



## A RELEVÂNCIA DA SAÚDE MENTAL PARA O DESENVOLVIMENTO ESCOLAR

Diego Kauê Felden Michael<sup>1</sup>  
Samira Berg dos Santos<sup>2</sup>  
Suelen Da Silveira Dos Santos<sup>3</sup>  
Vitória Degaspary Metz<sup>4</sup>  
Elenise Carneiro Faccin<sup>5</sup>

**Instituição:** ESCOLA TÉCNICA ESTADUAL 25 DE JULHO

**Modalidade:** Relato de Pesquisa **Eixo Temático:**

Ciências Humanas e suas Tecnologias.

### 1. Introdução:

**PROBLEMA:** Como a saúde mental progride ou regride nos anos escolares ?

---

<sup>1</sup> Diego Kauê Felden Michael o Autor 1, diego-kmichel@educar.rs.gov.br.

<sup>2</sup> Samira Berg dos Santos o Autor 2, samira-santos2@educar.rs.gov.br

<sup>3</sup> Suelen Da Silveira Dos Santos o Autor 3, suelen-dsdsantos3@educar.rs.gov.br.

<sup>4</sup> Vitória Degaspary Metz o Autor 4, vitoria-metz@educar.rs.gov.br.

<sup>5</sup> Elenise Carneiro Faccin a Orientadora 5, elenise-docfaccin@educar.rs.gov.br



**OBJETIVO GERAL:** A Saúde Mental pode ser considerada, um estado de bem-estar vivido pelo indivíduo, que possibilita o desenvolvimento de suas habilidades pessoais para responder aos desafios da vida e contribuir com a comunidade.

Nosso objetivo geral é ver como a saúde mental afeta os alunos no decorrer do tempo e o porquê disso estar acontecendo e como, tentar entender e ``solucionar`` o problema.

### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS:**

- Ampliar o conhecimento do grupo e das pessoas ao redor
- Explicar a importância de um ambiente escolar saudável
- Refletir sobre atitudes e hábitos, que não favorecem para o ambiente escolar, e que podem afetar a saúde mental do outro.
- Repercutir de forma abrangente o assunto
- Explicar como a saúde mental dos alunos está sendo afetada ao decorrer dos anos.

**HIPÓTESES:** Uma hipótese para o trabalho de saúde mental nas escolas poderia ser a implementação de programas integrados de apoio à saúde mental, incluindo o acesso a conselheiros formados e atividades para promover o bem-estar, poderia levar à redução de problemas de comportamento, a um melhor desempenho acadêmico e a uma maior satisfação dos alunos. .

**JUSTIFICATIVA:** Escolhemos esse tema, pois julgamos o mesmo muito importante atualmente, e algo a ser discutido e melhorado nas escolas. Acreditamos que os alunos precisam ter mais apoio e voz para poderem falar mais abertamente sobre o tema. Alunos com boa saúde mental tendem a ter melhor desempenho acadêmico, maior capacidade de concentração e melhorias nas relações interpessoais, contribuindo para um ambiente de aprendizado mais positivo e produtivo.

**2. Procedimentos Metodológicos:** Através das nossas pesquisas em artigos, livros e entrevistas no google formulário, comprovamos que é um problema muito grave para a sociedade e pouco repercutido. Sendo assim confira abaixo nossa análise de dados.

Ao falarmos sobre a saúde mental dos estudantes questionamos idade, como avaliam a saúde mental, se já enfrentou período de dificuldade psicológica, se a escola influenciou



algum episódio de dificuldade psicológica, se as notas/desempenho diminuíram em períodos de dificuldade, se ao decorrer dos anos a escola influenciou a saúde mental e qual a opinião sobre a saúde mental nas escolas.

### **REFERENCIAL TEÓRICO:**

Segundo a OMS(Organização Pan-Americana da Saúde) o conceito de saúde mental é "um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doenças"

Sendo assim, na escola não seria diferente, tem muitos casos nas escolas onde os estudantes e profissionais têm dificuldade de manter a sua saúde mental e acaba prejudicando os seus estudos e afazeres. A saúde mental dos alunos, após a pandemia, foi algo que “piorou”, o fato do isolamento social gerou mais estresse, mais dificuldades para aprender e socializar.

Não existe acesso em tempo real a dados específicos dos alunos, incluindo porcentagens. Alguns estudos indicaram um aumento de depressão, ansiedade... nos alunos. Essas taxas podem variar de acordo com a região, o grupo etário e outros fatores socioeconômicos.

A gente dá uma ênfase maior nesta questão da pandemia, porque de certa forma ela prejudicou muito a saúde mental. Mas alguns estudos apontam que 24% dos alunos estão se sentindo sobrecarregados e 18% estão tristes e deprimidos, e apenas 40% estão recebendo algum tipo de apoio psicológico nas escolas. Uma excelente saúde mental é essencial para garantir a qualidade de vida acadêmica, estudantes que enfrentam transtornos muito graves como depressão e ansiedade certamente não conseguirão bons resultados nos estudos.

Cuidar da saúde mental dos estudantes é importante, pois pode influenciar os estudantes a terem consciência de seus sentimentos, comportamentos e emoções. Dessa forma, os próprios alunos poderão pedir ajuda, buscar ajuda de profissionais se necessário para lidar com a saúde mental e até mesmo prestar ajuda aos colegas. A relevância da saúde mental para o desenvolvimento escolar é amplamente reconhecida na literatura acadêmica e na prática educacional.

### **2.1- Análise do Impacto da Saúde Mental no Desempenho Acadêmico:**



Estudos demonstram que problemas de saúde mental, como ansiedade, depressão e estresse, podem afetar significativamente o desempenho acadêmico dos alunos. Esses problemas podem prejudicar a capacidade de concentração, memória, resolução de problemas e interação social, essenciais para o sucesso escolar.

Analizamos que no Ambiente Escolar a Saúde Mental desempenha um papel crucial na promoção da saúde mental dos alunos. Uma cultura escolar que valoriza o bem-estar emocional, oferece apoio psicossocial e promove a resiliência pode contribuir para um ambiente propício ao desenvolvimento acadêmico.

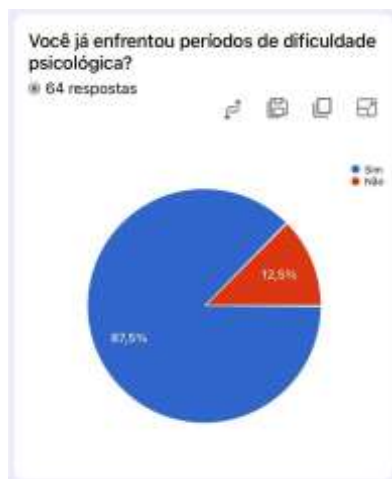
Já a prevenção e a identificação precoce de problemas de saúde mental são fundamentais para mitigar seu impacto negativo no desenvolvimento escolar. Estratégias de triagem, educação para a saúde mental e colaboração entre escola, família e profissionais de saúde são essenciais para identificar e intervir precocemente em questões de saúde mental.

Esses elementos do referencial teórico destacam a importância de promover a saúde mental dos alunos para o seu desenvolvimento acadêmico e enfatizam a necessidade de abordagens integradas que considerem tanto as necessidades educacionais quanto as emocionais dos estudantes.

**3. Resultados e Discussões:** Através das nossas pesquisas em artigos, livros e entrevistas no google formulário, comprovamos que é um problema muito grave para a sociedade e pouco repercutido. Sendo assim confira abaixo nossa análise de dados.

Ao falarmos sobre a saúde mental dos estudantes questionamos idade, como avaliam a saúde mental, se já enfrentou período de dificuldade psicológica, se a escola influenciou um episódio de dificuldade psicológica, se as notas/desempenho diminuíram em períodos de dificuldade, se ao decorrer dos anos as escola influenciou a saúde mental e qual a opinião sobre a saúde mental nas escolas.

Imagem 1: períodos de dificuldade psicológica



Vemos que no gráfico 87,5% já passou por períodos de dificuldade psicológica e outros 12,5% não enfrentaram, percebemos que há uma grande quantidade de pessoas que já passaram por dificuldades e principalmente em ambientes escolares.

**4. Conclusão:** Concluimos que a saúde mental é algo de extrema importância e essencial na nossa vida, precisamos estar mentalmente saudáveis para que possamos viver de forma racional, pois sem uma saúde mental equilibrada não conseguiremos desempenhar nossas atividades diárias e isso irá também degradar nossa saúde física, ou seja, para viver bem precisamos estar psicologicamente estáveis.

**5. Referências** LANGE,Carla Helena 2023. 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/>.

Acessado em 01.04.2024

CANDIDO.Jessica 2019. Indicadores de Saúde Mental de estudantes de 13 a 17 anos (%). Disponível em:<https://www.redemacuco.com.br/2021/09/22/a-saude-mental-nas-escolas-brasileiras/>.

Acessado em 01.04.2024

CARRANÇA.Thais 2022.Crise de saúde mental nas escolas: 'Alunos estão deprimidos, ansiosos, em luto e faltam psicólogos'.Disponível em:<https://g1.globo.com/google/amp/educacao/noticia/2022/08/25/ crise-de-saude->



mental-nas-escolas-alunos-estão-deprimidos-ansiosos-em-luto-e-faltam-psicólogos.html.  
Acessado em 04.04.2024

Fonte: Pesquisa Datafolha, Itaú Social, Fundação Lemann e BID (Banco Interamericano de Desenvolvimento), divulgado em julho de 2022. Disponível em: <https://www.institutounibanco.org.br/boletim/cresce-a-preocupacao-com-a-saude-mental-dos-estudantes/>. Acessado em 25.03.2024