **presença, respeito e empatia**, buscando compreender suas experiências a partir de seus próprios referenciais, **sem julgamentos ou interpretações antecipadas** (ROGERS, 2009). É reconhecer que não existe uma única forma de ser e viver a adolescência, pois diferentes experiências são atravessadas e produzidas pela articulação entre **raça, gênero, classe social, território, deficiência, cultura** e outras dimensões que marcam as trajetórias de cada sujeito (AKOTIRENE, 2019).

Por isso, uma escuta verdadeiramente participativa precisa ir além da consulta: deve criar condições para que adolescentes **expressem suas experiências, formulem suas demandas, construam propostas e participem das decisões que dizem respeito às suas vidas e aos seus territórios**. Escutar, nessa perspectiva, é reconhecer adolescentes como sujeitos de direitos e sujeitos políticos, capazes de produzir conhecimentos sobre suas próprias realidades e de contribuir para a **construção de mudanças** (GALVÃO, 2023).



Mais do que uma etapa metodológica, a escuta participativa representa o compromisso de incluir as vozes das adolescências na construção de políticas de saúde mais inclusivas, equitativas e conectadas às realidades dos territórios.



Na próxima seção, você encontrará **cartões orientadores** com dicas, sugestões e orientações para apoiar decisões metodológicas ao longo do planejamento e da condução da oficina de escuta.

Explore os cartões e utilize-os de forma flexível, adaptando as propostas à realidade do grupo e do território. Aproveite!

Metodologia

A metodologia

A proposta metodológica fundamenta-se na educação popular em saúde, na participação social, na abordagem baseada em direitos humanos, na intersetorialidade e na promoção da equidade. Dialoga, igualmente, com a concepção freireana de que o diálogo constitui condição essencial para a construção compartilhada do conhecimento e para a emancipação dos sujeitos (FREIRE, 1996).

Como utilizar este guia

Desenvolvido para uma aplicação descentralizada pelos municípios, o guia foi organizado para ser de fácil utilização pelas equipes responsáveis, com etapas e instrumentos de apoio. **Você encontrará cartões orientadores com ideias de atividades, fluxos e metodologias.** Apresentamos duas possibilidades de oficinas, de 2 horas de duração e de 3 horas e meia. As atividades podem ser adaptadas à realidade local, mas alguns elementos devem ser preservados: informação aos participantes, participação voluntária, escuta coletiva, priorização das propostas, validação com adolescentes, registro, devolutiva e utilização dos resultados.



Estar em roda, escutar e reconhecer as vozes das adolescências, nessa perspectiva, significa construir espaços seguros de diálogo nos quais suas falas não apenas sejam ouvidas, mas efetivamente consideradas na formulação, implementação, monitoramento e avaliação de planos e políticas públicas.



Você encontrará neste guia, portanto, uma metodologia:

- **Prática**, com orientações sobre as etapas para organizar e conduzir oficinas de escuta;
- **Participativa**, colocando adolescentes como protagonistas do processo;
- **Flexível** às diferentes realidades municipais;

- **Ética e acolhedora**, garantindo ambientes seguros, respeitosos e protegidos;
- **Adaptável**, permitindo a substituição de dinâmicas e ampliando repertórios;
- **Replicável**, permitindo sua utilização em diversos contextos e territórios.

A Escuta como ferramenta política

Escutar é construir políticas públicas melhores.

A escuta participativa não consiste apenas em diagnosticar e coletar opiniões. Ela representa um compromisso com o direito à participação previsto no Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) e na Convenção sobre os Direitos da Criança.

Quando adolescentes participam dos processos de planejamento:

- 1** as políticas públicas tornam-se mais conectadas à realidade;
- 2** os serviços respondem melhor às necessidades locais;
- 3** fortalece-se o vínculo entre comunidade e gestão pública;
- 4** amplia-se o direito à participação cidadã adolescente.



Quem conduz a escuta?

A **Secretaria Municipal de Saúde** lidera o planejamento e a realização da escuta participativa, em articulação com:

- 1** Profissionais que atuam com adolescentes;
- 2** Núcleos de Cidadania de Adolescentes (NUCA);
- 3** Atenção Primária à Saúde;
- 4** Escolas, assistência social, organizações da sociedade civil e demais redes do território.

A participação dos parceiros fortalece a mobilização e o diálogo, mas a condução da escuta **é uma responsabilidade institucional da gestão municipal de saúde.**

#sugestão

**Mobilizadoras(es) de adolescentes
dos NUCAs podem ser
cofacilitadoras(es)**

Fundamentos metodológicos

1

BOAS VINDAS E ACOLHIMENTO

O acolhimento é a base da oficina: organiza o espaço, estabelece confiança e cria um ambiente seguro para a participação. Esta etapa deve ser objetiva, calorosa e respeitosa, valorizando a singularidade de cada adolescente e preparando o grupo para uma escuta qualificada e participativa.

2

COMBINADOS

Os combinados estabelecem acordos de convivência que protegem o grupo: respeito mútuo, não julgamento, confidencialidade possível e consentimento para registros. São construídos coletivamente e garantem que todos se sintam seguros para compartilhar experiências, opiniões e sentimentos sem medo de exposição ou violência.

3

INTEGRAÇÃO E PERTENCIMENTO

Cria conexão e reduz barreiras iniciais. Por meio de movimentos, jogos e atividades interativas, os participantes se reconhecem no grupo, fortalecem vínculos e entram em sintonia com a proposta da oficina. É a primeira etapa para construir confiança e preparar o grupo para a escuta ativa.

4

AQUECIMENTO TEMÁTICO

O aquecimento temático ativa o pensamento crítico e introduz o tema central da oficina de forma provocativa e acessível. Sem aprofundar, essa etapa amplia conceitos, conecta o tema às vivências dos adolescentes e prepara o grupo para as atividades participativas, garantindo que todos compreendam o foco do trabalho.

Fundamentos metodológicos

5

TRANSIÇÃO

A transição conecta momentos da oficina, ajustando o ritmo e preparando o grupo para mudanças de atividade. Pode ser uma pausa breve, um alongamento, uma música ou uma pergunta reflexiva. Essa etapa mantém a atenção, cuida do bem-estar do grupo e garante que todos estejam prontos para a próxima fase.

6

ATIVIDADE CENTRAL

É o coração da metodologia participativa: momento de escuta profunda, construção coletiva e produção de conhecimento. Por meio de ferramentas visuais, diálogo e trabalho em grupo, adolescentes compartilham vivências, identificam potências e desafios, e propõem caminhos concretos para transformação da realidade.

7

INTERVALO

O intervalo é essencial para o cuidado com o grupo: permite descanso, hidratação, alimentação e conversas informais que fortalecem vínculos. Respeitar esse momento evita sobrecarga, mantém a qualidade da participação e demonstra que o bem-estar de adolescentes é prioridade na condução da oficina.

8

ENCERRAMENTO

O encerramento fecha o ciclo da oficina com síntese, validação das contribuições e definição de encaminhamentos. É o momento de agradecer, reforçar compromissos, esclarecer próxima etapa e garantir que os adolescentes saiam com nitidez sobre como suas vozes serão consideradas nas ações futuras.

Fundamentos metodológicos

9

DEVOLUTIVA | A ESCUTA CONTINUA!

Depois de algumas semanas ou meses, **volte às adolescências** para contar o que aconteceu com as ideias, sugestões e demandas apresentadas na oficina.

Na devolutiva:

- Compartilhe o que foi considerado e realizado.
- Explique o que ainda está em andamento.
- Diga o que não foi possível fazer — e por quê.
- Pergunte se a síntese apresentada representa o que eles disseram.
- Combine as próximas etapas.

Lembre-se:

Quem é convidado/a a falar tem o direito de saber o que foi feito com sua voz.

A devolutiva transforma a escuta em **compromisso, transparência e participação contínua.**

Formato da oficina

Cartões orientadores

Neste guia, construímos caminhos para apoiar a escuta das adolescências, reconhecendo que cada encontro é uma oportunidade de diálogo, participação e construção coletiva.

Para isso, organizamos **Cartões Orientadores** com propostas metodológicas e roteiros, dicas de facilitação e sugestões de atividades que apoiam o planejamento, a condução e a sistematização das oficinas com adolescentes.

Cada cartão foi pensado como um recurso prático para fortalecer processos de **acolhimento, criação de vínculos, participação cidadã e escuta qualificada**, respeitando as diferentes experiências, trajetórias e contextos das adolescências.

Imprima os cartões, utilize-os como apoio à sua prática e construa uma experiência de escuta mais participativa, sensível e significativa.

Defina sua oficina

Antes de iniciar o planejamento, escolha o formato da oficina de acordo com o tempo disponível, o número de participantes e os objetivos da escuta.

As duas modalidades utilizam estratégias participativas para compreender as representações das adolescências sobre saúde. A diferença está na profundidade da exploração dos temas: a **Oficina Essencial** prioriza os aspectos centrais da escuta, enquanto a **Oficina Ampliada** amplia os campos de investigação e favorece maior aprofundamento das discussões.



Oficina
Essencial

Oficina
Ampliada

Oficina Essencial

Duração total : 2 horas (120 minutos)

Momento	Objetivo e dinâmica	Tempo
1. Boas vindas e acolhimento	Apresentação da equipe, objetivos da oficina e convite à participação.	10 min
2. Combinados	Construção coletiva dos acordos de convivência.	05 min
3. Integração	Dinâmica breve para favorecer integração e participação.	10 min
4. Aquecimento temático	Conversa inicial sobre saúde, bem-estar e cotidiano. Utilize o baralho da saúde como disparador.	10 min
5. Atividade central	Canvas da Saúde (versão essencial, com menos campos de investigação).	50 min
6. Atividade	Produzir coletivamente a Carta à Gestão Municipal Síntese das principais propostas elaboradas pelos adolescentes.	25 min
7. Encerramento	Uma palavra, um gesto	10 min
8. Lanche	Lanche e bebida distribuídos na saída	-

Oficina Ampliada

Duração total : 3 horas e 30 minutos (210 minutos)

Momento	Objetivo e dinâmica	Tempo
1. Boas-vindas e acolhimento	Apresentar a equipe, explicar a proposta e reforçar que a participação é voluntária.	20 min
2. Combinados	Construção coletiva dos acordos de convivência (respeito, escuta, direito de passar e confidencialidade).	10 min
3. Integração	Dinâmica para estimular a interação e reduzir a tensão inicial.	15 min
4. Aquecimento temático	Utilize o Baralho da Saúde com perguntas sobre bem-estar, cotidiano e experiências relacionadas à saúde.	15 min
5. Transição	Apresentação do Canvas da Saúde e explicação da dinâmica de registro.	10 min
6. Atividade central	Canvas da Saúde (versão ampliada, explorando todos os campos de investigação).	70 min
7. Intervalo	Pausa para descanso, conversa e lanche.	20 min
8. Atividade	Produzir coletivamente a Carta à Gestão Municipal Construção coletiva de recomendações e propostas para o município.	40 min
9. Encerramento	Uma palavra, um gesto ou um abraço coletivo para avaliação da experiência.	10 min

Orientação metodológica

A escolha entre a versão **Essencial** e a **Ampliada** não altera os princípios da metodologia participativa. Em ambas, o objetivo é produzir uma escuta qualificada das adolescências sobre saúde. A versão **Essencial** concentra-se nos temas prioritários, sendo indicada para contextos com tempo reduzido. Já a versão **Ampliada** possibilita maior aprofundamento das discussões, amplia os campos de investigação e favorece a construção coletiva de propostas mais detalhadas.

Essa organização funciona bem como um cartão metodológico, permitindo escolher rapidamente o formato mais adequado para sua realidade.

Eixos da Saúde Integral e Integrada

Adolescências no SUS

O que estamos falando?

Cada eixo reúne temas essenciais para que adolescentes vivam com saúde, dignidade e direitos garantidos.

Atenção: Além dos eixos indicados, o grupo de adolescentes pode optar por trabalhar um tema livre, não previsto nesta lista. Nesse caso, toda a metodologia deve ser adaptada para incluir esse tema, mantendo os demais.

SUBEIXOS

IMUNIZAÇÃO 1

Atualização da caderneta vacinal

Vacinas: HPV, meningites, hepatites, influenza, COVID-19 e outras

Combate à desinformação

Acesso aos serviços

PARA DIALOGAR

Minha carteira de vacinação está em dia?
Por que as vacinas são importantes?

SUBEIXOS**ALIMENTAÇÃO SAUDÁVEL
E NUTRIÇÃO****2**

Segurança alimentar

Transtornos
alimentaresAlimentação adequada e
saudávelConsumo de
ultraprocessados

Prevenção da obesidade

Atividade física e imagem
corporal**PARA DIALOGAR**

O que influencia minha alimentação?
Como cuidar do corpo sem padrões estéticos?

SUBEIXOS**DIREITOS SEXUAIS E
DIREITOS REPRODUTIVOS****3**

Educação sexual e puberdade

Diversidade sexual
e de gênero

Prevenção das IST

Consentimento
e respeitoPrevenção da gravidez e
métodos contraceptivosAcesso aos
serviços**PARA DIALOGAR**

Onde buscar informações confiáveis?
Como exercer meus direitos?

SUBEIXOS**SAÚDE MENTAL E
BEM ESTAR****4**

Promoção da saúde mental

Uso saudável
das redes sociais

Autocuidado e autoestima

Bullying e
cyberbullyingAnsiedade, depressão e
estresseProjeto de vida e
fortalecimento de vínculos

Prevenção do suicídio

PARA DIALOGAR

O que afeta minha saúde mental?
Como pedir ajuda? Quem pode me apoiar?

SUBEIXOS**PREVENÇÃO DAS VIOLÊNCIAS
E CULTURA DA PAZ****5**Violência física
psicológica e sexualViolência digital e
exploração sexualViolência física
e no namoroPrevenção do uso de álcool
e outras drogasRacismo e
discriminaçãoResolução pacífica
de conflitos

LGBTQIA+fobia

Convivência
respeitosa**PARA DIALOGAR**Onde buscar proteção?
Como promover respeito e convivência?**SUBEIXOS****PARTICIPAÇÃO E
PROTAGONISMO JUVENIL****6**

Participação social e cidadania

NUCA e
ConselhosControle social e incidência
políticaVoluntariado e ações
comunitárias

Grêmios estudantis e coletivos

Produção da Carta das
Adolescências**PARA DIALOGAR**Como posso participar das decisões da minha comunidade?
Como fazer minha voz ser ouvida?**SUBEIXOS****PROMOÇÃO DA SAÚDE E
PROJETO DE VIDA****7**Determinantes
sociais da saúdeTrabalho
protegidoDireitos
humanosMeio ambiente e
sustentabilidadeEducação
e CulturaMudanças
climáticasEsporte
e lazerPerspectivas
de futuro**PARA DIALOGAR**Quais são meus sonhos?
O que preciso para viver com saúde e dignidade?

Como organizar a escuta e o grupo

Como organizar o grupo

A escuta coletiva funciona melhor com grupos de 10 a 16 adolescentes. Busque diversidade de perfis, territórios e experiências para enriquecer o diálogo.

Critérios de composição

- Faixa etária: preferencialmente entre 12 a 19 anos.
- Diversidade de gênero, raça, território e contexto socioeconômico.
- Inclusão de adolescentes com deficiência, em situação de vulnerabilidade ou pertencentes a grupos historicamente excluídos.
- Participação voluntária e consentida.
- Escuta exclusiva para adolescentes, com presença restrita aos adultos essenciais à facilitação.

#Dica importante

Busque ativamente a diversidade e a representatividade!

Não se limite às pessoas que já estão próximas ou têm facilidade de acesso à iniciativa. Amplie a busca para incluir diferentes perfis, trajetórias, territórios e contextos.

Pergunte-se: Quem ainda não está aqui? Que estratégias podemos criar para ampliar o acesso e garantir uma participação

Como organizar a escuta

PREPARAÇÃO → ACOLHIMENTO → PRODUÇÃO COLETIVA → REGISTRO E SISTEMATIZAÇÃO

Adapte a linguagem, as atividades e os recursos ao contexto local, considerando as características e necessidades dos adolescentes participantes.

- Ambiente seguro, respeitoso e livre de julgamentos
- Participação de adolescentes com diferentes experiências, trajetórias, identidades e contextos
- Escuta ativa e valorização das diferentes vozes e formas de expressão
- Acessibilidade e inclusão garantidas conforme a necessidade de cada participante — incluindo acessibilidade do ambiente, Libras, texto simples, recursos visuais e alternativas à escrita e à fala.
- Condições adequadas de participação, incluindo atenção a transporte, horário, alimentação, lanche e água
- Registro cuidadoso das contribuições, evitando exposição ou identificação individual das/dos participantes
- Proteção da privacidade e do anonimato: não coletar nomes ou informações que permitam identificar os participantes. Registrar apenas as contribuições necessárias à atividade, de forma segura e sem exposição individual.

Como preparar e conduzir uma oficina

Uma boa oficina depende de preparação: alinhamento de objetivos, definição de público, materiais e combinações de convivência que criem segurança para a fala.

Preparar

ter objetivo, definir local, produzir convite, reunir uma equipe e organizar os materiais.

Acolher

abertura, combinados, aquecimento e criação de confiança.

Produzir

dinâmica central (ex.: Canvas da Saúde + Carta das Adolescências) e priorização de achados

Fechar

Síntese, devolutiva, avaliação rápida e próximas etapas.

#Dica de facilitação

Crie um ambiente seguro | combine acordos de convivência (respeito, não julgamento, confidencialidade possível e consentimento para fotos/registro).

Valorize a autonomia | convide, não imponha. Ofereça alternativas para quem preferir observar ou participar de outras formas (escrever, desenhar, falar em dupla).

Use linguagem acessível | explique objetivos e instruções com clareza e verifique a compreensão antes de começar.

Cuide do ritmo | mantenha o tempo, mas atente aos sinais do grupo (cansaço, dispersão, ansiedade) e ajuste quando necessário.

Observe e intervenha com cuidado | acolha desconfortos, interrompa brincadeiras ofensivas, evite exposição individual e convide ao respeito mútuo.

#Dica de facilitação

Confidencialidade, sigilo e consentimento

Cuidar da participação também é proteger quem participa

A escuta das adolescências deve acontecer em um ambiente de **respeito, segurança e proteção**. Para isso, é importante explicar previamente como as informações compartilhadas serão utilizadas e quais são os limites da confidencialidade.

Confidencialidade possível

As falas devem ser registradas e apresentadas **sem identificação individual**, evitando nomes, imagens ou informações que permitam reconhecer quem participou.

A confidencialidade, porém, **não é absoluta**. Se durante a escuta surgir uma situação que indique violência, risco ou violação de direitos que exija proteção, a equipe deverá seguir os fluxos da rede de proteção e os procedimentos previstos no município. Por isso, é importante explicar essa possibilidade antes do início da atividade.

Consentimento para fotos, vídeos e registros

Antes de fotografar, filmar ou realizar qualquer registro que permita identificar adolescentes, explique **o que será registrado, para qual finalidade, onde poderá ser utilizado e quem terá acesso.**

O registro só deve ser realizado após o **consentimento adequado**, conforme as orientações e normas aplicáveis a crianças e adolescentes. Quando necessário, deve-se também observar a autorização do responsável legal e as regras institucionais.

Na prática:

Explique antes. Pergunte antes. Registre somente com autorização. Proteja a identidade sempre que possível.

E lembre-se: **participar de uma escuta não significa autorizar automaticamente o uso da imagem, da voz ou da história de quem participou.**



#Dica de facilitação



FALE MENOS
ESCUTE MAIS

unicef 
para cada criança



SILÊNCIO
TAMBÉM
COMUNICA

unicef 
para cada criança

#Dica de facilitação



**NÃO CORRIJA
RESPOSTAS.**
PERGUNTE MAIS

unicef 
para cada criança



**VALORIZE TODAS AS
FORMAS DE EXPRESSÃO**
**FALA, DESENHO, ESCRITA,
MÚSICA E GESTOS**

unicef 
para cada criança

Dinâmicas de acolhimento e integração

Boas-vindas, integração e acolhimento

NOME DA ATIVIDADE	“Meu nome, minha identidade” – Construção dos crachás ou qualquer outra sugerida nos próximos cartões
OBJETIVO	Acolher adolescentes, fortalecer vínculos e valorizar a identidade e a singularidade de cada participante.
TEMPO PREVISTO	10- 15 minutos
MATERIAIS NECESSÁRIOS	Papéis coloridos, materiais reaproveitáveis, tecidos, sementes, fitas, linhas, lantejoulas, adesivos, revistas, canetas, cola, tesoura
PREPARAÇÃO DO ESPAÇO	Organizar mesas com materiais diversos disponíveis. Criar ambiente acolhedor e seguro.
ETAPAS	1. Na chegada, convidar cada adolescente a criar seu próprio crachá 2. Disponibilizar diferentes suportes e recursos criativos 3. Cada participante escolhe como gostaria de ser chamado(a) 4. Expressão da identidade por meio de cores, formas, símbolos 5. Apresentação ao grupo: nome e elemento que representa sua história.
PERGUNTAS DISPARADORAS	■ O que você escolheu para representar você? ■ Como você gostaria de ser chamado(a)? ■ O que é importante sobre você que o grupo deveria saber?
CUIDADOS ÉTICOS	Observar sinais de desconforto (silêncio rígido, risos nervosos, isolamento). Respeitar quem não quiser compartilhar. Garantir que ninguém seja alvo de comentários ou exposição.
COMO SISTEMATIZAR	Registrar nomes escolhidos, formas de expressão utilizadas, fotografar detalhes da customização, desfocar os nomes na hora de utilizar na sistematização de relatório.

Dinâmicas de acolhimento e integração

Semáforo do dia

Cada pessoa escolhe uma cor que representa como está chegando:



Verde

Estou bem, tudo ok



Amarelo

Mais ou menos,
dia comum



Vermelho

Dia difícil,
não estou bem

Depois de escolher, cada pessoa, ou algumas pessoas, SE QUISER, diz uma palavra que representa seu estado (sem precisar explicar se não quiser).

Tempo

**5 - 10
minutos**

Material

Farol desenhado ou impresso, com as três cores correspondentes. Canetinhas ou pincel atômico.

Dinâmicas de acolhimento e integração

Objeto | Imagem que me representa

Cada participante escolhe um objeto ou uma imagem (pode ser do celular, de revistas disponíveis ou algo que esteja com a pessoa) que represente algo importante sobre si.

Em círculo, cada pessoa mostra o objeto/imagem e explica em uma frase por que escolheu.

EXEMPLO: “Escolhi essa foto porque representa minha família” ou “Trouxe esse fone porque música é tudo pra mim”.

Tempo	Material
10-15 minutos	Objetos diversos, revistas .

Dinâmicas de acolhimento e integração

Mapa do humor

Disponibilize um cartaz ou flipchart com uma escala de 0 a 10 ou com carinhas que representam diferentes estados emocionais:



Muito feliz



Neutro



Muito triste

Cada participante marca com um adesivo, post-it ou desenho como está se sentindo ao chegar na oficina.

Compartilhar é opcional — a pessoa pode apenas marcar ou, se quiser, explicar brevemente sua escolha.

BENEFÍCIO: Permite a quem facilita perceber o clima emocional do grupo e ajustar o ritmo da oficina.

Tempo	Material
5 - 10 minutos	Cartaz, post-its, adesivos ou canetinhas coloridas

Dinâmicas de acolhimento e integração

Teia de conexões

Em círculo, quem facilita segura uma ponta de um rolo de barbante e diz seu nome + algo que gosta de fazer. Em seguida, joga o rolo para outra pessoa (mantendo sua ponta do barbante).

A pessoa que recebe repete o processo: diz seu nome + algo que gosta, segura o barbante e joga para outra pessoa. Continua até que todos estejam conectados, formando uma teia visual.

REFLEXÃO: “Olhem a teia que criamos juntos. Cada um de nós é importante para manter essa rede forte. Se alguém solta, a teia se desfaz.”

— Tempo —

**10-15
minutos**

Material

Rolo de barbante ou lã

Dinâmicas de acolhimento e integração

Se eu fosse...

Cada participante completa a frase: “Se eu fosse [categoria], eu seria...”

CATEGORIAS SUGERIDAS:

- Se eu fosse uma música, eu seria...
- Se eu fosse um lugar da cidade, eu seria...
- Se eu fosse um super-poder, eu seria...
- Se eu fosse uma estação do ano, eu seria...

Quem facilita escolhe 1-2 categorias e cada pessoa responde rapidamente em círculo. Não precisa justificar, apenas dizer.

— Tempo —	— Material —
5 - 10 minutos	Nenhum

Dinâmicas de acolhimento e integração

Bingo de semelhanças

Cada participante recebe uma folha com frases como:

- Encontre alguém que tenha o mesmo signo que você
- Encontre alguém que goste do mesmo estilo musical
- Encontre alguém que more no mesmo bairro
- Encontre alguém que tenha o mesmo número de irmãos
- Encontre alguém que pratique o mesmo esporte ou hobby

Os/As participantes circulam pela sala conversando e marcando quando encontram semelhanças. Quem completar primeiro (ou mais itens em 5 minutos) grita “BINGO!”

BENEFÍCIO: Estimula circulação, conversa informal e descoberta de pontos em comum.

Tempo	Material
10-15 minutos	Folhas com as frases

Dinâmicas de aquecimento temático

Aquecimento temático

NOME DA ATIVIDADE	“O que é saúde para você?”
OBJETIVO	Ativar o pensamento dos/das adolescentes, introduzir o conceito ampliado de saúde integral e preparar o grupo para as atividades participativas.
TEMPO PREVISTO	10- 15 minutos
MATERIAIS NECESSÁRIOS	BARALHO DA SAÚDE Opcional: flipchart ou quadro para registrar palavras-chave.
PREPARAÇÃO DO ESPAÇO	Manter o grupo em círculo ou semicírculo para facilitar a conversa e o contato visual.
ETAPAS	1. Introdução: “Hoje estamos aqui para ouvir vocês. Queremos conhecer suas experiências e entender como é ser adolescente nesta cidade, especialmente em relação à saúde, ao cuidado e ao acesso aos serviços.” 2. Perguntar: “Quando vocês ouvem a palavra saúde, o que vem à cabeça?” 3. Ampliar: “O que ajuda adolescentes a ter uma vida saudável?” 4. Aprofundar: “O que mais dificulta a saúde de adolescentes na nossa cidade?” 5. Fechamento: Apresentar conceito de saúde integral (corpo, mente, emoções, relações, ambiente, acesso a serviços, educação, esporte, cultura, lazer)
PERGUNTAS DISPARADORAS	■ Para vocês, o que significa ter saúde? ■ O que ajuda adolescentes a ter uma vida saudável? ■ O que mais dificulta a saúde de adolescentes? ■ Se pudessem mudar uma coisa para melhorar a saúde, o que mudariam?

Aquecimento temático

CUIDADOS ÉTICOS

Reforçar que não existem respostas certas ou erradas. Valorizar todas as contribuições. Evitar julgamentos. Manter o ritmo dinâmico, evitando aprofundar temas sensíveis neste momento. Caso uma situação de sofrimento, violência ou violação de direitos emergja, acolha sem julgamento, agradeça a confiança e evite investigar ou expor a adolescência diante do grupo. Ao final, converse em espaço reservado, avalie a necessidade de proteção e realize os encaminhamentos adequados à rede de saúde e proteção do território.

COMO SISTEMATIZAR

Registrar palavras-chave mencionadas, conceitos de saúde que emergirem, temas recorrentes. Anotar percepções sobre o que facilita e o que dificulta.



Baralho da saúde

01

COMO É SER ADOLESCENTE
NESTA CIDADE?

unicef 
para cada criança

02

QUANDO VOCÊS OUVEM A
PALAVRA SAÚDE,
O QUE VEM A CABEÇA?

unicef 
para cada criança

Baralho da saúde

03

**O QUE AJUDA
ADOLESCENTES A
TER UMA VIDA SAUDÁVEL?**

unicef 
para cada criança

04

**O QUE MAIS DIFICULTA A
SAÚDE DE ADOLESCENTES
NA NOSSA CIDADE?**

unicef 
para cada criança

Atividade central: canvas da saúde

O Canvas da Saúde é uma ferramenta visual para organizar a escuta em blocos simples, permitindo que o grupo traduza vivências em informações acionáveis (potências, desafios e caminhos de cuidado).

Entendendo a lógica da ferramenta

O Canvas da Saúde foi elaborado para apoiar a escuta, a análise e a construção de propostas a partir dos temas prioritários do POM-S – Saúde Integral e Integrada dos Adolescentes.

Para utilizar a ferramenta corretamente, é importante compreender que ela articula duas dimensões diferentes, mas complementares:

Temas : indicam sobre qual tema vamos conversar;

Blocos do Canvas: indicam o que queremos compreender sobre esse tema.

Assim, os temas aparecem no Canvas e devem ser respondidos a partir dos diferentes blocos da ferramenta.

Uma forma simples de compreender:

BLOCO DO CANVAS = PERGUNTA/ASPECTO DE ANÁLISE

CANVAS = ENCONTRO ENTRE O TEMA E AS PERGUNTAS

Ou seja, o grupo não precisa escolher entre trabalhar “temas” ou “os blocos”. Ele trabalha os dois conjuntamente.

Como funciona na prática?

Imagine o Canvas como uma matriz.

Veja um exemplo:

EIXOS DO POM-S	SAÚDE MENTAL	DEMAIS EIXOS DO POM-S
O que faz bem?	O que favorece?	O que favorece?
O que dificulta?	O que dificulta?	O que dificulta?
Rede de apoio	Quem pode apoiar?	Quem pode apoiar?
Quais necessidades?	Do que precisam?	Do que precisam?
Quais ideias de ação?	O que podemos fazer?	O que podemos fazer?

Importante: os exemplos de perguntas apresentados na tabela servem para orientar a reflexão. O grupo deve registrar as respostas considerando a realidade concreta das adolescências em seu município.

Como organizar os subgrupos

Quando a atividade solicitar a divisão de participantes em subgrupos, a organização deverá ser feita por eixo temático do POM-S, e não por bloco do Canvas.

Etapa 1 — Distribuir os eixos

Cada subgrupo recebe um eixo do POM-S para analisar.

Por exemplo:

Grupo 1 → Imunização

Grupo 2 → Saúde Mental

Grupo 3 → Alimentação e Nutrição

Grupo 4 → Direitos Sexuais e Reprodutivos

Grupo 5 → Violências

Etapla 2 — Percorrer os blocos do Canvas

Depois de receber o tema, o grupo deverá percorrer os diferentes blocos do Canvas, respondendo às perguntas para aquele tema.

Por exemplo, o grupo que recebeu Saúde Mental deverá pensar:

Saúde Mental + O que faz bem

→ O que contribui para o bem-estar e a saúde mental das adolescências no município?

Saúde Mental + O que dificulta

→ Quais situações, barreiras ou condições dificultam o cuidado em saúde mental?

Saúde Mental + Rede de apoio

→ Quais pessoas, serviços, espaços e instituições podem apoiar as adolescências?

Saúde Mental + Necessidades

→ Do que as adolescências precisam para cuidar melhor da saúde mental?

Saúde Mental + Ideias de ação

→ O que pode ser feito no município para responder a essas necessidades?

O mesmo procedimento será realizado pelos demais grupos, cada um trabalhando seu respectivo eixo do POM-S.

Exemplo: se o grupo recebeu Saúde Mental, todas as respostas devem estar relacionadas à Saúde Mental. Ao passar de “O que faz bem?” para “O que dificulta?”, o grupo continua falando de Saúde Mental — apenas muda o aspecto que está sendo analisado.

A pergunta-chave para participantes

Para facilitar a compreensão durante a oficina, quem estiver facilitando pode repetir:

“Qual tema estamos analisando?”

“Qual bloco do Canvas estamos preenchendo?”

“O que as adolescências dizem, vivem, precisam ou propõem sobre esse tema a partir deste bloco?”

Essa sequência ajuda o grupo a manter o foco e evita que os temas sejam confundidos com os blocos de análise.

Em síntese

O funcionamento do Canvas pode ser resumido em três perguntas:

1. SOBRE O QUÊ?

→ Temas

2. O QUE QUEREMOS SABER SOBRE ISSO?

→ Blocos do Canvas

3. O QUE FAZER COM O QUE FOI IDENTIFICADO?

→ Ideias de ação e encaminhamentos

Dessa forma, o Canvas possibilita passar do tema à escuta, da escuta à análise e da análise à ação, mantendo como referência as experiências, necessidades, potencialidades e propostas das adolescências.

Canvas da saúde (Ampliado)

NOME DA ATIVIDADE

Canvas da Saúde (AMPLIADO)

OBJETIVO

Organizar a escuta em blocos simples, traduzir vivências em informações acionáveis (potências, desafios e caminhos de cuidado). Identificar experiências para orientar ações de cuidado, prevenção e fortalecimento de redes.

TEMPO PREVISTO

70 minutos

MATERIAIS NECESSÁRIOS

Papel kraft ou cartolinas grandes, post-its coloridos, canetas pilot, fita crepe, marcadores coloridos. Canvas impresso em formato A1 ou desenhado previamente.

PREPARAÇÃO DO ESPAÇO

Fixar o Canvas na parede ou em mesas grandes. Organizar grupos de 4-6 adolescentes. Distribuir materiais de forma acessível.

ETAPAS

1. Apresentar a estrutura do Canvas
2. Explicar cada bloco: O que faz bem | O que dificulta | Rede de apoio | Necessidades | Ideias de ação
3. Dividir em grupos pequenos
4. Cada grupo trabalha dialogando e preenchendo o Canvas
5. Rodada de apresentação: cada grupo compartilha suas percepções
6. Quem facilita sistematiza pontos comuns e divergentes

PERGUNTAS DISPARADORAS (CARTAS)

O que faz bem: O que ajuda vocês a se sentirem bem? Que lugares/atividades apoiam?

O que dificulta: O que atrapalha o bem-estar? O que pesa na rotina?

Rede de apoio: Com quem dá para contar? Quem escuta?

Necessidades: O que faria diferença? O que precisa mudar?

Ideias: O que dá para fazer? Quem pode apoiar?

CUIDADOS ÉTICOS

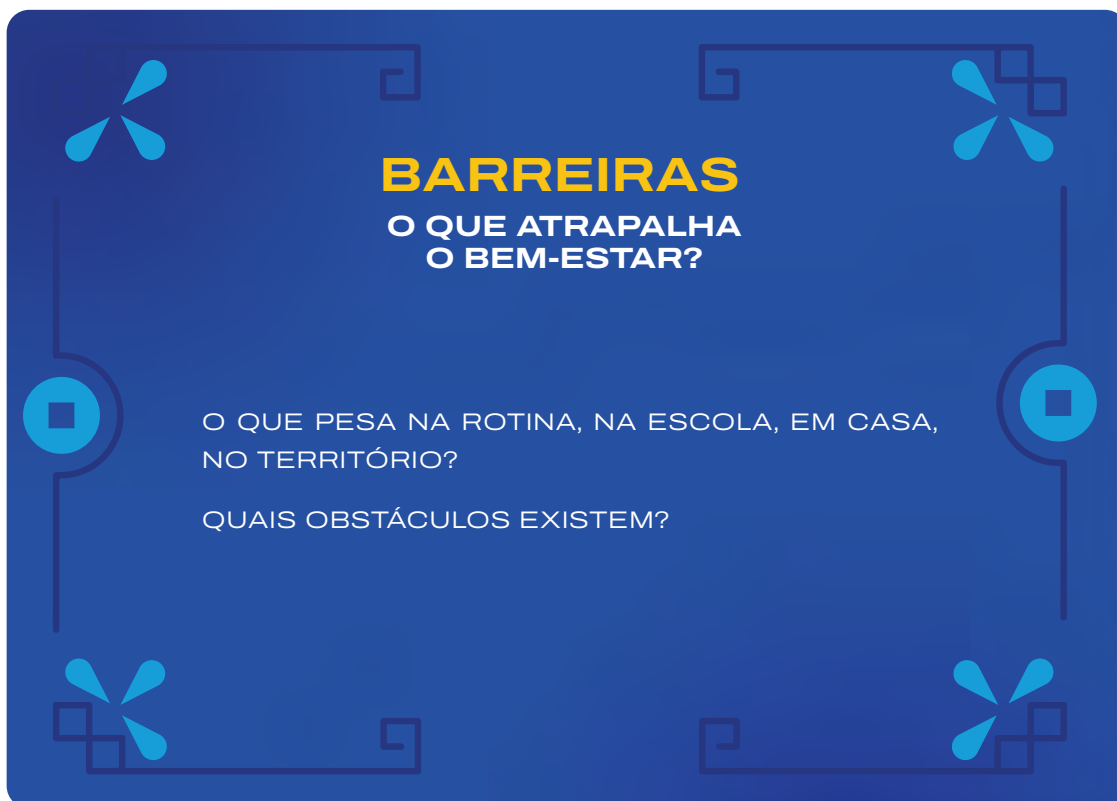
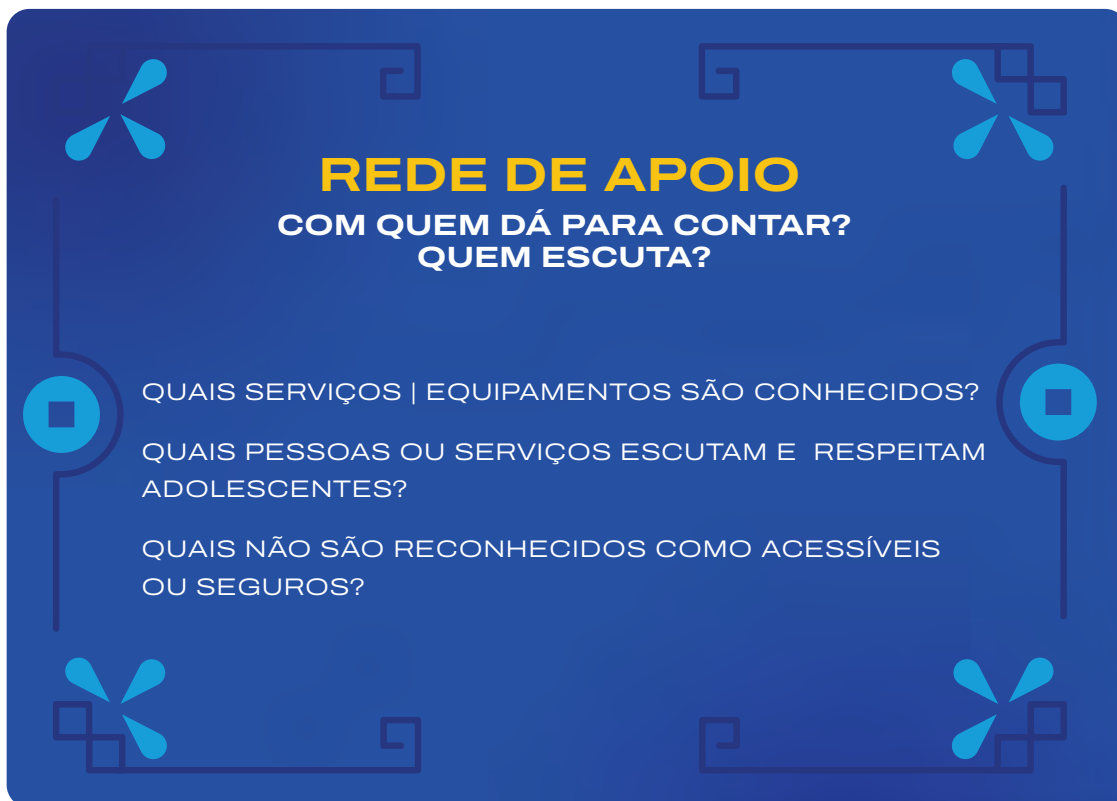
Reforçar que o Canvas não é diagnóstico, mas organização de percepções. Garantir que todos possam contribuir. Respeitar silêncios. Não expor situações individuais sensíveis no grupo grande.

COMO SISTEMATIZAR

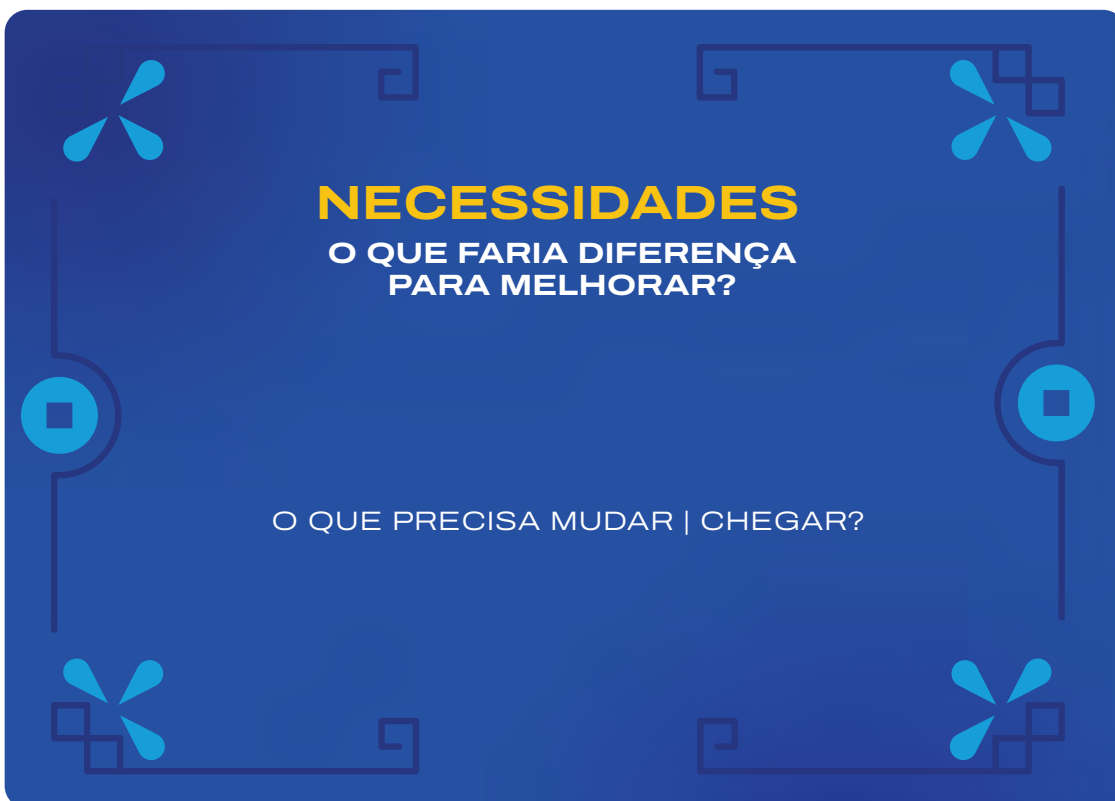
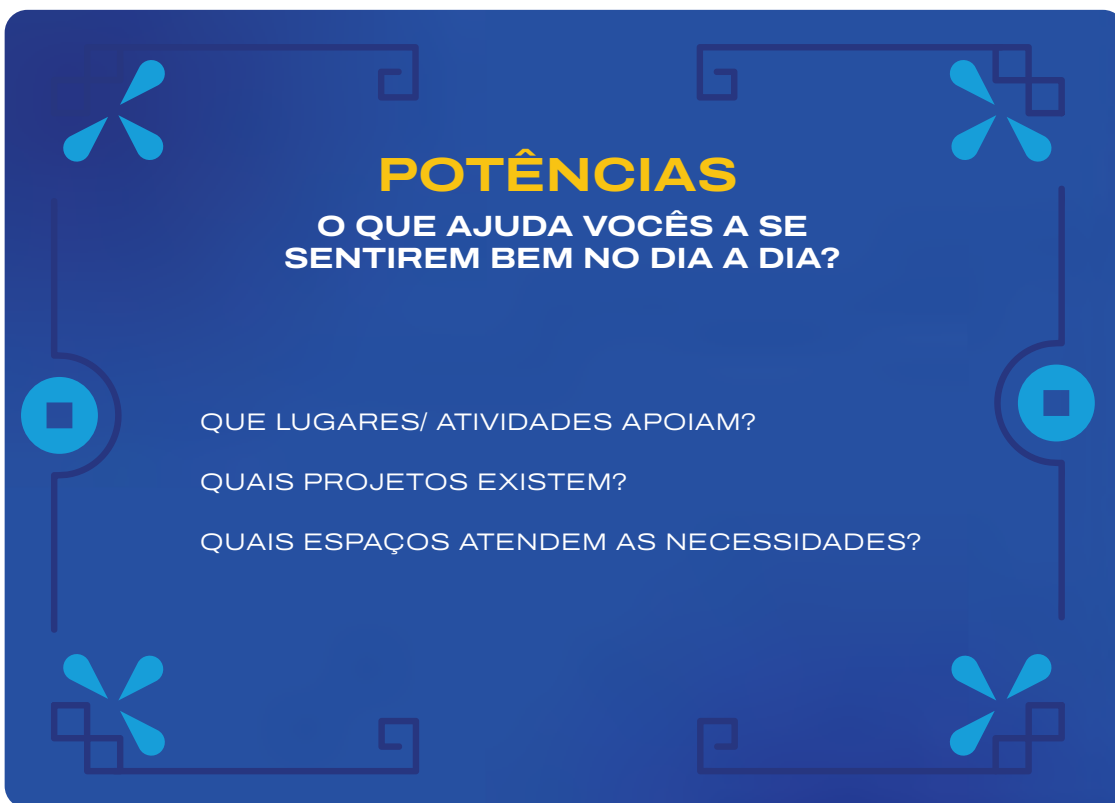
Fotografar os Canvas preenchidos. Transcrever conteúdo dos post-its ou escritos por dimensão. Identificar padrões, temas recorrentes, propostas concretas. Organizar em relatório por categoria.



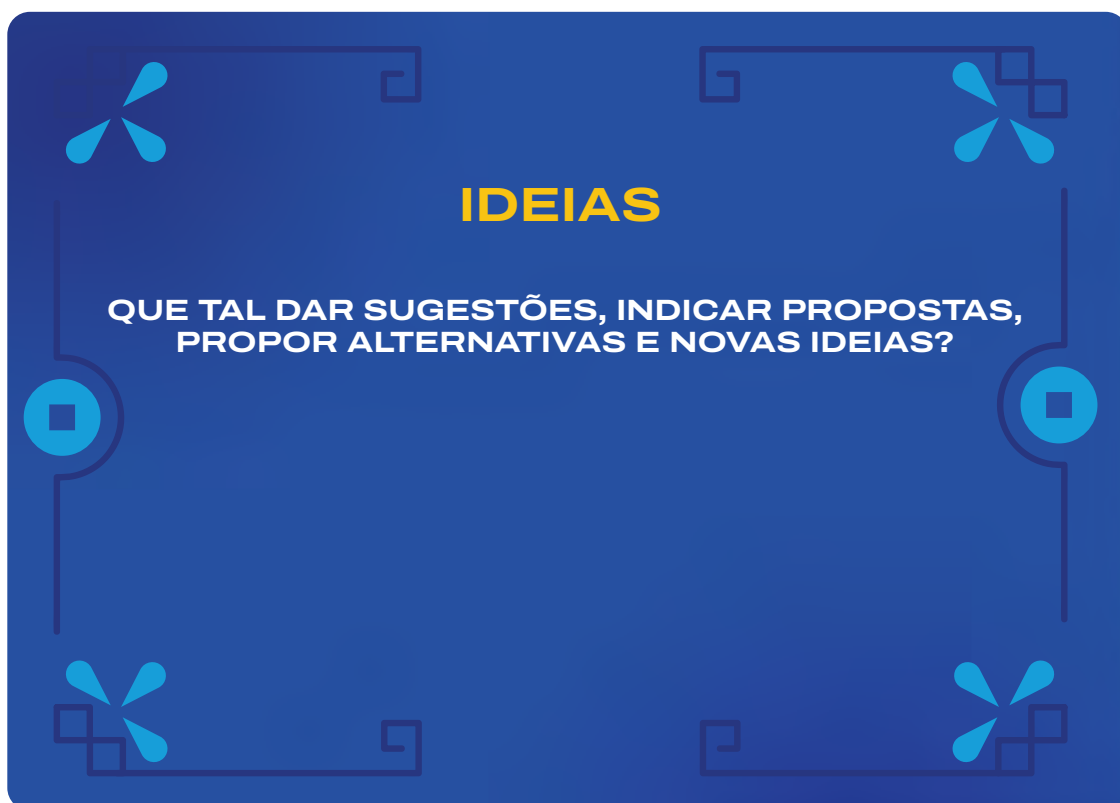
Cartinhas com perguntas disparadoras para o Canvas



Cartinhas com perguntas disparadoras para o Canvas



Cartinhas com perguntas disparadoras para o Canvas



Suporte Canvas Saúde

Saúde Integral e Integrada

	Saúde Mental	Violências e Cultura da paz	Direitos sexuais e reprodutivos	Imunização	Alimentação saudável e nutrição	Tema livre
Como está hoje?						
O que faz bem? (POTÊNCIAS)						
O que dificulta? (BARREIRAS)						
Rede de apoio						
Necessidades (O QUE FALTA)						
Ideias de ação (PROPOSTAS)						

Imunização

Como está hoje?

O que faz bem (Potências)

O que dificulta (BARREIRAS)

Rede de apoio

Necessidades (O QUE FALTA)

Ideias de ação (PROPOSTAS)

Direitos sexuais e direitos reprodutivos

Como está hoje?

O que faz bem (Potências)

O que dificulta (BARREIRAS)

Rede de apoio

Necessidades (O QUE FALTA)

Ideias de ação (PROPOSTAS)

Violências e cultura da paz

Como está hoje?

O que faz bem (Potências)

O que dificulta (BARREIRAS)

Rede de apoio

Necessidades (O QUE FALTA)

Ideias de ação (PROPOSTAS)

Saúde mental

Como está hoje?

O que faz bem (Potências)

O que dificulta (BARREIRAS)

Rede de apoio

Necessidades (O QUE FALTA)

Ideias de ação (PROPOSTAS)

Alimentação saudável e nutrição

Como está hoje?

O que faz bem (Potências)

O que dificulta (BARREIRAS)

Rede de apoio

Necessidades (O QUE FALTA)

Ideias de ação (PROPOSTAS)

Canvas da saúde (Essencial)

A versão essencial do Canvas da Saúde foi desenvolvida para municípios que dispõem de menor tempo para a condução da oficina ou desejam aprofundar a discussão em temas considerados prioritários para o território.

Diferentemente da versão ampliada, por que contempla vários temas, esta modalidade permite que a gestão municipal selecione dois ou três eixos prioritários, favorecendo discussões mais aprofundadas e a construção de propostas específicas.

Os eixos poderão ser escolhidos considerando o diagnóstico local, os indicadores de saúde, as demandas apresentadas por adolescentes ou as prioridades pactuadas pela gestão municipal.

A oficina poderá abordar os seguintes temas:

- 1** **Imunização;**
- 2** **Direitos Sexuais e Direitos Reprodutivos;**
- 3** **Alimentação Saudável e Nutrição;**
- 4** **Violências e Cultura de Paz;**
- 5** **Saúde Mental**
- 6** **Tema Livre**

Como conduzir

Etapa 1 – Defina os temas prioritários

Antes da oficina, a equipe facilitadora deverá selecionar dois ou três temas, considerando:

1. o perfil epidemiológico do município;
2. as prioridades do POM-S;
3. os resultados de diagnósticos locais;
4. o tempo disponível para a atividade.

A recomendação é não trabalhar mais de três temas nesta modalidade.

Etapa 2 – Organize os grupos

Divida os/as adolescentes em pequenos grupos.

Cada grupo receberá um Canvas contendo apenas os temas selecionados.

Disponibilize post-its, canetas coloridas, cartões ou folhas adesivas para o registro das ideias.

Etapa 3 – Promova a discussão

Utilize as cartas com perguntas disparadoras

Etapa 4 – Compartilhe as contribuições

Cada grupo apresenta suas reflexões.

Quem facilita organiza as respostas no Canvas, identificando convergências, especificidades e prioridades apontadas por adolescentes.

Etapa 5 – Defina as prioridades

Ao final, o grupo deverá identificar as principais propostas relacionadas aos temas trabalhados.

Essas prioridades poderão subsidiar o planejamento municipal, orientar a elaboração do Plano de Ação do POM-S e fortalecer o diálogo entre adolescentes e a gestão pública.

Produto esperado

Um Canvas da Saúde preenchido com as percepções, prioridades e propostas construídas por adolescentes para os temas selecionados, produzindo evidências qualificadas para apoiar o planejamento das ações municipais voltadas à promoção da saúde integral e integrada das adolescências.

Recomendações

Utilize a versão essencial em oficinas de até 120 minutos.

Caso seja necessário aprofundar os demais temas, realize novas oficinas utilizando outros temas do Canvas.

Ao final do processo, recomenda-se que os resultados das diferentes oficinas sejam consolidados na ficha de sistematização, compondo um diagnóstico participativo das adolescências do município.



Atenção, mobilizador(a) de Adolescentes do NUCA!

Se a Escuta Participativa for realizada com adolescentes de algum NUCA (Núcleo de Cidadania de Adolescentes), a produção e entrega da Carta das Adolescências à Gestão Pública Municipal pode ser registrada no Formulário de Registro de Ações do NUCA em Ação

[Clique aqui e acesse](#)



Carta das adolescências à gestão pública municipal

A Carta das Adolescências à Gestão Pública é mais do que o registro das contribuições produzidas durante uma oficina. Trata-se de um documento político de participação social, elaborado coletivamente por adolescentes para expressar suas percepções, prioridades, demandas e propostas sobre a saúde integral e integrada em seus territórios.

Ao sistematizar suas vozes e apresentá-las à gestão pública do município a Carta fortalece o direito à participação previsto no Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), na Convenção sobre os Direitos da Criança e nas diretrizes do Sistema Único de Saúde (SUS), que reconhecem adolescentes como sujeitos de

direitos e agentes ativos(as) na construção de políticas públicas.

A Carta também representa um compromisso com a democracia participativa

Objetivo

Construir, de forma coletiva, uma carta que reúna as principais reflexões, prioridades e recomendações das/dos adolescentes para fortalecer o diálogo com a gestão pública e contribuir para o planejamento das ações do POM-S.

Tempo previsto: 25 minutos.

Antes de começar

- Organize os/as adolescentes em círculo.
- Tenha disponível o modelo da Carta das Adolescências em papel kraft, cartolina ou projetado em tela.
- Explique que esta não é uma atividade de avaliação, mas um espaço de participação cidadã, onde as ideias do grupo serão registradas e encaminhadas aos gestores municipais.

Etapas:

1. Apresente a proposta

Explique que a carta será construída coletivamente e representará a voz das adolescências do município.

Reforce que ela poderá subsidiar o planejamento e o aprimoramento das ações voltadas à saúde integral e integrada de adolescentes.

Dica a quem facilita

Valorize todas as contribuições e lembre ao grupo que não existem respostas certas ou erradas.

Utilize um dos modelos de carta, optando pelo modelo para oficinas mais curtas ou pela versão ampliada quando houver mais tempo para o trabalho.

2. Construa a carta coletivamente

Convide adolescentes a trazer elementos que foram refletidos a partir da atividade Canvas da Saúde, estimule que dialoguem e possam registrar as contribuições na carta.

Registre as contribuições, buscando representar os consensos do grupo sem apagar a diversidade de opiniões.

3. Leia e valide o texto

Após concluir a escrita, faça a leitura da carta em voz alta.

Pergunte ao grupo:

- Todos(as) se sentem representados(as)
- Alguém gostaria de complementar ou modificar algum trecho?

Realize os ajustes necessários até que o grupo valide a versão final.

4. Assinatura simbólica

- identifique a CARTA apenas como uma produção coletiva das adolescências do município.

5. Organize a entrega da carta

Combine previamente uma agenda com a Prefeitura ou Secretaria Municipal de Saúde.

Sempre que possível, incentive a participação de representantes das adolescências na entrega da carta junto à gestão municipal. Esse momento pode fortalecer o diálogo e a participação cidadã, mas não substitui a devolutiva, que deverá ocorrer posteriormente, após a análise das contribuições apresentadas.

Atenção, equipe de facilitação

Durante toda a atividade:

- incentive a participação em grupo;
- garanta um ambiente seguro e respeitoso;
- valorize diferentes opiniões;
- registre as ideias com fidelidade ao que foi expresso pelo grupo;
- lembre que o objetivo é construir uma produção coletiva.

Produto esperado

Uma **Carta das Adolescências** contendo as principais reflexões, prioridades e recomendações produzidas durante a oficina, constituindo um importante subsídio para o planejamento, implementação e monitoramento das ações do POM-S.



Carta das Adolescências

em prol da Saúde Integral e Integrada
à Gestão Pública Municipal

Carta produzida na oficina ampliada

Município: _____

Data: _____ de _____ de _____

Nós, adolescentes do município de _____, participantes da **Oficina de Escuta Participativa** para a construção do **Plano Operacional Municipal de Saúde (POM-S)**, realizada nesta data, reconhecemos que:

Para nós, saúde integral e integrada significa...

A partir desta oficina, refletimos sobre...

Identificamos como principais desafios...

Também reconhecemos que nosso município possui potencialidades, como...

Nós, adolescentes, recomendamos à gestão municipal, que...

Queremos um município onde...

Como adolescentes, também assumimos o compromisso de...

Nossa mensagem à gestão do município é...

Carta construída coletivamente pelas adolescências participantes da Oficina de Escuta Participativa do POM-S

Representação das adolescências do município

Município: _____

Data: _____ de _____ de _____

Carta das Adolescências
em prol da Saúde Integral e Integrada à
Gestão Pública Municipal

Carta das Adolescências

em prol da Saúde Integral e Integrada à
Gestão Pública Municipal

Carta produzida na oficina essencial

Município: _____

Data: _____ de _____ de _____

Nós, adolescentes do município, integrantes da **Oficina de Escuta Participativa do POM-S**, queremos compartilhar:

O que saúde significa para nós

Principais desafios que vemos

Potencialidades do nosso município

Nossa recomendação principal

Queremos um município onde

Nossos compromissos

Como adolescentes, nos comprometemos a participar ativamente da construção de um município melhor para todas e todos.

Carta das Adolescências
em prol da Saúde Integral e Integrada à
Gestão Pública Municipal

Da escuta às prioridades: transformar vozes em políticas públicas

Chegamos ao final deste guia, mas não ao fim do processo. A escuta participativa das adolescências é o início de um compromisso com políticas públicas mais democráticas, inclusivas e responsivas.

No POM-S, o Momento 3 – Escuta das Adolescências possibilita compreender como as adolescências percebem seus territórios, suas condições de vida, os desafios que enfrentam e as potencialidades de suas comunidades, contribuindo para a definição de prioridades para a promoção da saúde integral e integrada.

Mas escutar não é suficiente. É preciso dar retorno. Após a escuta, os resultados devem ser sistematizados, analisados e compartilhados com as adolescências, em um encontro posterior de **devolutiva**, para apresentar o que foi compreendido, o que será incorporado às ações e o que ainda precisa ser construído. Esse momento também permite validar as informações, retomar o diálogo e definir, conjuntamente, as próximas etapas.

A participação ganha sentido quando as vozes das adolescências produzem consequências concretas nas decisões, nos planos e nas ações públicas.

Colocar as adolescências no centro das políticas públicas é reconhecer que participar é um direito, ser ouvido é exercer cidadania e construir com adolescentes é fortalecer a democracia.

Que este guia inspire as gestões públicas, profissionais da educação e da saúde, conselhos de direitos, organizações da sociedade civil e adolescentes a cultivarem uma cultura permanente de diálogo, corresponsabilidade e participação cidadã.

Porque escutar as adolescências é reconhecer que suas vozes importam.

É fortalecer a cidadania.

É promover emancipação.

É construir políticas públicas com adolescentes.

Um abraço carinhoso,

Equipe UNICEF

Você não está só

Dicas para adolescências

Precisa de ajuda, orientação ou quer conversar?

Se você estiver passando por uma situação difícil, sofrimento emocional, violência, dúvida ou tiver seus direitos desrespeitados, procure ajuda. Pedir ajuda é um direito.

SAÚDE — SUS

Disque Saúde | 136

Informações, orientações e manifestações sobre os serviços do SUS.

SAÚDE MENTAL

Rede Pode Falar

Escuta acolhedora para adolescentes e jovens, de 13 a 24 anos – gratuito e sigiloso – UNICEF e Ministério da Saúde

podefalar.org.br

CAPS — Centros de Atenção Psicossocial

Procure o CAPS ou a unidade de saúde do seu município para receber acolhimento e orientação.

ESTÁ SOFRENDO VIOLÊNCIA OU TEVE UM DIREITO VIOLADO?

Disque 100 | Direitos Humanos

Recebe denúncias de violência, abuso, exploração, negligência, discriminação e outras violações de direitos.

VIOLÊNCIA CONTRA MENINAS E MULHERES

Ligue 180

Orientação e acolhimento para situações de violência contra mulheres e meninas.

CONSELHO TUTELAR

O Conselho Tutelar pode orientar e proteger crianças e adolescentes quando seus direitos estão sendo ameaçados ou violados.

Conselho Tutelar do seu município:

Endereço: _____

Telefone/WhatsApp: _____

Horário: _____

EM UMA EMERGÊNCIA

SAMU — 192

Emergências de saúde.

Polícia Militar — 190

Situações de risco imediato.

Bombeiros — 193

Emergências e situações de salvamento.

LEMBRE-SE

Você não precisa enfrentar tudo sem apoio.

Procure alguém de confiança e peça ajuda.

Sua vida, sua saúde e seus direitos importam.



Saiba Mais

Amplie seus repertórios • Leia • Consulte • Acesse • Inspire-se

A escuta das adolescências não termina na oficina.

Ela abre caminhos para conhecer direitos, aprofundar conhecimentos, acessar políticas públicas, encontrar novas metodologias e transformar aquilo que foi ouvido em ação, participação e mudança.

ASSISTA

VÍDEOS | Para assistir e conversar

UNICEF – Nada sobre nós sem nós

<https://www.unicef.org/brazil/relatorios/nada-sobre-nos-sem-nos>

UNICEF – Saúde mental de adolescentes

<https://www.unicef.org/brazil/innocenti/brazil/saude-mental-de-adolescentes>

LEIA

1. Diretrizes Nacionais para a Atenção Integral à Saúde de Adolescentes e Jovens

Documento fundamental do Ministério da Saúde para orientar a atenção integral à saúde de adolescentes e jovens no SUS. Sua elaboração contou com participação social e busca orientar ações, programas e estratégias intersetoriais.

Acesse o documento em PDF:

https://www.gov.br/saude/pt-br/acesso-a-informacao/gestao-do-sus/articulacao-interfederativa/cit/pautas-de-reunioes-e-resumos/2009/dezembro/3-c_saude-adolescentes-e-jovens.pdf/view

2. Proteger e Cuidar da Saúde de Adolescentes na Atenção Básica

Publicação do Ministério da Saúde voltada a gestores(as) e profissionais da Atenção Primária à Saúde, com orientações para promoção, proteção e recuperação da saúde de adolescentes.

Acesse no Ministério da Saúde:

https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-do-adolescente/saude-sexual-e-reprodutiva/ferramentas/saude_adolescentes.pdf/view

Outra opção de acesso – Portal de Boas Práticas/ Fiocruz:

<https://portaldeboaspraticas.iff.fiocruz.br/biblioteca/proteger-e-cuidar-da-saude-de-adolescentes-na-atencao-basica/>

CONSULTE

POM-S – Plano Operacional de Saúde de Adolescentes - Guia Prático para Municípios

O POM-S fortalece a participação de adolescentes e jovens na construção das ações, serviços e políticas de saúde.

No contexto deste Guia, seus princípios dialogam diretamente com a proposta de escuta participativa, participação cidadã, sistematização das contribuições e incidência nas políticas públicas.

Acesse:

<https://selounicef.org.br/documento/plano-operacional-municipal-de-saude-de-adolescentes>

Nota Técnica nº 2/2022 – Atendimento de adolescentes na Atenção Primária à Saúde

Documento essencial para quem trabalha com adolescentes no SUS. Atualiza recomendações para o atendimento de adolescentes na Atenção Primária à Saúde.

Aborda questões fundamentais para a prática profissional, como **atendimento desacompanhado, confidencialidade, sigilo e situações específicas de violência sexual e gravidez em menores de 14 anos.**

Página oficial do Ministério da Saúde:

<https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/notas-tecnicas/2022/nota-tecnica-no-2-2022-cosaj-cgcivi-dapes-saps-ms.pdf/view>

Nota Técnica nº 2/2025 – Prevenção da Gravidez na Adolescência

Material do Ministério da Saúde para a Semana Nacional de Prevenção da Gravidez na Adolescência.

A publicação apresenta recomendações para ações de prevenção, educação, promoção da saúde e garantia de direitos, considerando fatores sociais, econômicos, culturais, desigualdades de gênero e violência sexual.

PDF oficial:

<https://www.gov.br/saude/pt-br/centrais-de-conteudo/publicacoes/notas-tecnicas/2025/nota-tecnica-no-2-2025-cosaj-cgcriaj-dgci-saps-ms/%40%40download/file>

Caderneta de Saúde do Adolescente

Instrumento do Ministério da Saúde para adolescentes de 10 a 19 anos, destinado à promoção da saúde, acompanhamento do crescimento e desenvolvimento, prevenção de doenças e garantia de direitos.

A página oficial disponibiliza as versões **Menino e Menina**, além de orientar sobre o acesso à caderneta.

Acesse:

<https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/publicacoes/cadernetas-e-cartoes>

Serviço para solicitar/acessar a Caderneta:

<https://www.gov.br/pt-br/servicos/ofertar-a-caderneta-de-saude-da-adolescente-caderneta-de-saude-do-adolescente>

CONHEÇA A UAA

Unidades Amigas das Adolescências – UAA

Iniciativa do UNICEF, em articulação com o Ministério da Saúde, criada para qualificar o cuidado em saúde de adolescentes no SUS.

A UAA trabalha com acesso, acolhimento, escuta qualificada, participação adolescente, equidade, saúde mental, prevenção das violências, saúde sexual e reprodutiva e promoção de hábitos saudáveis.

O projeto-piloto foi lançado em 2026 nos municípios de

Manaus, Recife e Rio de Janeiro.

Acesse a publicação oficial do UNICEF:

<https://www.unicef.org/brazil/comunicados-de-imprensa/unicef-e-parceiros-lancam-iniciativa-unidades-amigas-das-adolescencias>

UNICEF Brasil – Adolescências

Espaço do UNICEF com conteúdos, pesquisas, publicações e iniciativas relacionadas a adolescentes, direitos, participação, saúde, educação e proteção.

Acesse:

<https://www.unicef.org/brazil/adolescentes>

EXPLORE A SAÚDE EM DEBATE

Políticas de saúde e proteção social para adolescentes e jovens

Saúde em Debate – v. 50, n. especial 1, 2026

Uma edição especialmente importante! Reúne artigos, ensaios, revisões, relatos de experiência e entrevista sobre saúde, proteção social, participação e políticas públicas para adolescentes e jovens.

Acesse a edição completa:

<https://saudeemdebate.org.br/sed/issue/view/82>

- A complementaridade dos ciclos de vida no desenvolvimento humano

O artigo de Mário Volpi propõe compreender a adolescência como parte de um continuum do desenvolvimento humano, no qual cada etapa da vida influencia as demais.

É uma leitura especialmente interessante!

Página do artigo:

<https://revista.saudeemdebate.org.br/sed/article/view/10951>

PDF direto:

<https://www.saudeemdebate.org.br/sed/article/download/10951/2407/123990>

Pequenos Planos de Mudança

Uma publicação de Lilian Galvão que traz 296 projetos, experiências, aprendizagens e reflexões construídas com adolescentes no contexto da Guiné-Bissau, com base na pedagogia freiriana e no design for change. O livro dialoga com participação, território, cultura e transformação social.

Conheça a publicação:

<https://avaeditora.com.br/p/pikninus-planus-di-mudansa-lilian-galvao-pdf/>

[PDF Pikninus palnus di mudansa - Lilian Galvão - Google Drive](#)

REFERÊNCIAS

AKOTIRENE, Carla. *Interseccionalidade*. São Paulo: Pólen, 2019. 152 p. (Coleção Feminismos Plurais).

FREIRE, Paulo. *Pedagogia da autonomia: saberes necessários à prática educativa*. São Paulo: Paz e Terra, 1996

GALVÃO, Lilian S. *Pikninus Planus di Mudansa*. Brasília: AVÁ, 2023. 247 p.

ROGERS, Carl R. *Tornar-se pessoa*. 6. ed. São Paulo: Martins Fontes, 2009.

VOLPI, Mário. A complementaridade dos ciclos de vida no desenvolvimento humano. *Saúde em Debate*, Rio de Janeiro, v. 50, número especial 1, e10951, fev. 2026. DOI: 10.1590/2358-28982026E110951P. Disponível em: <https://www.saudeemdebate.org.br/sed/article/view/10951>.



INICIATIVA



PARCERIA ESTRATÉGICA



PARCERIA



PARCERIA INSTITUCIONAL



PARCERIA ESTRATÉGICA PARA A AGENDA DE SAÚDE

