



UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
UEADSL2023.1 - LIBERDADE E PRECONCEITO

COGNITIVOS DA MENTE O MEDO NO CÉREBRO HUMANO

Letícia Nunes¹, Maria Regina Paralhes², Larissa Botelho³, Rebekah Pinto⁴, Maria Clara Fonseca⁵

Santa Maria Minas unidade Betim, santamariabt@pucminas.br

Resumo: Como já se sabe, o medo está presente na vida de cada indivíduo a qual sempre haverá consequência nas tarefas diárias. Nota-se que essa pesquisa torna de extrema importância pois após um momento pandêmico o medo humano se torna cada vez mais presente para os estudantes de uma instituição privada, na qual o conhecimentos e autocontrole emocional, torna-se um meio de acalmar-los.

Palavras-chave: medo, estudantes, mente, autocontrole emocional.

1. Introdução

De acordo com a OPAS (Organização Pan-Americana da Saúde) a adolescência é uma fase muito importante para o crescimento humano, pois determina o desenvolvimento e manutenção de hábitos sociais e emocionais importantes para o bem-estar mental, como habilidades interpessoais e aprender a administrar emoções. Diante disso, no dia 15 de março de 2020 o Brasil decretou isolamento social por causa da contaminação do vírus covid-19, resultando em uma pandemia encerrada no ano de 2023. Dessa forma, o projeto "Cognitivos da mente: O medo no cérebro humano" surgiu a partir do questionamento de como o medo pode ser originado e como pode afetar a vida do ser humano em seu cotidiano, principalmente, de estudantes juvenis do ensino médio de uma instituição privada de Betim durante e após a pandemia.

Frente ao exposto, percebe-se que a pandemia do covid-19 foi uma grande fator para o agravamento dos transtornos mentais, como a ansiedade, uma vez que vários cidadãos tiveram medo de ter a enfermidade e a situação de reclusão social, provocando doenças mentais como a ansiedade, e intensificando outros transtornos, como a depressão.

Grupo de Pesquisa Texto Livre	Belo Horizonte	v.1	n.15	2023.1	e-ISSN: 2317-0220
-------------------------------	----------------	-----	------	--------	-------------------

Realização:

Apoio:

Produção:





UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
UEADSL2023.1 - LIBERDADE E PRECONCEITO

Sendo assim, torna-se mais que essencial, no cenário atual, de entender a mente para evitar ações presentes e futuras prejudiciais, em que podem levar a causas maiores, isto é, o suicídio. Contudo, observa-se que como pauta desse assunto é necessário saber que existe o lado positivo de possuir essa emoção, visto que proporciona uma defesa natural da nossa própria mente contra experiências traumatizantes e perigosas, estabelecendo um paradoxo para a sobrevivência humana.

Além disso, na atualidade se torna visível, que através do comportamento humano, as pessoas têm uma repulsa ao medo. Isso porque, possui um achismo que é uma emoção que enfraquece o indivíduo, contudo a partir de leituras e reflexões do problema, entende-se que se pode apontar o medo como um aliado na vida de cada ser humano, na qual trazem diversos benefícios. Através disso, acredita-se que essa emoção torna cada ser com mais experiências, vivências e proteção. Em adição desse fato, defende que muitos medos maléficos estão relacionados a julgamentos enraizados socialmente, isto é, o julgamento precoce da imagem de cada um. Para isso, é preciso conhecimento sobre como os neurotransmissores agem no cérebro de acordo com as situações de perigo e tensão no ser humano, buscando idealizar uma ferramenta de autocontrole emocional para os jovens.

2. Dos Fatos

Diante ao tema, se torna essencial entender o que é o medo, por isso de acordo com o pai da psicanálise retrata esse ato da seguinte maneira "Para Freud, o termo medo requer um objeto determinado, em presença do qual algo se sente."(ABLA, 2009, p. 155). Em virtude, é perceptível que, com base nos estudos de Freud, o medo se dá através da exposição do indivíduo ao objeto fóbico, isto significa, o indivíduo desenvolve uma ansiedade persistente, irrealista e intensa em resposta a situações externas específicas, podendo mesmo desenvolver um ataque de pânico.

O psicanalista Winnicott ressalta que a capacidade de lidar com o medo depende do desenvolvimento saudável do ser e da capacidade de confiar no ambiente.

Grupo de Pesquisa Texto Livre	Belo Horizonte	v.1	n.15	2023.1	e-ISSN: 2317-0220
Realização:	Apoio:				Produção:



UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
UEADSL2023.1 - LIBERDADE E PRECONCEITO

" A base do choro de medo é a dor, e é por isso que o pranto soa da mesma maneira em ambos os casos, mas agora é uma dor recordada e que ele já espera ver repetida. Após um bebê ter conhecido qualquer sensação dolorosamente aguda, poderá chorar de medo quando acontece qualquer outra que o ameaça de voltar a ter essa mesma sensação. E logo começa a ter ideias, algumas assustadoras, e então volta a chorar porque alguma coisa recorda ao bebê a dor, embora essa alguma coisa seja agora imaginária. "(WINNICOTT,1945[1944]/1982, p. 68)

Se o cuidador não consegue atender consistentemente às necessidades do bebê, podem surgir dificuldades em lidar com o medo, levando a distúrbios emocionais, como ansiedade, fobias ou transtornos de apego. Em resumo, o medo desempenha um papel significativo no desenvolvimento emocional e na formação da personalidade. O ambiente facilitador, a resposta adequada do cuidador e a capacidade de brincar são fatores essenciais para ajudar o indivíduo a lidar com o medo de forma saudável e integrativa.

3. Metodologia

Para fins de aprofundamento no projeto científico, tende a praticar ações que envolvam práticas para pessoas se acalmarem em situações que consideram amedrontadas, por isso será promovido ao público alvo em setembro uma semana de oficinas criativas, em que, cada estudante do ensino médio irá praticar várias maneiras de manifestar a arte. Ademais, será promovido uma palestra com especialista para explicar de maneira simples e objetiva para os alunos sobre o efeito do medo no corpo humano.

Outrossim, terá a criação de um formulário, o qual será distribuído para o público alvo de uma instituição privada de Betim-MG, que servirá como base para compreender as necessidades do público, e que se apresentará necessário para o desenvolvimento de um aplicativo que possui o objetivo de promover autoconhecimento aos adolescentes e de ajudar as pessoas a se acalmarem em meio à situações amedrontadas, através da arte, como por exemplo músicas e desenhos, conseguindo assim controlar suas sensações negativas e conhecerem a si próprios de uma maneira saudável e divertida, ao qual a cada fase decorrida no aplicativo, a pessoa irá adquirir um conhecimento maior sobre si próprio e seus medos e como controlá-los e com essas

Grupo de Pesquisa Texto Livre	Belo Horizonte	v.1	n.15	2023.1	e-ISSN: 2317-0220
Realização:	Apoio:				Produção:



UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
UEADSL2023.1 - LIBERDADE E PRECONCEITO

experiências o usuário, adquirindo mais estabilidade emocional.

4. Análise e Interpretação dos Dados

A partir do entendimento do projeto, os integrantes do grupo resolveram aprofundar na pesquisa. Nesse sentido, a atenção com a ansiedade após um período pandêmico se torna um ponto essencial para o desenvolvimento acadêmico estudantil, já que para cada aluno ter um bom rendimento no meio escolar, é preciso que esse indivíduo esteja com a suas faculdades mentais em dia. Por isso, é de extrema importância a existência do projeto, visto que quando é divulgado, provoca o autoconhecimento para todo o corpo discente e conseqüentemente um local confortável para os alunos.

Com a ajuda da enfermagem do Instituto é possível perceber que a ansiedade, houve um aumento de 14,9% antes e depois da pandemia. Adentrando nesse transtorno, houve grande índice de crise de ansiedade, principalmente em épocas de provas escolares, como abril de 2022 e junho de 2022, isto é, nesse período o medo causou, principalmente, taquicardia, rigidez nas mãos, falta de ar, sensação de desmaio e vontade de vomitar nesse grupo escolar.

5. Conclusão

Portanto, observa-se que os estudos iniciais indicam a importância do estudo da ansiedade no espaço escolar, mostrando a necessidade de investigar mais possibilidades de pesquisa sobre o comportamento humano no âmbito educacional. Dessa forma, entendeu-se a dificuldade de estudar o funcionamento aprofundado na mente humana.

Grupo de Pesquisa Texto Livre		Belo Horizonte	v.1	n.15	2023.1	e-ISSN: 2317-0220
Realização:	Apoio:		Produção:			



UNIVERSIDADE FEDERAL DE MINAS GERAIS
UEADSL2023.1 - LIBERDADE E PRECONCEITO

Referências

EHRlich, André e ANCIAES, Vinicius. **"Medô medo": investigação sobre a fobia em Freud, Lacan e autores contemporâneos a partir de um caso clínico.** *Ágora: Estudos em Teoria Psicanalítica* [online]. Rio de Janeiro, 21 de Jan. de 2013, v.16, n.spe. GOLEMAN, Daniel. *Inteligência emocional*. Padrão. 1ª.ed. Objetiva, 1996.

MANSANO, Sonia e NALLI, Marcos. **O medo como dispositivo biopolítico.** *Revista Psicologia: teoria e prática*. São Paulo, jan.-abril, 2018.

OPAS. **Saúde mental do adolescente.** Disponível em [:https://www.paho.org/pt/topicos/saude-do-adolescente](https://www.paho.org/pt/topicos/saude-do-adolescente). Acesso em: 01 jun 2023.



Este é um artigo de acesso aberto distribuído sob os termos da Licença Creative Commons Atribuição Não Comercial-Compartilha Igual (CC BY-NC- 4.0), que permite uso, distribuição e reprodução para fins não comerciais, com a citação dos autores e da fonte original e sob a mesma licença.

Grupo de Pesquisa Texto Livre	Belo Horizonte	v.1	n.15	2023.1	e-ISSN: 2317-0220
-------------------------------	----------------	-----	------	--------	-------------------

Realização:

Apoio:

Produção:

