

# ANSIEDADE E DEPRESSÃO NO CONTEXTO ESCOLAR DO 9º ANO DE 2021 DO COLÉGIO POSITIVO ÁGUA VERDE - CURITIBA

Grazyella Luna Barlatti Fernandes; Larissa Assis Barony Valadares Fonseca (Orientadora); Irinéia Inês Scota (Coorientadora)

Colégio Positivo Água Verde - R. Dr. Pedro Augusto Mena Barreto Monclaro, 411 - Água Verde, 80250-040 - Curitiba, PR - Brasil



## INTRODUÇÃO

A adolescência é um período de intenso desenvolvimento físico, mental e social. Parte considerável desse processo ocorre sob a influência do ambiente escolar, que, além de proporcionar aprendizagem conceitual e socioemocional, pode ser fonte de fatores estressores, como a pressão por boas notas e o ingresso em uma boa universidade. Casos específicos de bullying, discriminação e exclusão por parte dos colegas, também são determinantes para a saúde mental dos jovens, e podem colaborar com o surgimento de Transtornos de Depressão e de Ansiedade. A Pandemia de COVID-19, agravou esse cenário em virtude da imposição do modelo de ensino remoto/híbrido que demandou dos alunos um maior nível de auto responsabilidade para o aprendizado e reduziu o contato físico/social, fundamental para a saúde mental. Nesse contexto, é fundamental que a escola proporcione aos jovens, informações acerca de transtornos mentais e autogestão emocional.

A depressão é uma doença crônica e recorrente, caracterizada por uma tristeza profunda e sem fim. As causas variam entre eventos estressantes, mudanças hormonais, acontecimentos importantes (como morte de um ente querido), etc. O tratamento depende do nível do transtorno: psicoterapia para casos leves e uso de antidepressivos para os mais graves.

O Transtorno de Ansiedade Generalizada é o subtipo de transtornos ansiosos trabalhado nessa pesquisa, e é caracterizado por uma preocupação exagerada e sem motivos óbvios. Dentre as causas podemos citar genética, traumas, pressão e estresse. Assim como para a depressão, o tratamento depende da intensidade dos sintomas, e varia entre psicoterapias e o uso de antidepressivos/ansiolíticos.

O diagnóstico para ambas as doenças é clínico, e depende de uma análise completa da história do paciente. Existem testes que podem auxiliar no diagnóstico, como por exemplo Self-Reporting questionnaire - 20 (SRQ-20), elaborado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) para uma primeira classificação de possíveis casos de sofrimento mental. A adaptação em português conta com 20 perguntas de "sim ou não", das quais, se você marcar pelo menos 7 com resposta positiva, é considerado sofrimento mental.

## OBJETIVOS

Proporcionar conhecimento sobre o tema aos alunos da turma 9M01, de 2021, do Colégio Positivo Água Verde.

Investigar a percepção dos alunos sobre os Transtornos de Ansiedade Generalizada e de Depressão.

Investigar a influência do ambiente escolar na saúde mental dos jovens, utilizando pesquisa de campo.

## METODOLOGIA

Para alcançar esses objetivos foram desenvolvidos e aplicados dois questionários na turma de 9º ano de 2021 do Colégio Positivo Água Verde. Um foi aplicado antes e outro após uma palestra ministrada pela psicóloga da escola. Ambos os questionários utilizaram uma escala LIKERT de concordância em relação a afirmações (CONCORDO, CONCORDO TOTALMENTE, NEUTRO, DISCORDO, DISCORDO TOTALMENTE) destinadas a avaliar a percepção dos alunos sobre o tema. A participação dos alunos nessa pesquisa foi condicionada à assinatura do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido pelos pais ou responsáveis legais.

### Questionário Inicial ou Pré-Palestra

Dividido em três partes:  
1. Afirmações sobre as quais os alunos devem assinalar o grau de concordância.;  
2. Aplicação do SRQ-20;  
3. Perguntas abertas.

Foram obtidas 28 respostas.

### Palestra

Ministrada pela Marcella Andretta Sotto Maior Wistuba, psicóloga do Colégio Positivo Água Verde. Duração: 35 minutos. A palestra objetivou introduzir o tema, sem aprofundar, visto que é um assunto complexo e possível gerador de gatilhos de Ansiedade e Depressão.

### Questionário Final - Pós-Palestra

Composto por afirmações sobre as quais os alunos devem assinalar o grau de concordância. Objetivou analisar o impacto da palestra na percepção dos alunos sobre a temática.

Foram obtidas 15 respostas.

## CONCLUSÃO

A pesquisa evidenciou a percepção dos alunos sobre o impacto positivo do ambiente escolar em virtude da convivência social com os amigos e da aprendizagem. No entanto, apesar das influências positivas, alguns alunos consideram que o ambiente escolar pode contribuir para a piora de determinados casos de sofrimento mental. Isso torna claro a importância do papel da escola em auxiliar os estudantes por meio da divulgação de informações sobre os transtornos de ansiedade e depressão. E, também, torna necessário combater gatilhos que possam colaborar com o desenvolvimento destes transtornos, por exemplo, o bullying. Nesse sentido, a presente pesquisa, foi apresentada à equipe pedagógica do Colégio Positivo no intuito de compartilhar a percepção dos alunos sobre a temática e para subsidiar o desenvolvimento de ações em prol do cuidado com a saúde mental. Uma das ações realizadas pelo Colégio foi o desenvolvimento de um guia antibullying e de palestras ministradas aos professores com a temática de emergências psicológicas.

A pesquisa também foi importante para salientar a vontade dos alunos em aprender sobre a biologia de transtornos ansiosos e depressivos e de discutir a temática, tanto em casa quanto na escola. Embora esses dados, sejam provenientes de um pequeno grupo amostral, é razoável admitir que algumas das conclusões do estudo podem ser extrapoladas para o cenário de outras escolas de ensino fundamental.

## RESULTADOS

Os resultados obtidos na comparação das respostas dos Questionários Pré e Pós-Palestra, indicam que:

- Mais de 65% dos alunos, em ambos os formulários, concordou que se sentiria confortável em fazer acompanhamento profissional com um psicólogo (Gráfico 1).

Não me sentiria confortável em fazer acompanhamento com um psicólogo:

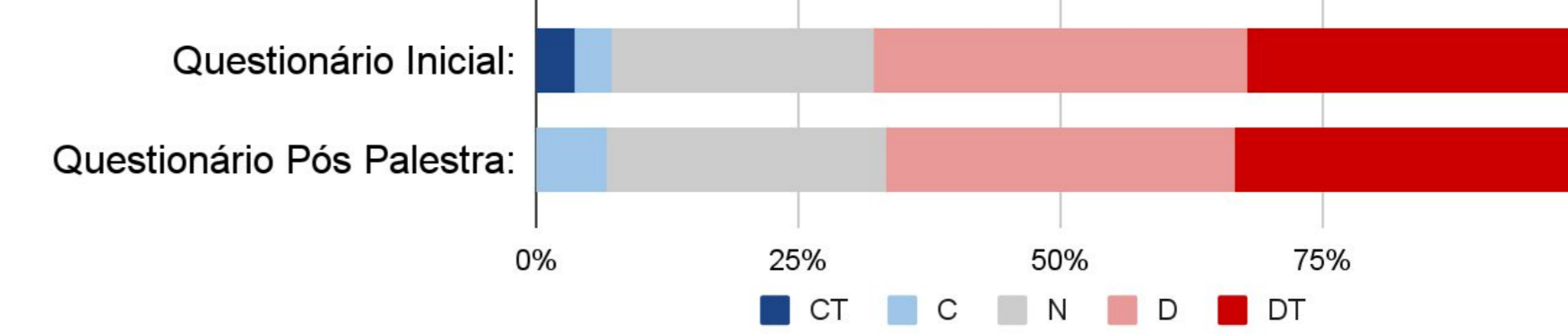


Gráfico 1: Gráfico de comparação entre o Questionário Inicial e o Pós-Palestra com relação à percepção dos alunos sobre a realização de um acompanhamento com um psicólogo.

- Mais da metade dos alunos concorda que o assunto deveria ser mais abordado, seja no ambiente escolar ou no familiar (Gráfico 2).

Os temas "ansiedade e depressão" deveriam ser abordados com maior frequência...

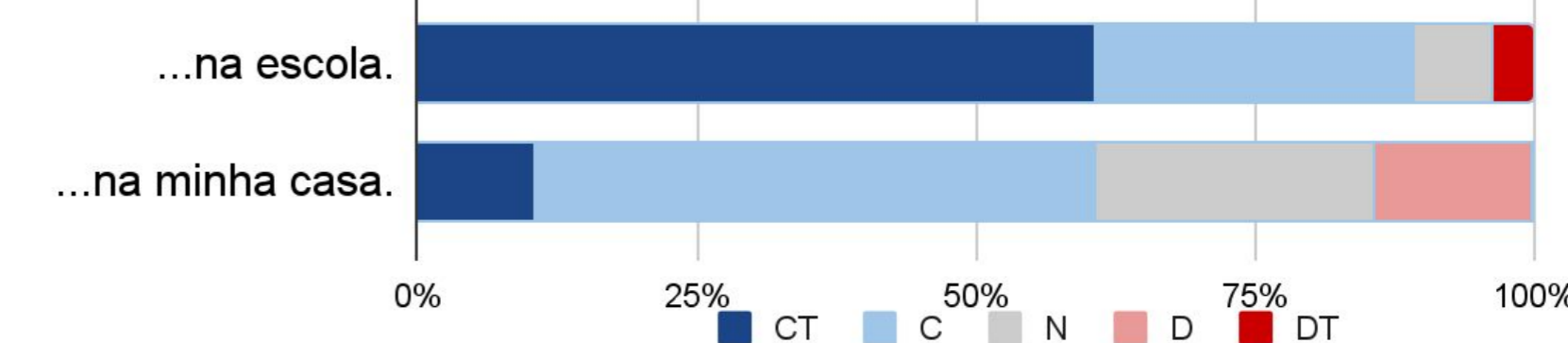


Gráfico 2: Gráfico sobre a consideração dos alunos acerca da necessidade de se abordar mais o assunto "Ansiedade e Depressão", tanto no ambiente escolar como no residencial/familiar.

- A maioria dos alunos se sentem pressionados a entrar no Ensino Médio e em uma boa Universidade (Gráfico 3).

Pressão com relação aos estudos:

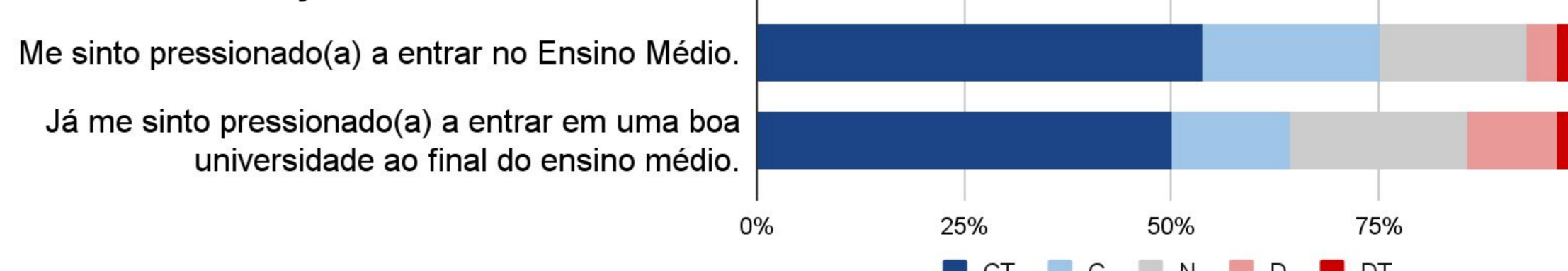


Gráfico 3: Gráfico relacionado à pressão escolar sob os alunos respondentes.

- As 28 respostas ao questionário SRQ-20 permitiram inferir que 17 alunos estão em potencial quadro de sofrimento mental. Dentre estes, 14 são mulheres. Esse dado está correlacionado à maior vulnerabilidade das mulheres a essas doenças, seja por questões hormonais ou desigualdade de gênero.
- As 12 respostas sim à pergunta "Tem tido ideia de acabar com a vida?", ressaltam a gravidade do cenário de sofrimento mental de alguns adolescentes e indicam a urgência em procurar ajuda profissional.

Questionário Inicial - Self-Reporting Questionnaire 20:

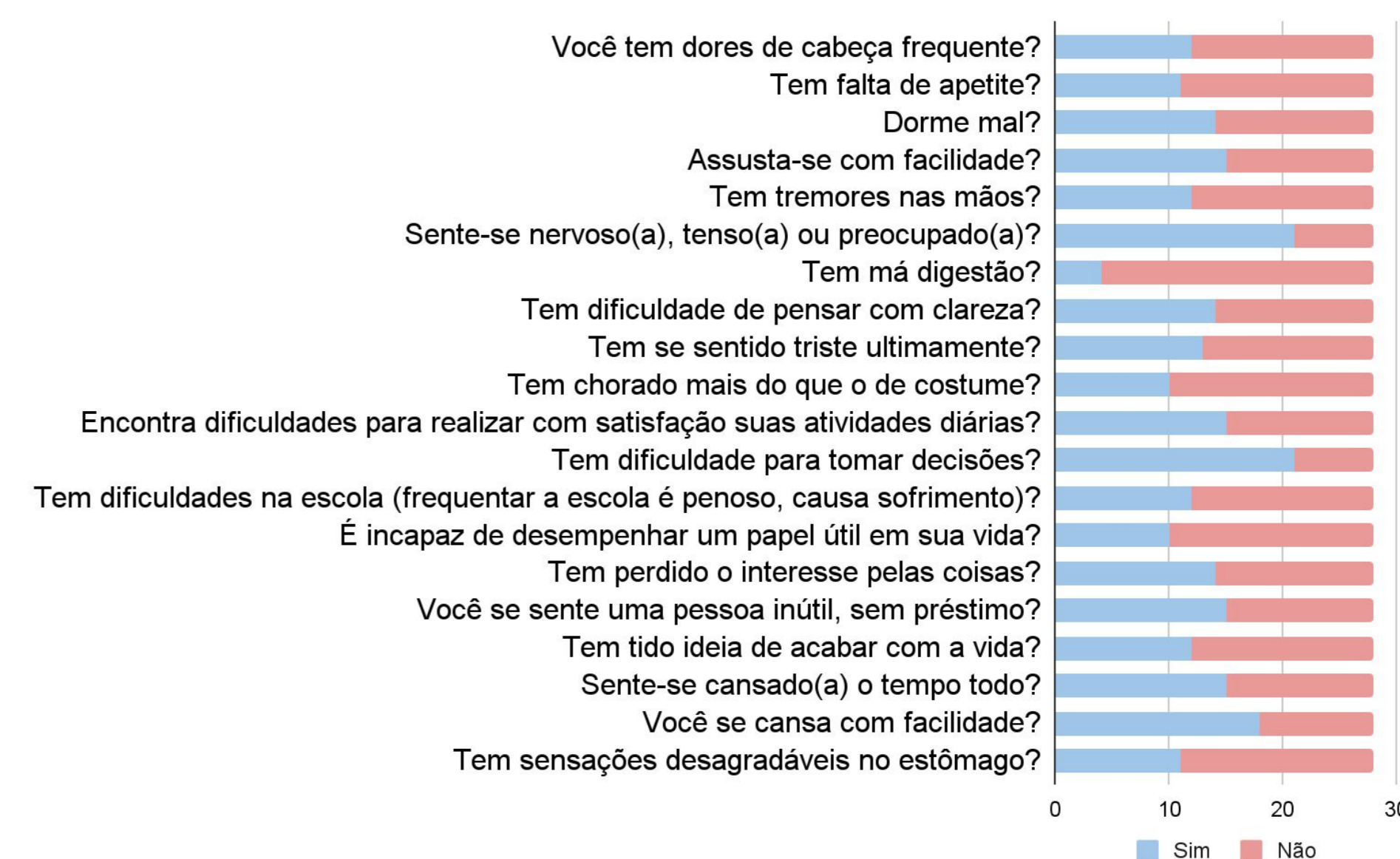


Gráfico 4: Resultados da aplicação do Self-Report Questionnaire - 20.

- Quase 100% dos alunos têm o interesse de aprender mais sobre os Transtornos de Ansiedade Generalizada e de Depressão. Eles também se mostram interessados em receber um material didático (folder explicativo) sobre o tema (Gráfico 5).

Gostaria de...



Gráfico 5: Gráfico representando o interesse dos alunos em aprender mais sobre a Ansiedade e a Depressão.

- A palestra se mostrou eficiente à maior parte dos alunos na questão de diferenciar sentimentos esporádicos de ansiedade e tristeza dos reais transtornos de Ansiedade Generalizada e de Depressão. Também serviu de incentivo para procura de ajuda profissional, por parte de quase 50% dos alunos (Gráfico 6).

Percepção dos alunos em relação à palestra

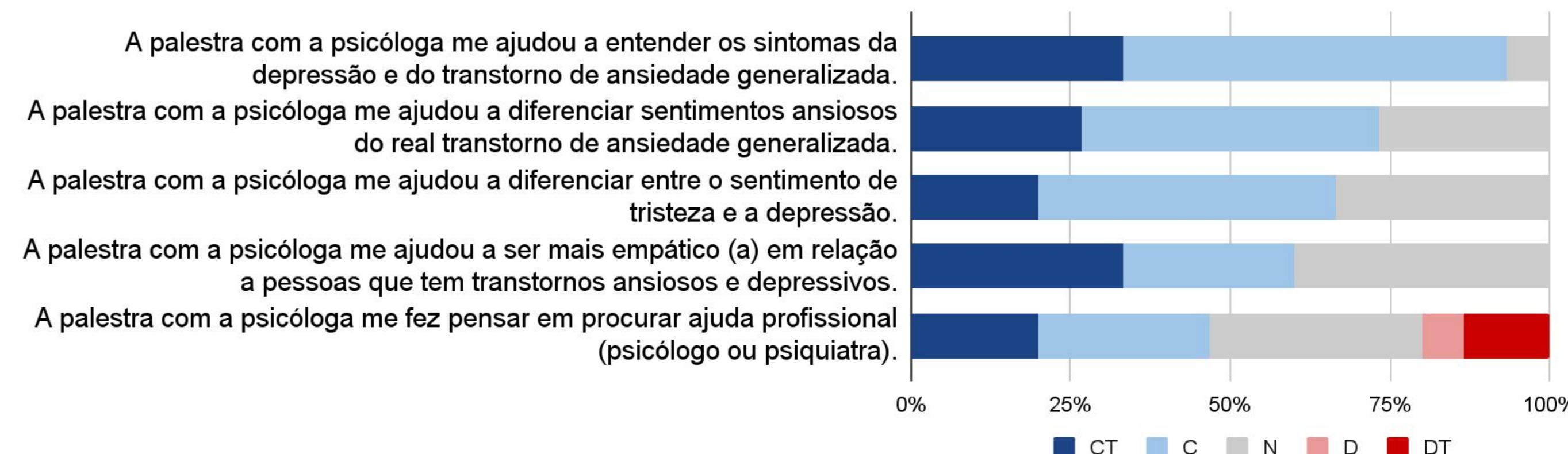


Gráfico 6: Gráfico representando a eficácia e influência da palestra na turma.

- As respostas à pergunta "O que você acha do modo como as pessoas tratam as doenças e transtornos mentais?", evidenciaram que os alunos consideram que a sociedade deve abordar o assunto com mais seriedade e importância. Essa percepção é expressa nos comentários: "Não gosto, é muito insensível" e "Acredito que muitas delas não levam a sério, achando que é só uma fase ou frescura da pessoa".
- Com relação à pergunta, "Como o ambiente escolar influencia no meu estado emocional (positivamente e/ou negativamente)?", as respostas indicam a influência positiva das amizades, conforme comentário: "Trocar de escola e, conseqüentemente, meu ciclo de amigos fez total diferença na minha melhora. Então as pessoas que convivo e troco experiências na escola acabam contribuindo com o meu estado emocional. O tipo de abordagem dos professores com relação aos alunos também influencia." No entanto, também foi possível verificar que 7 alunos consideram a influência negativa da escola em sua saúde mental.

## REFERÊNCIAS