



Feira dos Saberes

O IMPACTO DA PANDEMIA NA SAÚDE MENTAL DOS ESTUDANTES DO ENSINO MÉDIO

Fernanda Teixeira Lima¹, Mariely Lisboa Gomes², Yasmin Ribeiro Duarte Machado³

¹Colégio Santa Maria Minas Betim, fernandat2006@gmail.com

²Colégio Santa Maria Minas Betim, maryligo@gmail.com

³Colégio Santa Maria Minas Betim, yaya.duarterem@gmail.com

Resumo ou descrição abreviada: A saúde mental dos jovens é pouco valorizada, o que gera preocupação, já que eles irão compor a nova geração de trabalhadores de um novo mundo do trabalho, e todo o processo de preparação é de relevância extrema. Visando o problema, o projeto tem o objetivo de refletir como a pandemia impactou na saúde mental dos estudantes do Ensino Médio e como isso interfere na preparação para ingressar no mundo do trabalho. Planejamos uma pesquisa qualitativa por meio de formulário virtual para analisar as opiniões dos principais afetados pelo problema.

Palavras-chave: Saúde mental, ensino médio, mundo do trabalho, pandemia.

1. Introdução

O Ensino Médio é um período de muitas mudanças e preparações na vida do adolescente, principalmente na 3.^a série. A preparação para o vestibular e o mundo do trabalho é intensa e gera inseguranças, incertezas e uma enorme pressão na vida do jovem, o que aumentou significativamente graças à pandemia.

A COVID-19 trouxe mudanças drásticas na vida estudantil, como o novo ensino remoto, que dificultou para muitos estudantes a concentração e o entendimento da matéria. Além disso, os jovens perderam grande parte de sua juventude, graças às amizades que foram distanciadas e o impedimento da realização de atividades de lazer em lugares públicos. Todos esses fatores contribuíram para problemas em relação à saúde mental dos adolescentes. Uma pesquisa realizada pelo Conselho



Feira dos Saberes Nacional da Juventude (Conjuve) mostra que 6 a cada 10 jovens relataram ter sentido ansiedade, e outros disseram que sentiram exaustão, insônia ou distúrbios de peso.

A saúde mental, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), se refere a um bem-estar onde o indivíduo consegue desenvolver suas habilidades e lidar com o estresse e mudanças cotidianas. É importante discutir sobre essa questão, pois é pouco valorizada e até mesmo negligenciada por determinadas pessoas, que não entendem a relevância que uma mente estável exerce no cenário juvenil. Por meio desta pesquisa, apresentaremos a importância do cuidado com a saúde mental dos jovens, pois eles farão parte do novo mundo do trabalho. Ademais, refletir sobre como a pandemia impactou na vida dos estudantes e afetou suas futuras escolhas de carreira e preparação para o mundo do trabalho.

2. Metodologia

Após pesquisas em sites bibliográficos, livros e artigos científicos sobre a saúde mental e o mundo do trabalho, foi elaborada a questão sobre o impacto da pandemia na saúde mental dos estudantes do Ensino Médio, optando-se por fazer uma pesquisa qualitativa através de questionário de modo virtual, visando o objetivo de estudar as opiniões de indivíduos que são diretamente afetados pela questão principal citada.

Compreende-se que, devido ao processo de distanciamento social, como também pelo impedimento de aproximação física, a pesquisa ocorreu por um formulário digital. Além disso, entende-se a importância da elaboração do termo de validação e do cuidado com os dados dos estudantes que participarão da pesquisa.

Foram construídas dez perguntas conforme o tema principal da pesquisa e aplicadas durante um período para o grupo de 26 estudantes da 3.^a série do Ensino Médio que foi escolhido para a participação do projeto. Posteriormente, foi realizada a análise. As respostas obtidas foram organizadas em gráficos fornecidos pela plataforma em que o questionário virtual foi realizado, possibilitando comparações e correlações.



Feira dos Saberes

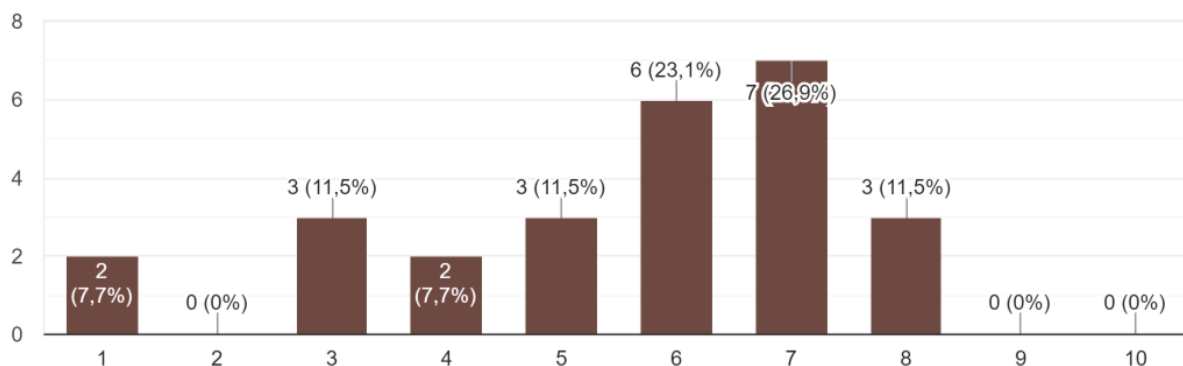
Com a conclusão da análise, os resultados da pesquisa foram alcançados e foi criada a proposta de intervenção.

3. Resultados

Dos 26 estudantes que participaram 17 (65%) eram do gênero feminino e 9 (34%) do gênero masculino.

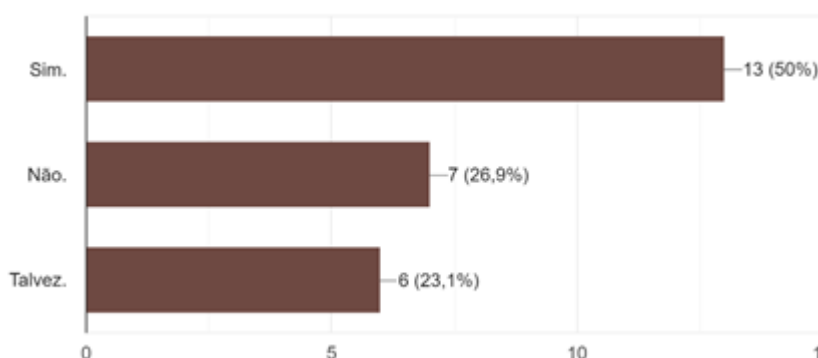
Quando foram perguntados “De 0 a 10, como está a sua saúde mental em comparação com antes da pandemia?”, Metade dos jovens (50%) respondeu entre 6 e 7, indicando que está acima da média. Outros responderam números mais baixos e apenas 3 alunos (11%) indicaram que sua saúde mental está 8.

Figura 1



Quando questionados se acreditam que a pandemia vai influenciar na sua escolha profissional, 50% dos pesquisados responderam que sim, e mais de 60% revelam terem se sentido mais pressionados para passar no vestibular e escolher uma profissão.

Figura 2

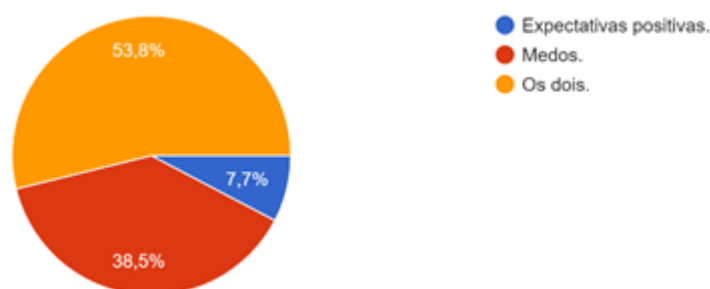




Feira dos Saberes

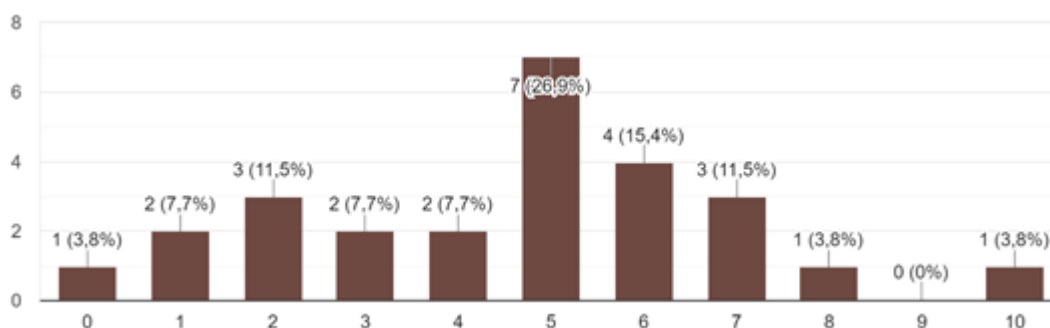
O novo mundo do trabalho sem sido uma das principais preocupações dos estudantes, principalmente após o fim da pandemia. 54% se dizem preparados, enquanto 38% não. Mais da metade dos jovens sentem expectativas positivas e medos em relação à nova fase da vida que irão entrar.

Figura 3



Especialmente na 3.^a série do Ensino Médio, o apoio e cuidado familiar, escolar e terapêutico é importante para manter uma estabilidade emocional. Mais de 50% dos estudantes se sentem bem cuidados pelos seus responsáveis. Porém, quase 70% dizem não consultar nenhum profissional na área da saúde mental, e em uma escala de 0 a 10, 27% dos alunos classificam a escola como '5' em relação ao cuidado com a saúde mental dos alunos.

Figura 4

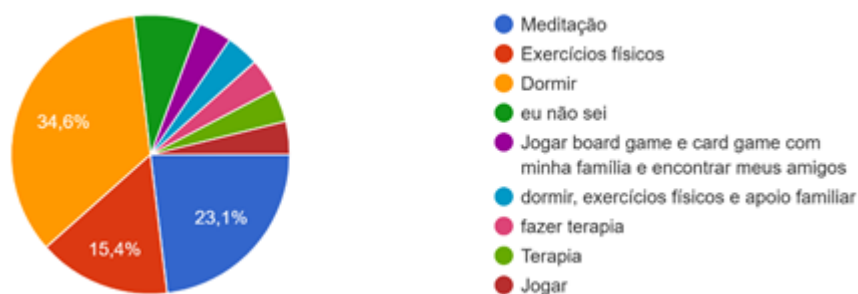


Pensando na elaboração da proposta de intervenção, foi perguntado o que achariam interessante ter em um momento de acolhimento emocional realizado na escola, e 73% dos estudantes acham que uma roda de conversa seria ideal.



Feira dos Saberes
 Buscou-se deixar uma questão com a opção de que os jovens se manifestassem sobre qual seria a melhor forma de melhorar a saúde mental durante o período do vestibular e 34% responderam “dormir”, 23% meditação e 15% exercícios físicos. Outros alunos apresentaram respostas distintas e, de certa forma, pessoais.

Figura 5



4. Conclusão

Após as análises dos dados da pesquisa, observamos que os estudantes da 3.^a série do Ensino Médio vivem com grande pressão e ansiedade em relação ao vestibular, mas a saúde mental da maioria melhorou consideravelmente em relação ao início do período pandêmico. Ademais, foi notada a preocupação sobre as mudanças que a pandemia está causando e pode causar no mundo do trabalho. Inicialmente criou-se algumas hipóteses, como jovens estudantes perdendo parte de sua juventude por culpa da pandemia, relações sociais e de lazer impedidas e uma abundância de atividades das aulas on-line. No entanto, ao examinar as respostas dos pesquisados, percebe-se que muitos recebem um bom apoio familiar, mas acreditam que a escola ainda precisa melhorar nos cuidados da saúde mental dos estudantes. É notável a necessidade de criar uma proposta de intervenção, pois os jovens irão compor a próxima geração de trabalhadores e todo o processo de preparação até o momento é extremamente relevante. Sendo assim, a saúde mental deve ser bem cuidada e trabalhada desde a educação infantil. Portanto, é importante nos conscientizarmos sobre o quão valioso



Feira dos Saberes é ter uma mente estável, especialmente na adolescência, uma fase marcada pelo início do processo de amadurecimento e frequentemente ligada à instabilidade emocional.

Referências

GOES, Luana. Saúde Mental dos Alunos em tempos de Pandemia. Proesc, disponível em: <<http://www.proesc.com/blog/saude-mental-dos-alunos-em-tempos-de-pandemia/>>, acesso em: 1 Aug. 2021.

CARVALHO, Priscila Diniz de *et al*, Prevalência e fatores associados a indicadores negativos de saúde mental em adolescentes estudantes do ensino médio em Pernambuco, Brasil, **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 11, n. 3, p. 227–232, 2011.

GOLEMAN, Daniel. Inteligência Emocional: A teoria revolucionária que redefine o que é ser inteligente. 1ª edição. Editora Objetiva, 2012.

HOSPITAL SANTA MÔNICA, **Como a pressão escolar afeta a saúde mental dos alunos?** - Hospital Santa Mônica, Hospital Santa Mônica, disponível em: <<https://hospitalsantamonica.com.br/como-a-pressao-escolar-afeta-a-saude-mental-dos-alunos/#:~:text=No%20contexto%20da%20pandemia%20de,e%20causa%20impactos%20negativos%20preocupantes.>>, acesso em: 1 Aug. 2021.

PAULA, Ana; FELIZZOLA, Beatriz; CAMPIONE, Juliana; *et al*. SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES E JOVENS QUE SE PREPARAM PARA CURSOS DE MEDICINA: UM ESTUDO DE CASO EM SÃO PAULO, BRASIL. **Humanidades & Inovação**, v. 7, n. 5, p. 310–315, 2020.