



MoEduCiTec

Mostra Interativa da
Produção Estudantil em
Educação Científica e
Tecnológica
O Protagonismo Estudantil em Foco

28 de outubro de 2022
Unijuí - Campus Ijuí



**À FLOR DA PELE:
pesquisa sobre ansiedade, depressão e tristeza prolongada em
uma Escola pública de Ijuí RS.**

Ieda Zimmermann¹
Anna Rebeka de Camargo Krug²
Amanda Luisa Martins³
Clara Valentina Franco Heinle⁴
Vitória Vasconcellos Hanzel⁵

Escola/Instituição: Escola Estadual de Ensino Médio Ruyzão

Modalidade: Relato de Pesquisa

Eixo Temático: Ciências da Natureza e suas Tecnologias

Introdução:

Antes da pandemia, a saúde mental dos estudantes já era preocupação da escola pública. Conforme a OMS – Organização Mundial da Saúde, saúde mental é um estado da mente que permite que a pessoa experimente emoções, pensamentos, comportamentos e relacionamentos na vida com equilíbrio. A saúde mental é tão importante quanto a saúde física para se ter uma vida com qualidade, pois estão inter-relacionadas. No período “pós-pandemia”, aumentaram os relatos de stress, desânimo e sentimentos prolongados de tristeza associados à ansiedade de modo que se tornou mais urgente ainda debater o problema nos espaços escolares, convocando as famílias e a comunidade a discutir o tema. Uma pesquisa realizada numa das grandes escolas de ensino médio do município de Ijuí, procurou entender como os estudantes se sentem em relação a sua capacidade de lidar com essas emoções negativas, se os mesmos percebem interesse e/ou acolhimento das famílias e da escola para abordar o assunto e como se sentem em relação a si próprios, no quesito felicidade.

Não se almeja, nesse momento inicial de problematização, resolver as causas desse sofrimento, mas entender os reflexos que ele gera na vida de pessoas tão jovens, com tantas escolhas

¹ Mestre em Educação Unijuí-2007, Graduação: Informática e Sociologia-2014 - Unijuí – Universidade Regional Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul. Prof. Cultura e Tecnologias Digitais Escola Estadual Ensino Médio Ruy Barbosa. E-mail: ieda-zimmermann@educar.rs.gov.br

² Estudante primeiro ano Novo Ensino Médio Gaúcho, Escola Estadual Ruy Barbosa, diurno. e-mail: anna-6166412@educar.rs.gov.br

³ Estudante primeiro ano Novo Ensino Médio Gaúcho, diurno. e-mail: amanda-martins4@educar.rs.gov.br

⁴ Estudante primeiro ano Novo Ensino Médio Gaúcho, diurno. e-mail: clara-heinle@educar.rs.gov.br

⁵ Estudante primeiro ano Novo Ensino Médio Gaúcho, Escola Estadual Ruy Barbosa Ijuí. diurno. E-mail: vitória-hanzel@educar.rs.gov.br



MoEduCiTec

Mostra Interativa da
Produção Estudantil em
Educação Científica e
Tecnológica

O Protagonismo Estudantil em Foco

28 de outubro de 2022
Unijuí - Campus Ijuí



pessoais e profissionais batendo a porta. Também entender como esses sentimentos interferem no interesse e aprendizado escolar, e, finalmente, estabelecer um parâmetro local para subsidiar discussões e construir propostas de intervenções afirmativas em conjunto com a 36 CRE – Coordenadoria Regional de Educação, considerando que são muitas as escolas que convivem com esses desafios.

Conforme define o DATASUS - Departamento de Informática do SUS , “outros transtornos ansiosos” são aqueles identificados pela “presença de manifestações ansiosas que não são desencadeadas exclusivamente pela exposição a uma situação determinada. Podem se acompanhar de sintomas depressivos e/ou obsessivos, assim como de certas manifestações que traduzem uma ansiedade fóbica, desde que estas manifestações sejam, contudo, claramente secundárias ou pouco graves”. Há muito o que fazer.

Caminho Metodológico

A pesquisa aconteceu em Setembro/22 em uma escola que atende cerca de quinhentos estudantes diariamente, divididos em tres turnos. Em 2022, as aulas voltaram a ser presenciais e observou-se de forma recorrente, principalmente na turma objeto da pesquisa, verbalizações diárias sobre desinteresse pelos estudos, inquietações em relação ao exercício da sexualidade, insatisfação pessoal com o corpo, falta de foco e descontentamento com a vida de forma geral, uma sensação de mal estar permanente. A partir dessas falas, surge a iniciativa da pesquisa qualitativa como método para quantificar e, a partir dos resultados, qualificar e propor ações que acolham, pelo menos em parte, esses jovens que integram um grupo bem maior, e não são exclusividade desta ou daquela escola, são jovens da contemporaneidade, gostemos ou não.

A pesquisa aconteceu da seguinte maneira: os alunos foram convidados a responder um formulário desenvolvido através do Google e enviados via celular com perguntas a respeito de ansiedade, depressão e pensamentos suicidas. As únicas informações pessoais solicitadas foram a idade e a identidade de gênero. Como resultados, a pesquisa mostrou que a média de idade dos alunos fica em torno de 16 anos e 60% se identificam com gênero feminino. Em uma amostra com 19 estudantes, mais de 90% referem que sua ansiedade aumentou durante a pandemia e 80% afirma já ter passado por períodos de depressão.

A ampla maioria, cerca de 87%, refere já ter vivenciado períodos de tristeza prolongada associados à sensação de ansiedade e pensamentos suicida, um percentual muito alto. Talvez em função desses sintomas muitos fazem uso de medicação contínua, cerca de 75%, mesmo não conseguindo atendimento qualificado específico via SUS – Sistema Único de Saúde. Apesar das situações adversas, cerca de 50% apontam a escola como um espaço que os torna pessoas melhores, contra 15% que não sabem/não pensaram sobre o assunto.

Resultados e Discussão

A pesquisa deve ser socializada em espaço de reunião com pais e comunidade escolar de modo a demonstrar a importância de estabelecer o debate sobre saúde mental entre os jovens. Certamente que fatores emocionais como autoestima baixa, ansiedade e sintomas depressivos podem interferir na aprendizagem, e melhorar o rendimento escolar é importante. A literatura aponta que a pressão psicológica, sobrecarga de atividades escolares, a pressão familiar com relação à escolha profissional, a indecisão com o futuro, até a dificuldade para estabelecer a própria identidade, contribuem para que estudantes do ensino médio sejam vulneráveis ao transtorno de ansiedade.

Não nos cabe sanar as causas, mas entender e acolher esse sofrimento, buscando promover ações e a participação de profissionais capazes de fazer uma escuta qualificada dentro

do espaço escolar, como parte das ações que podem potencializar o papel da escola no intento deconstruir além de pessoas com conhecimento científico amplo, cidadãos melhores, preparados para enfrentar a vida, em amplo sentido.

Conclusão

O advento da Internet e das redes sociais tornaram o acesso à informação muito mais rápido e fácil, mas com isso veio junto uma noção de urgência, que nunca antes esteve tão evidente. Alguns estudos recentes ligam o problema ao uso demasiado de redes sociais, como o facebook, instagram e twitter. Contudo, vale ressaltar que a ansiedade é um sentimento natural, que apesar de desagradável, pode motivar a pessoa a se engajar e a ser mais produtiva. Isso porque a ansiedade comum é um sentimento que vai e volta, mas não interfere na vida cotidiana. Já a ansiedade em níveis muito altos, torna-se patológica e as consequências são muitas. Todas ruins.

Entre as ações afirmativas que se pretende discutir e propor, muitas não são sequer novidade, passam por investimento em infraestrutura nas escolas para que seja possível ousar e realizar atividades sem os problemas estruturais presentes no ambiente em que os alunos e professores estão inseridos. Também boas quadras para vários esportes, não somente futebol e handebol, uma cozinha bem equipada, com refeitório amplo, uma biblioteca com títulos atualizados de diversas áreas do conhecimento, laboratórios eficientes de química, física e biologia, entre outros, uma sala de Informática com boa qualidade de conexão Internet, computadores com boa configuração de hardware e software, são exemplos de ambientes que não podem ficar de fora.

É preciso olhar para o humano que clama por acolhimento, é preciso investir mais e melhor em educação, é preciso aprender com os erros. É demasiado importante perceber o ser humano em formação que grita por acolhimento e por uma educação humanizadora, com espaço para ser sua melhor versão. Não se pode continuar entendendo os estudantes como baldes que estão esperando para serem cheios, pois eles estão adoecendo pela priorização de conteúdos e não estão conseguindo dar vazão às suas demandas, algo não está funcionando. É preciso olhar o humano, é preciso discutir coletivamente e agir rápido. Eis o debate.

Referências

CASTELLS M. (2005). A internet e Sociedade em Rede. In: Moraes, D. (org). “Por uma outra comunicação – Mídia, mundialização cultural e poder”. 3 ed. Rio de Janeiro, Record, p.225-231.

LEMOS, A. (2003) “Cibercultura. Alguns Pontos para compreender a nossa época”. Lemos, <http://www.facom.ufba.br/ciberpesquisa/andrelemos/cibercultura.pdf>. Maio de 2007.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Classificação de Transtornos Mentais e de Comportamento da CID-10. Descrições Clínicas e Diretrizes. Trad. Dorgival Caetano. Artes Médicas, Porto Alegre. 1993. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=2774544&pid=S1677-2970200000010001300006&lng=pt

SAÚDE MENTAL NA ESCOLA. Material Psicoeducativo para Professores. Disponível em https://www.saudementalnaescola.com/_files/ugd/1bd1b6_da952d88498343cd88bbf50e130aba27.pdf, acesso setembrto/2022

ZAMBALDE, A. L.; ALVES, R. M. Introdução a Informática Educativa. Publicações Técnicas. Lavras: UFLA/FAEPE, 2002