



ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO IMPLEMENTADAS POR ADOLESCENTES REFERENTE AO RETORNO DAS AULAS PRESENCIAIS EM TEMPOS DE PANDEMIA DO COVID-19

Murilo Bento De Aquino¹
Maria Karoline Sampaio Martins²
Breno Sousa Bandeira³
Antônia Grazielle De Almeida Vieira⁴
Carolina Maria De Lima Carvalho⁵

RESUMO

Durante o período da pandemia iniciado em maio de 2020 e mediante as estratégias de enfrentamento e contenção da transmissibilidade do vírus, os jovens foram atingidos de forma significativa pelo isolamento social, influenciando assim de forma negativa os vínculos sociais deixando-os fragilizados emocionalmente. Mediante o cenário, buscou-se estratégias para a criação de espaços onde a escuta ativa dos sofrimentos vivenciados pelo público fossem validados promovendo a confiança com atividades positivas para alívio do estresse vivenciado. Objetivou-se avaliar as estratégias de enfrentamento implementadas por adolescentes referente ao retorno das aulas presenciais em tempos de pandemia do Covid-19, analisando suas contribuições e considerando as estratégias para 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.

Escola de ensino médio Dr. Brunilo Jacó, Ensino Médio, Discente, murilobento240@gmail.com¹
Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, mariakarolinesampaio@gmail.com²
Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, brenoobandeira@gmail.com³
Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Discente, agraziele914@gmail.com⁴
Universidade da Integração Internacional da Lusofonia Afro-Brasileira, Instituto de Ciências da Saúde, Docente, carolinacarvalho@unilab.edu.br⁵



INTRODUÇÃO

No início de maio de 2020, 186 países ou regiões fecharam escolas, total ou parcialmente, para conter a disseminação do Covid-19, atingindo cerca de 70% dos alunos. A doença e as incertezas geradas nesse contexto de pandemia geraram medo, insegurança, estresse, ansiedade na população de uma maneira geral, pela instabilidade que o evento trouxe.

Os jovens foram atingidos de forma duradoura pelo isolamento social, com rompimento de vínculos e interrupção das principais rotinas de estudo e lazer, em uma etapa da vida na qual as atividades sociais são mais intensas e em que as fragilidades emocionais aumentam os riscos à saúde mental (PFEIFER JH, ALLEN NB, 2021).

A participação do enfermeiro tem como objetivo prestar assistência ideal na saúde mental dos adolescentes, visando satisfazer às necessidades mediante os conflitos e sofrimentos apresentados por esses, conduzindo o cuidado diretamente para os desafios que refletem de forma negativa em suas vidas. Com isso, é fundamental uma equipe multiprofissional que alcance as expectativas e compreenda que estas questões de saúde são relevantes e influenciam de modo direto no estado de saúde geral do indivíduo (TEIXEIRA LA et.al., 2020).

Mediante isso, as rodas de conversa se configuram no contexto da narrativa, um meio que permite a partilha de suas experiências e o crescimento de reflexões diversas acerca de temáticas em um processo por intermédio da interação, diálogos internos e no silêncio do observador. É através dela que se permite a produção de dados da pesquisa narrativa bem como uma reflexão coletiva sobre as problemáticas, conforme há a criação de espaços de diálogo e debate (DE PINTO et.al., 2021).

Com isso, entende-se o diálogo como um espaço necessário para o adolescente. Sendo assim, ponto chave para o cuidado por parte da equipe de enfermagem uma vez que é uma ferramenta essencial para o estabelecimento de comunicação e um relacionamento terapêutico entre profissional e estudante. Vale salientar que a formação desse vínculo é importante para o trabalho do pensamento dirigido, para o desenvolvimento da autoconfiança, gerenciamento de sentimentos como o estresse com atividades positivas, estabelecimento de confiança nos grupos e consideração ao outro, sobretudo promover a educação com empatia, destacando atividades importantes (TEIXEIRA LA et.al., 2020).

Diante dessa nova situação, os adolescentes precisam de um espaço de cuidado da saúde mental, bem como o desenvolvimento de atividades que visem prevenir e tratar doenças relacionadas à saúde mental. Este estudo torna-se de extrema importância, pois incita uma reflexão crítica sobre a continuidade de um espaço em saúde mental para adolescentes.

À vista disso, o objetivo do estudo foi analisar as estratégias de cuidado em saúde mental por estudantes no retorno das aulas presenciais, na pandemia de covid-19, por meio de rodas de conversa.

METODOLOGIA

Tratou-se de um estudo exploratório-descritivo com abordagem qualitativa. Na presente pesquisa, a metodologia utilizada para coleta de dados foi a Roda de Conversa com adolescentes, realizada no ambiente escolar, em dia e hora previamente agendados de acordo com a disponibilidade da escola, realizada com duas turmas específicas (grupo focal), bem como uma turma do 1º ano e a outra do 3º ano, ambos os sexos, com faixa etária variada, escolhida pelo núcleo gestor, realizado seis rodas de Conversa em cada turma, totalizando doze rodas nas duas turmas.

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 implementar pelos próprios adolescentes no final do processo terapêutico estratégias de superação utilizadas pelos discentes.

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.

O instrumento de coleta de dados foi aplicado, no final do processo terapêutico, no qual utilizou-se 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 captação da amostra obedeceu-se a sequência de quatro passos: Primeiro passo - Foi realizado o convite e a divulgação da realização das rodas de conversa para os alunos das duas turmas. Foi repassado para os adolescentes interessados no estudo de que se trata a roda de conversa, os objetivos da pesquisa, os dias e horários dos encontros, demais informações e sanadas quaisquer dúvidas que surgiram.

Segundo passo - A composição do material empírico foi mediante a realização das rodas de conversa, registro de fotos e instrumento para a coleta de dados. Os grupos aconteceram de forma presencial, e tiveram duração de 1h a 1h e meia. Ao término de cada encontro nas turmas, foram desenvolvidos, pelos pesquisadores, registros escritos com as informações de tema abordado, número de participantes e estratégias evidenciadas.

Terceiro passo - Na finalização do processo terapêutico com coleta de dados, realizado no último encontro, aplicamos um questionário com perguntas semi estruturadas e referente aos dados demográficos para avaliar as contribuições da roda de conversa como espaço de cuidado na promoção da saúde mental e finalização do processo terapêutico.

Quarto passo - A análise de conteúdo será o método escolhido por ser muito utilizado nas análises de pesquisa qualitativa e que configura segundo Bardin (2011). Um conjunto de técnicas de análise das comunicações que utiliza procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição no conteúdo das mensagens. Nesta etapa da pesquisa foi feita a compilação dos dados a partir das respostas escritas e faladas dos sujeitos. Assim, os dados foram submetidos à análise de conteúdo de Bardin, que ocorreu por meio de três etapas: Pré- análise; Exploração do material textual; Tratamento dos resultados, inferência e interpretação.

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 nos seus preceitos éticos: Autonomia, não maleficência, beneficência, justiça e equidade. 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

Na instituição de ensino da rede pública, localizada no município de Redenção/CE, onde foi desenvolvida a pesquisa, os estudantes de uma turma 1º e outra turma do 3º ano receberam orientações e convites para participarem do presente estudo, de forma presencial. Sendo que, 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, 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.

Com os dados demográficos, são detectadas as características dos participantes do estudo. A maioria é do gênero feminino (56%), 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%).

A seguir estão as estratégias de enfrentamento implementadas por adolescentes do ensino médio frente ao retorno das aulas presenciais, apontadas nas rodas de conversa:

Estratégia: Focar nas coisas boas

Depoimento: “Aprendi a focar mais em mim, nas coisas boas da vida, pensar antes de agir e ver o lado bom de tudo.” (X-18)

Estratégia: Refletir sobre a vida

Depoimento: “Aprendi a refletir sobre a vida, nas coisas boas que ela já me proporcionou.” (Y-22)

Estratégia: Ser generoso

Depoimento: “Pude perceber que ser generoso com o meu colega é tão importante, pois um simples ato pode alegrar a vida de alguém e com isso me deixar bem por ter feito algo bom com o próximo.” (X-02).

Estratégia: Percepção de si

Depoimento: “Percebi que o simples ato de me olhar no espelho pode melhorar bastante o meu dia, pois estarei vendo a pessoa forte que sou, o quanto já lutei para chegar até aqui.”(X-06)

Estratégia: Escutar uma música que lhe trás paz

Depoimento: “Seja escutar uma música que me trás paz, quanto fazer algo que me faz bem, faz me esquecer dos problemas.”(Y-09).

Estratégia: Diálogo com amigos e família

Depoimento: “Alivia falar dos meus problemas para a minha família e amigos, tira um peso das costas em poder compartilhar com alguém de confiança e não guardar só para mim como antes.”(X-15).

Mediante esses relatos supracitados é cabível analisar as estratégias de enfrentamento que esses adolescentes encontraram por meio das Rodas de Conversa no retorno das aulas presenciais, após a pandemia, em meio a tantas incertezas. Assim, esses encontros proporcionam desde cuidados pessoais, bem como meditação, exercício de respiração e alongamento, até visão global, como exercício de escutar o próximo e adquirir facilidade em se relacionar com os colegas, seja por meio de abraço ou palavras de afirmação.

Além disso, a música é uma intervenção recomendada pela Nursing Interventions Classification (NIC), musicoterapia, definida como “o uso da música para ajudar a alcançar uma mudança específica de comportamento, sentimento ou fisiologia”. Dessa forma, ao deparar-se com sintomas de ansiedade os adolescentes buscaram por a estratégia de escutar músicas para se acalmar.

CONCLUSÕES

Faz-se necessário, uma tecnologia de escuta individual, perante o receio do adolescente expôr-se ao público. Sendo assim, é importante que seja trabalhado com os adolescentes a questão da escuta individual é importante para aqueles que não se expressam por uma questão maior, como de algum trauma sofrido, por exemplo. Tais estratégias traçadas, são de extrema importância, necessitando de uma continuidade de um espaço em saúde mental no universo acadêmico.



AGRADECIMENTOS

Agradeço ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) pelo financiamento da pesquisa intitulada 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

- BULECHEK, Gloria M.; BUTCHER, Howard K.; DOCHTERMAN, Joanne Mccloskey. Classificação das intervenções de enfermagem (NIC). 5. ed. Rio de Janeiro: Elsevier, 2010. 610 p.
- DE PINTO, Dasny Pestana et al. 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.
- PFEIFER JH, ALLEN NB. Puberty Initiates Cascading Relationships Between Neurodevelopmental, Social, and Internalizing Processes Across Adolescence. *Biol. Psychiatry*. 2021 [acesso em 2021 maio 12]; 89(2):99-108.
- TEIXEIRA LA, FREITAS RJM, MOURA NA, MONTEIRO ARM. Necessidades de saúde mental de adolescentes e os cuidados de enfermagem: revisão integrativa. *Texto Contexto Enferm* [Internet]. 2020 [acesso 07 de outubro de 2023]; 29:e20180424.