



CONTRIBUIÇÕES DAS RODAS DE CONVERSA NA SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES NO RETORNO DAS AULAS PRESENCIAIS NA PANDEMIA DO COVID-19

Maria Karoline Sampaio Martins¹
Murilo Bento De Aquino²
Antônia Grazielle De Almeida Vieira³
Breno Sousa Bandeira⁴
Carolina Maria De Lima Carvalho⁵

RESUMO

Na conjuntura relacionada à pandemia da Covid-19, ocorreram impactos negativos à saúde física e, sobretudo, à saúde mental das pessoas a nível global. A população sentiu os efeitos de tais restrições, em especial, o público como os adolescentes, visto que estes estão susceptíveis de forma mais acentuada a esses efeitos. Destaca-se a importância de se promover a reflexão de aspectos relacionados à saúde mental dos estudantes do ensino médio durante o retorno das aulas presenciais. Objetivou-se avaliar as rodas de conversa como estratégia de cuidado da saúde mental de adolescentes com o retorno das aulas presenciais em tempos de pandemia da Covid-19, analisando suas contribuições e considerando as estratégias de superação. Estudo de caráter exploratório descritivo com abordagem qualitativa, foi realizado em uma escola pública no município de Redenção, foi aplicado doze Rodas de Conversa com duas turmas do ensino médio, os dados foram analisados pela análise de conteúdo de Bardin. Este estudo foi efetuado cumprindo a Resolução 466/12, do Conselho Nacional de Saúde. Participaram da pesquisa 50 alunos, na qual 54% são moças e 46% são rapazes com idade média geral de 16,4. As Rodas de Conversa foram eficazes, por facilitar o processo de retorno das aulas de modo presencial, no qual os participantes conseguiram escutar de forma ativa e expor suas emoções para a turma. Cada encontro foi fortalecido o vínculo entre os participantes e desenvolvido estratégias para superar ou amenizar angústias, medos e ansiedades. Conclui-se que a Roda de Conversa, mostrou-se uma importante tecnologia para contribuir no cuidado à saúde mental de adolescentes.

Palavras-chave: SAÚDE MENTAL; COVID; ADOLESCENTE; ENSINO PRESENCIAL.

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, mariakarolinesampaio@gmail.com¹

Escola de Ensino Médio Dr Brunilo Jacó, Ensino Médio, Discente, murilobento240@gmail.com²

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto Ciências da Saúde, Discente, agraziele914@gmail.com³

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto Ciências da Saúde, Discente, brenoobandeira@gmail.com⁴

Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Docente, carolinacarvalho@unilab.edu.br⁵



INTRODUÇÃO

Com surgimento em dezembro de 2019 em Wuhan, China, a Covid-19 é uma doença infecciosa viral que tem como agente causador o novo coronavírus (SARS-CoV-2), e tem como característica a indução da síndrome respiratória aguda grave. Em virtude do elevado número de casos, óbitos e a disseminação global do vírus, a Organização Mundial da Saúde (OMS) em 11 de março de 2020 declarou como pandemia (WERNECK, 2020). Com isso, essa classificação resultou na necessidade de adotar medidas de combate alinhadas às orientações dadas pela OMS, que tinha como objetivo a redução e a desaceleração da propagação do vírus entre a população, assim como atenuar o pico de incidência na curva endêmica (DA SILVA FILHO et.al., 2023).

Apesar da adoção de medidas necessárias de isolamento social, encontra-se dentre as consequências resultantes dessas restrições, impactos no bem-estar psicológico e à saúde mental, colaborando assim com o crescimento de sentimentos como: ansiedade, preocupação, sintomas de depressão e transtornos de estresse pós-traumático (DA SILVA et.al, 2022). Desse modo, as medidas de restrição e isolamento social bem como o fechamento de escolas públicas contribuíram significativamente para o aumento do sentimento de vulnerabilidade durante a pandemia entre os jovens e adolescentes (MILIAUSKAS, 2020).

O período da adolescência é marcado por modificações anatômicas e fisiológicas intrínsecos ao início da puberdade sendo estas capazes de proporcionar manifestações esperadas que estão vinculadas diretamente ao processo de individualização (MILIAUSKAS & FAUS, 2020).

Observa-se que a adolescência é caracterizada por uma sequência de mudanças que impactam sobre a sua saúde mental, evidenciado por diversas preocupações com o futuro, provocando sentimentos de incapacidade, contribuindo para um cenário de desenvolvimento de transtornos, principalmente de ansiedade, que ocasionam várias sequelas para o desenvolvimento desses indivíduos (FLÔR et.al., 2022).

Contudo, é importante ressaltar a importância da criação de um ambiente dedicado ao cuidado da saúde mental dos adolescentes. Tendo em vista que o período da adolescência é marcado muitas vezes por transtornos patológicos como ansiedade e depressão, começando muitas vezes a estruturar-se nesta idade e perdurar pelo resto da vida (ROCHA et al.,2022).

Nesse sentido, optou-se pela promoção de rodas de conversa, tendo como principal objetivo o estabelecimento de um espaço onde os estudantes pudessem expressar suas ideias e aprendizados coletivo, sendo esta adotada como estratégia voltada para o cuidado da saúde mental (PINTO et al, 2021).

Este estudo se justifica pela necessidade por gerar compreensão sobre saúde mental e de avaliação de uma estratégia de cuidado destinada aos estudantes de ensino médio, especialmente no contexto de retorno às aulas presenciais, tendo em vista que a sobrecarga psicológica resultado da pandemia de Covid-19 aliado a outras demandas enfrentadas, podem ter impactado na saúde mental de estudantes adolescentes.

Nesse contexto, o presente estudo objetiva-se na avaliação das rodas de conversa como estratégia de cuidado à saúde mental para adolescentes durante o retorno das aulas presenciais em tempos de pandemia de Covid-19. Visando analisar as contribuições das rodas de conversa, avaliar a sua eficácia como estratégia de superação implementada.

METODOLOGIA

Tratou-se de um estudo exploratório-descritivo com abordagem qualitativa. A metodologia utilizada para coleta de dados foi a Roda de Conversa com adolescentes e para análise desses dados a análise da Bardin. Foi realizada com duas turmas específicas (grupo focal), de uma escola de ensino médio localizada no município de Redenção, estado do Ceará. Em duas turmas, sendo 1º ano e a outra do 3º ano, cada turma participou de seis Rodas de Conversa, totalizando doze rodas.



Referentes aos critérios de elegibilidade consideram-se como critérios de inclusão: aceitar livremente participar de todos os momentos propostos, totalizando seis encontros, no mínimo; assinar o Termo de Assentimento para aqueles participantes menores de idade; entregar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido assinado pelos pais ou responsáveis legais. Para critério de exclusão: alunos que não assinaram os termos, os participantes que estão de licença maternidade ou com atestado médico e os que estão com suspensão temporária da escola.

Nessa perspectiva, foram aplicadas Rodas de Conversa ligadas à saúde mental de alunos representantes de turmas iniciais e finais do ensino médio durante o retorno das aulas presenciais após a pandemia da covid-19, em que foi possível observar quais foram os sofrimentos evidenciados. O instrumento de coleta de dados foi aplicado, no final do processo terapêutico, no qual se utilizou um roteiro estruturado, elaborado pelos próprios pesquisadores, composto por questões objetivas sobre os aspectos sociodemográficos, seguido de um questionário semiestruturado elaborado pelos próprios pesquisadores, composto por seis questões subjetivas.

Para preservar o anonimato dos participantes, a identificação das falas foi feita por meio da codificação dos depoimentos, em que a letra X representa adolescentes do 1º ano e a letra Y representa os adolescentes do 3º ano e o número indica sua colocação na sequência das falas do grupo focal durante as rodas. O projeto de pesquisa atendeu às normas da Resolução 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde - CNS. A pesquisa teve parecer favorável do Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira (UNILAB), segundo o parecer nº 6.124.101/2023.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Caracterização dos participantes

Foram entregues 67 termos, tanto o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) quanto o Termo de Assentimento Livre e Esclarecido (TALE), no qual obtivemos o retorno de 50 termos devidamente assinados pelos alunos e responsáveis. Em que 27 eram alunos do 1º ano e 23 eram do 3º ano, com 46% (n=23) dos alunos participantes do estudo são rapazes e 54% (n=27) são moças, com idade média geral de 16,4, sendo o mínimo 15 anos e o máximo de 19 anos. Todos cursam o ensino médio (100%) e apresentam faixa etária de idade de 14 a 18 anos, com idade média 16,6 anos. De acordo com as características dos participantes do estudo a maioria é do gênero feminino (54%), a maioria com idade 15 anos (34%), solteiro (94%), renda familiar igual a 1 salário mínimo (38%), reside na mesma cidade que estuda (74%), cursa 1º ano do ensino médio (54%), com rendimento escolar regular (44%).

Análise de conteúdo

Segundo categorização, os temas discutidos durante as rodas de conversa, como também, dados do instrumento, versaram sobre: dificuldade na aprendizagem, exaustão física e mental e ansiedade. Após o levantamento de 03 categorias, consolidou-se a criação de 6 subcategorias, as quais foram relacionadas aos sofrimentos vivenciados, conforme observa-se abaixo:

Categoria 1: Dificuldade na aprendizagem

Subcategorização 01: Dificuldade em acompanhar os conteúdos

“Me senti muito triste, pois não conseguia acompanhar o conteúdo, me sentindo muito perdida, me prejudicando ainda mais.” (X-1). “Durante a pandemia não consegui me concentrar, por isso no retorno das aulas presenciais tive muita dificuldade em aprender, em acompanhar o ritmo novamente” (Y-9).

Sofrimentos evidenciados: Tristeza; Desconforto; Frustração.

Subcategorização 02: Falta de concentração



“Durante as aulas não conseguia me concentrar na aula, acho que foi devido ao período remoto, muito tempo acostumado com as telas.” (X-23). “No retorno das aulas fiquei bastante inquieto sem conseguir me concentrar no trabalho, nas aulas dos professores, estou me sentindo péssimo pois esse é um ano decisivo para mim, ENEM.” (Y-12). **Sofrimentos evidenciados:** Desconcentração; Sobrecarga.

Para os alunos que fizeram parte deste estudo, durante as rodas de conversa, percebeu-se que no retorno das aulas presenciais após a pandemia da COVID-19, transcorreu dificuldade na aprendizagem, conforme mostra na categoria 01, com isso despertou tristeza, desconforto e frustração. Perante o período pandêmico, por mais que a educação tenha se reinventado para garantir o processo educacional, diminuindo as dificuldades do período, Miranda et al. (2020, p. 10) explica que “para os discentes as principais dificuldades são a ausência de internet, aparelhos tecnológicos como Notebook, Computador, etc. No qual, na maioria das vezes, o único recurso tecnológico acessível é o celular”. A dificuldade em acompanhar os conteúdos no retorno presencial foi uma da subcategorização devido tanto à desconcentração quanto à sobrecarga, principalmente, naqueles alunos do 3º ano, visto que é um ano decisivo para obter aprovação no exame nacional do ensino médio (ENEM) e assim ingressar no ambiente universitário, ou de entrar no mercado de trabalho com nível médio, logo, há uma pressão dos responsáveis e dos próprios alunos.

Categoria 2: Exaustão física e mental

Subcategorização 01: Indisposição

“No retorno das aulas me senti muito cansado tanto físico, quanto mental e antes da pandemia eu não era assim, tinha muita disposição e agora me sinto muito indisposto em sair de casa.” (X- 16) “Tendo aula todos os dias presenciais depois da pandemia, me sinto cansado e muito ansioso, não consigo mais ser produtivo” (X-22) “percebi que durante a pandemia tive muito contato com telas de notebook e celular e isso me causou grande prejuízo cognitivo.”(Y- 24). “Não consigo realizar as tarefas que para mim antes eram fáceis, me sinto cansada e indisposta para realizar as atividades, e com isso preocupada pois esse ano terei que fazer o ENEM.” (Y- 17). **Sofrimentos evidenciados:** Cansaço; Esgotamento mental; Ansiedade.

Subcategorização 02: Contato físico prejudicado

“Com o isolamento, perdi o contato das pessoas por bastante tempo, moro sozinha com minha mãe, na volta às aulas fiquei muito ansiosa porque não queria abraçar ninguém... minha mãe já é de idade, tenho medo de passar doença pra ela” (Y-13). **Sofrimentos evidenciados:** Medo.

A partir da fala dos participantes é notório observar na categoria 02, o quanto o retorno após a pandemia foi bastante desgastante, pois durante o período pandêmico tiveram que reinventar todas as práticas e após a pandemia reinventar novamente para readaptar-se a uma realidade vivenciada antes. Segundo afirmativa de Henrique (2020, p. 174), reflete a respeito do “isolamento social físico”, já que nossas práticas de sociabilidade foram reinventadas e não paralisadas. Com isso, é predominante o grande desgaste tanto físico quanto mental, durante e após o período pandêmico.

As tecnologias trouxeram muitos benefícios, mas também malefícios devido a essas atividades, com isso pelas falas dos adolescentes, é possível identificar que todo esse cansaço foi devido as telas dos eletrônicos. Ademais, retomando à afirmativa de Henrique (2020, p. 174), e a segunda subcategorização da categoria 02, o contato físico, foi algo prevalente em ambas as turmas, em todos os momentos eles tinham receio em abraçar o colega, fazer elogio, ou algo do tipo e isso foi bastante relatado nos instrumentos, evidenciando o cansaço, esgotamento mental, ansiedade e medo.

Categoria 3: Ansiedade

Subcategorização 01: Preocupação.

“Com o retorno das aulas na escola, fiquei bastante preocupada em ficar doente, isso me gerou muita ansiedade, pois sabia que o vírus ainda existia e ainda estava causando mortes.” (X-08). **Sofrimentos**



evidenciados: Ansiedade; Insegurança. Subcategorização 02:Insegurança “Fiquei muito insegura com as aulas presenciais pois eu parei de fazer academia e engordei bastante... meus colegas poderiam mamar de mim” (X-19). **Sofrimentos evidenciados:** Baixa autoestima.

É possível observar na categoria 03, a persistência da ansiedade e insegurança ocasionada por essa conjuntura atípica, no qual alguns participantes tinham medo de ir à escola e ao retornar para casa contaminar seus familiares, o agravamento deste sentimento negativo, transcorria, sobretudo em caso de parentes em grupo de risco. O estudo de Wroblewski et al, (2022), apontam que a imagem corporal, mais especificamente a insatisfação com o corpo, tem impacto sobre a saúde mental dos adolescentes, pois foi possível encontrar efeitos significativos da insatisfação corporal sobre o sentimento de solidão, insônia e dificuldade de socializar, causando baixa auto-estima.

CONCLUSÕES

Pode-se concluir que o cenário educacional pós pandemia se tornou bastante complexo, tendo como destaque os desafios acadêmicos atrelados aos impactos na saúde mental e física, além da importância do uso de estratégias integradas para abordagem desse público. Com isso, as rodas de conversa emergem como uma valiosa ferramenta proporcionando para os envolvidos suporte emocional e estratégias práticas para lidar com os efeitos ao retorno presencial. Nesse contexto, é a abordagem individualizada e holística e fundamental com estratégia essencial para uma transição mais suave e eficaz para os alunos.

AGRADECIMENTOS

Agradeço à Unilab pelo financiamento da pesquisa intitulada PVS1753 - CONTRIBUIÇÃO DAS RODAS DE CONVERSA COMO ESTRATÉGIA DE CUIDADO EM SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES REFERENTE AO RETORNO DAS AULAS PRESENCIAIS EM TEMPOS DE PANDEMIA DO COVID-19, executada entre 01/09/2022 e 31/08/2023, através do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (Pibic) e Tecnológica (Pibiti).

REFERÊNCIAS

- DA SILVA FILHO, José Damião et al. O impacto da pandemia da covid-19 na saúde mental de estudantes universitários. Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR, v. 27, n. 2, p. 574-592, 2023.
- DA SILVA, Ariana Paula et al. Repercussões da pandemia de COVID-19 na saúde mental, estado de ânimo e atividades escolares de adolescentes brasileiros. REME-Revista Mineira de Enfermagem, v. 26, 2022.
- FLÔR, Sander Paulo Carneiro et al. Impactos do transtorno de ansiedade em adolescentes: uma revisão de literatura. Pesquisa, Sociedade e Desenvolvimento, v. 11, n. 15, pág. e437111537344-e437111537344, 2022.
- MILIAUSKAS CR, Faus DP. Saúde Mental de adolescentes em tempos de COVID-19: desafios e possibilidades de enfrentamento. Physis (Rio J.). 2020.
- PINTO, D. P. de.; CRUZ, E. M. de S.; PINTO, J. A.; BRAGA, T. S.; PAULA, V. C. de. A importância da roda de conversa na educação infantil. Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação, v. 7, n. 6, p. 1298-1309, 2021.
- SAMPAIO, J.; SANTOS G. C.; AGOSTINI M et al. Limites e potencialidades das rodas de conversa no cuidado em saúde: uma experiência com jovens no sertão pernambucano.



Interface - Comunicação, Saúde, Educação. 2014, v. 18, p. 1299-1311

ROCHA, J. B. A., Aragão, Z. M. X., da Costa Marques, A. J. L., Carvalho, S. T. A., Rocha, A. S., & Cavalcante, A. K. S. (2022). Ansiedade em Estudantes do Ensino Médio: Uma Revisão Integrativa da Literatura/Anxiety in High School Students: An integrative review of the literature. ID on line. Revista de psicologia, 16(60), 141-158

WERNECK, G. L.; CARVALHO, M. S. A pandemia de COVID-19 no Brasil: crônica de uma crise sanitária anunciada. Cad. Saúde Pública, v. 26, n. 5, mai. 2020.

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE NORMAS TÉCNICAS. NBR 6028: informação e documentação. Resumo: apresentação. Rio de Janeiro, 2021.