



## Relatório Executivo Final

**Título:** Projeto Girassol - Trilhando Caminhos para o Bem-Estar

**Período de Execução:** 01/08/25 a 31/05/26

**Equipe Responsável:** Antonio Alan Vieira Cardoso  
Fátima Elisdeyne de Araújo Lima  
Germana de Sousa Vieira  
Kaline Ribeiro de Freitas  
Sherley Romeiro Freire

### 1. Introdução e Justificativa

O Projeto Girassol foi elaborado como uma resposta estratégica às diretrizes do Plano de Desenvolvimento Institucional (PDI), especificamente ao Objetivo Estratégico 06 (OE-6), que preconiza a consolidação dos programas de assistência estudantil como pilares da inclusão e do bem-estar discente.

A relevância da intervenção fundamentou-se na identificação de uma demanda crítica: o elevado índice de estudantes que manifestavam sintomas de ansiedade, desmotivação e dificuldades de concentração e foco. Os professores ratificaram a necessidade do projeto, relatando casos de alunos com crises de ansiedade em apresentações, isolamento social e fadiga devido ao acúmulo de trabalho e estudo.

Diante desse cenário de vulnerabilidade psicossocial, o projeto propôs uma abordagem inovadora ao integrar a saúde mental ao cotidiano acadêmico por meio de Práticas Integrativas e Complementares (PICs).





## 2. Objetivos e Metodologia

O objetivo central consistiu em promover a saúde mental e o equilíbrio emocional dos estudantes do IFCE Campus Morada Nova. A metodologia baseou-se na aplicação de três frentes principais:

- **Mindfulness:** Técnicas de atenção plena para redução do estresse.
- **Biblioterapia:** O uso das histórias como recurso terapêutico e reflexivo.
- **Meditação:** Auxílio no reequilíbrio energético e foco cognitivo.

## 3. Cronograma de Atividades Realizadas

As atividades foram desenvolvidas em etapas sistemáticas ao longo de dez meses, incluindo:

- **Fase de Diagnóstico (Agosto - Setembro/2025):** Planejamento e aplicação de questionários junto a docentes e discentes para mapeamento de realidades.
- **Intervenções Práticas (Outubro/2025 - Abril/2026):** Oficinas direcionadas às turmas de Edificações, Engenharia de Aquicultura e Técnico em Informática.
- **Avaliação e Gestão (Dezembro/2025 - Maio/2026):** Reuniões de análise de dados, atualização de sistemas institucionais e elaboração deste relatório final.

## 4. Análise Crítica dos Resultados e Desafios

### 4.1. Fortalezas do Projeto

A principal fortaleza reside na interdisciplinaridade da equipe, composta por profissionais de diversos campos do saber, o que permitiu uma construção coletiva focada na realidade específica dos cursos. O projeto logrou êxito ao desviar a percepção





da saúde mental de uma visão puramente individual para uma perspectiva de cuidado coletivo dentro do campus.

#### 4.2. Desafios e Obstáculos

Identificou-se resistência em parcelas do corpo discente, atribuída à imaturidade e ao desconhecimento sobre a eficácia das PICs. Houve dificuldade em conectar a formação técnica tradicional à proposta alternativa do projeto, além de obstáculos logísticos que impediram a execução plena em todas as turmas planejadas, como o caso do curso de Segurança do Trabalho.

#### 5. Percepção dos Participantes (Feedback)

Os dados coletados indicam um impacto positivo significativo naqueles que aderiram às práticas:

- **Estado Emocional:** A maioria dos alunos relatou sentir-se "Tranquila" ou "Muito Tranquila" durante as vivências.
- **Foco e Atenção:** Muitos discentes perceberam melhorias, ainda que leves ou significativas, em sua capacidade de concentração, destacando a eficácia das técnicas de respiração e autocuidado.
- Durante a execução dessas práticas, os estudantes destacaram como pontos de aprendizado e impacto as técnicas de respiração e os exercícios de concentração, que ajudaram a perceber melhor seus pensamentos e emoções.







## 6. Conclusão e Recomendações

O Projeto Girassol demonstrou ser uma ferramenta essencial para a permanência e o êxito acadêmico. Ele preenche uma lacuna onde o ensino técnico, por si só, não alcança as necessidades emocionais do estudante. Para o fortalecimento das próximas edições, recomenda-se:

1. **Expansão para Extensão:** Transformar o projeto em uma ação de extensão com convite aberto a toda a comunidade acadêmica e permitindo uma atuação mais ampla.
2. **Integração Institucional:** Incorporar as práticas do Girassol na Semana de Integração e Acolhida do Campus, garantindo que os novos estudantes tenham um contado com as práticas desde o início.
3. **Articulação Pedagógica:** Desenvolver novas estratégias de sensibilização junto aos professores para que o bem-estar seja pauta transversal em sala de aula.
4. **Gestão de Horários:** É preciso buscar soluções para a impossibilidade de conciliar as oficinas com os horários de aula de certas turmas, como ocorreu com o curso de Segurança do Trabalho.
5. **Convite Aberto aos Discentes:** Recomenda-se envolver um número maior de alunos, utilizando um formato de convite aberto para todos os interessados, em vez de focar apenas em turmas específicas.
6. **Novas Estratégias de Execução:** É necessária a criação de novas formas de articular e executar as atividades junto aos alunos para aumentar o engajamento.
7. **Sensibilização sobre as PICs:** É recomendável oferecer mais informações e formação aos alunos sobre o que são as Práticas Integrativas e Complementares (PICs) e como elas contribuem diretamente para a sua formação profissional.





Essas medidas visam superar desafios encontrados, como a resistência de turmas consideradas imaturas ou a dificuldade dos estudantes em conectar as práticas de bem-estar com o ensino técnico.

Este relatório atesta que, ao oferecer ferramentas de resiliência e flexibilidade, o IFCE não apenas forma técnicos, mas cidadãos aptos a lidar com os desafios emocionais da vida contemporânea.

Morada Nova, 31 de maio de 2026

Assinaturas:

Documento assinado digitalmente  
**GERMANA DE SOUSA VIEIRA**  
Data: 08/06/2026 20:05:18-0300  
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Documento assinado digitalmente  
**ANTONIO ALAN VIEIRA CARDOSO**  
Data: 08/06/2026 20:13:45-0300  
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Documento assinado digitalmente  
**FATIMA ELISDEYNE DE ARAUJO LIMA**  
Data: 09/06/2026 08:33:44-0300  
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Documento assinado digitalmente  
**SHERLEY ROMEIRO FREIRE**  
Data: 10/06/2026 09:13:57-0300  
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

