



**INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO PIAUÍ
CAMPUS TERESINA CENTRAL
CURSO LICENCIATURA EM CIÊNCIAS BIOLÓGICAS**

DEYRLA GIOVANNA DOS SANTOS DE MONÇÃO

**OS FATORES BIOPSIKOSSOCIAIS DA ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM ALUNOS
DO ENSINO MÉDIO: uma revisão de literatura**

TERESINA-PI

2023

DEYRLA GIOVANNA DOS SANTOS DE MONÇÃO

OS FATORES BIOPSIKOSSOCIAIS DA ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM ALUNOS DO
ENSINO MÉDIO: uma revisão de literatura

Trabalho de Conclusão de Curso (artigo científico)
apresentado como exigência parcial para obtenção do
diploma do Curso de Licenciatura em Ciências
Biológicas do Instituto Federal de Educação, Ciência e
Tecnologia do Piauí, Campus Teresina central.

Orientadora: Prof^a. Dr^a. Emmanoela Moreira Maciel.

TERESINA-PI

2023

OS FATORES BIOPSISSOCIAIS DA ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM ALUNOS DO ENSINO MÉDIO: uma revisão de literatura

Deyrla Giovanna dos Santos de Monção¹
Emanoela Moreira Maciel²

RESUMO

Estima-se que cerca de 4% a 8% dos adolescentes estejam sujeitos a sintomas ansiosos e depressivos. Com base nisso, este artigo tem como objetivo geral investigar, a partir de uma revisão sistemática de literatura, fatores biopsicossociais da ansiedade e depressão em alunos do ensino médio. A pesquisa delimitou-se à busca em referenciais e base de dados como: Google Acadêmico, Periódicos Eletrônicos de Psicologia (PEPSIC), Scientific Electronic Library Online (SciELO), Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-V). A partir disso, iniciou-se a pesquisa e estabeleceu-se os descritores: “depressão e ansiedade”, “saúde mental dos adolescentes”, “influência da ansiedade e depressão na aprendizagem” e “biologia da depressão”. Como critérios de inclusão determinou-se: trabalhos em língua portuguesa, publicados em base de dados reconhecidas e com ano de publicação a partir de 2010, por ser um período suficiente para coleta dos dados. Como critérios de exclusão, indicou-se: trabalhos que abordassem outras fases da vida que não a adolescência e que contexto não escolares. Selecionaram-se 51 trabalhos relacionados ao tema, para contextualizar e construir uma base de informações. A partir da leitura dos resumos e de seleção mais alinhada ao objetivo do estudo, escolheu-se 11 artigos para análise. Como conclusão, através dos achados literários, constatou-se que os transtornos de ansiedade e depressão não estão presentes apenas na geração atual e acontecem em nosso organismo podendo ser facilmente explicados pela biologia através dos neurotransmissores. Além disso, constatou-se que adolescentes se tornam mais vulneráveis ao desenvolvimento destes transtornos, o que acaba interferindo fortemente no processo de aprendizagem.

Palavras-chave: fatores biopsicossociais; transtornos mentais; adolescência; escolares; processo de aprendizagem.

ABSTRACT

It is estimated that approximately 4% to 8% of adolescents are subject to symptoms of anxiety and depression. Based on this, this article aims to investigate, based on a systematic literature review, the biopsychosocial factors of anxiety and depression in high school students. The research was limited to searching references and databases such as: Google Scholar, Electronic Psychology Journals (PEPSIC), Scientific Electronic Library Online (SciELO), and the Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-V). From this, the research began and the descriptors were established: “depression and anxiety”, “adolescent mental health”, “influence of anxiety and depression on learning” and “biology of depression”. The inclusion criteria were: works in Portuguese, published in recognized databases and with a publication year from 2010 onwards, as this is a sufficient period for data collection. The exclusion criteria were: studies that addressed phases of life other than adolescence and that were not conducted in a school context. Fifty-one studies related to the topic were selected to

¹ Licencianda em Ciências Biológicas. Instituto Federal do Piauí. deyrlag15@gmail.com.

² Doutora em Educação pela Universidade Federal do Piauí. Instituto Federal do Piauí. emanoela@ifpi.edu.br

contextualize and build an information base. After reading the abstracts and selecting the ones that were most aligned with the study's objective, 11 articles were chosen for analysis. In conclusion, through the literature findings, it was found that anxiety and depression disorders are not only present in the current generation and occur in our bodies and can be easily explained by biology through neurotransmitters. In addition, it was found that adolescents become more vulnerable to the development of these disorders, which ends up strongly interfering in the learning process.

Keywords: biopsychosocial factors; mental disorders; adolescence; school children; learning process.

Data de aprovação: 11/12/2023 (data de apresentação do TCC)

1 INTRODUÇÃO

Os transtornos de depressão e ansiedade se fazem presentes em vários setores da sociedade contemporânea, sendo colocados pela OMS (2017) em quarto lugar como umas das enfermidades que mais atingem a população brasileira. É estimado que cerca de 10% das pessoas possuem algum desses transtornos, sendo mais comum em mulheres (5,1%) do que em homens (3,6%). Portanto, esses transtornos vêm inquietando os seres humanos desde os primórdios da formação da sociedade, em especial na Idade Média em meados do século XV, período em que a depressão era vista de forma displicente e incompreendida pela sociedade. Loucura, melancolia e tristeza eram adjetivos usados para definir esse transtorno (Canale *et al*, 2006).

Somente mais tarde - com o auxílio do médico Philippe Pinel (1745-1826) e o tratado de Kraepelin, foi gerando uma determinada credibilidade sobre o assunto, e posteriormente, com trabalhos publicados por Sigmund Freud, o surgimento do primeiro Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM) publicado em 1957, e em 2013 publicada a mais nova versão DSM-V (ambos criados pela Associação Americana de Psiquiatria para definir como é feito o diagnóstico de transtornos mentais) - que o termo depressão passou a ser usado e visto como uma enfermidade que atinge a sociedade (Viana, 2010). A partir disso, percebe-se que há uma forte presença desses transtornos no meio social, desde os primórdios até a atualidade. Em decorrência disso, o conteúdo pesquisado neste estudo é importante para fomentar as informações no meio social.

Com base nisso, com os últimos acontecimentos que afetaram a população mundial, em decorrência da pandemia do novo coronavírus³, é inevitável que as pessoas estejam

³ Doença infecciosa causada pelo coronavírus SARS-CoV-2, que foi responsável pela pandemia em 2020. Essa doença tem como principais sintomas febre, cansaço e tosse seca.

sujeitas a sentimentos ansiosos visto que a sociedade contemporânea nunca havia vivenciado uma pandemia de tamanha escala. Em consequência disso, houve um aumento gradativo na vulnerabilidade dos indivíduos em desenvolver comportamentos ansiosos e sentimentos depressivos, pela falta do contato e convívio, provocados pelo isolamento social, e pelas restrições sanitárias (Malta *et al*, 2020). Essa problemática possivelmente intensificou os sentimentos ansiosos e depressivos nos alunos do ensino remoto, pela diminuição da interação entre professores e alunos e com o meio social (Silva *et al* 2022).

Nessa perspectiva, a escola é um contato importante, depois da família, que a criança e o adolescente tem para se desenvolver e aprender o que será necessário ao longo de sua vida, pois a escola é a instituição que participa desde cedo da vida da criança e oportuniza ao indivíduo a desenvolver não somente seus conhecimentos científicos, como também valores morais (Strieder *et al*, 2010). Dessa forma, é crucial reconhecer a importância da escola na vida dos alunos, como um lugar de formação cultural e científica, o que também justifica a presente pesquisa no ambiente escolar, pois os adolescentes podem estar mais vulneráveis a desenvolver transtornos de ansiedade e depressão, já que há uma grande dificuldade para os alunos de ensino médio administrarem todas as informações e mudanças que são chegadas a eles nessa fase da vida, o que gera uma mistura de sentimentos como medo, tristeza e solidão, e acaba impactando no rendimento escolar desses indivíduos (Brito, 2011).

Ademais, percebe-se que tem se tornado comum, atualmente, a situação em que os professores estão insatisfeitos com sua profissão (Lapo *et al*, 2003), problemas como violência, drogadição, condições de trabalho deficitária, podem favorecer esse sentimento nos docentes. A formação continuada, tão importante para a carreira, muitas vezes fica esquecida e o professor, nesse contexto, não possui conhecimentos necessários para identificar comportamentos que poderiam sugerir um sofrimento mental de seus alunos passando despercebidos pelos professores os jovens afetados por sentimentos ansiosos e depressivos, desânimo e desinteresse.

As experiências em sala de aula vividas pela pesquisadora, no decorrer dos estágios supervisionados, foi inevitável para perceber a necessidade dos alunos, na fase da adolescência, em saber lidar com seus próprios sentimentos e falta de atenção e de medidas do meio escolar para tentar sancionar tais problemas. A partir disso, surgiu o interesse de pesquisar sobre o tema abordado na pesquisa. No ponto de vista pessoal da pesquisadora, o professor tem o importante papel em sala de aula de não somente ensinar os conteúdos correspondentes a sua disciplina, mas também orientar o aluno no percurso da vida. Assim, o presente trabalho tem sua importância no meio social pois servirá para informar não somente

a sociedade mas todos aqueles que compõe o ambiente escolar sobre dos riscos que o mal-estar da mente pode causar na vida cotidiana e também no meio acadêmico, alertando sobre a importância dos professores saberem identificar e lidar com tais sentimentos que podem interferir na aprendizagem dos alunos.

A literatura atual apresenta uma importante produção acerca da relação dos transtornos mentais com a escolaridade dos jovens e adolescentes. Segundo OMS, define a adolescência como sendo uma etapa evolutiva da vida caracterizada pelo desenvolvimento biopsicossocial delimitada na faixa etária entre 10 e 19 anos. O presente trabalho estipulou como objetivos investigar os fatores biopsicossociais da ansiedade e depressão em alunos do ensino médio; contextualizar os transtornos mentais ao longo da história; identificar, na literatura, os fatores biopsicossociais da ansiedade e depressão em alunos do ensino médio; e relacionar os fatores biopsicossociais da ansiedade e depressão com o desempenho escolar dos alunos do ensino médio.

2 O PERCURSO DA ANSIEDADE E DEPRESSÃO AO LONGO DA HISTÓRIA

Desde os primórdios da história humana, em especial na Idade Média em meados do século XV, a depressão era vista de forma displicente e incompreendida pela sociedade. Loucura, melancolia e tristeza eram adjetivos usados para definir esse transtorno (Canale *et al*, 2006). Segundo Canale *et al* (2006), apesar do termo depressão ser bastante citado na atualidade, antigamente o transtorno era tratado apenas como um dos humores do corpo humano, ocasionando a inexistência de uma definição ou tratamento. O termo melancolia, de origem grega, foi protagonista do romantismo, obras filosóficas e escritos literários trágicos, resistiu fortemente durante várias eras (Lujan *et al*, 2001). Como exemplo disso, podem ser citadas algumas obras como Hamlet (1602) do dramaturgo inglês William Shakespeare, e O Último Soneto de Álvares de Azevedo, escritor da segunda geração do romantismo brasileiro, as presentes obras mencionadas claramente apresentam, por meio de sua escrita, sentimentos de melancolia e tristeza exagerada.

É importante ressaltar a influência da religião no transtorno depressivo, pois o ser humano, ao longo da história, foi sofrendo alterações físicas e comportamentais em consequência do ambiente à sua volta e das convivências em sociedade e a religião pode ser citada em vários aspectos da história humana como aquela que influenciou a maneira de pensar e de agir de todos aqueles que possuíam uma crença (Santos *et al*, 2021). Segundo Deus (2008), o sentimento religioso pode produzir uma orientação prejudicial sobre a noção

de transtornos como depressão e ansiedade, pois a compreensão da mesma ainda é fortemente influenciada e até mesmo distorcida pelo sentimento religioso, ou seja, essas influências podem ser negativas por estimularem a falta da procura do tratamento adequado.

No contexto histórico, o homem primitivo, com sua falta de conhecimentos científicos, depositava fielmente a sua crença em divindades, atribuía sua força, vida, morte, doenças e até mesmo acontecimentos naturais às suas crenças religiosas, porém, esses não eram os únicos aspectos que preocupavam os seres humanos (Deus, 2008). A angústia e tristeza eram sentimentos que estavam mesclados nos demais ocorridos, por isso, para reverter tais situações como essas os religiosos faziam rituais sagrados para expulsão de demônios e doenças, com o intuito de revitalizar forças e energias (Guilouski *et al*, 2012). Até esse ponto, a medicina não era uma opção vista de maneira positiva para os religiosos pois infligia a fé desmerecendo as práticas de cada crença.

Para o cristianismo primitivo, a medicina era uma atividade pagã, o cristianismo afirmava-se como uma força espiritual total, capaz de se encarregar do ser humano em todos os seus problemas, dificuldades, doenças e sofrimentos (Gomes, 2008). Por meio disso, a recomendação para quem possuía sentimentos ansiosos ou depressivos era oração e cânticos religiosos. Ao longo do tempo, com o avanço dos estudos e da psicologia, o conceito foi se alterando e somente no século XIX com o auxílio do médico Philippe Pinel (1745-1826) que participou desse processo de mudança, houve credibilidade a essa problematização e o termo melancolia e delírio foi modificado para uma insanidade parcial da mente humana. Somente mais tarde, com o tratado de Kraepelin, essa insanidade passou a ser reconhecida como um transtorno.

Foi na 6ª edição do tratado de Kraepelin que o termo depressão foi introduzido como título de doença, com a denominação “psicose maníaco-depressiva”. Ao longo do século XX, vários termos foram estudados e debatidos, como a questão, por exemplo, da natureza endógena ou exógena da depressão e os termos unipolar e bipolar. Talvez a mais marcante das mudanças tenha sido a de considerar a depressão como doença ou transtorno afetivo ou de humor (Sonnenreich *et al*, 1995, apud Canale *et al*, 2006, pp. 23).

No entanto, apenas no final do século XIX que o termo depressão passou a ser usado e visto como uma doença que atinge a sociedade, com a ajuda dos trabalhos publicados de Sigmund Freud e o surgimento do primeiro O Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM) publicado em 1957 pela Associação Americana de Psiquiatria (APA), o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM) é o dispositivo

oficial de traçar os diagnósticos psiquiátricos nos Estados Unidos, sendo utilizado em grande escala no mundo e, tendo assim, grande influência sobre a Classificação Internacional de Transtornos Mentais da Organização Mundial de Saúde (OMS). Além de ser usado por profissionais da área clínica, o DSM visa outras áreas de atuação, como a escolar, em 2013 foi publicada a mais nova versão o DSM-V (Viana, 2010), ambos criados pela Associação Americana de Psiquiatria para definir como é feito o diagnóstico de transtornos mentais, que classificou a depressão como “[...] presença de humor triste, vazio ou irritável, acompanhado de alterações somáticas e cognitivas que afetam significativamente a capacidade de funcionamento do indivíduo” (DSM-V, 2013, pp. 155).

O DSM-V indica como sintomas da depressão: humor deprimido, perda de interesse e prazer pelas atividades do cotidiano, humor triste na maior parte do dia, sentimentos de inutilidade ou culpa excessiva, pensamentos recorrentes de morte, capacidade diminuída para pensar ou se concentrar, alguns sintomas físicos também podem ser citados como perda ou ganha de peso, fadiga, perda de energia, insônia ou hipersonia prejudicando o funcionamento social, profissional, escolar e em diversas áreas da vida do indivíduo (DSM-V, 2013).

Na atualidade, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS), desde a década de 90, a depressão vem ocupando uma preocupante posição de destaque em relação aos problemas de saúde pública (Coutinho *et al*, 2003). Fazendo um breve repertório do percurso desses transtornos e seus índices na população, é perceptível o seu crescimento gradativo no decorrer dos anos. Segundo OMS (2017), “O número estimado de pessoas vivendo com depressão cresceu em 18,4% entre 2005 e 2015 [...] A proporção estimada da população global com depressão em 2015 é de 4,4%. [...] A depressão é mais comum entre mulheres (5,1%) do que em homens (3,6%).” (OMS, 2017, pp. 8, tradução nossa).

Ademais, segundo Costa *et al* (2020), o número cresce, e cerca de 10% da população é atingida por esse transtorno. A depressão situa-se em quarto lugar como a enfermidade que mais atinge a população mundial, perdendo apenas para algumas doenças como a cardíaca, visto isso, a depressão e ansiedade tem sido descrita pela Organização Mundial da Saúde como “o mal do século” sendo um dos assuntos mais falados da atualidade fazendo-se presente em vários setores da sociedade (Vaz *et al*, 2017; Costa *et al*, 2020).

3 FATORES BIOPSIKOSSOCIAIS DA DEPRESSÃO E ANSIEDADE

Segundo o DSM-5 (2013), existem alguns fatores de risco que influenciam no prognóstico do transtorno depressivo como: fatores ambientais, que englobam experiências

adversas na infância, eventos estressantes no decorrer da vida ou até mesmo a ausência desses eventos adversos; fatores genéticos, que incluem a herdabilidade de aproximadamente 40% - familiares de primeiro grau de indivíduos com transtorno depressivo têm o risco de 2 a 4 vezes mais elevado de desenvolver a doença; fatores modificadores do curso, que ocorrem quando outros transtornos, como a ansiedade, desencadeiam o desenvolvimento de episódios depressivos. Há uma significativa relação entre os transtornos de depressão e ansiedade e a biologia, devido a atuação dos neurotransmissores (Andrade *et al*, 2006).

Nessa perspectiva, o organismo humano tem como responsável para tal feito o sistema nervoso e o sistema endócrino. Todas as informações básicas, desde levantar um braço até dormir, ocorrem com o auxílio das informações que são transportadas dos neurônios para o resto do nosso corpo. Em consequência dos impulsos nervosos, o corpo humano é capaz de realizar tarefas como movimentação, pensamentos e desenvolver sentimentos como alegria e tristeza (Andrade *et al*, 2003). Os neurônios têm uma forte influência no humor, pois analisando o funcionamento destes, Peres (2019 apud Biscaino *et al*, 2016, pp. 1) fala que “[...] para transmitir um impulso elétrico em uma informação química no corpo humano, para que as células consigam ‘conversar’ o neurônio produz e utiliza os neurotransmissores”.

Nosso cérebro é uma ferramenta fundamental no sistema do corpo humano pois, a partir dele, são transportadas, com o auxílio dos neurotransmissores, informações cruciais para o nosso convívio no dia a dia. Visto isso, os neurônios são células que possuem a função de levar informações para outros neurônios no Sistema Nervoso Central (Andrade, 2016).

Com base nisso, é indubitável que, no decorrer de alguns acontecimentos da vida cotidiana, o ser humano pode estar sujeito a um nível elevado de estresse que pode desencadear sentimentos ansiosos. Isso pode acontecer em consequência dos neurotransmissores e hormônios que são liberados naturalmente pelo nosso corpo, ao passarmos por determinadas situações (Andrade, *et al* 2003). Alguns neurotransmissores atuam equilibrando as sensações e sentimentos do corpo humano, por conta disso “[...] a depressão é uma consequência direta da menor concentração de aminas biogênicas cerebrais, especialmente de serotonina, noradrenalina e dopamina” (Almada *et al*, 2014, pp. 124).

Ademais, a serotonina (5-hidroxitriptamina; 5-HT), localizada no hipotálamo e parte central do cérebro, é um neurotransmissor e hormônio envolvido em várias funções do corpo, dentre elas podem ser citadas estímulo do batimento cardíaco, regulação do humor, ansiedade, estresse, agressividade entre outros (Santos, 2016). Outro neurotransmissor muito importante relacionado à depressão e ansiedade é a dopamina, que é diferente da serotonina pois sua função vai depender do local de atuação. Para a execução de movimentos, a dopamina atua

no gânglio dorsal, responsável também pelo sentimento de euforia. Já a endorfina atua como um calmante natural (Andrade, 2016). Além disso, há também a noradrenalina - hormônio precursor da adrenalina em nosso corpo, que é liberado diante de determinadas situações em que se sinta pressionado ou em perigo, ocasionando sentimentos ansiosos, se liberado em quantidades desequilibradas (Ferreira *et al*, 2011). Assim, a depressão e a ansiedade possuem uma explicação neurobiológica.

Na depressão acontece uma diminuição na quantidade de neurotransmissores liberados, mas a bomba de recaptação e a enzima continuam trabalhando normalmente. Então um neurônio receptor captura menos neurotransmissores e o sistema nervoso funciona com menos neurotransmissores do que normalmente seria preciso. (Andrade, 2016, pp.4).

Portanto, apesar do indivíduo ser claramente afetado pelos acontecimentos da vida cotidiana, há também uma relação desses transtornos com os acontecimentos naturais do corpo humano.

4 A ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM ALUNOS DO ENSINO MÉDIO

A fase da adolescência é um período muito conturbado na vida de um indivíduo, durante o desenvolvimento do ser humano. Ocorre a chegada de mudanças sociais, hormonais e psicológicas que podem gerar algumas dificuldades para os adolescentes. Tais fatores podem aumentar a vulnerabilidade e desencadear situações de ansiedade e depressão (Campus, 1986, apud Silva *et al*, 2022). O momento de transição entre a fase infantil e a fase adulta, referente a idade entre 12 a 18 anos, é uma etapa em que o sujeito enfrenta intensas modificações, sendo uma delas a puberdade, relacionada com a maturidade biológica. A puberdade pode ser conceituada como um fenômeno natural que acontece no corpo humano que simboliza significativas mudanças físicas e consequentemente comportamentais (Domingues, 2010).

Além disso, há também uma certa maturidade mental desenvolvida nessa etapa da vida, que vai sendo construída gradativamente no decorrer dos anos, com o auxílio das aprendizagens desenvolvidas pelo convívio diário em sociedade. O termo “Maturidade” vem da palavra maduro:

Conceito tomado de empréstimo à botânica - os frutos amadurecem. É o ápice da perfeição biológica, quando o fruto atinge um ponto de crescimento que o torna capaz de gerar, de

reproduzir seres semelhantes ou, em uma concepção popular, está pronto para ser consumido. (Bíscaro, 2012 pp.1)

Sendo assim, essa etapa da vida pode gerar desconforto e uma certa pressão psicológica externa, pois espera-se que os adolescentes estejam desenvolvidos e preparados para saber lidar com as situações da vida adulta.

Ademais, outra mudança que pode vir a surgir é a busca incessante por entender e compreender a si mesmos. Segundo Silva *et al* (pp.1, 2022) “[...]o adolescente vive um turbilhão de sentimentos e pensamentos e existe a tentativa de se encontrar no mundo para a obtenção de uma identidade própria.”. Esse momento da vida pode ser muito estressante por ser exatamente quando os alunos estão se conhecendo e elaborando planos para o futuro. Outro fator que acontece na etapa da adolescência, e que pode aumentar essa vulnerabilidade e posteriormente atrapalhar a vida escolar dos alunos, são algumas situações pessoais corriqueiras como problemas financeiros, separação dos pais, brigas em casa, violência física, psicológica ou sexual que podem vir até mesmo dos próprios genitores, entre outros eventos estressores (Silva *et al*, 2022).

Visto isso, os adolescentes podem estar mais vulneráveis a desenvolver transtornos de ansiedade e depressão, pois há uma grande dificuldade para os alunos de ensino médio administrar todas as informações e mudanças que são chegadas a eles nessa fase da vida, gerando uma mistura de sentimentos como medo, tristeza e solidão. É estimado que cerca de 4% a 8% dos adolescentes estejam sujeitos a apresentar sintomas ansiosos e depressivos (Brito, 2011). Essa problemática, que muito possivelmente se intensificou no ensino remoto pela diminuição da interação entre professores e alunos e com o meio social, é um obstáculo presente na aprendizagem e no rendimento escolar dos alunos do ensino médio (Silva *et al* 2022).

A saúde mental é o elo entre o aprender e o poder viver e conviver no âmbito escolar, não se pode falar de aprendizagem e o comportamento socioemocional em instâncias separadas. De fato, se considerarmos a perspectiva das crianças e dos jovens na escola, suas capacidades e interesses de aprendizagem, suas condutas sociais e emocionais, seus modos de se vincularem com pessoas e as tarefas são indissociáveis, parte de um todo. É um todo que implica questões de saúde mental. (Estanislau *et al* 2014, pp.9)

A saúde mental dos adolescentes é de extrema importância para o bom desenvolvimento escolar individual de cada discente. Porém, esta é uma problemática

existente na sociedade contemporânea e agregada aos alunos do ensino médio. Para uma aprendizagem mais saudável, a escola como um lugar que influencia o desenvolvimento pessoal dos alunos e de suas decisões sobre o futuro, deve-se tomar medidas necessárias e fundamentais para uma tentativa de minimizar tais problemas (Reis *et al*, apud Silva *et al*, 2022).

As escolas devem ser um ambiente de acolhimento, compreensão e afetividade para com os alunos. Segundo Mello (2013, pp.1) “[...] um indivíduo que é tratado com afeto pode transformar-se em um ser humano capaz de enfrentar os problemas da vida e tem maior possibilidade de tornar-se uma pessoa mais centrada”, por isso, uma boa relação professor-aluno pode ajudar os discentes a enfrentar problemas externos à escola. É também papel do professor estar atento a tais comportamentos ansiosos e depressivos que podem vir a surgir nos alunos, de forma que, possa estar informado e ter conhecimentos necessários sobre o assunto para isso, é totalmente cabível que os licenciados tenham uma formação continuada para que possam lidar da maneira adequada diante de indícios de depressão e ansiedade em sala de aula (Silva *et al*, 2022).

Levando isso em consideração, a Lei Federal Nº 13.935/2019 (Brasil, 2019), tem como objetivo o atendimento de profissionais de psicologia e de serviços social aos alunos da escola pública e de educação básica (Silva *et al*, 2022). Uma medida imprescindível para amenizar essa problemática nas escolas é a inserção de um profissional qualificado da área da saúde mental que possa orientar não somente os alunos, mas também professores, gestores, familiares e funcionários da escola. O psicólogo pode trabalhar os assuntos que estão relacionados com a saúde mental dos educandos e que influenciam no rendimento escolar individual de cada um (Giongo *et al*, 2011).

Com isso, dentre as áreas de atuação do psicólogo, o ambiente escolar constitui também uma importante área para prestação de serviços. Esse profissional nesse setor possui um objetivo além de somente terapias, mas será de sua responsabilidade identificar e orientar familiares e educadores em como lidar com determinados desafios e comportamentos causados pelo estresse diário consequente da vida cotidiana escolar e outras possíveis situações que possam vir a acontecer, ou seja, o objetivo básico do psicólogo escolar ajudar a aumentar a qualidade e eficiência do processo educacional através da aplicação dos conhecimentos psicológicos. (Silva *et al*, 2022).

Tendo em vista contribuir com o processo ensino-aprendizagem, o psicólogo educacional poderá ser chamado para resolução de conflitos entre professor e aluno, aluno e aluno, aluno e familiares ou demais participantes do ambiente escolar. O profissional da

psicologia pode desenvolver atividades extracurriculares junto com os professores que podem beneficiar a tentativa de minimizar essa problemática nas escolas criando espaço para reflexão na escola, podem contribuir também de forma clínica realizando avaliações breves com auxílio de testes de personalidades, avaliação de nível intelectual com o intuito de melhorar o funcionamento da escola como um todo (Tessaro, 2023).

A Lei Nº 13.935/2019 (Brasil, 2019), visa também profissionais de serviços sociais, para auxiliar na área da educação básica identificando, com base em seus conhecimentos, os fatores sociais, culturais e econômicos que possam vir a afligir o processo educativo dos alunos, fomentando os resultados positivos da vida escolar. É indubitável que a educação é um processo somativo para a vida social de um indivíduo, configurando-se, além de importante, necessária para a construção da cognição de crianças e adolescentes. Com isso, os assistentes sociais possuem uma importante função para obter-se os resultados esperados, dentre as práticas exercidas pelos assistentes sociais no ambiente escolar, pode-se citar, garantir o direito ao acesso e permanência da criança e adolescente a escola, o que condiz no Art. 6º da lei nº 7716/89, e junto com as equipes multiprofissionais irão elaborar, implementar e executar atividades extracurriculares como entrevistas, visitas de campo entre outras técnicas de avaliações sociais para melhoria do processo de ensino-aprendizagem com a participação de todos da comunidade escolar, contribuindo para a formação de sujeitos de direitos (Brito, 2023).

A presença desses profissionais colabora de forma a fomentar as informações passadas para o corpo docente e discente, funcionando como uma rede de apoio ao ambiente escolar, possibilitando a ampliação de discussões sobre o assunto e promovendo a saúde mental nos alunos do ensino médio (Silva *et al*, 2022).

5 METODOLOGIA

A iniciativa da pesquisa veio a partir das observações da pesquisadora sobre o tema do estudo. Com isso, surgiu o interesse pelo desenvolvimento do tema por ser algo que esteve presente em alguns momentos da vida acadêmica da pesquisadora. O assunto foi visto como algo necessário a ser abordado e trabalhado. O presente estudo parte de uma pesquisa bibliográfica, realizada com o auxílio de leituras e artigos já publicados no Google Acadêmico, Periódicos Eletrônicos de Psicologia (PEPSIC), o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-V) e Scientific Electronic Library Online (SciELO). Primeiramente, o propósito foi fazer apanhados com informações verídicas relacionadas aos transtornos de

ansiedade e depressão para que posteriormente pudesse facilitar a escrita e em seguida poder relacionar esses transtornos com os tópicos escolhidos.

A partir disso, iniciou-se a pesquisa e estabeleceu-se os descritores: “depressão e ansiedade”, “saúde mental dos adolescentes”, “influência da ansiedade e depressão na aprendizagem” e “biologia da depressão”. Como critérios de inclusão determinou-se: trabalhos em língua portuguesa, publicados em base de dados reconhecidas e com ano de publicação a partir de 2010, por se entender um período suficiente para recolha dos dados. Como critérios de exclusão, indicou-se: trabalhos que abordassem outras fases da vida, que não a adolescência e que estivessem fora do contexto escolar. Foram selecionados 51 trabalhos relacionados ao tema, para contextualizar e construir uma base de informações tanto para conhecer melhor o assunto estudado quanto para decidir quais tópicos serão abordados. Em seguida foram cortados 17 trabalhos pelos critérios de exclusão, restando apenas 34. A partir da leitura dos resumos e de seleção mais alinhada ao objetivo do estudo, escolheu-se 11 artigos para análise.

Após isso, foram desenvolvidos os focos principais da pesquisa, para afunilar o tema e poder cumprir os propósitos principais, sendo eles: a influência dos transtornos de depressão e ansiedade no rendimento escolar dos alunos de ensino médio, a relação significativa da biologia com esses transtornos e a importância de um equilíbrio entre a saúde mental dos alunos, e a aprendizagem e o rendimento escolar.

Ademais, tendo em vista contextualizar o tema, foram desenvolvidos objetivos para guiar e cumprir-se no decorrer do trabalho. O presente projeto ampliou as discussões sobre os fatores biopsicossociais da depressão e ansiedade em alunos do ensino médio, por meio de uma pesquisa qualitativa na qual foi realizada uma revisão de literatura, em plataformas digitais, nas quais os artigos sobre o tema estivessem disponíveis.

6 RESULTADOS E DISCUSSÕES

A partir do levantamento dos artigos publicados entre os anos 2011 e 2023, bem como a leitura de resumos, selecionou-se 11 artigos que estão devidamente identificados no quadro 1.

Quadro 1: Artigos selecionados na revisão de literatura

Título	Autores	Ano de publicação	Base de dados
Ansiedade e depressão na	BRITO, I.	2011	Google Acadêmico

adolescência			
(Des) Enlaces da psicologia escolar na rede pública de ensino	GIONGO, C.; OLIVEIRA- MENEGOTTO, L. M.	2010	Scielo
A importância da afetividade na relação professor/aluno no processo de aprendizagem na educação infantil	MELLO, T.; RUBIO, J. D. A. S.	2013	Google Acadêmico
Considerações neurobiológicas sobre a depressão maior-um histórico neurocientífico	ALMADA, L. F.; ET AL.	2014	Google Acadêmico
Saúde mental na escola: o que os educadores devem saber	ESTANISLAU, G. M.; BRESSAN, R. A.	2014	Google Books
Depressão: mal do século	COSTA, J.; ET AL.	2020	Google Acadêmico
Ação dos Neurotransmissores Envolvidos na Depressão	DINIZ, J. P.; ET AL.	2020	Google Acadêmico
A contribuição da escola para a promoção da saúde mental de adolescentes no combate a depressão e ao suicídio	SILVA, M. M.; SILVA BARROS, L.	2021	Google Acadêmico
A religião na ótica da psicologia	SANTOS, G. A.	2021	Google Acadêmico
O impacto da depressão entre adolescentes no contexto escolar: uma revisão integrativa	SILVA, J. S.; AZEVEDO, C. A.	2022	Google Acadêmico
Entre a expectativa e a prática do profissional da psicologia na escola	TESSARO, M.; ET AL.	2023	Scielo

Fonte: Dados da Pesquisa

Os achados na pesquisa indicam que os transtornos de depressão e ansiedade, ao

contrário do que muitos acreditam, não estão presentes apenas na geração atual, é recorrente desde os primórdios da formação da sociedade (Costa *et al* 2020) . Segundo Santos (2021), o ser humano, desde o princípio de sua existência, teve a necessidade de acreditar em uma força maior para orientar seus comportamentos. Com isso, a crença se tornou útil e esclarecedora para tudo e, por isso, apesar do passar do tempo, verifica-se que a religião ainda tem sua forte influência na resistência à procura de um tratamento para os transtornos de ansiedade e depressão. A crença está constantemente relacionada ao humor dos indivíduos, e a falta da necessidade de se acreditar em algo superior, para algumas pessoas pode ser o motivo do surgimento desses sintomas ansiosos e depressivos, dificultando a credibilidade da depressão e ansiedade como um transtorno a ser tratado.

O nosso organismo é o um dos responsáveis por esses transtornos, pois os mesmos acontecem no sistema nervoso e no sistema endócrino. Diniz *et al* (2020), complementam que o cérebro é ferramenta fundamental do nosso corpo, além de ser o precursor do processo desses transtornos mentais, com o auxílio dos neurotransmissores, que são responsáveis por transmitir todas as informações necessárias para o resto do corpo, como os hormônios.

Almada *et al* (2014) explicam de forma mais clara e direta que a depressão é consequência da diminuição da concentração de alguns neurotransmissores. Em sua pesquisa são citados alguns deles como a serotonina, noradrenalina e dopamina, substâncias responsáveis pela transmissão de algumas emoções, interferindo em vários setores da vida pessoal de um indivíduo afetado pela falta ou diminuição desses neurotransmissores.

No que diz respeito aos adolescentes, Silva & Azevedo (2022) apontam que os eles passam por momentos de intensas modificações físicas e mentais, na fase de transição entre a vida adolescente e a vida adulta, que é puberdade, o que pode torná-los mais sujeitos a uma situação de maior vulnerabilidade emocional. É explícito o quão grave é essa problemática pois, como indica Brito (2011), é estimado que cerca de 4% a 8% dos adolescentes estejam sujeitos a apresentar sintomas ansiosos e depressivos.

Com base nisso, Silva & Barros (2021) pontuam que a escola, como um dos locais de maior contato com esses indivíduos, deve ser um ambiente de total compreensão e afetividade com os alunos, para que os mesmos possam se sentir seguros e protegidos, e que os professores devem guiá-los nesse momento de tensão psicológica, com o risco futuro de gerar uma frustração, como citam Mello & Rúbio (2013).

A partir disso, nos achados da pesquisa bibliográfica, foi perceptível como os transtornos de depressão e ansiedade interferem na aprendizagem dos alunos como é discutido por Silva & Silva (2022).

Nessa perspectiva, como tentativa de discutir essa problematização no meio social, a Lei Nº 13.935/2019 foi estabelecida, com objetivo o atendimento de profissionais de psicologia e de serviços sociais aos alunos da escola pública e de educação básica. Giongo & Menegotto (2011), antes do surgimento da lei, o trabalho enfatiza a importância da psicologia escolar e descrevem alguns exemplos de possíveis tentativas de reverter os casos de alunos afetados pelos transtornos de ansiedade e depressão, o psicólogo pode trabalhar os assuntos que estão relacionados à saúde mental dos educandos e que influenciam no rendimento escolar individual de cada um. Em complemento após o surgimento da lei citada, Tessaro *et al* (2023) expõem que o profissional da psicologia pode desenvolver atividades extracurriculares junto com os professores ou contribuir também de forma clínica realizando avaliações breves com auxílio de testes de personalidades, avaliação de nível intelectual com o intuito de melhorar o funcionamento da escola como um todo.

Sendo assim, para consolidar o pensamento dos autores citados, Estanislau & Bressan (2014), citam que a saúde mental e a aprendizagem não existem em instâncias separadas, pois a saúde mental dos adolescentes é de extrema importância para o bom desenvolvimento escolar individual de cada discente, constituindo cidadãos psicologicamente preparados para lidar emocionalmente com determinadas situações em sociedade.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os achados na pesquisa indicam que os transtornos de depressão e ansiedade, ao contrário do que muitos acreditam, não estão presentes apenas na geração atual, é recorrente desde os primórdios da formação da sociedade. No entanto, a maneira que esses transtornos ainda são tratados permanece necessitando de um olhar mais sensível. Na atualidade, esses transtornos ainda são relacionados a situações inadequadas como “frescura”, “exagero” ou até mesmo a “falta de Deus” ou de “uma religião”.

O ser humano, desde o princípio de sua existência, teve a necessidade de acreditar em uma força maior para orientar seus comportamentos. Com isso, a crença se tornou útil e esclarecedora para tudo e, por isso, apesar do passar do tempo, verifica-se que a religião ainda tem sua forte influência na resistência à procura de um tratamento para os transtornos de ansiedade e depressão. A crença está constantemente relacionada ao humor dos indivíduos, e a falta da necessidade de se acreditar em algo superior, para algumas pessoas pode ser o motivo do surgimento desses sintomas ansiosos e depressivos, dificultando a credibilidade da depressão e ansiedade como um transtorno a ser tratado.

Com base nisso, o estudo aponta que esses transtornos acontecem em nosso organismo podendo ser explicados pela biologia através dos neurotransmissores. O Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-V) e a Organização Mundial da Saúde reconhecem esses transtornos como algo que acomete a sociedade, mas que ainda não receberam o cuidado e atenção necessária, mesmo que a população ainda é fortemente afetada pelos transtornos de ansiedade e depressão.

Tendo como foco principal os jovens e adolescentes, os achados literários pontuaram que a conturbada fase de transição entre a infância e a fase adulta, juntamente com o misto de emoções e decisões direcionadas a esses indivíduos nessa etapa de suas vidas, acabam tornando-os mais vulneráveis a passar por determinadas situações de alto e prejudicial estresse emocional. O que necessita de um maior entendimento e amparo por aqueles que o rodeiam e a escola, um dos locais de maior contato com os adolescentes, que ainda não está preparada para lidar com esse obstáculo que muito se interfere na aprendizagem dos alunos.

Com isso, os transtornos mentais causam um grande impacto no desempenho escolar dos alunos, de forma que suas percepções de aprendizagem se tornam prejudicadas pelos sentimentos de inutilidade, cansaço mental, desmotivação, humor deprimido e triste, baixa autoestima, perda involuntária de interesse pelas atividades oferecidas pela escola ou pelas aulas. O comportamento ansioso e depressivo dos alunos irá afetar significativamente suas notas e aprendizagem podendo ser facilmente confundido com falta de interesse por parte dos adolescentes.

Nessa perspectiva, mesmo com a Lei Federal Nº 13.935/2019, que tem como objetivo o atendimento de profissionais de psicologia e de serviço social aos alunos da escola pública e de educação básica, é perceptível que essa normativa ainda não está sendo devidamente cumprida nas redes públicas de educação básica. A literatura indica que, no decorrer dos anos, as porcentagens de adolescentes afetados por esse problema apenas aumentaram. A presença desses profissionais no ambiente escolar poderia impactar de forma positiva os alunos, os professores, os gestores e as famílias, de forma a beneficiar todos os envolvidos no meio a compreender melhor os transtornos de depressão e ansiedade nos alunos.

Além disso, é importante ressaltar que existem alguns fatores de risco que podem influenciar os transtornos mentais. Segundo o DSM-V, um dos fatores são os genéticos e fisiológicos, ou seja, a herdabilidade de um indivíduo com familiares de até primeiro grau com transtornos depressivos tem uma probabilidade de até 40% de desenvolver o transtorno. É perceptível que há também a presença de fatores biológicos nos transtornos mentais, uma forma de tentativa de intervenção é o tratamento através medicamentos indicados por

profissionais da psiquiatria, agindo diretamente no cérebro aumentando os níveis de neurotransmissores como a serotonina e a noradrenalina corrigindo a transmissão neuroquímica regulando as emoções e o humor.

Contudo, diante dos trabalhos selecionados para a construção da presente pesquisa, conclui-se que, o problema discutido no estudo afeta fortemente a sociedade atual e necessita de mais olhares de conscientização do meio social para o tema depressão e ansiedade nos alunos. Por fim, indica-se que o tema seja amplamente pesquisado novos transtornos dentro do assunto proposto que também interferem na aprendizagem dos alunos como exemplo o transtorno desafiador de oposição (TOD) e em seguida discutido com vista a uma sensibilização da sociedade para sua importância.

REFERÊNCIAS

ALMADA, L. F. et al. Considerações neurobiológicas sobre a depressão maior-um histórico neurocientífico. **Encontro: Revista de Psicologia**, v. 17, n. 26, p. 111-124, 2014, pp. 124.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION et al. **DSM-5: Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais**. Artmed Editora, 2014, pp. 155.

ANDRADE, L. S. et al. neurociência e educação: a matemática do Corpo nas aulas de educação física. **Caderno de Graduação-Ciências Biológicas e da Saúde-UNIT SERGIPE**, v. 3, n. 2, p. 203-216, 2016, pp. 4.

ANDRADE, R. V. et al. Atuação dos neurotransmissores na depressão. **Sistema Nervoso**, v. 2, p. 3, 2003.

BISCAINO, L. C. et al. Neurotransmissores. **Mostra Interativa da Produção Estudantil em Educação Científica e Tecnológica**, 2016, pp.1.

BÍSCARO, W. Maturidade Emocional. **Revista Longeviver**, n. 22, 2012, pp. 1.

BRASIL. **Lei nº 13.935**, de 11 de dezembro de 2019. Dispõe sobre a prestação de serviços de psicologia e de serviço social nas redes públicas de educação básica. Brasília, DF: Diário Oficial da União, 2019.

BRITO, I.. Ansiedade e depressão na adolescência. **Revista Portuguesa de Medicina Geral e Familiar**, v. 27, n. 2, p. 208-14, 2011.

BRITO, B. M. L. P. **A importância do serviço social na educação pública**. 2023.

CANALE, A.; FURLAN, M. M. D. P. Depressão. **Arquivos do MUDI**, v. 10, n. 2, p. 23-31, 2006, pp. 23.

COSTA, J. et al. **Depressão: Mal do Século**. 2020.

COUTINHO, M. P. L. et al. Depressão, um sofrimento sem fronteira: representações

sociais entre crianças e idosos. **Psico-usf**, v. 8, p. 183-192, 2003.

DEUS, P. R. G. et al. **As influências do sentimento religioso sobre o cristão portador de depressão**. 2008.

DINIZ, J. et al. Ação dos Neurotransmissores Envolvidos na Depressão. **Ensaio e Ciência: Ciências Biológicas, Agrárias e da Saúde**, [S. l.], v. 24, n. 4, p. 437–443, 2020.

DOMINGUES, M. P.; MACHADO, C. **O papel da escola frente às mudanças da puberdade**. 2010.

ESTANISLAU, G. M.; BRESSAN, R. A. **Saúde mental na escola: o que os educadores devem saber**. Artmed Editora, 2014.

GIONGO, C.; OLIVEIRA-MENEGOTTO, L. M. (Des) Enlaces da psicologia escolar na rede pública de ensino. **Psicologia USP**, v. 21, p. 859-874, 2010.

GUILOUSKI, B.; COSTA, D. R. D.. Ritos e rituais. **Jornada Interdisciplinar de Pesquisa em Teologia e Humanidades Jointh, Subjetivação contemporânea e subjetividade**, v. 2, 2012.

JUNIOR, D. A. F. et al. Aspectos psicobiológicos da ansiedade: noradrenalina e suas implicações na performance esportiva. **Cadernos UniFOA**, v. 6, n. 1 Esp, p. 75-82, 2011.

LAPO, F. R.; BUENO, B. O. Professores, desencanto com a profissão e abandono do magistério. **Cadernos de pesquisa**, p. 65-88, 2003.

LUJAN, Luciana Savioli. **A melancolia romântica em Freud e Nerval**. Dissertação de Mestrado. Universidade de Campinas. 2001.

MALTA, D. C. et al. Distanciamento social, sentimento de tristeza e estilos de vida da população brasileira durante a pandemia de Covid-19. **Saúde em debate**, v. 44, p. 177-190, 2021.

MELLO, T.; RUBIO, J. D. A. S. A importância da afetividade na relação professor/aluno no processo de ensino/aprendizagem na educação infantil. **Revista Eletrônica Saberes da Educação**, v. 4, n. 1, p. 1-11, 2013.

MELO, A. K. et al. Depressão em adolescentes: revisão da literatura e o lugar da pesquisa fenomenológica. **Psicologia: ciência e profissão**, v. 37, p. 18-34, 2017.

SANTOS, G. A. A religião na ótica da psicologia. **Anais do XV Colóquio Internacional Educação e Contemporaneidade**, 2021.

SANTOS, J. F. **A influência da serotonina na fisiologia da depressão**. 2016. Tese de Doutorado.

SILVA, G. B. et al. Depressão e Rendimento Escolar. **Revista de Ciência e Inovação**, v. 8, n. 1, p. 1-18, 2022, pp. 1.

SILVA, J. S.; AZEVEDO, C. A. O impacto da depressão entre adolescentes no contexto escolar: uma revisão integrativa. **Revista Psicologia em Foco**, v. 14, n. 20, p. 187-200, 2022, pp. 1.

SILVA, M. M.; BARROS, L. S. A contribuição da escola para a promoção da saúde mental de adolescentes no combate a depressão e ao suicídio. **Brazilian Journal of Development**, v. 7, n. 3, p. 21078-21095, 2021.

STRIEDER, R.; ZIMMERMANN, R. L. G.. Importância da escola para pais, mães, alunos, professores, funcionários e dirigentes. **Educação**, v. 35, n. 2, p. 245-258, 2010.

TESSARO, M. et al. Entre a expectativa e a prática do profissional da psicologia na escola. **Psicologia em Estudo**, v. 28, p. e53458, 2023.

VAZ, A. C. R. et al. Depressão e suicídio. **Feira Brasileira de Colégios de Aplicação e Escolas Técnicas**, 2017.

VIANA, M. B. **Mudanças nos conceitos de ansiedade nos séculos XIX e XX: da Angst Neurose ao DSM-IV**. 2010.

WORLD HEALTH ORGANIZATION et al. **Depression and other common mental disorders: global health estimates**. World Health Organization, 2017, pp. 8.