

ORIENTAÇÕES SOBRE AÇÕES DE PROMOÇÃO DE SAÚDE MENTAL PARA AS ESCOLAS DE PORTO ALEGRE/ RS

Público alvo: profissionais da saúde e da educação.

Este material pretende esclarecer expectativas quanto ao desenvolvimento de ações de promoção da saúde mental em escolas. A seguir, sugerimos atividades com intuito de inspirar profissionais da saúde e da educação a reforçar e/ou desenvolver habilidades e competências socioemocionais, promovendo assim a saúde mental dos estudantes da educação básica das escolas pactuadas ao Programa Saúde Escola (PSE) no município de Porto Alegre.

“Um fator determinante da saúde mental das crianças é a aquisição de capacidades que melhorem seu bem-estar. Capacidades como regulação da emoção, autocontrole e habilidades de enfrentamento contribuem para que elas possam enfrentar com sucesso os desafios diários.”

*Brian L. Mishara e Sarah Dufour
Professores e pesquisadores canadenses*

A saúde mental de crianças e adolescentes está relacionada à transição saudável para a idade adulta e é um momento privilegiado para reconhecer, adquirir e fortalecer as habilidades socioemocionais necessárias para lidar com as tensões e conflitos próprios do desenvolvimento. A escola é um ambiente estratégico para a promoção da saúde mental e, para tanto, é imprescindível que proporcione um ambiente estável, sensível e protetivo, oferecendo oportunidades de aprendizado e interação emocionalmente favoráveis e estimulantes ao desenvolvimento, como: empatia, solidariedade, habilidades esportivas, talentos culturais, capacidade de tolerar

frustrações, enfrentar medos, conviver com as diferenças, pensar, respeitar e questionar as regras da escola de uma maneira produtiva.

Em termos institucionais, as iniciativas de promoção da saúde em escolas podem ser articuladas por meio do Programa Saúde na Escola (PSE), cujo objetivo é contribuir para o pleno desenvolvimento dos estudantes da rede pública de ensino da educação básica, por meio da articulação entre os profissionais de saúde da Atenção Primária e dos profissionais da educação.

O foco das ações de Saúde Mental no PSE está no âmbito da promoção da saúde e prevenção de doenças e agravos. Dessa forma, há uma preocupação em superar o entendimento que a promoção da saúde mental na escola relaciona-se com o diagnóstico e tratamento de doenças mentais e problemas de comportamento individuais. **Escola promotora de saúde mental é aquela que contribui para a produção de relações de cooperação, que promove vínculos positivos na comunidade escolar, que é um ambiente seguro e de apoio para todos que a integram.**

O que é considerado ação de promoção da saúde mental?

A saúde mental é resultado do entrelaçamento de fatores biológicos, psicológicos e sociais, de forma que o modo como crianças e adolescentes estabelecem as relações primárias (família nuclear) e secundárias (comunidade, escola, etc), bem como o contexto social no qual estão inseridos influenciam diretamente seu bem-estar. Assim como experiências negativas e ambientes desfavoráveis podem prejudicar a saúde mental, a transformação dos mesmos em fonte de incentivo para melhoria das relações e superação dos obstáculos podem reforçar habilidades e a capacidade para enfrentar situações difíceis. Desta maneira, atividades que fomentem o fortalecimento de vínculos, a cooperação, a tolerância, a aceitação e o respeito, o conhecimento de si, o convívio e a participação social são consideradas ações de promoção de saúde mental.

Possibilidades de ações de promoção de saúde mental nas escolas consideradas FATORES DE PROTEÇÃO:

- Promover ambiente seguro e respeitoso;
- Estabelecer relações de confiança entre professores e estudantes;
- Proporcionar encontros com familiares para a aproximação família-escola;
- Promover o sentimento de empatia entre a comunidade escolar, por meio de conversas individuais, rodas de conversa coletiva sobre acontecimentos que podem gerar desconfortos ou ainda utilizar a técnica da “caixa das perguntas” (ver Anexo 1);
- Desenvolver atividades que ajudem estudantes a conhecerem seus sentimentos (ver Anexo 2 e 3);
- Preocupar-se com a promoção de vínculo nas turmas, evitando isolamento social (ver Anexo 4);
- Discutir e promover informações sobre questões relacionadas a sexo, raça/cor, identificação de gênero, orientação sexual, violências etc;
- Discutir sobre o tema *bullying* (Anexo 5);
- Promover discussões sobre planos para o futuro, desejos dos estudantes e trilha da vida (ver Anexo 6);
- Promover discussão sobre estratégias práticas para gestão do stress, em toda a comunidade escolar (ver Anexo 7); .
- Realizar eventos culturais e esportivos na escola, com intuito de propiciar a criação ou fortalecimento de vínculo entre alunos, alunos e educadores, escola e família;
- Discutir riscos para a saúde quanto ao uso não controlado de bebidas, cigarro, tabaco e outras drogas;

- Desenvolver oficinas coletivas de promoção de saúde mental (ver sugestões nos Anexos 8).

Atenção às situações consideradas FATORES DE RISCO à saúde mental:

- Falta de afeto ou empatia entre educadores e estudantes;
- Falta de regras claras de convivência nas turmas e/ou na escola;
- Situações de violência e isolamento na escola, incluindo *bullying*, racismo, homofobia, comentários depreciativos em função de identidade de gênero, orientação sexual ou qualquer outra característica do estudante e/ou do educador.

Sugestões de ações e materiais para consulta:

Guia Tropic: promovendo a autoestima e a confiança corporal de adolescentes e jovens	Discute questões relacionadas à representatividade na construção da autoestima, propõe recursos e ferramentas que a fortaleçam, bem como a confiança corporal de adolescentes.	LINK DE ACESSO
Guia de autocuidado para adolescentes	Traz algumas atividades para que adolescentes desenvolvam o autocuidado e possam também lidar melhor com as pessoas com que convivem.	LINK DE ACESSO

Cartilha Saúde Mental na Escola (NEFIES-UFRGS)	Voltado para a comunidade escolar, apresenta sugestões de temas e atividades que podem ser aplicadas em diferentes idades.	LINK DE ACESSO
Saúde Mental de Adolescentes e Jovens UNICEF	<i>E-book</i> dividido em capítulos, com sugestões de atividades de promoção da saúde mental (primeiros socorros emocionais, comunicação não violenta, uso da tecnologia, planos e projetos de vida).	LINK DE ACESSO
Ação Psicossocial e Orientação Interativa Escolar (APOIE)	Projeto proposto pela Secretaria de Educação do Espírito Santo, com uma biblioteca de materiais em diferentes temas: diversidade e gênero, relações étnico-racial, comportamentos autolesivos, prevenção de violências e outros.	LINK DE ACESSO
Álcool e Outras Drogas: Adolescentes e Jovens para a prevenção entre pares	Cartilha do Ministério da Saúde com sugestão de dinâmicas para trabalhar o tema diretamente com os adolescentes. O material tem sugestões com dinâmicas e atividades que podem ser aplicadas na escola.	LINK DE ACESSO

Para finalizar: organização da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) na Atenção Primária em Saúde de Porto Alegre.

A Política Nacional de Saúde Mental, Álcool e Outras Drogas preconiza uma rede diversificada de serviços de base comunitária e territorial, caracterizada por diferentes ações que devem garantir o acesso a cuidados em saúde mental de forma ampliada, tendo como diretriz central o acolhimento, o acompanhamento contínuo e a atenção às urgências. A RAPS é integrada por componentes de diferentes complexidades, desde a Atenção Primária em Saúde, passando pela Atenção Especializada (EESCA, CAPS) até Urgência/Emergência, Atenção Hospitalar e Reabilitação Psicossocial. **É importante ressaltar que todo atendimento em Saúde Mental inicia na Unidade Básica de Saúde (UBS) e não é sempre que resultará em encaminhamento para um especialista.**

De acordo com a OMS, situações consideradas mais comuns e de menor complexidade podem e devem ser atendidas por profissionais de saúde generalistas, que atuam nas unidades de saúde. Portanto, o fato de não receber atendimento psicológico ou psiquiátrico individual não significa necessariamente que não esteja sendo ofertado cuidado em saúde mental. Além das consultas com profissionais da UBS, outras ações como grupos de acolhimento, grupos de caminhada e orientações sobre hábitos saudáveis também podem impactar positivamente na saúde mental.

Os profissionais da Unidade Básica são responsáveis por avaliar o caso e decidir se solicitam consulta Especializada via Sistema de Gerenciamento de Consultas (GERCON). Para tanto, o relato da escola sobre os comportamentos apresentados pela criança ou adolescente que motivaram o encaminhamento são essenciais para auxiliar na decisão. Uma vez inserido o pedido no GERCON, o setor de regulação da SMS fará nova avaliação para designar a prioridade e o nível de complexidade mais adequado para o atendimento.



REFERÊNCIAS

- UNITED NATIONS CHILDREN'S FUND (UNICEF). Monitoring the situation of children and women's health. Ensuring mental health and well-being in an adolescent's formative years can foster a better transition from childhood to adulthood. UNICEF data, 2019. Disponível em: <https://data.unicef.org/topic/child-health/mental-health/>.
- Brasil. Ministério da Saúde. Atenção psicossocial a crianças e adolescentes no SUS : tecendo redes para garantir direitos / Ministério da Saúde, Conselho Nacional do Ministério Público. – Brasília : Ministério da Saúde, 2014.
- <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-mental>

ANEXOS

ANEXO 1:

Caixa de perguntas

A atividade “caixa de perguntas” é uma dinâmica que pode ser usada para identificar e organizar perguntas e curiosidades de adolescentes que não têm coragem de perguntar em público determinada questão. Pode ser aplicada com diferentes tamanhos de grupos, em sala de aula ou em espaços maiores, como auditórios. É necessário uma caixa com abertura única, onde os estudantes depositarão perguntas, dúvidas e curiosidades. Deve-se informar que a caixa estará disponível e pensar um local adequado, na escola, para que os estudantes possam depositar perguntas, de forma anônima ou não. Após um período, a ser combinado, abrir a caixa e discutir os temas em grupo, sem identificar quem escreveu. Importante: deve-se ser acolhedor, não julgar, ter escuta ativa, estimular o autocuidado e criar um ambiente de confiança.

ANEXO 2

Reconhecendo os sentimentos I

O objetivo desta atividade é propiciar que estudantes reconheçam seus sentimentos e emoções, bem como desenvolvam habilidades para a vida. Ajude o estudante a perceber, nomear e organizar suas emoções. Coloque diferentes emoções escritas em cartões (pode-se utilizar os cartões dos personagens do filme *Divertidamente*) e peça aos participantes que expressem uma situação que vivenciaram ou que imaginam terem sentido a emoção sorteada. Nesse caso, a ideia é que, após cada relato, o grupo possa discutir como lidar com a emoção em questão. (Sugestão da US Santa Helena)

ANEXO 3

Reconhecendo os sentimentos II

O objetivo da dinâmica é estabelecer vínculos da turma, para que se apoiem quanto ao gerenciamento dos sentimentos. São necessários barbante e balão, onde um barbante vai passando de mão em mão, enquanto cada participante compartilha algo sobre seus sentimentos ou sobre o tema discutido. No final, é colocado um balão sobre a teia formada pelo barbante, simbolizando a união e o apoio mútuo. A ideia central é mostrar que, assim como na atividade, precisamos uns dos outros para nos mantermos firmes e bem. (Sugestão da US Chácara da Fumaça)

ANEXO 4

Vínculo na turma

O objetivo desta atividade é ajudar estudantes a criarem vínculos com os colegas da turma. O primeiro passo é questionar cada estudante sobre os três colegas com quem mais possui vínculo e outros com quem não tem nenhum vínculo. Após, deve-se pensar em atividades em grupo que promovam relações, especialmente fomentando a socialização de crianças mais isoladas.

ANEXO 5

Bullying

Apresentar riscos e prejuízos possíveis nos casos de bullying e quanto pode afetar negativamente a personalidade de cada um. Solicitar aos alunos que escrevam cartazes com palavras que julguem ser bullying (“chuva de ideias” - palavras com que eles já tenham sido acusados ou xingados). Trabalhar no sentido do respeito pela diversidade, trazendo para a vivência dos alunos o quanto essas questões podem afetar o dia a dia. (Sugestão da US Maria da Conceição, US Coinma e US Vila Jardim)

ANEXO 6

Planos para o futuro - Trilha da vida

Construir um mapa afetivo de onde vive, lugares seguros, pessoas com quem pode contar, lugares que podem ser perigosos passar, lugares que gosta de ir ou que gostaria de conhecer. Após, pensar como gostaria que fosse o contexto da sua vida no futuro, pode-se utilizar um tempo definido, como dez anos, cinco anos, etc.

ANEXO 7

Gestão do estresse

Promova atividades que ajudem os estudantes a lidar com momentos de maior estresse. Alguns exemplos são: propicie momentos de respiração calma (pode-se utilizar os tempos conforme o vídeo “[Circular Breathing](#)”), pode-se contar até 20, pode-se cantar uma música, pode-se utilizar técnicas de meditação. O importante é pensar como se acalmar em situações de estresse (sugestões no quadro abaixo, retiradas do Manual de Metodologias TamoJunto, elaborado pela Secretaria Municipal de Saúde em parceria com a Fundação de Atendimento Socioeducativo - FASE). Além disso, sugere-se utilizar técnicas de meditação para gestão do estresse. (Sugestão da US Bananeiras)

Estratégias **AJUDA AGORA**



Respire 3 vezes devagar.
Note a sensação do ar
entrando e saindo pelo
seu nariz e as sensações
na sua barriga.



Procure e nomeie seis
cores e seis formas na
sala.



Toque objetos perto de
você. Note suas texturas
e temperaturas.



Olhe em volta da sala.
Note o que te chama
atenção e nomeie os
objetos.



Conte de 20 até zero,
de trás pra frente.



Note três sons
diferentes na sala e três
sons diferentes do lado
de fora da sala.



Beba um copo de água
devagar. Sinta a água
na sua boca e na sua
garganta.



Caminhe pelo
ambiente reparando na
sensação dos seus pés
no chão.



Aperte as palmas das
suas mãos firmemente
uma contra a outra ou
as esfregue até que
fiquem quentes.

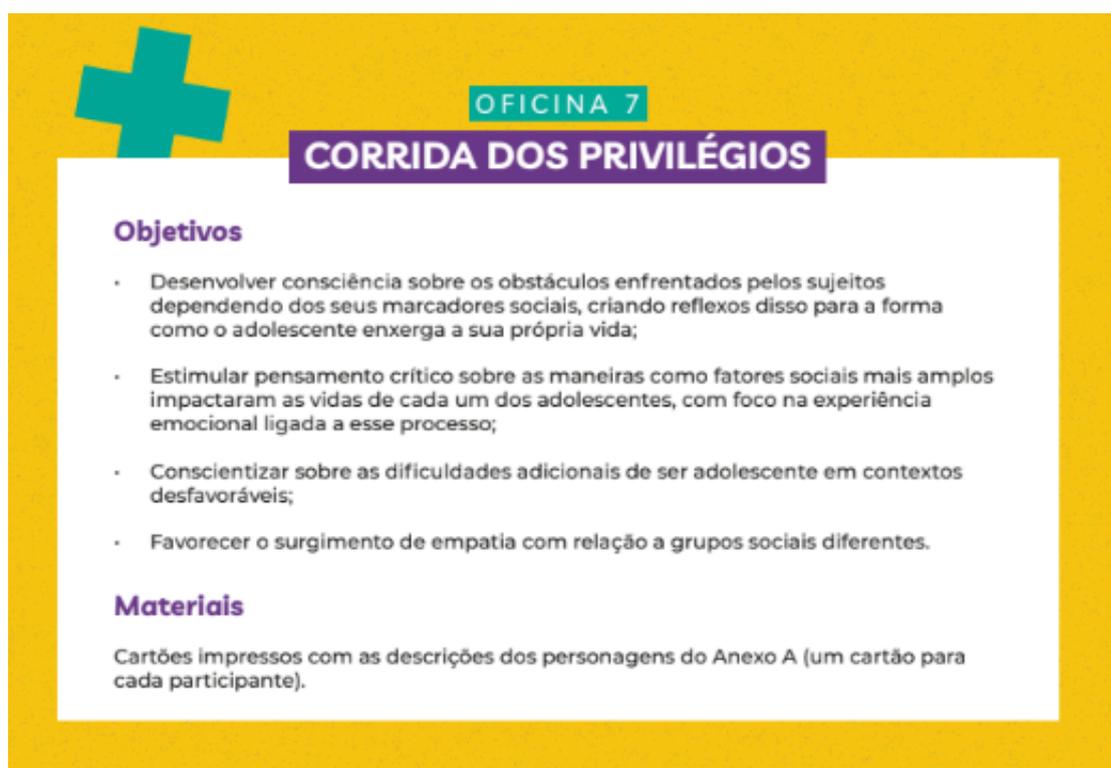


Empurre seu corpo
devagar contra uma
parede. Note as
sensações nos seus
músculos.



ANEXO 8

Atividade retirada do Manual de Metodologias TamoJunto, elaborado pela Secretaria Municipal de Saúde em parceria com a Fundação de Atendimento Socioeducativo - FASE



OFICINA 7

CORRIDA DOS PRIVILÉGIOS

Objetivos

- Desenvolver consciência sobre os obstáculos enfrentados pelos sujeitos dependendo dos seus marcadores sociais, criando reflexos disso para a forma como o adolescente enxerga a sua própria vida;
- Estimular pensamento crítico sobre as maneiras como fatores sociais mais amplos impactaram as vidas de cada um dos adolescentes, com foco na experiência emocional ligada a esse processo;
- Conscientizar sobre as dificuldades adicionais de ser adolescente em contextos desfavoráveis;
- Favorecer o surgimento de empatia com relação a grupos sociais diferentes.

Materiais

Cartões impressos com as descrições dos personagens do Anexo A (um cartão para cada participante).

Como vai funcionar?

Introdução

Esta oficina vai trabalhar noções básicas sobre desigualdade através de uma “corrida dos privilégios”. A partir de uma consciência maior sobre os privilégios e dificuldades de cada grupo social, os adolescentes serão estimulados a refletir sobre como a desigualdade cria diferentes formas de ser adolescente – algumas com mais desafios que outras.

Etapas da atividade

Apresentação – 5 min.

Comece a oficina explicando que irão conversar sobre desigualdade. Pergunte aos adolescentes o que eles entendem por esse termo, deixe que alguns comentem e após uma breve conversa explique que a desigualdade ocorre quando

alguns recebem mais facilidades e privilégios nas suas vidas do que outros. Comente que costumamos pensar a desigualdade somente como financeira, mas existem muitas formas de desigualdade na sociedade, e vamos conversar um pouco sobre elas hoje.

Corrida dos privilégios – 25 min

Distribua aleatoriamente cartões contendo os personagens descritos no Anexo A. Os cartões podem se repetir se o número de adolescentes for maior que o número de personagens. Explique que todos esses personagens são adolescentes de 16 anos, mas as vidas deles são muito diferentes. Depois de distribuir os cartões, explique que cada adolescente vai incorporar aquele personagem para a dinâmica. Como um ator, ele ou ela deverá imaginar ao máximo que realmente é aquele personagem, inclusive imaginando como é a sua vida para além do que já está descrito nos cartões. Talvez a sua própria vida tenha algumas semelhanças com a do personagem, e ele pode imaginar mais detalhes para ter uma visão de como seria a vida daquela pessoa. Reforce que nem todas as informações sobre a vida da pessoa estarão contidas naquele cartão, mas que pela descrição dá pra ter uma ideia de como é a vida dela e completar com a sua imaginação as informações que estão faltando. Leia todos os cartões em grupo, em voz alta, para garantir que todos entendam qual é a identidade que vão assumir para aquele jogo. Os personagens poderão se repetir, ou seja, havendo mais de seis pessoas, mais de uma pessoa pode assumir o mesmo personagem. O importante é que cada um receba um cartão, não importando se está repetido. Dê um minuto para que eles fechem os olhos e imaginem como é ser aquela pessoa. Ofereça como guias as perguntas: Quais foram as dificuldades que ela enfrentou? O que ela sente no seu dia a dia?

Pergunte se todos estão prontos.

Agora, posicione os adolescentes lado a lado, formando uma linha reta. Não é possível executar a dinâmica em duas ou três linhas: todos os participantes devem formar uma única linha reta. Explique que você irá dar instruções e, assumindo a identidade do personagem que receberam, os adolescentes deverão agir. As instruções serão “dê um passo à frente se você (citar alguma característica do personagem) ou “dê um passo atrás se você (citar alguma característica do personagem)”, e só os que estiverem representando personagens que tiverem a característica citada deverão fazê-lo. Os que não atenderem o critério citado e deverão ficar imóveis. Explique que o nosso objetivo é chegar ao outro lado da sala, mas vamos ver que será mais difícil para uns do que para outros. Certifique-se de que todos os participantes entenderam a proposta da atividade. Para fazer isso, realize um teste, aplicando comandos como: “Dê um passo à frente se você estiver vestindo uma peça de roupa branca.”; “Dê um passo para trás se você tem mais de

12 anos”; “Dê um passo à frente se você entendeu esta dinâmica.” Explique o processo individualmente caso algum participante não tenha compreendido a lógica da atividade. Encerrados esclarecimentos, informe que dará início à dinâmica e que, caso surja alguma dúvida durante a atividade, basta levantar a mão. Então, leia as instruções abaixo, uma de cada vez, lembrando que algumas delas exigirão um pouco mais de imaginação dos adolescentes – eles devem se perguntar se aquele personagem que estão encenando diria sim ou não para aquela instrução, de acordo com as informações que receberam sobre ele. Reforce que eles não devem responder como eles mesmos, e sim imaginando que são aqueles personagens.

1. Se veio de um ambiente familiar que te apoiou na sua educação, dê um passo à frente.

2. Se as pessoas que te criaram tiveram que trabalhar à noite, nos finais de semana ou em dois empregos para sustentar a família, dê um passo para trás.

3. Se você pode namorar a pessoa de quem você gosta em público sem sentir medo de ridicularização ou violência, dê um passo à frente.

4. Se você sempre pôde ir ao médico quando precisou, dê um passo à frente.

5. Se o bairro onde você cresceu tinha alta incidência de violência, crime ou tráfico de drogas, dê um passo para trás.

6. Se seguranças de lojas te seguem, vigiando o seu comportamento, dê um passo para trás.

7. Se a sua orientação sexual é utilizada como xingamento, dê um passo atrás.

8. Se você sempre estudou em boas escolas, dê um passo à frente.

9. Se você já foi parado ou revistado pela polícia sem nenhum motivo, dê um passo para trás.

10. Se já passou por períodos onde sua família não tinha dinheiro para comprar comida ou pagar as contas, dê um passo para trás.

11. Se o seu pai participou ativamente da sua criação, dê um passo à frente.

12. Se você já ficou desconfortável com um comentário sobre sua aparência, mas não sentiu segurança para confrontar a situação, dê um passo para trás.

13. Se teve que trabalhar para ajudar sua família durante a infância ou a adolescência, dê um passo para trás.

14. Se se sente confortável de andar por conta própria pelas ruas dos bairros onde vive, dê um passo à frente.

15. Se já te deram um apelido baseado na sua cor da pele ou outras características físicas, dê um passo à frente.

16. Se você sempre teve dinheiro para lanche e se divertir com os amigos, dê um passo à frente.

17. Se você recebia a ajuda que precisava sempre que tinha dificuldades na escola, dê um passo à frente.

18. Se você teve pai e mãe presentes na sua vida, dê um passo à frente.

19. Se você já foi abordado de forma agressiva pela polícia sem nenhum motivo, dê um passo para trás.

20. Se você nunca sofreu violência dentro de casa, dê um passo à frente.

21. Se você tem um pai ou uma mãe presos, dê um passo para trás.

22. Se você cresceu em um ambiente familiar em que se sentiu seguro e protegido, dê um passo à frente.

Discussão – 15 min

Chame a atenção do grupo para o resultado final da corrida. Quem ficou mais atrás? Por quê? Aqui, a intenção é que os estudantes tenham consciência de que os adolescentes brancos, ricos ou heterossexuais tiveram facilidades e possibilidades que os outros não tiveram – que a depender de classe, raça e sexualidade, os adolescentes podem ter que enfrentar dificuldades e obstáculos a mais. Explique que todos eles são adolescentes de 16 anos e que a adolescência sempre é uma etapa difícil nas nossas vidas. Explique que todos têm as mesmas necessidades: pertencer – ou seja, ter amigos, uma família amorosa e pessoas de referência que os valorizem e respeitem –; ter autonomia – poder realizar desejos seus, ter seus próprios sonhos, fazer suas próprias escolhas –; e competência – se sentir confiante, capaz de realizar tarefas, possuidor de talentos. Chame atenção para como, dependendo da nossa identidade, temos mais obstáculos para enfrentar. Investigue com os adolescentes como eles se sentiram ao longo da atividade – Injustiçados? Com raiva? Tristes? Contentes? O que eles perceberam sobre a desigualdade? Eles sentiram identificação com algum dos personagens? Converse um pouco sobre os sentimentos de cada um.

Fechamento - 5 min

Finalize a oficina com a compreensão de que não escolhemos onde nascemos, quem serão os nossos pais, se seremos ricos ou não, se teremos uma vida fácil ou não. Como alguns dos personagens, podemos enfrentar muitos obstáculos na corrida dos privilégios, obstáculos que podem ter nos colocado no caminho que nos trouxe até aqui, à unidade socioeducativa. É importante reconhecer de onde viemos e quais são os desafios adicionais que enfrentamos na nossa adolescência. A corrida não é justa e alguns enfrentam muito mais desafios que outros, mas a vida real é cheia de caminhos novos que podemos descobrir para viver uma adolescência melhor.

ANEXO DE MATERIAIS – PERSONAGENS PARA A

CORRIDA DE PRIVILÉGIOS

Mateus

- Branco;
- Filho único;
- Mora com o pai e a mãe em um bairro rico da cidade;
- Estuda em uma escola particular de elite e, apesar de ter dificuldades em muitas matérias, sempre consegue passar de ano porque recebe apoio dos pais e aulas particulares sempre que precisa;
- É um menino popular no colégio, e para se divertir nos finais de semana vai a festas e ao cinema;
- Recentemente descobriu que sente atração por outros meninos, e não por meninas. Sofre tentando esconder da sua família e dos seus amigos. Se sente angustiado e cada vez mais sozinho.

Pedro

- Branco;
- Mora com a mãe em um bairro de periferia;
- Sua mãe trabalha como empregada doméstica e costureira todos os meses tem que se virar para fechar as contas e sustentar os quatro filhos;
- Detesta ir à escola e cada vez mais pensa em desistir;
- Quando era criança, um tio seu tocou o seu corpo de uma maneira sexual e ele nunca conseguiu falar sobre isso pra ninguém. Sente a maior raiva do mundo desse tio;
- Quer muito ajudar a sua mãe a sustentar os irmãos e fica muito frustrado por não conseguir;
- Toda noite, quando vai dormir, se sente muito sozinho.

João

- Negro;
- Mora com os pais em um bairro rico da cidade;
- Sempre estudou em boas escolas e sempre foi bom aluno;
- É o único menino negro da sua sala, e seus colegas já fizeram comentários desagradáveis sobre o fato de João ser negro, como dizer que ele tem "cabelo ruim". João fica com muita raiva, mas não consegue pedir para que parem porque tem medo de criar problemas;
- Já foi parado e revistado pela polícia um dia, enquanto voltava para casa a pé depois de visitar um amigo, sem ter tido nenhum comportamento suspeito. Os policiais foram muito agressivos e ele ficou com muita raiva. Chegando em casa chorou muito e pode conversar com seus pais até se acalmar.

Paulo

- Negro;
- Não conheceu os pais. Foi criado pela sua avó, que conta que seu pai foi preso e sua mãe se envolveu com drogas e o deixou quando ele ainda era bebê;
- Sua avó trabalha como diarista e alguns meses mal consegue pagar o aluguel;
- Ainda está cursando o sexto ano na escola porque repetiu de ano algumas vezes;
- Tem bastante dificuldade no colégio, principalmente porque depois da aula trabalha vendendo doces para ajudar a sua avó e não tem tempo de estudar;
- Sente que é excluído pelos colegas da escola por conta das roupas que veste. Fica com muita raiva quando percebe a injustiça com que o tratam.

ANEXO DE MATERIAIS – PERSONAGENS PARA A CORRIDA DE PRIVILÉGIOS

Vitor

- Branco;
- Mora na periferia da cidade;
- Vive com seus pais;
- Seu pai é um homem violento, que frequentemente bebe, perde a cabeça e agride sua mãe, ele e seus irmãos;
- Sempre teve problemas na escola. Tem explosões de raiva quando se sente injustiçado e recentemente foi expulso da escola por entrar em uma briga;
- Começou a fazer amigos mais velhos no bairro onde mora, alguns deles mexem com tráfico;
- Nunca teve dinheiro para comprar o que queria ter – roupas, um celular, etc. – e vê no tráfico uma maneira de ter uma vida um pouco melhor;
- Se sente muito sozinho e que não pode contar com ninguém.

Tiago

- Negro;
- Mora na periferia da cidade com sua mãe e seus irmãos;
- Nunca tiveram muito dinheiro, mas são uma família amorosa;
- Sua mãe trabalha muito para sustentar Tiago e seus dois irmãos;
- Na escola, Tiago tem dificuldades, mas tem ajuda de um irmão mais velho;
- Sua mãe quer que ele se foque ao máximo nos estudos, e por isso não deixa que ele trabalhe ou se envolva em outras atividades;
- Uma vez, foi a um shopping em um bairro rico da cidade e reparou que os seguranças o vigiavam com o olhar por onde ia. Primeiro, sentiu muita raiva dos seguranças que o estavam discriminando. Quando chegou em casa, ficou muito triste e não conversou sobre aquilo com ninguém.