

27 de outubro de 2023 - Unijuí - Campus Ijuí



SAÚDE MENTAL DOS JOVENS NA ESCOLA

Lauany Fontoura de Melo¹
Emili da Silveira Zaluski²
Gustavo Kauã Dallabrida³
Joabe Pires Machado⁴
Vitor Augusto Buss⁵
Rosana Souza de Vargas⁶

Instituição: Escola Técnica Estadual 25 de Julho

Modalidade: Relato de Pesquisa

Eixo Temático: Ciências Humanas e suas Tecnologias

Introdução

A Saúde Mental de uma pessoa está relacionada à forma como ela reage às exigências da vida e de como absorve suas necessidades como capacidades, ambições, ideias e emoções. Ter saúde mental é estar bem consigo mesmo e com os outros a quem convivem, aceitar as exigências e os obstáculos da vida.

No Brasil, segundo o relatório Situação Mundial da Infância (2021), estima-se que quase um em cada seis meninas e meninos entre 10 e 19 anos de idade no Brasil vivem com algum transtorno mental. Em adolescentes, depressão e ansiedade formam um conjunto de sentimentos ainda mais complexo, é nessa fase que se constrói uma identidade e a convivência com as pessoas. A maioria das doenças mentais permanece até a vida adulta e compromete a estabilidade mental e física do indivíduo que não recebeu tratamento certo. Segundo o mesmo relatório, o Brasil é considerado o país mais ansioso do mundo e o quinto mais depressivo.

Diante disso, o objetivo desta pesquisa é verificar a possibilidade de implementação de um espaço somente com a função de trabalhar com problemas relacionados à saúde mental dos jovens, e de funcionários especializados na área da saúde

¹ Lauany Fontoura de Melo, 2º do Ensino Médio da Escola Técnica Estadual 25 de Julho: lauany-melo@educar.rs.gov.br

² Emili da Silveira Zaluski, 2º do Ensino Médio da Escola Técnica Estadual 25 de Julho: emili-dszaluski@educar.rs.gov.br

³ Gustavo Kauã Dallabrida, 2º do Ensino Médio Escola Técnica Estadual 25 de Julho: gustavo-kdallabrida@educar.rs.gov.br

⁴ Joabe Pires Machado, 2º do Ensino Médio da Escola Técnica Estadual 25 de Julho: joabe-pmachado@educar.rs.gov.br

⁵ Vitor Augusto Buss, 2º do Ensino Médio da Escola Técnica Estadual 25 de Julho: vitor-6589883@educar.rs.gov.br

⁶ Professora da disciplina de Iniciação Científica da Escola Técnica Estadual 25 de Julho: rosana-vargas@educar.rs.gov.br

mental dentro das escolas, para isso será desenvolvido um projeto de implementação, com possíveis variáveis e invariáveis de assertividade.

A saúde mental é um fator de extrema importância, isso é um fato inegável, por isso é necessário cuidar desse bem tão precioso, principalmente durante a fase da juventude, que é quando as pessoas começam seu desenvolvimento mental, sua personalidade, suas escolhas, o início da sua vida como cidadão. É importante garantirmos que esse processo seja concluído de maneira que não degrade a saúde mental, e isso deve começar dentro de casa e ser apoiado e firmado nas escolas.

Caminho metodológico

Nosso planejamento relacionado a esta pesquisa inclui a abordagem quantitativa (Prodanov; Freitas, 2013), pois criamos um formulário com o objetivo de suprir informações de como andam os pensamentos do público jovem. Além disso, por ser uma pesquisa de natureza aplicada, pelo fato de não tratar-se apenas de afirmações teóricas, estamos também aplicando na prática. Realizamos pesquisas minuciosas em artigos científicos a partir da pesquisa bibliográfica.

Resultados e discussão

- **ORIGEM DOS ESTUDOS SOBRE SAÚDE MENTAL NO BRASIL**

Os estudos aprofundados a respeito da saúde mental no Brasil são relativamente novos, oriundos da reforma psiquiátrica, porém, a história da saúde mental no Brasil iniciou há bastante tempo atrás. No tempo do império brasileiro já existia a noção de problemas psicológicos, mas de uma forma totalmente extrema e errônea, pois era natural que famílias tradicionais e geralmente ricas enviassem familiares com transtornos mentais e problemas psicológicos para serem “tratados” em lugares chamados de asilos ou até casas de misericórdia. Geralmente isto estava ligado à imagem social, já que as pessoas enviadas para esses locais eram retiradas do âmbito social, pois situações desta natureza causavam um imenso constrangimento familiar e público, e quanto às pessoas que eram forçadas a ir para esses lugares eram comumente chamados de loucos ou insanos, isso de acordo com Santos, Mirando no artigo da evolução da saúde mental de 2015.

Com essa prática crescente, já se tinha então os hospitais psiquiátricos, que tinham o objetivo de alinhar aqueles denominados de loucos, e qualquer um que diferenciava-se um tanto dos demais poderia ser chamado de louco. E essa forma de segregação não apenas dos doentes mentais, mas também daqueles então loucos, contribuiu para a imagem de loucos insanos, de que apenas pessoas em caso extremo de degradação mental seriam de tal forma reconhecidas, isso contribuiu ao máximo para a imagem negativa de doenças mentais ao decorrer da história, segundo o artigo da evolução da saúde mental

No ano de 1852, foi inaugurado o grande e renomado Hospício Nacional de Alienados, Tempos depois, o hospício de dom Pedro II, o Brasil então se torna o primeiro país da América Latina a ter um grande manicômio e seu país, baseado e fundamentado no alienismo vindo diretamente da França, onde agora os loucos e insanos eram mantidos

dentro do manicômio e eram tratados das mais diversas maneiras e formas. FIGUEIRÊDO; DELEVATI; TAVARES, 2014

Apenas em 1912 que foi criada a primeira lei federal de assistências aos alienados, como resultado isso acabou acarretando em vários outros manicômios e asilos abertos por todo o país. Ocorreu de tal forma, que o tratamento de problemas mentais ocorria nesses grandes estabelecimentos voltados para isso, tornando o tratamento restrito a esses locais, com isso aconteceu ainda mais a segregação dos doentes mentais do espaço social e familiar. A internação era igualmente dolorosa, já que havia até mesmo a autorização do sequestro, privando a pessoa de sua liberdade, mantendo em cativeiro nos grandes manicômios, FIGUEIRÊDO; DELEVATI; TAVARES, 2014

Apenas no século XIX as transformações a respeito da saúde mental começaram a ser mais visíveis. Após o término da segunda guerra mundial, Europa e Estados Unidos foram os primeiros a começarem um processo de renovação na psiquiatria, introduzindo melhores estudos e mais aprofundados na mente humana. O Brasil só foi entrar nesse desenvolvimento após 1970 com o Movimento dos Trabalhadores em Saúde Mental de acordo com o artigo da evolução da saúde mental.

Mas um olhar geral e profundo sobre a saúde mental ainda demorou muito para se tornar no que é hoje, o que se deu pela criação da psiquiatria positiva, que pode ser definida como uma ciência e prática clínica que procura entender e promover o bem-estar dos indivíduos, tratando o doente e cultivando o que há de bom em cada pessoa de acordo com o artigo da evolução da saúde mental.

Com isso também veio o surgimento do modelo asilar do séc XIX, o que marcou o início da medicalização e terapeutização. E foi por volta da década de 50 que as políticas de saúde mental foram bruscamente modificadas, que em determinado momento chegaram ao Brasil, mas a reforma psiquiátrica só veio ao Brasil no final da década de 70, sendo um processo social e político bastante demorado, e na verdade ainda está em desenvolvimento atualmente de acordo com o artigo da evolução da saúde mental.

Hoje em dia, a saúde mental vem sempre sendo bastante comentada pela sociedade, sempre há algum movimento ou causa que envolve a questão mental no Brasil. A cada dia que passa os profissionais da área da psicologia e psiquiatria estão cada vez mais requisitados e respeitados na sociedade atual.

Por mais que o cenário atual dessa questão esteja bastante promissor, é fato que ainda há pesquisas, estudos que buscam compreender ainda mais o intelecto humano. Atualmente uma das questões mais relevantes é sobre a saúde mental dos jovens e como a tecnologia influencia, seja positivamente ou negativamente, portanto é dever do cidadão buscar informações e conhecimento a respeito da área da saúde mental, hoje contando vários profissionais conhecidos socialmente e politicamente aceitos na sociedade.

Por fim, atualmente no Brasil a saúde mental, diferentemente do passado, é aprofundada e pesquisada cada vez mais contem uma variedade de conteúdos e conhecimentos do intelecto humano, Saúde mental na era digital - SBPC

• A IMPORTÂNCIA DA SAÚDE MENTAL NO AMBIENTE ESCOLAR

Sabemos que a saúde mental é algo importante em todas as áreas, a maioria dos jovens são estudantes de escolas públicas ou privadas, muitos poucos estão na faculdade, segundo alguns estudos de psiquiatras a adolescência é uma das fases mais afetadas com o transtorno mental, pois é um momento de aprendizado e um processo de crescimento que requer mais cuidado por que muitos desistem dos estudos.

A Saúde Mental de uma pessoa está relacionada à forma como ela reage às exigências da vida e ao modo como harmoniza seus desejos, capacidades, ambições, ideias e emoções. Ter saúde mental é: estar bem consigo mesmo e com os outros.

Segundo Carla Helena Lange (2023), “A saúde mental dos estudantes é uma questão central também para garantir o bom andamento do ensino na educação básica. Isso porque problemas nesse contexto prejudicam a disposição, a atenção e até o comportamento do estudante”, por isso uma boa disposição e convivência no dia a dia é importante

Diversas vezes pensamos que nossos colegas ou alunos, os quais talvez nem conheçamos, não comparecem na escola por que não gostam de estudar, ou pensamos que aquele aluno que não tem um histórico bom de notas é assim porque é preguiçoso. Mas muitos não pensam em conversar um pouco com essas pessoas, ajudar e entender a situação, pois como já citado acima, é uma fase de crescimento e devemos ter respeito com o próximo.

Podemos também destacar que a pandemia afetou muito os jovens estudantes. A pandemia provocou uma mudança na prática pedagógica da Educação Básica, fazendo com que o ensino não presencial fosse o meio para a continuidade do vínculo escolar.

Nesse momento, muitos desistiram dos estudos e outros não conseguiam dar conta do peso dos trabalhos que eram passados para fazer em casa, além disso, o distanciamento físico dos colegas que conviviam dia após dia teve que se tornar o hábito de se comunicar por uma chamada de vídeo. Desse modo, o que afetou bastante nesse tempo foi a solidão, depressão e a ansiedade dos adolescentes, estudos mostram que 70% dos estudantes relataram quadros de depressão ou ansiedade quando foram consultados a partir do retorno ao ensino presencial.

Outro fato foi a volta das aulas presenciais, pois do mesmo modo em que tiveram que se adaptar em casa, voltar pra escola foi sim um desafio para muitos estudantes, principalmente aqueles que desenvolveram algum problema durante a pandemia ou passaram por situações difíceis, foram quase dois anos longe de colegas, amigos e professores.

Os jovens hoje em dia sofrem com problemas de saúde mental por vários motivos, alguns por nascença e outros por problemas que se desenvolvem no dia a dia. Estes problemas podem se agravar dependendo da forma que as pessoas lidam com isso, seja no ambiente familiar com o pai ou mãe, ou no ambiente escolar, onde muitas vezes não são

levados a sério pela direção ou professores da escola., segundo o estudo de Saúde mental dos adolescentes - OPAS/OMS

Ademais, muitas pessoas se importam com aparências e até mesmo julgadas por elas, o que faz a pessoa pensar que é descartável levando ela a uma depressão ou desenvolvendo algo mais grave, como, por exemplo, o bullying, que ainda é presente no ambiente escolar. Até mesmo com os próprios modos de agir é demonstrado, pois apenas uma pequena piada pode fazer com que a pessoa se sintam mal.

Abrir espaços específicos nas escolas apenas para tratar de casos envolvendo a saúde mental dos alunos no quesito ensino e convivência com os professores e alunos, atualizando as estruturas atuais das escolas, modificando o sistema de ensino e tratamento destes que sofrem gravemente de problemas mentais.

Dar mais atenção aos que realmente precisam e buscam ajuda, pois a saúde mental no ambiente escolar é essencial para que o estudo e a mente estejam em trabalho, o desânimo muitas vezes atrapalha quem tenta, mas podemos ajudar de alguma forma o próximo apenas com apoio psicológico e profissional.

Conclusão

Dados os resultados derivados de nossa pesquisa, e de pesquisas anteriores, podemos através de estudos e pesquisas, fomos capazes de concluir a grande necessidade de um ambiente centrado na saúde mental dos estudantes nos ambientes escolares, cuidando e garantindo uma supervisão segura e especializada nas escolas.

Referências

Saúde mental na escola: como identificar problemas e cuidar de seus alunos.

Disponível em:

<https://www.sponte.com.br/como-ajuda-a-saude-mental-dos-alunos/#:~:text=A%20sa%C3%BAde%20mental%20dos%20estudantes%20%C3%A9%20uma%20quest%C3%A3o%20central%20tamb%C3%A9m,at%C3%A9%20o%20comportamento%20do%20estudante.>

Acessado em: 30 de Agosto de 2023.

Hang, Carlos Alberto.” **É a saúde mental da criança e do adolescente que aciona o bom aprendizado escolar e estabiliza emocional e psicologicamente.**” Disponível em:

<https://www.pensador.com/frase/Mjc5MDUwNw/>. Acessado em: 15 de Agosto de 2023.

Como cuidar da saúde mental e emocional em 7 dicas. Disponível em:

<https://www.clinicaceu.com.br/blog/como-cuidar-da-saude-mental-e-emocional/>. Acessado em: 15 de Agosto de 2023.