

PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL EM ESCOLAS DA REDE PÚBLICA DE ENSINO PARA PROFESSORES E ALUNOS: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

Thalysson de Souza Rangel¹;
Amanda Silva De Mattos¹;
Abner Lucas Balduino de Souza¹;
Vitor Ramos Dayrell Pereira¹;
Juliane Macedo²;
Fábio Fernandes Rodrigues²;
Luciana Caetano Fernandes²;
Claudia Regina Major²;
Priscila Maria Álvares Usevicius²;
Cecília Magnabosco Melo²;

RESUMO

O ambiente escolar desempenha um papel crucial no desenvolvimento e socialização dos indivíduos, tornando-se um cenário ideal para abordar questões relacionadas à saúde mental. O artigo em questão se trata de um relato de experiência das ações de extensão sobre saúde mental, curricularizadas e realizadas por estudantes de Medicina em escolas públicas. Em uma escola, o foco estava na identificação precoce de sintomas depressivos em crianças e no apoio aos professores nessa missão. Na outra escola, o projeto visava conscientizar os alunos sobre a importância da saúde mental, sinalização de alertas e combate ao bullying. Essas iniciativas destacaram a importância de aplicar conhecimentos teóricos na prática, enfatizando a relevância da saúde mental no contexto escolar. Pesquisas recentes sugerem que a inclusão de componentes de educação socioemocional no currículo escolar pode beneficiar a saúde mental dos alunos. Este relato de experiência ressalta a necessidade de intervenções direcionadas, integração de componentes socioemocionais no currículo e estabelecimento de ambientes escolares favoráveis ao bem-estar. No entanto, é fundamental adaptar as estratégias às necessidades específicas de cada comunidade escolar. Além de contribuir para a promoção da saúde mental nas escolas públicas, as ações de extensão enriqueceram o crescimento pessoal e profissional dos estudantes de Medicina, fortalecendo habilidades cruciais para sua formação profissional.

PALAVRAS-CHAVE

Estratégias de saúde. Promoção de saúde. Saúde mental.

INTRODUÇÃO

A escola, em uma sociedade moderna, é a primeira instituição formal pela qual os sujeitos entram em contato com outros indivíduos não sendo meramente um espaço de alfabetização, mas também um local de socialização (TEODORO; SANTANA; TEODORO, 2019). Nesse sentido, o espaço escolar é o ambiente propício para a promoção da saúde mental por se tratar de um espaço de interação, mediador entre o aluno, família e a sociedade (ANDRADE e FURLANETTO, 2016).

¹ Discente. Curso de Medicina da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA.

² Docente. Curso de Medicina da Universidade Evangélica de Goiás - UniEVANGÉLICA.

Sendo assim, as escolas são espaços privilegiados para criação de ambientes favoráveis à promoção da saúde mental e na identificação de transtornos psiquiátricos, pois é nas relações sociais infantis que se manifestam as primeiras inclusões e/ou exclusões sociais vivenciadas pelo indivíduo. Nesse sentido, a atuação do professor é essencial na viabilização dessa promoção da saúde mental, pois ele é o principal autor neste cenário educacional, tendo uma condição privilegiada de observação direta do comportamento das crianças no ambiente escolar (TEODORO; SANTANA; TEODORO, 2019).

Além disso, é importante destacar que os transtornos mentais são problemas de saúde pública que afeta uma parcela significativa da população. No entanto, a saúde mental dos adolescentes tem recebido pouca atenção, apesar do aumento expressivo do sofrimento psíquico nessa fase da vida. Diante desse cenário, é urgente o desenvolvimento de políticas públicas, pesquisas e estratégias de cuidado que promovam a saúde mental dos adolescentes, especialmente nos países em desenvolvimento. A negligência da saúde mental nesse grupo etário pode gerar situações de vulnerabilidade e iniquidade social, limitando o acesso aos recursos materiais, simbólicos e culturais que favorecem o desenvolvimento físico, cognitivo, emocional e ocupacional (SOUZA, *et al.*, 2021; SOARES, *et al.*, 2014).

Dessa forma, o objetivo deste estudo é apresentar os relatos de experiência dos alunos do curso de Medicina no cumprimento das atividades extensionistas programadas pelo Módulo de Medicina de Família e Comunidade VI no Projeto de Saúde na Comunidade.

RELATO DE EXPERIÊNCIA

Nesse escrito será relatado a experiência de dois grupos diferentes do curso de medicina na execução de duas atividades de extensão propostas dentro do currículo do curso, na disciplina de Medicina de Família e Comunidade VI, da Universidade Evangélica de Goiás. O tema central foi saúde mental, que dialogava com os módulos de Habilidades Médicas VI e Morfofuncional VI do curso. As ações foram realizadas em dois colégios públicos de Anápolis, no segundo semestre de 2022, sendo parte do projeto de Saúde na Comunidade.

O projeto foi realizado seguindo as seguintes etapas, de acordo com o Arco de Maguerez: 1. observação da realidade, 2. levantamento de pontos chaves, 3. teorização, 4. hipóteses de solução e 5. aplicação à realidade (figura 1).

Em relação à atividade desenvolvida na Escola 1, no primeiro momento, durante a observação da realidade, foi realizada uma entrevista com o gestor da unidade de ensino, que abordou sobre as principais problemáticas da escola. Um dos pontos levantados mais relevantes foi em relação ao número relativamente elevado de crianças com quadros sugestivos de transtorno depressivo. Dessa forma, o projeto foi focado em auxiliar os professores, que estão em contato diário com as crianças, a identificar esses sintomas precocemente e relatar aos responsáveis das crianças.

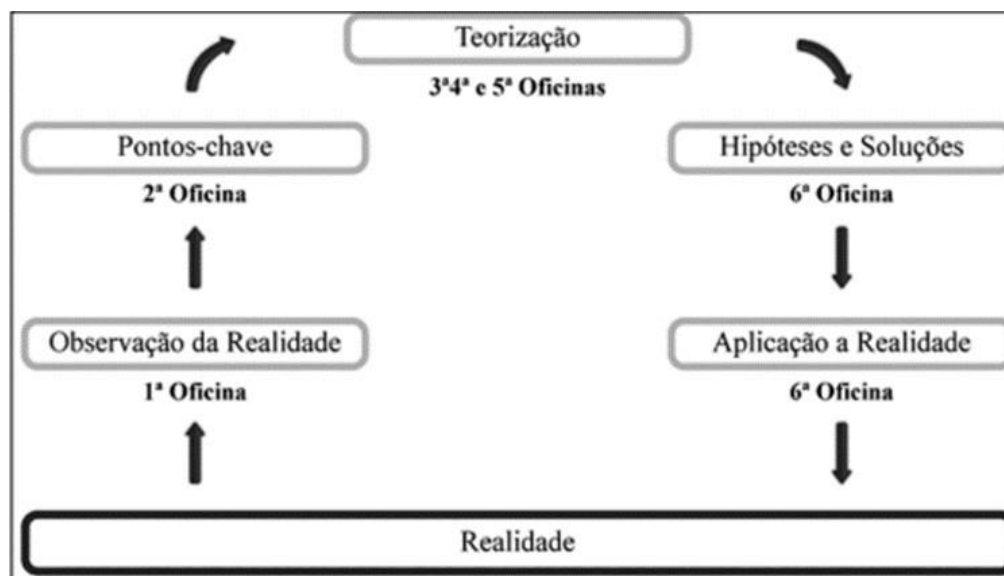


Figura 1: Etapas do desenvolvimento do estudo de Metodologias de aprendizagem ativas de acordo com o Arco de Charles Maguerez, adaptado de Bordenave; Pereira (1989).

Ao buscar artigos e textos que apoiassem a ação realizada, foi identificado que a depressão infantil aumentou de forma significativa no período pós pandemia. Além disso, a doença se manifesta de forma diferente nas crianças afetadas. Assim sendo, o diagnóstico e o tratamento adequados da depressão em idades pediátricas é importante porque é nessa fase que construímos uma base de habilidades necessárias por toda a vida, desde o trabalho em equipe até conhecimentos como leitura e escrita (SBP, 2019; DA-MATA, *et al.*, 2020).

Logo após, o grupo participou da confecção de um banner que foi utilizado na apresentação do projeto para os professores. Ele trouxe informações importantes sobre o que é o transtorno depressivo, como identificar os sinais de alarme, a prevalência e a importância do professor como agente na mudança do prognóstico da criança.

A ação extensionista ocorreu 2 semanas após a primeira visita à unidade. Ela foi realizada em 2 momentos separados, com 4 e 5 professores em cada um dos momentos. A abordagem utilizada foi uma roda de conversa, em que primeiramente expôs-se o assunto de forma dialogada e após isso foi aberto para que os professores também pudessem contribuir para a troca de informações, com suas experiências em sala, e perguntarem sobre as dúvidas que eles possuíam sobre o assunto. Ao final da aplicação do projeto, o banner utilizado foi deixado na instituição, na sala dos professores, para que eles possam sempre lembrar sobre a importância do tema e da sua ação na vida das crianças.

A segunda ação foi realizada na 2, no Ensino Fundamental II ao Ensino Médio. Nesta, através de uma conversa inicial com as duas diretoras da instituição, foram levantadas as problemáticas de automutilação e suspeita de transtorno depressivo em um número significativo dos alunos, com relatos de ausência de “vontade de viver”, tentativas de suicídio, e da prática de bullying entre os alunos. Para tanto, foi desenvolvido um projeto visando orientar os alunos da instituição

acerca da importância do cuidado com a saúde mental, dos sinais de alarme para procurar ajuda, e sobre os malefícios que o bullying pode causar.

A aplicação à realidade foi realizada duas semanas após a visita à escola, na qual ocorreu a teorização e o levantamento das hipóteses. Ela baseava-se, inicialmente, em distribuir folhas de papel em branco para as crianças, e instruí-las a escreverem palavras de afirmação positivas sobre elas mesmas, como elogios ou algo que gostariam de ouvir, sem identificação. Após recolhermos todos os papéis, os distribuimos de forma aleatória entre os alunos, para que cada um pudesse conhecer um pouco mais sobre o outro. Ao final, abordamos sobre o bullying e saúde mental entre as crianças, de maneira interativa e com linguagem acessível à faixa etária.

Através dessa atividade, esperou-se que as crianças conhecessem um pouco mais sobre a importância de se falar abertamente sobre a saúde mental e como isso afeta a convivência entre seus colegas, ao criar um sentimento de empatia entre os alunos com a atividade e ao estimular a educação em saúde com foco nessa temática.

DISCUSSÃO

A promoção da saúde mental nas escolas é vital para o desenvolvimento de habilidades sociais, emocionais e o sucesso acadêmico. Estudos recentes destacam que a inclusão de componentes de educação socioemocional no currículo escolar pode levar a melhorias na saúde mental dos alunos, reduzindo os níveis de ansiedade e depressão (Durlak *et al.*, 2015). A inclusão de medidas preventivas, como a promoção de práticas de enfrentamento saudáveis e a criação de redes de apoio social, também são estratégias fundamentais (FAZEL *et al.*, 2014).

Além disso, é importante observar que a promoção da saúde mental em escolas não se limita apenas a programas de intervenção de um problema já existente, mas também à criação de um ambiente escolar que promova o bem-estar, a fim de evitar o surgimento desses. Estudos recentes enfatizam a necessidade de escolas serem locais seguros e acolhedores, onde a estigmatização da saúde mental seja combatida e onde os alunos se sintam apoiados e livres para expressarem suas emoções (PATALAY *et al.*, 2020).CT

Em conclusão, este relato de experiência destaca a importância da promoção da saúde mental em escolas da rede pública de ensino. A experiência vivida durante essa ação nas escolas reforça a necessidade de intervenções direcionadas e a inclusão de componentes socioemocionais no currículo escolar. Além disso, ressalta-se a importância de criar um ambiente escolar favorável ao bem-estar e à saúde mental. No entanto, é importante lembrar que cada escola é única, e as estratégias de promoção da saúde mental devem ser adaptadas às necessidades específicas de sua comunidade.

CONCLUSÃO

As ações extensionistas desenvolvidas pela disciplina de Medicina de Família e Comunidade VI proporcionaram grande aprendizado não só para o grupo de alunos, mas também para os professores os quais foram beneficiados pela ação. Houve grande crescimento individual relacionado à capacidade de criticar, refletir e também comunicar com diferentes populações, sendo habilidades fundamentais no processo de formação profissional.

Conclui-se que as atividades realizadas nas escolas foram extremamente ricas e educativas, associando o conhecimento teórico à prática. A saúde mental é um componente crucial do bem-estar e do desempenho acadêmico, e abordar essa questão nas escolas pode ter benefícios significativos.

REFERÊNCIAS

- ANDRADE, I.A; FURNALETO, F.R. Secretaria de Estado da Educação Programa de Desenvolvimento Educacional. A visão do professor do ensino regular em relação à depressão: Uma formação necessária. **Os Desafios da escola pública paranaense na perspectiva do professor PDE**. V.I. ISBN 978-85-8015-093-3. Paraná, 2016.
- ARMITAGE, R. Bullying in children: impact on child health. **BMJ Paediatrics Open**, 2021.
- COSTA, M. C. A. F.; et al. Formas de Conscientização e de Prevenção sobre o Bullying. **Revista Científica UMC**, 2020.
- DA-MATA, Ingrid R. S. *et al.* As implicações da pandemia do COVID-19 na saúde mental e no comportamento das crianças. **Residência Pediátrica**, v. 10, n. 3, 2020.
- DURLAK, J. A. *et al.* The impact of enhancing students' social and emotional learning: A meta-analysis of school-based universal interventions. **Child Development**, v. 82, n.1, p. 405-432, 2015.
- FAZEL, M., HOAGWOOD, K., STEPHAN, S., FORD, T. Mental health interventions in schools in high-income countries. **The Lancet Psychiatry**, v. 1, n. 5, p. 377-387, 2014.
- PATALAY, P., GAGE, S. H., BANN, D. Changes in children's emotional and behavioural difficulties with age: A UK population-based cohort study. **Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry**, v. 59, n.4, p. 477-485. 2020.
- SILVA, J. L.; et al. Vitimização por Bullying em Estudantes Brasileiros: Resultado da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar. Monte Alegre: Escola de Enfermagem de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo, 2017.
- SOARES, A. G. S.; et al. Percepção de professores de escola pública sobre saúde mental. **Rev Saúde Pública**, 2014.
- SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA. **Depressão na infância e adolescência**. 2019. Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/21999c-DocCient - Depressao na infancia e adolescencia.pdf .
- SOUZA, T. T.; *et al.* Adolescent mental health promotion in Latin American countries: an integrative literature review. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 26, n. 7, p. 2575- 2586.
- TEODORO, N. R; DE SANTANA, J.J.R.A; TEODORO, P.C.D.S. VI CONGRESSO DE PSICOPEDAGOGIA ESCOLAR E II ENCONTRO DE PESQUISADORES EM PSICOPEDAGOGIA ESCOLAR. **SAÚDE MENTAL NA ESCOLA: Como os professores podem auxiliar? - Proposta de formação de professores da educação básica**. 2019.