

## **Você é incrível: a saúde mental dos adolescentes**

## **You are amazing: the mental health of teenagers**

DOI:10.34119/bjhrv4n2-017

Recebimento dos originais: 04/02/2021

Aceitação para publicação: 02/03/2021

### **Felipe Manoel de Oliveira Santos**

Acadêmico de Medicina do Centro Universitário Tiradentes  
felipe\_manoel\_@hotmail.com

### **Marinília Cristina Barbosa Fernandes**

Acadêmica de Medicina do Centro Universitário Tiradentes  
mariniliab@gmail.com

### **Júlia Silva Ferreira**

Acadêmica de Medicina do Centro Universitário Tiradentes  
julia\_silvaf@hotmail.com

### **Dennis Cavalcanti Ribeiro Filho**

Acadêmico de Medicina do Centro Universitário Tiradentes  
denniscrf@hotmail.com

### **Maria Mylanna Augusta Gonçalves Ferreira**

Acadêmica de Medicina do Centro Universitário Tiradentes  
mylanna.g.ferreira@gmail.com

### **Izabel Cristina Barbosa Fernandes**

Acadêmica de Medicina do Centro Universitário Tiradentes  
izabelb@gmail.com

### **Patrícia Santos Silva**

Acadêmica de Medicina da Universidade Tiradentes  
ppatriciasan@gmail.com

### **Maria Helena Rosa da Silva**

Mestre do Centro Universitário Tiradentes  
mariahelena.to@hotmail.com

## **RESUMO**

A adolescência é um período conhecido pelas mudanças, medo e diversas incertezas. É muito comum e característico da fase o adolescente assumir atitudes e comportamentos considerados de risco. O interesse no público adolescente vem gerando grande importância nos últimos anos devido às implicações negativas conseguintes da saúde mental e pela menor importância dada a esta faixa de idade, quando comparada com as demais. O presente artigo visa debater a importância da saúde mental e identificar as percepções acerca de imagem corporal, automutilação, bullying e depressão entre os adolescentes, através da experiência vivida por meio de uma ação em saúde intitulada

como “Você é incrível”. Trata-se de um relato de experiência de abordagem descritivo-reflexivo a partir de uma ação em saúde sobre saúde mental na adolescência. A execução da ação ocorreu em três momentos, na qual os participantes tiveram a sensibilidade de conhecer a si mesmo. Dessa forma, debater sobre a saúde mental para os adolescentes é de suma importância, na qual foi capaz perceber a extrema acuidade de um acompanhamento com um profissional de saúde mental e/ou atividades direcionadas as principais questões que circundam essa fase da vida para trabalhar saúde mental com estes adolescentes.

**Palavras-chave:** Educação em saúde, Saúde mental, Sistema único de saúde.

## ABSTRACT

Adolescence is a period known for changes, fear and various uncertainties. It is very common and characteristic of the stage for adolescents to assume attitudes and behaviors considered to be at risk. The interest in the adolescent public has been generating great importance in recent years due to the negative implications of mental health and the lower importance given to this age group, when compared to the others. This article aims to discuss the importance of mental health and to identify perceptions about body image, self-mutilation, bullying and depression among adolescents, through the experience lived through an action in health entitled "You are incredible". This is an experience report of a descriptive-reflective approach based on a health action on mental health in adolescence. The execution of the action took place in three moments, in which the participants had the sensitivity to know themselves. Thus, debating on mental health for adolescents is of paramount importance, in which it was possible to perceive the extreme accuracy of monitoring with a mental health professional and / or activities directed at the main issues surrounding this phase of life to work in health mental with these teenagers.

**Keywords:** Health education, Mental health. Health Unic System.

## 1 INTRODUÇÃO

A adolescência é um período conhecido pelas mudanças, medo e diversas incertezas, no qual o sujeito passa por várias descobertas, além das transformações naturais biológicas, morfológicas e psicossociais. É muito comum e característico da fase o adolescente assumir atitudes e comportamentos considerados de risco (TAVARES et al, 2017). A vulnerabilidade, resultante deste período de mudanças, pode expor os adolescentes a violência, maus tratos, gravidez não planejada, adoecimento mental e outros aspectos que podem afetar os jovens nesse período de transição (FUKUDA; GARCIA; AMPARO, 2012).

Os agravos em saúde decorrem geralmente de hábitos, medidas as quais tornam esta população bastante vulnerável, resultando em violência e adoecimento (BRASIL, 2014). Nesta fase da vida, acontecem transformações na composição corporal, incluindo aumento em sua massa corporal. Vale ressaltar, que vários estudos têm evidenciado que adolescentes com sobrepeso e obesidade têm chances maiores de se tornarem insatisfeitos

com a sua própria imagem corporal, aumentando o risco para acometimento por transtornos alimentares.

O interesse no público adolescente vem gerando grande importância nos últimos anos devido às implicações negativas conseguintes da saúde mental e pela menor importância dada a esta faixa de idade, quando comparada com as demais, segundo Benetti et al (2007). De acordo com a Organização Mundial da Saúde, algumas situações são prioridades na adolescência, tais como depressão, suicídio e psicoses. Ademais, também devem ser considerados os transtornos de ansiedade, transtornos de conduta, abuso de substâncias, transtornos alimentares e as condições médicas associadas, como diabetes e epilepsias. Para uma adequada atenção a esses problemas é necessário o desenvolvimento de ações focalizando a saúde mental da criança e do adolescente baseadas na compreensão, na intervenção sobre as situações identificadas e na elaboração de diretrizes políticas.

Além destas implicações, transtornos de ansiedade, alimentares, de conduta, abuso de substâncias são outras ocasiões que merecem atenção. Entretanto, ocorreu de forma tardia a inserção de aspectos de saúde mental voltadas para os adolescentes nas políticas públicas de saúde, como também na Reforma Psiquiátrica, para Couto e Delgado (2015). Em 2001 com a propagação da Lei da Saúde Mental (Lei nº 10.216/2001) e a realização da III Conferência Nacional de Saúde Mental, a saúde mental configura-se como uma política de Estado incluindo o cuidado psicossocial de crianças e adolescentes na atenção pública.

Benetti et al (2010), afirma que situações traumáticas e estressoras são frequentes para o desenvolvimento humano, porém com o passar dos anos seu efeito cumulativo pode gerar consequências psicopatológicas. Por exemplo, experiência violenta, rompimento de vínculos familiares, situações de pobreza, além de morte ou algum tipo de doença crônica, podem ser considerados fatores crônicos de risco para o desenvolvimento psicopatológico, levando em consideração intensidade e frequência. Podem-se evidenciar ainda, os problemas familiares como fator causador de manifestações agressivas do adolescente. Portanto, as relações familiares parentais, estão diretamente relacionadas aos transtornos emocionais nos adolescentes, quando marcadas por omissão, negligência, ou ausência de afeto ou excessos punitivos.

Na adolescência as áreas de maiores dificuldades incluem as oscilações de humor, o engajamento em comportamentos de risco e os conflitos intensos nas relações familiares (CICCHETTI; ROGOSH, 2002). A caracterização desta população adolescente é de

extrema importância para a construção de novas modalidades assistenciais oferecidas, com base nos reais problemas da fase em questão contribuindo assim para o planejamento e organização do cuidado, como também, da rede de atenção à saúde mental do adolescente (SANTOS, 2006).

Nesse contexto, o presente artigo visa debater a importância da saúde mental e identificar as percepções acerca de imagem corporal, automutilação, bullying e depressão entre os adolescentes, através da experiência vivida por meio de uma ação em saúde.

A aproximação do setor saúde com o da educação gera capacidade de mudanças na organização dos serviços, práticas profissionais e na gestão do sistema, contribuindo também, para a construção de políticas públicas mais voltadas para os interesses da população. As diretrizes da educação para a saúde foram determinadas, em 1980, pelo Ministério da Saúde, com atividades planejadas que tinham como objetivo criar condições para gerar transformação de comportamento. Naquele momento, as práticas eram voltadas para a cura, estimulando a medicalização da sociedade em busca de respostas para doença (GAZZINELLI et al., 2005).

Os profissionais de saúde, não satisfeitos com a presente condição da saúde, iniciaram uma nova forma de criar educação em saúde, voltada para a classe popular designada Educação Popular em Saúde que possibilita a inclusão dos saberes das pessoas. Com a Reforma Sanitária de 1986 e a inserção do Sistema Único de Saúde, os conceitos de saúde, doença e de educação foram se modificando, a educação em saúde passou a ser vista como uma importante tática de transformação social, podendo estar vinculada às lutas sociais e ser reconhecida pela equipe de saúde, reorientando as práticas existentes numa concepção dialógica como estratégia de aproximação com a comunidade (ALVES; AERTS, 2011; VASCONCELOS, 2008).

## **2 METODOLOGIA**

Trata-se de um relato de experiência de abordagem descritivo-reflexivo a partir de uma ação em saúde sobre saúde mental na adolescência por acadêmicos de Medicina do Centro Universitário Tiradentes (UNIT) na cidade de Maceió. Segundo Gil et al (2002), a pesquisa-ação tem base empírica e apoia-se nas experiências vividas e na observação dos pesquisadores e geralmente está relacionada à solução, de forma coletiva

e participativa, de um problema em que os pesquisadores estão envolvidos diretamente e de modo cooperativo ou participativo.

Os sujeitos da pesquisa foram alunos do primeiro e segundo ano do ensino médio de uma determinada escola pública do bairro do Jacintinho da cidade.

A ação em saúde consistiu como tema central a saúde mental nos adolescentes, mas com foco em distorção na imagem corporal, automutilação, bullying e depressão. Esses assuntos surgiram devido à alta frequência de casos tanto na mídia, como na própria comunidade. No curso de Medicina do UNIT tem a disciplina Integração Ensino, Serviço e Comunidade (IESC), que é fundamentada em tem três pilares básico como a prática precoce, o contato imediato com as necessidades básicas da maioria e o conteúdo teórico. Dessa forma, logo no primeiro semestre o acadêmico já está inserido no Sistema Único de Saúde (SUS) através de uma Unidade Básica de Saúde (UBS) em alguma comunidade. Assim, no presente estudo os mesmo faziam parte da UBS José Araújo Silva, na qual perceberam a importância de abordar esse tema e criaram uma ação intitulada “Você é incrível” com o objetivo de os adolescentes se valorizarem e passar conhecimentos acerca da saúde mental deles. A ação decorreu em ações educativas e de promoção da saúde ocorrendo no auditório do colégio, na qual houve autorização da diretoria para a realização. Os alunos foram divididos em dois grupos, assim houve dois momentos de explanação sobre os temas.

O embasamento teórico, do presente estudo, consistiu nas plataformas de dados como Biblioteca Virtual em Saúde, PubMed e Scientific Electronic Library Online, na língua portuguesa, inglesa e espanhola, discorrendo sobre os aspectos de relevância em torno a saúde mental no adolescente.

Por se tratar de uma experiência de ensino-aprendizagem, não houve a necessidade de formalização do procedimento por meio de Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e da apreciação pelo Comitê de Ética em Pesquisa, nos moldes da Resolução nº 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde.

### **3 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

A ação educativa contou com a participação de 95 adolescentes, de ambos os sexos e com uma faixa etária entre 14 - 17 anos de idade. A execução da ação ocorreu em três momentos, no primeiro realizou-se o acolhimento, no segundo foi realizada uma apresentação com tema central associado a saúde mental na adolescência, com foco em

distorção da imagem corporal, automutilação, bullying e depressão, o terceiro momento foi aberto para perguntas e dúvidas para a finalização.

O primeiro momento foi marcado pelo acolhimento, com o preparo do ambiente com a utilização de uma decoração harmoniosa para proporcionar o meio mais terapêutico. Foi utilizado multimídia, microfone e som, onde a própria escola disponibilizou. Neste momento, houve a apresentação dos discentes e uma breve explanação sobre o que seria abordado, destacando a importância do tema e o porquê da discussão sobre esse assunto.

No segundo momento, foi realizado a palestra onde iniciou com a exposição de um vídeo, no qual a atriz Bruna Marquezine deu seu depoimento sobre seu corpo relacionado a padrões de beleza. A imagem corporal, como cada indivíduo se auto avalia diante dos padrões de beleza impostos pela sociedade, influência na construção da identidade do sujeito, na autoimagem e, conseqüentemente, a autoestima, levando a muitas pessoas a desenvolverem transtornos, como anorexia nervosa (SILVIA, 2014).

Após a passagem do vídeo, por intermédio das atividades, foi iniciada uma discussão através dos discentes, onde foi dada ênfase em: satisfação corporal, padrões de beleza, automutilação, bullying e depressão. A satisfação corporal e padrões de beleza estão cada vez mais presentes no âmbito da saúde pública, tendo relação direta com a bullying e depressão, visto que influenciam nos sentimentos dos adolescentes, pois muitos se sentem incompatíveis com o modelo de beleza imposto (FLEITLICH, 2000).

Pode-se conceituar a imagem corporal como o conjunto de percepções, pensamentos e sentimentos de um indivíduo sobre o seu próprio corpo, e essa forma de perceber o próprio corpo pode influenciar a forma como percebemos o ambiente à nossa volta, inclusive modificando nossas relações com outras pessoas (CASH; PRUZINSKY, 2002).

A depressão é uma doença que tem sido cada vez mais presente no ambiente escolar, entre os adolescentes em todas as faixas etárias e em ambos os sexos. Rentz, (2017) em seu estudo identificou diferenças significativas ( $p < 0.001$ ) entre meninos e meninas nos níveis de depressão ( $x = 8.3; \pm 4.8$  para as meninas e  $x = 6.3; \pm 5.1$  para os meninos), autoestima ( $x = 29.4; \pm 4.6$  para as meninas e  $x = 32.2; \pm 4.8$  para os meninos) e insatisfação corporal ( $x = -0.7; \pm 1.2$  para as meninas e  $x = -0.1; \pm 1.3$  para os meninos), demonstrando que as meninas apresentaram maiores níveis de depressão e insatisfação corporal e menores de autoestima do que os meninos.

No terceiro momento, foi dado um tempo para que os participantes expusessem suas opiniões sobre o vídeo, suas experiências de vida e medos. O debate inicialmente foi tímido por parte dos participantes, mas logo em seguida foi feito um feedback sobre a temática abordada a fim de avaliar se os mesmos compreenderam o objetivo da ação, a mensagem que o vídeo transmitiu e com isso os alunos puderam reconhecer a existência desses problemas naquele ambiente.

Diante da realidade vivenciada durante a prática acadêmica na escola, verificou-se que muitos adolescentes ao serem acolhidos, mostravam-se deprimidos, passando por preconceito, tristeza e, muitas vezes, falta de esperança e sentimento de exclusão, já que muitos abordaram medo, solidão, angústia, culpa, raiva, tristeza e baixa autoestima. Além disso, durante o debate houveram relatos de que alunos estavam se automutilando e perguntaram como poderiam ajudar uns aos outros nessa situação.

A automutilação foi um tema que foi notório, devido a uma grande quantidade de adolescentes fazendo esse ato na comunidade e esse dado foi levantado através de busca ativa e conversas com os funcionários da UBS. Embora não haja um consenso sobre as causas desse comportamento, ele é associado a transtornos mentais e gera relativa tranquilidade psíquica para suportar a confusão mental, representando um grande impacto na vida do indivíduo que se automutila (DUQUE; NEVES, 2004). Vieira et al, (2016) em seu estudo de corte transversal, através de um questionário sobre automutilação e fatores associados, foi capaz de perceber que entre os participantes do estudo que apresentam o comportamento de automutilação 30% apresentavam idade inferior a 18 anos e 85% eram do sexo feminino.

Analisando um cenário educativo, como oportunidade, os participantes tiveram a sensibilidade de conhecer a si mesmo e através dos relatos perceberem que muitos outros participantes tinham o mesmo problema que eles. Por outro lado, foi percebido o quanto muitos se esforçam para seguir os padrões impostos, mostrando o poder da influência sobre muitos adolescentes.

#### **4 CONCLUSÃO**

O método de aprendizagem proporcionado pela disciplina IESC permitiu aos acadêmicos de Medicina a oportunidade de lidar, desde o início da graduação, com o cotidiano de uma comunidade, de diferentes contextos de saúde e o maior conhecimento da prática do SUS. Confrontar aspectos teórico-práticos proporcionou uma aprendizagem adquirida por meio de experiências, viabilizando a contextualização de ensinamentos no

cenário comunitário e social. Dessa forma, debater sobre a saúde mental para os adolescentes é de suma importância, por isso foi realizada a ação em saúde “Você é incrível”, na qual foi capaz perceber a extrema acuidade de um acompanhamento com um psicólogo e/ou atividades direcionadas as principais questões que circundam essa fase da vida para trabalhar saúde mental com estes adolescentes.

## REFERÊNCIAS

- ALVES, G. G; AERTS, D. As práticas educativas em saúde e a estratégia de saúde da família. *Ciências & Saúde*, v. 16, n. 1, p. 319-325, Rio de Janeiro 2011.
- BENETTI, S.P.C. *et al.* Adolescência e saúde mental: revisão de artigos brasileiros publicados em periódicos nacionais. *Caderno de Saúde Pública*, v. 23, n. 6, p. 1273-1282, jun, 2007.
- DA CRUZ BENETTI, Silvia Pereira et al. Problemas de saúde mental na adolescência: características familiares, eventos traumáticos e violência. *Psico-usf*, v. 15, n. 3, p. 321-332, 2010.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Atenção psicossocial a crianças e adolescentes no SUS: tecendo redes para garantir direitos. Conselho Nacional do Ministério Público, Brasília, 2014. 60 p.
- CASH, Thomas F.; PRUZINSKY, Thomas. Future challenges for body image theory, research, and clinical practice. *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice*, p. 509-516, 2002.
- Cicchetti, D. & Rogosh, F. A. (2002). A developmental psychopathology perspective on adolescence. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 70, 6–20.
- DUQUE, Alexandra Freches; NEVES, Pedro Gante. Auto-mutilação em meio prisional: Avaliação das perturbações da personalidade. *Psicologia, Saúde & Doenças*, v. 5, n. 2, p. 215-227, 2004.
- Fleitlich, Bacy W., et al. "Anorexia nervosa na adolescência." *Jornal de Pediatria* 76.3 (2000): 323-329.
- FUKUDA, Cláudia Cristina; GARCIA, Karolyne Araújo; AMPARO, Deise Matos do. Concepções de saúde mental a partir da análise do desenho de adolescentes. *Estudos de Psicologia (Natal)*, v. 17, n. 2, p. 207-214, 2012.
- GAZZINELLI, Maria Flávia et al. Educação em saúde: conhecimentos, representações sociais e experiências da doença. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 21, p. 200-206, 2005.
- GIL, Antonio Carlos et al. Como elaborar projetos de pesquisa. São Paulo: Atlas, 2002.
- Miranda VPN, ContiMA, Bastos RR, Laus MF, Almeida SS, Ferreira MEC. Imagem corporal de adolescentes de cidades rurais. *Ciênc. saúde coletiva* [Internet]. 2014 Ju; 19(6): 1791- 1801.
- RENTZ-FERNANDES, Aline R. et al. Autoestima, imagem corporal e depressão de adolescentes em diferentes estados nutricionais. *Revista de salud pública*, v. 19, p. 66-72, 2017.

SANTOS, P.L. Problemas de Saúde Mental de Crianças e Adolescentes atendidos em um serviço público de psicologia infantil. *Revista Psicologia em Estudo*, Maringá (PR), v. 11, n 2, p. 315-321, mai/ago, 2006.

Silva, Maria Lídia de Abreu, Stella Regina Taquette, and Evandro Silva Freire Coutinho. "Sentidos da imagem corporal de adolescentes no ensino fundamental." *Revista de Saúde Pública* 48 (2014): 438-444.

TAVARES, M.L.O. et al. Perfil de Adolescentes e Vulnerabilidade para o Uso de Álcool e Outras Drogas. *Revista de Enfermagem*, Recife (PE), 2017, n 11, v 10, p 3906-12.

VIEIRA, Marcos Girardi; PIRES, Marta Helena Rovani; PIRES, Oscar Cesar. Automutilação: intensidade dolorosa, fatores desencadeantes e gratificantes. *Rev. dor*, São Paulo, v. 17, n. 4, p. 257-260, dezembro de 2016.