

Organizadores:
Gabriel Nava Lima
Fernanda Tabita Barroso Zeidan

Modernidade e humanização

Inclusão, Permanências, Terapias e Psique



Gabriel Nava Lima
Fernanda Tabita Barroso Zeidan
(Organizadores)

MODERNIDADE E HUMANIZAÇÃO

Inclusão, Permanências, Terapias e Psique

EDITORA PASCAL

2024

Editor Chefe: Prof. Dr. Patrício Moreira de Araújo Filho

Edição e Diagramação: Eduardo Mendonça Pinheiro

Edição de Arte: Marcos Clyver dos Santos Oliveira

Bibliotecária: Rayssa Crsthália Viana da Silva – CRB-13/904

Revisão: Os autores

Conselho Editorial

Dr. José Ribamar Neres Costa

Dr. Raimundo José Barbosa Brandão

Dr^a Maria Raimunda Chagas Silva

Dr. Claudio Alves Benassi

Dr. Diogo de Almeida Viana dos Santos

Dr^a Rita de Cássia Silva de Oliveira

M.Sc. Shirley Ribeiro Carvalho

M.Sc. Tatiana Mendes Bacellar

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

L732m

Coletânea Modernidade e humanização: inclusão, permanências, terapias e psique / Gabriel Nava Lima e Fernanda Tabita Barroso Zeidan (Orgs.). — São Luís: Editora Pascal, 2024.

177 f. : il.: (Modernidade e humanização; v. 1)

Formato: PDF

Modo de acesso: World Wide Web

ISBN: 978-65-6068-076-0

D.O.I.: 10.29327/5411226

1. Psicologia. 2. Saúde. 3. Humanização. 4. Páticas Integrativas e Complementares em saúde. I. Lima, Gabriel Nava. II. Zeidan, Fernanda Tabita Barroso. III. Título.

CDU: 159.938.363.6

O conteúdo dos artigos e seus dados em sua forma, correção e confiabilidade são de responsabilidade exclusiva dos autores.

APRESENTAÇÃO

O século XXI tem na sua gênese o surgimento de uma sociedade interligada por uma rede de computadores que minimizou a influência das fronteiras geográficas, ampliando o contato e a troca de informações entre grupos sociais. Essa nova realidade é um paradigma para diversas áreas do conhecimento.

Na psicologia essa nova realidade tem um impacto significativo porque as novas formas de relações sociais levam, necessariamente, a uma reflexão sobre os novos comportamentos sociais e a possibilidade de aplicação das abordagens consagradas para tratar problemas comportamentais nascidos depois do surgimento da realidade virtual.

Esse livro foi concebido para debater essa realidade premente, mas também se propõe fazer um debate sobre temas a muito debatidos na academia que dificilmente extrapolavam os muros universitários, mas que hoje são discutidos abertamente pela sociedade graças a ampliação do debate via redes sociais virtuais.

No livro também há trabalhos que tratam de temas bem atuais, ligados as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS).

As abordagens partem de casos concretos ou de estudos exploratórios, mas permitem perceber a importância do psicólogo no processo de humanização da relação da prática médica, uma vez que as PICS focam no cuidar do paciente de forma integral.

Os temas foram escolhidos como objeto de estudo por alunos que estavam concluindo o curso de Psicologia e foram abordados de forma a ampliar o debate sobre alguns assuntos bem específicos. Temas como racismo e estereótipos são analisados partindo da saúde mental do negro e das dores psíquicas da mulher negra. O Transtorno do Espectro Autista (TEA) é estudado a partir da inclusão da criança autista no meio ambiente escolar. Dentro da mesma temática, também é debatida a importância do Psicólogo na escola.

Quando se trata dos processos de adoecimento mental surgidos pós nascimento da rede mundial de computadores, a ansiedade e a depressão em crianças causadas pelo uso excessivo de telas são debatidas, como também é debatida a influência das redes sociais na distorção da realidade.

Por último, mas não menos importante, as Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) são analisadas a partir do uso da Arteterapia como instrumento psicoterapêutico e como expressão comunitária e do uso da terapia cognitivo-comportamental (TCC) e *mindfulness* no tratamento de transtornos de ansiedade (TAG). Os temas escolhidos pelos alunos e a forma de abordá-los deixam claro que a realidade social se transforma rapidamente e que a psique humana está cada vez mais complexa, e é por isso que os trabalhos que fazem parte desde livro merecem ser lidos.

Prof. Dr. Gabriel Nava

ORGANIZADORES

Gabriel Nava Lima

Possui graduação em Curso de Formação Pedagógica-Licenciatura Plena pela Universidade Estadual Vale do Acaraú - UVA (2007), graduação em História Bacharelado pela Universidade Federal do Maranhão- UFMA (2001), graduação em Administração pela Faculdade Estácio (2017), mestrado em Ciências Sociais pela Universidade Federal do Maranhão - UFMA (2005) e doutorado em Meio Ambiente e Desenvolvimento Regional pela Universidade Anhanguera - UNIDERP (2020). É professor titular do Centro Universitário Estácio de São Luís e da Faculdade EDUFOR e atualmente realiza estágio Pós-doutoral na Universidade Federal Rural do Rio de Janeiro -UFRRJ. Tem experiência nas áreas de Administração, Desenvolvimento Regional e territorial.

Fernanda Tabita Barroso Zeidan

Mestra em Psicologia pelo Programa de Pós-graduação em Psicologia da Universidade Federal do Maranhão (2013 - 2015). Especialista na modalidade de Residência Multiprofissional em Saúde com ênfase na Atenção à Saúde Renal como Psicóloga (2011- 2013). MBA em Gestão de Pessoas (2022-2022). Especialista em Psicologia Clínica (2022-2023). Especialista em Saúde Coletiva (2023-2023). Possui graduação em Psicologia pela Universidade Federal do Maranhão (2011). Tem experiência na área de Psicologia, com ênfase em Tratamento e Prevenção Psicológica, docência, pesquisa e extensão. Atuou como coordenadora do curso de Psicologia na IES Anhanguera e na docência (São Luís/MA). Atualmente é Coordenadora Pedagógica do Curso Superior de Psicologia da Faculdade Estácio de São Luís.

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1	9
A IMPORTÂNCIA DO BRINCAR NO DESENVOLVIMENTO INFANTIL, CRIATIVIDADE E INTERAÇÃO SOCIAL	
<i>Lazaro José Santos Silva</i>	
<i>Rochelle Custódio Do Nascimento</i>	
<i>Gabriel Marley Freitas Silva</i>	
 CAPÍTULO 2.....	 22
AUTISMO NA EDUCAÇÃO INFANTIL: CONSIDERAÇÕES SOBRE O PROCESSO DE INCLUSÃO EM ESCOLAS PÚBLICAS	
<i>Mara Cristina Freitas</i>	
<i>Lucineide Karine Alves Santos</i>	
 CAPÍTULO 3.....	 31
A BELEZA DA MULHER NEGRA, FATOR HISTÓRICO: DORES PSÍQUICAS E ESTEREÓTIPOS	
<i>Ellen Suzan Silva</i>	
<i>Gabriel Nava Lima</i>	
 CAPÍTULO 4	 42
ARTETERAPIA: ENQUANTO INSTRUMENTO PSICOTERAPÊUTICO NO TRATAMENTO ONCOLÓGICO DE CRIANÇAS HOSPITALIZADAS	
<i>Ingrid Victória Santos dos Santos</i>	
<i>Juliana Mendes da Silva</i>	
 CAPÍTULO 5.....	 54
A IMPORTÂNCIA DA INCLUSÃO ESCOLAR PARA CRIANÇAS COM TEA	
<i>Ana Kaliciane da Silva Borges</i>	
<i>Wikaelly Costa dos Santos Serafim</i>	
 CAPÍTULO 6.....	 71
TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL (TCC) E MINDFULNESS NO TRATAMENTO DE TRANSTORNOS DE ANSIEDADE (TAG): UM ESTUDO EXPLORATÓRIO	
<i>Veranil Lacerda Botelho Junior</i>	
<i>Venísia Maria Silva Ferreira</i>	

CAPÍTULO 7.....	82
ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM CRIANÇAS RELACIONADAS AO EXCESSIVO USO DE TELAS: INVESTIGAÇÃO DOS FATORES CAUSADORES E APRESENTAÇÃO DE ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO	
<i>Cristiane Silva Melo</i>	
<i>Marciana Oliveira de Lima</i>	
CAPÍTULO 8	94
IMPACTOS DO RACISMO NA SAÚDE MENTAL DA POPULAÇÃO NEGRA: UMA ANÁLISE INTEGRATIVA DA LITERATURA E PERSPECTIVAS DE INTERVENÇÃO	
<i>Luis Filipe Pinheiro Mendes</i>	
CAPÍTULO 9.....	104
A ARTE COMO EXPRESSÃO COMUNITÁRIA: SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES DO BAIRRO CIDADE OPERÁRIA	
<i>Daniele Garcia Almeida</i>	
<i>Gabriel Nava Lima</i>	
CAPÍTULO 10.....	116
A INFLUÊNCIA DAS REDES SOCIAIS NA DISTORÇÃO DE REALIDADE E SEUS IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL DOS USUÁRIOS	
<i>Ariana Lopes Pontes</i>	
<i>Hyara da Silva Lopes</i>	
CAPÍTULO 11.....	127
O PAPEL DO PSICÓLOGO ESCOLAR NA EDUCAÇÃO BÁSICA BRASILEIRA: AS POSSIBILIDADES E OS DESAFIOS	
<i>Rayenne Silva Lima</i>	
<i>Gabriel Nava Lima</i>	
CAPÍTULO 12	138
A INFLUÊNCIA DA ESTÉTICA NA AUTOESTIMA DE MULHERES FREQUENTADORAS DE UM SALÃO DE BELEZA EM SÃO LUÍS (MA)	
<i>Janaina dos Santos Sirqueira</i>	
<i>Gabriel Nava Lima</i>	

CAPÍTULO 13155

**A IMPORTÂNCIA DO ACOMPANHAMENTO COM PSICÓLOGO PARA PACIENTES RENAI-
CRÔNICOS PARA UMA MELHOR ACEITAÇÃO AO TRATAMENTO POR MEIO DE HEMODI-
ÁLISE**

Letícia Silva Soares

Marcio de Almeida Paschoal

Rosana do Nascimento da Silva

CAPÍTULO 14.....167

**OS IMPACTOS DA VIOLÊNCIA URBANA NA SAÚDE MENTAL DOS MOTORISTAS DE ÔNI-
BUS DO TRANSPORTE PÚBLICO**

Otaviano Martins Costa Netto



1

A IMPORTÂNCIA DO BRINCAR NO DESENVOLVIMENTO INFANTIL, CRIATIVIDADE E INTERAÇÃO SOCIAL

*THE IMPORTANCE OF PLAYING IN CHILD DEVELOPMENT, CREATIVITY AND
SOCIAL INTERACTION*

Lazaro José Santos Silva¹
Rochelle Custódio Do Nascimento¹
Gabriel Marley Freitas Silva¹

¹ Psicologia, Centro Universitário Estácio São Luís, São Luís - Maranhão

Resumo

O brincar configura-se como uma das principais características da infância e é fundamental para o desenvolvimento da criança em todos os seus aspectos, seja físico, cognitivo, emocional ou social. O ato de brincar permanece vivo na memória de uma pessoa em diferentes épocas, e são renovadas dependendo do grau de imaginação e o poder de recriar de cada indivíduo. Este artigo tem como objetivo compreender a importância do brincar como fator contribuinte para o desenvolvimento das habilidades e competências adquiridas na infância, ampliando a imaginação e a interação social. A metodologia utilizada foi fundamentada em pesquisa bibliográfica com abordagem qualitativa, e quanto aos objetivos propostos fundamenta-se na pesquisa descritiva. Os materiais foram coletados a partir de livros, revistas, sites e artigos, encontrados nas principais plataformas de pesquisas acadêmicas, CAPES, Scielo e Google Acadêmico. Os resultados evidenciam que o brincar é tão característico da infância, trazendo inúmeras contribuições para a formação da criança, proporcionando a capacitação de uma série de experiências que irão contribuir para o seu desenvolvimento integral. Assim, conclui-se que o brincar não deve ser visto apenas como um momento de diversão ou lazer, mas pelas significantes contribuições para o desenvolvimento da criança que o acompanharão ao longo de sua vida.

Palavras-chaves: Brincar. Criatividade. Interação. Desenvolvimento Infantil.

Abstract

Playing is one of the main characteristics of childhood and is fundamental to the child's development in all its aspects, whether physical, cognitive, emotional or social. The act of playing remains alive in a person's memory at different times, and is renewed depending on each individual's degree of imagination and power to recreate. This article aims to understand the importance of playing as a contributing factor to the development of skills and competencies acquired in childhood, expanding imagination and social interaction. The methodology used was based on bibliographical research with a qualitative approach, and regarding the proposed objectives, it is based on descriptive research. The materials were collected from books, magazines, websites and articles, found on the main academic research platforms, CAPES, Scielo and Google Scholar. The results show that playing is so characteristic of childhood, bringing countless contributions to the child's education, providing training in a series of experiences that will contribute to their integral development. Thus, it is concluded that playing should not be seen just as a moment of fun or leisure, but for the significant contributions to the child's development that will accompany him throughout his life.

Keywords: Play. Creativity. Interaction. Child development

1. INTRODUÇÃO

O brincar é um direito assegurado pela Constituição Federal Brasileira à todas as crianças, visto que este ato é essencial para o desenvolvimento humano. O ato de brincar faz parte da história de toda criança, e mesmo este sendo tão antigo quanto o ser humano, perpassando a história, é algo intrínseco do ser humano. Assim, através do brincar as crianças se socializam e se desenvolvem em diferentes áreas: cognitiva, afetiva, psicológica, motor, intelectual e social (atenção, memória, imitação e imaginação).

Neste contexto, a respeito do brincar e sobre o desenvolvimento infantil percebe-se que há uma diferença no desenvolvimento entre crianças que normalmente brincam, das que não brincam, e isso se dá por diversos motivos (excesso de tarefas, trabalho infantil, cuidadores que não estimulam o brincar e nem propiciam espaço e meios para o brincar, uso excessivo de telas, adultos sobrecarregados fisicamente, etc.), há um menor rendimento escolar, dificuldade de interação com outras crianças, dificuldade de aprendizado, etc.

Segundo Piaget (1988) é na primeira infância que vai do 0 aos 6 anos que habilidades sociais são aprendidas e desenvolvidas em forma de brincadeiras, e é nesta fase que se inicia o desenvolvimento psicomotor e emocional do ser humano. Deste modo, o brincar além de ser um ato criativo, onde a criança se apropria do mundo real através de sua imaginação e criatividade, estimulando assim sua sensibilidade corporal em todos os aspectos (visual, auditivo, linguagem, percepção, espacial, etc.), é também um modo pelo qual a criança adquire conhecimentos, aprende valores e virtudes, desenvolve senso crítico, e aprende regras sociais.

Este artigo justifica-se pela sua relevância em sua dimensão científica e acadêmica, assim como pelo interesse enquanto futuro profissional que busca adquirir novos conhecimentos e informações sobre o assunto aqui debatido, conhecendo a importância e as contribuições do brincar para o desenvolvimento infantil, favorecendo as relações sociais e imaginação no universo da criança. No âmbito social, contribui servindo de estímulo para socialização das crianças, incentivando-os sobre valores que refletirão no seu modo de pensar e agir ao longo da vida.

Diante dessas inquietações surgiu a problemática que norteou este estudo: como o brincar pode auxiliar no desenvolvimento infantil, contribuindo para as relações pessoais e na imaginação da criança? Em busca de resposta para essa pergunta, levantou-se o objetivo geral: a importância do brincar como fator contribuinte para o desenvolvimento das habilidades e competências adquiridas na infância, ampliando a imaginação e a interação social. E os objetivos específicos têm o intuito de identificar e compreender sobre a importância e os benefícios que brincar exerce no desenvolvimento das crianças.

Quanto a metodologia adotada trata-se de uma pesquisa bibliográfica com abordagem qualitativa, feita a partir do levantamento com base nos principais autores que debatem sobre a temática, e complementando a pesquisa por meios escritos e eletrônicos, como livros, artigos científicos, monografias, coletados nas principais plataformas acadêmicas CAPES, Scielo e Google Acadêmico.

Em relação aos objetivos propostos, este fundamenta-se na pesquisa descritiva que segundo Gil (2010) é aquela que “descreve as características de um determinado fenômeno ou objeto de estudo, estabelecendo relações entre as suas variáveis”. Assim, esse tipo de pesquisa é essencial para proporcionar uma compreensão detalhada e precisa de fenô-

menos, populações ou condições específicas.

2. RESULTADOS E DISCUSSÃO

2.1 O brincar na infância

O brincar não deve ser visto de forma simplista, como uma forma de distração, de passar o tempo ou coisa parecida. O brincar é o estilo de vida da criança e é como ela se apropria da sua realidade envolvendo a dimensão motora, afetiva, cognitiva e social. Ele tem uma perspectiva mais ampla, ele deve ser visto como um ato que envolve e alcança o indivíduo até em nível neural, por exemplo, criando sinapses, registrando experiências, criando memórias, trabalhando a imaginação e trabalhando na criança a tomada de decisões, reforçando assim a importância e a necessidade do brincar para a criança.

Na espécie humana, o desenvolvimento cerebral é intenso nos primeiros anos de vida, reduzindo progressivamente, mas continuando por toda a vida do indivíduo. Por isso, durante o brincar diferentes áreas do cérebro se interconectam e formam novos caminhos neurais, proporcionando futuramente a tomada de decisões, antes exclusiva à ação comandada pelas emoções. Durante o brincar há um fortalecimento dos circuitos neurais que interligam o sistema límbico (responsável pelo processamento das emoções) ao neocórtex, proporcionando aos humanos a tomada de decisões, ou seja, habilidades racionais que favorecem a aprendizagem (DE SOUSA *et al.*, 2015).

O brincar estar para a criança como o mundo do trabalho para o adulto, além de ser uma atividade própria da infância ou o trabalho das crianças, “o brincar é essencial ao seu desenvolvimento - razão pela qual se tornou um direito reconhecido e garantido por lei” (BRITES, 2020).

A infância é uma das fases do desenvolvimento humano, que vai do nascimento à adolescência. Nessa fase, o ato de brincar é indissociável da própria natureza da criança.

A criança precisa viver a infância, e é neste período que as brincadeiras se fazem presentes, ou seja, as brincadeiras devem fazer parte da rotina, devem ser tidas como um momento prazeroso, de partilha, de trocas, de vivências, de criação de memórias, de aprendizagens, de comunicação/diálogo, de fortalecimento de vínculos, enfim que o ato de brincar estimule a criança a ser criança (DA SILVA, 2022, p 5).

Conforme o exposto, na infância o brincar faz parte do cotidiano das crianças desde cedo. Brincar é muito mais do que apenas uma atividade divertida, é uma parte crucial do processo de crescimento e aprendizado da criança, permitindo que estas explorem o mundo ao seu redor, experimentam diferentes papéis e situações, desenvolvam suas habilidades, e aprendem a resolver problemas e a lidar com emoções. Além disso, as brincadeiras proporcionam momentos de alegria, compartilhamento e criação de memórias preciosas.

Para Oliveira (2011, p.15), a “forma como a criança se expressa através do brincar é organizada dentro de sua realidade, aprendendo a lidar com suas possibilidades, limitações e conflitos, compreendendo que a mesma não sabe se expressar ou não pode falar a respeito”. Com ênfase nesse aspecto, pode-se comprovar que a criança ao brincar expressa seus sentimentos e seus conflitos em relação ao mundo na qual faz parte.

A brincadeira está presente na vida de uma criança em diferentes tempos e lugares, apresentando diferentes significados no contexto social e cultural onde estiver inserida. O ato de brincar permanece vivo na memória de uma pessoa em diferentes épocas, e são renovadas dependendo do grau de imaginação e o poder de recriar de cada indivíduo. Ao brincar, a criança cria memórias, a dimensão cognitiva é estimulada e desenvolvida. O brincar de “faz de conta” estimula a imaginação e criatividade, enquanto vai desenvolvendo valores.

De acordo com os estudos de Tizuko Kishimoto (2017, p. 43) “a fase da infância é fortemente marcada pelo brincar, principalmente através das brincadeiras do faz de conta, onde a criança cria situações que lhes trabalhe com o emocional, o social, o motor etc.”. E desta forma, o brincar contribui de muitas maneiras dentro do mundo da criança, sendo este crucial para o desenvolvimento dessas habilidades inerentes de cada criança.

É importante salientar que ao brincar, as crianças são desafiadas a usar sua imaginação e criatividade, explorar novas ideias e conceitos, e resolver problemas de forma independente. Isso ajuda a desenvolver habilidades cognitivas fundamentais, como o raciocínio lógico, a tomada de decisão e a resolução de problemas. Além disso, as brincadeiras permitem que as crianças experimentem e pratiquem a construção e a mudança de regras, o que é essencial para o desenvolvimento das habilidades sociais e emocionais.

Nota-se que por meio do brincar é possível estimular, de uma maneira mais agradável, os pensamentos, o raciocínio lógico, a imaginação, a tomada de decisão, a construção e as mudanças das regras, que são importantes e necessários para a criança se desenvolver cognitivamente (PEREIRA; DE SOUZA SILVA, 2021, p. 118).

Um outro aspecto muito relevante sobre o ato de brincar é que quando a criança o faz, está também aprende os conceitos de bem e mal por meio do brincar. A criança que não brinca, não tem a habilidade de aprender a resolver seus conflitos, e se faz necessário que elas passem por essas experiências, pois é de grande significado para o seu desenvolvimento. “Toda experiência resgatada através das brincadeiras contribuirá para o crescimento da criança no seu modo de ver e atuar no mundo” (KISHIMOTO, 2017, p. 67).

Ao brincar a criança se permite explorar um mundo de opções, de objetos, pessoas, natureza, de variadas culturas, passando então a partir daí a compreender e expressar o que assimila do mundo por meio de muitas linguagens. Ao usar a imaginação a criança cria muitos significados para as linguagens exploradas por ela. Logo, ao relacionar a cultura da infância faz necessário compreender que a brincadeira é usada como elemento crucial para que a criança se expresse, aprende e desenvolva suas aptidões.

O brincar não é apenas um momento divertido onde a criança está sem ocupação, mas é sim ato benéfico em amplo sentido para o desenvolvimento infantil, como sugere o texto:

A brincadeira é um exercício que envolve movimentos corporais, atividade a qual está empregada virtudes e valores culturais. Diante do supracitado, vimos a quantidade de benefícios que o ato de brincar proporciona ao indivíduo em seu desenvolvimento cognitivo, emocional, físico e social, enfim, brincar é assunto sério quando se trata da experiência de vida do ser vivo/humano (DA SILVA, 2022, p. 8).



Outra parte importante que é trabalhada e desenvolvida enquanto a criança brinca é a dimensão motora: “É evidente que na brincadeira, o desenvolvimento mais explícito é o motor. Quando a criança corre, anda, pula, salta, engatinha, rola, rasteja, chuta e lança, ela está com a parte motora em pleno desenvolvimento” (PEREIRA; DE SOUZA SILVA, 2021).

Estudos apontam que a brincadeira também tem um valor social intrínseco. Na interação com outras crianças ocorre o aprendizado de valores e regras sociais. Nesse momento a criança perceberá que há limites para aquilo que se pode ou se quer fazer, pois outros indivíduos também podem escolher e aplicar regras às brincadeiras.

Outra função primordial e bastante conhecida da brincadeira está relacionada à socialização. Nos jogos coletivos, a criança tem a oportunidade de lidar com regras, esperar a vez e respeitar os limites do espaço do outro, o que exige que ela aprenda a controlar os próprios impulsos (autorregulação) (BRITES, 2020, np).

De fato, a socialização é um ponto importante no desenvolvimento infantil. As interações fazem parte da existência humana, pois a sobrevivência humana precisa dessas interações. Lidar com o outro não é tarefa fácil, o meio social há regras, limites, há o espaço do outro. Nesse ambiente, há uma construção social que precisa vistos os aspectos que estão interligados que contribuirão para a formação do caráter do indivíduo.

A Psicologia oferece valiosas contribuições sobre o brincar e o papel dos brinquedos no desenvolvimento e aprendizagem humanos. Segundo a perspectiva de Piaget (1978) o brincar está intimamente ligado ao desenvolvimento das estruturas cognitivas, sendo categorizado em três tipos principais de jogos:

- Jogos de exercício: característicos do período sensório-motor (crianças de 0 a 1 ano e meio/2 anos);
- Jogos simbólicos ou jogos de faz-de-conta: característicos do período pré-operatório (de 1 ano e meio/2 anos a 5 anos e meio/6 anos);
- Jogos de regras: que são desenvolvidos a partir do período das operações concretas, que se inicia por volta dos 6 anos.

Ao categorizar os jogos dessa forma, Piaget destacou a importância do brincar como uma atividade essencial para o desenvolvimento cognitivo e social das crianças. O engajamento em diferentes tipos de jogos ao longo das diversas fases do desenvolvimento infantil contribui para a aquisição de habilidades e competências fundamentais para o crescimento saudável e a aprendizagem ao longo da vida.

Na sociedade contemporânea, é notável que diante do avanço da urbanização e um maior número de famílias morando em apartamentos, muitas crianças acabam sendo privadas de brincar ao ar livre, sendo limitadas a uma pequena área na qual há pouca ou nenhuma liberdade para brincadeiras onde a atividade corporal seja a mais utilizada, como por exemplo, brincadeira de pega-pega, esconde-esconde, futebol etc.

Brites (2020) afirma que o brincar seja fundamental para o desenvolvimento, ou pela falta de segurança para brincar na rua ou pelo tempo que passam em frente às telas, é triste constatar que as crianças estão brincando cada vez menos. Logo, as crianças que não brincam têm o seu desenvolvimento prejudicado. Portanto, o brincar é de fundamental importância para o processo de desenvolvimento e aprimoramento de habilidades na infância, estando muito presente nas crianças no século presente, e podem ser empregadas em ações realizadas como na resolução de problemas, colaboração e criatividade, que exi-

gem as habilidades de funcionamento executivo que são críticas para o sucesso quando for adulto.

Diante desses fatos, compreende-se que o brincar é essencial para o desenvolvimento infantil, pois é a forma de existir da criança de se comunicar com o mundo exterior. Logo, a criança que não brinca padece em inúmeros aspectos, não desenvolve sua capacidade cognitiva, motora, social, afetiva, criativa, ou seja, não está sendo criança em sua integralidade.

Neste aspecto, é certo afirmar que o brincar é essencial à existência da criança, é fator *sine qua non* para o desenvolvimento integral infantil, como afirmam De Sousa et al. (2015): “O brincar acaba sendo uma das necessidades básicas de uma criança, pois desenvolve músculos, a sensibilidade, a coordenação motora e habilidades mentais. Em todo o tempo, parece que a criança busca o brincar, pois essa é uma tarefa necessária e imprescindível na infância”.

2.2 Os benefícios do brincar para o desenvolvimento das habilidades na infância

No contexto infantil, o lúdico é considerado um recurso integrador e facilitador para o desenvolvimento das habilidades e da aprendizagem na infância, sendo um grande aliado nas práticas pedagógicas que contribuem para despertar sensações, emoções, e principalmente, o prazer da criança pela aprendizagem. Este, também auxilia a criança na adaptação da realidade, pois permite que ela construa e reconstrua sua compreensão de mundo através das brincadeiras e desenvolva suas habilidades na socialização por meio de suas próprias experiências.

O lúdico é um termo bastante usado na Educação Infantil e tem sua origem na palavra latina “*ludus*” que significa “jogo”. O lúdico é caracterizado pelo ato de brincar, referindo-se a brincadeiras e jogos que estimulam o desenvolvimento infantil, porém, para haver desenvolvimento da aprendizagem através da ludicidade é preciso a interação com a criança nesse processo.

A professora Kishimoto (2010, p. 22) define o “lúdico como uma dimensão fundamental da infância que abrange todas as atividades que promovem o prazer, a diversão e a satisfação intrínseca”. Assim, pode-se dizer que o lúdico é essencial para o desenvolvimento integral da criança, (cognitivo, social, emocional, físico, a criatividade e a imaginação), cuja finalidade é facilitar o desenvolvimento a aprendizagem de maneira natural e significativa.

Nesta fase, o lúdico é uma prática pedagógica que prioriza a liberdade de expressão e criação, onde a criança aprende de uma forma menos rígida, mais tranquila e mais prazerosa, possibilitando o alcance dos mais diversos níveis de desenvolvimento (RIBEIRO, 2013, p.1). A ludicidade permite a criação de um universo infantil onde as crianças são estimuladas através dos jogos e brincadeiras, contribuindo para desenvolvimento de suas habilidades (motoras, cognitivas, sociais, mentais), e também na sua aprendizagem.

Estudos atestam os inúmeros benefícios que o brincar traz para o desenvolvimento infantil. Durante o brincar o cérebro e o corpo da criança ficam estimulados e ativos, motivando-a dominar o que já é familiar e a conhecer situações novas. Brincando a criança desperta sua curiosidade e aprende a construir valores importantes para toda vida, ampliando os seus conhecimentos e as suas habilidades, desenvolvendo-se em seus principais aspectos: físicos, sociais, culturais, afetivos e cognitivos.



De acordo com Salomão; Martini e Jordão (2007, p. 12) descrevem que o “brincar funciona como um cenário no qual as crianças tornam-se capazes não só de imitar a vida como também de transformá-la”. Portanto, é uma ação que o modifica, e modifica o mundo à sua volta. Esse entendimento ressalta a importância do brincar como uma atividade fundamental para o desenvolvimento infantil, permitindo que as crianças explorem, experimentem e criem em um ambiente seguro e imaginativo.

Ao brincarem, as crianças não apenas reproduzem o que observam no mundo ao seu redor, mas também desenvolvem habilidades de resolução de problemas, comunicação, colaboração e criatividade. No brincar é permitindo que as crianças construam e reconstituam significados, idéias e relações sociais por meio da interação com os brinquedos, objetos e outros indivíduos durante o processo de construção do saber.

É importante notar a forma como a criança se expressa através do brincar que é organizada dentro de sua realidade, onde ela vai aprendendo a lidar com suas possibilidades, limitações e conflitos, e compreendendo que a mesmo em determinados momentos não sabe se expressar ou não consiga falar a respeito. Com ênfase, nesse aspecto estudiosos comprovam que a criança ao brincar consegue expressar seus sentimentos e seus conflitos em relação ao seu meio, através de sua própria realidade.

Sobre isso, Zanluchi (2005, p. 89) esclarece que:

Quando brinca, a criança “prepara-se a vida, pois é através de sua atividade lúdica que esta vai tendo contato com o mundo físico e social, e vai compreendendo como são e como funcionam as coisas ao seu redor, e vai aprendendo a compreender determinadas ações através da brincadeira”.

Diante de tal afirmativa, entende-se que parte do desenvolvimento infantil depende das condições oferecida as crianças em sua infância, onde o brincar seja o ponto de partida para que a ela tenha uma educação voltada para os estímulos de suas habilidades, facilitando assim, não só a vida da criança, mas também das pessoas que fazem parte do convívio social.

Sobre os benefícios do brincar na infância estudos comprovam que as crianças que brincam desenvolvem suas habilidades com mais desenvoltura, além de despertar o gosto pelo novo e aprendizado. Dentre os principais benefícios no desenvolvimento das habilidades estão: o desenvolvimento pessoal, social e cultural, saúde mental sadia, facilita o processo de socialização, na comunicação, na construção do conhecimento; propiciando uma aprendizagem espontânea e natural e estimulando a criatividade (SALOMÃO; MARTINI; JORDÃO, 2007).

Kishimoto (2010, p. 01) diz que “o brincar é um momento essencial no mundo infantil no qual ensina-se linguagens, regras e promove o desenvolvimento de diversas habilidades, bem como introduzindo a criança no mundo”. Desta feita, o brincar é considerado um ato livre e natural, onde a criança é motivada e não é obrigada a aprender quando brinca, mas o faz porque lhe proporciona momentos de alegria e de satisfação.

Esse ambiente é propício para se estimular as habilidades na criança, visto que o brincar também instiga a criatividade, a curiosidade, e incentiva a criança a analisar e a propor algo novo, desvendar o desconhecido “[...] ao brincar, as crianças negociam e aprendem, além de adquirir conhecimentos declarativos (nomear, definir, etc.); e os procedimentos mentais (fazer atividades, resolver problemas, estratégias e sequências de raciocínio)” (SILVA; ABREU, 2015, p. 95).

Quanto ao desenvolvimento intelectual e social, a criança passa por diversas etapas e o brincar é uma delas. Através do brincar a criança passa amadurecer suas ideias e consegue perceber o mundo no qual está inserida, construindo assim sua própria personalidade sem a intervenção de um adulto. “O brincar é muito importante, pois enquanto estimula o desenvolvimento intelectual da criança, também ensina, sem que ela perceba, os hábitos necessários ao seu crescimento” (BETTELHEIM *apud* MALUF, 2003, p.19).

Sobre o Benefício social, percebe-se que a criança consegue expressar os seus sentimentos em relação ao mundo social por intermédio do brincar. Esta consegue viver e reconhecer a realidade através das diferentes brincadeiras existentes, e quanto mais ela brinca, maior será o desenvolvimento sob os diferentes aspectos até mesmo corporal. “O lúdico representa situações que simbolizam uma realidade que ainda não pode alcançar que através dos jogos simbólicos se explica o real e o eu” (PIAGET, 1978).

O brincar é também de vital importância no desenvolvimento infantil inclusive intelectualmente, segundo Meyer (2008, p. 22) “as brincadeiras e jogos trazem consigo um brincar comprometido com a qualidade de vida da criança”. Durante as brincadeiras, as crianças têm a oportunidade de interagir e se relacionar com outras crianças, aprendendo a compartilhar, colaborar, negociar e a fortalecer suas habilidades interpessoais.

Em relação aos benefícios físicos, compreende-se que por meio das brincadeiras e dos jogos tanto no ambiente escolar quanto em casa, a criança tem a oportunidade de extrair sua energia. Freitas (2019) assegura que na infância as crianças naturalmente realizam diversas atividades motoras, como correr, saltar, pular, arremessar etc., sendo que estas habilidades motoras são fundamentais para um desenvolvimento físico saudável. Nesse ambiente, os jogos lúdicos são considerados a base fundamental dos exercícios físicos impostos às crianças pelo menos durante o período escolar.

O brincar também oferece benefícios para a saúde mental das crianças. Ao participar de brincadeiras com atividades lúdicas e exploratórias, as crianças experimentam um impacto positivo em seu bem-estar emocional e psicológico. Quando brincam as crianças podem expressar e processar seus sentimentos, ajudando-as a entender melhor suas emoções e desenvolver habilidades de regulação emocional. Além disso, o brincar reduz o estresse e a ansiedade, pois a criança libera energia acumulada e proporciona um escape para os sentimentos negativos, promovendo um estado de relaxamento e tranquilidade (BROUGÈRE, 2002).

E sobre os benefícios didáticos, percebe-se que as brincadeiras transformam conteúdos considerados de difícil compreensão no processo de aprendizagem em atividades interessantes despertando o interesse da criança através da aplicação do uso do lúdico. Os procedimentos didáticos são considerados mais que um passatempo, é o meio indispensável para promover a aprendizagem disciplinar no trabalho do aluno e inculcar-lhe comportamentos básicos que são necessários à formação de sua personalidade.

Assim, dentre esses benefícios pertencentes ao universo infantil, compreende-se que o brincar não é apenas uma atividade divertida, mas é uma ação capaz de promover as habilidades sociointeracional e cognitivas das crianças que são essenciais dentro do desenvolvimento infantil, visto que esta tem o poder de impulsionar, instigar a sua imaginação e criatividade e aprimorar as habilidades físicas, intelectuais, sociais, didáticas, preparando-as para uma vida equilibrada e gratificante.



2.3 O brincar em tempos de tecnologias digitais

O brincar em tempos de tecnologias digitais representa um cenário complexo e desafiador no desenvolvimento infantil. Tradicionalmente, o brincar foi reconhecido como uma atividade fundamental para o crescimento saudável das crianças, estimulando a criatividade, a socialização e o desenvolvimento físico e emocional. No entanto, com a ascensão das tecnologias digitais, o papel e a natureza do brincar estão passando por transformações significativas.

Antes da era digital, o brincar era predominantemente associado a atividades ao ar livre, jogos com amigos, brinquedos físicos e a imaginação livre. No entanto, com o advento dos smartphones, tablets, jogos eletrônicos e realidade virtual, as crianças estão cada vez mais imersas em um mundo digital desde pouca idade. Isso levanta questões importantes sobre como as tecnologias estão moldando o brincar e impactando o desenvolvimento infantil.

Contribuindo, Wamser (2005, p. 11) diz:

A contemporaneidade nos tem revelado uma infância cada vez mais tecnológica. As crianças desde a mais tenra idade dominam o uso de computadores, aparelhos eletrônicos e celulares. Como consequência disso, o ato de brincar ocorre quase que exclusivamente de modo eletrônico e virtual. Um produto inovador, transmissor de informações e influente nas relações sociais, o computador apresenta uma nova face da realidade.

No contexto contemporâneo, é visto que há um grande impacto do desenvolvimento tecnológico na atual concepção de infância. Os usos desregrados dos brinquedos tecnológicos podem favorecer para a diminuição da criatividade e promover o isolamento social das crianças, prejudicando o seu desenvolvimento social e cognitivo. Nesse ambiente é necessário que se estimulem as crianças nascidas na sociedade tecnológica a utilizar os brinquedos e brincadeiras populares como forma de ponderar o problema e melhorar o seu desenvolvimento.

Nos últimos anos a sociedade tem passado por grandes mudanças e uma destas é o avanço expressivo das tecnologias e o fácil acesso às ferramentas disponibilizadas em nosso meio. Este é um fato e pode ser comprovado através da habilidade das crianças diante da tecnologia, é surpreendente a facilidade com que as crianças demonstram em manusear e aprender sem que alguém lhes ensine ou indique os caminhos a seguir.

Na era atual, onde todas as gerações são usuárias de tecnologias, as crianças são chamadas de “nativas digitais”. Este termo se aplica porque, desde o nascimento, esses pequenos são expostos ao uso de tecnologias avançadas. Desde os primeiros meses de vida, as telas virtuais permeiam as atividades cotidianas familiares e são frequentemente utilizadas pelos pais. Como resultado, essas tecnologias tornaram-se elementos formadores do modo de ser e de brincar das crianças (TOMÁS; CARVALHO, 2019).

Colaborando com esse posicionamento Stta (2011, p.44) acrescenta que “as crianças hoje em dia manuseiam telefones celulares antes de saber falar, operam computadores, mouses e telas de toque sem a necessidade de instrução formal”. Essa realidade suscita uma série de questionamentos sobre o impacto da cultura digital na infância, especialmente no contexto do brincar, revelando desafios na orientação do desenvolvimento infantil diante da ampla gama de recursos tecnológicos e mídias disponíveis atualmente.

Ravasio e Fuhr (2013) afirmam que o acesso à tecnologia e o seu avanço transformaram o contexto social e cultural, pois durante sua rotina as crianças se relacionam cons-

tantemente com as mídias digitais, jogos e desenhos, existindo casos em que a criança se desliga do mundo dentro de casa e imersa nos dispositivos eletrônicos. É notável que raramente elas praticam alguma recriação, deixando de vivenciar as brincadeiras culturais, principalmente as coletivas. As brincadeiras que devem fazer parte dessa infância são substituídas pelos objetos eletrônicos, tais como: celular, tabletes, games e televisão.

Uma das principais preocupações quanto o uso da tecnologia na infância é o equilíbrio entre o tempo gasto em atividades digitais e outras formas de brincar mais tradicionais. Enquanto as tecnologias oferecem novas oportunidades de aprendizado e entretenimento, o excesso de tempo de tela pode provocar certas adversidades à saúde das crianças, por exemplo: problemas de visão devido ao tempo expostas telas; o sedentarismo, isolamento social, falta de atenção na execução de tarefas cotidianas, apresentam dificuldade para ir tomar banho, dormir, se alimentar na hora correta. (CANAAAN; RIBEIRO; SURUKI, 2017).

Entretanto, no que se refere ao desenvolvimento infantil é possível observar que diante da era tecnológica que as brincadeiras e jogos apreciados pelas crianças no passado, vem cada vez mais perdendo espaço para brinquedos tecnológicos, como os desenhos, jogos diversos, que em muitas circunstâncias são estimulados devido a ausência dos pais. Devido a esse fator, as crianças não brincam mais ao ar livre, não passeiam e muito menos sentem-se estimulados para tal, pois preferem ficar trancados dentro de casa, mas sempre com alguma tela. Esse fato, se agravou durante o período vivenciado pela COVID-19 (ANJOS; FRANCISCO, 2021).

No entanto, é sabido que para um crescimento infantil adequado, é essencial que as crianças interajam entre si, envolvendo-se em brincadeiras sensoriais e corporais que auxiliem no processo de aprendizado. Essas práticas de interação e brincadeiras não devem ser substituídas por tecnologias, pois segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2019) e a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP, 2016) recomendam que pelo menos nos dois primeiros anos de vida, os pequenos não tenham contato com tecnologias digitais.

Vale ressaltar que o brincar a partir das tecnologias digitais fez dos dispositivos móveis uma parte integrante do universo lúdico infantil. Como elementos lúdicos, essas tecnologias passaram a coexistir com outras brincadeiras e brinquedos, sendo integradas às atividades lúdicas de maneira semelhante a um novo brinquedo. Inicialmente, esses dispositivos podem capturar intensamente a atenção das crianças, mas, à medida que são explorados, acabam encontrando seu lugar junto aos demais brinquedos.

Em suma, o brincar em tempos de tecnologias digitais requer uma abordagem equilibrada e consciente. Embora as tecnologias ofereçam inúmeras possibilidades, é fundamental preservar e promover as formas tradicionais de brincar que são essenciais para o desenvolvimento saudável das crianças. Deve-se incentivar o brincar ao ar livre, o uso de brinquedos não eletrônicos, a interação social face a face e a exploração criativa. Ao integrar de forma equilibrada as tecnologias digitais com o brincar tradicional, pode-se oferecer às crianças uma experiência de desenvolvimento rica e diversificada em um mundo cada vez mais digitalizado.

3. CONCLUSÃO

De acordo com o que as reflexões discutidas neste artigo, foi possível constatar que o brincar faz parte do cotidiano infantil. O brincar ocupa um lugar central no desenvolvimento infantil, atuando como uma ferramenta essencial para o crescimento integral das crianças. As atividades lúdicas não apenas proporcionam alegria e entretenimento, mas



também desempenham um papel crucial no desenvolvimento cognitivo, emocional, social e físico desses pequenos. Através do brincar, eles aprendem a explorar o mundo ao seu redor, a resolver problemas, a expressar suas emoções e a interagir com o mundo a sua volta.

O brincar na infância traz significantes contribuições para o desenvolvimento infantil, permitindo que a criança se apropria do mundo real através de sua imaginação e da criatividade, e ainda estimula suas habilidades em diversos aspectos (visual, auditivo, linguagem, percepção, espacial etc). Mediante o brincar, a criança cria, imagina, traz para a sua vivência tudo o que ela constrói no seu mundo imaginário e assuas próprias experiências, que possibilitam o desenvolvimento e autonomia para tomar as suas próprias decisões.

Em relação a interação social também é significativamente beneficiada pelo brincar. As atividades lúdicas através das brincadeiras e dos jogos são propícias ao seu contexto, no qual as crianças aprendem a conviver, compartilhar, negociar e resolver conflitos. Ao interagir com seus pares durante o jogo, elas desenvolvem importantes habilidades sociais, como a empatia, a cooperação e a comunicação eficaz. Essas interações são vitais para a formação de relações saudáveis e para o desenvolvimento de uma compreensão apurada das normas e valores sociais.

No contexto contemporâneo, marcado pela crescente presença de tecnologias digitais, é fundamental equilibrar o uso dessas ferramentas com as brincadeiras tradicionais. Enquanto as tecnologias oferecem novas formas de entretenimento e aprendizado, é essencial garantir que as crianças também tenham oportunidades para brincar de maneira ativa e interativa. O equilíbrio entre o brincar digital e o brincar físico pode proporcionar uma experiência de desenvolvimento mais rica e abrangente ao universo infantil.

Em vista das contribuições do brincar para o desenvolvimento infantil, e diante da discussão proposta, pode-se concluir que os objetivos traçados foram satisfatoriamente alcançados e comprovados através dos autores dentro desta revisão bibliográfica. Compreendeu-se sobre importância do brincar como um fator motivador e enriquecedor no desenvolvimento das potencialidades na infância, em que o lúdico garante meio para que a criança possa brincar e aprender ao mesmo tempo.

Assim, espera-se este estudo possa vislumbrar novos campos investigativos, visto que há uma necessidade de se investir em pesquisas e estudos em torno dessa temática, reforçando assim, a necessidade de aprofundar sobre o brincar na infância, que é uma ferramenta poderosa para o desenvolvimento da imaginação, criatividade, desenvolvimento motor, interação social e na aprendizagem das crianças.

REFERÊNCIAS

ANJOS, Cleriston Izidro dos; FRANCISCO, Deise Juliana. **Educação Infantil e Tecnologias Digitais: reflexões em tempos de pandemia**. Zero-a-Seis, Florianópolis, v. 23, n. Especial, p. 125-146, jan./jan., 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.5007/1980-4512.2021.e79007>. Acesso em: 22 mai. 2024.

BRASIL. **Constituição (1988)**. Constituição da República Federativa do Brasil. Brasília, DF: Senado Federal: Centro Gráfico, 1988. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/constituicao/constituicao.htm. Acesso em: 12 mai. 2024.

BRITES, Luciana. **Brincar é Fundamental: Como entender o neurodesenvolvimento e resgatar a importância do brincar durante a primeira infância**. São Paulo: Editora Gente, ISBN: 9786555440362. 2020, p. 236.

BROUGÈRE, G. **A criança e a cultura lúdica**. In: KISHIMOTO, T. M. O Brincar e suas teorias. São Paulo: Pioneira Thomson Learning, 2002.

CANAAN, M.; RIBEIRO, L.; SURUKI, Y. P. **Tecnologias digitais e influências no desenvolvimento das crianças**. 2017. Disponível em: ueadsl.textolivre.pro.br/blog/?p=8325. Acesso em: 12 mai. 2024.

DA SILVA, Maraisa Honório. **A importância do ato do brincar para o desenvolvimento infantil**. Revista Científica FacMais – Faculdade de Inhumas, Volume XIX, Número 1. Dezembro. Ano 2022/2º Semestre. ISSN 2238-8427. Disponível em: <https://revistas.facmais.edu.br/index.php/revistacientificafacmais/article/download/17/15>. Acesso em: 10 mai. 2024.

DE SOUSA, Elane Cristina Machado; FERNANDES, Flávia Elizabeth Machado Costa; DA SILVA, Hugo Carlos Machado. **Enquanto eu brinco, eu aprendo?! Reflexões acerca da Neurociência**, 2015. Disponível em: http://www.editorarealize.com.br/editora/anais/ceduce/2015/TRABALHO_EV047_MD1_SA5_ID1166_20052015153231.pdf

FREITAS, Maurício Moreira de. **A influência da atividade física no aprendizado com idade escolar**. Artigo. Revista Científica do Instituto Ideia. ISSN 2525-5975 / RJ / Revista nº 2 – ANO 8 (2019), disponível em: https://revistaideario.com/pdf/desm/revista.ideario.15n.02_2019/revista.ideario.n15_02.2019.063_a.influencia.da.atividade.fisica.pdf. Acesso em: 4 mai. 2024.

KISHIMOTO, T. M. **Jogo, brinquedo, brincadeira e a educação**. 14. ed. São Pulo: Cortez, 2017.

KISHIMOTO, Tizuco Morchida. Brinquedos e Brincadeiras na Educação Infantil. Anais do I Seminário Nacional: Currículo em Movimento- Perspectivas Atuais. Belo Horizonte: Ministério da Educação, 2010.

MALUF, Ângela Cristina Munhoz. **Brincar: prazer e aprendizado**. Petrópolis: Vozes, 2003.

MEYER, Ivanise Corrêa Rezende. **Brincar e Viver: Projetos em Educação Infantil**. 4ª. Ed. Rio de Janeiro: WAK, 2008

OLIVEIRA, Zilma de Moraes Ramos. **Educação infantil: fundamentos e métodos**. São Paulo: Cortez, 7 edições, 2011.

OMS (Organização Mundial da Saúde). **Diretrizes sobre atividades física, comportamentos sedentário e sono para crianças menores de cinco anos de idade**, 2019.

PEREIRA, D. C.; SILVA, D. de S. **A importância do brincar para o desenvolvimento integral da criança na educação infantil**. EDUCERE - Revista da Educação, Umuarama, v. 21, n. 1, p. 111-130, jan./jun. 2021. Disponível em: https://www.academia.edu/85713879/A_Import%C3%A2ncia_Do_Brincar_Para_O_Desenvolvimento_Da_Crian%C3%A7a, Acesso em: 12 mai. 2024.

PIAGET, J. **A formação do símbolo da criança**. Rio de janeiro: Ed. Zahar, 1978.

PIAGET, Jean. **Psicologia da primeira infância**. in KATZ, David. Psicologia das idades. São Paulo: Manole, 1988.

RAVASIO, Marcele Homrich; FUHR, Ana Paula de Oliveira. **Infância e tecnologia: aproximações e diálogos**. ETD, Campinas, v. 15, n. 02, p. 220-29, ago. 2013. Disponível em: <http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1676-25922013000200002&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 22 maio 2024.

RIBEIRO, Suely de Souza. A Importância do Lúdico no Processo de Ensino-Aprendizagem no Desenvolvimento da Infância. 2013. Disponível em: <https://psicologado.com/atuacao/psicologia-escolar/a-importancia-do-ludico-no-processo-de-ensino-aprendizagem-no-desenvolvimento-da-infancia>. Acesso em: 22 de mai. 2024.

SALOMÃO, H.; MARTINI, M & JORDÃO, A. **A importância do lúdico na educação infantil: enfocando a brincadeira e as situações de ensino não direcionado**. (2007).. Disponível em <http://www.psicologia.pt/artigos/textos/A0358.pdf>. Acesso em: 24 abr. 2024.

SBP. Sociedade Brasileira de Pediatria. Atualiza recomendações sobre a saúde de crianças e adolescentes na era digital. 2016. Disponível em: <https://www.sbp.com.br/imprensa/detalhe/nid/sbp-atualiza-recomendacoes-sobre-saude-de-criancas-e-adolescentes-na-era-digital/>. Acesso em: 25 abr. 2024.

SILVA, D. N. H; ABREU, F. S. D. **Vamos brincar de que?: cuidado e educação no desenvolvimento infantil**- São Paulo: Summus, 2015.

STTA, Betina Von. **Aproveitando a tecnologia para promover o desenvolvimento das crianças**. Pátio, educação infantil ano IX Nº 28/jul/set. 2011.

TOMAS, T. K. E.; CARVALHO, C. R. **Crianças x Tecnologia: o que diz a pesquisa TIC Kids online**. Revista de Educação e Sociedade, 2017.

WAMSER, Angelita de Cássia F. **Reaproveitamento de materiais na construção de brinquedos pedagógicos**. Revista do Professor, Rio Pardo, RS: CPOEC. Ano XXI, nº. 84. p11.out./dez 2005.

ZANLUCHI, Fernando Barroco. **O brincar e o criar: as relações entre atividade lúdica, desenvolvimento da criatividade e Educação**. Londrina: O autor, 2005.





2

AUTISMO NA EDUCAÇÃO INFANTIL: CONSIDERAÇÕES SOBRE O PROCESSO DE INCLUSÃO EM ESCOLAS PÚBLICAS

*AUTISM IN EARLY EDUCATION: CONSIDERATIONS ON THE INCLUSION
PROCESS IN PUBLIC SCHOOLS*

Mara Cristina Freitas¹
Lucineide Karine Alves Santos¹

¹ Psicologia, Centro Universitário Estácio São Luís, São Luís - Maranhão

Resumo

O autismo é um transtorno do neurodesenvolvimento, sendo necessário um planejamento específico para o desenvolvimento escolar de crianças atípicas. Métodos como TEACCH, ABA, possibilitam o avanço no processo de ensino-aprendizagem de crianças com TEA. O presente trabalho visa suscitar reflexões sobre a práxis pedagógica e as necessidades advindas de crianças com TEA. O trabalho focou em um estudo descritivo considerando o processo de inclusão em escolas públicas. Discorreu-se brevemente sobre as leis vigentes do AEE, as características comuns em crianças autistas, salas de recursos e capacitação dos educadores. Finalizando com a importância da sensibilização dos profissionais da educação no processo de inclusão das crianças autistas.

Palavras-chave: Autismo, Inclusão, Atendimento Educacional Especializado.

Abstract

Autism is a neurodevelopmental disorder, requiring specific planning for the academic development of atypical children. Methods such as TEACCH, ABA, enable advancement in the teaching-learning process for children with ASD. The present work aims to raise reflections on pedagogical praxis and the needs arising from children with ASD. The work focused on a descriptive study considering the inclusion process in public schools. The current AEE laws, common characteristics in autistic children, resource rooms and educator training were briefly discussed. Concluding with the importance of raising awareness among education professionals in the process of including autistic children.

Keywords: Autism, Inclusion, Specialized Educational Service.

1. INTRODUÇÃO

Pesquisas recentes indicam um crescimento no número de autistas, cujos dados apontam que uma a cada 160 crianças possui o diagnóstico de TEA (PESSOA; AGUIAR, 2021). Já em São Luís –MA, os dados da Secretaria Municipal de Educação de São Luís (Semed) mostram que em 2018 houve 3.313 matrículas de estudantes público-alvo da educação especial, e no ano seguinte, 2019, esse número subiu para 3.790 estudantes matriculados, o que representa um crescimento de 12,5% (SÃO LUÍS, 2023).

É um crescimento bastante significativo que requer um olhar mais sensível a esses educandos, visto a existência de leis e diretrizes como a Lei Brasileira 13.146 de 2015, a qual assegura e promove, em condições de igualdade, a inserção da pessoa com deficiência, o exercício dos direitos e das liberdades fundamentais visando a sua integração social e cidadania (Andrade; Brito, 2022), assim como, a Política Nacional de Proteção dos Direitos da Pessoa com Transtorno do Espectro Autista, regida pela Lei nº 12.764, de 27 de dezembro de 2012, a qual propicia os direitos dos indivíduos portadores de TEA (JOAQUINA; SILVEIRA, 2023).

Sabe-se que é essencial para a criança vivenciar a rotina escolar, visto ser um ambiente de descobertas, aproximação social, trabalhos em grupo, primeiras amizades, sendo um local fértil de variadas atividades, onde torna-se mais fácil observar e desenvolver as habilidades e competências de cada criança.

Desta forma, observar o comportamento da criança nos primeiros anos de vida é de grande relevância, visto que, diversos transtornos quando são diagnosticados precocemente, podem ser tratados de forma mais assertiva. No caso do Transtorno do Espectro Autista (TEA), quando mais prévio o diagnóstico, mais precocemente a criança poderá ser estimulada com a finalidade de melhor efetivar o seu desenvolvimento neurotransmissor. Por conseguinte, é importante levar em consideração o contexto escolar como sendo também um ambiente de desenvolvimento e convívio social fundamental (ANDRADE; BRITO, 2022).

O autismo por ser um transtorno de neurodesenvolvimento, gera danos na comunicação, na socialização e no comportamento (JOAQUINA; SILVEIRA, 2023), e aspectos como condutas auto agressivas ou heteroagressivas, hiperatividade e impulsividade se sobressaem, já que a criança não segue um padrão de desenvolvimento. À vista disso, faz-se necessário estratégias de práticas pedagógicas na educação infantil mediante um planejamento com atividades direcionadas para o desenvolvimento dessas crianças, assim como favorecer a atuação dos profissionais da saúde mental dentro do contexto escolar com o propósito de esclarecer sobre métodos, comportamentos, adequação, desenvolvimento, autocontrole emocional para esses profissionais, possibilitando um ambiente propício para a melhor inserção da criança autista.

Felizmente, já existem métodos que servem de apoio para o processo de ensino e aprendizagem desses estudantes. Um bom exemplo é o TEACCH (Tratamento e Educação para Autistas e Crianças com Déficits Relacionados à comunicação). O método TEACCH baseia-se no estudo e experiência do Programa Estadual para Tratamento e Educação para Autistas e Crianças com Deficiências relacionadas à comunicação, sendo que o TEACCH visa possibilitar o atendimento às necessidades que ocorrem no cotidiano dos autistas e favorecer uma melhor qualidade de vida (ANDRADE; BRITO, 2022).

Este método busca conhecer o Perfil do estudante para que possa ser organizado um

programa individualizado, englobando a adaptação do ambiente para melhor adequação no espaço onde a criança se encontra, assim como compreender as habilidades da criança autista e expandi-las de modo a propiciar uma maior autonomia frente às situações apresentadas a ela.

Outro método eficaz é a Análise do Comportamento Aplicada (ABA), abordagem que envolve a avaliação, o planejamento e a orientação, por parte de um profissional analista do comportamento capacitado. O acompanhamento desses profissionais junto à criança autista, é de grande relevância uma vez que entendem sobre desenvolvimento de potencialidades, atividades lúdicas complementares, a importância do trabalho em conjunto entre profissionais da educação e pais, entre outras necessidades que englobam o progresso da criança autista.

Neste contexto, a presença do psicólogo e psicopedagogo no âmbito escolar é fundamental, pois eles irão observar quais as dificuldades da criança autista e se necessário, elaborará um Plano Educacional Individualizado de Intervenção (PEI) onde normalmente será necessário o trabalho em conjunto com professores e pais do aluno. O PEI é um instrumento norteador que irá assessorar os trabalhos pedagógicos, visto a possibilidade de direcionar o processo de ensino-aprendizagem a partir do que foi efetivado e obtido. Deste modo, com base nesses resultados, pode-se planejar o que ainda não foi almejado (OLIVEIRA; SILVA; ZILLY, 2022).

O presente trabalho torna-se relevante visto ao crescente número de alunos atípicos matriculados nas escolas públicas e aos entraves dos profissionais da educação em trabalhar a inclusão de crianças autistas nas escolas. É necessário debater a criação de atividades interativas e pedagógicas que estimule a criança com TEA no contexto de sala de aula, de modo a criar hábitos de pertencimento na criança atípica no ambiente escolar. Também é necessário envolver as famílias e qualificar a formação dos docentes para que os mesmos tenham informações específicas para trabalhar com crianças autistas.

Partindo dessas perspectivas espera-se com este trabalho, contribuir no processo de reflexão da inclusão da criança autista nas escolas públicas, demonstrando os critérios básicos para que o educador identifique com maior clareza as necessidades advindas de crianças com TEA.

2. METODOLOGIA

O presente trabalho foca em um estudo descritivo. Foram selecionados 18 documentos de pesquisa na língua portuguesa, entre eles documentos públicos, leis, páginas oficiais de órgãos públicos, TCC e artigos, visando debater questões relacionadas à inclusão de alunos autistas em escolas públicas. Para alcançar o objetivo foi realizada uma busca bibliográfica com os descritores autismo, inclusão social, educação infantil, terapia ABBA nas seguintes bases de dados: Google Acadêmico, Artigos EBSCO, Periódicos CAPES, CNPQ, Science Direct, dentro de um recorte temporal dos últimos cinco anos.

Para a problematização do tema norteador da pesquisa, foram selecionados os artigos, TCC, documentos que embasassem o trabalho, definindo os critérios de exclusão e inclusão em conformidade com a temática assinalada. Os critérios de inclusão abrangeram artigos, documentos públicos (normas, leis) e TCC completos. Artigos em duplicidade de temas foram alocados nos critérios de exclusão.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Sabe-se que o professor regente de turma tem entre suas atribuições, planejar, adaptar e implementar estratégias pedagógicas de modo a abranger as necessidades de alunos com demandas diferenciadas. No entanto, o professor regente de turma, necessitará do apoio de outros profissionais quando houver alunos com necessidades especiais, pois existirá o trabalho do processo de ensino-aprendizagem somado ao processo de inclusão. Para isso, o Atendimento Educacional Especializado (AEE), foi instituído no Art. 208 da Constituição Federal e nos artigos 58, 59 e 60 da Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDBEN), tornando-se a sua oferta, uma das diretrizes do sistema de ensino. Desta forma, o professor de AEE terá como atribuições a identificação, a elaboração, a produção e a organização dos recursos pedagógicos considerando as necessidades específicas do seu público-alvo. Além disso, deverá elaborar e executar o Plano de Atendimento Educacional Especializado, de modo a avaliar a funcionalidade e a aplicabilidade dos recursos pedagógicos e de acessibilidade. Fazer o acompanhamento dos alunos não só na sala de aula comum como nos outros ambientes escolares. Orientar professores e familiares dos alunos sobre os recursos pedagógicos, além de ensinar e usar a tecnologia assistiva de forma a ampliar habilidades funcionais dos alunos, dentre outras atribuições (BRASIL, 2009). Assim, percebe-se o quão é importante o professor de AEE no desenvolvimento escolar de alunos atípicos, somado ao trabalho coletivo de professores titulares, coordenadores pedagógicos, gestores, família e demais segmentos da escola, de modo a se ter uma educação de qualidade e inclusiva.

É importante ressaltar que a educação especial é uma modalidade de ensino voltada para alunos que careçam desse suporte, sendo necessário professores com especialização adequada, assim como a capacitação dos docentes do ensino regular para que haja atendimento condizente aos alunos com deficiência (BRASIL, 2023). Ao voltar-se o olhar para os alunos autistas, percebe-se a urgência da ampliação do Atendimento Educacional Especializado nas escolas, visto o grande número de crianças com necessidades especiais matriculadas em 2023, chegando a 1,8 milhão, um aumento de 41,6% em relação a 2019, dos quais 62,9% se concentram no ensino fundamental (BRASIL, 2024).

De acordo com o artigo 5º da resolução nº 4, de 2 de outubro de 2009, “o AEE é realizado, prioritariamente, na sala de recursos multifuncionais da própria escola ou em outra escola de ensino regular, no turno inverso da escolarização, não sendo substitutivo às classes comuns”. Sendo que a oferta do AEE prevê que haja a organização da sala de recursos multifuncionais com espaço físico, mobiliário, materiais didáticos, recursos pedagógicos e de acessibilidade, além de equipamentos específicos (BRASIL, 2024). Todavia, não é o que se verifica nas escolas públicas, visto que muitas delas não dispõem desse espaço e nem do profissional habilitado.

Desta forma, é necessário a criação de alternativas capazes de contornar as dificuldades que o professor regente de turma encontra. Uma alternativa seria a utilização de jogos digitais educacionais, que de acordo com Pena (2024) são jogos capazes de estimular a aprendizagem de forma lúdica, favorecendo a construção de conceitos durante a execução dos jogos.

Uma outra estratégia para trabalhar a dificuldade que alunos autistas possuem em se comunicar, seria o Sistema de Comunicação por Troca de Figuras (PECS-do inglês, Picture Exchange Communication System), desenvolvido em 1985, especificamente para autistas, o qual utiliza pictogramas (figuras) em um conjunto de etapas, cujo objetivo é trocar a figura pelo objeto desejado, não necessitando de materiais caros ou complexos (PENA, 2024).

As crianças autistas apresentam características específicas, tais como a hipersensibilidade ou hipossensibilidade a sons, olfato, texturas e cores, advinda de disfunção sensorial que pode impedir sua interação com as pessoas e mesmo provocar dores físicas a essas crianças (GALVÃO, 2024). Desta forma, um ambiente propício e acolhedor se faz necessário para esses educandos. Assim, no âmbito escolar, a Sala de Recursos deverá estar aparelhada e adequada ao trabalho do Educador de AEE, sendo capaz de possuir os recursos necessários para o desenvolvimento das atividades pedagógicas, pois, “pensar em um processo de inclusão dos alunos com deficiência e não relacionar a isso o AEE é construí-lo de forma fragmentada[...]” (FREIBERGERA, SARDAGNA, 2021, p. 550). No entanto, alguns questionamentos precisam ser analisados à luz do que ocorre nas escolas públicas quer sejam municipais e/ou estaduais, tais como: o que fazer quando não houver tal espaço físico? E quando a escola não dispuser de profissionais para o acompanhamento especializado do aluno autista? Quais as ações a escola devem providenciar para capacitar seus professores regentes de turma para esse público diferenciado? Existe algum material pedagógico que o professor regente de turma poderá utilizar para esse educando em especial? Como contribuir para que o educador identifique com maior precisão as necessidades advindas de crianças com TEA? Como o psicólogo escolar poderia auxiliar neste processo de inclusão nas escolas públicas?

Em relação ao quantitativo de salas de recursos multifuncionais, apesar de prevista em norma específica (BRASIL, 2024), ainda é ínfima frente ao gradual aumento de alunos com necessidades especiais. No município de São Luís, por exemplo, de acordo com o site oficial da Prefeitura, existem 256 escolas, para apenas 140 salas de recursos (DIAS, 2018). Ainda considerando dados referentes às escolas municipais de São Luís como base, dos 179 professores aprovados no seletivo de 2023, somente 24 professores eram da Educação Especial, número bem inferior ao desejado (SÃO LUÍS, 2024).

Portanto, torna-se imprescindível que a escola apoie o professor regente de turma em sua formação profissional, visto que diante da carência de profissionais do AEE e de uma sala de recursos, caberá ao professor de sala de aula comum a incumbência de planejar o trabalho diversificado para os alunos com necessidades especiais na própria turma.

Um passo importante seria a escola identificar as particularidades de cada deficiência atendidas assim como os meios necessários para que o aluno alcance as metas para seu desenvolvimento escolar, adequando a sala de aula com instrumentos como computadores e tablets, e investir em softwares voltados para auxiliar a aprendizagem de crianças atípicas.

Em relação à capacitação dos docentes e a produção de materiais pedagógicos, uma alternativa seria a escola firmar parcerias com instituições, empresas e órgãos públicos, os quais ofertariam um cronograma de palestras, oficinas e/ou projetos, de modo a suscitar reflexões sobre a práxis pedagógica dos educadores frente aos alunos atípicos, e assim, na coletividade, desenvolvessem materiais educacionais voltados para os alunos autistas, tais como figuras e gráficos capazes de facilitar a comunicação desses alunos com seus pares numa perspectiva de educação inclusiva.

No entanto, cabe lembrar que nem toda criança autista tem sua condição identificada nos seus primeiros anos de vida, uma vez que algumas delas são somente diagnosticadas quando atingem a idade escolar (MATOS, 2024). Assim, é importante que os educadores fiquem atentos a algumas características das crianças autistas como, dificuldade em compreender padrões, normas e acordos. Preferências por brincadeiras solitárias e repetitivas, dificuldade em interagir com outras crianças, agir de forma ritualística, uso de maneirismos e estereotípias, imitação retardada ou imediata da linguagem(ecolalia),



invenção de novas palavras (neologismos), apresentação de manias, seleção de alimentos, dificuldade em olhar nos olhos das pessoas, hipersensibilidade a estímulos sensoriais, apego excessivo a objetos, estranhamento ao contato físico, dentre outras. Ao perceber algumas dessas características é imprescindível que o professor comunique à direção da escola e à família para que sejam realizados os encaminhamentos necessários ao seu desenvolvimento escolar.

No tocante ao trabalho do psicólogo nas escolas públicas, a lei nº 13.935 de 11 de dezembro de 2019, prevê a disponibilidade de serviços de psicologia e serviço social na rede de educação básica, trabalhando de forma multiprofissional em consonância com o projeto político pedagógico das escolas. Todavia, o quantitativo de psicólogos nas escolas abrange somente 0,05% do total de alunos matriculados, ou seja, menos de 0,1%. Isso significa que 24.434 profissionais deverão atender 47,4 milhões de estudantes dos ensinos infantil, fundamental e médio (O REFORÇO NECESSÁRIO, 2023). Número muito inferior ao esperado para a quantidade de alunos matriculados.

Contudo, a lei nº 13.935 de 11 de dezembro de 2019, não estabelece a permanência constante desses profissionais nas escolas, pois podemos observar, a exemplo das escolas públicas municipais de São Luís, a ausência de psicólogos nas escolas. Todavia, é importante ressaltar que o papel do psicólogo escolar, abrange o trabalho junto aos educandos, pais, docentes e demais segmentos da escola de sua lotação. Dentre as atribuições do psicólogo escolar estar a observação de discentes com dificuldades de aprendizagem. Desta forma, o psicólogo escolar, poderá junto aos professores, mediar dialogicamente, as alternativas que mais se adequem ao desenvolvimento dos alunos, principalmente no que tange aos alunos autistas. Esse profissional poderá atuar conjuntamente com os educadores, no projeto político pedagógico, contribuindo com melhorias da práxis pedagógica dos docentes, na organização dos espaços físicos, na elaboração de atividades voltadas para alunos autistas, na identificação de alunos sem diagnóstico médico, na formação continuada dos professores, entre outras atribuições, favorecendo um melhor aprendizado aos alunos com TEA.

4. CONCLUSÃO

A pesquisa mostra que ainda existe um grande caminho a ser percorrido para que alunos autistas possam efetivamente ser incluídos nas escolas, quer sejam comunitárias, municipais, estaduais, federais ou privadas. E a sensibilização dos profissionais da educação é primordial para que os entraves possam ser diminuídos. Portanto, investir na formação continuada dos professores regentes de turma, de modo a fomentar melhoria em sua práxis pedagógica, visando um planejamento que possa incluir de fato alunos com TEA precisa ser prioritário nas escolas, visto a ausência em muitas escolas, de salas de recursos e de professores de AEE, sem deixar de observar que cada criança com transtorno de espectro autista apresentará níveis diferentes do espectro.

Outrossim, saber identificar as necessidades desses alunos atípicos requer da escola e dos educadores, conhecimento, preparo, capacitação, instrumentalização, diálogo com a família. Desta forma, conhecer e saber como elaborar o Plano Educacional Individualizado (PEI) para alunos com TEA, é um passo importante a seguir pelos profissionais da educação e deverá focar numa perspectiva dialógica família/escola, de modo a alcançar seus objetivos.

Neste contexto, acredita-se que os educadores capacitados e com as informações adequadas, mesmo diante das adversidades, terão maiores condições para planejar suas

atividades pedagógicas, reconhecendo as diferenças advindas das crianças atípicas, necessitando, contudo, de trabalho conjunto com outros profissionais como Professores de AEE, psicólogos escolares, psicopedagogos. Salientando que o psicólogo é um importante ator no processo de inclusão do aluno autista, visto ter condições de ofertar apoio técnico aos docentes na construção de metodologia de ensino adequada ao aluno atípico, fomentar atividades, contribuir para o desenvolvimento socioemocional e cognitivo desse aluno, de forma que a inclusão seja de fato efetivada.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, I. C. F.; BRITO, J. V. A importância do diagnóstico precoce de autismo na educação infantil. **Revista Gepesvida** 18 (8): 43-54. Disponível em: <http://www.icepsc.com.br/ojs/index.php/gepesvida/article/view/494>. Acesso em: 3 set 2023.

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil**. Brasília: Supremo Tribunal Federal, 1988. Disponível em: https://www.stf.jus.br/arquivo/cms/legislacaoConstituicao/anexo/CF_Planalto_EC132_digital.pdf. Acesso em: 29 abr. 2024.

BRASIL. **Estatuto da pessoa com deficiência**, 3. ed. Brasília: Senado Federal, Coordenação de Edições Técnicas, 2019. Disponível em: https://www2.senado.leg.br/bdsf/bitstream/handle/id/554329/estatuto_da_pessoa_com_deficiencia_3ed.pdf. Acesso em: 12 abr. 2024.

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. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2019-2022/2019/lei/l13935.htm. Acesso em: 03 jun. 2024.

BRASIL. LDB: **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional**. 7. ed. Brasília, DF: Senado Federal, Coordenação de Edições Técnicas, 2023. 64 p. Disponível em: https://www2.senado.leg.br/bdsf/bitstream/handle/id/642419/LDB_7ed.pdf. Acesso em: 2 maio 2024.

BRASIL. Ministério da Educação. Conselho Nacional de Educação. **Parecer técnico nº 50/2023/DF**. Brasília: Ministério da Educação, 05 dez. 2023. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/docman/dezembro-2023-pdf/254501-pcp050-23/file>. Acesso em: 29 abr. 2024.

BRASIL. Ministério da Educação. Conselho Nacional de Educação. **Resolução nº 4/out/2009**. Brasília: Ministério da Educação, 02 out. 2009. Disponível em: https://normativasconselhos.mec.gov.br/normativa/view/CNE_rceb00409.pdf?query=Resolu%5Cu00e7%5Cu00e3o. Acesso em: 30 abr. 2024.

BRASIL. Ministério da Educação. INEP. **Censo escolar da educação básica 2023 resumo técnico**. Brasília: Ministério da Educação, 2024. Disponível em: <https://www.gov.br/inep/pt-br/assuntos/noticias/censo-escolar/mec-e-inep-divulgam-resultados-do-censo-escolar-2023>. Acesso em: 29 abr. 2024.

DIAS, J. Educação especial nas escolas municipais de São Luís tem sido elogiada. **Blog Jacieny Dias**. São Luís, 04 out. 2018. Disponível em: <https://www.jacienydias.com.br/noticias/educacao-especial-nas-escolas-municipais-de-sao-luis-tem-sido-elogiada#:~:text=Existem%20140%20salas%20de%20recursos,cada%20um%2C%20favorece%20o%20aprendizado>. Acesso em: 14 maio 2024.

FREIBERGERA, M. B.; SARDAGNA, H. V. Implantação do AEE: Expectativas de Professores e Familiares no Contexto de uma Escola Comunitária. **Ensino, Educação e Ciências Humanas**, Londrina, v.22, n.4, p.547-555, 2021. Disponível em: <https://revistaensinoeducacao.pgsskroton.com.br/article/view/9080>. Acesso em: 12 abr. 2024.

GALVÃO, B. A. S. **Design e seus efeitos no desenvolvimento de crianças Autistas**: projeto conceitual de redesign de interiores em sala de recursos multifuncionais no município de Caruaru. 2024. Trabalho de conclusão de curso (Bacharelado/licenciatura em Design) - Universidade Federal de Pernambuco – UFPE. Caruaru, 2024. Disponível em: <https://repositorio.ufpe.br/handle/123456789/56079>. Acesso em: 12 abr. 2024.

JOAQUINA, M. E.; SILVEIRA, Z. M. Práticas pedagógicas utilizadas na alfabetização e no letramento de crianças com transtorno do espectro autista (tea) nos primeiros anos do ensino fundamental. **Saberes Pedagógicos**, Criciúma, v. 7, n. 2, p. 138-161, 2023. Disponível em: <https://www.periodicos.unesc.net/ojs/index.php/pedag/article/view/8261/6773>. Acesso em: 9 out. 2023.

MATOS, M. S. et al. Diagnóstico precoce de autismo: características típicas presentes em crianças com trans-

torno do espectro autista. **Revista Master**, Araguari, v. 5, n. 9, p. 22-27, 2020. Disponível em: <https://revistamaster.imepac.edu.br/RM/article/view/132>. Acesso em 24 maio 2024.

OLIVEIRA, M. A.; SILVA, R. M. M.; ZILLY, A. Plano educacional individualizado para a inclusão da criança autista na Educação Infantil. **Rev. Psicopedagogia** 39 (118):40-53, 2022. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psicoped/v39n118/05.pdf>. Acesso em: 4 nov. 2023.

O REFORÇO NECESSÁRIO: Número de psicólogos nas escolas não chega a 0,1% do total de alunos. **APM**, 25 abril 2023. Disponível em: <https://www.apm.org.br/o-que-diz-a-midia/o-reforco-necessario-numero-de-psicologos-nas-escolas-nao-chega-a-01-do-total-de-alunos/#:~:text=A%20m%C3%A9dia%20nacional%20%C3%A9%20de%20um%20psic%C3%B3logo%20para%20cada%201.910%20alunos>. Acesso em: 03 jun. 2024.

PENA, Matheus Santos et al. Jogo educacional para apoiar a aprendizagem de crianças com transtorno do Espectro Autista. **Brazilian Journal of Development**, Curitiba, v. 8, n. 7, p. 50889-50906, jul. 2022. Disponível em: <https://ojs.brazilianjournals.com.br/ojs/index.php/BRJD/article/view/50195>. Acesso em: 12 maio 2024.

PESSOA, E. M.; AGUIAR, K. G. M. Práticas interventivas do psicólogo escolar na escolarização de crianças com autismo: uma revisão de literatura. **Id on Line Rev. Mult. Psic.** 56 (15): 467-481, 2021. Disponível em: <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/3134>. Acesso em: 20 out. 2023.

SÃO LUÍS. PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO LUÍS. SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO. **Prefeitura de São Luís convoca mais 179 professores aprovados no seletivo de 2023**. São Luís, 06 março 2024. Disponível em: <https://saoluis.ma.gov.br/semmed/noticia/40791/prefeitura-de-sao-luis-convoca-mais-179-professores-aprovados-no-seletivo-de-2023>. Acesso em: 14 maio 2024.



3

A BELEZA DA MULHER NEGRA, FATOR HISTÓRICO: DORES PSÍQUICAS E ESTEREÓTIPOS

*THE BEAUTY OF BLACK WOMEN, A HISTORICAL FACTOR: PSYCHIC PAIN
AND STEREOTYPES*

Ellen Suzan Silva¹
Gabriel Nava Lima²

¹ Psicologia, Centro Universitário Estácio São Luís, São Luís - Maranhão

² Doutor em Meio Ambiente e Desenvolvimento regional, Centro Universitário Estácio São Luís, São Luís - Maranhão

Resumo

No presente artigo, discutimos a influência do racismo e do sexismo que ao longo dos séculos têm provocado a objetificação da mulher negra e em como esses pontos contribuem para o sofrimento psíquico de boa parte das cidadãs, partindo da visão estereotipada nascida no período da escravidão. Destaca-se também o papel da Psicologia no contexto racial, visto que, este é o maior fator influente na realidade da população negra. O intuito deste trabalho é apresentar uma temática de peso pouco explorada pelo âmbito, mas de grande relevância social sobre como a estrutura da sociedade moldou o modo como a mulher negra é vista, como a própria mulher se vê enquanto parte (ou não) da sociedade e em como essa estrutura é a grande causadora do sofrimento psíquico da mulher negra. Em vista disso, observa-se a necessidade de uma Psicologia que possa tratar das dores que a mulher negra carrega a partir da perspectiva de gênero, raça e história. Também levantando questionamentos sobre a origem do padrão estético que foi imposto e como ele permanece em vigor mesmo com o passar dos anos.

Palavras-chave: Racismo, Mulher Negra, Hipersexualização, Psicologia.

Abstract

In this article, we discuss the influence of racism and sexism, which over the centuries have led to the objectification of black women, and how these factors have contributed to the psychological suffering of many of them, based on the stereotyped view born during the period of slavery. It also highlights the role of psychology in the racial context, since this is the biggest influential factor in the reality of the black population. The aim of this work is to present a weighty subject that has been little explored in the field, but which is of great social relevance in terms of how the structure of society has shaped the way black women are seen, how women see themselves as part (or not) of society and how this structure is the major cause of black women's psychological suffering. In view of this, there is a need for a Psychology that can deal with the pain that black women carry from the perspective of gender, race and history. It also raises questions about the origin of the aesthetic standard that has been imposed and how it remains in force even over the years.

Keywords: Racism, Black Women, Hypersexualization, Psychology.

1. INTRODUÇÃO

O corpo feminino preto carrega dentro de si uma dor ancestral que ecoa em todas as gerações desde a escravidão. Até nos dias de hoje, a figura da mulher negra é rotulada como inferior, exótica e erótica, são reflexos de uma degeneração histórica de 300 anos.

Essa degradação geracional resultou no sofrimento físico e psíquico de todo um coletivo, atravessando linhagens e mais linhagens carregando as mesmas dores como: a falta de autoestima, perda de identidade e a dificuldade em se reconhecer como cidadão sendo negro. Sem mencionar a realidade socioeconômica de uma grande parcela dessa população que quanto menos condições possuem menos acessos a informações se têm, assim como as assistências sociais estão distantes daqueles que mais precisam, o que contribuiu para o aumento de ambas as lesões.

Apesar da escassez de representatividade de conteúdo racial tanto na área da Psicologia quanto no âmbito acadêmico, ainda se buscam maneiras de ressignificar os conceitos de cada vertente através das reconstruções que incluem o fator racial, como por exemplo, o conceito psicanalítico da transmissão psíquica transgeracional que descreve o trauma como herança emocional, que pode alterar sua visão de mundo, a maneira como se vê e como se comporta. Através deste conceito podemos explicar de modo científico/teórico a raiz de uma aflição a qual nos foi herdada, que nos conecta uns aos outros e de certa forma molda nossa compreensão de realidade, comum em grande parte de nós que compartilhamos de tal visão.

Segundo Féres-Carneiro, Lisboa e Magalhães (2011 *apud* PADILHA; BARBIERI, 2020, p.245): “A herança parental transgeracional, portanto, pode criar obstáculos para a constituição da subjetividade do sujeito, que se torna hospedeiro de uma história que não lhe pertence, advinda de gerações anteriores. Isso ocorre porque as representações herdadas permanecem engessadas por uma quantidade de excitação psíquica não simbolizada, favorecendo a repetição de acontecimentos perturbadores”.

Essas experiências raciais deixam sequelas profundas que continuam a se alastrar as gerações chegadas, manifestadas em algum aspecto da vida ou influenciando no modo de visão destes indivíduos, trazendo esse senso de continuidade. Por isso, faz-se a necessidade de abordagens repensadas nos fatores étnicos, ambientais, socioeconômicos e de gênero para compreender e tratar cientificamente das angústias das massas excluídas, para que tenham consciência de si mesmos e não reproduzam os comportamentos que lhes foram rotulados apesar de ter que sobreviver diariamente as mazelas sociais.

A ciência psicológica apresenta grande potencial para a compreensão de como a racialidade interfere nas relações em sociedade, e especialmente sua influência sobre a subjetividade dos sujeitos. Nesse sentido, propõe-se um debate que possibilite compreender de que forma racialidade e psicologia vêm se relacionando ao longo do tempo, e como se apresentam interligadas na atualidade (FRAGA MIRANDA, 2024, p. 234).

Portanto, o papel do(a) psicólogo(a) enquanto agente transformador(a) é desmitificar os preconceitos em torno das pautas raciais, conscientizando a sociedade através do letramento e do seu posicionamento científico, exercendo sua abordagem conectando-a ao contexto em que se está inserido(a), assim, propiciando a evolução do seu trabalho terapêutico. Para isso, é importante que aja mais espaço nas instituições de educação, principalmente, no âmbito acadêmico para falar de conteúdos como este, que descreve a realidade dos(das) estudantes pretos(as), pobres e mais precisamente a aqueles que não



tiveram acesso ao conhecimento, podendo contribuir para a evolução pessoal destes indivíduos.

Quando se trata da mulher negra, é preciso unir todos os outros fatores que citamos anteriormente mais o fator gênero, para assim, compreender as dores da sua realidade e os efeitos dessa conjunção sob a mente, percepção e conduta da mesma.

O sofrimento causado por ambas as opressões pode afetar diretamente em todas as áreas da vida da mulher negra e principalmente seu psicológico, lhe colocando em estado de vulnerabilidade constante. Por isso, é importante fazer esse recorte por intermédio da Psicologia para viabilizar o desvinculo da visão rotulada como pertencente a este grupo, tendo como objetivo principal priorizar a visão que a mulher negra tem de si mesma e enfatizando o cuidado a sua saúde mental através de estratégias de enfrentamento e empoderamento diante as situações do seu dia a dia, pois, o peso dessa realidade pode causar adoecimento mental e condicionamento psicossocial, especificamente quando se trata do próprio corpo.

Partindo dessas premissas, este trabalho foi inspirado em duas experiências de interesse acadêmico e pessoal: Primeiramente, estágio de Psicologia Social na Associação Remanescente Quilombola da Liberdade desde o dia 31 em março ao dia 19 de maio de 2023, que teve como função principal o atendimento psicológico. Com as intervenções feitas na comunidade do quilombo pudemos alcançar a todos os públicos, mas principalmente o público jovem que se tornou nosso alvo não só nos atendimentos e palestras como também foram protagonistas do nosso projeto realizado na instituição sobre a representatividade da comunidade. Através dos atendimentos pudemos orientar aos interessados sobre a importância da saúde mental e suas perspectivas de vida na intenção de conscientizá-los, também mostrando outro ponto de vista das situações apresentadas levando-os a refletir sobre a realidade em que estão inseridos.

Por segundo, uma roda de conversa para mulheres negras, promovida pelo ex-grupo de movimento feminista negro Coletivo Empodera Afro, realizada no teatro João do Vale, no dia 23 de novembro de 2023. A roda foi liderada por uma psicóloga e membro do coletivo que trouxe como pauta principal “as lutas diárias da mulher negra brasileira” onde foram discutidas coletivamente situações que geralmente fazem parte do cotidiano dessa população e a importância dos cuidados a saúde mental, além disso, foi pautada a importância do movimento para o acolhimento e empoderamento delas. Também foram compartilhadas histórias e lutas enfrentadas pelas participantes, o que gerou momentos de apoio e aconselhamento entre as mesmas.

A finalidade de apresentar tal temática é informar, referenciar e de certo modo influenciar o público citado a buscar conteúdos que enriqueçam seus conhecimentos e principalmente, destacar a responsabilidade das instituições de ensino a incorporar de forma mais significativa conteúdos raciais e intervenções educacionais que contribuam não só para o desenvolvimento acadêmico dos alunos que fazem parte dos grupos citados neste artigo, mas, para construir um ambiente mais inclusivo em prol da evolução ética e social dos mesmos.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Para a construção deste trabalho foram realizadas pesquisas qualitativas, bibliográficas, com viés descritivo de caráter exploratório. Suas fontes de desenvolvimento foram às pesquisas por meio de artigos e teses digitais referentes à hipersexualização da mulher

negra, a saúde mental da população negra e o qual o papel da Psicologia na luta contra a exclusão social e busca de melhoria para a saúde mental desse público. Também foram utilizadas como fontes entrevistas com mulheres negras colhidas durante uma Roda de conversa que debatia os enfrentamentos diários vividos pela mulher negra brasileira.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO.

3.1 Escravas, além do trabalho braçal, a promiscuidade colonial.

O corpo feminino preto traz consigo um dor ancestral, alicerçada na escravidão. Essa dor se expõe quando a sociedade atual define a mulher negra como inferior, exótica e erótica, uma degeneração histórica de 5 séculos.

“Essas marcas foram carregadas ao longo de todo o processo histórico brasileiro, criando relações de poder e discursos que tem potencial para transformar o corpo negro em um espaço violável, explorável e dominável. As potências dominadoras e exploradoras que o corpo da mulher negra colonizada carrega são capazes de criar estratégias para se adaptar ao desejo do colonizador” (OLIVEIRA, 2016, p. 5).

O contexto em que hoje vivemos foi criado para somente beneficiar o homem branco que roubou se apropriou e explorou outros povos através da violência e invasão territorial. Os alvos principais foram os povos originários (indígenas) e os africanos, que foram escravizados, abusados e mortos pelas mãos do colonizador. Ao centralizar a mulher negra na história social brasileira, o retrato que surge mostra a desumanização, violência, preconceito e exclusão.

Durante a colonização, as mulheres que trabalhavam dentro das casas eram chamadas de Mucamas. No dicionário online de Português Dicio: Criada; mulher negra e jovem que auxiliava sua senhora com os afazeres domésticos ou servindo de companhia em passeios. [Por Extensão] Ama de leite; aquela que amamentava os filhos de seus senhores.

Em A mulher no Brasil. Hahner descreve:

(...) a escrava de cor criou para a mulher branca das casas grandes e das menores, condições de vida amena, fácil e da maior parte das vezes ociosa. Cozinhas, lavava, passava a ferro, esfregava de joelhos o chão das salas e dos quartos, cuidava dos filhos da senhora e satisfazia as exigências do senhor. Tinha seus próprios filhos, o dever e a fatal solidariedade de amparar seu companheiro, de sofrer com os outros escravos da senzala e do oito e de submeter-se aos castigos corporais que lhe eram, pessoalmente, destinados. (...) (HAHNER, 1978, p. 120 e 121).

Para além dos fins lucrativos e execução da subserviência, boa parte das mulheres escravizadas que viviam ou trabalhavam na casa grande eram estupradas. Por causa de seus patamares, essa prática era socialmente aceita pela sociedade e suportada pela esposa do senhor de escravos, pois esta não possuía direito nenhum nem mesmo sobre suas próprias escolhas, portanto, havia de seguir o padrão imposto às mulheres daquela época. Tudo em volta do homem branco era conivente a sua prática criminosa, fetichista e por vezes, adúltera. Através dessa prática, criou-se o mito popular da mulher branca para casar e negra para fornicar como justificativa.



“Degradadas e desejadas ao mesmo tempo, as negras seriam o mesmo que prostitutas, no imaginário de nossos colonos: mulheres ‘aptas a fornicação’, em troca de algum pagamento. E na falta de mulheres brancas, fossem para casar ou fornicar, caberia mesmo às mulheres de cor o papel de meretrizes de ofício ou amantes solteiras, em toda história da colonização” (DEL PRIORI, 2016, p. 46).

Em razão dessa violência aceita pela sociedade da época, muitas mulheres deram à luz aos filhos dos seus senhores, trazendo uma nova leva de escravizados chamados de mulatos. No dicionário online de Português Dicio: “Pessoa que provém da mistura entre brancos e negros.” Que também significa “mulo” segundo a etimologia da palavra no Wikipedia, em latim: (animal híbrido, nascido do cruzamento entre um jumento e uma égua), referente a pessoas nascidas da relação interracial.

Esse termo pejorativo permanece em vigor até os dias atuais e está associada ao estereótipo da “globeleza”, a figura da passista; uma mulher cheia de curvas, seminua, de pele bronzeada, que dança no ritmo de um samba de enredo com todo o seu gingado. Segundo GONZALEZ (1984, p. 217)

[...] e é justamente no momento do rito carnavalesco que o mito é atualizado com toda a sua força simbólica. E é nesse instante que a mulher negra transforma-se única e exclusivamente na rainha, na “mulata deusa do meu samba”, “que passa com graça/fazendo pirraça/fingindo inocente/tirando o sossego da gente”.

Essa imagem está sempre atrelada à mulher negra brasileira aqui e no exterior, não só pelo contexto histórico, mas sim pela retratação da mídia, principalmente no carnaval. Tal representação se tornou generalizada e foi estabelecida como um padrão de aparência dentro das passarelas e redes de comunicação, mostrando todos os anos seja nas telas ou nos ambientes festivos a presença dessa figura caricata que não só reforça essa idealização do corpo, como também o comportamento caracterizado como pertencente ao feminino negro.

A banalização do corpo da mulher negra nas festas carnavalescas não só contribui para hipersexualização como impõem um ideal estético definindo o que é a beleza negra para a entidade social, excluindo essas mulheres que não possuem esse padrão tendo em consideração o fato de que já estão distantes do modelo de beleza da mulher branca, se distanciando ainda mais no arquétipo racial.

Para justificar a exploração masculina branca e o estupro das negras durante a escravidão a cultura branca teve de produzir uma iconografia de corpos de negras que insistia em representá-las como altamente dotadas de sexo a perfeita encarnação de um erotismo primitivo e desenfreado. Essas representações incutiram na consciência de todos a ideia de que as negras eram só corpo sem mente. A aceitação cultural dessas representações continua a informar a maneira como as negras são encaradas. Vistos como símbolo sexual os corpos femininos negros são postos numa categoria em termos culturais tida como bastante distante da vida mental (HOOKS, 1995, p. 469).

3.2 Racismo e a Psicologia, ferramenta histórica

Em meados do século XIX, a Psicologia foi trazida por médicos como Manoel Bonfim (1868-1932) e Alfred Binet (1857-1911) com os laboratórios de avaliação psicológica, utilizada

como ferramenta de mensuração de aspectos subjetivos como a inteligência, comportamento e personalidade e foram utilizadas inicialmente em asilos e instituições de ensino privilegiadas. Essas técnicas estabeleceram as bases do futuro da atividade laboral que se manteve na cientificidade semelhante a europeia, sem considerar os aspectos sociais ou culturais no estabelecimento dos parâmetros e na interpretação dos dados (PEREIRA, et al. 2022).

Ao longo dos anos da prática do laboratório, muitos profissionais utilizaram os dados das experiências testadas nos negros para comprovar cientificamente a diferença mental e comportamental deles, assim os classificando como socialmente inadaptáveis e agressivos ou emocionalmente instáveis etc., o que serviu como ferramenta para o controle psicológico sob a população negra e construção dos estereótipos que até hoje carregam. Esses dados foram apontados como verídicos e usados como argumento para a disseminação da ideologia científica racista e conseqüentemente para o tratamento desumano que essa população sofreu, o que estava certamente alinhado ao pensamento político, religioso e social da época.

Ao realizar esse gesto, perceberemos a existência de uma modalidade específica de racismo, o “racismo psicológico”, cuja função é manter o negro silenciado e obstaculizado de falar sobre si mesmo, submetendo-o a narrativas e práticas brancas. Isso significa dizer que a psicologia também foi produtora e reprodutora de racismo (HILÁRIO, 2023).

Em razão desse primeiro momento na história brasileira, muitos princípios desse contexto foram enraizados não só nos alicerces da sociedade como também nos conceitos da Psicologia contribuindo ainda mais com as repercussões de discriminação e com o adoecimento mental da população negra.

“De início, em documentos elaborados pelo Conselho Federal de Psicologia (2017) verifica-se que a Psicologia Brasileira historicamente se posicionou como cúmplice do racismo, validando cientificamente estereótipos discriminatórios derivados das teorias eurocêntricas” (FRAGA MIRANDA, 2024, p. 234).

É inegável a contribuição desta área para a sociedade, principalmente para a edificação dos pensamentos contemporâneos, mas, também demonstra em cada uma de suas abordagens a predominância branca de seus precursores, determinados a tratar somente da sua própria subjetividade, ou seja, não há um conceito fora da visão europeia branca pensada para tratar uma raça que não a sua, desconsiderando os outros fatores que acarretam no adoecimento de outros coletivos, que se veem na posição de obrigação de falar das suas dores e tratar suas subjetividades a partir dos conceitos eurocentrados existentes, os quais não correspondem à realidade de grande parte da população não branca, quiçá, brasileira.

Segundo Veiga (2019, p. 245): “ao limitar-se às conceituações brancas e europeias sobre saúde mental e sofrimento psíquico, a psicologia brasileira deixa de contemplar e tratar adequadamente 54% da população do país, composta por negros e negras. A subjetividade negra é ignorada na grande maioria das graduações em psicologia, e um dos efeitos diretos disso são pacientes negros serem vítimas de racismo pelos profissionais que deveriam acolhê-los e, ao mesmo tempo, sentirem que não estão sendo compreendidos em suas questões e nem escutados como pertencentes a um povo que durante mais de 300 anos foi escravizado e que só há 130 anos foi liberto.”



3.3 O debate dentro da Psicologia sobre racismo e saúde mental da mulher negra: uma questão de inclusão.

O processo de uma evolução se inicia no reconhecimento de suas adversidades e na análise de suas degradações para então provocar mudanças no ambiente, já no contexto da Psicologia, é preciso reconstruir conceitos que reconheçam os causadores de danos à saúde mental da população negra, como ponto inicial da reestruturação do exercício terapêutico levando em consideração o histórico social e a influência que ele possui sobre a concepção do indivíduo que será tratado e analisar cada aspecto com o olhar clínico e assim esquematizar intervenções correspondentes às problemáticas apresentadas para confrontar a raiz dessas dores e tratá-las com a devida noção de gravidade e delicadeza.

O fato é que, enquanto mulher negra, sentimos a necessidade de aprofundar nessa reflexão, ao invés de continuarmos na reprodução e repetição dos modelos que nos eram oferecidos pelo esforço de investigação das ciências sociais. Os textos só nos falavam da mulher negra numa perspectiva socioeconômica que elucidava uma série de problemas propostos pelas relações raciais. Mas ficava (e ficará) sempre um resto que desafiava as explicações. E isso começou a nos incomodar. Exatamente a partir das noções de mulata, doméstica e mãe-preta que estavam ali nos martelando com sua insistência (GONZÁLEZ, 1984).

Embora tenha se reerguido diversas vezes diante das contrariedades e ressignificado símbolos pejorativos, os estereótipos que cercam a mulher negra podem não só adoecer-la mentalmente como limitar suas escolhas profissionais, educacionais e interpessoais em razão da falta de oportunidades de capacitação, valorização e rede de apoio. Por isso, é de extrema importância à desconstrução dos padrões e das narrativas vinculados a ela, para progredir a uma jornada saudável oriunda da noção de si mesma e do seu papel enquanto integrante essencial para o funcionamento da sociedade.

De acordo com as informações encontradas nos sites Scielo.com e ThinkEva.com, os grandes fatores do adoecimento mental da mulher negra são: o racismo estrutural, desigualdade socioeconômica e de gênero, experiências com violência ou abuso, discriminação, entre outros; o que a tornam mais propensa à vulnerabilidade mental. Por isso, é importante que ela tenha sua rede de apoio, e principalmente faça acompanhamento psicológico, porém, sabemos que a realidade de muitas não permite que se cuidem da maneira correta. Muitas delas recorrem a exercícios que melhoram sua autoestima, ou focam toda a sua energia em aspectos da vida, como em seu trabalho, seus estudos ou na criação de seus filhos, também buscam na religião a qual se identificam forças para enfrentar suas realidades.

Depoimentos colhidos na roda que debateu os enfrentamentos diários vividos pela mulher negra brasileira fez com que grande parte do grupo levantasse como formas de cuidados alguns destes pontos citados acima, como focar suas energias em uma parte da vida ou buscar força e conforto espiritual na religião. Além disso, muitas delas colocaram que chegavam a ter interesse pelo atendimento psicológico, mas que acabavam se levando a crer que não precisavam e que a terapia foi feita somente para aqueles que pudessem pagar ou pra quem realmente tem uma doença mental, inclusive, algumas delas expressaram pensamentos como: quem procura ajuda psicológica é fraco de fé, se alguém está buscando a terapia então está no ponto mais crítico do sofrimento, a mulher negra não tem tempo pra sofrer e principalmente, “terapia é para branco”.

Fazer parte de um movimento permitiu compreender a visão que a comunidade tem sobre a Psicologia, apesar de seu objetivo ser o cuidado a saúde mental, a ideia que se tem

sobre ela continua presa no lugar de inacessível para o negro pobre, ou no “isso é coisa de branco”, o que só contribui para que muitos de nós continuemos a ignorar os cuidados a própria saúde mental e não procure ajuda pelo medo do julgamento alheio. Pensamentos semelhantes a estes foram encontrados anteriormente nos jovens da comunidade quilombola, muitos deles tiveram seu primeiro acesso as informações sobre a área da Psicologia e da saúde mental através das intervenções feitas na associação e nas escolas da comunidade. Houve boa parte dos que foram conhecer o atendimento por curiosidade e não retornaram, mas os que já tinham visto algo sobre ou tiveram uma motivação maior que os levou a procurar o atendimento psicológico, estiveram participando frequentemente.

A importância de manter as mobilizações nesses locais de alta vulnerabilidade pode contribuir para a conscientização dos indivíduos, gerando uma mudança de perspectiva social e consolidando práticas que melhorem a autoestima e assegurem a saúde mental dos participantes.

Durante a elaboração do trabalho, houve tentativas de encontrar conceitos psicológicos ressignificados, semelhantes ao do trauma transgeracional, para construir uma narrativa a partir do fator raça com o fator gênero para trazer mais reflexões sobre os obstáculos históricos que permeiam a vida da mulher negra.

“Todavia, o que se tem observado é que nas grades curriculares dos cursos de psicologia no Brasil pouco se encontra sobre o tema do racismo em disciplinas obrigatórias, além de limitado número de estudos que aprofundam a temática. Diante da escassa produção da psicologia sobre o tema, compreende-se que estudar o impacto do racismo sobre a saúde mental é de extrema relevância. Neste trabalho, abordaremos mais especificamente o impacto sobre a saúde mental de mulheres negras” (SANTOS *et al.*, 2023).

É válido ressaltar a contribuição do movimento na atenção à saúde mental da mulher negra e na manutenção do empoderamento tratados em ocasiões como a da roda de conversa aqui citada. É terapêutico ter um momento de união às mulheres que compartilham das mesmas dores, que ouvem e acolhem umas às outras, proporcionando suporte emocional, o que motiva a dar continuidade não só nas jornadas pessoais, mas também a trazer mais de nós para esse meio.

4. CONCLUSÃO

Apesar dos estigmas que rodeiam a cidadã negra ao longo dos séculos, ela permaneceu se reerguendo através dos movimentos negros e feministas, conquistando assim seu lugar de fala e construindo seu próprio movimento como forma de resistência, promovendo a autoestima e empoderamento, fortalecendo sororidade entre as mulheres não brancas, sendo também uma força de defesa política inclusiva, equitativa e social.

A motivação na escolha dessa temática foi para chamar atenção à escassez de conteúdos que tratam da problemática racial como raiz dentro da Psicologia para que pudessem destrinchar os bloqueios sociais causados pelas adversidades aqui apresentadas, e também, contribuir de maneira mais completa ao estudo da subjetividade do público ao qual me refiro no trabalho, pensando numa abordagem totalmente adaptada as suas perspectivas, ainda assim, tratada com seriedade científica.

Apesar da sensibilidade do tema e a dificuldade em encontrar conteúdo dentro da Psicologia sobre saúde mental da mulher negra, fui capaz de encontrar representantes estudiosas como Angela Davis, Bell Hooks e Lélia Gonzalez. Ambas trouxeram visões diferentes da mesma premissa que inserem o fator tanto racial quanto o de gênero como



principal causa do adoecimento biológico e cognitivo da população negra, criticando a estrutura da sociedade, ressaltando também o impacto do movimento negro feminista e sua contribuição no enfrentamento às mazelas sociais, trazendo o empoderamento cultural como ferramenta em razão do resgate identitário desse coletivo.

Para fins de enriquecimento de conteúdo, foi apresentada a correlação feita do trauma transgeracional com o racismo como exemplo de construção científica desses dois extremos, utilizando a Psicanálise como base para explicar de maneira cronológica e sistemática os seus impactos, levantando questionamentos a respeito da aplicabilidade das técnicas terapêuticas existentes, nas atenções e cuidados a saúde mental deste público em questão, capaz de colaborar com a regeneração ou inovação dos princípios das abordagens de Psicologia.

Como parte do corpo discente e participante do movimento negro feminista, saliento aqui a necessidade de conteúdos que abordem de maneira científica os danos causados pelo racismo e pelo sexismo para conscientização e desmistificação dos estereótipos derivados da escravidão através de mobilizações sociais no âmbito acadêmico, inclusive, conteúdos para a execução de práticas terapêuticas adequadas a estas demandas que contribuam não só para o enriquecimento do conhecimento universitário, mas para contribuir com o bem-estar mental dessa população.

A complementaridade entre as experiências tanto de interesse pessoal quanto acadêmico foi fundamental na concepção deste trabalho, permitindo uma imersão nos dois pontos escolhidos para abordar de forma mais abrangente a temática em questão, enriquecendo repertório deste trabalho por meio dessa interseção entre o conhecimento teórico a vivência da mulher negra.

REFERÊNCIAS

- CANDIDO, M. R., & FERES JÚNIOR, J. (2019). Representação e estereótipos de mulheres negras no cinema brasileiro. **Revista Estudos Feministas**, 27(2), e54549. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1806-9584-2019v27n254549>. Acesso: 14 de setembro de 23.
- DEL PRIORI, M. **Histórias Íntimas: sexualidade e erotismo na história do Brasil**. São Paulo: Editora Planeta do Brasil, 2011.
- FRAGA MIRANDA, M. A.; PASSOS, R. F. Racialidade e psicologia: percepções de psicólogos em formação. **Revista Interinstitucional Artes de Educar**, [S. l.], v. 10, n. 1, p. 228–248, 2024. DOI: 10.12957/riae.2024.73643. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/riae/article/view/73643>. Acesso em: 30 mai 24.
- HAHNER, June E. **A mulher no Brasil**. Rio de Janeiro: Civilização Brasileira, 1978.
- HOOKS, Bell. Intelectuais Negras. **Revista Estudos Feministas**, [S. l.], v. 3, n. 2, p. 464, 1995. DOI: 10.1590/%x. Disponível em: <https://periodicos.ufsc.br/index.php/ref/article/view/16465>. Acesso em: 05 Mai. 24.
- HILARIO, L. Psicologia, raça e sofrimento psíquico: uma contribuição para a superação do racismo psicológico. **Revista da Associação Brasileira de Pesquisadores/as Negros/as (ABPN)**, [S. l.], v. 16, n. Edição Especial, 2023. Disponível em: <https://abpnrevista.org.br/site/article/view/1557>. Acesso em: 30 mai 24.
- GONZALEZ, L. Racismo e sexismo na cultura brasileira. **Revista Ciências Sociais Hoje**, Anpocs, 1984. p. 223-244
- LIMA, L. L. A. de; LIMA, F.; OLIVEIRA, L. R. de. MULHERES NEGRAS, SUBJETIVAÇÃO E TRAUMA COLONIAL: BEM VIVER E FUTURIDADE. **Revista da Associação Brasileira de Pesquisadores/as Negros/as (ABPN)**, [S. l.], v. 14, n. Ed. Especi, p. 60–77, 2022. Disponível em: <https://abpnrevista.org.br/site/article/view/1444> Acesso em: 14 de setembro de 23.
- OLIVEIRA, G. A. Mulheres Negras: corpos em luta. 2016. 25f. **Projeto de Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia)** – Universidade Católica de Brasília, Brasília, 2016. Disponível em: <https://repositorio.ucb.br:9443/jspui/bitstream/123456789/9482/1/GabrielaAlmeidadeOliveiraTC->

CGradua%c3%a7%c3%a3o2016.pdf. Acesso: 10 de setembro de 23.

PADILHA, C. R. M; BARBIERI, V. Transmissão psíquica transgeracional: uma revisão da literatura. **Tempo Psicanal.**, Rio de Janeiro , v. 52, n. 1, p. 243-270, jun. 2020 . Disponível em<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-48382020000100010&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 10 nov. 2023.

PEREIRA, D. F., GONCALVES, C. V., DA SILVA, C. M., & ECKHARDT, F. (2022). O pensamento decolonial na psicologia brasileira. **Conhecimento & Diversidade**, 14(32), 181-193.

SANTOS, G. C., BRISOLA, E. B. V., MOREIRA, D., TOSTES, G. W., & CURY, V. E. (2023). Impacto do Racismo nas Vivências de Mulheres Negras Brasileiras: Um Estudo Fenomenológico. **Psicologia: Ciência E Profissão**, 43, e249674. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-3703003249674>. Acesso:11 de setembro de 23.

VEIGA, L. M. Descolonizando a psicologia: notas para uma Psicologia Preta. **Fractal: Revista de Psicologia**, v. 31, p. 244-248, 2019.



4

**ARTETERAPIA: ENQUANTO INSTRUMENTO
PSICOTERAPÊUTICO NO TRATAMENTO ONCOLÓGICO DE
CRIANÇAS HOSPITALIZADAS**

*ART THERAPY: AS A PSYCHOTERAPEUTIC TOOL IN THE ONCOLOGICAL
TREATMENT OF HOSPITALIZED CHILDREN*

Ingrid Victória Santos dos Santos¹
Juliana Mendes da Silva¹

¹ Psicologia, Centro Universitário Estácio São Luís, São Luís - Maranhão

Resumo

De modo a diminuir o sofrimento das crianças oncológicas, este artigo, visa apresentar a arteterapia como método de auxílio no tratamento do câncer, proporcionando um recurso psicoterapêutico lúdico, no qual a criança portadora do câncer possa se expressar como um todo, respeitando a criança na sua integridade. O objetivo geral do estudo foi descrever e discutir a importância da arteterapia enquanto instrumento que auxilia o psicólogo no tratamento de crianças oncológicas hospitalizadas. Para o presente estudo foi utilizado o método de pesquisa bibliográfico de artigos científicos, sendo eles dissertações, monografias, livros, trabalhos de conclusão de curso (TCC) e teses. Tendo como descritores arteterapia, hospital, câncer infantil e Psicologia, delimitando pesquisas dos últimos 10 anos. Como resultados das discussões, pode-se observar o quanto a arteterapia auxilia na criação de vínculo criando um ambiente protegido, possibilitando uma psicoeducação mais criativa, lúdica para receber e esclarecer dúvidas que possam surgir por parte das crianças e familiares. Com base nos resultados obtidos conclui-se que o uso da arteterapia por psicólogos hospitalares, facilita a verbalização e compreensão das crianças hospitalizadas acerca do seu diagnóstico, além de auxiliar toda a equipe multidisciplinar envolvida nesse processo

Palavras-chaves: Psicologia. Câncer Infantil. Arteterapia. Hospitalização Infantil.

Abstract

In order to alleviate the suffering of pediatric oncology patients, this article aims to present art therapy as a method to assist in cancer treatment, providing a playful psychotherapeutic resource where children with cancer can express themselves holistically, respecting their integrity. The overall objective of the study was to describe and discuss the importance of art therapy as a tool that aids psychologists in the treatment of hospitalized pediatric oncology patients. For this study, a bibliographic research method was employed, including scientific articles such as dissertations, theses, books, undergraduate final projects, and theses, focusing on the last 10 years with descriptors: art therapy, hospital, childhood cancer, and psychology. The discussions highlighted how art therapy helps in building bonds and creating a protected environment, enabling a more creative and playful psychoeducation to address and clarify doubts that may arise among children and their families. Based on the results obtained, it is concluded that the use of art therapy by hospital psychologists facilitates the verbalization and understanding of the hospitalized children regarding their diagnosis, as well as aiding the entire multidisciplinary team involved in this process.

Keywords: Psychology. Childhood Cancer. Art Therapy. Pediatric Hospitalization.



1. INTRODUÇÃO

Segundo o Instituto Nacional do Câncer (Inca) existe um número alarmante de crianças e jovens diagnosticados com câncer. O diagnóstico quando acontece precocemente torna mais viável a adesão ao tratamento e, conseqüentemente, a cura, porém ao receber a notícia o indivíduo é afetado em diferentes áreas da sua vida, quanto emocional, social e física pois será preciso uma nova adaptação diante das mudanças que ocorreram (GANDRA, 2023).

Diante desse cenário é cada vez mais urgente a necessidade de um olhar mais apurado, pautado em um tratamento acolhedor e dinâmico pertinente às necessidades biopsicossociais das crianças portadoras de câncer, visto que, diante de uma doença, as crianças apresentam mudanças no contexto global do seu funcionamento orgânico e psicológico.

Com o diagnóstico de câncer a rotina da criança se modifica, surgindo então sentimentos como medo, angústias, ansiedades, tristeza, dores físicas e emocionais, sendo esta pela separação de sua família, dos amigos e da escola, dentre outros sentimentos, que passam a existir, independentemente da idade da criança (PINO; PEREIRA, 2017 apud CAMPOS; RODRIGUES; PINTO, 2010; DIAS *et al.*, 2013; HOSTERT; ENUDO; LOSS, 2014, p 26).

Com base nisso, é de suma importância que o psicoterapeuta trabalhe de modo empático, desenvolvendo um ambiente terapêutico seguro compreendendo a criança em seu mundo e as suas construções psíquicas. Sendo assim, o psicoterapeuta deve buscar trabalhar a causar menor dano possível para a criança, e sim estimular através do brincar explorar seus sentimentos encorajando-a expressar suas preocupações, medos e alegrias, além disso fornecer meios que possam desenvolver a cognição da criança, ainda que esteja hospitalizada longe do seu meio social conhecido.

Entende-se que o diagnóstico de câncer desencadeia fatores estressores que não atinge somente o organismo, mas suas relações externas e internas, por essa razão, elaborar estratégias eficazes com as demandas desde o momento inicial onde aquela família juntamente com a criança ao receber o diagnóstico e vivenciar o começo do processo de tratamento nos quais os mais conhecidos são a radioterapia na qual tem a função de destruir o tumor e quimioterapia cujo objetivo é destruir as células doentes (BEZERRA *et al.*, 2018).

Além dos impactos do sofrimento diante dos sintomas, o sofrimento emocional também pode existir visto que “estudos afirmam que pacientes oncológicos apresentam maior risco à depressão quando comparados com a população saudável em geral” (BEZERRA *et al.*, 2018; p. 61) o que dificulta a adesão ao tratamento de modo que algumas fases do tratamento são mais complexas que as outras podendo variar dependendo do organismo daquela criança.

No decorrer do processo de tratamento, a criança é exposta a diversos procedimentos invasivos de exames e internações hospitalares prolongada que por vezes, limitam os movimentos, como o brincar, deste modo a brincadeira se torna um fator fundamental para o desenvolvimento da criança, possibilitando vivências sociais para melhor interação visando que o tratamento seja mais leve dado que promove uma comunicação útil manifestando suas reações de ódios e esperanças (SILVA, 2022).

Por isso a arteterapia é vista como um recurso útil dentro do processo infantil, sendo

possível através do simples brincar produzir intervenções sutis, para tornar aquele ambiente acolhedor, um espaço de respeito à subjetividade e ao processo de hospitalização que aquele indivíduo está submetido.

O brincar, assim como os desenhos feitos com lápis de cor, tintas, recortes de papeis, teatros, contos, leituras resgata o direito da criança, além disso utilizar como ferramenta de explicação diante das mudanças no corpo, limitações a brincadeiras que exige um esforço físico maior, assim como as medicações e suas mudanças perante o estado que a criança se encontra podendo facilitar a compreensão.

É na fase da infância que se desenvolve diversos aspectos, sendo eles positivos ou negativos, as relações sociais, a interação com o mundo externo se encaixar dentro desse universo no qual se desenvolve, porém quando uma criança juntamente com a família recebe o diagnóstico de câncer todos esses aspectos sejam eles social, físico e psíquico podem causar alterações no processo de desenvolvimento da determinada criança visto que a partir do momento que a notícia chega o contexto no qual está inserida sofre mudanças, como as brincadeiras que precisam ser mais cuidadosas, as idas ao médico são frequentes até o momento que aquela criança fica hospitalizada (CARDOSO, 2007).

Desse modo, de forma a diminuir o sofrimento das crianças oncológicas, a arteterapia intervém como método de auxílio no tratamento. Sendo a arteterapia na sua definição:

Arteterapia é o uso da arte como base de um processo terapêutico, em que visa estimular o crescimento interior, abrir novos horizontes e ampliar a consciência do indivíduo sobre si e sobre sua existência através da expressão simbólica espontânea (SILVA, 2022, p. 20 *apud* União Brasileira de Associações de Arteterapia (s.d)).

Ou seja, proporcionar um recurso no qual a criança portadora possa se expressar como um todo, auxiliando para melhor adaptação do repertório do tratamento já que a “arteterapia implica uma situação de ajuda auxílio a um outro que está em situação de sofrimento e desconforto” (SEI; GONÇALVES, 2010, p. 31).

Portanto respeitar a criança na sua integridade é crucial facilitar o seu tratamento com empatia e interações desse modo o tratamento dentro da arteterapia o paciente aprende assim a expressar-se através de um ato criativo comunicativo, com o qual pode tomar consciência da sua experiência interior dos seus medos, do seu corpo e das suas defesas, principalmente de tipo consciente (ABBENANTE *et al.*, 2020) logo as crianças portadoras de câncer necessitam serem acompanhadas, amparadas.

O trabalho do psicólogo que atua na elaboração de intervenções podendo elas serem em grupos possibilitando a interação da crianças com outras, assim promovendo melhorias nas relações sociais, além disso proporcionar uma escuta ativa e empática diante dos sentimentos expostos daquela criança, utilizando ferramentas que possam facilitar ou resgatar o universo infantil através de recursos lúdicos mesmo que aquela criança esteja dentro do ambiente hospitalar, visto que para muitas é uma ambiente aterrorizante (CARDOSO, 2007). Desse modo, o psicólogo não lida somente com a doença em si, mas com o universo daquela criança e suas descobertas, assim como as mudanças da sua rotina.

Huerta (1990) afirma que a doença e a hospitalização constituem uma “crise” na vida da criança, ela passa a desenvolver comportamentos de impaciência e irritabilidade (HUERTA, 1990 *apud* VITAL *et al.*, 2020, p. 77). Tal crise existencial perpassa por vários níveis de estresse e angústias emocionais causados pelo medo da morte, a interrupção de planos, mudanças físicas e patológicas, mudanças do papel social e estilo de vida. Desvelando

para um paciente oncológico infantil isso leva a um aumento gradual de sintomas negativos estressores, bem como: tristeza, medo, angústias, frustrações, raiva, ansiedade.

Diante disto a arte como recurso terapêutico, auxilia a criança com câncer a se reestruturar de modo biopsicossocial garantindo um tratamento mais acolhedor e dinâmico expondo os seus sentimentos, pensamentos e emoções de forma clara frente às questões presentes que tem vivenciado como a elaboração de uma nova percepção acerca do que está vivendo a partir do momento que receber o diagnóstico.

Por meio da arte, as crianças lidam com as rotinas hospitalares mais facilmente. Auxiliando no desenvolvimento da comunicação, na valorização da subjetividade, na liberdade de expressão, na reconciliação de problemas emocionais e da função catártica (DID; ABRAO, 2013; VALLADARES-TORRES, 2015; LIMA *et al.*, 2017 *apud* CALLAI 2018 p.7).

Justifica-se, deste modo, a escolha de intervenções da arteterapia como estratégia terapêutica para a expressão dos sentimentos das crianças oncológicas resgatando o lúdico, acompanhando as expressões das emoções e a subjetividade da criança que está no processo visto como doloroso, onde é exigido não somente condições físicas, mas também emocional, possibilitando assim que o tratamento seja mais leve e menos desagradável.

O terapeuta deste modo configura a arte como um instrumento facilitador utilizando formas de expressões como o teatro, a dança, a musicoterapia, dentre outras formas a fim de facilitar a verbalização e compreensão das crianças hospitalizadas.

A partir da utilização e criação de materiais artísticos, o paciente pode protagonizar em sua forma mais particular, no processo de conscientização de seu quadro atual e proporcionar a abertura de se mobilizar perante seus novos modos de ser, considerando as possibilidades abertas neste momento (RODRIGUES, 2010 *apud* MARTINS, 2022, p. 41).

Haja vista que dentro da Psicologia existe um leque de ferramentas utilizadas para melhor interpretação daquilo que o paciente relata. O psicólogo ao desenvolver e estabelecer uma comunicação expressiva dotada de interpretações artísticas desenvolvidas pelos pacientes, possibilita com que este se sinta aberto e desinibido para comunicar seus sintomas.

Dito isto, o objetivo do estudo foi descrever e discutir a importância da arteterapia enquanto instrumento que auxilia o psicólogo no tratamento de crianças diagnosticadas com câncer, hospitalizadas, possibilitando o resgate da infância e a vivência deste período de modo menos traumático.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

O trabalho possui natureza qualitativa e parte de uma pesquisa bibliográfica. Sousa (2021) aponta como fundamental a pesquisa bibliográfica na procura de análises já publicadas com o propósito de estabelecer os métodos de pesquisa para delinear e compor o conteúdo fundamentado sobre o conhecimento científico. A princípio foram selecionados documentos com temas semelhantes ao abordado a partir de materiais publicados em diferentes bases de dados: PePsic; Scielo; Google acadêmico dos últimos 10 anos. Dentre as fontes secundárias pesquisadas foram selecionados livros, artigos, trabalhos acadêmicos

seminais. A pesquisa foi baseada em uma análise de estudos ampla, a fim de explorar os benefícios da arteterapia na saúde mental da criança portadora de câncer, além disso foi abordado o prejuízo emocional que ocorre ao longo do tratamento.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A arteterapia no tratamento oncológico infantil de modo psicoterapêutico auxilia o processo de hospitalização da criança visto que se trata de instrumento possível para minimizar ou compreender determinado tratamento, podendo o seu uso ser verbal ou não verbal, dado que a arte como terapia possibilita a subjetividade do indivíduo, amenizar os impactos negativos dentro do hospital uma vez que aquela criança foi retirada da sua rotina (VITAL *et al.*, 2020) sendo capaz de descrever os benefícios e amparo dessa ferramenta. Desta maneira podemos citar brevemente alguns autores que assessoraram os estudos, como pioneiro no suporte da linha psicoterápica Sigmund Freud e Nise da Silveira pioneira no uso da pintura nos tratamentos psiquiátricos. A influência da psicanálise freudiana iniciou:

Século XX, interessou-se pela arte como meio de manifestação do inconsciente através de imagens. Sigmund Freud observou que o artista pode simbolizar concretamente o inconsciente em sua produção retratando conteúdo do psiquismo em sua obra. Acerca disso, menciona-se seus estudos realizados sobre as obras de autores consagrados como Leonardo da Vinci Michelangelo (COQUEIRO *et al.*, 2010, p. 860).

Culturalmente a palavra câncer já impacta pelo temor que a sociedade possui, de modo que alguns indivíduos não gostam de falar principalmente quando o adoecimento ocorre durante a infância agravando ainda mais já que é nessa fase que ocorre o processo de desenvolvimento infantil, onde a criança descobre partes do seu corpo, é exposta a brincadeiras com contato com a natureza, exposta ao mundo de interação social, práticas de aprendizagem, visto que diante da criança portadora existem algumas delimitações que impactam a vida, seus sonhos, idealizações. O desenvolvimento da Psicologia no campo oncológico proporciona essa intervenção mais acolhedora que resulta um ambiente seguro, de exposição de fraquezas, novo olhar sobre as expectativas futuras da criança nas quais da mesma forma, ao vivenciar o processo de adoecimento, precisa construir formas de enfrentar as repercussões da doença (ANDERS; SOUZA, 2009 *apud* FONSECA; PANCIEIRA; ZIHLMANN, 2021).

Portanto, o psicólogo assume um papel crucial não somente dando suporte emocional para a criança, mas também para a família, pois existe uma rede de apoio por trás que precisa de suporte e acolhimento já que acompanha a criança durante todo o tratamento e sofre juntamente. Os cuidadores são as primeiras imagens e referências de segurança que uma criança contém sendo assim é primordial os responsáveis serem acompanhados e fazerem parte das mudanças que ocorreram com a criança pois muitos não sabem lidar, não sabem os processos que a criança vai passar, às alterações cognitivas e comportamentais, vivem um processo de negação diante do diagnóstico e todos esses fatores afetam diretamente o tratamento da criança portadora do câncer.

A hospitalização por se constituir como um momento delicado na vivência da criança, gera sobrecarga e estagnação emocional, pois há uma ruptura em sua realidade sendo ela inserida subitamente em um contexto hospitalar, cercado por pessoas estranhas e submetida a exames invasivos e dolorosos diariamente.



A mudança repentina causada devido a internação gera uma mistura de emoções diante de um universo que lhe é desconhecido. Sendo diversas as formas de enfrentamento que está se atém na busca por um sentido, mesclando as informações recebidas com as fantasias criadas para então dá nome a toda sua vivência, desdobrando assim alguma forma de enfrentamento.

A assistência à criança hospitalizada vai muito além do cuidado centrado apenas na saúde, vai abranger também suas necessidades emocionais e sociais por isso vale ressaltar a importância do preparo e capacitação dos profissionais que prestam suporte, estejam sempre à procura de maneiras que permitam às crianças se expressarem conforme as suas necessidades atuando como facilitadores durante o tratamento.

O Elo entre a equipe multidisciplinar é extremamente importante, o grande objetivo é prestar uma assistência Hospitalar abrangente e humanizada, se essa interação harmônica acontece, a conquista do tratamento pode ser provável ao paciente. Além dos médicos e enfermeiros que atendem pacientes oncológicos infantis, o profissional de psicologia também faz parte da equipe, trazendo diversos meios terapêuticos que ajudam no desenvolvimento cognitivo e social da criança hospitalizada (LEITE; STRONG, 2006 *apud* VITAL *et al.*, 2020 p. 76).

Desta forma, o trabalho do psicólogo juntamente com a equipe multidisciplinar é fundamental pois favorece o planejamento de métodos e meios para um cuidado mais humanizado e integral de modo lúdico, a fim de adentrar ao mundo da criança de modo empático a deixando um ambiente mais prazeroso. O que favorece uma melhor adesão ao tratamento fortalece o vínculo entre a equipe multidisciplinar e a criança.

Visto que, o suporte psicológico atende o paciente na sua vulnerabilidade emocional, o que abalar outras esferas do seu ser, onde sofre diversas alterações até mesmo de perspectiva futura, sendo assim a precisão no trabalho de reconhecer, recolher e acolher toda expressão que aquele paciente juntamente a família se torna um dos meios mais útil para o psicólogo desenvolver.

O trabalho desenvolvido pelos profissionais em Arteterapia com essas crianças e adolescentes ao utilizarem instrumentos musicais, pintura, desenho e dança, ajuda a promover nos participantes o encontro de seus talentos, o resgate do lúdico a vivência do brincar e instigar a imaginação promovendo mais confiança, auxiliando a criança a ampliar o conhecimento de si e dos outros, aumentando a autoestima, e ajudando a criança a lidar melhor com os sintomas da doença e, a partir daí, maior capacidade para enfrentar inclusive o tratamento e suas consequências, uma vez que após a quimioterapia, por exemplo, o quadro que se instaura é de dor, sensações difíceis de lidar, tais como: vômito, náuseas, perda de cabelo, dores articulares e ósseas, dentre outras (CASTRO *et al.*, 2020, p. 206).

Uma análise prévia das necessidades primárias da criança assim como o estabelecimento de vínculo entre paciente e psicólogo é fundamental para que então aquela criança possa comunicar verbalmente ou não o que tem afetado, embora a grande maioria ainda não saiba nomear suas emoções ou necessidades de maneira clara desse modo o psicólogo precisa estar alerta ao meio que a criança vai demonstrar seus comportamentos em determinadas fases do tratamento, é válido ressaltar que a intervenção psicológica pode ocorrer antes mesmo da criança ser exposta com objetivo de comunicar ou alertar sobre

um evento posterior, como quando a criança irá passar por um novo exame médico.

A arteterapia auxilia na criação de vínculo criando um ambiente protegido, para que possa sentir prazer nas próximas intervenções, ademais possibilita uma psicoeducação mais criativa, lúdica para receber e esclarecer quaisquer dúvidas que possam surgir por parte da criança portadora do câncer.

A intervenção terapêutica precisa ter como objetivos iniciais o conhecimento acerca do quadro clínico daquela criança, isto envolve o nível de saber sobre o tratamento, levantamento sociodemográfico, qual contexto o indivíduo está inserido, qual a rede de apoio assim como os efeitos negativos que a doença tem causado, esses dados podem ser recolhidos por meio da prática da arteterapia traçada por recursos. Portanto nos atendimentos futuros nos quais arte está inserida tem como finalidade a condução das intervenções assim como a observação contínua dos leitos buscando a avaliar as necessidades a serem trabalhadas de forma pontual por se tratar de doença com agravos súbitos. A junção da arteterapia com o trabalho do psicólogo colabora para melhor qualidade de vida da criança, acompanhando o seu desenvolvimento diário enquanto os seus aspectos psicológicos.

A arte é descoberta na criança de maneira natural, exposta espontaneamente através do seu cotidiano, logo a facilidade de expressão se torna evidente durante a fase infantil proporcionando melhor interpretação quanto ao estado emocional que se encontra, o modo claro manifesto através de rabiscos, de uma história contada ou uma palavra vinda de uma pessoa referência. Esse espaço de exposição possibilita o melhor desenvolvimento da criatividade e autonomia do mesmo modo o psicossocial da criança.

Os estudos de Jung influenciaram amplamente o campo da arteterapia, trazendo à tona discussões sobre importância do mundo imagético na compreensão do psiquismo e, conseqüentemente, valorizando a análise das imagens simbólicas projetadas nas produções artísticas dos pacientes dentro do enquadre psicoterapêutica (VASCONCELLOS; GIGLIO, 2007 *apud* OLIVEIRA; OLIVEIRA, 2016, p. 2).

A perspectiva a ser trabalhada através de desenhos possibilita a compreensão dos fatores que o paciente tem passado, foram que a partir da criação das imagens significativas feitas pelos mesmos e conseguem externalizar elementos internos para externo que podem ser abordados pelo psicólogo para que então ampare a criança naquele momento de conflito, no qual carece de um cuidado ou atenção dos que fazem parte da vida do indivíduo.

Posto isso, diversos indicadores psicológicos podem ser apresentados a partir do campo psíquico, dentre eles a ansiedade e o medo antes de fazer qualquer tipo de intervenção médica, o estresse contínuo por não saber distinguir as etapas do processo, a timidez para interagir com outras crianças, sofrimento ao identificar a angústia dos seus pais

. A arte presta o suporte para aquele indivíduo que vive mudanças externamente e do ambiente frente a questões sociais, como a interação e compartilhamento do adoecimento uns com os outros. Arteterapia tem total relevância já que a criação de um ambiente não somente com questões pontuais remete a terapia, mas o ambiente estrutural faz parte desse processo de melhor adaptação e qualidade de vida da criança.

A norte-americana Margareth Naumburg foi pioneira ao desenvolver a arteterapia nos seus trabalhos levando em consideração a arte espontânea na psicoterapia (VASCONCELLOS; GIGLIO, 2007). O objetivo foi proporcionar ao paciente uma expressão livre, no qual esclarecesse os seus sentimentos que em grande são reprimidos, com ampliação que



é arte autores nacionais dedicaram-se em trazer arte como recurso terapêutico, podemos descartar a elaboração de Nise da Silveira e Osório César nos quais desenvolveram atividades terapêuticas com seus pacientes psiquiátricos internados.

Portanto a arte como ferramenta utilizada pelo psicólogo possibilita uma melhor intervenção psicoterapêutica principalmente ao tratarmos com o público infantil onde prefere expressar seus sentimentos através de atividades lúdicas além disso o profissional gera confiança com o paciente compreendendo suas diversas dimensões e o ambiente que está posto. Durante o processo de adoecimento muito é exigido da criança, sendo assim estimular e promover esse recurso com o intuito de resgatar a infância apresentando dinamismo e direcionando e acolhendo a dor e os pensamentos negativos da criança já que é possível o reconhecimento dos sentimentos expostos em ilustrações pois a arte da voz para aquela criança. Desse modo, é um trabalho sutil e diário no qual precisa ser explorado por profissionais cada vez mais como resposta do que o paciente quer comunicar e não diminui por ser apenas uma imagem.

O trabalho do psicólogo hospitalar não envolve apenas elaborar um diagnóstico para o indivíduo que se encontra hospitalizado, mas, ampliar o seu olhar para o paciente e não somente para doença, o cuidado humanizado é essencial visando promover qualidade de vida enquanto o paciente estiver passando pelo adoecimento. O psicólogo hospitalar desempenha uma função diferente das demais áreas de atuação, principalmente do ambiente clínico já que o paciente procura o profissional por espontânea vontade em buscar de cuidar especificamente da sua saúde mental já o que envolve o profissional da psicologia dentro no meio hospitalar entende-se que seu trabalho é pontual e os pacientes que estão inseridos não foram com o intuito de fazer uma psicoterapia.

Desse modo é fundamental o psicólogo tem um conhecimento prévio do nível de compreensão que aquela criança está tendo, uma vez que ao ser diagnosticada passa por diversos desafios diários, sendo assim a partir do estudo acerca da criança é viável a realização de intervenções para evitar futuros adoecimentos mentais, e arteterapia é um recurso rico para o psicólogo pois uma criança pode externalizar através de desenhos e imagens sentimentos de baixa autoestima dado que mudanças ocorrem como a perda do cabelo que é visto como um acessório importante para as pessoas faz parte da construção física logo poderá afetar na autoestima, a ansiedade e depressão podem surgir pois, constantemente o seu quadro de saúde pode alterar positivamente ou negativamente então o psicólogo produzirá estratégias nas quais englobam a prevenção de quadros que podem desenvolver ou de quadros psicológicos que já estão inseridos, como uma criança ao ficar ansiosa ou angustiada para receber novos medicamentos e não consegue dormir à noite, o psicólogo pode utilizar técnicas de relaxamento, acolhimento, estabelecer uma comunicação lúdica acerca do novo medicamento de como vai ajudar, se vai doer ou não, usando brinquedos significativos, esclarecendo que os pais, por fim, a percepção do psicólogo frente ao trabalho de prevenção e promoção dentro do hospital beneficia a saúde mental dos pacientes.

A Psicologia dentro das unidades de saúde passou por impasses devido carecia de informações e debates, o que levou a inclusão demorada no campo hospitalar (ANGERA-MI, 2004; CFP, 2007; CARVALHO et al., 2011; ASSIS; FIGUEIREDO, 2020 *apud* MARTINS, 2022) posto isso muitos profissionais da área da saúde desconsideram o trabalho do psicólogo através do uso da arte ou criam narrativas errôneas que o profissional deve intervir apenas em situações emergenciais como o luto, o que prejudica o trabalho multidisciplinar no qual tem como objetivo central ajudar o paciente. Sendo assim ampliar o debate para as outras áreas de atuação para que todos estejam alinhados, criar meios de discussão e levantamento de dados e desmistificar acerca do instrumento artístico.

Portanto, o trabalho do psicólogo junto a equipe de saúde é centrado em articular estratégias para que os aspectos psicológicos sejam considerados enquanto dado importante na condição atual do paciente e como a doença dá significado a maneira como o paciente se movimenta no mundo (MARTINS, 2022, p.32).

É necessário que o profissional esteja atento a cada detalhe desde o ambiente que aquele paciente é atendido ao que é exposto seja nos desenhos livres ou aqueles diante de uma solicitação do psicólogo, do comportamento ao escrever ou desenhar, do processo cognitivo, tudo é válido e analisado levando em consideração a subjetividade da criança.

A compreensão dos aspectos vivenciados possibilita o cuidado no desenvolvimento infantil preservando a criança dos efeitos negativos do adoecimento, ainda que existam as limitações, bloqueios emocionais, a arte tem o seu papel como facilitador para que o seu desenvolver não seja prejudicado altamente, mas por meio da terapia assegurar mais auxílio diante das variações que acontece no tratamento do câncer. A expressão artística é uma proposta para que o paciente esclareça os seus conflitos internos no qual é reprimido por estímulos ambientais que também interferem no tratamento. As atividades com recursos visuais apresentam particularidade contribuindo para a melhor adaptação do paciente.

Arteterapia não alcança somente a fatores internos do paciente, mas envolve a adaptação social da criança, no qual não irá interagir com outras crianças da mesma forma que fazia, a mudança da casa vista como um ambiente conhecido para o um hospital considerado desconhecido sendo capaz de criar ligações que integre o paciente nesse novo local de modo sutil e lúdico entendendo que o indivíduo não possui experiências que assegurem acerca do espaço que está sendo inserido.

O psicólogo utiliza terapia expressiva como um colaborador no tratamento de crianças nas quais precisam ser acolhidas e compreendidas diante do atual estado de saúde desse modo a arteterapia revela e proporciona um tratamento mais dinâmico frente aos fatores psicossociais e emocionais que são enfrentados pela criança ademais garantir que a essência da infância não seja perdida ou abandonada, mas seja resgatada e respeitada se adaptando em amparar a criança desde o momento que recebe o diagnóstico até o processo de internação sendo empático com as emoções, nas quais a princípio podendo ser tristeza, angústia e estresse pois as mesmas ainda estão passando pela desenvolvimento cognitivo e o gerenciamento de emoções precisa ser aprendido, por fim o manuseio adequado pelo profissional agrega para melhor cuidado com a saúde mental do paciente portador de câncer.

“Segundo Angerami-Camon (2004) expõe que o hospital também pode ser um local gerador de sofrimento e violações de direitos, inclusive desde a entrada até a permanência em tempo prolongado” (MARTINS, 2022, p. 38) desse modo é essencial que a criança hospitalizada seja amparada em todas as esferas do seu ser, pois ao está no hospital tende a ficar mais sensível e vulnerável a pensamentos e comportamentos negativos principalmente o de morte.

Posto isso como resultado das pesquisas desenvolvidas podemos observar a importância que há entre o equilíbrio que envolve o bem-estar mental físico e social da criança portadora de câncer assim como a da sua família que acompanha durante esse processo de hospitalização. como forma de nortear sua forma de atuação o psicólogo primeiramente deve compreender o quadro clínico do paciente atuando em parceria com a equipe multidisciplinar, tomando como material de apoio o prontuário, para então fazer o mapeamento de informações sociodemográficas que o introduza ao estado atual do paciente tomando por base seus dados pessoais, tais como idade, nível de escolaridade e se possui

alguma religião, bem como o seu estado clínico atual, tomando por base seu histórico da doença, buscando caminhos que o orientem de que forma esta criança recebeu seu diagnóstico. Como a família obteve e trabalhou e se trabalhou a explicação do diagnóstico da criança, explicando a ela de forma clara o seu diagnóstico. Buscando compreender como a família e a criança nomeiam seu estado atual, dando nome às suas vivências se de forma, ansiosa, depressiva, angustiante, amedrontados. Identificando fatores físicos e emocionais a fim de saber como se dá a rotina diária da criança se houve alterações no sono, se dorme muito ou pouco, como se dá a sua alimentação, aspectos comuns que são fatores importantes na adesão ao tratamento pois auxilia e facilita com que a criança tenha possa aderir o tratamento da melhor forma.

Neste processo, há dois fatores indissociáveis que podemos observar durante toda esta discussão: o uso da criatividade na arte e a sensibilidade da criança durante o tratamento. Diante disso, observamos como o tratamento lúdico auxilia a criança a ver a doença não como um ponto final em sua vida, mas como um processo de resignificação, onde cada desafio se torna uma oportunidade de crescimento e superação.

A Arteterapia baseia-se na crença de que o processo criativo envolvido na atividade artística é terapêutico e enriquecedor da qualidade de vida das pessoas. Por meio do criar em arte e do refletir sobre os processos e os trabalhos artísticos resultantes, pessoas podem ampliar o conhecimento de si e dos outros, a autoestima, lidar melhor com sintomas, stress e experiências traumáticas, desenvolver recursos físicos, cognitivos, emocionais e desfrutar do prazer vitalizador do fazer artístico (LOU, 1979 *apud* CASTRO, 2020, p. 194).

Desta forma o uso da arteterapia proporciona momentos de distrações que auxiliam a criança a reduzir sentimentos de solidão, isolamento, stress de modo lúdico, interagindo com seus amigos e familiares desvelando meios a enfrentar o câncer e gera uma ressocialização por meio do brincar, gerando autonomia e desenvolvendo a autoestima da criança, o que promove momentos de reflexão e intimidade durante o tratamento.

4. CONCLUSÃO

O presente estudo investigou a importância do uso da arte como instrumento dentre as terapias convencionais a fim de minimizar os impactos causados pela hospitalização e pela interrupção temporária de atividades comuns na vivência de crianças, resgatando o lúdico, como meio de enfrentamento nas mais diversas formas de sofrimento mental de modo a sensibilizar a criança bem como seus familiares que mesmo diante de tamanha crise existencial, ainda é possível vivenciar momentos lúdicos, por meio de atividades que estimulem o brincar, visto que a hospitalização se caracteriza como um período de grande instabilidade socioemocional, onde a criança perpassa por diversas atribuições como as mudanças repentinas em sua rotina, o fim do convívio diário com o pais e amigos – além dos procedimentos invasivos e dolorosos que geram na criança uma mistura de emoções que ocasionam grandes impactos físicos e psicológicos.

Diante de tal cenário foi possível observar a urgência na necessidade de um olhar mais humanizado no cuidado com a criança oncológica e de seus familiares. O uso da arteterapia por psicólogos hospitalares, utilizando formas de expressão como, o teatro, a dança, a musicoterapia, dentre outras formas de expressão facilita a verbalização e compreensão das crianças hospitalizadas acerca do seu diagnóstico, sendo um meio eficaz que apresenta resultados notórios e plausíveis no desenvolvimento psicossocial, tanto das

crianças, quanto de seus acompanhantes, além de auxiliar toda a equipe multidisciplinar envolvida neste processo.

O uso da arteterapia por psicólogos hospitalares, não traz a cura da doença em si, mais auxilia na melhora do quadro clínico, a redução de sentimentos oriundos de uma hospitalização, o resgate do lúdico, a vivência do brincar e o resgate da imaginação, contribuindo diretamente no bem-estar físico e emocional, possibilitando com que a criança oncológica se permita sentir, elaborar e expressar o que a assusta de modo menos doloroso. Por fim, foi possível observar que ainda se faz necessário mais estudos que comprovem a eficácia da arteterapia como instrumento psicoterapêutico no tratamento do câncer não somente com grupo de crianças, como nas demais faixas etárias auxiliando na promoção e prevenção da saúde.

REFERÊNCIAS

- ABBENANTE, S.; TOMMASO, C.; PEREIRA, V.A.G; LORIO R. G; GARCIA, I.R. Investigação sobre Arteterapia. **Práticas e metodologias de arteterapia utilizadas no tratamento das vítimas de abuso e violência**. Oglianico, s.l, 2020.
- BEZERRA, T.L; TAURISANO, A.A.A; PREBIANCHI, H.B. Psico-oncologia. BAPTISTA, M.N; DIAS, R.R; BAPTISTA, A.S.D. **Psicologia Hospitalar, teoria, aplicações e casos clínicos**. 3º edição. Rio de Janeiro, Editora Guana Bara Koogan LTDA, 2018.
- CARDOSO, F.T. **Câncer infantil: Aspectos emocionais e atuação do psicólogo** (Monografia) Pós-graduado em Psicologia Hospitalar. Ao serviço de Psicologia Hospitalar da Enfermaria da Santa Casa de Misericórdia do Rio de Janeiro. Rio de Janeiro, 2007.
- CASTRO; E.H.B; MAIA; M.L.S; MARINHO; F.R.M; PAES; J.S. **Ressignificando o ser-no-mundo com diagnóstico de câncer a partir da arteterapia**: o olhar de crianças e adolescentes. Revista Ensino de Ciências e Humanidades. v. 4, n. 2, jul-dez, p.191-218, 2020.
- COQUEIRO; Neusa Freire, VIEIRA; Francisco Ronaldo Ramos, FREITAS; Marta Maria Costa. **Arteterapia como dispositivo terapêutico em saúde mental**. Revista Acta Paulista de Enfermagem 23 (6): 859-862, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-21002010000600022> . Acesso em 12 Set, 2023
- MARTINS; Thayse Mayara Passos. **Contribuições da arteterapia na prática do psicólogo hospitalar na enfermagem pediátrica**. São Luís: Centro Universitário UNDB; 1-61, 2022. Disponível em: <http://repositorio.undb.edu.br/jspui/handle/areas/796> . Acesso em 05 Out, 2023
- OLIVEIRA; M.A.E; OLIVEIRA; R.F.T. A arteterapia no tratamento do transtorno do espectro autista. **Revista Científica Universitas**. v.3,n.2, 2016
- PINO, C.D; PEREIRA V.T. **Ludoterapia durante o tratamento contra o câncer infantil: Revisão integrativa de literatura**. Universidade Regional Integrada do Alto Uruguai e das Missões, campus de Frederico Westphalen /RS. Ver. Psicologia em Foco. Rio Grande do Sul, 2017
- SEI, M.B; GONÇALVES, T.F; **Arteterapia com grupos aspectos teóricos e práticos**. 1º edição. São Paulo. Casapsi Livraria e Editora LTDA, 2010.
- SILVA, A.L.M. **Expressão para além das palavras o uso da arteterapia em crianças hospitalizadas com doenças crônicas**. (Trabalho de Conclusão de Curso em Psicologia) Faculdade de Ciências Humanas e da Saúde da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. São Paulo, 2022.
- SOUSA, A.S; OLIVEIRA, G.S; ALVES, L.H. **A pesquisa bibliográfica: princípios e fundamentos**, v.20, n.43 p 64-83, 2021.
- VITAL; T. S, SILVA; S.C , SARDINHA; L.S, LEMOS; V.A. Relações entre Arteterapia em crianças hospitalizadas com câncer. **Revista Diálogos Interdisciplinares**, 9(4): 75-83, 2020 . Disponível em: <https://revistas.brazcubas.br/index.php/dialogos/article/view/938> . Acesso em 7 Set, 2023
- VASCONCELLOS; E.A; GIGLIO , J.S. **Introdução da arte na psicoterapia**: enfoque clínico e hospitalar. Estudos de Psicologia, v 3 n 24, 375-383 jul-set, 2007 disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2007000300009> . Acesso em 26 mai, 2024.



5

A IMPORTÂNCIA DA INCLUSÃO ESCOLAR PARA CRIANÇAS COM TEA

THE IMPORTANCE OF SCHOOL INCLUSION FOR CHILDREN WITH ASD

Ana Kaliciane da Silva Borges¹
Wikaelly Costa dos Santos Serafim¹

¹ Psicologia, Centro Universitário Estácio São Luís, São Luís - Maranhão

Resumo

O objetivo geral desse estudo foi analisar, através da pesquisa bibliográfica, como a inclusão da criança autista na escola contribui para o seu desenvolvimento, considerando os aspectos cognitivos, a interação social e a aprendizagem. Foi utilizada a base de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO). Após a busca, foram selecionados os artigos com maior relevância. Dessa forma, foi realizada uma contextualização inicial sobre o autismo e o seu histórico, para então atingir a etapa da análise do material encontrado a fim de responder aos objetivos da pesquisa. Por fim, os resultados demonstraram a existência de impactos positivos no desenvolvimento das habilidades das crianças autistas a partir da sua inclusão na escola.

Palavras-chave: Transtorno do Espectro Autista; inclusão escolar; habilidades cognitivas; habilidades sociais; aprendizagem.

Abstract

The general objective of this study was to analyze, through a bibliographic review, how the inclusion of autistic children in school contributes to their development, considering cognitive aspects, social interaction, and learning. The Scientific Electronic Library Online (SciELO) database was used for this purpose. After the search, the most relevant articles were selected. An initial contextualization of autism and its history was then carried out to reach the stage of analyzing the material found to answer the research objectives. Finally, the results demonstrated the existence of positive impacts on the development of autistic children's skills through their inclusion in school.

Keywords: Autism Spectrum Disorder; school inclusion; cognitive skills; social skills; learning.

1. INTRODUÇÃO

Incluir significa pensar em todos, considerar a diversidade humana, sendo necessário, assim, refletir sobre as ações que possibilitem oportunidades a todas as pessoas. Nesse sentido é de extrema importância que o Transtorno do Espectro Autista (TEA) seja pensado dentro das políticas de inclusão no ambiente escolar, já que o estudante autista pode apresentar dificuldades nas habilidades sociais e cognitivas. Habilidades sociais são o “conjunto de comportamentos emitidos pelo indivíduo diante das demandas de uma situação interpessoal na qual se maximizem os ganhos e se reduzam as perdas para as pessoas envolvidas numa interação social” (BOLSONI-SILVA; CARRARA, 2010, p. 330) e habilidades cognitivas são “faculdades mentais que nos ajudam a compreender o mundo que nos rodeia, e a processar os estímulos gerados pelos sentidos da visão, olfato, tato, paladar e audição” (GALLARDO, 2020, p.1).

Segundo Oliveira (2020), para que ocorra um efetivo desenvolvimento das habilidades do estudante autista, é fundamental que exista uma estrutura escolar eficiente, com preparação de todos os profissionais envolvidos no processo educativo.

A escola recebe uma criança com dificuldades em se relacionar, seguir regras sociais e se adaptar ao novo ambiente. Esse comportamento é logo confundido com falta de educação e limite. E por falta de conhecimento, alguns profissionais da educação não sabem reconhecer e identificar as características de um autista, principalmente os de alto funcionamento, com grau baixo de comprometimento. Os profissionais da educação não são preparados para lidar com crianças autistas e a escassez de bibliografias apropriadas dificulta o acesso à informação na área. (SANTOS, 2008, p. 9 *apud* OLIVEIRA, 2020, p.1).

Notam-se, ao longo das últimas décadas, avanços em relação ao acesso escolar das crianças com autismo, mas ainda existem muitos desafios a serem superados. Nesta perspectiva, o presente trabalho buscou compreender quais estratégias podem ser usadas para a inclusão de alunos com TEA e de que forma o ambiente escolar influencia no desenvolvimento das suas habilidades. O tema vem sendo discutido com maior frequência, ao ponto de o TEA possuir uma classificação própria, que o diferencia de outras categorias diagnósticas, como a psicose (OLIVEIRA, 2020). Mas apesar de avanços importantes como esse ainda há um longo caminho a ser trilhado para que as dificuldades relacionadas ao processo de inclusão escolar de crianças autistas sejam solucionadas.

Ante essa realidade, o objetivo do trabalho foi analisar como a inclusão da criança autista na escola contribui para o seu desenvolvimento, considerando os aspectos cognitivos, a interação social e a aprendizagem. Mais especificamente, o trabalho buscou investigar as percepções dos profissionais da educação; avaliar práticas educacionais inclusivas em escolas; compreender quais estratégias podem ser usadas para a inclusão de alunos com TEA e de que forma o ambiente escolar influencia no desenvolvimento das suas habilidades.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Este trabalho teve por opção metodológica a revisão bibliográfica. Segundo Gil (2008, p. 50) pesquisa bibliográfica “é desenvolvida a partir de material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos”. Deste modo, a presente pesquisa foi realiza-

da a partir de levantamento de trabalhos publicados em bases eletrônicas.

A pesquisa se caracteriza como qualitativa, pois tem como objetivo identificar, a partir da literatura disponível, como a inclusão da criança com TEA na escola influencia no desenvolvimento das suas habilidades cognitivas e interações sociais, com interesse em identificar os aspectos correspondentes, explorando a compreensão do assunto proposto.

Para Denzin e Lincoln (2006, p.17):

A pesquisa qualitativa é uma atividade situada que localiza o observador no mundo. Consiste em um conjunto de práticas materiais e interpretativas que dão visibilidade ao mundo. Essas práticas transformam o mundo em uma série de representações, incluindo as notas de campo, as entrevistas, as conversas, as fotografias, as gravações e os lembretes. Nesse nível, a pesquisa qualitativa envolve uma abordagem naturalística, interpretativa, para mundo, o que significa que seus pesquisadores estudam as coisas em seus cenários naturais, tentando entender, ou interpretar, os fenômenos em termos dos significados que as pessoas e eles conferem.

A base de dados escolhida foi a Scientific Electronic Library Online (SciELO). As palavras-chave utilizadas na busca foram: “autismo”, “TEA”, “aprendizagem”, “inclusão escolar”, “habilidades sociais”, “habilidades cognitivas” “educação inclusiva” e “escola”. Os critérios de inclusão foram: produções bibliográficas publicadas no período entre 2012 e 2024; idioma português-BR; artigos do tipo: pesquisa de campo, estudo de caso. Os critérios de exclusão foram: trabalhos não sendo de língua portuguesa – BR, artigo do tipo revisão bibliográfica. Na conclusão da busca, selecionou-se os que tinham mais relevância em número total de 12 trabalhos.

Os dados foram analisados a partir da literatura científica correspondente ao tema. Dessa forma, os resultados foram estruturados a fim de responder aos objetivos do artigo, sendo organizados em eixos temáticos, os quais foram: 1) Estratégias de inclusão escolar para os estudantes com TEA; 2) Desenvolvimento de habilidades cognitivas e sociais; 3) O que mais a escola tem a oferecer?

Quadro 1. Características dos artigos selecionados

TIPO	TÍTULO	ANO	OBJETIVOS	REFERÊNCIAS
Artigo	Competência social, inclusão escolar e autismo: um estudo de caso comparativo	2012	Analisar o perfil de competência social (CS) de uma criança pré-escolar com autismo, na escola comum comparado a uma criança com desenvolvimento típico e investigar a influência do ambiente escolar (sala de aula ou pátio) no perfil de CS de ambas.	CAMARGO, Sígla Pimentel Höher; BOSA, Cleonice Alves. Competência social, inclusão escolar e autismo: um estudo de caso comparativo. Psicologia: Teoria e Pesquisa, v. 28, p. 315–324, 2012.

Artigo	Inclusão de crianças autistas: um estudo sobre interações sociais no contexto escolar	2014	Analisar as interações sociais de crianças com espectro autista nos contextos de escolas regulares, considerando a mediação das professoras.	LEMOS, Emellyne Lima de Medeiros Dias; SALOMÃO, Nádia Maria Ribeiro; AGRIPINO-RAMOS, Cibele Shírlley. Inclusão de crianças autistas: um estudo sobre interações sociais no contexto escolar. Revista Brasileira de Educação Especial, v. 20, p. 117-130, 2014.
Artigo	Perfil escolar e as habilidades cognitivas e de linguagem de crianças e adolescentes do espectro do autismo	2016	Verificar a correlação entre tempo de permanência semanal na escola, e o desempenho de crianças com Transtorno do Espectro do Autismo em teste de inteligência não verbal e em habilidades comunicativas e de comportamento.	CAMPOS, Larriane Karen de; FERNANDES, Fernanda Dreux Miranda. Perfil escolar e as habilidades cognitivas e de linguagem de crianças e adolescentes do espectro do autismo. CoDAS, v. 28, p. 234-243, 2016.
Artigo	Escolarização de Alunos com Autismo	2016	Pesquisar a escolarização de indivíduos com autismo em um município do interior do estado de São Paulo. O objetivo foi analisar o acesso e a permanência desses sujeitos na escola e de verificar quais os apoios terapêuticos e educacionais aos quais eles tiveram acesso.	LIMA, Stéfanie Melo; LAPLANE, Adriana Lia Friszman de. Escolarização de Alunos com Autismo. Revista Brasileira de Educação Especial, v. 22, p. 269-284, 2016
Artigo	Estudo de Caso sobre Atividades Desenvolvidas para um Aluno com Autismo no Ensino Fundamental I	2018	Apresentar atividades propostas para um aluno com Transtornos do Espectro Autista (TEA) que frequentou o segundo ano do Ensino Fundamental em uma escola na rede privada de ensino em uma cidade de médio porte do interior do Estado de São Paulo.	APORTA, Ana Paula; LACERDA, Cristina Broglia Feitosa de. Estudo de Caso sobre Atividades Desenvolvidas para um Aluno com Autismo no Ensino Fundamental I. Revista Brasileira de Educação Especial, v. 24, p. 45-58, 2018.
Artigo	Incluir não é Apenas Socializar: as Contribuições das Tecnologias Digitais Educacionais para a Aprendizagem Matemática de Estudantes com Transtorno do Espectro Autista	2019	Compreender as contribuições das Tecnologias Digitais Educacionais para a aprendizagem matemática de estudantes com TEA.	SOUZA, Andiara Cristina de; SILVA, Guilherme Henrique Gomes da. Incluir não é Apenas Socializar: as Contribuições das Tecnologias Digitais Educacionais para a Aprendizagem Matemática de Estudantes com Transtorno do Espectro Autista. Bolema: Boletim de Educação Matemática, v. 33, p. 1305-1330, 2019

Artigo	Vivências Escolares e Transtorno do Espectro Autista: o que Dizem as Crianças?	2019	Investigar as concepções de crianças com desenvolvimento típico acerca de suas vivências escolares em contextos de inclusão de colegas com Transtorno do Espectro Autista - TEA em dois momentos distintos, no início e no final do ano letivo, com vistas a verificar possíveis mudanças nessas concepções a partir da convivência com os pares com TEA	AGRIPINO-RAMOS, Cibele Shirley; LEMOS, Emellyne Lima de Medeiros Dias; SALOMÃO, Nádia Maria Ribeiro. Vivências Escolares e Transtorno do Espectro Autista: o que Dizem as Crianças? Revista Brasileira de Educação Especial, v. 25, p. 453–468, 2019.
Artigo	INCLUSÃO ESCOLAR E AUTISMO: SENTIMENTOS E PRÁTICAS DOCENTES	2020	Investigar a experiência de professores em relação à inclusão de alunos com TEA, contemplando sentimentos e práticas docentes	WEIZENMANN, Luana Stela; PEZZI, Fernanda Aparecida Szareski; ZANON, Regina Basso. INCLUSÃO ESCOLAR E AUTISMO: SENTIMENTOS E PRÁTICAS DOCENTES. Psicologia Escolar e Educacional, v. 24, 2020.
Artigo	Percepção de Professores em Relação ao Processamento Sensorial de Estudantes com Transtorno do Espectro Autista	2020	Identificar a percepção dos professores em relação ao processamento sensorial de estudantes com Transtorno do Espectro Autista (TEA).	MONTEIRO, Rubiana Cunha; SANTOS, Camila Boarini dos; ARAÚJO, Rita de Cássia Tibério; et al. Percepção de Professores em Relação ao Processamento Sensorial de Estudantes com Transtorno do Espectro Autista. Revista Brasileira de Educação Especial, v. 26, p. 623–638, 2020.
Artigo	Transtorno do Espectro Autista e Interações Escolares: Sala de Aula e Pátio	2020	Analisar episódios interacionais de crianças com autismo nos contextos de sala de aula e pátio, considerando seus pares e professores.	LEMOS, Emellyne Lima de Medeiros Dias; NUNES, Laísy de Lima; SALOMÃO, Nádia Maria Ribeiro. Transtorno do Espectro Autista e Interações Escolares: Sala de Aula e Pátio. Revista Brasileira de Educação Especial, v. 26, p. 69–84, 2020.
Artigo	As experiências nos espaços-tempos da escola sob o olhar de uma criança com Transtorno do Espectro do Autismo	2021	Discutir a escola a partir do olhar da criança acerca das experiências vivenciadas nos espaços-tempos da escola.	FRANCÊS, Lyanny Araujo; MESQUITA, Amélia Maria Araújo. As experiências nos espaços-tempos da escola sob o olhar de uma criança com Transtorno do Espectro do Autismo. Revista Brasileira de Educação, v. 26, 2021.

Artigo	Elementos fundamentais para o design de jogos digitais com o foco no treino de competências e habilidades de estudantes com transtorno do espectro autista: uma revisão sistemática	2021	Identificar e analisar os elementos fundamentais, apontados pela literatura nacional e internacional, para o design de jogos digitais com o foco no treino de competências e na aquisição de novas habilidades por estudantes com autismo.	ARAÚJO, Gisele Silva; SEABRA JUNIOR, Manoel Osmar. Elementos fundamentais para o design de jogos digitais com o foco no treino de competências e habilidades de estudantes com transtorno do espectro autista: uma revisão sistemática. Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos, v. 102, p. 120–147, 2021.
--------	---	------	--	--

Fonte: elaboração das autoras

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 Caracterizando o TEA

Conforme o DSM-V (2013), o Transtorno do Espectro Autista (TEA) é considerado um transtorno do neurodesenvolvimento, caracterizado por déficits na interação social e comunicação, bem como presença de comportamentos repetitivos e interesses restritos. Os sintomas variam de caso para caso, mas esses são os três elementos principais para determinar o diagnóstico. Um profissional especializado fará o diagnóstico baseado em conversas com os responsáveis pela criança e na observação dos sintomas, descritos no DSM-V. Não existem exames laboratoriais que confirmem o TEA, sendo um diagnóstico clínico feito pela observação da criança em diferentes ambientes. Alguns sinais de alerta podem ser percebidos já nos anos iniciais da criança, e, então, o diagnóstico geralmente tem sido estabelecido por volta dos 2 a 3 anos de idade.

O TEA é classificado em três níveis de acordo com o DSM-V (2013):

- **Nível 1:** Em relação à interação e comunicação social, apresentam prejuízos, mas não necessitam de tanto suporte. Têm dificuldade nas interações sociais, respostas atípicas e pouco interesse em se relacionar com o outro. Em relação ao comportamento, apresentam dificuldade para trocar de atividade, independência limitada para autocuidado, organização e planejamento.
- **Nível 2:** Em relação à interação e comunicação social, necessitam de suporte, apresentando déficits na conversação e dificuldades nas interações sociais. Em relação ao comportamento, podem apresentar dificuldade em mudar de ambientes, desviar o foco ou a atenção, necessitando de suporte.
- **Nível 3:** em relação à interação e comunicação social, necessitam de muito suporte, pois apresentam prejuízos graves nas interações sociais e pouca resposta a aberturas sociais. Em relação ao comportamento, apresentam dificuldade extrema com mudanças e necessitam de suporte para realizar as tarefas do dia a dia, incluindo as de autocuidado e higiene pessoal e podem também apresentar comportamentos agressivos.

Vale ressaltar, portanto, que a caracterização mais recente enfatiza a necessidade de suporte/apoio do sujeito autista, não mais utilizando as noções de níveis leve, moderado e severo em relação à pessoa com autismo. Dessa forma, o nível 1 refere-se ao autista que “exige apoio”, o nível 2 “exige apoio substancial” e o nível 3 “exige apoio muito substancial”. (DSM-V, 2013). Considera-se que tal mudança foi fundamental para que a ênfase fosse di-

recionada para o suporte/apoio necessário para o desenvolvimento do sujeito, saindo de uma caracterização que reduzia a pessoa autista aos níveis de autista leve, autista moderado ou autista severo.

3.2 Breve histórico sobre o autismo

Segundo Silva, Gaiato e Reveles (2012), foi o psiquiatra austríaco Eugen Bleuler quem introduziu a palavra “autismo” em 1911. Bleuler utilizou o termo para caracterizar o comportamento de reclusão social observado em pessoas com esquizofrenia. Conforme os autores, Silva, Gaiato e Reveles (2012), a etimologia do termo “autismo”, origina-se do grego “autos”, que significa “(voltar-se) a si mesmo”.

De acordo com Klin (2006) em 1943, Leo Kanner inicialmente definiu o autismo infantil como Distúrbio Autístico do Contato Afetivo. Ele descreveu um grupo de 11 crianças que apresentavam características comportamentais bastante peculiares, onde havia dificuldade de se relacionar com os outros, resistência às mudanças e formas incomuns de comunicação. Nesse sentido, para ele:

O fator comum em todos estes pacientes é uma incapacidade para se relacionar de maneira habitual com as pessoas e as situações, começando esta dificuldade a partir do início de suas vidas. Seus pais costumam descrevê-los como autossuficientes, numa concha, mais felizes quando ficam sozinhos, atuando como se a gente não existisse, dando a impressão de silenciosa sabedoria. As histórias dos casos indicam invariavelmente a presença, desde o início, de uma solidão autística extrema, e que, sempre que possível, se fecha a tudo o que chega à criança do exterior (KANNER, 1951 *apud* NASCIMENTO, 2019, p. 47).

Hans Asperger, um importante pesquisador austríaco no campo do autismo, apresentou no ano de 1944 sua tese de doutorado sobre a psicopatia autista da infância. Este trabalho observacional envolveu a análise de mais de 400 crianças, examinando seus padrões comportamentais e habilidades. Asperger identificou um transtorno de personalidade caracterizado por ausência de empatia, dificuldade em fazer amizades, comunicação em forma de monólogo, intensa fixação em interesses específicos e problemas de coordenação motora, anos depois essa condição passou a ser conhecida como síndrome de Asperger (SILVA; GAIATO; REVELES, 2012).

As cinco versões do Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM), trouxeram impactos socioeconômicos, éticos e políticos que merecem ser observados com cautela. Essa nova forma de diagnosticar o autismo não se mostrou nada sutil, uma vez que se trata de uma categoria nosográfica muito abrangente e que trouxe consigo uma epidemia de diagnósticos de TEA, o que ficou evidenciado durante a pesquisa do presente trabalho de conclusão do curso e que é objeto de pesquisa em diversas áreas de conhecimento (MAS, 2018).

Em 1980 o autismo passou a ser classificado como transtorno invasivo do desenvolvimento (TID) (KLIN, 2006). Com a publicação do DSM-V (2013) o autismo passou a ser nomeado como Transtorno do Espectro Autista (TEA), onde a expressão “espectro” engloba a diversidade de manifestações existentes no autismo.



3.3 Inclusão Escolar de alunos com TEA

Educação é um direito de todos, conforme garantido na Constituição Federal de 1988, Art. 205. Também em seu Art. 206, inciso I, estabelece igualdade de condições de acesso e permanência na escola. A Declaração de Salamanca foi um documento produzido a partir das discussões realizadas na Conferência Mundial sobre a Educação Especial na Espanha, em 1994, onde 88 representantes governamentais e 25 organizações internacionais se reuniram com o objetivo de reafirmar dentro da perspectiva de uma educação para todos a necessidade da educação para crianças, jovens e adultos com necessidades educacionais específicas dentro do sistema regular de ensino. Nesse sentido, o Brasil reforça esses direitos na Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (Lei nº 9.394/96), nos artigos 58 e 59, enfatizando o conceito de ensino para pessoas com necessidades educacionais especiais e reforçando a inclusão dessas pessoas em escolas de ensino regular (BRASIL, 1996).

Ao longo dos anos, outras políticas nacionais foram pensadas e elaboradas a favor da inclusão escolar. Em 2012, foi sancionada a lei nº 12.764/12, chamada de Lei Berenice Pia-
na, que instituiu a Política Nacional de Proteção dos Direitos da Pessoa com Transtorno do Espectro Autista. Tal política especificou que pessoas com o TEA tivessem os mesmos direitos legais que as pessoas com deficiência, o que possibilitou que os autistas fossem contemplados pela Lei Brasileira de Inclusão (ou Estatuto da Pessoa com Deficiência) – Lei 13.146 -, aprovada em 2015.

De acordo com a atual Lei 13.146/2015:

A educação constitui direito da pessoa com deficiência, assegurados sistema educacional inclusivo em todos os níveis e aprendizado ao longo de toda a vida, de forma a alcançar o máximo desenvolvimento possível de seus talentos e habilidades físicas, sensoriais, intelectuais e sociais, segundo suas características, interesses e necessidades de aprendizagem (BRASIL, 2015, Art.27).

Atualmente, existem métodos, recursos e instrumentos disponíveis que servem para ajudar o aluno com TEA no processo de inclusão escolar. Entre esses recursos podemos destacar o Acompanhante Terapêutico Escolar (ATE). A Lei nº. 12.764/12, no seu Art. 2º, assegura que em casos de comprovada necessidade, a pessoa com Transtorno do Espectro Autista, incluída nas classes comuns de ensino regular, terá direito a acompanhante especializado. A questão do acompanhante especializado é uma problemática, pois, como o nome diz, deveria se tratar de um profissional especializado que possua conhecimento sobre o TEA, com alguma formação, seja em psicopedagogia ou psicologia, por exemplo, mas a maioria das pessoas que estão ocupando esse lugar de suporte à inclusão não está inserida em um espaço de formação.

Entretanto, vale ressaltar que o acompanhante especializado, proposto pela Lei nº 12.764/2012, não seria exatamente o Acompanhante Terapêutico Escolar. A Lei não especifica quem seria o acompanhante especializado, apenas faz destaque para a necessidade de formação especializada. Na prática escolar, tem sido comum encontrar pessoas de nível médio acompanhando os estudantes, o que foi proposto pela Lei Brasileira de Inclusão (2015) ao indicar a presença do Profissional de Apoio Escolar (PAE) na inclusão dos estudantes com deficiência. Mas qual seria a diferença entre esses atores? Quais seriam as suas especificidades? Qual estudante autista demanda um acompanhante especializado, um ATE ou um PAE?

Nascimento (2019) discute essa questão, explicitando que o PAE é um profissional de nível médio, que trabalha com demandas relativas à higiene, locomoção e alimentação. O

acompanhante especializado é aquele responsável pela atuação junto a crianças com TEA no contexto escolar, tendo um conhecimento mais específico sobre as características do autismo. E o ATE atua na mediação do processo de inclusão escolar do estudante, sobretudo na relação entre o mesmo e os seus professores e seus pares (NASCIMENTO, 2015).

O termo inclusão tem um sentido amplo e por conta disso pode ser confundido com o termo integração. Segundo Bernardes (2010), quando se fala em integração no contexto escolar, basicamente quer dizer que o aluno autista vai precisar se adaptar aos recursos já disponíveis na escola, negando a questão da diferença e fazendo com que ocorra a exclusão dos alunos que não se adaptam. Já no modelo inclusivo, os estudantes (e atores escolares) compreendem a diversidade de pessoas existentes em nossa sociedade, incluindo, assim alunos com necessidades específicas. Além disso, a escola se adequa e fornece os recursos necessários para os alunos autistas.

Segundo Rodrigues (2006 *apud* BERNARDES, 2010, p.1):

O conceito de Inclusão no âmbito específico da Educação implica, antes de mais nada, rejeitar por princípio a exclusão (presencial ou acadêmica) de qualquer aluno da comunidade escolar. Para isso, a escola que pretende seguir uma política de Educação Inclusiva (EI), deve desenvolver políticas, culturas e práticas que valorizam o contributo ativo de cada aluno para a construção de um conhecimento construído e partilhado e, dessa forma, atingir a qualidade acadêmica e sociocultural sem discriminação.

O ambiente escolar é muito importante para o desenvolvimento de uma criança, já que é um lugar significativo para se desenvolver tanto no sentido de aprendizagem quanto nas habilidades cognitivas e sociais. Para que isso ocorra de forma efetiva para os estudantes autistas, é necessário o preparo de todos os profissionais envolvidos no processo de aprendizagem e adaptação curricular. De acordo com Valle e Maia (2010) *apud* Oliveira (2020, p. 1), a adaptação curricular se define como “o conjunto de modificações que se realizam nos objetivos, conteúdos, critérios e procedimentos de avaliação, atividades e metodologia para atender as diferenças individuais dos alunos”.

Algumas estratégias que podem ser usadas para o estimular o desenvolvimento cognitivo e social da criança com TEA são atividades que envolvam música, jogos coletivos e brincadeiras que envolvam a parte sensorial. “Toda e qualquer forma de brincar traz consigo uma sensação de liberdade, autonomia e de emoção, criando laços com a imaginação e com as outras pessoas que se interagem na atividade” (FAM; REIS; BARBOSA, 2021).

Considera-se que estar no espaço escolar, para o estudante autista, vai além da garantia de direitos, de um ato político, mas envolve um investimento nas relações sociais, no desenvolvimento das habilidades sociais, por exemplo. Nascimento (2015) caracteriza esse movimento como a inclusão como ato terapêutico, considerando justamente os efeitos terapêuticos da prática inclusiva, principalmente no que se refere à relação com o outro. A autora afirma que a inclusão como ato terapêutico aponta para uma inclusão muito além da escola, pois envolve uma inclusão no universo simbólico compartilhado, o que pode servir de empréstimo para o enlace dessas crianças com outras pessoas como uma forma de circulação no social.

Tendo em vista o exposto, o tema abordado no presente trabalho surgiu da necessidade em compreender mais profundamente o Transtorno do Espectro Autista (TEA) em crianças, a inclusão e desenvolvimento deles, principalmente no ambiente educativo. Dessa forma, houve o interesse em conhecer, de alguma forma, as dificuldades e desafios para a educação inclusiva, e, sobretudo, quais as estratégias utilizadas pela escola para propor-



cionar o devido atendimento às necessidades das crianças com TEA.

Nesse sentido, a questão norteadora deste trabalho foi a seguinte: Como a inclusão do autista no ambiente escolar contribui para o seu desenvolvimento? A partir dessa questão norteadora o objetivo geral da pesquisa foi analisar através da pesquisa bibliográfica, como a inclusão do autista na escola contribui para o seu desenvolvimento, considerando os aspectos cognitivos, a interação social e a aprendizagem. Os objetivos específicos foram: identificar estratégias que podem favorecer a inclusão dos alunos com TEA no ambiente escolar; investigar como a inclusão escolar pode contribuir para o desenvolvimento das habilidades sociais da criança com TEA; compreender como a inclusão escolar pode contribuir para o desenvolvimento das habilidades cognitivas e da aprendizagem da criança com TEA; e, investigar outros aspectos relacionados à inclusão escolar do aluno com TEA.

3.4 Estratégias de inclusão escolar para os estudantes com TEA

Aporta e Lacerda (2018) salientam a importância do desenvolvimento de estratégias que contemplem as especificidades de cada aluno, pensando sempre na pessoa com deficiência não como alguém que possui incapacidades, mas como uma pessoa que necessita de ajustes para sua adaptação de acordo com a sua necessidade. Essas modificações com o objetivo de atender as especificidades dos alunos é justamente a adaptação curricular (OLIVEIRA, 2020), como foi mencionado anteriormente.

Segundo Monteiro et al. (2020), ao abordar sobre o processamento sensorial, o terapeuta ocupacional e professor devem criar e implementar estratégias que visem contribuir para o desempenho do estudante. Exemplos de algumas dessas estratégias são: o uso de fones de ouvido para a diminuição de ruídos, atividades específicas que visam aumentar ou diminuir o nível de alerta do estudante e o uso de recursos visuais específicos durante as atividades. Nesse sentido os profissionais da educação devem realizar modificações que busquem apoiar a autorregulação e facilitar a participação do estudante com TEA nas atividades escolares.

A compreensão, a análise e a intervenção no ambiente social envolvem a atenção aos relacionamentos e as expectativas do estudante com TEA em relação às diferentes pessoas presentes no contexto escolar. Para isso, há necessidade de: a) identificar as pessoas que são referências para o estudante; b) capacitar os profissionais para reconhecer as habilidades de estudantes com TEA em diferentes atividades e a relação dessas habilidades com a Integração Sensorial (IS) (atividades em sala, no parque, na quadra, no recreio e em outros ambientes escolares; c) trabalhar as interações entre o estudante e seus pares, considerando as expectativas para a faixa etária, os papéis e a rotina e também levando em conta as possíveis interferências no desempenho do estudante com TEA relacionadas ao processamento sensorial da criança (MONTEIRO et al., 2020).

Conforme Souza e Silva (2019), um ambiente de aprendizagem informatizado possibilita o desenvolvimento de estratégias pedagógicas que favoreçam que as necessidades dos estudantes sejam contempladas, pois, com comandos diretos, objetivos e previsíveis, evita-se distrações. De acordo com Moore (2005 *apud* SOUZA; SILVA, 2019), isso representa uma das melhores adaptações educacionais que podem ser fornecidas aos estudantes com TEA, uma vez que evita mudanças capazes de gerar ansiedade e desencadear suas estereotipias.

Aporta e Lacerda (2018), ao analisarem as estratégias utilizadas por uma professora de um aluno com TEA, constataram que quando o professor conhece seu aluno e consegue identificar o funcionamento específico desse aluno pode criar uma estratégia para desenvolver novas habilidades. As autoras trazem o relato da professora que conta como desenvolveu atividades para um aluno autista do segundo ano do Ensino Fundamental. Ela relata que seguia a mesma estrutura tanto para as atividades em sala, quanto para as tarefas para casa, utilizando a mesma instrução, alterando as alternativas, figuras ou palavras. Essas estratégias serviram como uma base para o aluno, pois fazia com que ele soubesse exatamente o que a professora esperava dele na atividade (APORTA; LACERDA, 2018). A professora salientou a importância da repetição e o reforço do que o aluno já aprendeu. Realizou adequações simples, mas significativas para o aluno, como, por exemplo, grifar palavras das instruções na apostila e escrever alguns numerais para ajudá-lo a responder a atividade (APORTA; LACERDA, 2018). Nesse sentido, observa-se que essas estratégias demonstram a necessidade de observar e compreender detalhes sobre a criança para ser possível o desenvolvimento de adaptações que ajudem ela no processo de inclusão e aprendizado.

Agripino-Ramos, Lemos e Salomão (2019), ao investigarem a opinião das crianças sobre as suas vivências nas instituições de Educação Infantil com colegas com TEA, notam que, como aspecto positivo, se destaca o brincar, descrito pelas crianças como sendo a atividade preferida delas. Como afirmam Cordazzo e Vieira (2007 *apud* AGRIPINO-RAMOS; LEMOS; SALAMÃO, 2019), por ser a atividade preponderante na infância, a brincadeira, ao ser empregada como um recurso escolar, possibilita às crianças uma aprendizagem mais atrativa, na medida em que consiste em uma motivação própria delas. Assim também como foi mencionado na revisão de literatura o brincar por envolver toda a parte sensorial estimula o desenvolvimento da criança e caso seja uma brincadeira coletiva envolve a interação social de todos os participantes.

3.5 Desenvolvimento de habilidades cognitivas e sociais

A escola é um ambiente importante em questão de estimulação para a criança autista, pois estar em contato com outras crianças colabora para o desenvolvimento das suas habilidades sociais e as estratégias de inclusão favorecem o processo de aprendizagem. Afirmações como essa são confirmadas por alguns estudos como no exemplo do relato de uma professora de uma criança com Transtorno do Espectro Autista descrita na pesquisa de Aporta e Lacerda (2018):

A participante contou que percebeu o desenvolvimento da aprendizagem do aluno durante o ano, reforçando a ideia da prática de procedimentos especiais com Paulo em função das adequações eficazes. Julia não deixou Paulo com atividades diferentes de toda a turma, mas ofereceu condições para ele aprender com pequenas alterações dentro das atividades.

Na pesquisa realizada por Souza e Silva (2019), com dois estudantes com TEA em fase inicial de escolarização, os autores revelam que houve indícios que os dois alunos demonstraram avanços na atenção compartilhada e na interação social, onde foi possível observar, também, uma melhora na comunicação verbal. Os autores consideraram que “a capacidade de realizar adições simples com independência, mesmo que a criança faça uso das mãos, representa indícios de que os estudantes avançaram no desenvolvimento de suas funções superiores, o que também amplia seu nível de desenvolvimento real” como afir-



ma Vygotsky (1997 *apud* SOUZA; SILVA, 2019).

Agripino-Ramos, Lemos e Salomão (2019), apresentando a mesma perspectiva de Lemos, Nunes e Salomão (2020) e Camargo e Bosa (2012), observaram, em suas pesquisas, que as crianças com desenvolvimento típico sempre tentaram incluir os colegas autistas, convidando-os a participarem das brincadeiras. E ainda mencionaram que as crianças respondiam de maneira positiva ao serem convidadas e participavam das atividades em grupo. Desse modo, constataram que houve desenvolvimento em relação a socialização dos estudantes com TEA. A partir dessas observações percebe-se que como foi mencionado anteriormente de acordo com Nascimento (2015), a inclusão do estudante autista além de um ato político é um ato terapêutico, pois os colegas neurotípicos ao incluírem seus colegas autistas nas brincadeiras estão indo além do momento do brincar, estão contribuindo para que essas crianças consigam também socializar fora da escola.

Considerando os jogos digitais como ferramenta de inclusão para estudantes autistas, os autores Araújo e Junior (2021), revelam que esses jogos, quando planejados para pessoas com TEA, podem ser muito eficientes para o desenvolvimento de competências emocionais e sensoriais, incluindo a conquista de novas habilidades motoras.

Aporta e Lacerda (2018) e Souza e Silva (2019), descrevem em suas pesquisas que observaram avanços nas habilidades sociais e de aprendizagem nas crianças autistas. Lemos, Salomão e Agripino-Ramos (2014), em seu estudo, notaram que as crianças que apresentavam com maior frequência comportamentos como esquiva e isolamento eram novatas na escola, o que indica que o processo de inclusão escolar (realizado cuidadosamente) pode contribuir com a habilidade de socialização dessas crianças.

Quando falamos sobre a inclusão de alunos com TEA, é interessante que além das estratégias de inclusão com o propósito de aprendizagem, esses estudantes também tenham acesso a outros tipos de apoio no seu desenvolvimento. Nesse sentido, as autoras Lima e Laplane (2016), em seu estudo, onde pesquisaram a escolarização de indivíduos com autismo em um município do interior do estado de São Paulo, descreveram instituições que ofertam um apoio especializado aos estudantes, o qual se localiza atualmente como um suporte à inclusão escolar, como é o exemplo das escolas especiais.

A Escola de Educação Especial Raio de Luz - APAE oferece atendimento educacional para alunos encaminhados por outros setores como: Secretaria de Saúde, CAADE, Conselho Tutelar, Secretarias de Educação e demanda espontânea. A APAE agenda a triagem e a avaliação é realizada por uma equipe multidisciplinar (fonoaudiólogo, terapeuta ocupacional, fisioterapeuta, psiquiatra e psicólogo). O trabalho educacional com esses alunos na E.E.E. Raio de Luz - APAE é focado no currículo funcional que visa ensinar habilidades que tenham função para a vida e que possam ser úteis para o aluno tornando-o cada vez mais produtivo e independente de acordo com as suas necessidades e potencialidades (LIMA; LAPLANE, 2016, p. 280).

Agripino- Ramos, Lemos e Salomão (2019), em sua pesquisa, ao descrever a fala de uma criança com desenvolvimento típico sobre um colega com TEA, revela que criança diz que seu colega está aprendendo a lavar as mãos sozinho e guardar a sandália na bolsa, demonstrando que a experiência na escola favorece a autonomia do aluno autista nas atividades do cotidiano.

Essas pequenas conquistas muito provavelmente só foram possíveis através do suporte de um Profissional de Apoio Escolar (PAE), conforme mencionada na revisão de literatura Nascimento (2019), o PAE é um profissional de nível médio, que trabalha ajuda a criança com TEA nas tarefas do dia a dia, incluindo as de higiene pessoal e autocuidado.

Em seu estudo de caso com uma criança autista, Lemos, Nunes e Salomão (2020) observaram que, durante um momento em que as crianças estavam no pátio da escola sentadas em círculo no chão, o aluno autista demonstrou comportamentos afetuosos em relação a seus colegas, como toque, sorriso ou abraço.

Francês e Mesquita (2021), em sua pesquisa, onde discutiram a escola a partir do olhar da criança, observaram que a criança participante do estudo dava preferência a alguns ambientes do que outros, como, por exemplo, na hora do intervalo, quando as outras crianças saíam da sala, ele continuava lá, e ao ser questionado sobre o porquê, ele responde que é porque as crianças gritam muito e isso o incomoda. A fala dessa criança revela que há uma escolha, que ela consegue dar sentido às suas experiências, acessando uma explicação para seus atos, conseguindo externar suas emoções.

Ambos os estudos indicam sinais de avanço nas habilidades socioemocionais das crianças. De acordo com o DSM-V (2013), a pessoa com TEA apresenta prejuízos na interação social e comunicação. Quando ela desenvolve habilidades socioemocionais ela é capaz de demonstrar suas emoções e lidar melhor com elas, o que consequentemente melhora a sua comunicação fazendo com que as pessoas ao seu redor consigam compreendê-la.

3.6 Outros aspectos relacionados à inclusão escolar de estudantes com TEA

Campos e Fernandes (2016), em seu estudo, a partir de entrevistas realizadas com os pais das crianças, mencionam que esses responsáveis relataram que acreditam que seja melhor que seus filhos permaneçam menos tempo na escola, pois acham que a criança não desenvolve habilidades cognitivas, sociais e nem avançam

em relação à aprendizagem. Para eles, o atendimento especializado fora da escola é mais eficiente mesmo sendo o motivo que impossibilita a ida à escola em alguns dias, ou a permanência durante todas as aulas.

Esse relato dos pais levanta questões importantes como: Por que eles têm essa percepção negativa sobre a escola? Como mudar essa visão? Por isso é importante escutar essas famílias em seus receios e percepções, o que pode revelar os impasses ainda muito presentes na inclusão (e, portanto, a necessidade de avançarmos), mas, apesar disso, ainda temos muitos aspectos benéficos no ato de incluir. Como foi explicitado anteriormente Aporta e Lacerda (2018) e Souza e Silva (2019), identificaram avanços positivos nas habilidades das crianças autistas que participaram de suas pesquisas o que reforça os benefícios da inclusão escolar.

Mesmo com todas as estratégias de inclusão desenvolvidas citadas anteriormente, estudos como o de Weizenmann, Pezzi e Zanon (2020), assim como o de Aporta e Lacerda (2018), revelam a insegurança dos professores sobre a prática pedagógica, demonstrando o despreparo dos profissionais para lidar com esses estudantes.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A partir do estudo realizado, no que se refere à inclusão da criança com Transtorno do Espectro Autista, percebemos que a inclusão escolar exige muito mais do que somente a entrada no ambiente escolar.

É necessário um comprometimento por parte dos alunos, professores, pais e



comunidade. É preciso que todos participem da vida escolar da criança com autismo, assim como de qualquer outra criança em idade escolar.

É fundamental que a escola tenha condições adequadas para atender as necessidades dos alunos, para que eles consigam se desenvolver adequadamente, garantindo não apenas o acesso, mas a permanência desses alunos.

A metodologia utilizada para o desenvolvimento da pesquisa nos permitiu conhecer um pouco sobre o conceito e significado do autismo, enfatizando a importância da inclusão escolar para o desenvolvimento dos estudantes autistas. Desse modo, foi possível acessar algumas estratégias de inclusão existentes, como desenvolver habilidades cognitivas e sociais, e o que mais a escola pode ofertar para tais estudantes. Além disso, foram identificados alguns dos desafios enfrentados pelas crianças e seus familiares na inclusão escolar.

Diante disso, os objetivos da pesquisa foram alcançados, pois foram apresentadas as estratégias de inclusão, e o reconhecimento de avanços nas habilidades cognitivas, sociais, socioemocionais e autonomia dos estudantes com TEA a partir da sua inclusão escolar. A partir dos resultados encontrados, foi possível que para haver o acesso a uma educação para “todos”, é necessário o envolvimento por parte dos alunos, professores e pais.

Além da participação dessas pessoas é necessário que a escola possua as condições necessárias para atender as necessidades e garantir o acesso e permanência dos estudantes com TEA. É preciso que o professor tenha um olhar atento às necessidades de cada aluno, foque em suas potencialidades.

Compreende-se que o estudo apresentou suas lacunas e, por isso, é de extrema importância que novos estudos sejam realizados, no intuito de ampliar o conhecimento sobre o TEA e a inclusão escolar dessas crianças.

REFERÊNCIAS

AGRIPINO-RAMOS, Cibele Shírley; LEMOS, Emellyne Lima de Medeiros Dias; SALOMÃO, Nádia Maria Ribeiro. Vivências Escolares e Transtorno do Espectro Autista: o que Dizem as Crianças? **Revista Brasileira de Educação Especial**, v. 25, p. 453–468, 2019. Disponível em: scielo.br/j/rbee/a/D7Fwj7yXGJvCPJkwPkYGWRz/?lang=pt. Acesso em: 17 mai. 2024.

APORTA, Ana Paula; LACERDA, Cristina Broglia Feitosa de. Estudo de Caso sobre Atividades Desenvolvidas para um Aluno com Autismo no Ensino Fundamental I. **Revista Brasileira de Educação Especial**, v. 24, p. 45–58, 2018. Disponível em: scielo.br/j/rbee/a/D7Fwj7yXGJvCPJkwPkYGWRz/?lang=pt. Acesso em: 17 mai. 2024.

ARAÚJO, Gisele Silva; SEABRA JUNIOR, Manoel Osmar. Elementos fundamentais para o design de jogos digitais com o foco no treino de competências e habilidades de estudantes com transtorno do espectro autista: uma revisão sistemática. **Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos**, v. 102, p. 120–147, 2021. Disponível em: scielo.br/j/rbeped/a/rCZGCqLWvNdVPsTq3kGJhcG/?lang=pt. Acesso em: 17 mai. 2024.

BERNARDES, Adriana Oliveira. Da integração à inclusão, novo paradigma. **Revista Educação Pública**, v. 10, nº 9, 2010. Disponível em: educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/10/9/da-integracao-a-inclusao-novo-paradigma. Acesso em: 17 mai. 2024.

BRASIL. **Constituição da República Federativa do Brasil**, 1988.

BRASIL. **Lei nº 13.146 de 6 de julho de 2015**. Disponível em: planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2015/lei/l13146.htm. Acesso em: 17 mai. 2024.

BRASIL. **Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996**. Estabelece as Diretrizes e Bases da Educação Nacional.

BRASIL. **Lei nº 12.764, de 27 de dezembro de 2012**. Disponível em: planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2012/lei/l12764.htm. Acesso em: 17 mai. 2024.

CAMARGO, Sígilia Pimentel Höher; BOSA, Cleonice Alves. Competência social, inclusão escolar e autismo: um

- estudo de caso comparativo. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, v. 28, p. 315–324, 2012. Disponível em: scielo.br/j/ptp/a/cJXjLQ4GKVsjN6J57VTyvBq/?lang=pt . Acesso em: 17 mai. 2024.
- CAMPOS, Larriane Karen de; FERNANDES, Fernanda Dreux Miranda. Perfil escolar e as habilidades cognitivas e de linguagem de crianças e adolescentes do espectro do autismo. **CoDAS**, v. 28, p. 234–243, 2016. Disponível em: scielo.br/j/codas/a/ZL8NCqhngDTKLjzCSMjx9PB/?lang=pt . Acesso em: 17 mai. 2024.
- DECLARAÇÃO DA SALAMANCA, 1994. Disponível em portal.mec.gov.br/seesp/arquivos/pdf/salamanca.pdf. Acesso em: 17 mai. 2024.
- DENZIN, N. K; LINCOLN, I. **O planejamento da pesquisa qualitativa: teorias e abordagens**. Porto Alegre: Artmed, 2006.
- DSM-V (American Psychiatric Association)**. 5 ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- FAM, Antônio Eustáquio de Oliveira; REIS, Sérgio Pereira dos; BARBOSA, Rosemary Pereira Costa e. O brincar no espaço escolar como estratégia de inclusão de alunos com Transtorno do Espectro Autista (TEA). **Research, Society and Development**, v. 10, n. 6, p. e49010615912–e49010615912, 2021. Disponível em: rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/15912 . Acesso em: 17 mai. 2024.
- FRANCÊS, Lyanny Araujo; MESQUITA, Amélia Maria Araújo. As experiências nos espaços-tempos da escola sob o olhar de uma criança com Transtorno do Espectro do Autismo. **Revista Brasileira de Educação**, v. 26, 2021. Disponível em: scielo.br/j/rbedu/a/M7jYYq84pmgK4TsbSQDQ8Dr/ . Acesso em: 17 mai. 2024.
- GALLARDO, Claudia Pradas. 20 HABILIDADES COGNITIVAS: o que são, tipos, lista e exemplos. **Psicologia-Online**, 2020. Disponível em: br.psicologia-online.com/habilidades-cognitivas-o-que-sao-tipos-lista-e-exemplos-557.html . Acesso em: 17 mai. 2024.
- GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 6. ed. São Paulo: Atlas, 2008.
- KLIN, Ami. Autismo e síndrome de Asperger: uma visão geral. **Brazilian Journal of Psychiatry**, v. 28, p. s3–s11, 2006. Disponível em: scielo.br/j/rbp/a/jMZNbHcsndB9Sf5ph5KBYGD/ . Acesso em: 17 mai. 2024.
- LEMO, Emellyne Lima de Medeiros Dias; NUNES, Laísy de Lima; SALOMÃO, Nádia Maria Ribeiro. Transtorno do Espectro Autista e Interações Escolares: Sala de Aula e Pátio. **Revista Brasileira de Educação Especial**, v. 26, p. 69–84, 2020. Disponível em: scielo.br/j/rbee/a/z9kw6rcvPhxsPSkmLnXwMhd/?lang=pt . Acesso em: 17 mai. 2024.
- LEMO, Emellyne Lima de Medeiros Dias; SALOMÃO, Nádia Maria Ribeiro; AGRIPINO-RAMOS, Cibele Shirley. Inclusão de crianças autistas: um estudo sobre interações sociais no contexto escolar. **Revista Brasileira de Educação Especial**, v. 20, p. 117–130, 2014. Disponível em: scielo.br/j/rbee/a/GS4c9BPW9PW8ZqzBGjx7Kz-j/?lang=pt . Acesso em: 17 mai. 2024.
- LIMA, Stéfanie Melo; LAPLANE, Adriana Lia Frizman de. Escolarização de Alunos com Autismo. **Revista Brasileira de Educação Especial**, v. 22, p. 269–284, 2016. Disponível em: scielo.br/j/rbee/a/93w7MM64pfrMWRP-TKmqxSBh/?lang=pt . Acesso em: 17 mai. 2024.
- MAS, Natalie Andrade. **Transtorno do Espectro Autista – história da construção de um diagnóstico**. 2018 (Dissertação de Mestrado). Universidade de São Paulo, São Paulo. 2018.
- MONTEIRO, Rubiana Cunha; SANTOS, Camila Boarini dos; ARAÚJO, Rita de Cássia Tibério; et al. Percepção de Professores em Relação ao Processamento Sensorial de Estudantes com Transtorno do Espectro Autista. **Revista Brasileira de Educação Especial**, v. 26, p. 623–638, 2020. Disponível em: scielo.br/j/rbee/a/6mdg7T-jHZHpSgZzsBCxZ6Ss/?lang=pt . Acesso em: 17 mai. 2024.
- NASCIMENTO, Verônica Gomes. **O Acompanhamento Terapêutico Escolar no processo de inclusão de uma criança autista**. 2015 (Dissertação de Mestrado). Universidade Federal da Bahia, Salvador. 2015.
- OLIVEIRA, Francisco Lindoval de. Autismo e inclusão escolar: os desafios da inclusão do aluno autista. **Revista Educação Pública**, v. 20, n. 34, 2020. Disponível em: educacaopublica.cecierj.edu.br/artigos/20/34/autismo-e-inclusao-escolar-os-desafios-da-inclusao-do-aluno-autista . Acesso em: 17 mai. 2024.
- SILVA, Ana Beatriz Barbosa; GAIATO, Mayra Bonifacio; REVELES, Leandro Thadeu. **Mundo singular: entenda o autismo**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2012.
- SOUZA, Andriara Cristina de; SILVA, Guilherme Henrique Gomes da. Incluir não é Apenas Socializar: as Contribuições das Tecnologias Digitais Educacionais para a Aprendizagem Matemática de Estudantes com Transtorno do Espectro Autista. **Bolema: Boletim de Educação Matemática**, v. 33, p. 1305–1330, 2019. Disponível em: scielo.br/j/bolema/a/WXbRNkknccggMBx8F5xLzSKv/?lang=pt . Acesso em: 17 mai. 2024.

BOLSONI-SILVA, Alessandra Turini; CARRARA, Kester. Habilidade social e análise do comportamento: compatibilidades e dissensões conceitual-metodológicas. **Psicologia em Revista**, v. 16, n. 2, p. 330–350, 2010. Disponível em: pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1677-11682010000200007-&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt. Acesso em: 17 mai. 2024.

WEIZENMANN, Luana Stela; PEZZI, Fernanda Aparecida Szareski; ZANON, Regina Basso. INCLUSÃO ESCOLAR E AUTISMO: SENTIMENTOS E PRÁTICAS DOCENTES. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 24, 2020. Disponível em: scielo.br/j/pee/a/NwnK5kF4zM9m9XRynr53nwF/?lang=pt. Acesso em: 17 mai. 2024.

6

**TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL (TCC) E
MINDFULNESS NO TRATAMENTO DE TRANSTORNOS DE
ANSIEDADE (TAG): UM ESTUDO EXPLORATÓRIO**

*COGNITIVE BEHAVIORAL THERAPY (CBT) AND MINDFULNESS IN THE
TREATMENT OF ANXIETY DISORDERS (GAD): AN EXPLORATORY STUDY*

Veranil Lacerda Botelho Junior¹
Venísia Maria Silva Ferreira¹

¹ Psicologia, Centro Universitário Estácio São Luís, São Luís - Maranhão

Resumo

O tema deste artigo é a integração entre a abordagem da Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) e a aplicação de Mindfulness no tratamento de TAG (TAG) a partir da descrição de como esta ferramenta é eficaz quando aplicada em processos clínicos por profissionais da abordagem citada. O objetivo geral é investigar, em pesquisa exploratória-bibliográfica, a eficácia da abordagem integrada de TCC e Mindfulness no tratamento de TAG a partir da descrição de como os profissionais da TCC integram e aplicam essa ferramenta em tratamento de pacientes com TAG e quais resultados obtiveram. Os objetivos específicos são: descrever como são aplicadas técnicas de Mindfulness integradas às sessões de TCC para reforçar os objetivos terapêuticos do tratamento do TAG, além de revisar a literatura sobre a prática terapêutica que integre a TCC à técnica de Mindfulness em contexto de pacientes com ansiedade, elencar estudos e pesquisas que sustentam a eficácia ao integrarem TCC e Mindfulness no tratamento de ansiedade e avaliar os benefícios da prática de Mindfulness na redução de sintomas de ansiedade. Trata-se de uma pesquisa exploratório-bibliográfica, contemplando os artigos publicados, em português, de 2014 a maio/2024, em plataformas de divulgação científica. Conclui-se, portanto, que as técnicas de Mindfulness, nos três artigos revisados, mostraram-se como um recurso eficaz para a redução da ansiedade, tendo atingido o objetivo esperado que foi, justamente, saber que as técnicas da atenção plena, associadas à TCC, eram eficazes no manejo dos transtornos ansiosos.

Palavras-chave: TCC. Mindfulness. TAG. Pesquisa exploratório-bibliográfica.

Abstract

The theme of this article is the integration between the Cognitive-Behavioral Therapy (CBT) approach and the application of Mindfulness in the treatment of Generalized Anxiety Disorder (GAD) based on the description of how this tool is effective when applied in clinical processes by professionals of the mentioned approach. The general objective is to investigate, through exploratory-bibliographic research, the effectiveness of the integrated approach of CBT and Mindfulness in the treatment of GAD, based on the description of how CBT professionals integrate and apply this tool in treating patients with GAD and the results obtained. More specifically, the work sought to describe how Mindfulness techniques integrated into CBT sessions are applied to reinforce the therapeutic goals of GAD treatment, as well as to review the literature on therapeutic practice that integrates CBT with Mindfulness techniques in the context of patients with anxiety, listing studies and research that support the effectiveness of integrating CBT and Mindfulness in anxiety treatment, as well as evaluating the benefits of Mindfulness practice in reducing anxiety symptoms. This is an exploratory-bibliographic research, covering articles published in Portuguese from 2014 to May 2024 on scientific dissemination platforms. It is concluded, therefore, that Mindfulness techniques, in the three articles reviewed, proved to be an effective resource for reducing anxiety, having achieved the expected objective, which was precisely to know that mindfulness techniques, associated with CBT, were effective in managing anxiety disorders.

Keywords: CBT. Mindfulness. GAD. Exploratory-bibliographic research.

1. INTRODUÇÃO

Há um crescente número de pessoas que enfrenta problemas com ansiedade, no contexto hodierno, em que as pessoas vivem em ritmo acelerado. A alta prevalência de pessoas diagnosticadas com TAG é atualmente preocupante, tornando-se uma questão de saúde pública (DATTILIO *et al.*, 2004). Essa escalada nos casos de ansiedade chama a atenção da comunidade científica, em particular, dos estudiosos da saúde mental e da psicologia. Há um interesse em estudar as abordagens e métodos terapêuticos que podem auxiliar as pessoas, na prevenção e no tratamento da ansiedade (BAPTISTA, 2018).

O objetivo geral deste artigo é investigar, em pesquisa exploratória-bibliográfica, a eficácia da abordagem integrada de TCC e Mindfulness no tratamento de TAG a partir da descrição de como os profissionais da TCC integram e aplicam essa ferramenta em tratamento de pacientes com TAG e quais resultados obtiveram. Os objetivos específicos são: descrever como são aplicadas técnicas de Mindfulness integradas às sessões de TCC para reforçar os objetivos terapêuticos do tratamento do TAG, além de revisar a literatura sobre a prática terapêutica que integre a TCC à técnica de Mindfulness em contexto de pacientes com ansiedade, elencar estudos e pesquisas que sustentam a eficácia ao integrarem TCC e Mindfulness no tratamento de ansiedade e avaliar os benefícios da prática de Mindfulness na redução de sintomas ansiosos e no aumento do bem-estar psicológico.

É importante ressaltar a necessidade de se discutir o alcance e as limitações das abordagens terapêuticas tradicionais no tratamento da ansiedade e promover um diálogo que evidencie os resultados positivos de novas experiências, com foco no que tem promovido a melhoria na condição de vida dos pacientes. É preciso apontar a necessidade de explorar novas perspectivas e estratégias que possam complementar ou aprimorar os métodos convencionais, já amplamente divulgados.

A importância da pesquisa está em apresentar estudos que possibilitem o conhecimento e aprofundamento das pesquisas em torno ao tema, para que se conheça e se aplique a prática de Mindfulness nos tratamentos de TAG, bem como, destacar a capacidade do Mindfulness em promover a consciência do momento presente, reduzir o estresse e melhorar o controle emocional dos pacientes (Roemer *et al.*, 2009). Para os estudos da ciência psicológica, sua relevância aponta para a indicação de dados que comprovem a eficácia da técnica de Mindfulness para tratar pacientes com TAG, em contexto de terapia da TCC, e também auxiliar psicólogos clínicos da TCC que se dedicam a tratar estes pacientes.

Essa pesquisa é exploratória-bibliográfica e, para investigar eficácia da integração da TCC à técnica de Mindfulness no tratamento de TAG, pretende buscar entre os artigos científicos publicados nos últimos 10 anos, os de maior relevância e qualidade científica, no intervalo de 2014 a 2024. O enfoque do artigo é a revisão dos artigos que integrem em seus estudos as técnicas de Mindfulness à TCC no tratamento de pessoas com TAG.

É, portanto, de suma importância evidenciar, por meio de uma pesquisa e minuciosa análise crítica os argumentos em prol de uma melhor compreensão da relação entre TCC e Mindfulness e da contribuição de ambas para os avanços teóricos e prático na psicologia clínica.

Por fim, destaca-se que a inclusão de estratégias baseadas em Mindfulness pode enriquecer as opções terapêuticas disponíveis requer um embasamento teórico que tem sido fomentado nos institutos de pesquisa que se comprometem na promoção da saúde.



2. FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) é uma abordagem da psicoterapia baseada na combinação de pressupostos da psicologia cognitiva e da psicologia comportamental que se interessa pela forma como o ser humano interpreta os acontecimentos de sua vida e percebe como estes afetam suas emoções e comportamentos. Criada pelo psiquiatra estadunidense Aaron Beck, na década de 1960, a TCC abrange intervenções psicoterapêuticas, tendo como objetivo produzir mudanças nos pensamentos disfuncionais ou distorcidos e nos sistemas de significados dos sujeitos (BECK *et al.*, 2000).

Diante dessa construção e dos resultados alcançados, a TCC tornou-se uma terapia orientada para a reversão das cognições disfuncionais e de comportamentos, sendo que, posteriormente, teve seu alcance ampliado aos mais variados quadros clínicos, como a ansiedade, os transtornos psicossomáticos, os transtornos alimentares, os comportamentos disfuncionais e as fobias. Por essa razão, atualmente, a TCC é uma das formas mais amplamente praticadas de psicoterapia (BECK, 2013).

A TCC busca promover uma transformação emocional e comportamental duradoura, visando também proporcionar autonomia ao paciente, com alívio ou remissão dos sintomas. E tem como objetivo fundamental a mudança do comportamento do indivíduo, por meio da modificação de seus pensamentos (FALCONE, 2001). Na prática clínica, essa abordagem atua auxiliando na identificação do pensamento disfuncional, visando à avaliação deste pelo indivíduo, de modo adaptativo e realista, com o propósito de melhoria dos sentimentos e comportamentos.

Desta forma, o terapeuta exerce o importante papel de ajudar o paciente a enxergar e ter clareza dos seus pensamentos disfuncionais e do quanto eles estão o influenciando em suas escolhas, ações e reações para, assim, ressignificá-los. No setting terapêutico, as sessões devem ser divididas em três etapas, sendo que a sessão inicial compreende a avaliação e tem como foco coletar dados ou informações para o levantamento de uma hipótese diagnóstica e construção de um plano de tratamento. A segunda etapa é a sessão terapêutica, visando a aplicação desse plano de tratamento, intervindo nas demandas apresentadas pelo paciente e, por fim, as sessões de prevenção de recaída, introduzidas no término e na alta do paciente (BECK, 2013).

A prática de Mindfulness faz parte, atualmente, dos programas de redução de estresse e pode ajudar no controle da ansiedade. Por isso, está presente nas terapias comportamentais e cognitivas contemporâneas. A literatura científica tem enfatizado os benefícios da psicoterapia junto a técnica de Mindfulness para indivíduos com diagnóstico de TAG, tendo como embasamento teórico a abordagem da TCC. Desse modo, observa-se a Mindfulness como um recurso em terapia cognitivo-comportamental para o tratamento de pacientes com diagnóstico de TAG e com dificuldade de foco, de manter-se atento, e de concentração.

A técnica de Mindfulness é definida por Kabat-Zinn como uma forma específica para minimizar os sintomas do TAG, em sessão de psicoterapia. Entendida como foco no presente, a prática da Mindfulness é comumente traduzida como atenção plena, sendo uma forma terapêutica de meditação e concentração, intencional e sem julgamentos (NARANJO, 2005).

Corroborando com esse entendimento, Castro (2014) afirma que a técnica de Mindfulness no contexto terapêutico é algo associado ao bem-estar, saúde física e mental. Trata-se de uma técnica que permite trabalhar as questões físicas, psicológicas e espirituais, mantendo o paciente atento e reunindo as informações em uma totalidade, de forma

integrada.

A TCC pode promover transformações na vida do paciente e na sua relação com os demais, o que acontece, a partir de uma mudança em seus pensamentos, tornando-os mais adaptativos à realidade. Isso acontece à medida que a pessoa vai se dando conta de suas crenças limitantes. Ao identificar em seus pensamentos automáticos, crenças e distorções, pode tomar uma atitude diferente e crítica em relação aos pensamentos, buscando alterar não somente os eventos cognitivos, mas suas emoções, sentimentos e ação.

Enfim, tal similaridade, evidenciada pela capacidade da TCC em concentrar-se sobre habilidades do pensar e das crenças limitantes, no nível prático e teórico, em certa medida, facilita a rápida absorção da prática de Mindfulness. O exercício de atenção plena ajuda no alívio das sensações e emoções inerentes aos pensamentos disfuncionais, ajudando o paciente, em nível cognitivo-comportamental (VANDENBERGHE *et al.*, 2006).

3. MÉTODO

A metodologia deste trabalho adapta-se à pesquisa de revisão bibliográfica em que a trajetória metodológica teve como base a leitura exploratória. Esse tipo de pesquisa busca realizar análises e sínteses de informações disponibilizadas por estudos relevantes sobre o assunto (MANCINI *et al.*, 2006).

Para realizar o levantamento bibliográfico foram feitas buscas da literatura em bases de de revistas e periódicos eletrônicos de referências na produção de estudos na área da ciência e da saúde, como Scientific Electronic Library Online (SCIELO), Index Psi Periódicos e Portal de Periódicos Eletrônicos de Psicologia (PePsic), usando diversas combinações de palavras-chave para busca, associando: Terapia Cognitivo Comportamental ou TCC (and) Mindfulness ou Atenção Plena ou Meditação (and) ansiedade, em artigos em português, no período de 2014 a 2024. Após catalogar o material encontrado, foi realizada a seleção e leitura exploratória, para a obter uma visão geral da produção acadêmica relativa ao tema e seleção do material disponibilizado nos sites citados.

4. RESULTADO

Dentre os artigos encontrados, pelo processo indicado anteriormente, dos cinco artigos encontrados, três foram selecionados para se aplicarem aos critérios especificados. Os outros dois foram excluídos por não mencionarem a TCC e, em sua descrição, não a associarem à atenção plena ou mindfulness. Todos os artigos disponíveis estão em seu formato completo e gratuito nas plataformas e foram publicados nos últimos dez anos, situando-se dentro do período preocupante à publicação.

Após identificação e triagem, seguiu-se a escolha dos artigos para análise; justamente daqueles que constavam dentro da proposta temática da pesquisa, com a data de publicação a partir do ano de 2014, até o período em maio de 2024. Na tabela abaixo, seguem os artigos encontrados.

Autores	Título	Ano
Scielo		
Malheiros, Pablo Coutinho; Vanderlei, Aleska Dias; Brum, Evanisa Helena Maio de.	Meditação para estresse e ansiedade em universitários: um ensaio clínico randomizado.	2023
Guimarães, Suely; Galli, Luccas; Nunes, Julia.	Efeitos da meditação no tratamento do estresse e da ansiedade.	2021
PePsic		
Azevedo, Mariana Ladeira de; Menezes, Carolina Baptista.	Efeitos do Programa Terapia Cognitiva Baseada em Mindfulness sobre estresse, autoeficácia e mindfulness em universitários.	2020
Barros, Amanda Bezerra de.; Galdino, Melyssa Kellyane Cavalcanti.	A Terapia cognitivo-comportamental e mindfulness no tratamento do transtorno de ansiedade social: um estudo de caso.	2020
Index Psi		
Willhelm, Alice Rodrigues; Andretta, Ilana; Ungaretti, Mariana Steiger.	Importância das técnicas de relaxamento na terapia cognitiva para ansiedade.	2015

Uma análise das palavras relacionadas à delimitação do tema de pesquisa encontra-se na tabela a seguir, com visualização dos tópicos que cada artigo. Os artigos 1 (MALHEIROS *et al.*, 2023) e 2 (GUIMARÃES *et al.*, 2021) não incluem a TCC em seu desenvolvimento. Os artigos seguintes abordam a relação entre a TCC e a aplicação de Mindfulness no tratamento de ansiedade. Os artigos também citam “atenção plena” e “meditação” referindo-se à técnica de Mindfulness. O artigo 3 (AZEVEDO *et al.*, 2020) aborda a temática da ansiedade, e os artigos 4 (BARROS *et al.*, 2020) e 5 (WILLHELM *et al.*, 2015) além de tratar da ansiedade, citam “transtorno de ansiedade” em seu desenvolvimento.

	TCC	Mindfulness	Atenção plena	Meditação	Transtorno de Ansiedade	Ansiedade
1. Malheiros <i>et al.</i> , 2023	0	45	2	6	0	55
2. Guimarães <i>et al.</i> , 2021.	0	19	3	7	39	1
3. Azevedo <i>et al.</i> , 2020.	1	139	1	0	0	4
4. Barros <i>et al.</i> , 2020.	26	6	2	2	6	50
5. Willhelm <i>et al.</i> , 2015.	6	3	0	3	7	68

Após a seleção dos artigos, foram extraídas as informações e feitas as análises e a extração dos dados para síntese do resultado e elaboração da discussão.

5. DISCUSSÃO

O artigo das autoras Azevedo e Baptista (2020), com título “Efeitos do Programa Terapia Cognitiva Baseada em Mindfulness sobre estresse, autoeficácia e Mindfulness em universitários” contempla os efeitos da aplicação de mindfulness para redução de estresse psicológico. Em seu escopo, coube elencar os efeitos e resultados positivos da participação dos avaliados no Programa Terapia Cognitiva Baseada em Mindfulness sobre o estresse.

Utilizando a metodologia de estudo quase-experimental longitudinal, o grupo escolhido, por amostragem, contemplava 13 estudantes, os quais foram analisados, dentro das variáveis e indicadores propostos pelas autoras, inclusive por meio de instrumentos de autoavaliação e relatos individuais, de modo que, ao final dos oito encontros da intervenção, ficou evidenciado a autoeficácia e bom êxito dessa integração da TCC e Mindfulness, indicando, como benefício, a redução do estresse e, conseqüentemente, da ansiedade.

Concluiu-se que os dados levaram a considerar um fator positivo a ajuda recebida pelos alunos no Programa Terapia Cognitiva Baseada em Mindfulness para redução do estresse, aumentando a autoeficácia geral percebida e dando uma contribuição significativa para que os mesmos alunos enfrentassem situações desafiadoras no contexto acadêmico e também em sua atuação profissional.

As autoras consideram “a elevada prevalência de ansiedade, estresse e depressão entre estudantes universitários” e justificam sua pesquisa a partir de “intervenções para auxiliar no manejo e na prevenção destas condições têm surgido no contexto universitário”, citando como prática capaz de ajudar os alunos, os Programas Baseados em Mindfulness para a população universitária, devido aos seus “resultados favoráveis sobre o estresse, a ansiedade e a depressão” (BARROS *et al.*, 2020, p. 46).

No artigo em tela, as autoras também evidenciam a dificuldade de encontrar es produções acadêmicas, nessa temática e a difusão do protocolo de Mindfulness ainda é bem tímida no Brasil. Porém, nesse mesmo contexto, as autoras reforçam que, apesar dessa escassez de estudos específicos sobre a prática exitosa da técnica de Mindfulness em universitários no país, “seria possível hipotetizar que os benefícios destes programas também poderiam se estender aos estudantes de graduação”. E está justificativa é apresentada como base para o estudo.

O referido artigo disponibiliza os resultados e sugere que sejam empreendidos esforços, a partir do estudo piloto, que possam viabilizar futuros estudos controlados com alunos universitários, concluindo que, embora tenham encontrado limitações da pesquisa e seja um estudo pioneiro, é notória a oportunidade que se enxerga para que esses resultados possam estimular a ampliação da oferta de programas baseados em Mindfulness, ministrados por profissionais capacitados, para a população acadêmica e ministrados no contexto das universidades brasileiras (AZEVEDO *et al.*, 2020, p.51).

O segundo artigo das autoras Barros e Galdino (2020), intitulado “A Terapia cognitivo-comportamental e Mindfulness no tratamento do transtorno de ansiedade social: um estudo de caso” faz a apresentação do caso de um jovem adulto, identificado pelo pseudônimo de João, do sexo masculino, que fora diagnosticado com Transtorno de Ansiedade Social (TAS) e o seu tratamento deu-se por meio de intervenções alicerçadas na TCC, sem uso associado de medicamentos.

O referido paciente apresentava queixas e sinais de medo social e de comer em público, devido ao temor de vomitar após se alimentar, de modo que se fez necessário analisar todo o contexto de vida, desde sua infância e adolescência, perpassando pelo histórico familiar e escolar, evidenciando fatores que foram determinantes para o trabalho de autoco-



nhecimento, ressignificação das crenças e valores, melhoria da autoestima e diminuição do impacto das preocupações.

O tratamento proposto teve um total de 20 sessões, abrangendo técnicas consideradas fundamentais nesses casos: psicoeducação; exposição gradual e reestruturação cognitiva. Porém, diante da dificuldade da evolução clínica, foi preciso incluir novas estratégias para que o paciente tivesse uma melhor relação com os alimentos e o ato de se alimentar.

A inserção de práticas formais e informais de Mindfulness, associado a outras estratégias da TCC, contribuiu de forma significativa para alcançar os bons resultados apontados nesse estudo, tendo em vista que os referidos processos auxiliaram, sobremaneira, na redução da ansiedade e enfrentamento das situações que causavam ansiedade. As autoras adotaram como modalidade de pesquisa o estudo transversal de caso único, empregando dados quantitativos e qualitativos para esclarecer o caso sob estudo, ou seja, um meio de investigação empírica, que visa estudar um fenômeno específico (o caso). Foram utilizados como instrumentos para mensuração: o Inventário de Ansiedade de Beck (BAI -1991); Inventário de Depressão de Beck (BDI - 1993); Inventário de Ansiedade Traço-Estado (IDATE T e IDATE E) e a escala Liebowitz (1987).

Nesse diapasão, concluíram que, embora haja a formalidade de protocolos próprios para o tratamento do TAS, é fundamental a escuta qualificada, considerando a queixa exposta pelo paciente e a sua singularidade, visando a criação de estratégias para um tratamento exitoso, como as que foram utilizadas no caso em questão, com as técnicas de Mindfulness associadas à TCC, evidenciando o grande valor dessa conexão e integração para o bem-estar e saúde integral dos pacientes.

O terceiro artigo das autoras Willhelm, Andretta e Ungaretti (2015), com o título “Importância das técnicas de relaxamento na terapia cognitiva para ansiedade” abordam amplamente o tema da ansiedade, aprofundando as consequências do transtorno e indicando as respostas de forma exagerada e não adaptativa a algum estímulo por parte das pessoas que sofrem com ansiedade. Elucidam o tratamento com TCC e “as técnicas cognitivas de reestruturação e flexibilização cognitiva e técnicas comportamentais como exposição, dessensibilização sistemática e técnicas de relaxamento corporal” (WILLHELM *et al.*, 2015, p. 79).

Em sua introdução, considerando a apresentação das técnicas de relaxamento, as autoras indicam a prática de Mindfulness: “A Mindfulness (um tipo de meditação) foi bem aceita pela terceira onda das terapias comportamentais”. Segunda as autoras, as técnicas meditativas não tocam em pensamentos e não são específicas para distorções cognitivas, são, outrossim, “uma inovação na prática clínica e cada vez mais têm ganhado espaço nos consultórios, acrescentando-se ao leque de técnicas terapêuticas” (WILLHELM *et al.*, 2015, p. 81).

A investigação foi realizada através de três estudos de caso, em que foram aplicadas técnicas de relaxamento e, para análise da eficácia destas técnicas, pediu-se que os pacientes indicassem um valor de ansiedade em uma escala de zero a dez antes e depois das técnicas. A abordagem da TCC e as técnicas foram aplicadas em três pacientes com transtorno de ansiedade atendidos no Serviço de Atendimento e Pesquisa em Psicologia da PUCRS. O resultado considera que as técnicas de relaxamento tiveram sucesso nos três casos estudados e atingiram o objetivo de diminuição da ansiedade.

O estudo realizou esta investigação através de três estudos de caso com o objetivo de observar e examinar uma unidade delimitada e contextualizada, preocupando-se em não analisar o caso em si, mas o que o estudo de caso representa, a saber, “uma investigação baseada na experiência e compreende um método abrangente da coleta e da análise de dados, usando a lógica do planejamento” (YIN, 2004, apud WILLHELM *et al.*, 2015, p. 82).

Neste sentido, o estudo de caso suporia uma análise detalhada de um indivíduo portador de sintomas no tocante à dinâmica e à patologia de uma dada condição. As autoras assim fundamentam a escolha de três pacientes.

A realização da pesquisa deu-se em uma clínica-escola, em que foram efetuados três atendimentos conduzidos por uma estagiária do oitavo semestre de psicologia sob supervisão semanal individual. Das três pacientes atendidas, duas receberam alta ao final do processo; uma seguiu em tratamento, por apresentar sintomas graves. As autoras esclarecem que, em média, foram realizadas 40 sessões com a primeira e com a segunda paciente e 20 sessões com a terceira paciente; sendo que todos os casos foram discutidos, estudados e orientados, durante a supervisão do estágio, pelo professor responsável, e todo o acervo material construído foi devidamente arquivado no Serviço de Atendimento da universidade.

A avaliação dos sintomas de ansiedade feita antes e depois da utilização das técnicas de relaxamento, foi elaborada a partir de questionário, em uma escala de zero a dez (sendo zero nada de ansiedade e dez ansiedade extrema), de acordo com o nível de ansiedade que o paciente estava sentindo no momento da aplicação do questionário. O foco do estudo, portanto, foi a análise dos indicadores subjetivos de efetividade das técnicas de relaxamento nos pacientes ansiosos, observando sua implicação no tratamento psicoterápico da TCC, a partir de suas avaliações. O diagnóstico feito seguiu os critérios e sintomas descritos pelo DSM-IV-TR (DSM-IV-TR; APA, 2002). E, por fim, assegurou-se o sigilo dos pacientes utilizando nomes fictícios e a instituição foi resguardada com a assinatura da documentação de praxe, registrando a ciência da pesquisa desenvolvida, por meio de Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

6. CONCLUSÃO

Conclui-se, por meio desse estudo de revisão bibliográfica, mesmo diante da pouca produção científica do tema que as técnicas de Mindfulness aplicadas em contexto da TCC trazem inúmeros benefícios para o tratamento de pessoas que sofrem com ansiedade. Diferentes pesquisadores, em seus estudos, asseguraram que a prática de Mindfulness tem impactos positivos na saúde e no bem estar geral dos pacientes ansiosos, na psicoterapia.

A prática da atenção plena é uma técnica que trouxe benefícios, contribuindo para melhoria do atendimento aos pacientes, conforme exposto nos estudos analisados. A utilização da técnica de Mindfulness à prática da TCC ajudou na redução dos sintomas do transtorno de ansiedade, por isso, sugere-se que a associação entre a TCC e a prática meditativa Mindfulness seja aprofundada em estudos que apliquem a técnica e evidencie seus resultados positivos para que mais pessoas se beneficiem de sua prática.

O presente estudo mostra, portanto, como a prática da atenção plena traz benefícios no tratamento de TAG, ao mesmo tempo em que agrega novas técnicas ao cenário da psicoterapia, aumentando a possibilidade de melhora e satisfação dos pacientes e da eficácia do tratamento terapêutico.

As técnicas de Mindfulness, portanto, nos três artigos revisados mostraram-se como auxílio eficaz para a redução da ansiedade, tendo atingido o objetivo esperado que foi justamente saber as técnicas da atenção plena associadas à TCC eram eficazes no manejo dos transtornos ansiosos.

Então, os achados desse estudo corroboram as pesquisas e demonstra a importância das técnicas de Mindfulness associada à TCC para a diminuição da ansiedade. É necessário



ressaltar, por fim, que as técnicas de Mindfulness não estão associadas universalmente à TCC, podendo ocorrer em outros ambientes terapêuticos. De igual maneira, a TCC faz uso de inúmeras outras técnicas não contempladas neste estudo.

Referências

- ALMEIDA, D.; MARINHO, G. Terapia Cognitivo-Comportamental Transdiagnóstica: uma Revisão da Literatura. **Revista Psicologia, Saúde & Doenças**, vol. 22, 3, 979-990, 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.15309/21psd220317>. Acesso em: 20 out. 2022. Acesso em: 13 nov. 2023.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos Mentais: DSM-4**. 4. ed., Porto Alegre, Artmed, 2002.
- ANGELOTTI, G. **Terapia Cognitivo-comportamental para os transtornos de ansiedade**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2007.
- AZEVEDO, M. L. de; MENEZES, C. B. Efeitos do Programa Terapia Cognitiva Baseada em Mindfulness sobre estresse, autoeficácia e mindfulness em universitários. SMAD, **Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog**. (Ed. port.), Set 2020, vol.16, no.3, p.44-54. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S180669762020000300006&script=sci_abstract. Acesso em: 10/05/2024.
- BAPTISTA, M. N. Avaliando “depressões”: dos critérios diagnósticos às escalas psicométricas. **Avaliação psicológica**, v. 17, n. 3, p. 301-310, 2018. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S167704712018000300004&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 12 nov. 2023.
- BARROS, A. B de; GALDINO, M. K. C. A Terapia cognitivo-comportamental e mindfulness no tratamento do transtorno de ansiedade social: um estudo de caso. **Rev. bras.ter. cogn.**, Dez 2020, vol.16, no.2, p.122-129. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872020000200009. Acesso em: 10/05/2024.
- BECK, A. T.; ALFORD, B. A. **O poder integrador da terapia cognitiva**. Porto Alegre: Artmed, 2000.
- BECK, A. T.; CLARK, D. A. Terapia **Cognitiva para os Transtornos de Ansiedade**: tratamentos que funcionam: Guia do Terapeuta. Porto Alegre: Artmed, 2012.
- BECK, A. T.; FREEMAN, A.; DAVIS, D. D. **Terapia cognitiva dos transtornos da personalidade**. Porto Alegre: Artmed, 2005.
- BECK, J. S. **Terapia Cognitiva-Comportamental: teoria e prática**. Porto Alegre: Artmed, 2013.
- CASTRO, F. S. **Atentando-se ao mindfulness**: uma revisão sistemática para análise dos conceitos, fundamentos, aplicabilidade e efetividade da técnica no contexto da terapia cognitiva. Dissertação de Mestrado em Ciências Humanas. Universidade Federal de Uberlândia, Uberlândia, 2014. Disponível em: <https://doi.org/10.14393/ufu.di.2014.380>. Acesso em: 12/04/2024.
- DATTILIO, F. M.; FREEMAN, A. **Estratégias cognitivo comportamentais de intervenção em situações de crise**. Porto Alegre: Artmed, 2004.
- DEMARZO, M.; ALMEIDA, N. O.; NEUFELD, C. B. Terapia cognitiva baseada em mindfulness no atendimento clínico individual de depressão. **Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool Drogas**, v. 16, n. 3, p. 55-63, set. 2020. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180669762020000300007&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 12 nov. 2023.
- DORON, R.; PAROT, F. (Orgs.) Psicologia Clínica. **Dicionário de Psicologia**. São Paulo: Ática, 1998, p. 144-145.
- FALCONE, E. Psicoterapia cognitiva. In: B. Rangé (Org.). **Psicoterapias cognitivo-comportamentais**: um diálogo com a psiquiatria (pp. 512-552). Porto Alegre: Artmed Editora, 2001.
- GUIMARÃES, S.; GALLI, L. NUNES, J. Efeitos da meditação no tratamento do estresse e da ansiedade. **Psic., Saúde & Doenças**, vol. 22, n. 2, Lisboa, Set. 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/gtrMrSGs-B9x9RSCpLnn475R/>. Acesso em: 10/05/2024.
- HANH, N. T. The miracle of mindfulness: **A manual for meditation**. Boston: Beacon, 1976.
- KABAT-ZINN, J. An outpatient program in behavioral medicine for chronic pain patients based on the prac-

tice of mindfulness meditation: **Theoretical considerations and preliminary results**. General Hospital Psychiatry, 4, 1982.

MALHEIROS, P. C.; VANDERLEI, A. D.; BRUM, E. H. M. De; Meditação para estresse e ansiedade em universitários: um ensaio clínico randomizado. **Rev. bras. educ. med.** 47 (01), 2023. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbem/a/nGD4hJH4ZNDH6PGk7TypCCr/?format=pdf>. Acesso em: 10/05/2024.

MANCINI M. C., Sampaio R. F. Quando o Objeto de Estudo é a Literatura: Estudos de Revisão. Rev. Brasileira de Fisioterapia, 2006; 10, p. 361-472. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbfis/v10n4/00.pdf>. Acesso em: 20/05/2024.

NARANJO, C. **Entre meditação e psicoterapia**. Rio de Janeiro: Vozes, 2005.

ROEMER, L.; ORSILLO, S.M. **A prática da terapia cognitivo-comportamental baseada em mindfulness e aceitação**. Porto Alegre: Artmed Editora, 2009.

VANDENBERGHE, L.; SOUSA, A. C. A. de. Mindfulness nas terapias cognitivas e comportamentais. **Rev. bras. ter. cogn.**, Rio de Janeiro, v. 2, n. 1, p. 35-44, jun. 2006. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-56872006000100004&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 10/05/2024.

YIN, R. **Estudo de caso**: planejamento e métodos. 3. ed., Porto Alegre, Bookman, 2004.

WILLHELM, A. R.; ANDRETTA, I.; UNGARETTI, M. S. Importância das técnicas de relaxamento na terapia cognitiva para ansiedade. **Contextos Clínicos**, vol. 8, n. 1, Jan-Jun 2015. P. 79-86. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/cclin/v8n1/v8n1a09.pdf>. Acesso em: 10/05/2024.

7

**ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM CRIANÇAS
RELACIONADAS AO EXCESSIVO USO DE TELAS:
INVESTIGAÇÃO DOS FATORES CAUSADORES E
APRESENTAÇÃO DE ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO**

*ANXIETY AND DEPRESSION IN CHILDREN RELATED TO EXCESSIVE SCREEN
USE: INVESTIGATION OF CAUSING FACTORS AND PRESENTATION OF
PREVENTION STRATEGIES*

Cristiane Silva Melo¹
Marciana Oliveira de Lima¹

¹ Psicologia, Centro Universitário Estácio São Luís, São Luís - Maranhão

Resumo

Este artigo foi elaborado com base em problemáticas verificadas durante leituras e discussões no âmbito da disciplina psicologia, bem como, a partir das vivências mediante o estágio supervisionado. Dessa forma, a pesquisa em questão objetiva realizar um estudo sobre a correlação entre o uso excessivo de dispositivos eletrônicos e o aumento dos casos de ansiedade e depressão em crianças, buscando-se examinar os elementos que causam esses transtornos, com sugestões de maneiras de preveni-los. Para tanto, foi realizada pesquisa bibliográfica, verificando os principais apontamentos e contribuições que estudiosos e pesquisadores apresentam sobre essa temática. A partir do estudo em questão, pôde-se alcançar alguns resultados, a saber: a pesquisa apontou que o isolamento social, a falta de sono, a exposição a conteúdo inadequado, o sedentarismo e comportamentos obsessivo-compulsivos estão diretamente ligados a esses problemas de saúde mental. Diante disso, entre as estratégias de prevenção verificadas no estudo, destacam-se: a importância de limitar o tempo de tela para as crianças, promover atividades alternativas, educação e supervisão parental, apoio psicológico, com ênfase na terapia cognitivo-comportamental (TCC), a qual vem mostrando-se eficaz no tratamento da ansiedade e da depressão e, assim, ajudando as crianças a identificarem e mudarem os pensamentos e comportamentos disfuncionais. Acrescenta-se, também, que a terapia oferece estratégias práticas para lidar com os sintomas, como técnicas de relaxamento e técnicas de resolução de problemas, e pode ser combinada com a terapia familiar para melhorar o apoio social e promover um ambiente saudável. Espera-se que esta pesquisa possa contribuir para demais estudiosos e pesquisadores que tenham interesse por este tema.

Palavras-chave: Criança, Depressão e ansiedade, excesso de telas, Terapia cognitiva comportamental.

Abstract

This article was prepared based on problems identified during readings and discussions within the scope of the psychology discipline, as well as, based on experiences during the supervised internship. Therefore, the research in question aims to carry out a study on the correlation between the excessive use of electronic devices and the increase in cases of anxiety and depression in children, seeking to examine the elements that cause these disorders, with suggestions for ways to prevent them. To this end, bibliographical research was carried out, checking the main notes and contributions that scholars and researchers present on this topic. From the study in question, some results were achieved, namely: the research showed that social isolation, lack of sleep, exposure to inappropriate content, sedentary lifestyle and obsessive-compulsive behaviors are directly linked to these health problems. mental health. Given this, among the prevention strategies verified in the study, the following stand out: the importance of limiting screen time for children, promoting alternative activities, parental education and supervision, psychological support, with an emphasis on cognitive-behavioral therapy (CBT), which has been shown to be effective in treating anxiety and depression and, thus, helping children identify and change dysfunctional thoughts and behaviors. It is also added that therapy offers practical strategies for dealing with symptoms, such as relaxation techniques and problem-solving techniques, and can be combined with family therapy to improve social support and promote a healthy environment. It is hoped that this research can contribute to other scholars and researchers who are interested in this topic.

Keywords: Child, Depression and anxiety, Excessive screen time, Cognitive behavioral therapy.



1. INTRODUÇÃO

Na atualidade, presenciamos mudanças significativas no modo de vida da sociedade, isso tudo vem refletindo sobretudo em questões relacionados a saúde mental das pessoas, situação essa que se torna cada vez mais evidente nas divulgações dos conteúdos midiáticos em meio a sociedade contemporânea. Relacionando-se como uma das consequências dessa mudança de vida que permeia na sociedade, destaca-se a ansiedade e a depressão que têm se mostrado um problema de saúde que cada vez mais vem se intensificando e tendo crescimento significativo, e assim, sendo considerada preocupação global nas últimas décadas (MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2023).

Moraes (2022) discorre que a ansiedade e a depressão são condições de saúde mental que podem afetar o ser humano desde a infância, prejudicando profundamente sua qualidade de vida e se perpetuando até a vida adulta. No Brasil, segundo Moraes, a depressão teve um aumento de 40% dos casos.

De acordo com a Fundação Oswaldo Cruz (FIOCRUZ), a depressão e a ansiedade aumentaram 90% no período pandêmico. Nesse período, o número de pessoas que relataram sintomas como crise de ansiedade e estresse agudo mais que dobrou. Em razão disso, é válido considerar as questões de ansiedade e depressão relacionando-as como sendo um problema de saúde pública (FIOCRUZ, 2020). Ademais, “a pandemia do COVID-19 teve um impacto significativo na saúde pública e, por isso, o monitoramento e a supervisão de variáveis relacionadas à saúde mental da população é considerado prioridade imediata” (OLIVEIRA *et al.*, 2022, p.119).

A ansiedade e a depressão estão intimamente relacionadas, mas possuem suas peculiaridades. A ansiedade diz respeito a uma resposta natural do corpo ao estresse, mas quando se torna excessiva e persistente, pode ser classificada como transtorno de ansiedade. Entre os seus sintomas, destacam-se: preocupação intensa, tensão, nervosismo, agitação, sudorese, palpitações e dificuldade em se concentrar (PARAZZI, 2019).

Ainda sobre a ansiedade, cabe mencionar que, no contexto da pandemia, Santos (2022, p.5) aponta que:

A pandemia trouxe sentimentos de medo, insegurança, angústia, sem contar que muitos perderam familiares e amigos, ficaram desempregados e ainda foram muito afetados pelo distanciamento social, a impossibilidade de contato físico. Como consequência do pós-pandemia, houve um aumento significativo das crises de ansiedade, muitos até desenvolveram fobia social e TOC, o transtorno obsessivo compulsivo, como por exemplo a compulsão pela higienização excessiva das mãos.

A depressão, por sua vez, pode ser entendida como um distúrbio do humor, caracterizado por sentimentos persistentes de tristeza, falta de interesse ou prazer nas atividades, fadiga, alterações no sono e no apetite, pensamentos negativos, podendo, inclusive, afetar o funcionamento geral da pessoa e levar à perda de interesse na vida (PARAZZI, 2019). No sentido patológico, há presença de tristeza, pessimismo, baixa autoestima, que aparecem com frequência e podem combinar-se entre si.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) definiu a depressão como o “Mal do Século” (TJDFT, 2023) porque, segundo a organização, “[...] uma em cada cinco pessoas no mundo apresentam problemas relacionados a depressão em algum momento da vida. A melhor

forma de prevenir a depressão é cuidando da mente e do corpo, com alimentação saudável e prática de atividades físicas regulares” (TJDFT, 2023, p.1).

Há estudos, como o de Maragni (2022), que apontam os fatores condicionantes desse problema mental, entre as causas comuns, algo que vem chamando a atenção dos pesquisadores é a influência tecnológica no comportamento e na vida das pessoas, sobretudo, no que tange ao aumento de exposição às telas, por exemplo, de computadores, celulares, videogames e afins (MARAGNI, 2022).

Cada vez mais vem se intensificando o crescimento descontrolado do uso de telas pelas pessoas e, em muitos casos, há sintomas de dependência e o surgimento de distúrbios de ansiedade e depressão em razão desse comportamento (MARAGNI, 2022). Essa situação se agravou ainda mais com a pandemia da Covid-2019 (BARROS *et al.*, 2020).

Dentro desse contexto destaca-se a depressão infantil, uma doença que se apresenta de forma multicausal pelas amplitudes de fatores que podem contribuir para o desenvolvimento desse transtorno. Os estudos apontam que a depressão infantil tem se mostrado um problema de saúde cada vez mais preocupante pois tem se tornado cada vez mais prevalente, sendo uma pauta preocupante entre os profissionais de saúde (CRUVINEL; BORUCHOVITCH, 2003).

A depressão infantil tem se mostrado um desafio multiprofissional por apresentar diversos fatores que compõem esse quadro. Outro ponto desafiador, é a dificuldade de diagnosticar o transtorno pelo fato de que uma criança ainda não tem habilidades cognitivas para expressar e nomear seus sentimentos de forma clara. O transtorno é caracterizado por uma gama de sintomas que a criança apresenta ao longo da vida, e quem nem sempre pais, cuidadores e escola conseguem identificar.

Cruvinel e Boruchvitch (2003) afirmam que o diagnóstico é um grande desafio, pois o quadro traz a presença de morbidades e os sintomas que se mostram muitas vezes de forma mascarada, sendo mais frequentes em transtornos como: déficit de atenção, hiperatividade, baixa autoestima, tristeza, medo, distúrbios do sono e baixo rendimento

Dos vários fatores que contribuem para o desenvolvimento da ansiedade e da depressão na infância, o uso excessivo de telas tem gerado enorme preocupação. É evidente que esse seja um dos principais elementos que contribuem significativamente para o desenvolvimento e a persistência do transtorno depressivo infantil. A esse respeito, Nobre, et al. (2021) explicam que, ao se relacionarem continuamente e dinamicamente com os elementos inerentes às crianças, o ambiente tem um grande impacto.

O tempo de exposição à tela é considerado um fator de risco. Em crianças pode causar obesidade, aumento da pressão arterial e problemas relacionados à saúde mental. A alta exposição à tela está associado também a atrasos nos domínios de linguagem e habilidade motora fina. Além disso o uso excessivo de tela reduzir o tempo de interação social e familiar. É justamente nesse contexto que esta pesquisa se insere. O problema de pesquisa tem por base os seguintes questionamentos: Quais os fatores que levam as crianças a usarem de forma excessiva telas? Quais estratégias poderiam ser adotadas para amenizar esse problema social?

Nesse contexto, esta pesquisa se justifica, dentre outros motivos, pela necessidade de realização de estudo que se proponha levantar os principais fatores que levam crianças a usar de forma excessiva telas. Também o estudo é justificado por tentar fazer a correlação do uso excessivo de tela com o aumento dos casos de ansiedade e depressão infantil, além disso, o trabalho se propõe a apresentar estratégias que poderiam ser adotadas para amenizar esse problema social.



Soma-se a isso o fato de que estudos como esses são cada vez mais urgentes na sociedade já que tanto a ansiedade quanto a depressão podem interferir nas atividades diárias da criança e impactar o desenvolvimento infantil, requerendo tratamento adequado como terapia e, em alguns casos, o uso de medicação. Fato é que caso não haja entendimento adequado, conhecimento do que vem influenciando às crianças a se exporem às telas, e quais estratégias podem ser usadas para amenizar esse problema, os resultados poderão ainda ser mais danosos a saúde mental da criança.

Ademais, o resultado deste trabalho poderá servir para pesquisas futuras, para trabalhos acadêmicos e/ou para demais pessoas que se interessam neste tema. Dito isso, o trabalho buscou investigar o surgimento da ansiedade e depressão em crianças relacionadas ao excessivo uso de telas, com o intuito de entender os fatores causadores e propor possíveis estratégias de prevenção. Para tanto, buscou delimitar quais fatores que levam as crianças ao uso excessivo das telas e também apresentar possíveis estratégias de prevenção à ansiedade e depressão. Por último, mas não menos importante, ele buscou também analisar como o excesso de uso de telas pode impactar o desenvolvimento infantil como um todo.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Para a realização do trabalho partiu de uma abordagem qualitativa e foi construído a partir de uma revisão bibliográfica. É importante compreender que a revisão bibliográfica é uma análise ampla, de consultas a pesquisas e discussões de outros autores em uma determinada área de conhecimento. Esse tipo de pesquisa “[...] propicia ao pesquisador tomar conhecimento, em uma única fonte, do que ocorreu ou está ocorrendo periodicamente no campo estudado, podendo substituir a consulta a uma série de outros trabalhos. [...]”. (NORONHA; FERREIRA, 2000, p.192).

É válido frisar, ainda, que a revisão bibliográfica é considerada como sendo “uma etapa fundamental em todo trabalho científico que influenciará todas as etapas de uma pesquisa” (AMARAL, 2007, p. 1). Ademais, nesse tipo de pesquisa é necessário que “o pesquisador verifique a veracidade dos dados obtidos, observando as possíveis incoerências ou contradições que as obras possam apresentar” (PRODANOV; FREITAS, 2013, p. 54).

Para se ter uma pesquisa mais específica, foram utilizados dois descritores que apresentam relação direta com o tema desta pesquisa: Ansiedade e Depressão e foi feito um recorte temporal.

3. RESULTADO E DISCUSSÃO

O uso crescente de dispositivos eletrônicos tem suscitado preocupações sobre os efeitos na saúde mental, principalmente em crianças. Alguns estudos mostram que o uso excessivo da tela está significativamente associado ao aumento de casos de ansiedade e depressão em crianças.

O tempo excessivo de tela geralmente substitui a interação social pessoal. Crianças que passam muitas horas em dispositivos eletrônicos tendem a ter menos oportunidades de desenvolver suas habilidades sociais, o que pode levar ao isolamento e a sentimentos de solidão (NOBRE *et al.*, 2021).

Segundo Barros *et al.* (2020), o uso de telas, principalmente antes de dormir, prejudica

a qualidade do sono. A luz azul emitida pelos aparelhos eletrônicos suprime a produção de melatonina, hormônio que regula o sono, o que leva a distúrbios que podem piorar sintomas de ansiedade e depressão.

Seguindo essa mesma linha de raciocínio, porém ampliando o debate, Maragni (2022) destaca que a falta de sono não afeta apenas o bem-estar físico, mas também está intimamente relacionada a problemas emocionais. Segundo o referido autor, a exposição a conteúdos inapropriados através de dispositivos eletrônicos é uma preocupação crescente, especialmente entre crianças e adolescentes. O acesso irrestrito a diferentes formas de mídia digital pode expô-los a informações e imagens inadequadas para sua faixa etária, levando a um impacto negativo significativo em sua saúde mental e no desenvolvimento psicológico. Tal imersão pode gerar medo, incerteza e, portanto, aumentar os níveis de ansiedade e depressão. Além disso, a comparação com imagens idealizadas e irrealistas nas redes sociais pode gerar problemas de autoestima e autopercepção negativa.

Ratificando as afirmações, Maragni (2022) e Parazzi (2019) afirmam que o uso prolongado de tais dispositivos reduz o tempo disponível para a prática de atividades físicas, contribuindo assim para o surgimento de diversos problemas de saúde física, incluindo aumento da pressão arterial, obesidade e agravamento de sintomas. Um estilo de vida sedentário afeta não apenas a saúde física, mas também a saúde mental. Crianças que não participam de atividades físicas regulares podem apresentar níveis mais elevados de ansiedade e depressão. Além disso, a falta de exercícios está associada à baixa autoestima e à redução das habilidades sociais, uma vez que muitas atividades físicas também envolvem interação social.

Outro aspecto preocupante do tempo excessivo de tela é o vício digital, definido por Barros *et al.* (2020) como comportamento compulsivo ligado a usos de dispositivos eletrônicos como smartphones, tablets, computadores e videogames. De acordo com os autores, sem controle de tempo de exposição é comum, quando a restrição do uso, a criança pode desenvolver sintomas de abstinência, como irritabilidade, ansiedade e comportamento agressivo quando o acesso é negado ou limitado. Tais vícios interferem nas atividades diárias, como o descaso com os estudos em favor do uso de aparelhos. As crianças podem tornar-se emocionalmente dependentes de dispositivos para alívio do estresse, levando a um círculo vicioso de uso compulsivo.

A implementação de estratégias preventivas para reduzir o impacto negativo do uso excessivo das telas na saúde mental das crianças é essencial para promover um desenvolvimento saudável e equilibrado. Para diminuir estes efeitos negativos, pais, educadores e profissionais de saúde podem implementar diversas estratégias de prevenção.

Limitar o tempo de tela é uma das maneiras mais eficazes de prevenir a ansiedade e a depressão em crianças.

A Academia Americana de Pediatria recomenda limites específicos para diferentes faixas etárias. Crianças de 2 a 5 anos não devem passar mais de 1 hora por dia em frente a uma tela e, para crianças mais velhas, os pais devem estabelecer regras claras para garantir que o tempo de tela não interfira em atividades como sono e atividade física (KLEIN *et al.*, 2007).

É necessário definir horários específicos em que não se utiliza aparelhos eletrônicos, como ao comer e antes de dormir. É também importante incentivar atividades que promovam o desenvolvimento saudável das crianças e as motivem a participar em atividades outras que as “desconectem”. O gosto por realizar essas atividades pode ajudar a reduzir a dependência de dispositivos eletrônicos.



Participar de atividades familiares também fortalece vínculos e promove interações sociais saudáveis. Barros *et al.* (2020), afirmam que é responsabilidade dos pais e responsáveis educar seus filhos sobre os efeitos nocivos do uso excessivo da tela e a importância de um uso mais consciente e equilibrado da tela. Discutir os efeitos negativos pode ajudar as crianças a compreenderem a importância de controlar e organizar o tempo de tela. Além disso, devem monitorar o conteúdo que seus filhos acessam e estabelecer limites claros para que modelem comportamentos equilibrados relacionados ao uso da tecnologia, demonstrando a importância das atividades off-line e do tempo para a família.

No caso da dependência digital, é necessário eliminar ou reduzir significativamente o uso de telas em crianças para promover a saúde física e mental e garantir um desenvolvimento equilibrado. Este processo deve ser realizado passo a passo com apoio psicológico adequado, nomeadamente através da terapia cognitivo-comportamental, que desempenha um papel essencial para facilitar esta transformação e o impacto psicológico associado ao tratamento.

Parazzi (2019) diz que a intervenção psicológica durante o acompanhamento é essencial no tratamento de crianças que sofrem de ansiedade e depressão devido ao uso excessivo de telas. Segundo o autor, a terapia cognitivo-comportamental (TCC) é considerada um dos tratamentos mais eficazes para ansiedade e depressão em crianças pois tem como um de seus pilares ajudar a identificar e mudar pensamentos e comportamentos disfuncionais.

Os efeitos da remoção das telas, seja feita repentinamente ou reduzindo significativamente o tempo de tela, podem ter muitas consequências emocionais e comportamentais para as crianças. Inicialmente, as crianças muitas vezes sentem maior resistência, irritabilidade e ansiedade, especialmente quando as telas são a principal fonte de entretenimento e alívio do estresse. No entanto, os benefícios a longo prazo superam os desafios iniciais. Estas incluem melhorar a saúde física, melhorar as competências sociais, o desenvolvimento cognitivo e promover hábitos mais saudáveis, como um estilo de vida ativo e um melhor equilíbrio nas atividades diárias.

O processo de retirada da tela deve ser acompanhado de apoio psicológico para minimizar seus efeitos negativos. A resistência inicial pode ser gerenciada por meio de atividades alternativas que sejam igualmente atrativas e gratificantes para a criança. Para tanto, a participação ativa dos pais e responsáveis no processo é essencial para o sucesso dessa transição.

Cruvinel e Boruchovitch (2003) afirmam que a TCC ensina estratégias práticas de enfrentamento que as crianças podem usar para controlar os sintomas de ansiedade e depressão. Isso inclui técnicas de relaxamento, atenção plena e habilidades de resolução de problemas.

Nesse viés, pode-se dizer que, em casos de uso excessivo de telas, a terapia cognitivo-comportamental pode ajudar as crianças a compreender os motivos de seus comportamentos e a desenvolver habilidades para substituí-los por atividades mais saudáveis. A terapia ajuda as crianças a identificar pensamentos negativos e irracionais relacionados ao uso da tela e às experiências cotidianas. Esses pensamentos podem incluir uma necessidade percebida de estar sempre conectado ou preocupações com a falta de interação online (CRUVINEL; BORUCHOVITCH, 2003).

Destaca-se, nesse sentido, que o referido processo terapêutico envolve sessões regulares com psicólogo, onde, durante as sessões, a criança é incentivada a expressar seus sentimentos e preocupações por meio de atividades lúdicas e interativas, que facilitam a comunicação e a compreensão de suas experiências (PARAZZI, 2019).

Para adaptar o tratamento, os profissionais que atuam nessa abordagem precisaram fazer ajustes, pois não se pode conduzir uma criança da mesma maneira que um adulto. Ademais, é necessário adentrar no universo infantil para tratar adequadamente, incorporando elementos específicos como jogos terapêuticos (utilização de jogos que permitem à criança explorar seus pensamentos e sentimentos de forma segura e controlada); técnicas de relaxamento (ensina às crianças técnicas de respiração profunda e relaxamento muscular progressivo para ajudar a reduzir os sintomas de ansiedade); mindfulness (introdução de práticas que ajudam a criança a permanecer no momento presente e a reduzir a ruminação sobre pensamentos negativos).

Além disso, a TCC pode ser combinada com a terapia familiar para abordar questões sistêmicas e fortalecer o apoio social da criança. A terapia familiar pode ajudar a educar os pais sobre a importância de limitar o tempo de tela e promover atividades saudáveis em casa (PARAZZI, 2019).

Enfatiza, portanto, que a associação entre o uso excessivo de telas e o aumento de casos de ansiedade e depressão na infância é um fenômeno complexo que requer uma abordagem multidisciplinar para ser adequadamente compreendido e tratado. Limitar o tempo de tela, promover atividades alternativas de saúde, educar e supervisionar os pais e fornecer psicoterapia são estratégias fundamentais para prevenir e tratar esses distúrbios. A retirada da tela deve ser feita de forma gradual e acompanhada de apoio psicológico para garantir que a criança não sinta efeitos negativos significativos. A combinação dessas estratégias pode contribuir para um desenvolvimento infantil mais saudável e uma melhor qualidade de vida.

Logo, faz-se necessário discorrer sobre as terapias e entender os seus mecanismos, seus processos, a fim de compreendermos pelos quais motivos pontuamos a TCC como uma terapia que atende de forma mais completa nas crianças com quadros de depressão e ansiedade por conta do uso excessivo de telas. Elenca-se, nesse sentido, que: É estruturada e focada em objetivos, o que pode ser reconfortante para as crianças, pois sabem o que esperar; ensina habilidades concretas de enfrentamento, como identificar e modificar pensamentos negativos, gerenciar emoções e resolver problemas; É geralmente de curta duração e pode produzir resultados rápidos em muitos casos; Pode ser adaptada para ser mais interativa e lúdica, o que é atraente para as crianças.

De acordo com Figueiredo e Sperb (2010), a terapia psicodinâmica é uma abordagem terapêutica que se concentra em explorar os sentimentos inconscientes e os conflitos internos que podem estar influenciando o comportamento e as emoções de uma pessoa.

A abordagem psicodinâmica é baseada na teoria psicanalítica de Freud, que sugere que os problemas emocionais e comportamentais resultam de conflitos não resolvidos e experiências passadas (FREUD, 1915).

A terapia psicodinâmica pode ser eficaz para algumas crianças, especialmente aquelas que têm um histórico de trauma ou problemas emocionais profundos. No entanto, a eficácia dessa abordagem no tratamento de ansiedade e depressão induzidas pelo uso excessivo de telas não é tão bem documentada quanto a TCC.

Figueiredo e Sperb (2010) discutem a terapia psicodinâmica como um processo que demanda mais tempo e pode não oferecer as estratégias práticas e imediatas necessárias. Eles trazem um discurso como essa abordagem terapêutica se concentra em questões mais profundas e inconscientes, o que pode levar a uma mudança gradual, que pode não ser tão eficaz para lidar com problemas imediatos que necessitam de soluções rápidas. Embora essa demora possa ser útil para algumas crianças, a abordagem pode ser menos prática e direta do que a TCC, pois a introspecção profunda exigida pela terapia psicodinâ-

mica, pode ser difícil para as crianças.

O fato de ter um processo mais longo pode levar mais tempo para produzir resultados visíveis, sendo menos estruturada e previsível do que a TCC, o que pode não ser tão reconfortante para algumas crianças. Exigindo um terapeuta bem mais habilidoso em interpretar os pensamentos e comportamentos da criança, o que nem sempre está disponível.

Já a terapia centrada na pessoa, desenvolvida por Carl Rogers, é uma abordagem terapêutica que enfatiza a importância da empatia, aceitação incondicional e congruência do terapeuta. Esta abordagem acredita que, dado um ambiente de apoio, os indivíduos têm a capacidade de se autoatualizar e resolver seus problemas (ROGERS, 1959).

É uma abordagem científica que tem como base a crença na potencialidade das pessoas que, enquanto vivos, sempre têm a possibilidade de se desenvolver. Por ser uma abordagem não diretiva, não possui técnicas, por isso o terapeuta precisa desenvolver seu jeito de ser, para facilitar as relações de crescimento (ROGERS, 1983).

A terapia centrada na pessoa pode ser eficaz no tratamento de ansiedade e depressão em crianças, promovendo um ambiente seguro e de apoio onde as crianças podem expressar seus sentimentos e preocupações (BACP, 2021). No entanto, a eficácia dessa abordagem específica para problemas relacionados ao uso excessivo de telas não é tão bem documentada quanto a TCC.

Essa terapia centrada na pessoa enfatiza a criação de um ambiente de apoio e compreensão. Embora isso possa ser benéfico para o bem-estar emocional das crianças, a abordagem não diretiva pode não fornecer as estratégias práticas e imediatas necessárias para lidar com os sintomas de ansiedade e depressão relacionados ao uso excessivo de telas. Além disso, a terapia centrada na pessoa pode ser menos estruturada do que a TCC, o que pode ser uma desvantagem em casos que requerem intervenções mais focadas e específicas.

Além das abordagens psicoterapêuticas, as intervenções medicamentosas são outra opção para tratar ansiedade e depressão em crianças. Medicamentos podem ser eficazes para aliviar sintomas severos, mas muitas vezes vêm acompanhados de efeitos colaterais e não abordam as questões subjacentes de comportamento e pensamento que a TCC visa corrigir. A combinação de TCC e medicação pode ser eficaz, mas a TCC por si só é frequentemente suficiente para proporcionar melhorias significativas, especialmente quando se trata de ansiedade e depressão induzidas pelo uso excessivo de telas (WEHRY *et al.*, 2015).

A saber, os medicamentos tratam os sintomas, mas não abordam as causas subjacentes dos problemas emocionais e comportamentais.

A comparação entre a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) e outras modalidades terapêuticas revela que a TCC é frequentemente a abordagem mais eficaz para tratar ansiedade e depressão em crianças relacionadas ao uso excessivo de telas. A TCC se destaca por sua capacidade de fornecer estratégias práticas e imediatas para lidar com os sintomas, sua abordagem estruturada e adaptativa, e sua eficácia comprovada em estudos científicos. Embora outras terapias, como a terapia psicodinâmica, centrada na pessoa e intervenções medicamentosas, possam ser úteis em certos contextos, elas tendem a ser menos focadas e práticas do que a TCC.

Estudos seminais e atuais como os de Clarke e Lewinsohn (1995), Cruvinel e Boruchovitch (2003), Wehry *et al.* (2015) e Parazzi (2019) têm demonstrado que a TCC é a terapia mais eficiente do que outras abordagens terapêuticas, como a terapia psicodinâmica, a terapia centrada na pessoa e intervenções medicamentosas, para esses tipos específicos de problemas. Nessa perspectiva, busca-se compreender ainda mais como a terapia cog-

nitivo-comportamental (TCC) pode tratar a depressão em adolescentes e crianças. Assim, os resultados apontam que a TCC melhora os sintomas depressivos mais rapidamente do que outras formas de terapia.

Inclusive, estudos realizados por Klein *et al.* (2007) descrevem que a respeito da eficácia da terapia de controle de estresse (TCC) em crianças que sofriam de transtorno de ansiedade generalizada em comparação com outras terapias. Os resultados mostraram que a terapia cognitivo-comportamental (TCC) foi mais eficaz na redução dos sintomas de ansiedade.

Portanto, pode-se afirmar que a TCC é considerada uma abordagem terapêutica de primeira linha devido à sua base sólida em evidências e à sua capacidade comprovada de ajudar crianças. É uma abordagem terapêutica amplamente reconhecida e recomendada para o tratamento da ansiedade e da depressão em crianças, sendo esta terapia respaldada por evidências cientificamente.

Acrescenta-se, ainda, que um estudo conduzido por Kendall e Hedtke (2006) demonstrou a eficácia da TCC no tratamento da ansiedade em crianças. O manual terapêutico utilizado neste estudo proporcionou melhorias significativas nos sintomas de ansiedade, fornecendo estratégias práticas e adaptativas para lidar com esses problemas.

Outro estudo importante, realizado por Stark e Laurent (2001), avaliou a eficácia da TCC no tratamento da depressão em crianças. Os resultados indicaram que a TCC foi eficaz na redução dos sintomas depressivos e na melhoria do bem-estar emocional das crianças participantes.

Além disso, Silverman e Albano (1996) desenvolveram uma entrevista diagnóstica específica para avaliar transtornos de ansiedade em crianças, demonstrando a importância da identificação precisa desses transtornos para um tratamento eficaz.

Clarke e Lewinsohn (1995) também contribuíram significativamente para a pesquisa sobre TCC ao investigar o tratamento da depressão em adolescentes. Seu estudo evidenciou os benefícios da abordagem cognitivo-comportamental em grupo para a redução dos sintomas depressivos e melhoria do funcionamento emocional dos participantes.

Esses estudos científicos e materiais destacam, comprovam e evidenciam essa eficiência da TCC e respaldam o uso dessa abordagem terapêutica em contextos clínicos com crianças a superarem esses desafios emocionais e comportamentais.

Diante do que já fora exposto sobre a TCC, enfatizo a sua capacidade de fornecer estratégias práticas e imediatas, sua abordagem estruturada e adaptativa e sua eficácia comprovada em estudos científicos a tornam uma opção altamente recomendada para crianças que enfrentam esses desafios. Ao oferecer não apenas alívio dos sintomas, mas também ferramentas duradouras para o bem-estar emocional e comportamental das crianças, a TCC pode ter um impacto significativo e positivo em suas vidas.

4. CONCLUSÃO

É inegável que a ansiedade e a depressão induzidas pelo uso excessivo de telas são problemas complexos que exigem abordagens multidisciplinares para prevenção e tratamento. A TCC se destaca como uma opção eficaz, fornecendo ferramentas práticas e imediatas para lidar com esses transtornos. No entanto, é fundamental abordar esses problemas de forma holística, considerando os diversos fatores que contribuem para sua manifestação e buscando estratégias integradas para promover um desenvolvimento



saudável e equilibrado.

Diante da análise aprofundada sobre o impacto do uso excessivo de telas na saúde mental das crianças, como o aumento dos níveis de ansiedade e a diminuição da qualidade do sono, é possível concluir que este é um problema complexo e multifacetado que exige uma abordagem holística e colaborativa de diferentes atores da sociedade. A crescente prevalência de ansiedade e depressão em crianças, em grande parte atribuída à exposição prolongada às telas, representa um desafio significativo para pais, educadores, profissionais de saúde e formuladores de políticas públicas.

Compreender os mecanismos neurobiológicos envolvidos nessa relação, bem como o reconhecimento dos sinais precoces de problemas de saúde mental, como alterações de humor e dificuldades de concentração, é um passo indispensável para diminuir os impactos negativos do uso excessivo de telas. A terapia cognitivo-comportamental (TCC) surge como uma abordagem terapêutica eficaz para ajudar crianças a desenvolverem habilidades emocionais e comportamentais saudáveis, reduzindo os sintomas de ansiedade e depressão.

No entanto, a intervenção terapêutica por si só não é suficiente. É fundamental adotar estratégias preventivas que limitem o tempo de tela e promovam atividades físicas e sociais. Os pais desempenham um papel crucial nesse processo, estabelecendo limites saudáveis para o uso desses dispositivos incentivando um estilo de vida equilibrado.

Além disso, é importante que as escolas incorporem currículos sobre o uso saudável da tecnologia e que os formuladores de políticas públicas estabeleçam diretrizes para a criação de ambientes favoráveis ao desenvolvimento das crianças. Isso inclui a integração de programas educacionais que abordem a alfabetização digital e a conscientização sobre os riscos do uso excessivo de telas, bem como a criação de espaços ao ar livre para atividades recreativas e interações sociais.

A conscientização sobre os riscos associados ao uso excessivo de telas deve ser ampliada, tanto entre os profissionais de saúde por meio de campanhas de capacitação, quanto entre a população em geral por meio de campanhas de conscientização em escolas e mídias sociais. Campanhas de sensibilização, como palestras em escolas e workshops para pais, e programas de educação, como a inclusão de disciplinas sobre saúde mental e tecnologia no currículo escolar, podem ajudar a disseminar informações sobre os impactos negativos do uso excessivo de telas e incentivar a adoção de hábitos mais saudáveis.

REFERÊNCIAS

AMARAL, João J. F. **Como fazer uma pesquisa bibliográfica**. Universidade Federal do Ceará, Fortaleza, 2007. Disponível em: <http://200.17.137.109:8081/xiscanoe/courses1/mentoring/tutoring/Como%20fazer%20pesquisa%20bibliografica.pdfv> Acesso em: 10 de junho de 2024.

BACP (British Association for Counselling and Psychotherapy). 2021. **Person-centred therapy**. Retrieved from. Disponível em: <https://www.bacp.co.uk/about-therapy/types-of-therapy/person-centred-counselling/>. Acesso em: 2 de maio de 2024.

BARROS, Marilisa Berti de Azevedo; et al. **Relato de tristeza/depressão, nervosismo/ansiedade e problemas de sono na população adulta brasileira durante a pandemia de COVID-19**. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ress/a/nFWPcDjfNcLD84Qx7Hf5ynq/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 1 de junho de 2024.

CRUVINEL, M; BORUCHOVITCH, E. **Depressão infantil: uma contribuição para a prática educacional**. 2003. Disponível em: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgicfindmkaj/https://www.scielo.br/j/pee/a/vN8MSZqVfKnHrBsHCX39NSD/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 10 de junho de 2024.

CLARKE, G; LEWINSOHN. **The adolescent coping with stress class: leader manual**. 1995. Disponível em:

chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/http://www.mentalhealthpromotion.net/resources/copingwithstress_therapistmanual.pdf. Acesso em: 10 de junho de 2024.

FIGUEIREDO, A. C; SPERB, T. M. Intervenção psicoterápica breve com crianças e adolescentes: relato de caso de uma abordagem psicodinâmica. **Estudos de Psicologia** (Campinas), 2010.

FIOCRUZ. **Depressão, ansiedade e estresse aumentam durante a pandemia.**

2020. Disponível em: <https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/depressao-ansiedade-e-estresse-aumentam-durante-a-pandemia/>. Acesso em: 10 de junho de 2024.

FREUD, S. “**Conferências Introdutórias sobre Psicanálise**”. Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de Sigmund Freud, Vol. 15. Imago Editora, 1915.

KENDALL, P. C; HEDTKE, K. A. **Terapia cognitivo-comportamental para crianças ansiosas**: Manual do terapeuta para tratamento em grupo. Workbook Publishing, 2006.

MARAGNI, Camila Vargas. **Exposição excessiva às telas e suas consequências para o desenvolvimento infantil**. 2022. Disponível em: https://tede.pucsp.br/bitstream/handle/27637/1/TCC%20Camila%20Vargas%20Maragni%20-%20Exposi%C3%A7%C3%A3o%20excessi_Camila%20Vargas%20Maragn.pdf. Acesso em: 5 de junho de 2024.

MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Depressão**. 2023. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/d/depressao>. Acesso em: 5 de maio de 2024.

MORAES, Paula. **Saúde Mental**: Brasil tem aumento de 40% em casos de depressão. Disponível em: <https://observatorio3setor.org.br/observatorio-em-movimento/saude-mental-brasil-tem-aumento-de-40-em-casos-de-depressao/>. 2022. Acesso em: 4 de maio de 2024.

NOBRE, J. N. P., et al. Fatores determinantes no tempo de tela de crianças na primeira infância. **Ciencia & saude coletiva**, v. 26, p. 1127-1136, 2021.

NORONHA, D. P; FERREIRA, S. M. S. P. Revisões de literatura. In: CAMPELLO, Bernadete Santos; CONDÓN, Beatriz Valadares; KREMER, Jeannette Marguerite (orgs.) **Fontes de informação para pesquisadores e profissionais**. Belo Horizonte: UFMG, 2000.

OLIVEIRA; et al. **Sintomas de ansiedade e depressão durante a pandemia da COVID-19**: um estudo comparativo em função da prática de exercício e qualidade da alimentação. 2022. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/actafisiatrica/article/view/189214/183534>. Acesso em: 2 de junho de 2024.

PARAZZI, Marcelo. **Diferença entre ansiedade e depressão**. 2019. Disponível em: <https://www.marceloparazi.com.br/blog/diferenca-entre-ansiedade-e-depressao/>. Acesso em: 2 de junho de 2024.

PRODANOV, C. C.; FREITAS, E. C. **Metodologia do Trabalho Científico**: métodos e técnica da pesquisa e do trabalho acadêmico. 2. ed. – Novo Hamburgo: Feevale, 2013.

ROGERS, C. R. **A Terapia Centrada no Cliente**. [Carl R. Rogers, Client-Centered Therapy]. (R. Azzi, Trans.) São Paulo: Editora WMF Martins Fontes, 1959.

SILVERMAN, W. K; ALBANO, A. M. **Anxiety Disorders Interview Schedule for DSM-IV**: Child Version. Clinician manual. San Antonio: The Psychological Corporation, 1996.

SANTOS, M. D. **Pandemia de Covid-19 provoca aumento global em distúrbios de ansiedade e depressão**. 2022. Disponível em: <https://www.cnnbrasil.com.br/saude/pandemia-de-covid-19-provoca-aumento-global-em-disturbios-de-ansiedade-e-depressao/>. Acesso em: 2 de junho de 2024.

WEHRY, A. M. et al. Assessment and treatment of anxiety disorders in children and adolescents. **Curr Psychiatry Rep.**, Philapdelphia, v. 17, n. 7, p. 1-19, 2015.

TJDFT. **Depressão**: causas, sintomas, tratamentos, diagnóstico e prevenção. 2023. Disponível em: <https://www.tjdft.jus.br/informacoes/programas-projetos-e-aco-es/pro-vida/dicas-de-saude/pilulas-de-saude/depressao-causas-sintomas-tratamentos-diagnostico-e-prevencao>. Acesso em: 2 de maio de 2024.





8

IMPACTOS DO RACISMO NA SAÚDE MENTAL DA POPULAÇÃO NEGRA: UMA ANÁLISE INTEGRATIVA DA LITERATURA E PERSPECTIVAS DE INTERVENÇÃO

*IMPACTS OF RACISM ON THE MENTAL HEALTH OF THE BLACK
POPULATION: AN INTEGRATIVE ANALYSIS OF LITERATURE AND
PERSPECTIVES FOR INTERVENTION*

Luis Filipe Pinheiro Mendes¹

¹ Psicologia, Centro Universitário Estácio São Luís, São Luís - Maranhão

Resumo

Este artigo apresenta uma revisão integrativa da literatura sobre os impactos do racismo na saúde mental da população negra. Os objetivos deste estudo são analisar criticamente a literatura existente, identificar padrões de impacto do racismo na saúde mental e explorar perspectivas de intervenção. A metodologia utilizada consistiu na busca sistemática de artigos em bases de dados acadêmicas, incluindo estudos quantitativos e qualitativos que abordassem diretamente a relação entre racismo e saúde mental na população negra. Os critérios de inclusão e exclusão foram rigorosos para garantir a qualidade e a relevância dos estudos selecionados. Os resultados desta revisão revelam uma ampla gama de impactos do racismo na saúde mental da população negra, incluindo altos níveis de estresse psicológico, ansiedade, depressão e trauma psicológico. A discussão centra-se na interseccionalidade das experiências vivenciadas pela população negra, considerando fatores como gênero, classe social e acesso aos serviços de saúde. A partir desses resultados e discussões, conclui-se que são necessárias intervenções multifacetadas para lidar efetivamente com os impactos do racismo na saúde mental da população negra. Estratégias como políticas públicas antirracistas, programas de educação e conscientização, além de serviços de saúde mental culturalmente sensíveis, são fundamentais para promover o bem-estar psicológico e a equidade nesse contexto.

Palavras-chave: Racismo, Saúde Mental, População Negra, Revisão Integrativa, Intervenção.

Abstract

This article presents an integrative review of the literature on the impacts of racism on the mental health of the black population. The objectives of this study are to critically analyze existing literature, identify patterns of racism's impact on mental health, and explore perspectives for intervention. The methodology used consisted of a systematic search for articles in academic databases, including quantitative and qualitative studies that directly addressed the relationship between racism and mental health in the black population. The inclusion and exclusion criteria were strict to guarantee the quality and relevance of the selected studies. The results of this review reveal a wide range of impacts of racism on the mental health of the black population, including high levels of psychological stress, anxiety, depression and psychological trauma. The discussion focuses on the intersectionality of experiences lived by the black population, considering factors such as gender, social class and access to health services. From these results and discussions, it is concluded that multifaceted interventions are necessary to effectively deal with the impacts of racism on the mental health of the black population. Strategies such as anti-racist public policies, education and awareness programs, as well as culturally sensitive mental health services, are fundamental to promoting psychological well-being and equity in this context.

Keywords: Racism, Mental Health, Black Population, Integrative Review, Intervention.



1. INTRODUÇÃO

O racismo é uma realidade global que permeia diversas esferas da sociedade e tem impactos significativos na saúde mental das pessoas, especialmente da população negra. A discriminação racial é um fator determinante que contribui para disparidades de saúde e bem-estar, evidenciando a necessidade premente de compreender e abordar suas consequências dentro do contexto da saúde pública. Este artigo propõe uma análise detalhada dos impactos do racismo na saúde mental da população negra, buscando não apenas identificar os efeitos negativos, mas também explorar perspectivas de intervenção que possam promover o enfrentamento desses desafios.

A influência do racismo na saúde mental da população negra é um tema complexo e bastante discutido na literatura acadêmica. Os impactos do racismo na saúde mental podem ser profundos e variados, incluindo estresse psicológico crônico, ansiedade, depressão, baixa autoestima e até mesmo transtornos psicóticos. Uma revisão integrativa da literatura sobre esse assunto poderia abordar diversos aspectos, como os efeitos do racismo institucional, a discriminação racial na saúde mental, as disparidades no acesso aos serviços de saúde mental, entre outros pontos relevantes. Além disso, explorar estratégias de enfrentamento do racismo e os efeitos positivos das intervenções culturais e psicossociais é imprescindível. Ao analisar a literatura, é fundamental considerar a interseccionalidade das experiências da população negra, levando em conta questões de gênero, classe social, orientação sexual e outras dimensões que podem influenciar os impactos do racismo na saúde mental.

A influência do racismo na saúde mental da população negra tem sido objeto de estudo em várias áreas acadêmicas. Williams *et al.* (2019) destacaram que a exposição ao racismo durante a infância está associada a um maior risco de desenvolvimento de transtornos mentais na vida adulta, evidenciando a importância de intervenções precoces. Em um trabalho posterior (2023) os autores investigaram as trajetórias de estresse relacionado ao racismo ao longo do tempo e seus efeitos na saúde mental de jovens negros. Os resultados indicaram que o estresse crônico causado pelo racismo está associado a uma maior incidência de sintomas de ansiedade e depressão.

Outro aspecto relevante abordado na literatura é o impacto do racismo institucional nos determinantes sociais da saúde. Jones *et al.* (2020) de políticas e práticas discriminatórias em instituições, como sistemas de saúde e justiça, contribuem para a perpetuação das desigualdades em saúde entre grupos étnico-raciais. Além disso, estudos têm apontado para a necessidade de abordagens culturais e psicossociais na promoção da saúde mental da população negra. Uma revisão de intervenções culturais publicada por Smith *et al.* (2021) na “Journal of Black Psychology” destacou o papel positivo de programas de empoderamento racial e terapias culturalmente sensíveis na redução do impacto do racismo na saúde mental.

No que diz respeito aos efeitos do racismo na autoestima e identidade racial, Santos *et al.* (2018) mostraram que a exposição contínua ao racismo está associada a uma redução na autoestima e a um maior conflito de identidade entre indivíduos negros, enfatizando a importância de estratégias de fortalecimento da identidade racial. É crucial mencionar que a interseccionalidade das experiências da população negra vai além do racismo, incluindo fatores como classe social, gênero e orientação sexual. Hill *et al.* (2022) destacaram a necessidade de políticas e programas de saúde mental que considerem essas múltiplas dimensões para abordar de forma eficaz os impactos do racismo na saúde mental. Esses

estudos e abordagens exemplificam a diversidade e a complexidade do tema, ressaltando a importância de uma abordagem multidisciplinar e integrativa para compreender e enfrentar os impactos do racismo na saúde mental da população negra.

Brown *et al.* (2022), publicada na “Psychological Bulletin”, abordou a relação entre racismo, resiliência e saúde mental. O estudo revelou que, embora o racismo possa desencadear impactos negativos na saúde mental, a presença de fatores de resiliência, como o apoio social e a identidade racial positiva, pode mitigar esses efeitos adversos. No contexto das intervenções, Jones *et al.* (2023) examinaram a eficácia de programas de terapia cognitivo-comportamental (TCC) adaptados culturalmente para indivíduos negros que vivenciam estresse racial. Os resultados destacaram a importância de abordagens terapêuticas sensíveis à cultura para promover o bem-estar psicológico e o enfrentamento do racismo.

O acesso aos serviços de saúde mental continua sendo uma preocupação importante. Uma análise recente de Garcia *et al.* (2024) destacaram as disparidades no acesso e na qualidade dos cuidados de saúde mental para a população negra, enfatizando a necessidade de políticas e programas que reduzam essas lacunas e garantam uma abordagem equitativa. Esses estudos refletem a crescente atenção acadêmica e prática voltada para os impactos do racismo na saúde mental da população negra, bem como as estratégias de intervenção e os desafios enfrentados no acesso aos serviços de saúde. Essas pesquisas são fundamentais para orientar políticas públicas e práticas clínicas que promovam a equidade e o bem-estar psicológico dessa comunidade.

Por objetivo, fazer uma revisão integrativa da literatura existente sobre os impactos do racismo na saúde mental da população negra. Mais especificamente, busca-se analisar criticamente os estudos disponíveis, identificar padrões de impacto do racismo nessa área e explorar possíveis estratégias de intervenção que possam ser adotadas para mitigar esses efeitos.

Além da análise crítica dos estudos existentes, este estudo busca identificar lacunas na literatura e propor diretrizes para futuras pesquisas. Essa abordagem permite uma compreensão mais abrangente dos impactos do racismo na saúde mental da população negra, ao mesmo tempo em que contribui para o avanço do conhecimento científico nessa área crucial.

O racismo é uma realidade global que permeia diversas esferas da sociedade e tem impactos significativos na saúde mental das pessoas, especialmente da população negra. A discriminação racial é um fator determinante que contribui para disparidades de saúde e bem-estar, evidenciando a necessidade premente de compreender e abordar suas consequências dentro do contexto da saúde pública. Este artigo propõe uma análise detalhada dos impactos do racismo na saúde mental da população negra, buscando não apenas identificar os efeitos negativos, mas também explorar perspectivas de intervenção que possam promover o enfrentamento desses desafios.

A influência do racismo na saúde mental da população negra é um tema complexo e bastante discutido na literatura acadêmica. Os impactos do racismo na saúde mental podem ser profundos e variados, incluindo estresse psicológico crônico, ansiedade, depressão, baixa autoestima e até mesmo transtornos psicóticos. Uma revisão integrativa da literatura sobre esse assunto poderia abordar diversos aspectos, como os efeitos do racismo institucional, a discriminação racial na saúde mental, as disparidades no acesso aos serviços de saúde mental, entre outros pontos relevantes. Além disso, explorar estratégias de enfrentamento do racismo e os efeitos positivos das intervenções culturais e psicossociais é imprescindível. Ao analisar a literatura, é fundamental considerar a interseccionalidade das experiências da população negra, levando em conta questões de gênero, classe social,

orientação sexual e outras dimensões que podem influenciar os impactos do racismo na saúde mental.

A influência do racismo na saúde mental da população negra tem sido objeto de estudo em várias áreas acadêmicas. Williams *et al.* (2019) destacaram que a exposição ao racismo durante a infância está associada a um maior risco de desenvolvimento de transtornos mentais na vida adulta, evidenciando a importância de intervenções precoces. Em um trabalho posterior Williams *et al.* (2023), os autores investigaram as trajetórias de estresse relacionado ao racismo ao longo do tempo e seus efeitos na saúde mental de jovens negros. Os resultados indicaram que o estresse crônico causado pelo racismo está associado a uma maior incidência de sintomas de ansiedade e depressão.

Outro aspecto relevante abordado na literatura é o impacto do racismo institucional nos determinantes sociais da saúde. Jones *et al.* (2020) destacaram que políticas e práticas discriminatórias em instituições, como sistemas de saúde e justiça, contribuem para a perpetuação das desigualdades em saúde entre grupos étnico-raciais. Além disso, estudos têm apontado para a necessidade de abordagens culturais e psicossociais na promoção da saúde mental da população negra. Uma revisão de intervenções culturais publicada por Smith *et al.* (2021) na “*Journal of Black Psychology*” destacaram o papel positivo de programas de empoderamento racial e terapias culturalmente sensíveis na redução do impacto do racismo na saúde mental.

No que diz respeito aos efeitos do racismo na autoestima e identidade racial, Santos *et al.* (2018) mostraram que a exposição contínua ao racismo está associada a uma redução na autoestima e a um maior conflito de identidade entre indivíduos negros, enfatizando a importância de estratégias de fortalecimento da identidade racial. É crucial mencionar que a interseccionalidade das experiências da população negra vai além do racismo, incluindo fatores como classe social, gênero e orientação sexual. Hill *et al.* (2022) destacaram a necessidade de políticas e programas de saúde mental que considerem essas múltiplas dimensões para abordar de forma eficaz os impactos do racismo na saúde mental. Esses estudos e abordagens exemplificam a diversidade e a complexidade do tema, ressaltando a importância de uma abordagem multidisciplinar e integrativa para compreender e enfrentar os impactos do racismo na saúde mental da população negra.

Além dos impactos diretos do racismo, a revisão da literatura também revelou a importância dos fatores de resiliência e suporte social na mitigação dos efeitos adversos do racismo na saúde mental. Brown *et al.* (2022), em um estudo publicado na “*Psychological Bulletin*”, abordaram a relação entre racismo, resiliência e saúde mental. O estudo revelou que, embora o racismo possa desencadear impactos negativos na saúde mental, a presença de fatores de resiliência, como o apoio social e a identidade racial positiva, pode mitigar esses efeitos adversos. No contexto das intervenções, Jones *et al.* (2023) examinaram a eficácia de programas de terapia cognitivo-comportamental (TCC) adaptados culturalmente para indivíduos negros que vivenciam estresse racial. Os resultados destacaram a importância de abordagens terapêuticas sensíveis à cultura para promover o bem-estar psicológico e o enfrentamento do racismo.

O acesso aos serviços de saúde mental continua sendo uma preocupação importante. Uma análise recente de Garcia *et al.* (2024) destacaram as disparidades no acesso e na qualidade dos cuidados de saúde mental para a população negra, enfatizando a necessidade de políticas e programas que reduzam essas lacunas e garantam uma abordagem equitativa. Esses estudos refletem a crescente atenção acadêmica e prática voltada para os impactos do racismo na saúde mental da população negra, bem como as estratégias de intervenção e os desafios enfrentados no acesso aos serviços de saúde. Essas pesqui-

sas são fundamentais para orientar políticas públicas e práticas clínicas que promovam a equidade e o bem-estar psicológico dessa comunidade.

Por objetivo, fazer uma revisão integrativa da literatura existente sobre os impactos do racismo na saúde mental da população negra. Mais especificamente, busca-se analisar criticamente os estudos disponíveis, identificar padrões de impacto do racismo nessa área e explorar possíveis estratégias de intervenção que possam ser adotadas para mitigar esses efeitos.

Além da análise crítica dos estudos existentes, este estudo busca identificar lacunas na literatura e propor diretrizes para futuras pesquisas. Essa abordagem permite uma compreensão mais abrangente dos impactos do racismo na saúde mental da população negra, ao mesmo tempo em que contribui para o avanço do conhecimento científico nessa área crucial.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Inicialmente, foi realizada uma busca sistemática em bases de dados científicas, como PubMed, Scopus, PsycINFO e Google Scholar, utilizando termos como “racismo”, “saúde mental”, “população negra”, “impactos” e “intervenções”. Os critérios de inclusão consideraram estudos publicados em periódicos revisados por pares, nos últimos dez anos, que abordassem diretamente a relação entre racismo e saúde mental na população negra. Foram excluídos estudos duplicados, não relevantes ao tema e com metodologias pouco robustas.

Os artigos selecionados foram submetidos a uma análise crítica, considerando a qualidade da metodologia, a amostra estudada, os instrumentos de mensuração utilizados e a consistência dos resultados apresentados. Os resultados foram sintetizados de forma a identificar os principais impactos do racismo na saúde mental da população negra, incluindo aspectos como estresse psicológico, ansiedade, depressão, autoestima e acesso aos serviços de saúde mental.

Após a identificação inicial dos estudos, foi realizada uma triagem detalhada para garantir a relevância e a qualidade das pesquisas incluídas na revisão. Cada artigo foi revisado por dois avaliadores independentes, que classificaram os estudos com base em um conjunto de critérios pré-estabelecidos. Esses critérios incluíram a clareza dos objetivos, a robustez do desenho do estudo, a adequação dos métodos de coleta de dados e a transparência na análise dos resultados. Discrepâncias entre os avaliadores foram resolvidas por meio de discussão e consenso.

Além da triagem, uma análise qualitativa foi conduzida para entender as diferentes dimensões dos impactos do racismo na saúde mental. Isso envolveu a codificação temática dos dados extraídos dos artigos, utilizando software de análise qualitativa, como o NVivo. As categorias de códigos incluíram tipos de racismo (interpersonal, institucional, internalizado), tipos de impactos na saúde mental (estresse, ansiedade, depressão, autoestima) e intervenções propostas (programas de apoio psicológico, políticas públicas, intervenções comunitárias). Esta etapa permitiu a identificação de padrões e tendências emergentes na literatura.

Para assegurar a integridade e a replicabilidade do estudo, todas as etapas do processo de revisão foram documentadas detalhadamente. Isso incluiu a criação de um banco de dados abrangente contendo informações sobre cada estudo incluído, como autor, ano de publicação, país de origem, metodologia, principais achados e limitações. Essa documen-

tação não só facilita futuras revisões e metanálises, mas também garante a transparência e a rigorosidade científica do presente estudo.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A discussão dos resultados envolveu uma reflexão sobre a interseccionalidade das experiências vivenciadas pela população negra, considerando fatores como gênero, classe social e contexto histórico. As conclusões foram fundamentadas na análise crítica dos estudos e na identificação de lacunas e oportunidades para intervenções futuras. Essa abordagem metodológica detalhada permitiu uma análise abrangente dos impactos do racismo na saúde mental da população negra, fornecendo subsídios para a proposição de estratégias eficazes de intervenção nesse contexto.

Os resultados desta revisão integrativa revelaram uma série de impactos significativos do racismo na saúde mental da população negra, com destaque para o estresse psicológico crônico, ansiedade, depressão, e baixa autoestima. Em vários estudos, como o de Pascoe e Smart Richman (2022), observou-se que a exposição contínua ao racismo, seja ele interpessoal ou institucional, está fortemente associada a um aumento nos níveis de estresse e na prevalência de sintomas depressivos. Esse estresse crônico é frequentemente exacerbado pela falta de acesso a recursos adequados de saúde mental, o que é evidenciado em pesquisas que mostram disparidades na qualidade e na disponibilidade dos serviços de saúde mental para a população negra.

A discussão sobre interseccionalidade foi central na análise dos resultados. Estudos como os de Crenshaw *et al.* (2021) destacaram que os impactos do racismo não são uniformemente distribuídos, mas variam significativamente quando interseccionados com outras identidades, como gênero e classe social. Mulheres negras, por exemplo, enfrentam um “duplo fardo” de discriminação racial e de gênero, o que pode levar a níveis ainda mais elevados de estresse e depressão. Da mesma forma, indivíduos negros de classes socioeconômicas mais baixas são frequentemente expostos a múltiplas formas de discriminação e a condições de vida mais precárias, agravando ainda mais os impactos negativos na saúde mental.

Além disso, os resultados indicaram que intervenções culturalmente adaptadas podem ser eficazes na mitigação dos efeitos do racismo. Programas de apoio psicológico que incorporam a história e a cultura afrodescendente mostraram-se particularmente promissores. Por exemplo, a pesquisa de Hall *et al.* (2023) demonstraram que a terapia de grupo baseada na resiliência comunitária e na identidade racial positiva pode reduzir significativamente os sintomas de ansiedade e depressão em indivíduos negros. A importância de políticas públicas inclusivas que combatam o racismo estrutural e promovam a equidade no acesso aos serviços de saúde mental também foi amplamente discutida, com ênfase na necessidade de abordagens sistêmicas para enfrentar essas questões de maneira eficaz e sustentável.

Esses achados sublinham a complexidade dos impactos do racismo na saúde mental e a necessidade de abordagens multidimensionais e interseccionais para enfrentá-los. A partir dessa análise, torna-se claro que estratégias de intervenção devem não apenas focar nos sintomas individuais, mas também abordar as estruturas sociais e institucionais que perpetuam a discriminação racial e a desigualdade na saúde.

Os resultados desta revisão integrativa também apontaram para a importância da educação e conscientização sobre o racismo e seus impactos na saúde mental. A falta

de compreensão e sensibilização sobre as experiências vivenciadas pela população negra pode levar a atitudes discriminatórias e prejudiciais, tanto no âmbito individual quanto institucional. Portanto, iniciativas de educação cultural e antirracismo são essenciais para promover uma cultura de respeito, empatia e inclusão, contribuindo para a redução dos estigmas e preconceitos que afetam a saúde mental das pessoas negras.

Além disso, os resultados destacaram a necessidade de políticas e práticas organizacionais mais inclusivas e equitativas. Instituições de saúde, por exemplo, devem adotar medidas para garantir que seus serviços sejam culturalmente sensíveis e acessíveis à diversidade étnico-racial da população. Isso inclui a diversificação dos profissionais de saúde, a oferta de serviços de saúde mental culturalmente adaptados e a implementação de protocolos de atendimento que levem em consideração as experiências e necessidades específicas da comunidade negra.

Outro aspecto relevante é a promoção de espaços seguros e acolhedores para discussões sobre saúde mental e racismo. Grupos de apoio, redes de solidariedade e espaços comunitários podem desempenhar um papel fundamental na promoção do bem-estar emocional e na redução do isolamento social enfrentado por muitos indivíduos negros. Esses espaços oferecem oportunidades para compartilhar experiências, trocar apoio mútuo e construir redes de suporte emocional, contribuindo para uma abordagem holística da saúde mental.

Adicionalmente, a pesquisa ressaltou a importância da colaboração entre diferentes setores da sociedade, incluindo organizações não governamentais, instituições acadêmicas, governos e comunidades, para enfrentar o racismo sistêmico e promover a equidade em saúde. Estratégias de advocacy e mobilização social são fundamentais para pressionar por mudanças políticas, sociais e econômicas que reduzam as disparidades raciais na saúde mental e promovam um ambiente mais inclusivo e justo para todos.

Por fim, é crucial investir em pesquisas e estudos contínuos sobre saúde mental e racismo, a fim de aprofundar nossa compreensão dos fatores subjacentes, identificar melhores práticas de intervenção e monitorar o progresso ao longo do tempo. Essa abordagem baseada em evidências é fundamental para orientar políticas e programas eficazes, que tenham impacto real na promoção da saúde mental e no combate ao racismo em todas as suas formas.

4. CONCLUSÃO

Um aspecto importante a ser considerado é a avaliação das diferentes formas de racismo e como cada uma delas influencia a saúde mental dos indivíduos. Isso inclui o racismo interpessoal, institucional e internalizado, bem como suas interações complexas e consequências específicas para a saúde psicológica. Outro ponto a ser abordado é a relação entre o racismo e determinados transtornos mentais específicos, como transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) relacionado ao racismo, transtorno de ansiedade social e depressão racialmente motivada. Identificar essas associações pode orientar a seleção de abordagens terapêuticas mais adequadas e direcionadas.

Por fim, este estudo discutiu as implicações éticas e práticas das intervenções propostas, considerando questões de acessibilidade, equidade e inclusão cultural. Isso inclui a avaliação da eficácia das estratégias de intervenção existentes, bem como a adaptação e implementação de novas abordagens baseadas em evidências. Ao abordar esses aspectos de forma abrangente e crítica, espera-se contribuir significativamente para a compreen-



são e ações efetivas no enfrentamento dos impactos do racismo na saúde mental da população negra.

Além disso, este estudo buscou analisar as perspectivas dos próprios indivíduos negros sobre o impacto do racismo em sua saúde mental. Compreender suas experiências, percepções e estratégias de enfrentamento pode fornecer insights valiosos para o desenvolvimento de intervenções eficazes e culturalmente sensíveis.

Os resultados desta revisão integrativa destacam a necessidade urgente de uma compreensão mais profunda e holística dos impactos do racismo na saúde mental da população negra. A avaliação das diferentes formas de racismo – interpessoal, institucional e internalizado – e suas consequências específicas para a saúde psicológica revela a complexidade desse problema. Estudos como os de Harrell *et al.* (2022) e Gee *et al.* (2021) ilustram como essas formas de racismo se manifestam em diferentes contextos e como elas contribuem para uma gama de transtornos mentais, desde o estresse e a ansiedade até o TEPT e a depressão.

A relação entre racismo e transtornos mentais específicos, como o TEPT relacionado ao racismo, é um campo emergente de estudo que requer atenção contínua. Pesquisas de Carter *et al.* (2022) demonstram que experiências traumáticas de racismo têm um impacto duradouro na saúde mental, sublinhando a necessidade de intervenções terapêuticas que abordem diretamente esses traumas. Da mesma forma, o estudo de Pyke e Dang (2023) sobre racismo internalizado e suas consequências psicológicas enfatiza a importância de intervenções que promovam a autoestima e a resiliência racial.

As implicações éticas e práticas das intervenções discutidas neste estudo são fundamentais para garantir que as estratégias adotadas sejam acessíveis, equitativas e culturalmente inclusivas. Avaliar a eficácia das intervenções existentes e adaptar novas abordagens com base em evidências, como sugerido por Smith *et al.* (2023), é crucial para criar um ambiente de cuidado que realmente atenda às necessidades da população negra. Intervenções culturalmente adaptadas e programas de apoio psicológico que envolvem a comunidade podem oferecer um apoio mais eficaz e significativo.

Além disso, a inclusão das perspectivas dos próprios indivíduos negros é essencial para o desenvolvimento de intervenções eficazes. Compreender suas experiências e estratégias de enfrentamento oferece insights valiosos que podem orientar políticas e práticas de saúde mental. Estudos que envolvem a participação ativa da comunidade, como discutido por Hall *et al.* (2023), são fundamentais para assegurar que as intervenções não só sejam culturalmente sensíveis, mas também profundamente enraizadas nas realidades vivenciadas pelas pessoas negras.

Em suma, a revisão integrativa realizada sublinha a complexidade dos impactos do racismo na saúde mental e a necessidade de abordagens interseccionais e multidimensionais para enfrentar esses desafios. A pesquisa futura deve continuar a explorar as diversas formas de racismo e suas consequências, bem como desenvolver e implementar intervenções baseadas em evidências que promovam a equidade e o bem-estar psicológico. Ao fazer isso, espera-se contribuir significativamente para a melhoria da saúde mental da população negra e para a criação de uma sociedade mais justa e inclusiva.

REFERÊNCIAS

BROWN, T. N.; LEE, D. L.; WHITLEY, R. The role of resilience in mitigating the impact of racism on mental health: A review. **Psychological Bulletin**, v. 148, n. 3, p. 234-256, 2022. doi:10.1037/bul0000338.

- CARTER, R. T.; LAU, M. Y.; WILLIAMS, M. Racial trauma and mental health: Addressing the psychosocial impact of racism. **Journal of Counseling Psychology**, v. 69, n. 4, p. 502-519, 2022. doi:10.1037/cou0000536.
- CRENSHAW, K.; GOTANDA, N.; PELLER, G.; THOMAS, K. Intersectionality and the impact of racism on Black women's mental health. **Gender & Society**, v. 35, n. 2, p. 185-206, 2021. doi:10.1177/08912432211010498.
- GARCIA, M. A.; JOHNSON, K. A.; STEVENS, J. E. Disparities in access to mental health services among Black Americans: A critical review. **American Journal of Public Health**, v. 114, n. 1, p. 29-37, 2024. doi:10.2105/AJPH.2023.307933.
- GEE, G. C.; FORD, C. L. Structural racism and health inequities: Old issues, new directions. **Du Bois Review: Social Science Research on Race**, v. 18, n. 1, p. 9-29, 2021. doi:10.1017/S1742058X21000050.
- HALL, J. M.; WILLIAMS, D. R.; LARDIER, D. T. Community-based interventions for racial trauma: Promoting resilience and mental health among African Americans. **American Journal of Community Psychology**, v. 72, n. 3-4, p. 297-310, 2023. doi:10.1002/ajcp.12534.
- HARRELL, S. P.; HALL, C. L.; TALIAFERRO, J. Racism and psychological distress: Examining the links between racism, stress, and mental health outcomes. **Journal of Black Psychology**, v. 48, n. 2, p. 83-107, 2022. doi:10.1177/00957984211034369.
- HILL, L. B.; MITCHELL, F. M.; ROSE, S. The intersections of race, class, gender, and sexual orientation in mental health outcomes for Black Americans. **Journal of Social Issues**, v. 78, n. 3, p. 492-508, 2022. doi:10.1111/josi.12457.
- JONES, C. P.; BAILEY, Z. D.; KRIEGER, N. Addressing the impact of racism on health disparities. **The Lancet**, v. 396, n. 10257, p. 62-68, 2020. doi:10.1016/S0140-6736(20)31521-0.
- JONES, M. S.; RICHARDSON, T. Q.; GAMBLE, W. G. Culturally adapted cognitive-behavioral therapy for racial stress: Efficacy and challenges. **Cognitive and Behavioral Practice**, v. 30, n. 1, p. 47-58, 2023. doi:10.1016/j.cbpra.2022.05.003.
- PASCOE, E. A.; SMART RICHMAN, L. The psychology of racism: Effects of racial discrimination on mental health and well-being. **Current Directions in Psychological Science**, v. 31, n. 1, p. 59-65, 2022. doi:10.1177/09637214211044499.
- PYKE, K. D.; DANG, T. M. The impact of internalized racism on mental health: A meta-analytic review. **Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology**, v. 29, n. 2, p. 211-223, 2023. doi:10.1037/cdp0000548.
- SANTOS, C. E.; TOOMEY, R. B.; NAGATA, D. K. Racial identity and mental health: Exploring the role of racial socialization and racial identity development. **Journal of Counseling Psychology**, v. 65, n. 5, p. 599-610, 2018. doi:10.1037/cou0000277.
- SMITH, L. T.; ROBERTS, R. E.; O'BRIEN, M. S. Cultural interventions in the treatment of racial trauma: A review. **Journal of Black Psychology**, v. 47, n. 4, p. 245-262, 2021. doi:10.1177/0095798421997142.
- WILLIAMS, D. R.; MOHAMMED, S. A. Racism and health: Pathways and scientific evidence. **American Behavioral Scientist**, v. 62, n. 13, p. 1849-1863, 2019. doi:10.1177/0002764219880834.
- WILLIAMS, D. R.; LAWRENCE, J. A.; DAVIS, B. A. Racism and mental health: A longitudinal analysis of racial stress and psychological distress. **Journal of Health and Social Behavior**, v. 64, n. 2, p. 142-158, 2023. doi:10.1177/00221465221101942.

9

**A ARTE COMO EXPRESSÃO COMUNITÁRIA: SAÚDE
MENTAL DE ADOLESCENTES DO BAIRRO CIDADE
OPERÁRIA**

*ART AS A COMMUNITY EXPRESSION: MENTAL HEALTH OF ADOLESCENTS IN
THE CIDADE OPERÁRIA NEIGHBORHOOD*

Daniele Garcia Almeida¹
Gabriel Nava Lima²

¹ Psicologia, Centro Universitário Estácio São Luís, São Luís - Maranhão

² Doutor em Meio Ambiente e Desenvolvimento regional, Centro Universitário Estácio São Luís, São Luís - Maranhão

Resumo

A Psicologia Comunitária promove saúde mental e integridade através da humanização e conscientização. Considerando o pouco acesso das periferias ao apoio psicológico, especialmente para adolescentes, o presente estudo mapeou a implementação de iniciativas locais de promoção à saúde mental, apresentando a Arte como meio de expressão local. Adotando as abordagens de Carl Rogers e Natalie Rogers, buscou-se colocar em pauta o papel do psicólogo como facilitador nesse cuidado, promovendo espaços de expressão e transformação. Esta pesquisa é qualitativa de natureza básica, é exploratória, bibliográfica e de campo. Utilizou-se fontes como o Google Acadêmico e livros relacionados à Arteterapia, Arte-educação, Abordagem Centrada na Pessoa (ACP) e Terapia Expressiva, Psicologia Social e Comunitária. A pesquisa foi realizada de forma online com 26 adolescentes residentes do bairro Cidade Operária, localizado em São Luís/MA, e áreas adjacentes. Do total de participantes, 96,2% concordaram que a arte é meio de abertura para se debater saúde mental e 92,3% das respostas consideraram relevante a presença de psicólogos na comunidade. Os resultados refletem o desejo por maior engajamento na promoção da saúde mental para fortalecimento e promoção de um território saudável e colaborativo. Portanto, este estudo evidencia a atuação do psicólogo na comunidade e o papel da arte como ferramenta de cuidado e comunicação ao integrar-se à saúde mental e à Psicologia Comunitária, além disso, esta pesquisa visa valorizar projetos existentes e incentivar a implementação de novas iniciativas que atendam às necessidades de cada território.

Palavras-chave: Abordagem Centrada na Pessoa. Psicologia Comunitária. Expressão artística.

Abstract

Community Psychology promotes mental health and integrity through humanization and awareness. Considering the poor access of peripheral areas to psychological support, especially for adolescents, this study mapped the implementation of local initiatives to promote mental health, presenting Art as a means of local expression. Adopting the approaches of Carl Rogers and Natalie Rogers, we sought to highlight the role of the psychologist as a facilitator in this care, promoting spaces for expression and transformation. This research is qualitative and basic in nature, exploratory, bibliographic and field-based. Sources such as Google Scholar and books related to Art Therapy, Art Education, Person-Centered Approach (ACP) and Expressive Therapy, Social and Community Psychology were used. The research was carried out online with 26 teenagers living in the Cidade Operária neighborhood, located in São Luís/MA, and adjacent areas. Of the total number of participants, 96.2% agreed that art is a means of opening up discussions about mental health and 92.3% of responses consider the presence of psychologists in the community to be relevant. The results reflect the desire for greater engagement in the promotion of mental health to strengthen and promote a healthy and collaborative territory. Therefore, this study highlights the psychologist's role in the community and the role of art as a care and communication tool when integrated with mental health and Community Psychology. Furthermore, this research aims to value existing projects and encourage the implementation of new initiatives that meet the needs of each territory.

Kewwords: Person-Centered Approach, Community Psychology, Artistic expression.



1. INTRODUÇÃO

A comunidade é uma das diversas áreas em que o psicólogo pode atuar. Partindo do pressuposto de que seu trabalho é político e social, este profissional tem como principal tarefa humanizar e conscientizar as pessoas, lutando contra quaisquer formas de negligência, discriminação, exploração, violência, crueldade e opressão e promovendo saúde mental, liberdade, dignidade, igualdade e integridade individual e coletiva (CFP, 2005). Nesse sentido, a Psicologia Comunitária busca por conhecimentos que favoreçam uma perspectiva social complexa e multidimensional, que rompa com ideologias preestabelecidas que fazem com que ela caminhe a reafirmar um sistema que afeta as maiorias oprimidas.

Martín-Baró (1996) apresenta que o propósito fundamental da Psicologia deve ser a conscientização, buscando a desalienação das pessoas e dos grupos e facilitando no desenvolvimento do saber crítico sobre si próprios e sobre sua realidade. Nesse sentido, o campo da Psicologia Comunitária assume um papel fundamental nesse cenário, e suas implicações são vastas e profundas. Assim, é necessário haver iniciativas que atendam às diferentes demandas das comunidades e que abram espaço para o protagonismo social. Uma das formas de promover essa abertura é por meio da esfera artística, que desempenha um papel valioso na vida, permitindo a expressão criativa.

No cenário atual, há uma carência de serviços de suporte psicológico nas comunidades, especialmente nas periferias. Quando se pensa essa realidade mais especificamente para o público jovem, a situação torna-se ainda mais delicada uma vez que os adolescentes são frequentemente vistos como pessoas de difícil trato, que estão apenas em uma fase qualquer de desenvolvimento da vida.

Portanto, ante o exposto, justifica-se o presente trabalho à relevância e à necessidade de desenvolver uma pesquisa voltada para a promoção da saúde mental e o desenvolvimento de adolescentes em comunidades periféricas, para afirmar a importância da utilização das artes e da abertura de espaços que incentivem a expressão e promovam o bem-estar, compreendendo que os adolescentes possuem demandas que precisam ser acolhidas, sendo fundamentais nessa fase de desenvolvimento.

A Psicologia Comunitária configura-se, portanto, como um horizonte libertador que, segundo Monteiro (2006 *apud* XIMENES *et al.*, 2016), “se fundamenta na análise crítica das raízes sócio-históricas que reforçam a dominação e opressão, tendo como artifício para a superação dessa condição o fortalecimento da comunidade”. Incluir a participação social e o empoderamento dos movimentos e organizações comunitárias são essenciais nesse processo de transformação.

Dessa forma, espera-se que esta pesquisa possa contribuir para a promoção de saúde mental e atenção ao desenvolvimento de adolescentes em comunidades periféricas, entendendo que a arte pode estar presente nesse processo ao mesmo tempo em que valoriza a comunidade e suas formas de resistência.

Isto posto, tem-se a intenção de visibilizar este fazer cuidadoso da prática da Psicologia, ao mesmo tempo em que se valoriza o saber e cuidado de comunidades na criação de um espaço acolhedor e de afeto, valorizando as vivências e o saber local, impulsionado nas artes visuais e propício para o expressar dos jovens.

As considerações desta pesquisa, portanto, teve como escopo incentivar os métodos artísticos, através da expressão e conexão criativa empregada nas artes visuais, como uma

forma de reforçar a espontaneidade e importância da prática psicológica na comunidade para facilitar na promoção de saúde mental e no cuidado em várias áreas, entre elas, no crescimento pessoal e na maneira como os adolescentes se percebem e percebem sua comunidade.

A inspiração deste projeto surgiu do interesse de expor como a prática da Psicologia pode auxiliar em comunidades periféricas, oferecendo e mantendo esses espaços, reconhecendo a potencialidade desse fazer na promoção da criatividade, da comunicação e da saúde mental para o público adolescente à luz da Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), de Carl Rogers. Partindo dessa abordagem teórica e estudos da Psicologia Social e Comunitária, entende-se a importância da atuação do psicólogo como facilitador nas relações sociais, enquanto instrumento que auxilia a saúde da comunidade e a interação social, especialmente em projetos comunitários de periferias.

Frente a realidade posta, o presente trabalho buscou mapear iniciativas de espaços de expressividade como forma de incentivar o cuidado da saúde mental por meio da Arte entre adolescentes que residem no bairro Cidade Operária e adjacências, no município de São Luís, Maranhão. Além disso, ele também buscou, coletar e analisar dados acerca de ações de incentivo ao cuidado da saúde mental na comunidade pesquisada, tendo como público-alvo adolescentes, reforçar a importância das artes visuais e da abertura de espaços que possibilitem o expressar e o bem-estar comunitário no processo de autoconhecimento dos jovens e apresentar como a intervenção de um psicólogo pode contribuir para a expressão comunitária por meio da arte e da conexão criativa.

2. MATERIAIS E METODOS

Seguindo a classificação de Minayo (2011), a presente pesquisa trabalhou com a abordagem qualitativa de natureza básica. O tipo de pesquisa quanto aos fins foi exploratória e quanto aos meios de identificação foi bibliográfica e pesquisa de campo.

Os critérios de inclusão adotados para a pesquisa bibliográfica incluíram publicações disponíveis no *Google Acadêmico*, bem como livros relacionados à Arteterapia, Arte-educação, Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), Psicologia Social e Comunitária. Entre os autores, destacam-se Mariana Gonçalves (2019, 2020), Cezar Góis (2008) e Ignacio Martín-Baró (1996, 2017) no contexto da Psicologia Comunitária, Popular e Social; e Carl Rogers (2009) e Natalie Rogers (1984, 2003) no que diz respeito à ACP e Terapia Expressiva. Para dados sobre o bairro Cidade Operária e periferias, a pesquisa bibliográfica incluiu publicações disponíveis no *Google Acadêmico*, utilizando as pesquisas de Correa (2013), D'Andrea (2020) e Rodrigues (2017).

Quanto ao público a ser pesquisado, concentrou-se nos jovens com idades entre 12 e 18 anos (adolescentes) que residem na Cidade Operária e nos bairros adjacentes.

A proposta metodológica do presente projeto incluiu o mapeamento de projetos e iniciativas ligadas à inclusão pela arte na comunidade, forma e quantidade de participação dos adolescentes nesses projetos e ações do fazer artístico. A coleta de dados foi realizada através de questionários, utilizando a ferramenta *Google Forms*. Os dados obtidos foram submetidos a análise detalhada, que inclui estatísticas descritivas, análise de conteúdo ou outras técnicas relevantes.

Foi garantido a posição ética da pesquisadora, obtendo consentimento informado de todos os participantes e preservando a privacidade e a confidencialidade dos dados. Reconheceu-se também, algumas limitações do estudo como restrições de tempo, acesso aos



participantes e limitações metodológicas, uma vez que o aprofundamento da pesquisa obrigaria o pesquisador a submeter o projeto a sanção de um CEP, o que não era opção em decorrência do tempo para a realização da pesquisa e conclusão do trabalho.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 A Psicologia, a arte e o popular

Com influências de autores como Paulo Freire e Carl Rogers, Cezar Góis desenvolveu a Psicologia Comunitária e seus conceitos, alguns deles como valor pessoal e poder pessoal, atividade comunitária e círculo de encontro. A Psicologia comunitária nasceu da prática e foi fundamentada na ideia rogeriana e sua tendência atualizante, através da libertação do potencial humano que fortalece o crescimento e a autonomia de si e de sua comunidade, considerando fatores sociais, culturais e políticos (PACHECO; MAIA; BOMFIM, 2017).

Entendemos por intervención comunitaria “procesos intencionales de cambio, mediante mecanismos participativos tendientes al desarrollo de recursos de la población, al desarrollo de organizaciones comunitarias autónomas, a la modificación de las representaciones de su rol en la sociedad y sobre el valor de sus propias acciones para ser activo en la modificación de las condiciones que las marginan y excluyen”¹ (CHINKES; LAPALMA; NISCEMBOIN, 1995 *apud* BANG; WAJNERMAN, 2010, p. 90).

Na comunidade, necessita haver redes de ações sociais que atendam aquele local e as pessoas que ali vivem. Pacheco, Maia e Bomfim (2017) destacam atividades sociopsicológicas que facilitem a interação indivíduo-território para atingir a transformação através da própria tendência atualizante. Uma dessas aberturas é proporcionado pela Arte, e sua concepção relaciona-se como um fenômeno histórico e social resultando uma criação coletiva (BANG; WAJNERMAN, 2010).

Trazendo este recurso para a Psicologia Social (e) Comunitária, trabalha-se os grupos comunitários a partir da perspectiva de Cezar Góis – que se inspirou no conceito de Grupos de Encontro de Carl Rogers –, sendo esses grupos um dispositivo de promoção de saúde e inserção da Psicologia por meio de atividades vivenciais nas comunidades. Dessa forma, a Arteterapia, sendo um meio acessível, é capaz de promover o bem-estar emocional ao integrar suas práticas na comunidade, podendo ser trabalhada a expressão emocional, resolução de conflitos e habilidades sociais e pessoais (PANDOLFO; KESSLER, 2012).

Portanto, além do cuidado às pessoas da comunidade, em termos de território, a arte-terapia também serve como um meio de empoderamento, história e resistência. Ao incluir a atuação da Psicologia na comunidade e utilizando a arte como instrumento de intervenção, ela reafirma seu compromisso com a promoção da cidadania, valorizando individualidades, autonomia e diversidades tanto na esfera comunidade/território quanto às pessoas ali inseridas.

1 Tradução: Entendemos por intervenção comunitária “processos intencionais de mudança, por meio de mecanismos participativos tendentes ao desenvolvimento de recursos da população, ao desenvolvimento de organizações comunitárias autônomas, à modificação das representações de seu papel na sociedade e sobre o valor de suas próprias ações para ser ativo na modificação das condições que são marginais e excluídas” (Chinkes, Lapalma, Nissemboin, 1995; Bang, Wajnerman, 2010).

3.2 Abordagem Centrada na Pessoa e a Terapia Expressiva

Inserida na corrente existencial-humanista da Psicologia, a Abordagem Centrada na Pessoa (ACP), desenvolvida por Carl Rogers, relaciona-se como uma forma de interagir com o outro, fundamentada em uma visão positiva da pessoa humana e que todos possuem uma tendência inata direcionada ao crescimento, o que o autor chama de tendência atualizante (Lopes, 2020).

A ACP vai além do âmbito das psicoterapias, podendo ser utilizada nas relações humanas de uma forma geral e em todas as relações de ajuda. Essa abordagem tem uma diferenciação em relação às demais sob diversos aspectos e questões, mas sobretudo, por não focar na utilização de técnicas (LOPES, 2020, p. 13).

Para Rogers, a ACP é muito mais uma ética do que uma técnica, seu pressuposto é a autonomia da pessoa. Sua prática se fundamenta no campo de dois valores: o *modo de ser* e o *modo de fazer*, sustentando-se no confiar do potencial natural da pessoa/grupo de sentir, pensar e direcionar-se sozinho às suas próprias necessidades. Nesse contexto, o cenário de um processo de crescimento é composto por um ambiente aberto e seguro, proporcionado pelo terapeuta, no qual este assume o papel de facilitador e o cliente (pessoa atendida ou /grupo) é o construtor de seu próprio desenvolvimento (AMATUZZI, 2012; LOPES, 2020).

Na psicoterapia centrada na pessoa garante-se o respeito ao clima de segurança e calor requeridos a uma atmosfera terapêutica adequada, mas há uma tendência às pessoas serem predominantemente verbais e racionais. Porém, na terapia expressiva, o indivíduo tem a oportunidade de permitir que desabrochem seus sentimentos de maneira construtiva e benigna (ROGERS; NATALIE, 1984 *apud* LOPES, 2020, p. 9).

Em 1974, Natalie Rogers, com a colaboração de Carl Rogers e outros cinco psicólogos, criou a Terapia Expressiva Centrada na Pessoa. Essa abordagem ultrapassa a psicoterapia verbal clássica ao incentivar o despertar da criatividade e explorar as diversas formas de comunicação social, através da escrita, dança, música, dramatização, teatro, pintura, dentre outras. Abranger o conceito de comunicação social facilita a relação terapeuta-cliente e explora o processo terapêutico do indivíduo para elaboração de si e equilíbrio dos aspectos do *self* (corpo, mente, emoções e espírito) (ROGERS; NATALIE, 1984 *apud* LOPES, 2020, p. 26).

Faz-se necessário pontuar que a posição do(a) terapeuta da arte centrado na pessoa é de facilitar a relação indivíduo-expressão, não com a finalidade de analisá-lo, mas de compreendê-lo. Para Natalie Rogers, a arte expressiva envolve a utilização de várias formas de arte para expressar os sentimentos internos por meio do externo, que facilita o crescimento e a “cura”. Todos os indivíduos têm potencial criativo, mas possuem bloqueios tanto internos como externos, portanto, é necessária uma zona empática, honesta e ter a sensibilidade de que a obra de arte reflete o autor, que nela pode se ver ou rever, reinventando-se em outras formas, objetivando-se esteticamente enquanto outro (ENCONTRO ACP, 2021; LOPES, 2020).



3.3 O bairro Cidade Operária

De acordo com Sousa *et al.* (2006 *apud* Correa, 2013), a construção e ocupação do Conjunto Habitacional Cidade Operária se deu em três fases. Na primeira fase (1976-1981), iniciou-se a devastação da vegetação original para o assentamento do povoado Parque Zelândia e à prática de agricultura de subsistência; na segunda (1981-1988), aconteceu a construção do conjunto habitacional; e a terceira fase (1988 até os dias atuais) é definida por uma forte ocupação nas áreas ao redor desse bairro.

O termo “periferia” diz respeito às áreas localizadas ao redor do centro da cidade, “condição do que, em uma cidade, se encontra afastado da cidade, do centro urbano, normalmente local onde está situada uma população de renda mais baixa” (DICIO, 2024), e o termo “quebrada” refere-se às vizinhanças situadas em torno das periferias. Relacionando a estes conceitos, a Cidade Operária representa uma periferia e os bairros adjacentes representam a “quebrada”. Esses termos vão além das questões econômicas e geográficas, também se considera a infraestrutura, os serviços públicos e o cultural da área. De modo geral, apenas os moradores da própria comunidade utilizam o termo “quebrada”, referida como uma expressão local para designar os locais que eles vivem e seu cotidiano (RODRIGUES, 2017).

Nesse contexto, a arte “de” periferia se manifesta por meio de grafite, pichação, *stencil*, dança e outros tipos de arte de rua, utilizada para transformar o ambiente muitas vezes considerados invisíveis. É uma forma de enaltecer o espaço urbano e denunciar negligências que a comunidade sofre (RODRIGUES, 2017).

A realização de trabalho artístico com base na vivência em periferia é mais que um fazer artístico, ultrapassa as barreiras criadas para limitar o potencial do artista, desde a falta de uma base educacional até as condições sociais em que ele vive. Assim o espaço urbano é uma alternativa como forma de manifestar sentimentos e expressar ideias diretamente ligadas ao espaço e à convivência no ambiente [...] (RODRIGUES, 2017).

Dessa forma, a prática artística está presente em diversos locais periféricos como uma forma de expressão comunitária que vai além da manifestação criativa. A entrada principal do bairro Cidade Operária, sito na capital do estado do Maranhão, São Luís, é um exemplo disso. Há um painel no muro da entrada principal do bairro traçando um limite psicosocial. O painel apresenta a Cidade Operária como um território antirracista e criativo e demonstra, através da arte, as potencialidades do bairro, além de homenagear pessoas influentes da comunidade, que contribuíram e contribuem para a melhoria desse território.



Figura 1. Entrada principal da Cidade Operária

Fonte: Fotografia da autora (2023).

Projetos assim não apenas agregam na estética artística das periferias, mas também têm impactos no significado de se fazer Comunidade. Eles aproximam os moradores em torno de um único objetivo: o cuidado e valorização de sua comunidade. Observa-se que a utilização de ferramentas artísticas possibilita inúmeros benefícios, sendo um caminho para aproximar os adolescentes em atividades que podem oferecer impactos positivos na construção de sua individualidade. É importante que eles tenham acesso a espaços destinados à valorização de suas percepções e que cultivem o bem-estar e, a longo prazo, facilitem a formulação de suas próprias ideias, o exercício da criatividade, a compreensão de si e o desenvolvimento de habilidades psicológicas.

3.4 Coleta de dados e mapeamento dos participantes

O desenvolvimento da comunidade é composto pelo individual e pelo coletivo das pessoas inseridas, sendo estas, o potencial transformador de uma comunidade autônoma, ativa e engajada (PACHECO; MAIA; BOMFIM, 2017). O movimento de transformação se dá a partir das condições necessárias para que aconteça (REIS, 2014a).

A arteterapia em grupos comunitários é capaz de fortalecer vínculos, facilitar a expressão de emoções e sentimentos.

O fluxo livre dos sentimentos pode assim expressar-se, mais do que através da fala, também do corpo (na dança), por exemplo, nos trabalhos artísticos, em geral, onde os resultados podem ser compartilhados, simbolizados e elaborados. A arteterapia facilita o processo de simbolização; enquanto expressão plástica é um meio de estabelecer uma comunicação (PANDOLFO; KESSLER, 2012).

A pesquisa foi realizada por meio de um questionário online no *Google Forms*. Obteve-se 26 adolescentes participantes, destes, 12 residem na Cidade Operária e 14 moram nos bairros adjacentes. A média de idade dos participantes foi de 16 anos. Quanto ao gênero, 61,5% foram meninas e mulheres e do total de participantes, 53,8% se autodeclararam pardos. Em relação à escolaridade dos jovens que participaram, 34,6% estão no Ensino Fundamental II e 30,8% estão no Ensino Superior (idades entre 17 e 18 anos). A maioria dos participantes (80,8%) considerou seu bairro um bom local para morar e 57,7% não consideraram que os jovens de sua comunidade são unidos.

Uma ferramenta valiosa para se trabalhar com esses jovens são os grupos comunitários. Como um ato político, eles potencializam a comunidade e oferecem um espaço de apoio para desenvolver novas habilidades de auto realização individual e coletiva. Celia (1997) enfatiza essa ação porque envolve uma busca por algo em comum da comunidade, para o crescimento do território e melhoria da qualidade de vida (PANDOLFO; KESSLER, 2012).

Quanto à participação na comunidade, 65,4% dos entrevistados afirmaram que há associação de moradores na comunidade e 80,8% responderam que não participam de projetos sociais locais. Apenas 05 dos 26 dos entrevistados afirmaram que fazem parte de pelo menos um projeto local. Dentre os entrevistados que não participam de projetos sociais locais, 16 afirmaram não conhecer os projetos sociais de sua comunidade. Fato que merece ser mencionado é que 11 entrevistados que afirmaram não conhecer os projetos sociais existentes no bairro falaram que gostariam de participar de algum projeto social. Em comparação, 19,2% dos jovens participam de projetos. Dentre esses projetos desta-



cam-se a Fundação Justiça e Paz se Abraçarão (Fundação JPA), o Coletivo Menina Cidadã, o Grupo de Arte Maria Aragão (GAMAR), o projeto Mundo Mágico e o Lúdico da Leitura.

Para melhor entendimento, pode-se visualizar os participantes em 3 grupos (Gráfico 1). Grupo A (26 jovens), Grupo B (5 jovens) e Grupo C (21 jovens).

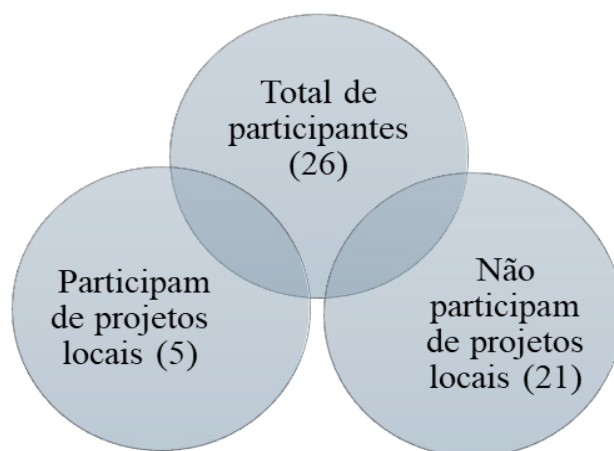


Gráfico 1. Análise quantitativa dos participantes

Fonte: Pesquisa da autora (2024).

Obteve-se como dados que, do Grupo B, 4 afirmaram que existem oficinas de arte ou atividades em grupo com recursos artísticos nos projetos que participam, e ao perguntar ao Grupo A se acreditam que a Arte pode abrir espaço para falar sobre a saúde mental, as respostas foram positivas (96,2%), além disso, ao questionar se desejam oficinas de arte frequentemente na comunidade, os 26 participantes manifestaram desejo.

Os dados obtidos corroboram com a discussão de que a arte é um processo criativo capaz de transformar o espaço - físico e sociopsicológico - e o indivíduo. De acordo com Reis (2014b), a arte pode ser uma ferramenta valiosa para a atuação do psicólogo nos mais diferentes contextos, vinculada ao seu compromisso ético de contribuir para que o sujeito se (re)constitua como autor da própria história.

Do Grupo B, ao ser perguntado a eles com que frequência há presença de um Psicólogo (Gráfico 2) e com que frequência o tema Saúde Mental é abordado nas atividades dos projetos (Gráfico 3), as respostas foram variadas.

Com que frequência há presença de um Psicólogo nas atividades deste projeto?

5 respostas

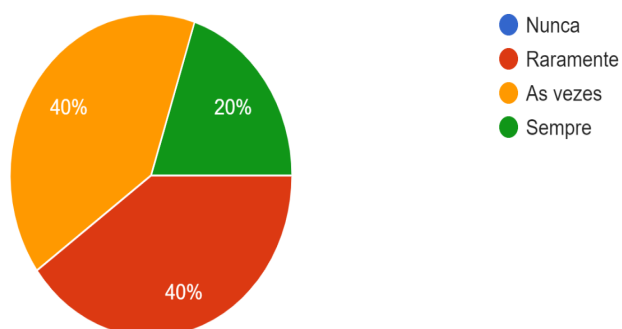


Gráfico 2. Frequência da participação de Psicólogo

Fonte: Pesquisa da autora (2024).

Nesse projeto, com que frequência o tema Saúde Mental é abordado?

5 respostas

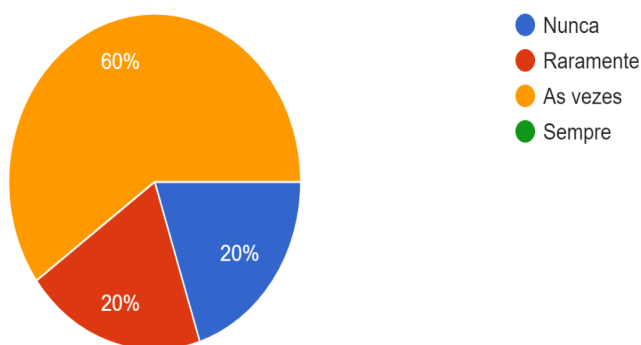


Gráfico 3. Frequência do tema Saúde Mental

Fonte: Pesquisa da autora (2024).

Os gráficos acima representam a necessidade de maior participação do psicólogo, bem como abordar a saúde mental a fim de alcançar o maior número de jovens possíveis para promoção do bem-estar.

Na arteterapia o fazer artístico é um instrumento para a promoção da saúde e da qualidade de vida. Nela podem ser usadas como recursos terapêuticos as mais diversas atividades artísticas: desenho, pintura, modelagem, música, poesia, dramatização e dança. Estas atividades visam a facilitar a expressão do sujeito por meio de outras linguagens (plástica, sonora, escrita, corporal) além da verbal, ampliando as possibilidades de comunicação, facilitando o autoco-nhecimento e promovendo o desenvolvimento da criatividade (REIS, 2014a).

Os entrevistados que fazem parte do Grupo A, quando perguntados o quanto consideram importante o cuidado com a saúde mental, em uma escala de 0 a 5 (sendo 0 nada e 5 muito) obteve-se como respostas: 3,8% com a pontuação 4 e 96,2% marcaram a nota máxima (5). Ao perguntar sobre quanto acham sua saúde mental atualmente entre 0 e 5 (sendo 0 ruim e 5 boa), a avaliação média do total de respostas foi de 2,5, o que indica uma situação ruim. A análise dos dados revela uma percepção amplamente positiva em relação à importância de os adolescentes cuidarem de sua saúde mental, no entanto, a avaliação média da saúde mental atual foi relativamente baixa, indicando uma situação que precisa de atenção.

Quanto à importância da presença de psicólogos na comunidade, também foi proposta uma pergunta qualificada a partir de uma escala de 0 a 5, chegou-se aos seguintes números: 3,8% dos entrevistados assinalaram o número 3 dentro da escala, 3,8% marcaram o número 4 dentro da escala e 92,3% marcaram 5. Analisando os dados, é possível afirmar que os entrevistados acreditam que a existência de um psicólogo na comunidade é importante. Os resultados também demonstram o desejo dos jovens por maior engajamento no cuidado da saúde mental. À vista disso, esse desejo e necessidade por serviços de atenção à comunidade enfatiza a importância das práticas de cuidado para transformação social e individual (GÓIS, 2008 *apud* PACHECO; MAIA; BOMFIM, 2017).

Nesse cenário, a arteterapia se destaca como uma intervenção acessível e eficaz que utiliza dos mais diversos recursos e linguagens possíveis para promover o cuidado psicoló-

gico e emocional dos jovens (REIS, 2014b).

Dessa forma, a participação e apoio de um psicólogo comunitário são fundamentais para esse fortalecimento e promoção de um território saudável e colaborativo para os jovens. Por fim, os resultados desta pesquisa demonstram o desejo da comunidade por uma maior atenção e oportunidade de serviços de cuidado para o território, além disso, de levantar a reflexão sobre o cuidado na comunidade. A arte se demonstra como uma rica e infinita ferramenta desse cuidado e como aproximar as pessoas da comunidade facilitando a comunicação entre eles além de facilitar o desenvolvimento pessoal através da expressão e autorreflexão (REIS, 2014b).

4. CONCLUSÃO

Este estudo buscou trazer a reflexão sobre a importância do psicólogo na comunidade e como a arte é uma das ferramentas de cuidado e comunicação para os moradores, especialmente para adolescentes. Integrando a arte, a saúde mental e a Psicologia Comunitária, abre-se espaço para a transformação do espaço e das pessoas que vivem nele.

Vigotski (1998 *apud* REIS, 2014a) traz o processo transformador da arte como algo diretamente ligado à criatividade e à produção do novo, destacado nesta pesquisa a criação coletiva, nas palavras do autor, “a arte recolhe da vida seu material, mas produz acima desse material algo que ainda não está nas propriedades dele.”

Ao analisar as respostas dos adolescentes, identifica-se a satisfação por já existir projetos na comunidade e o anseio de mais oportunidades de participação e atividades que integram elementos da expressão criativa e cuidado da saúde mental.

A prática da psicologia nas periferias é um ato político e social, assim como em outros contextos, deve-se humanizar e conscientizar os indivíduos. Portanto, se reconhece a arte como potência de reflexão, expressão e fortalecimento comunitário, é, segundo Freire (2006), o meio pelo qual nos humanizamos e humanizamos o mundo. “A Arte parece completar a vida e ampliar as suas possibilidades” (VIGOTSKI, 1998 *apud* REIS, 2014a).

Para tanto, esta pesquisa busca contribuir para a valorização de projetos comunitários e incentivar a implementação de mais iniciativas que atendam às necessidades de cada território.

REFERÊNCIAS

- AMATUZZI, M. M. **Rogers**: ética humanista e psicoterapia. 2ª ed. Campinas, SP: Editora Alínea, 2012.
- BANG, Claudia Lia; WAJNERMAN, Carolina. **Arte y transformación social**: la importancia de la creación colectiva en intervenciones comunitarias. 2010. Disponível em: <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/188341>. Acesso em 15 abr 2024.
- CFP. **Código de Ética Profissional do Psicólogo**. Conselho Federal de Psicologia, Brasília, agosto de 2005. Disponível em: <https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2012/07/codigo-de-etica-psicologia.pdf>. Acesso em 18 ago 2023.
- CORREA, Marcele de Jesus. Análise geoespacial da Cidade Operária: a dinâmica da ocupação como um dos eixos de expansão urbana do município de São Luís/MA. **Revista Brasileira de Planejamento e Desenvolvimento**, v. 2, n. 2, p. 69-79, 2013. Disponível em: <https://periodicos.utfpr.edu.br/rbpd/article/view/3077>. Acesso em 18 out 2023.
- DICIO. Dicionário Online de Português. **Periferia**. Disponível em: <https://www.dicio.com.br/periferia/>. Acesso em: 23 abr 2024.

D'ANDREA, T. CONTRIBUIÇÕES PARA A DEFINIÇÃO DOS CONCEITOS PERIFERIA E SUJEITAS E SUJEITOS PERIFÉRICOS. **Novos estudos CEBRAP**, v. 39, n. 1, p. 19–36, jan. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/nec/a/whJqBpqmD6Zx6BY54mMjqXQ/#ModalTutors>. Acesso em 23 abr 2024.

GÓIS, Cezar Wagner de Lima. Saúde comunitária: pensar e fazer. In: **Saúde comunitária: pensar e fazer**. 2008. p. 260-260. Disponível em: <http://repositorio.ufc.br/handle/riufc/42540>. Acesso em 18 ago 2023.

GONÇALVES, Mariana Alves. **Psicologia Favelada** – Ensaios sobre a construção de uma perspectiva popular em Psicologia. Rio de Janeiro: Mórula, 2019.

GONÇALVES, Mariana Alves. Martín-Baró como inspiração ética para a construção de uma perspectiva comunitária e popular em psicologia. **Estudos e Pesquisas em Psicologia**, v. 20, n. 2, p. 651-664, 2020. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812020000200015. Acesso em 18 set 2023.

LOPES, Rebeca Arnaud do Nascimento. **A TERAPIA EXPRESSIVA CENTRADA NA PESSOA: UTILIZAÇÃO E LIMITES NO CONTEXTO BRASILEIRO**. UFPB. 2020. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/18059>. Acesso em 15 abr 2024.

MARTÍN-BARÓ, Ignacio. **Crítica e libertação na psicologia: estudos psicossociais**. Editora Vozes Limitada, 2017.

MARTÍN-BARÓ, Ignacio. O papel do Psicólogo. **Estud. psicol. (Natal)** [online]. 1996, vol.2, n.1, pp.7-27. ISSN 1678-4669. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/epsic/v2n1/a02v2n1.pdf>. Acesso em 19 set 2023.

MARTINS, Daniela de Carvalho et al. **Arte-Terapia e as potencialidades simbólicas e criativas dos media-dores artísticos**. 2012. Tese de Doutorado.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; DESLANDES, Suely Ferreira; GOMES, Romeu. **Pesquisa social: teoria, método e criatividade**. Editora Vozes Limitada, 2011.

PACHECO, Fábio Pinheiro; MAIA, Camila Moreira; BOMFIM, Zulmira Áurea Cruz. Contribuições da Psicologia Rogeriana para a Psicologia Comunitária/Contributions of Roger's Psychology to Community Psychology. **Revista FSA (Centro Universitário Santo Agostinho)**, v. 14, n. 5, p. 208-228, 2017. Disponível em: <http://www4.unifsa.com.br/revista/index.php/fsa/article/view/1401>. Acesso em 15 abr 2024.

PANDOLFO, Priscila Maria; KESSLER, Adriana Silveira. A arte é terapia: arteterapia em grupos comunitários. **Conversas Interdisciplinares**, v. 7, n. 3, 2012. Disponível em: <http://www.periodicos.ulbra.br/index.php/ci/article/view/3932>. Acesso em 19 abr 2024.

REIS, Alice Casanova dos. A arte como dispositivo à recriação de si: uma prática em Psicologia Social baseada no fazer artístico. **Barbarói**, n. 40, p. 246, 2014a. Disponível em: <https://core.ac.uk/download/pdf/228499263.pdf>. Acesso em 15 abr 2024.

REIS, Alice Casanova dos. Arteterapia: a arte como instrumento no trabalho do Psicólogo. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 34, n. 1, p. 142–157, jan. 2014b. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/5vdgTHLvfkzsynKFHn-R84jqP/?lang=pt#>. Acesso em 15 abr 2024.

ROGERS, Carl R. **Tornar-se Pessoa**. 8ª Ed. São Paulo: WMF Martins Fontes, 2009.

ROGERS, Natalie. As artes expressivas centradas na pessoa: um caminho alternativo no aconselhamento e na educação. **Revista Electrónica de Investigación Educativa**, v. 5, n. 2, 2003. Tradução de Daniel Fujisaka. Revisão de Ana Paula Fujisaka. Disponível em: <https://encontroacp.com.br/entrevistas/entrevistanatalierogers/>. Acesso em 23 set 2023.

RODRIGUES, F. S. **Arte das quebradas: um estudo sobre artistas de periferia**. 2017. Disponível em: https://bdm.unb.br/bitstream/10483/20160/1/2017_FagnerSouzaRodrigues_tcc.pdf. Acesso em 17 abr 2024.

XIMENES, Verônica Moraes; SARRIERA, Jorge Castellá; BOMFIM, Zulmira Áurea Cruz. **Psicologia comunitária no mundo atual: desafios, limites e fazeres**. 2016. Disponível em: <http://repositorio.ufc.br/handle/riufc/38179>. Acesso em 8 set 2023.

10

A INFLUÊNCIA DAS REDES SOCIAIS NA DISTORÇÃO DE REALIDADE E SEUS IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL DOS USUÁRIOS

THE INFLUENCE OF SOCIAL MEDIA ON REALITY DISTORTION AND ITS IMPACTS ON USERS' MENTAL HEALTH

Ariana Lopes Pontes¹
Hyara da Silva Lopes¹

¹ Psicologia, Centro Universitário Estácio São Luís, São Luís - Maranhão

Resumo

Este trabalho tem como principal finalidade explorar como o uso das redes sociais modifica a percepção da realidade e os impactos resultantes na saúde mental dos adultos. O estudo procurou entender como as redes sociais criam imagens distorcidas da realidade e como isso afeta a percepção individual. Foram avaliados os efeitos psicológicos da comparação social contínua nas plataformas digitais e destacada a importância da Terapia Cognitivo-Comportamental para enfrentar o uso excessivo das mídias sociais e melhorar a qualidade de vida dos usuários. Para a elaboração deste projeto foi realizada revisão bibliográfica de autores ligados ao assunto, demonstrando que a exposição constante a conteúdos idealizados pode levar a sentimentos de inadequação, ansiedade e depressão. A comparação social, frequentemente exacerbada pelas redes sociais, foi identificada como um dos principais fatores de risco para o desenvolvimento desses problemas psicológicos. Os resultados nos levam a perceber o quanto a mídia interfere na construção de identidades e cria padrões sociais irreais. Assim, como a Terapia Cognitivo – Comportamental tem se mostrado aliada na intervenção de tal cenário.

Palavras-chave: Redes Sociais; Distorção da Realidade; Saúde Mental; Terapia Cognitivo – Comportamental.

Abstract

This work aims to explore how the use of social media modifies the perception of reality and its resulting impacts on the mental health of adults. The study sought to understand how social media creates distorted images of reality and how this affects individual perception. The psychological effects of continuous social comparison on digital platforms were evaluated, highlighting the importance of Cognitive-Behavioral Therapy in addressing excessive use of social media and improving users' quality of life. A literature review of authors related to the subject was conducted, demonstrating that constant exposure to idealized content can lead to feelings of inadequacy, anxiety, and depression. Social comparison, often exacerbated by social media, was identified as one of the main risk factors for developing these psychological problems. The results lead us to realize how much the media interferes in the construction of identities and creates unrealistic social standards. Likewise, Cognitive-Behavioral Therapy has proven to be an ally in intervening in such a scenario.

Keywords: Social Media; Reality Distortion; Mental Health; Cognitive-Behavioral Therapy.



1. INTRODUÇÃO

As redes sociais se revelam cada vez mais presentes na vida das pessoas, facilitando a comunicação e a interação social, além do acesso à informações e, principalmente, troca de experiências. Entretanto, apesar de muitos benefícios, a exposição de forma excessiva e inadequada traz consigo uma crescente preocupação com a saúde mental dos usuários, devido a expressividade proporcionada pelas mídias, grande parte dos usuários acabam distorcendo a realidade em uma busca incessante por aceitação.

Essa procura perene por aprovação induz os indivíduos a comparação de suas próprias vidas com representações idealizadas, gerando assim, sentimentos de inadequação, baixa autoestima, isolamento social, e até mesmo, ansiedade, estresse e depressão em adultos. Partindo desse cenário, a Terapia Cognitivo – Comportamental, descrita por Abreus e Goés (2011) como uma abordagem mais diretiva, com o foco no presente e metas claras, tem se mostrado uma grande aliada no tratamento da dependência virtual, trazendo resultados positivos para os usuários através de ferramentas para a recuperação da qualidade de vida e o uso das mídias de forma racional e saudável (RIBEIRO, 2020).

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Portanto, para a elaboração desse artigo foi realizada uma pesquisa bibliográfica, sob a perspectiva cognitivo-comportamental, tendo como finalidade investigar de que forma a utilização das redes sociais altera a percepção da realidade e os consequentes impactos na saúde mental de adultos. Buscou-se, então, entender como as redes sociais geram imagens distorcidas da realidade e a influência desses mecanismos na percepção individual, avaliando os efeitos psicológicos da comparação social constante em plataformas digitais e a importância da Teoria Cognitivo – Comportamental no enfrentamento do uso desenfreado das mídias e melhoria da qualidade de vida dos usuários.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

O desejo humano de comunicar-se e registrar momentos reflete-se desde a aurora da humanidade, através de desenhos nas paredes das cavernas, feitos por nossos ancestrais, e subsequentemente o desenvolvimento da escrita. Dessa forma, o homem não apenas eternizava suas experiências, mas se integrava à sua identidade.

Partindo desse anseio, o ser humano desenvolveu meios de comunicação que se des- se de maneira prática, rápida e com maior número de pessoas, independentemente da localização. Desde os primeiros computadores até os dispositivos móveis e a internet de alta velocidade, cada avanço tecnológico trouxe consigo novas formas de interação e comunicação. Como exemplo dessa realidade, temos as redes sociais.

Com o avanço da tecnologia, as redes sociais se tornam cada dia mais presentes na vida das pessoas, transformando radicalmente a maneira como interagimos e percebemos o mundo ao nosso redor. Essas plataformas, ao permitirem a conexão instantânea entre indivíduos ao redor do globo, tornaram-se uma extensão digital das interações humanas cotidianas, através da facilidade da comunicação e a interação social. Elas estão transcendendo barreiras físicas e temporais, aproximando pessoas com interesses e experiências semelhantes, mas também oferecendo a exposição a uma diversidade de ideias, culturas

e pontos de vista.

As redes sociais, de modo geral, são estruturas formadas por indivíduos ou organizações conectados por diversos tipos de vínculos, como amizade, parentesco, interesses comuns, trocas financeiras, crenças ou conhecimento. Com o advento da internet, surgiram as redes sociais online, plataformas digitais que permitem aos usuários criarem perfis, interagir com outros usuários, compartilhar conteúdo e formar comunidades virtuais. Tendo início no final do século XX, e sendo criadas e aperfeiçoadas desde então, hoje temos o *Facebook*, *Instagram*, *Twitter*, *Tiktok*, *Youtube* e diversas outras como principais redes sociais online.

A semente de todo este processo para chegar as Redes sociais virtuais foi plantada ainda nos anos 1990. Começaram a surgir os blogs no ciberespaço, eles foram os primeiros para determinar os rumos que tomariam a aglutinação de pessoas em um ambiente digital por causa dos seus interesses em comum (GUEDES, 2013, p. 57).

Para além dessa definição, Zenha (2014) caracteriza as redes sociais online como ambientes digitais dinâmicos e interativos nos quais os comportamentos e interações humanas são observados de forma contínua. De acordo com essa definição, tais espaços possibilitam acompanhar a evolução e as alterações constantes nas interações psicossociais dos usuários. As “redes sociais online” não são apenas consideradas como plataformas tecnológicas, mas, sobretudo, como cenários nos quais ocorrem conflitos, trocas e interações que refletem a complexidade da natureza humana.

Nesse contexto, é essencial ressaltar seu papel significativo na construção tanto de identidades individuais quanto coletivas. Por meio das interações digitais, os usuários tecem e compartilham narrativas sobre si mesmos, modelando suas identidades virtuais e impactando como são percebidos pelos outros. Essa formação identitária não se restringe ao âmbito pessoal; ela se estende também às identidades coletivas, como grupos sociais, comunidades e movimentos políticos. Desse modo, as redes sociais online não apenas refletem as identidades já existentes, mas também desempenham um papel ativo em sua construção e evolução ao longo do tempo.

A Internet possibilita um mundo à parte da sociedade tornando um campo fértil para indivíduos se exporem e ainda construir identidades segundo sua própria conveniência. Como bem diz Hall (2011) “todas as identidades estão localizadas no espaço e tempo simbólico (p.71)”. Na internet, as deixas simbólicas são diminuídas podendo assim, construir-se e reconstruir-se a todo o momento fazendo ou mudando seu perfil na rede, tendo a identidade como uma representação (GENUINO, 2013, p.34).

Além de moldar a formação de identidades, as plataformas digitais também transformaram a comunicação pessoal e diferentes segmentos da sociedade, como o mercado de trabalho, a política, a educação e o entretenimento. No mercado de trabalho, as mídias sociais afetam desde o recrutamento até a construção de redes de contato profissionais. Plataformas como *LinkedIn* e *Facebook* são exemplos desse cenário, na qual recrutadores as utilizam para a divulgação de vagas, busca de talentos e análise de perfis, permitindo uma visão mais completa dos candidatos, já que para além dos currículos tradicionais, tem-se a possibilidade de observar suas atividades e interesses.

No âmbito político, as redes sociais desempenham um papel ativo na mobilização de



eleitores através das plataformas como *Facebook* e *Twitter*, onde os organizadores podem coordenar ações, propagar informações e, conseqüentemente, atrair apoio. Candidatos políticos promovem campanhas utilizando os meios digitais para alcançar o público mais amplo, enquanto ativistas usufruem desse espaço para promover suas causas, organizar protestos e impulsionar movimentos sociais. A exemplo dessa realidade, incluem - se o movimento Black Lives Matter, iniciado em 2013, e Occupy Wall Street, ocorrido em 2011. Ambos os movimentos ganharam força nas redes sociais por meio de hashtags e lives.

Enquanto na área educacional, as redes sociais oferecem novas ferramentas e métodos para o ensino, aprendizagem e colaboração, onde são usadas para criar comunidades que facilitam o compartilhamento de recursos educacionais, favorecendo e aprimorando a comunidade entre estudantes e professores, sendo o *YouTube* atualmente a principal plataforma que enriquece a experiência educacional, através da propagação de conteúdos educativos e da promoção de discussões acadêmicas.

No campo do entretenimento, as redes sociais transformaram a maneira como consumimos e interagimos com a mídia, alterando a forma como conteúdos são divulgados, consumidos e compartilhados. Atualmente, *Instagram*, *Facebook*, *TikTok*, *YouTube*, *Twitter* e *Twitch* são as principais plataformas para a criação, consumo de conteúdos e promoção de filmes, séries, músicas, eventos ao vivo e diversas outras formas de entretenimento. Artistas e criadores utilizam essas plataformas para alcançar audiências globais, enquanto os usuários participam ativamente desde o processo de criação até a promoção de conteúdos por meio de curtidas, comentários e compartilhamentos.

Em suma, as redes sociais online são atualmente utilizadas como meios de comunicação pessoal e social em diversas áreas, seja profissional, educacional, política, entre outras. Servem, assim, como principal fonte de entretenimento e consumo de conteúdos entre os usuários, por meio da troca de fotos, vídeos, memes e de experiências, a partir da atualização de suas vidas. Oferecendo como recursos filtros, mensagens diretas, curtidas, comentários, hashtags, stories e diversas ferramentas de edição para promover essa interação.

O movimento geral de virtualização afeta hoje não apenas a informação e a comunicação, mas também os corpos, o funcionamento econômico, os quadros coletivos da sensibilidade ou o exercício da inteligência. A virtualização atinge mesmo as modalidades do estar junto, a constituição do “nós”: comunidades virtuais, empresas virtuais, democracia virtual... (LÉVY, 1996, p. 2).

Nessa perspectiva, a crescente ubiquidade das redes sociais online trouxe consigo uma série de impactos, não apenas nas interações sociais, mas também na percepção da realidade e na saúde mental dos adultos. A natureza muitas vezes rasa das interações nas redes sociais pode distorcer a maneira como os indivíduos se veem e como percebem os outros.

Assim, a distorção da realidade se torna um fenômeno preocupante. Com a possibilidade de manipulação de imagens, filtros e edições, as mídias sociais podem construir uma representação distorcida da vida real, já que os usuários tendem a compartilhar momentos felizes e positivos de suas vidas, criando uma realidade idealizada da perfeição, muitas vezes distantes do real, promovendo padrões irrealistas e uma pressão para alcançar tais padrões inatingíveis.

É difícil escapar à impressão de que em geral as pessoas usam medidas falsas, de que buscam poder, sucesso e riqueza para si mesmas e admiram aqueles que os têm, subestimando os autênticos valores da vida. [...] Existem homens

que não deixam de ser venerados pelos contemporâneos, embora sua grandeza repouse em qualidades e realizações inteiramente alheias aos objetivos e ideais da multidão (FREUD, 2018, p. 7).

Esse cenário tornou as redes sociais um mundo paralelo à realidade, onde as pessoas vivem personagens criadas e modeladas por elas próprias de acordo com o que é aceito e adequado social e momentaneamente, promovendo uma prática prejudicial de comparação entre os usuários que nutrem uma busca perene por aprovação.

Bauman (2007) descreve a sociedade atual como uma sociedade líquida-moderna, onde nada permanece em seu curso por muito tempo, ou seja, uma sociedade marcada pela fluidez e pela constante mudança. Segundo o autor, viver nessa sociedade é como uma “dança das cadeiras”, na qual todos buscam o mesmo “prêmio final”: não ser descartado. Atualmente, essa competição atinge o campo global, priorizando-se a opinião alheia e coletiva sobre a autoimagem acima do próprio bem-estar e autossatisfação, promovendo uma cultura de superficialidade, sendo as redes sociais as principais atuantes desse cenário.

Essa capacidade de influência dos meios de comunicação, criam ideias de que suas opiniões controlam a informação. A opinião pública não é criada livremente, é construída após o julgamento dos meios de comunicação. Os grandes veículos de comunicação deixaram de informar para definir o que vai ser divulgado, se aproveitando para bombadear a mídia de espetáculos (SILVA *et al.*, 2019, p. 3).

O impacto das redes sociais na transformação da comunicação em uma ferramenta de manipulação através do entretenimento provoca implicações profundas na ascensão de uma narrativa que pode afastar-se da realidade factual, onde a imagem projetada se torna mais importante do que a realidade vivida. A metáfora da “dança das cadeiras” ilustra vividamente a insegurança e a ansiedade geradas por essa busca incessante por aceitação e relevância.

A ansiedade relacionada ao uso das redes sociais tornou-se uma preocupação crescente entre especialistas. Por se tratar de uma condição de saúde mental marcada por preocupações constantes, nervosismo e tensão, pode interferir significativamente na vida cotidiana, podendo se transformar em um estado crônico. Ao contrário da ansiedade ocasional, que é uma resposta natural ao estresse, a ansiedade crônica é persistente. A ansiedade resultante dessas dinâmicas pode se manifestar de várias formas, incluindo distúrbios do sono, dificuldades de concentração e aumento do estresse.

Enxergar apenas o lado positivo da vida dos outros pode despertar um sentimento de inadequação, a sensação de estar ficando para trás, o que conseqüentemente leva o indivíduo a se cobrar ainda mais, acreditando que seus esforços são insuficientes. Além disso, a pressão para parecer perfeito e ter uma vida perfeita online é devastadora, especialmente quando cria-se uma realidade distorcida que outros sentem a necessidade de alcançar, mesmo que isso vá contra seus próprios valores e crenças. Muitos usuários se sentem compelidos a apresentar uma versão altamente editada de si mesmos, temendo o julgamento ou a rejeição ao mostrar suas verdadeiras personalidades ou estilo de vida. Tornando esse esforço contínuo para atender às expectativas dos outros exaustivo e estressante, resultando em um estado de vigilância permanente e uma preocupação crônica com a autoimagem.

O filósofo coreano Byung-Chul Han, em sua obra “Sociedade do Cansaço” (2015), dis-



cute como a pressão por performance e auto-otimização nas redes sociais contribui para um esgotamento mental coletivo. Han argumenta que vivemos em uma era onde o desenvolvimento e a aparência são constantemente monitorados e comparados, resultando em uma sociedade marcada pela competitividade e superficialidade das relações.

Ademais, essa dinâmica afeta a autenticidade das interações humanas. A exigência de manter uma imagem impecável e obter aprovação externa distorce as relações interpessoais, tornando-as superficiais e baseadas em validações efêmeras.

Outro fator que contribui para o desenvolvimento dessa ansiedade é a estrutura de interação constante e feedback imediato que as redes sociais proporcionam, reforçando a busca incessante por aceitação através de curtidas, comentários e compartilhamentos. Nesse contexto, o valor pessoal passa a ser mediado pela quantidade de interações nas postagens, gerando um ciclo de dependência e insatisfação, onde a ausência ou redução dessas interações pode ser interpretada como rejeição quando buscam preencher algo ou o vazio que sentem.

Estes sentimentos característicos da ansiedade até então impulsionados pelas redes sociais, as levam ao caminho reverso, o de buscar nas redes sociais o alívio para as suas angústias, o preenchimento para seu vazio, a diminuição dos seus medos e tensões, as respostas para as suas incertezas (QUEIROGA; BARONE; COSTA, 2016, p. 117–121).

Contudo, essa contradição que as redes sociais proporcionam, na qual o usuário tenta encontrar algum alívio para sua angústia ou simplesmente buscando uma forma de escape dos problemas do mundo real, e acabam entrando em conflito consigo mesmo, frustrando suas expectativas, pode ter consequências ainda mais profundas, levando ao isolamento social, baixa autoestima e depressão.

Essa busca incessante pela felicidade e perfeição, metaforicamente mostradas pelas fotos que são postadas nas redes sociais seria comum caso não fosse fundamentada em uma fantasia narcísica que está baseada na realização imediata do desejo, fazendo com que o mercado sempre seja a sua solução, uma vez que o indivíduo pode ter o que quiser a qualquer hora, ao menos no plano do desejo. Nessa vontade de possuir, há uma forma de preencher um vazio da vida. O que acontece de maneira ilusória, dando uma sensação imediata de prazer seguida da falta de algo, gerando um ciclo vicioso de estar sempre consumindo. Dessa forma, o sujeito se encontra condenado à crença de que “ser” é “ter” e a angústia se instaura quando este, mesmo tendo, não consegue ser o que quer e o que é. Imerso numa delicada condição de inserção em uma cultura que aprisiona e podando seu pensamento visando o imediatismo (GENUINO, 2013, p. 3).

O uso desenfreado das redes sociais desempenha um papel significativo no isolamento social, o que é um paradoxo intrigante, já que essas plataformas foram projetadas para conectar pessoas e facilitar a comunicação. O tempo excessivo gasto nas redes sociais rolando feeds, publicando e comentando em postagens, e mantendo uma comunicação superficial por meio de mensagens faz com que os indivíduos se afastem das interações sociais reais, negligenciando atividades como encontros com amigos, reuniões familiares e eventos. Esse deslocamento de tempo e energia pode levar a um enfraquecimento das relações pessoais, já que, muitas vezes, até mesmo presencialmente, as pessoas passam mais tempo nas redes sociais do que tendo tempo de qualidade com sua companhia, seja

essa amigos ou familiares.

Além disso, ver as vidas aparentemente perfeitas e felizes de amigos, celebridades e influenciadores pode gerar sentimentos de inadequação, causando sofrimento. Esse sofrimento pode desencorajar as pessoas a interagirem socialmente, com receio de não serem boas o suficiente ou de sentirem que não pertencem ao grupo. Isso pode resultar em um ciclo de isolamento, onde as pessoas se retiram ainda mais dos contatos e encontros pessoais para evitar emoções negativas.

O deliberado isolamento, o afastamento dos demais é a salvaguarda mais disponível contra o sofrimento que pode resultar das relações humanas. Compreende-se: a felicidade que se pode alcançar por essa via é a quietude. Contra o temido mundo externo o indivíduo só pode se defender por algum tipo de distanciamento, querendo realizar sozinho essa tarefa (FREUD, 2018, p. 21).

Paralelamente a isso, a constante e excessiva exposição a padrões irreais e inalcançáveis pode enfraquecer também a autoestima dos usuários, sendo as mulheres as mais afetadas. As plataformas enfatizam um mundo onde todos têm vidas perfeitas e corpos perfeitos, gerando assim um sentimento nos usuários de que se enquadram. Isso leva os usuários, muitas vezes, a criarem personas online que não condizem com sua verdadeira identidade para, de certa forma, sentirem que pertencem a algo.

Usuários são bombardeados diariamente com imagens que retratam sucesso, beleza e felicidade, muitas vezes cuidadosamente editadas e selecionadas para mostrar apenas os melhores momentos. Como exemplo desse triste cenário, temos os influenciadores digitais vendendo e propagando o discurso idealizado pelo meio digital do corpo perfeito, sendo este corpo magro e musculoso proveniente de uma vida saudável, baseada em alimentação saudável e exercícios físicos, quando, na realidade, esses mesmos influenciadores passam por diversas cirurgias plásticas para vender essa imagem.

As redes sociais criaram um ambiente propício para comparações constantes, juntamente com a dinâmica de aprovação social mediada através de curtidas, comentários e compartilhamentos, reforçando a necessidade de validação externa. Com o discurso do corpo perfeito, os usuários acabam sendo expostos continuamente a críticas e comentários negativos, o que pode ter um impacto devastador na autopercepção. Comentários maldosos e cyberbullying são comuns nas plataformas digitais. Sendo o cyberbullying uma forma de assédio ou intimidação que ocorre através de meios digitais, como redes sociais, aplicativos de mensagens, e-mails e outras plataformas online. Essas experiências negativas, principalmente relacionadas à imagem corporal, podem deixar cicatrizes profundas na autoestima dos indivíduos, levando-os a sofrer distorção de imagem e até mesmo transtornos alimentares.

A era das mídias sociais trouxe consigo grande influência na maneira nas quais homens e, principalmente mulheres, veem e idealizam seus corpos desde muitos jovens, trazendo consigo uma idolatria ao corpo e uma busca de algo perfeito que, muitas vezes, é inexistente ou impossível de ser alcançado, gerando, com isso, grandes índices de distúrbios alimentares, depressões e distorções em relação a autoimagem (CARVALHO; GOULART, 2017, p. 2).

Essa desconexão entre o eu real e o eu projetado além do isolamento e baixa autoestima, pode levar o indivíduo a desenvolver um quadro depressivo. Vários mecanismos contribuem para essa relação, que se manifesta através de uma combinação de fatores



psicológicos, emocionais e sociais.

A incessante busca por validação através de curtidas, comentários e compartilhamentos pode se transformar em uma armadilha emocional. A sede por aprovação externa pode resultar em uma sensação de vazio quando tal expectativa não é alcançada, gerando frustração e sentimento de fracasso. Esse ciclo de busca por reconhecimento e subsequente decepção contribui para o desgaste emocional, abalando a autoconfiança e a autoestima, e aumentando a vulnerabilidade à depressão dos usuários.

Similarmente, a construção de uma personalidade virtual que difere da real pode causar um sentimento de desintegração e fraude, agravando ainda mais o sofrimento psicológico ao despertar nos usuários a sensação de que suas vidas são insatisfatórias e que nunca serão capazes de alcançar o sucesso e a felicidade que tanto consomem diariamente por meio das mídias.

A sobrecarga de informação e a exposição a conteúdos negativos também são fatores importantes. As redes sociais são inundadas com notícias, opiniões, *fakenews* e imagens que muitas vezes podem ser perturbadoras ou angustiantes. A exposição constante a essas informações pode despertar sentimentos de desesperança e tristeza, elevando o nível de estresse e ansiedade. Da mesma maneira, o bullying e o assédio online são problemas significativos que podem levar à depressão. A natureza anônima das redes sociais pode encorajar comportamentos agressivos e prejudiciais, deixando as vítimas com um profundo sentimento de vulnerabilidade e isolamento.

Diante desse quadro alarmante, a Psicologia apresenta hoje a Terapia Cognitivo-Comportamental como uma das possibilidades para tratar a distorção de realidade causada pelo uso exagerado das redes sociais. A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), desenvolvida na década de 1960 por Aaron Beck, combina aspectos da Psicologia Cognitiva e do Behaviorismo. Baseia-se no princípio de que nossos pensamentos, sentimentos e comportamentos estão interconectados e influenciam nossa saúde mental e bem-estar. A TCC é uma abordagem direta, focada no presente, com metas claras e que enfatiza a colaboração entre terapeuta e paciente, sendo este último ativo na relação terapêutica. A abordagem visa reestruturar cognitivamente emoções e comportamentos, criando mecanismos lógicos para auxiliar o paciente a lidar com situações que geram sofrimento.

Atualmente, a terapia cognitivo-comportamental é descrita como uma abordagem terapêutica estruturada, diretiva, com metas claras e definidas, focalizada no presente e utilizada no tratamento dos mais diferentes distúrbios psicológicos. Seu objetivo principal é o de produzir mudanças nos pensamentos e nos sistemas de significados (crenças) dos clientes, com a finalidade de evocar uma transformação emocional e comportamental mais duradouras e não apenas um decréscimo momentâneo dos sintomas (ABREUS; GOES, 2011, p. 192).

A Terapia Cognitivo-Comportamental se mostra eficaz no tratamento da distorção da realidade resultante do uso desenfreado das plataformas digitais. Possui uma abordagem prática com técnicas específicas para essa intervenção. Como exemplos dessas técnicas, temos a reestruturação cognitiva, exposição gradual, desenvolvimento de habilidades de autocontrole e identificação de valores e objetivos.

A reestruturação cognitiva é uma das principais técnicas da TCC, auxiliando os pacientes a mudar a forma como pensam. No contexto da distorção de realidade causada pelas redes sociais, essa técnica ajuda os usuários a substituírem pensamentos negativos e disfuncionais por pensamentos realistas e racionais. A exposição gradual ajuda os in-

divíduos a enfrentarem progressivamente situações que causam ansiedade ou estresse, como reduzir o tempo gasto nas redes sociais e limitar comparações sociais, promovendo o aumento gradual de atividades fora do ambiente digital que favorecem interações reais.

A técnica de desenvolvimento de habilidades de autocontrole ensina os usuários a gerenciarem impulsos de verificar constantemente as redes sociais ou buscar validação online. Por fim, a identificação de valores e objetivos ajuda os indivíduos a encontrarem satisfação em atividades e relacionamentos no mundo real, reduzindo a dependência de aprovação virtual.

Em resumo, a Terapia Cognitivo-Comportamental oferece uma abordagem prática baseada em evidências, eficiente no enfrentamento da distorção de realidade decorrente do uso excessivo e irracional das redes sociais. Ela promove a consciência, modifica pensamentos e comportamentos prejudiciais, proporcionando bem-estar emocional e capacitando os indivíduos a alcançarem um equilíbrio saudável entre o uso das redes sociais e a vida *offline*.

4. CONCLUSÃO

Frente a crescente ubiquidade das redes sociais na vida dos adultos revela um fenômeno complexo da contemporaneidade, que trouxe consigo uma série de impactos na saúde mental. As plataformas digitais não somente moldam percepções distorcidas da realidade, através da gestão seletiva de momentos positivos e comparação constante, mas também despertam o sentimento de inadequação e uma incentivam uma busca incessante por validação externa, podendo desencadear ansiedade, isolamento social, baixa autoestima e depressão, à medida que os usuários tentam se adequar a padrões irreais e inalcançáveis de beleza e sucesso.

Os impactos na saúde mental são significativos. A ansiedade, a baixa autoestima e a depressão decorrentes da exposição a uma realidade idealizada são preocupantes. Além disso, o isolamento social, paradoxalmente intensificado pelo uso excessivo das redes sociais, pode afetar diretamente as relações interpessoais offline, causando desconexão emocional.

Nesse contexto, faz-se necessário compreender os efeitos psicológicos das redes sociais e incentivar estratégias que promovam o uso mais saudável dessas plataformas. Intervenções baseadas na terapia cognitivo-comportamental (TCC), por exemplo, ajudam os usuários a reconhecerem e desafiarem padrões de pensamentos distorcidos, desenvolvendo habilidades para lidar com as pressões sociais e emocionais impostas pelas redes sociais.

Entretanto, para além de intervenções clínicas, é necessária uma abordagem holística que inclua a conscientização sobre os impactos psicológicos das redes sociais tanto para os usuários quanto para os criadores de conteúdo. Proporcionar educação sobre a utilização consciente das plataformas e promover uma cultura de aceitação e autenticidade, visando fortalecer a saúde mental dos usuários, são passos importantes para contribuir para uma relação mais equilibrada e saudável com as redes sociais.

Portanto, ao reconhecer e abordar os desafios impostos pelas redes sociais na saúde mental dos usuários, podemos trabalhar em direção a um ambiente digital mais saudável e inclusivo, onde o bem-estar emocional e a autenticidade sejam prioridades fundamentais.



REFERÊNCIAS

- ABREU, C. N.; GÓES, D. S. Psicoterapia para a dependência da internet. In: YOUNG, K. S.; ABREU, C. N. et al. **Dependência da Internet: Manual e guia de avaliação e tratamento**. Porto Alegre: Artmed, p. 191-211, 2011.
- BAUMAN, Z., **Vida líquida**. Tradução: Carlos Alberto Medeiros. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 2007.
- CNN. **Black Lives Matter: How the movement has evolved**. 2020. Disponível em: <<https://www.cnn.com/black-lives-matter>>. Acesso em: 04 de jun de 2024.
- FREUD, Sigmund. **O mal-estar na civilização**. São Paulo: Companhia das Letras, 2018c. p. 7-93.
- GENUINO, Simone. Entre Filtros e Hashtags: Instagram, O Novo Espelho de Narciso. Mossoró, 2013. **Trabalho de conclusão de curso - Universidade do Estado do Rio Grande do Norte**. Disponível em: <https://www.uern.br/controledepaginas/depto-comunicacao-social/producaodiscente/arquivos/0301entre_filtros_e_hashtags_instagram_o_novo_espelho_de_narciso.pdf> Acesso em 23 de mar de 2024.
- GOULART, Cristiana Faria; DE CARVALHO, Priscila Abreu. Corpo ideal e corpo real: a mídia e suas influências na construção da imagem corporal. **Psicologia.pt**. 2018. Disponível em: <<https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1209.pdf>>. Acesso em: 28 de mar de 2024.
- HAN, Byung-Chul. **A Sociedade do Cansaço**. Petrópolis, RJ: Vozes, 2015.
- HALL, Stuart. **A identidade cultural na pós-modernidade**. 11a edição. Rio de Janeiro: DP&A, 2011.
- LÉVY, Pierre. **O que é virtual?** São Paulo: Editora 34, 1996.
- QUEIROGA, C. S.; BARONE, L. M. C.; COSTA, B. H. R. DA. Uma breve reflexão sobre a formação das massas nas redes sociais e a busca por um novo ideal do eu. **Jornal de Psicanálise**, v. 49, n. 91, p. 111-126, 2016. Disponível em: <[v49n91a11.pdf \(bvsa.org\)](#)> Acesso em: 04 de mai de 2024.
- RIBEIRO, Eduarda da Silva. As redes sociais e sua influência na vida de seus usuários. 2017. **Trabalho de conclusão de Curso, FAAT – FACULDADES ATIBAIA**. Disponível em <<http://186.251.225.226:8080/handle/123456789/54>>. Acesso em 18 de mar 2024.
- SILVA, Carlos Eduardo Moreira da; PUMARIEGA, Yesica Nunez. **Estratégias da terapia cognitiva comportamental aplicada à dependência tecnológica**. 2020. Disponível em: <<https://repositorio.unifaema.edu.br/jspui/handle/123456789/2712>> Acesso em 15 de mai de 2024.
- SILVA, A. V. da.; PINTO, F. S.; SILVA, M. L. B. da.; TEIXEIRA, J. F. A influência do Instagram no cotidiano: possíveis impactos do aplicativo em seus usuários. **Intercom – Sociedade Brasileira de Estudos Interdisciplinares da Comunicação**. São Luís:[s.n.], [s. n.], mai-jun. 2019. Disponível em: <<http://portalintercom.org.br/anais/nordeste2019/resumos/R67-0490-1.pdf>>. Acesso em: 21 de mar de 2024.
- Zenha, L. (2014). Redes sociais online: o que são as redessociais e como se organizam? **Caderno de Educação**, 19 (48),09–23. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/323642463_12__Redes_sociais_online_o_que_sao_as_redes_sociais_e_como_se_organizam_revisado_com_palavras_chave/references

11

O PAPEL DO PSICÓLOGO ESCOLAR NA EDUCAÇÃO BÁSICA BRASILEIRA: AS POSSIBILIDADES E OS DESAFIOS

THE ROLE OF THE SCHOOL PSYCHOLOGIST IN BRAZILIAN BASIC EDUCATION: POSSIBILITIES AND CHALLENGES

Rayenne Silva Lima¹
Gabriel Nava Lima²

1 Psicologia, Centro Universitário Estácio São Luís, São Luís - Maranhão

2 Doutor em Meio Ambiente e Desenvolvimento regional, Centro Universitário Estácio São Luís, São Luís - Maranhão

Resumo

A educação desempenha um papel fundamental no desenvolvimento humano, e a presença do psicólogo escolar é crucial para promover um ambiente educacional saudável e inclusivo. Nesta pesquisa, o objetivo geral é investigar o papel dos psicólogos escolares na educação básica brasileira, analisando tanto as oportunidades que oferecem quanto os desafios que enfrentam. A metodologia adotada consiste em uma revisão bibliográfica abrangente, explorando estudos e trabalhos relevantes sobre o tema. Os resultados desta pesquisa podem fornecer informações valiosas sobre o impacto do trabalho dos psicólogos escolares no contexto educacional brasileiro, destacando suas contribuições para o bem-estar dos alunos, o desenvolvimento de habilidades socioemocionais e o enfrentamento de questões como bullying e dificuldades de aprendizagem. Conclui-se que investir na presença e no apoio adequado aos psicólogos escolares é essencial para promover uma educação de qualidade e garantir o pleno desenvolvimento dos estudantes brasileiros.

Palavras-chave: Educação. Psicologia Escolar. Psicólogo Escolar.

Abstract

Education plays a fundamental role in human development, and the presence of school psychologists is crucial for promoting a healthy and inclusive educational environment. This research aims to investigate the role of school psychologists in Brazilian basic education, analyzing both the opportunities they provide and the challenges they face. The adopted methodology consists of a comprehensive literature review, exploring relevant studies and works on the subject. The results of this research can provide valuable insights into the impact of the work of school psychologists in the Brazilian educational context, highlighting their contributions to student well-being, the development of socio-emotional skills, and the addressing of issues such as bullying and learning difficulties. It is concluded that investing in the presence and adequate support for school psychologists is essential to promote quality education and ensure the full development of Brazilian students.

Keywords: Education. School Psychology. School Psychologist.

1. INTRODUÇÃO

No panorama educacional, o papel dos psicólogos no âmbito escolar tem sido sujeito a reflexão e reconhecimento através de vários esforços de investigação. De acordo com o Quevedo (2020), os psicólogos escolares desempenham um papel crucial no atendimento às diversas necessidades dos alunos, educadores e da comunidade escolar em geral. A investigação sublinha a sua capacidade de navegar na dinâmica dos sistemas educativos modernos, identificando e abordando barreiras psicológicas que dificultam a aprendizagem e o desenvolvimento dos alunos. Teles (2019) enfatiza o papel proativo dos psicólogos escolares na promoção de práticas positivas de saúde mental, fomentando a resiliência e proporcionando intervenções oportunas para apoiar o bem-estar dos alunos. Aquino (2020) traz outra perspectiva, destacando a importância dos psicólogos escolares na facilitação da colaboração família-escola e na abordagem dos desafios socioemocionais entre os alunos.

Estas evidências sublinham coletivamente a contribuição dos psicólogos escolares na formação de ambientes de aprendizagem inclusivos e de apoio no quadro educativo. Alguns fatores contribuem para qualificar o papel do psicólogo no âmbito escolar. Em primeiro lugar, a complexidade dos sistemas educativos modernos levou a uma consciência crescente da interligação entre o bem-estar psicológico e o desempenho da aprendizagem (SCIAVI; FERNANDES; PEDROZO, 2020). Magalhães e Martins (2021) afirmam que os psicólogos escolares são formados para compreender e lidar com barreiras psicológicas que podem dificultar a aprendizagem e o desenvolvimento dos alunos. Santos *et al.* (2020) salientam outros pontos que fortalecem a importância da presença do psicólogo na escola, mais especificamente os relacionados a mudanças sociais, saúde mental e o impacto dos fatores socioeconômicos na educação.

Em 2019 foi aprovado a Lei n.º 13.935/2019 no Brasil. Esta legislação obriga a prestação de serviços psicológicos e de assistência social aos alunos do ensino básico público, enfatizando ainda mais o papel dos psicólogos escolares na promoção do bem-estar e do desenvolvimento de aprendizagem dos estudantes. À luz deste contexto, surge a necessidade de pesquisas para explorar os desafios e oportunidades que podem surgir para o desenvolvimento da psicologia educacional e da carreira de psicólogo dentro no meio escolar. Assim, o objetivo geral desta pesquisa é investigar o papel dos psicólogos escolares na educação básica brasileira, explorando tanto as oportunidades que oferecem quanto os desafios que enfrentam.

2. MATERIAIS E MÉTODOS

Metodologicamente o trabalho tem natureza qualitativa e partirá da recuperação e análise de pesquisas e literatura recentes relativas à atuação do psicólogo escolar na educação básica brasileira. Os trabalhos recuperados e analisados foram sintetizados e avaliados. Esta abordagem permitiu uma compreensão abrangente do cenário atual, dos desafios e das oportunidades que cercam a temática. Através de uma revisão minuciosa de artigos, livros, documentos oficiais e outras fontes relevantes, esta pesquisa visa fornecer uma perspectiva diferenciada sobre o papel e o impacto dos psicólogos escolares no contexto educacional.



3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 O cenário da educação básica brasileira pública

A história da educação no Brasil é marcada por diferentes fases, moldadas pela influência dos movimentos sociais e pelas disputas de poder em cada momento histórico (OLIVEIRA; STORTO; LANZA, 2019). Atualmente, enfrentamos o desafio de implementar políticas e práticas que garantam uma educação de qualidade, considerando as características do sistema capitalista. Muitas vezes, isso resulta na visão da educação como uma mercadoria sujeita às flutuações econômicas do mercado, o que complica sua efetivação.

De acordo com Zucarro *et al.* (2023), a escola é cada vez mais inserida na lógica do mercado, onde o conhecimento se transforma em uma mercadoria negociável. Os estudantes investem financeiramente na expectativa de obter retornos futuros. No entanto, os autores observam que nesse contexto, as interações pessoais também se tornam subordinadas à lógica do mercado, não se limitando apenas ao conhecimento. Isso resulta em um desenvolvimento cognitivo muitas vezes superficial, incapaz de abordar aspectos afetivos e relacionais de forma eficaz.

Nesse contexto, surge uma série de desafios que vão além da simples transmissão de informações (FERNANDES; GOUVEA, 2019). A educação passa a ser influenciada por forças econômicas e políticas, o que pode moldar seus objetivos e prioridades. A relação entre educação e capitalismo levanta questões fundamentais sobre a natureza do conhecimento, seu valor intrínseco e sua finalidade na sociedade contemporânea (VASCONCELOS CRUZ BENEDITO; CASTRO FILHO, 2020).

A implementação de uma educação de qualidade no Brasil, especialmente no contexto das escolas públicas, é um desafio significativo. Estas instituições enfrentam frequentemente uma série de obstáculos, desde a falta de infraestrutura básica adequada até questões complexas relacionadas ao financiamento (PIMENTEL, 2019). Além disso, estão sujeitos a desafios adicionais, como a presença de violência e vulnerabilidade social no entorno, altos índices de absenteísmo, dificuldades no processo de ensino e aprendizagem, desconexão entre a formação acadêmica dos professores e as demandas práticas da educação, e práticas políticas que muitas vezes envolve decisões centralizadas com pouca participação dos educadores. Esses impasses, conforme apontado por De Souza (2018), tornam ainda mais complexa a busca por uma educação de qualidade em nosso país.

As relações entre alunos e educadores, bem como as dinâmicas de ensino e aprendizagem, são aspectos cruciais nesse cenário educacional. Para Welter e Werle (2021), isso fica evidente ao analisarmos os resultados das diversas ferramentas de avaliação utilizadas pelo governo brasileiro para mensurar o desempenho da educação pública, tais como Prova Brasil, SAEB e ENEM (Exame Nacional do Ensino Médio). Essas avaliações revelaram os desafios enfrentados pelas escolas públicas na busca por uma aprendizagem eficaz dos alunos.

No entanto, é importante ressaltar que essas avaliações têm limitações, pois focam principalmente no aspecto cognitivo e não abordam as complexidades do ambiente escolar, suas dificuldades e potencialidades (ZANOTTO; SANDRI, 2018). Assim, embora essas avaliações forneçam informações importantes, é fundamental considerar que elas não captaram integralmente a realidade educacional, sendo necessário considerar outros aspectos além dos resultados obtidos.

De fato, ao longo dos anos foram registrados avanços inovadores na educação brasileira como evidenciado pela Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional - LDBEN 9394/96, os Planos Nacionais de Educação e outros projetos voltados para a erradicação

do analfabetismo. No entanto, apesar desses esforços, ainda estamos distantes de oferecer uma educação de qualidade para nossas crianças e adolescentes nas escolas públicas, como destacam estudos como os de Andrade e Freitag (2021), Lima e Gandin (2019), Costa, Vidal e Vieira (2019) Passone (2019).

Nas instituições públicas de ensino, nos deparamos com uma série de desafios, que vão desde contextos marcados por violência até situações de fracasso escolar e falta de perspectiva, tanto para alunos quanto para professores. Muitos optam por deixar seus empregos devido a questões psicológicas relacionadas ao ambiente escolar, corroborando os estudos docentes de Andrade e Freitag (2021) sobre o burnout¹, no qual o Ceará foi citado como exemplo. Essas pesquisas revelaram que os educadores enfrentaram sentimentos de insatisfação e de desmotivação em relação ao trabalho, sintomas que refletem um alto nível de estresse.

A escola é um ambiente intrinsecamente heterogêneo, especialmente notável nas instituições públicas, que acolhem uma ampla gama de indivíduos da sociedade. Nesse contexto, a diversidade das estruturas familiares e das diferentes perspectivas subjetivas é evidenciada e influencia diretamente o funcionamento da escola. Além disso, a instituição escolar reflete as tradições sociais características do nosso período histórico.

A inserção da escola pública em um contexto complexo é influenciada por uma série de fatores individuais e sistêmicos, como as perspectivas dos diversos atores do ambiente escolar e as políticas educacionais em âmbito nacional e local (ANDRADE; FREITAG, 2021; LIMA; GANDIN, 2019; COSTA; VIDAL; VIEIRA, 2019; PASSONE, 2019). Diante dessa complexidade, há uma demanda crescente por uma gama variada de profissionais, incluindo psicólogos, capazes de atender às necessidades tanto dos alunos quanto dos educadores (COSTA; VIDAL; VIEIRA, 2019; PASSONE, 2019). No entanto, é fundamental ressaltar que, com a promulgação da Lei n.º 13.935/2019, o governo brasileiro registra oficialmente a importância dos psicólogos escolares na promoção do bem-estar e no desenvolvimento da aprendizagem dos estudantes, destacando seu papel fundamental no contexto educacional.

3.2 Psicologia escolar: uma compreensão histórico-dialética

A Psicologia Escolar tem se destacado como campo de pesquisa e intervenção, contribuindo para o conhecimento e atuação de psicólogos em ambientes educativos (Patto, 2022). Críticas do passado direcionadas à atuação normativa deram origem a uma abordagem mais engajada e socialmente consciente. Essas mudanças históricas estimularam reflexões sobre a prática dos psicólogos escolares, ressaltando a importância da adaptação contínua às demandas educacionais (ALBUQUERQUE; AQUINO, 2018).

A Psicologia Escolar Histórico-Dialética é uma abordagem que se propõe a compreender e transformar os processos educativos por meio de uma análise crítica e contextualizada, fundamentada nos princípios do materialismo histórico-dialético. Surgiu como uma resposta às limitações das abordagens tradicionais da psicologia escolar, que muitas vezes se restringiam a uma visão individualista e clínica dos problemas educacionais. O surgimento da Psicologia Escolar Histórico-Dialética pode ser situado historicamente no contexto das transformações sociais e educacionais do século XX. Influenciada pelo pensamento de autores como Lev Vygotsky, Karl Marx e outros teóricos marxistas, essa abordagem busca compreender a educação como um fenômeno histórico e socialmente

¹ Segundo o Ministério da Saúde (2024), a Síndrome de Burnout ou Síndrome do Esgotamento Profissional é um distúrbio emocional com sintomas de exaustão extrema, estresse e esgotamento físico resultante de situações de trabalho desgastante, que demandam muita competitividade ou responsabilidade.

determinado, inseparável das relações de classe, poder e cultura.

Nesse plano, a Psicologia Escolar considera o contexto histórico-social em que se insere a prática educativa, reconhecendo as influências das condições materiais e das relações de poder na formação dos sujeitos. Essa abordagem realiza uma análise crítica das relações de poder presentes na escola, identificando as formas de dominação e exclusão que permeiam o ambiente educacional.

Valoriza as relações sociais como elementos centrais no processo educativo, destacando a importância da interação entre os sujeitos e do papel mediador dos contextos socioculturais. Defende a promoção da inclusão e equidade na escola, lutando contra todas as formas de discriminação e exclusão. Assim como, busca garantir o acesso de todos os alunos a uma educação de qualidade, respeitando sua diversidade e singularidade.

Propõe a mediação e intervenção transformadora como estratégias para superar os desafios educacionais, envolvendo a comunidade escolar em processos participativos de reflexão e ação. Prioriza a formação continuada e capacitação dos profissionais da educação, visando o desenvolvimento de práticas pedagógicas mais inclusivas e eficazes. Promove a reflexão crítica sobre a prática educativa e estimula a busca por novos conhecimentos e habilidades.

A Psicologia Escolar Histórico-Dialética tem contribuído para uma compreensão mais ampla e crítica dos processos educativos, oferecendo subsídios teóricos e práticos para a transformação da escola em um espaço mais democrático, igualitário e emancipatório. No entanto, enfrenta desafios como a resistência de paradigmas tradicionais e a necessidade de construção de espaços de diálogo e colaboração entre os diferentes atores educacionais. Nesse sentido, a Psicologia Escolar Histórico-Dialética representa uma abordagem comprometida com a transformação social e a construção de uma educação mais justa e igualitária. Por meio de uma análise crítica e contextualizada, busca superar as desigualdades e exclusões presentes na escola, promovendo o desenvolvimento integral dos alunos e a construção de uma sociedade mais democrática e solidária.

Feitosa e Araujo (2018), destaca que esse compromisso requer ações sociais, compreensão da historicidade do fenômeno psicológico e promoção da transformação social para a saúde e bem-estar. É essencial que a atuação do psicólogo escolar não legitime a injustiça social, mas promova possibilidades para um sistema educacional mais justo. O espaço escolar, embora influenciado por desigualdades e coerções sociais, também pode ser visto como um ambiente propício para o desenvolvimento de competências e ampliação da consciência, incorporando influências ideológicas, sociais, políticas, econômicas, históricas e relacionais (Marinho-Araujo, 2014).

Por muito tempo, a escola foi criticada por oferecer uma formação limitada, baseada apenas em aspectos pragmáticos e técnicos, sem considerar o desenvolvimento humano de forma integral. Nesse contexto, é fundamental promover uma pacificação na escola, envolvendo educadores, psicólogos, sociólogos, filósofos e outros profissionais, buscando construir perspectivas integradoras do desenvolvimento humano. Albuquerque e Aquino (2018) destaca a importância de atuações institucionais e coletivas na Psicologia Escolar, priorizando ações que fortaleçam as relações sociais para favorecer o sucesso educacional e combater práticas pedagógicas deterministas que levam à exclusão. Feitosa e Araujo (2018) ressaltam a necessidade de conscientização e empoderamento coletivo na escola, permitindo a ressignificação das práticas cotidianas e o fortalecimento dos laços entre os diversos atores institucionais. É defendido que a atuação do psicólogo escolar seja preventiva, não se limitando a antecipar problemas, mas sim promovendo uma abordagem que valorize a singularidade de cada indivíduo e busque superar práticas preconceituosas e

hegemônicas que perpetuam o fracasso escolar.

Fonseca e Freitas (2018) destacam a importância da atuação preventiva do psicólogo escolar, que visa facilitar a construção de estratégias de ensino e promover a reflexão sobre concepções deterministas de aprendizagem. Essa abordagem também envolve incentivar os profissionais da instituição a se apropriarem do conhecimento e superarem os obstáculos enfrentados no ambiente escolar. Os dois autores pontuam e caracterizam quatro dimensões de atuação para o psicólogo escolar: mapeamento institucional, escuta psicológica, assessoria ao trabalho coletivo e acompanhamento do processo ensino-aprendizagem (Fonseca; Freitas, 2018).

Essas dimensões, embora divididas didaticamente, são interdependentes e ocorrem de forma multidimensional na escola, adaptando-se à realidade e à dinâmica do contexto. O mapeamento institucional, por exemplo, é uma atividade contínua que visa compreender a realidade educativa, identificar contradições nas práticas escolares e orientar novas ações profissionais para promover o sucesso institucional (ALMEIDA, 2018).

O psicólogo escolar pode realizar o mapeamento institucional de diversas maneiras, sendo a análise documental uma delas. Isso envolve investigar documentos que embasam as práticas educativas, como o projeto político-pedagógico e o regimento escolar, para compreender as normas prescritas e as práticas reais na escola. Além disso, as observações institucionais interativas são essenciais, permitindo ao psicólogo participar ativamente do cotidiano escolar e compreender sua dinâmica, concepções e influências presentes. Esta abordagem rompe com a visão tradicional do psicólogo como focado apenas em demandas clínicas, possibilitando uma intervenção mais contextualizada.

A escuta psicológica, como segunda dimensão, permite ao profissional compreender as demandas institucionais e analisar os aspectos intersubjetivos presentes nos processos relacionais da escola. A assessoria ao trabalho coletivo, terceira dimensão, envolve o psicólogo participando ativamente da escola para assessorar práticas pedagógicas. Por fim, o acompanhamento ao processo ensino-aprendizagem busca melhorar o desempenho dos alunos, promovendo situações didáticas de apoio à aprendizagem e ressignificando práticas pedagógicas. Essas dimensões podem se desenvolver individualmente ou em equipes multidisciplinares, refletindo a dinâmica dialética necessária para uma intervenção eficaz do psicólogo escolar.

3.3 Psicólogo escolar na jornada dos estudantes

Para compreender o desenvolvimento dos alunos, é fundamental reconhecer a interação entre o psicólogo e a escola. Isso implica observar os princípios fundamentais da educação estabelecidos pela Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (Lei 9394/96). Essa legislação assegura que cada escola seja responsável por elaborar e implementar sua proposta pedagógica, orientando suas atividades ao longo do ano letivo. Essa abordagem permite a manutenção das normas estabelecidas e a compreensão da complexidade do sistema educacional.

Por conseguinte, é crucial enfatizar que a abordagem emancipatória promovida pela psicologia dentro das escolas destaca a importância de compreender as características educacionais em constante evolução, resultantes das interações que ocorrem no ambiente escolar. Essas interações demandam uma reflexão abrangente e inclusiva sobre os diversos fatores que influenciam as decisões escolares, considerando a influência das políticas educacionais e da história local. Esses elementos exercem um papel significativo no



planejamento educacional e na experiência dos alunos.

Em meio à dinâmica da vida escolar, os alunos possuem um potencial significativo para influenciar positivamente o ambiente educacional. Ao participarem ativamente dos conselhos escolares e se engajarem em diversas atividades, eles não apenas demonstram seu comprometimento com a comunidade escolar, mas também contribuem para moldar um ambiente de aprendizado mais inclusivo e colaborativo. Essa participação ativa dos alunos reflete a crescente valorização da interação entre todos os membros da comunidade escolar, reconhecendo que o processo de ensino e aprendizagem é enriquecido quando há uma troca constante de ideias e experiências.

Além disso, a presença dos alunos nos processos de elaboração do projeto político-pedagógico da escola é fundamental para garantir que as políticas educacionais estejam alinhadas com as necessidades e realidades locais. Essa colaboração promove uma maior representatividade e legitimidade nas decisões tomadas, pois incorpora as vozes e perspectivas dos próprios estudantes, que são os principais protagonistas do ambiente escolar. Por outro lado, o papel do psicólogo escolar também se destaca nesse contexto. Ao atuar como mediador e facilitador, o psicólogo contribui para a resolução construtiva de conflitos que possam surgir, promovendo um ambiente escolar mais harmonioso e acolhedor. Sua presença é essencial para ajudar os alunos a compreenderem e lidarem de forma saudável com suas emoções, permitindo que estas sejam integradas de maneira positiva ao ambiente educacional, favorecendo o desenvolvimento global dos estudantes.

O papel do psicólogo na educação vai além dos interesses institucionais, abrangendo todos os envolvidos no processo educacional em busca de uma abordagem inclusiva e libertadora. Isso implica reconhecer a importância das contribuições de educadores, gestores, equipes técnicas, psicólogos e outros profissionais, que trazem consigo experiências e conhecimentos essenciais para fortalecer e renovar as relações dentro da escola. Essa valorização mútua e a troca de saberes são fundamentais para a construção e o aprimoramento do ambiente escolar, promovendo relações mais sólidas e significativas entre todos os envolvidos.

Conforme explicado por Aquino *et al.* (2015), o conhecimento formal adquirido impacta significativamente a vida dos indivíduos, sendo resultado da interação entre educadores e alunos, baseada em relações de troca. Essas relações são marcadas pela afetividade, confiança e proximidade entre as partes, o que pode gerar mudanças na forma de pensar e agir, proporcionando oportunidades de crescimento e desenvolvimento. Nesse contexto, o papel do psicólogo na avaliação das práticas educativas é fundamental, apoiando os professores por meio da observação e acompanhamento do progresso dos alunos na comunidade escolar.

Conforme destacado por Martinez (2003), os psicólogos têm a capacidade de se envolver em projetos que exigem habilidades diversas, às vezes adquirindo conhecimentos fora de sua área tradicional de atuação. Isso significa que eles podem contribuir para iniciativas que vão além do escopo convencional da psicologia, participando de atividades interdisciplinares e projetos colaborativos que requerem uma variedade de competências.

Além disso, é fundamental reconhecer que a formação continuada dos professores desempenha um papel crucial na qualidade da educação e na promoção da inclusão escolar. Os professores precisam estar continuamente atualizados e preparados para enfrentar os desafios presentes em suas salas de aula, adaptando suas práticas pedagógicas para atender às necessidades diversificadas dos alunos. Isso envolve não apenas o desenvolvimento de habilidades técnicas, mas também a conscientização sobre questões sociais, emocionais e culturais que impactam o ambiente educacional. Ao investir na capacitação

dos professores, é possível garantir um ambiente escolar mais inclusivo e acolhedor para todos os alunos, independentemente de suas características individuais.

Conforme Guzzo (2005) enfatiza, o papel do psicólogo escolar pode ser direcionado para atender às necessidades individuais dos alunos, promovendo o fortalecimento do autoconhecimento e da autonomia. Essa abordagem visa não apenas melhorar as práticas pedagógicas, mas também favorecer o desenvolvimento da autoestima dos estudantes. Especificamente nos casos de alunos com Distúrbios de Aprendizagem (DA), a intervenção do psicólogo torna-se fundamental devido à sua expertise em lidar com os aspectos intelectuais do aluno.

Ao trabalhar com alunos que enfrentam desafios relacionados à aprendizagem, o psicólogo escolar pode oferecer suporte para que esses estudantes compreendam e superem suas dificuldades. Isso pode incluir estratégias para lidar com questões como frustração, ansiedade e baixa autoestima, que muitas vezes estão associadas aos distúrbios de aprendizagem. Além disso, o psicólogo pode colaborar com professores e pais para criar um ambiente de apoio que reconheça e valorize as habilidades únicas de cada aluno, garantindo que todos sejam tratados de maneira justa e inclusiva.

É importante ressaltar que a atuação do psicólogo escolar não se limita apenas ao aspecto técnico, mas também considera o contexto social e emocional em que o aluno está inserido. Ao registrar-se em um ambiente escolar que valoriza a diversidade e a inclusão, os alunos com distúrbios de aprendizagem podem se sentir mais aceitos e apoiados, o que contribui significativamente para seu desenvolvimento acadêmico e pessoal. Nesse sentido, a presença do psicólogo escolar desempenha um papel essencial na promoção de uma educação mais equitativa e acessível para todos os estudantes.

Nesse contexto, a presença do psicólogo escolar é crucial para oferecer suporte não apenas aos educadores, mas a toda a comunidade escolar, na definição de metas inclusivas e metodologias que promovam uma aprendizagem significativa e benéfica para todos os alunos. Além de auxiliar na elaboração de estratégias pedagógicas adaptadas às necessidades individuais dos estudantes, o psicólogo escolar desempenha um papel fundamental ao colaborar com as famílias dos alunos que enfrentam dificuldades de aprendizagem. Ao trabalhar em conjunto com as famílias, o psicólogo escolar busca garantir o bem-estar emocional e pedagógico dos estudantes, incentivando a inclusão, o respeito aos direitos iguais e a excelência no ensino.

Essa colaboração não apenas fortalece o vínculo entre a escola e a comunidade, mas também contribui para a construção de um ambiente educacional mais acolhedor e estimulante para todos os envolvidos. Portanto, o psicólogo escolar desempenha um papel essencial na promoção de uma educação inclusiva e de qualidade, atuando como um facilitador do desenvolvimento integral dos alunos e como um agente de transformação dentro do ambiente escolar.

4. CONCLUSÃO

Este estudo teve como objetivo investigar o papel dos psicólogos escolares na educação básica brasileira, com foco nas oportunidades que oferecem e nos desafios que enfrentam. Para atingir esse objetivo, adotou-se uma metodologia que incluiu revisão bibliográfica de estudos relevantes sobre o tema. Os resultados da pesquisa revelaram que os psicólogos escolares desempenham um papel multifacetado e crucial no contexto educacional brasileiro. Eles atuam como facilitadores do desenvolvimento integral dos alu-



nos, promovendo o fortalecimento do autoconhecimento, a autonomia e a inclusão. Além disso, colaboram com os educadores na definição de metas inclusivas e na elaboração de estratégias pedagógicas adaptadas às necessidades individuais dos estudantes.

As contribuições deste estudo destacam a importância da presença do psicólogo escolar para o sucesso educacional e emocional dos alunos. Ao oferecer suporte não apenas aos educadores, mas a toda a comunidade escolar, os psicólogos contribuem para a construção de um ambiente educacional mais acolhedor, estimulante e inclusivo. Para pesquisas futuras, sugere-se explorar mais detalhadamente a eficácia das intervenções realizadas pelos psicólogos escolares, bem como investigar os impactos de sua atuação na aprendizagem e no bem-estar dos alunos a longo prazo. Além disso, seria relevante analisar as políticas públicas relacionadas à inserção e atuação dos psicólogos escolares nas escolas brasileiras, visando identificar possíveis lacunas e oportunidades de melhoria no sistema educacional.

REFERÊNCIAS

- ALBUQUERQUE, Jéssica Andrade de; AQUINO, Fabíola de Sousa Braz. Psicologia Escolar e Relação Família-Escola: Um Levantamento da Literatura. **Psico-USF** [online]. 2018, v. 23, n. 2 [Acessado 9 Maio 2024], pp. 307-318.
- ALMEIDA, Rodrigo Silva. A PRÁTICA DA AUTOMUTILIZAÇÃO NA ADOLESCÊNCIA: O OLHAR DA PSICOLOGIA ESCOLAR/ EDUCACIONAL. **Caderno de Graduação** - Ciências Humanas e Sociais - UNIT - ALAGOAS, [S. l.], v. 4, n. 3, p. 147, 2018. Disponível em: <https://periodicos.set.edu.br/fitshumanas/article/view/5322>. Acesso em: 9 maio. 2024.
- ANDRADE, Sammela Rejane de Jesus; FREITAG, Raquel Meister Ko. Objetivos educacionais e avaliações em larga escala na trajetória da educação superior brasileira: Enem, Enade e a complexidade cognitiva na retenção do fluxo. **Revista Brasileira de Estudos Pedagógicos** [online]. 2021, v. 102, n. 260 [Acessado 9 Maio 2024], pp. 177-204.
- BRASIL. **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional – LDB**. Aprovada pela lei 9.393 em 20 de dezembro de 1996.
- BRASIL. **Lei n. 10.172** de 9 de janeiro de 2001. Aprova o Plano Nacional de Educação.
- BRASIL. SAEB – Sistema de Avaliação da Educação Básica. In.: INEP – **Instituto Nacional de Pesquisas em Educação Anísio Teixeira** – Ministério da Educação. 2017.
- BRASIL. Ministério da Educação. Secretaria de Educação Básica. **Base Nacional Comum Curricular: Educação é a base**. 2017.
- COSTA, Anderson Gonçalves; VIDAL, Eloísa Maia; VIEIRA, Sofia Lerche. Avaliação em larga escala no Brasil: entre a coordenação federativa e o ethos do Estado-avaliador. **Rev. Educ. Questão**, Natal, v. 57, n. 51, e-15806, jan. 2019. Disponível em http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-77352019000100110&lng=pt&nrm=iso.
- DE SOUZA, E. A. M. História da educação no Brasil: o elitismo e a exclusão no ensino. **Cadernos da Pedagogia**. São Carlos, Ano 12 v. 12 n. 23 jul/dez 2018
- FEITOSA, Lígia Rocha Cavalcante e ARAUJO, Claisy Maria Marinho. O papel do psicólogo na educação profissional e tecnológica: contribuições da Psicologia Escolar. **Estudos de Psicologia** (Campinas) [online]. 2018, v. 35, n. 2 [Acessado 9 Maio 2024], pp. 181-191.
- FERNANDES, João Paulo; GOUVÊA, Guaracira. A perspectiva CTS e a formação docente na visão de professores da educação básica brasileira. **Revista Iberoamericana de Ciencia, Tecnología y Sociedad - CTS**, vol. 14, núm. 41, 2019.
- FONSECA, Thaisa da Silva, FREITAS, Camila Siqueira Cronemberger e NEGREIROS, Fauston. Psicologia Escolar e Educação Inclusiva: A Atuação Junto aos Professores. **Revista Brasileira de Educação Especial** [online]. 2018, v. 24, n. 3 [Acessado 9 Maio 2024], pp. 427-440.
- LIMA, Iana Gomes de; GANDIN, Luís Armando. O CONTEXTO DA CONSOLIDAÇÃO DAS AVALIAÇÕES EM LAR-

GA ESCALA NO CENÁRIO BRASILEIRO. **Educação & Sociedade** [online]. 2019, v. 40 [Acessado 9 Maio 2024], e0204183.

MAGALHÃES, Giselle Modé; MARTINS, Lígia Márcia. Onze teses sobre a relação entre psicologia educacional e pedagogia escolar. **Rev. Educ. Questão**, Natal, v. 58, n. 55, e19150, jan. 2020. Disponível em http://educaca.fcc.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-77352020000100009&lng=pt&nrm=iso. acessos em 02 maio 2024.

OLIVEIRA, Ana Cláudia Rodrigues de; STORTO, Letícia Jovelina; LANZA, Fabio. A educação básica brasileira em disputa: doutrinação versus neutralidade. **Revista Katálysis** [online]. 2019, v. 22, n. 03 [Acessado 9 Maio 2024], pp. 468-478.

PATTO, Maria Helena Souza. **Psicologia e ideologia: uma introdução crítica à psicologia escolar**. São Paulo: Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, 2022.

PASSONE, Eric Ferdinando Kanai. Da avaliação em larga escala ao furor avaliativo: a degradação do ato educativo. **Quaestio - Revista de Estudos em Educação**, Sorocaba, SP, v. 21, n. 3, 2019. DOI: 10.22483/2177-5796.2019v21n3p945-964. Disponível em: <https://uniso.emnuvens.com.br/quaestio/article/view/3553>. Acesso em: 9 maio 2024.

PIMENTEL, Gabriela Sousa Rêgo. O BRASIL E OS DESAFIOS DA EDUCAÇÃO E DOS EDUCADORES NA AGENDA 2030 DA ONU. Revista Nova Paideia - **Revista Interdisciplinar em Educação e Pesquisa**, [S. l.], v. 1, n. 3, p. 22-33, 2019. DOI: 10.36732/riep.v1i3.36. Disponível em: <https://ojs.novapaideia.org/index.php/RIEP/article/view/35>. Acesso em: 9 maio 2024.

QUEVEDO, R. F. A atuação do psicólogo na escola de ensino fundamental: modalidades de trabalho. **Doxa: Rev. Bras. Psico. e Educ.**, Araraquara, v. 22, n. 2, p. 381-393, jul./dez. 2020.

SANTOS, Layane Bastos dos; PEREIRA, Alvaro Itaúna Schalcher; NEGREIROS, Fauston; RIBEIRO, Francisco Adelton Alves; MADEIRA, Kalinka Maria Leal; LIRA, Celina Daniela Diogo. PRONATEC CAMPO - POSSIBILIDADES & DESAFIOS: UM ESTUDO DE CASO A PARTIR DA PRÁTICA DO PSICÓLOGO EDUCACIONAL NA EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA. **Revista Brasileira da Educação Profissional e Tecnológica**, [S. l.], v. 2, n. 19, p. e9835, 2020. DOI: 10.15628/rbept.2020.9835. Disponível em: <https://www2.ifrn.edu.br/ojs/index.php/RBEPT/article/view/9835>. Acesso em: 2 maio 2024.

SCHIAVI, Cristiano Sordi; FERNANDES, Érik Álvaro; PEDROZO, Eugenio Avila. Complexidade Moriniana e as polícrises da COVID-19: por uma educação humanizadora frente à crise planetária. **Revista Brasileira de Educação Ambiental (RevBEA)**, [S. l.], v. 15, n. 4, p. 402-426, 2020. DOI: 10.34024/revbea.2020.v15.10849. Disponível em: <https://periodicos.unifesp.br/index.php/revbea/article/view/10849>. Acesso em: 2 maio 2024.

TELES, Liliâne Alves da Luz. *O estágio em psicologia escolar e educacional em uma perspectiva crítica: contribuições de supervisoras na formação de psicólogas*. 2019. 206f. **Tese (doutorado) - Universidade Federal da Bahia. Faculdade de Educação**, Salvador, 2019.

WELTER, Cristiane Backes; WERLE, Flávia Obino Corrêa. Processos de invisibilização na avaliação em larga escala. **Ensaio: Avaliação e Políticas Públicas em Educação** [online]. 2021, v. 29, n. 111 [Acessado 9 Maio 2024], pp. 441-460.

VASCONCELOS CRUZ BENEDITO, Samiles; DE CASTRO FILHO, Pedro Julio. A EDUCAÇÃO BÁSICA CEARENSE EM ÉPOCA DE PANDEMIA DE CORONAVÍRUS (COVID-19): PERSPECTIVAS E DESAFIOS NO CENÁRIO EDUCACIONAL BRASILEIRO. Revista Nova Paideia - **Revista Interdisciplinar em Educação e Pesquisa**, [S. l.], v. 2, n. 3, p. 58-71, 2020. DOI: 10.36732/riep.v2i3.58. Disponível em: <https://ojs.novapaideia.org/index.php/RIEP/article/view/43>. Acesso em: 9 maio 2024.

ZANOTTO, M.; SANDRI, S. Avaliação em larga escala e BNCC: estratégias para o gerencialismo na educação. **Temas & Matizes**, [S. l.], v. 12, n. 23, p. 127-143, 2018. DOI: 10.48075/rtm.v12i23.21409. Disponível em: <https://saaber.unioeste.br/index.php/temasematizes/article/view/21409>. Acesso em: 9 maio 2024.

12

A INFLUÊNCIA DA ESTÉTICA NA AUTOESTIMA DE MULHERES FREQUENTADORAS DE UM SALÃO DE BELEZA EM SÃO LUÍS (MA)

THE INFLUENCE OF AESTHETICS ON THE SELF-ESTEEM OF WOMEN WHO FREQUENT A BEAUTY SALON IN SÃO LUÍS (MA)

Janaina dos Santos Sirqueira¹
Gabriel Nava Lima²

1 Psicologia, Centro Universitário Estácio São Luís, São Luís - Maranhão

2 Doutor em Meio Ambiente e Desenvolvimento regional, Centro Universitário Estácio São Luís, São Luís - Maranhão

Resumo

A busca incansável pela beleza, frequentemente definida por padrões inatingíveis é uma característica proeminente da sociedade atual. Essa preocupação constante pode afetar a saúde mental das mulheres, resultando em problemas psicológicos que variam da baixa autoestima a distúrbios graves, como a depressão e transtornos alimentares. Dessa maneira, o objetivo deste trabalho é compreender a influência da estética na autoestima das mulheres, analisando os fatores que podem impactar positiva ou negativamente a forma como elas se veem e como isso se reflete em seu bem-estar emocional. Para isso, foi realizado uma pesquisa de campo em um centro de beleza na cidade de São Luís (MA). A abordagem foi quali-quantitativa e o instrumento de pesquisa foi um questionário confeccionado em duas sessões, a primeira com informações pessoais, frequência de visitas ao salão de beleza e a pressão social sobre a busca pela beleza, já a segunda parte utilizou a Escala de Rosenberg (EAR), composta por 10 questões sobre autoavaliação e autoestima. Os resultados revelaram que a estética tem influência tanto positiva quanto negativa na autoestima feminina. A pressão social pode afetar a forma como as mulheres se veem. Além disso, a análise dos itens compostos na EAR mostrou que as participantes experimentam uma gama de sentimento em relação a si mesmas, o que sugere uma complexidade de fatores relacionados a autoestima. Com isso conclui-se que esta pesquisa fornece informações importantes entre autoaceitação e autoimagem com a estética. Dessa forma é necessária uma compreensão mais profunda da relação entre estética e autoestima.

Palavras-chave: Autoestima, Estética, Padrões de beleza, Saúde mental.

Abstract

The relentless pursuit of beauty, often defined by unattainable standards, is a prominent feature of today's society. This constant concern can affect women's mental health, resulting in psychological problems ranging from low self-esteem to serious disorders such as depression and eating disorders. Thus, the aim of this study is to understand the influence of aesthetics on women's self-esteem, analyzing the factors that can positively or negatively impact the way they see themselves and how this reflects on their emotional well-being. To this end, a field study was carried out in a beauty center in the city of São Luís (MA). The approach was qualitative and quantitative, and the research instrument was a questionnaire made up in two sections, the first with personal information, frequency of visits to the beauty salon and social pressure on the search for beauty, while the second part used the Rosenberg Scale (RAS), made up of 10 questions on self-assessment and self-esteem. The results revealed that aesthetics has both a positive and negative influence on female self-esteem. Social pressure can affect the way women see themselves. In addition, the analysis of the composite items in the RAS showed that the participants experience a range of feelings about themselves, which suggests a complexity of factors related to self-esteem. It can therefore be concluded that this research provides important information between self-acceptance and self-image and aesthetics. A deeper understanding of the relationship between aesthetics and self-esteem is therefore needed.

Keywords: Self-esteem, Aesthetics, Beauty standards, Mental health.



1. INTRODUÇÃO

A busca incessante pela beleza, ditada por padrões muitas vezes inatingíveis e irreais, tem se tornado uma característica marcante da sociedade contemporânea. Esta preocupação constante com a estética tem um impacto significativo na saúde mental das mulheres, muitas vezes resultando em problemas psicológicos que vão desde a baixa autoestima até distúrbios mais graves, como a depressão e transtornos alimentares. A incessante comparação com imagens retocadas e idealizadas pode levar a uma percepção distorcida da própria imagem corporal. Como resultado, muitas mulheres experimentam uma diminuição da autoestima, ansiedade e insatisfação com a aparência física (MIRANDA *et al.*, 2022).

Um dos impactos mais significativos da influência da estética na saúde mental feminina é a ligação com a depressão e a baixa autoestima. A obsessão pela perfeição estética pode criar um ciclo de autocrítica constante, levando a sentimentos de desespero e inadequação. Essa baixa autoestima resultante desse ciclo pode ser um fator predisponente para a depressão o que afeta profundamente a qualidade de vida das mulheres.

Salienta-se que a autoestima é um aspecto fundamental da saúde mental e do bem-estar de uma pessoa, influenciando diretamente a forma como ela se percebe e se relaciona com o mundo. Portanto refere-se à avaliação subjetiva que um indivíduo faz de si mesmo, envolvendo a sua autoimagem, autovalorização e autoaceitação. Uma autoestima saudável é caracterizada por um equilíbrio positivo entre a autocrítica e a autoaceitação. Nesse sentido a pessoa se sente digna de amor, respeito e aceitação, tanto por si mesma quanto pelos outros (OLIVEIRA *et al.*, 2020).

Com base no citado e certo de que as questões relacionadas à autoestima e saúde mental das mulheres estão se tornando cada vez mais cruciais, dada a sociedade contemporânea, que muitas vezes coloca padrões irreais de beleza. Este estudo concentra-se na problemática de entender como as pressões estéticas afetam a autoestima e a saúde mental das mulheres. Com isso a justificativa para realização desse trabalho é poder fornecer informações importantes para o desenvolvimento de intervenções e políticas que promovam a autoestima e o bem-estar emocional feminino. Além disso, contribuir para uma sociedade mais inclusiva e igualitária, na qual a autoimagem e a autoestima não sejam negativamente afetadas por padrões inatingíveis de beleza.

Portanto, o objetivo geral deste estudo é compreender a influência da estética na autoestima das mulheres, analisando os fatores que podem impactar positiva ou negativamente a forma como elas se veem e como isso se reflete em seu bem-estar emocional. Sendo os objetivos específicos: a) investigar a relação entre os padrões de beleza estabelecidos pela sociedade e a autoestima das mulheres; b) avaliar a percepção da própria imagem corporal e sua correlação com a saúde mental feminina c) verificar como as pressões estéticas, como a mídia e as redes sociais, afetam a autoimagem e o nível de confiança das mulheres, d) fornecer informações uteis que orientem os profissionais da psicologia a atuarem diante dessa relação – estética e autoestima.

2. REFERENCIAL TEÓRICO

2.1 A evolução da Estética na história humana

Desde tempos antigos, a humanidade tem se deparado com esses padrões de beleza,

que evoluíram ao longo do tempo, contribuindo para o desenvolvimento da estética. Não é possível separar o corpo da influência cultural, uma vez que ele carrega os valores específicos de uma sociedade. O corpo, em cada contexto histórico, expressa e personifica esses valores sendo que a percepção estética do corpo e da aparência física “evoluiu ao longo das épocas, criando imagens a serem idealizadas e alcançadas (ARAÚJO; LEORATTO, 2013).

O corpo é o alicerce da identidade do indivíduo e estabelece as primeiras conexões com o ambiente. A história da busca pela beleza tem raízes na pré-história, com relatos que indicam que entre os povos primitivos, a pintura do rosto e do corpo era considerada bela, além de ser um meio de agradar às divindades e afastar energias negativas. Os egípcios também adotavam a prática de pintar o rosto e as unhas, utilizando carvão, açafrão outros pigmentos coloridos em seu ritual diário de embelezamento. No Egito, a higiene era de extrema importância para essas culturas, sendo vista como uma forma de proteção contra o mal e as doenças sendo que o ideal de beleza do corpo feminino incluía uma cintura fina e seios firmes (SUENAGA *et al.*, 2012).

Os antigos hebreus associavam a beleza à prática de hábitos de limpeza destinados à preservação da pele, cabelos e dentes. Utilizavam azeite de oliva e óleo de semente de uva para hidratar e proteger a pele, além de preparar pomadas à base de hissopo, mirra em pó e romã. No entanto, diferente dos padrões de beleza contemporâneos, a pele branca era valorizada entre os gregos como símbolo de status - para protegê-la do sol, eles se banhavam em azeite de oliva e aplicavam areia fina no corpo. Durante a Idade Média, o ideal de beleza feminino estava ligado à imagem da Virgem Maria, associada a pele branca, cabelos loiros e pureza moral (SUENAGA *et al.*, 2012).

Com o advento do cristianismo, vaidade - como maquiagem e banhos, foram considerados pecados, questionando a modificação da aparência dada por Deus. Os cabelos representavam status sexual, onde cabelos longos simbolizavam sexualidade desinibida e cabelos curtos ou raspados simbolizavam abstinência sexual. No Renascimento, a estética enfatizava mulheres com corpos voluptuosos, associando a gordura à saúde e fertilidade, reservada à classe dominante com boa alimentação e pouca atividade física (SUENAGA *et al.*, 2012).

No século XVI, a ênfase era dada ao rosto, ombros e busto femininos, com destaque para a delicadeza dos olhos. No século XVII, a maquiagem retornou à moda, e pós de arroz e pintas artificiais eram usados. Contudo, no século XIX, houve uma mudança estética em direção à magreza, rejeitando a obesidade padrões que se estenderam até o século XX quando houve rápidas transformações nos padrões de beleza, valorizando a magreza, cintura fina e corpo curvilíneo. Diferentes décadas enfocaram várias características, como seios volumosos nos anos 1910, simplicidade e geometrização da silhueta nos anos 1920, elegância e foco nas costas nos anos 1930 (LOPES; CARVALHO, 2012).

Durante a década de 1960, o ideal de beleza feminina destacava a valorização da aparência “natural,” com ênfase na beleza inata - nesse período, ocorreu um movimento de emancipação feminina relacionado à vestimenta, com a popularização do visual *unissex*, incluindo calças jeans e sapatos baixos. Isso marcou um momento em que as mulheres pela primeira vez se vestiam com roupas tradicionalmente masculinas, como o smoking. Já por volta de 1980, o ideal de beleza era associado a um “corpo saudável,” levando muitas pessoas a desenvolverem uma obsessão pela busca da perfeição corporal. Dessa maneira foi adotado pelas pessoas hábitos saudáveis, rotinas de exercícios e uma alimentação adequada. Os homens, por sua vez, passaram a abraçar o culto à musculação, em particular ao fisiculturismo (CIDREIRA, 2008).

Na década de 1990, o estereótipo de beleza feminina valorizava mulheres magras com

cabelos muito curtos, promovendo uma silhueta à moda manequim com braços e pernas finos. Esse período também testemunhou o surgimento da era da cirurgia plástica, com ênfase especial no uso de silicone, que transformou o busto em uma zona erógena enfatizada pelos decotes. A lingerie tornou-se uma parte destacada do guarda-roupa e surgiu o movimento grunge, impulsionado pelo rock, caracterizado pelo uso de calças largas, camisas xadrez, além do aumento da popularidade de piercings e tatuagens entre os jovens (CIDREIRA, 2008).

No século XXI, o padrão de beleza feminina é definido por corpos sinuosos, peles bronzeadas, abdomens definidos, pernas tonificadas, cabelos tingidos, unhas cuidadas e uma ênfase na tentativa de retardar o processo de envelhecimento, com o uso constante de cremes rejuvenescedores e procedimentos estéticos. Portanto, vê-se que ao longo dos anos os padrões de beleza mudaram, contudo, as cobranças pelo corpo ideal foram intensificadas nos últimos anos com a expansão da internet e das redes sociais (SIRQUEIRA *et al.*, 2021). Essa busca incessante por um ideal de beleza muitas vezes inatingível coloca as mulheres sob uma pressão constante da sociedade, o que pode desencadear uma série de problemas mentais, como transtornos de imagem corporal, ansiedade e baixa autoestima.

2.2 O conceito e a construção da autoestima ao longo da vida

A autoestima é um conceito fundamental na construção da identidade e bem-estar de um indivíduo. Ela se refere à avaliação subjetiva que uma pessoa faz de si mesma, envolvendo sentimentos de autovalorização e autoaceitação. Com isso, é moldada por uma série de fatores, incluindo a infância, as experiências de vida e a influência social portanto, é influenciada pela forma como somos tratados por nossos cuidadores e pelas mensagens que recebemos (APRILE, 2013).

Os elementos centrais da autoestima incluem felicidade, bem-estar e autoavaliação positiva. Ter uma autoestima elevada não apenas beneficia a saúde mental e física, mas também contribui para relacionamentos mais saudáveis na sociedade e no ambiente de trabalho. Além disso, indivíduos com alta autoestima tendem a sentir maior satisfação e, conseqüentemente, estão mais motivados para alcançar seus objetivos e aspirações. Liga-se também ao modo como uma pessoa se percebe em relação à congruência entre seu autoconhecimento e sua visão ideal do ego, representando a avaliação pessoal de autovalorização e competência (SOUSA; FUKUDA, 2021).

A aceitação e o apoio emocional durante os primeiros anos de vida desempenham um papel crucial na formação de uma autoimagem saudável. Por outro lado, experiências negativas podem erodir a autoestima, criando sentimentos de inadequação e desvalorização. Além das experiências pessoais, a sociedade desempenha um papel significativo na construção da autoestima. As normas culturais e os padrões de beleza, por exemplo, podem impactar a maneira como o indivíduo se percebe e se valoriza (SOUSA; FUKUDA, 2021).

É importante reconhecer a influência desses fatores externos e trabalhar na promoção de uma autoestima sólida e saudável, baseada na aceitação de si mesmo e na resiliência diante dos desafios. A autoestima é dinâmica e pode ser fortalecida ao longo da vida. Praticar o autocuidado, buscar o crescimento pessoal, definir metas alcançáveis e desenvolver relacionamentos positivos são formas de promover a autoestima. Quando o indivíduo cultiva uma autoimagem positiva e um senso de autovalorização ele se torna com maior capacidade de enfrentar os desafios – o que corrobora a ideia de que autoestima é algo contínuo que deve ser estimulado (CHOW, 2021).

2.3 Os padrões de beleza impostos pela sociedade

Os padrões de beleza impostos pela sociedade representam uma questão complexa e multifacetada que impacta significativamente a vida das pessoas. Ao longo do tempo, esses padrões têm evoluído, moldando a percepção da beleza e influenciando os comportamentos das pessoas. A busca incessante por um corpo idealizado é uma realidade que afeta homens e, de forma ainda mais intensa, as mulheres, gerando pressões psicológicas e físicas que muitas vezes são insustentáveis. Sendo essa obsessão contemporânea pela imagem corporal perfeita impulsionada pela mídia, que constantemente estabelece padrões de beleza inatingíveis e ilusórios (SOUSA SILVA *et al.*, 2018).

Essa valorização da estética muitas vezes é vista como a chave para o sucesso social, profissional ou mesmo amoroso. Contudo, esse culto ao corpo perfeito pode gerar uma série de problemas, desde distorções na percepção da imagem corporal até transtornos mentais graves, como depressão e ansiedade. Padrões que não poupam nem mesmo os adolescentes, que enfrentam a pressão social e midiática para se encaixarem nesses ideais de beleza - essa pressão pode impactar negativamente a autoestima e a autoimagem das pessoas, levando a preocupações excessivas com a aparência e, em alguns casos, a distúrbios alimentares e de imagem (SANTOS, 2019).

Além disso, essa busca incessante pela perfeição corporal tem se tornado um fator de discriminação social, marginalizando aqueles que não se enquadram nos padrões estéticos vigentes. Diante dessa realidade, é fundamental reconhecer a importância de uma abordagem mais equilibrada em relação à beleza e à autoimagem. O movimento que desafia a ditadura da beleza, liderado principalmente por mulheres, destaca a necessidade de aceitar e celebrar a diversidade dos corpos, promovendo a liberdade de ser feliz como se é, sem a pressão de se conformar a padrões irreais (ASSIS *et al.*, 2022).

Essa estimulação a autoestima deve ser trabalhada desde a infância com vistas ao indivíduo tornar-se um sujeito mais propício a enfrentar as cobranças injustas e idealizadas que as pessoas enfrentam em relação à sua aparência. A obsessão por esses padrões pode levar a sérios problemas de saúde mental e física. Portanto, é essencial que profissionais como psicólogos e psiquiatras trabalhem junto a esse público não só após a instalação de algum problema psicológico, mas também antes mesmo dele desenvolver-se.

Nos últimos anos, o Brasil apresentou um aumento significativo na quantidade de centros de estética e clínicas voltadas para procedimentos de embelezamento. Este crescimento é um reflexo da crescente demanda da população, impulsionado pela cultura brasileira que valoriza a vaidade e a busca por uma aparência mais atraente. A expansão desses espaços de estética está relacionada à busca incessante de muitos brasileiros por melhorar sua autoestima e autoimagem. A possibilidade de realizar tratamentos estéticos que proporcionem resultados visíveis, como procedimentos de cuidados com a pele, cirurgias plásticas e outros tratamentos de embelezamento, desempenha um papel fundamental na construção da autoestima das mulheres. De acordo com Filgueiras (2018) isso os capacita a enfrentar a pressão social em relação aos padrões de beleza e promove um senso de confiança e satisfação pessoal.

A crescente proliferação de centros de estética no Brasil também reflete a conscientização crescente de que a autoestima e o bem-estar emocional estão intimamente ligados à imagem que uma pessoa tem de si mesma. O acesso a serviços de qualidade nessa área desempenha um papel importante em elevar a autoestima das mulheres, permitindo que elas se sintam mais confiantes e confortáveis. Portanto, os centros de estética desempenham um papel importante na promoção da autoestima das mulheres, fornecendo um espaço onde elas podem investir em seu próprio embelezamento, aumentando sua auto-



confiança e bem-estar geral (FILGUEIRAS, 2018).

2.4 Escala de Autoestima de Rosenberg

A Escala de Autoestima de Rosenberg, originalmente conhecida como Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES), foi criada por Morris Rosenberg em 1965. Este instrumento destinado a avaliar a autoestima global foi aplicado a uma amostra de 5.024 indivíduos, incluindo estudantes universitários e idosos na cidade de Nova Iorque. Rosenberg (1965) explana a autoestima como uma autoavaliação pessoal que envolve um senso de valor próprio, caracterizado por uma dimensão predominantemente emocional, que se manifesta através de uma atitude de aprovação ou desaprovação em relação a si mesmo (ROSENBERG, 1965).

Com base nesse entendimento, a escala consiste em 10 perguntas que abordam sentimentos de autoaceitação e respeito. Metade das questões é formulada de maneira positiva, com as opções de resposta correlacionadas aos números 1 (discordo totalmente), 2 (discordo), 3 (concordo) e 4 (concordo totalmente). A outra metade das questões é formulada negativamente, com as mesmas opções de resposta. Portanto, cada pergunta pode receber uma pontuação variando de 1 a 4. A soma das respostas às 10 questões resulta na pontuação total da escala, que varia de 10 a 40. Pontuações mais altas indicam um nível mais elevado de autoestima.

No entanto, a Escala de Rosenberg passou por adaptações e traduções em diferentes contextos e países para garantir sua relevância e aplicabilidade cultural. No Brasil, a versão adaptada por Fábio Igansi Hutz tornou-se amplamente reconhecida e teve como objetivo tornar as afirmações mais compreensíveis e culturalmente sensíveis à população brasileira. Nessa versão, mantém seu foco principal na autoavaliação dos indivíduos, permitindo uma avaliação objetiva da autoestima (DINI *et al.*, 2001).

Além disso, a adaptação da Escala de Rosenberg por Hutz possibilitou que os pesquisadores e profissionais da psicologia no Brasil contassem com uma medida confiável e validada para avaliar a autoestima, o que é essencial para compreender questões relacionadas à autoimagem, autoaceitação e saúde mental permitindo uma análise mais aprofundada da autoestima em um contexto cultural específico (DINI *et al.*, 2001).

3. MÉTODOS

Este trabalho trata-se de uma pesquisa de campo, descritiva e abordagem quantitativa realizada com mulheres frequentadoras de um centro de estética da cidade de São Luís (MA). O objetivo foi observar e discorrer a influência da estética na autoestima dessas mulheres - a amostra do estudo consistiu em 61 mulheres, todas maiores de 18 anos. O critério de exclusão estipulado foi que apenas mulheres acima dessa faixa etária seriam incluídas na pesquisa.

Para coletar os dados, foi desenvolvido pela própria pesquisadora um questionário online utilizando a plataforma *Google Forms*. Esse questionário foi dividido em duas sessões, a primeira abordou questões de cunho pessoal como idade, estado civil, escolaridade, frequência de visitas ao salão de beleza e a pressão que a sociedade exerce na autoestima da entrevistada. E a segunda envolveu análise da autoestima das entrevistadas, para isso, utilizou-se a Escala de Rosenberg, que consiste em 10 questões relacionadas à autoavaliação e ao nível de autoestima das participantes.

Para garantir o anonimato e a privacidade das entrevistadas, o link para o questionário foi enviado pelo aplicativo WhatsApp através do seguinte endereço: <https://forms.gle/KxojVJpDpzwpNtfeA>. Isso permitiu que as mulheres respondessem de forma voluntária e anônima, minimizando possíveis vieses. Os resultados da pesquisa foram interpretados com base nas questões da pesquisa e permitiram uma compreensão da relação entre a estética e a autoestima das mulheres. Embora a pesquisa forneça informações valiosas sobre a influência da estética na autoestima feminina, é importante ressaltar que este trabalho não fez uma análise criteriosa e estatística dos resultados coletados. Assim, foi descrito a tendência dos resultados observados em cada uma das variáveis.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

4.1 Descrição sociodemográfica da população estudada

No presente estudo, foram entrevistadas 61 mulheres frequentadoras de um salão de beleza, representando um amplo espectro etário, com a maioria (62,3%) situando-se na faixa etária de 25 a 34 anos. Quanto ao estado civil, a maioria das entrevistadas eram casadas (27,9%), seguidas de solteiras (70,5%). Em relação à escolaridade, observou-se uma distribuição diversificada, com a maioria das participantes possuindo ensino médio completo (62,3%), enquanto 31,1% apresentavam formação de nível superior completo – conforme tabela 1.

Tabela 1. Descrição sociodemográfica da população estudada.

VARIÁVEIS	N	%
Idade		
18- 24 anos	11	18
25 – 34 anos	38	62,3
35 – 44 anos	11	18
+ 45 anos	1	1,6
Estado Civil		
Solteira	17	70,5
Casada	43	27,9
Divorciada	1	1,6
Escolaridade		
Ensino Fund. Completo	2	3,3
Ensino Méd. Completo	38	62,3
Ensino Sup. Completo	19	31,1
Pós-Graduação	2	3,3

Fonte: Dados da pesquisa (2023).

Com relação à frequência de visitas ao salão de beleza (tabela 2) observa-se uma diversificação entre as participantes, com a maioria (67,2%) relatando visitas ocasionais. Além disso, a pressão social para frequentar o salão de beleza foi identificada em 26,2% das entrevistadas. Entretanto, é notável que a maioria das mulheres (91,8%) relatou perceber uma influência positiva dos salões de beleza em suas vidas, sugerindo que esses espaços desempenham um papel importante na promoção da autoestima e da satisfação pessoal - apesar das variações nas sensações em relação à aparência pessoal, variando de insatisfação (23%) a satisfação (41%). Esses resultados fornecem uma visão abrangente da relação



entre as mulheres e os salões de beleza, considerando tanto fatores socioculturais quanto a percepção pessoal de sua aparência.

Tabela 2. Frequência de visitas ao salão de beleza e sua influência na autoestima e na percepção da aparência pessoal.

VARIÁVEIS	N	%
Frequência de visitas ao salão de beleza		
Semanalmente	8	13,1
Mensalmente	12	19,7
Vou Ocasionalmente	41	67,2
Pressão social para frequentar o salão de beleza		
Sim	16	26,2
Não	45	73,8
Influência positiva dos salões de beleza na vida da entrevistada		
Sim	56	91,8
Não	5	8,2
Sensação em relação a aparência pessoal		
Muito Insatisfeita	7	11,5
Insatisfeita	14	23
Satisfeita	25	41
Muito Satisfeita	7	11,5
Neutra	8	13,1

Fonte: Dados da pesquisa (2023).

4.2 Variáveis analisadas segundo Escala de Autoestima de Rosenberg

Os resultados da afirmação “De uma forma geral, estou satisfeita comigo mesma” obtidos a partir da Escala de Rosenberg (gráfico 1) revelam uma interessante perspectiva sobre a autoestima nesse contexto específico. Mais de dois terços das entrevistadas concordaram, de alguma forma, com a afirmação, com 21,3% concordando plenamente e 45,9% concordando. No entanto, é importante notar que 27,9% discordaram da afirmação, enquanto 4,9% discordaram plenamente -esses resultados sugerem uma variedade de níveis de autoestima entre as mulheres que frequentam salões de beleza. Contudo, ressalta-se que esse grau de satisfação pode estar ligado a uma diversidade de fatores importantes para uma boa qualidade de vida.

A maioria das participantes expressou um grau significativo de autoaceitação e satisfação consigo mesma, o que pode estar relacionado aos benefícios percebidos desse ambiente em termos de melhoria da aparência e autoestima. No entanto, uma parcela não insignificante ainda discordou, o que levanta questões importantes sobre as dinâmicas sociais e a pressão percebida para alcançar padrões de beleza. Os resultados destacam a complexa interação entre a frequência em salões de beleza e a autoestima feminina, demonstrando que, embora muitas mulheres se beneficiem de experiências positivas nesses locais, há um subconjunto que ainda enfrenta desafios em relação à satisfação pessoal. Essas descobertas podem contribuir para uma compreensão mais profunda das implicações psicológicas da busca pela estética em ambientes de cuidados pessoais.

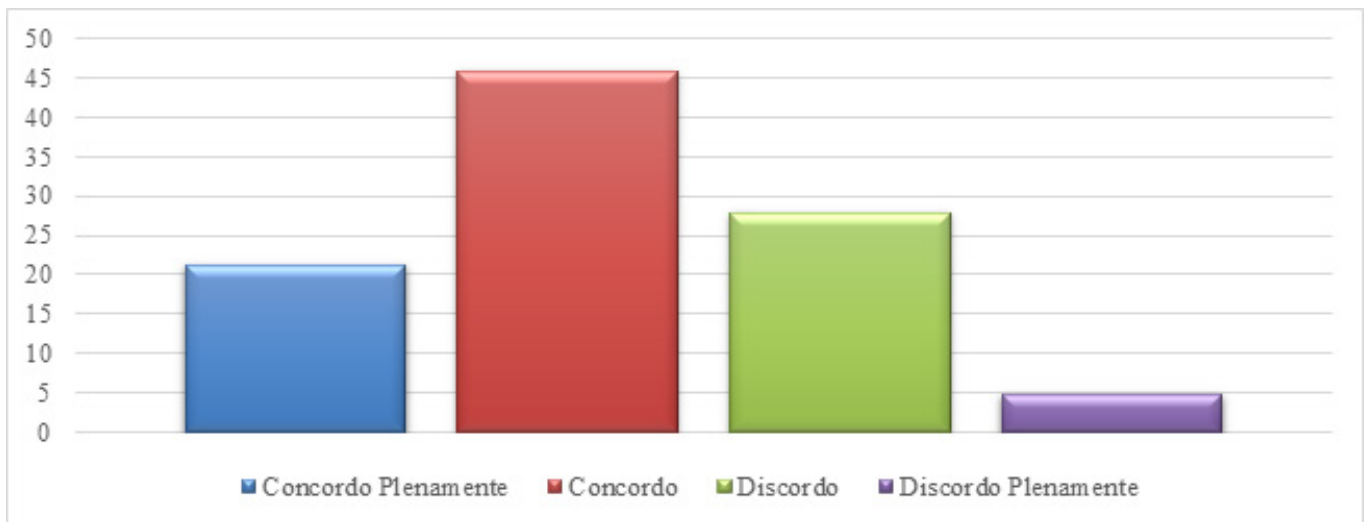


Gráfico 1. Satisfação Pessoal.

Fonte: Elaboração da autora (2023).

Os resultados obtidos a partir da afirmação “EU SINTO QUE EU TENHO UM TANTO DE BOAS QUALIDADES” (gráfico 2) apresentam informações importantes sobre a autoestima dessas participantes. É notável que uma proporção significativa das entrevistadas tenha concordado plenamente (44,3%) com a afirmação, indicando uma autoestima positiva e uma autoimagem favorável. Adicionalmente, 50,8% das participantes concordaram com a afirmação, o que sugere que a maioria delas percebe um nível considerável de boas qualidades em si mesmas. Esses resultados apontam para uma tendência positiva em relação à autoestima entre as mulheres que frequentam salões de beleza com frequência. A ênfase na autoimagem e no autocuidado, proporcionada por esses estabelecimentos, pode desempenhar um papel relevante na promoção da autoestima e da autoaceitação (QUEIROZ *et al.*, 2023).

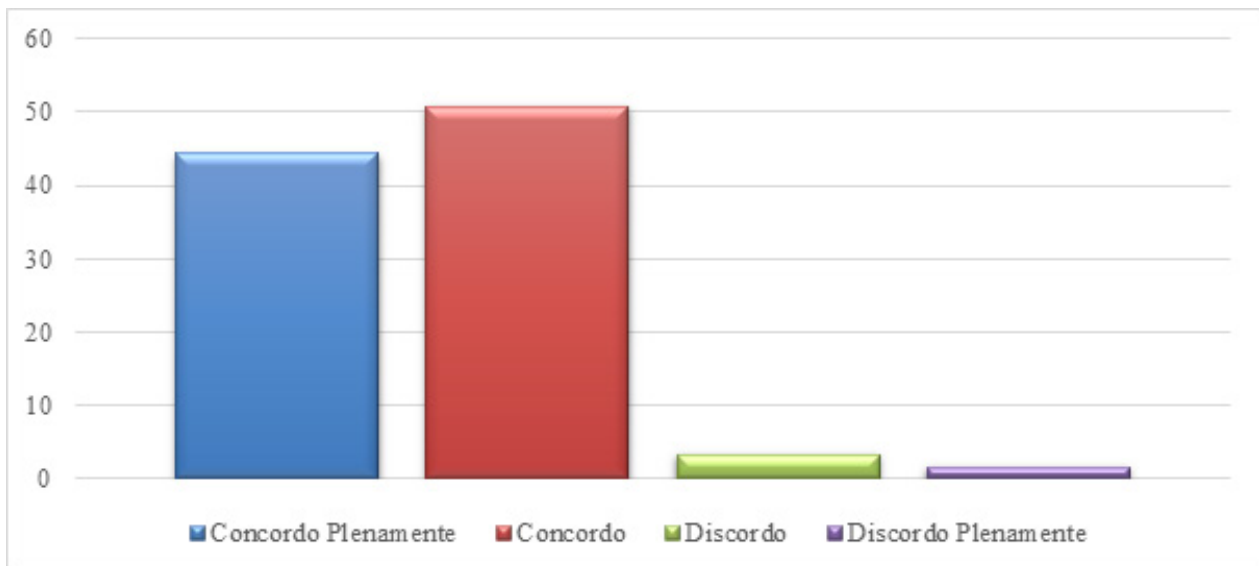


Gráfico 2. Sensação de ter boas qualidades.

Fonte: Elaboração da autora (2023).

Os resultados obtidos a partir da aplicação da Escala de Rosenberg revelam uma visão significativa da autoestima das mulheres que participaram deste estudo. Quando questionadas sobre a afirmação “Eu sou capaz de fazer as coisas tão bem quanto as outras pessoas” (gráfico 3), a maioria expressou um nível considerável de autoestima, com 42,6%

concordando plenamente e 37,7% concordando com a afirmação. Esses dados sugerem que a maioria das participantes tem uma autoimagem positiva e acredita em sua própria competência e capacidade – o que é fundamental, pois uma autoestima saudável pode influenciar positivamente a forma como as mulheres enfrentam desafios e se relacionam com o mundo ao seu redor.

No entanto, é relevante notar que 16,4% das entrevistadas discordaram da afirmação, e 3,3% discordaram plenamente. Essas respostas podem apontar para a presença de um subgrupo de mulheres que enfrentam desafios específicos relacionados à autoestima e à autoconfiança.

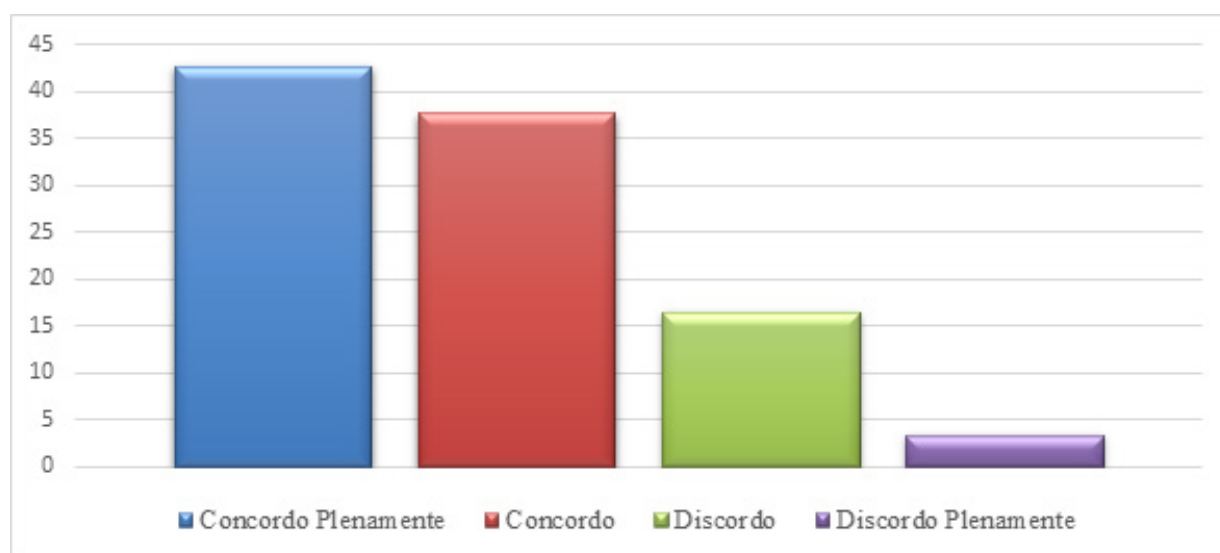


Gráfico 3. Sensação de fazer as coisas tão bem quanto as outras pessoas.

Fonte: Elaboração da autora (2023).

Quando feito a afirmação sobre a sensação de sentir-se uma pessoa de valor (gráfico 4), os resultados são semelhantes aos mostrados no gráfico anterior em que a maioria das mulheres ou concordam plenamente ou simplesmente concordam com a afirmação. Esses dados corroboram com a ideia de que as entrevistadas possuem uma boa imagem de si.

Os padrões de beleza impostos pela sociedade afetam profundamente saúde mental das mulheres e a forma como se percebem em relação aos outros e a si mesmas. Esses padrões muitas vezes promovem uma imagem inatingível de beleza, caracterizada por corpos extremamente magros, pele perfeita e uma eterna juventude. Uma idealização de perfeição que cria uma pressão constante sobre as mulheres, levando a uma série de problemas de saúde mental transtornos de imagem corporal e estresse isso porque muitas deles tendem a apresentar problemas psicológicos muitas vezes desencadeados por essa inalcançável busca da beleza –gerando um ciclo de insatisfação pessoal e autocrítica constante (SANTOS, 2020).

Além disso, a imposição de padrões de beleza quando não gerenciados corretamente pelas mulheres podem não só prejudicar a autoestima, mas também criar sentimentos de inveja e competição. Neste trabalho, observa-se um número significativo de mulheres dizem não estarem satisfeitas com sua imagem corporal, isso é um fator preocupante. O empoderamento feminino e a promoção de uma diversidade de corpos e belezas são fundamentais para ajudar as mulheres a resistirem a esses padrões prejudiciais, cultivando uma maior aceitação de si mesmas e a valorização da individualidade (SANTOS, 2020). O que não significa dizer o relaxamento em relação aos cuidados corporais, mas sim a colo-

cação de limites naquilo que se tem por saudável para não prejudicar o bem-estar físico e psicológico.

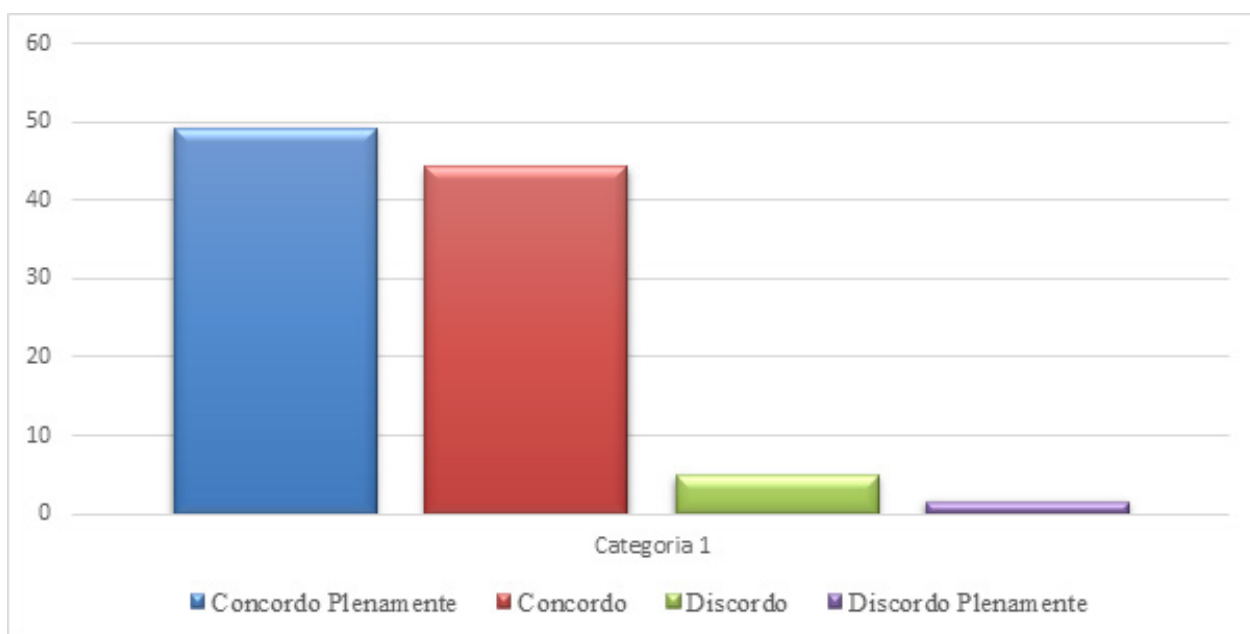


Gráfico 4. Sensação de sentir-se uma pessoa de valor, assim como as demais.

Fonte: Elaboração da autora (2023).

Os resultados obtidos a partir da Escala de Rosenberg, que avalia a autoestima das entrevistadas em relação à afirmação “Eu tenho uma atitude positiva em relação a mim mesma” (gráfico 5), revelam uma tendência positiva, com 82% das participantes concordando, seja plenamente (24,6%) ou parcialmente (57,4%) com a afirmação - números que indicam uma predominância de atitudes positivas em relação a si entre as mulheres entrevistadas, sugerindo um nível saudável de autoestima.

Na psicologia, atitudes positivas em relação a si mesma estão associadas a diversos benefícios, incluindo maior bem-estar emocional, autoconfiança, capacidade de enfrentar desafios, relacionamentos interpessoais mais saudáveis e uma maior resiliência em face de adversidades. A autoestima desempenha um papel fundamental na saúde mental e no desenvolvimento pessoal. Quando as pessoas têm atitudes positivas em relação a si mesmas, estão mais propensas a enfrentar os desafios da vida de forma construtiva e a manter relacionamentos saudáveis. Além disso, a autoestima elevada está associada a menores níveis de ansiedade e depressão, promovendo uma maior sensação de autoaceitação e satisfação com a vida. Portanto, os resultados sugerem que a maioria das mulheres entrevistadas possui um alicerce sólido de autoestima, o que é um fator positivo para seu bem-estar emocional e saúde mental.

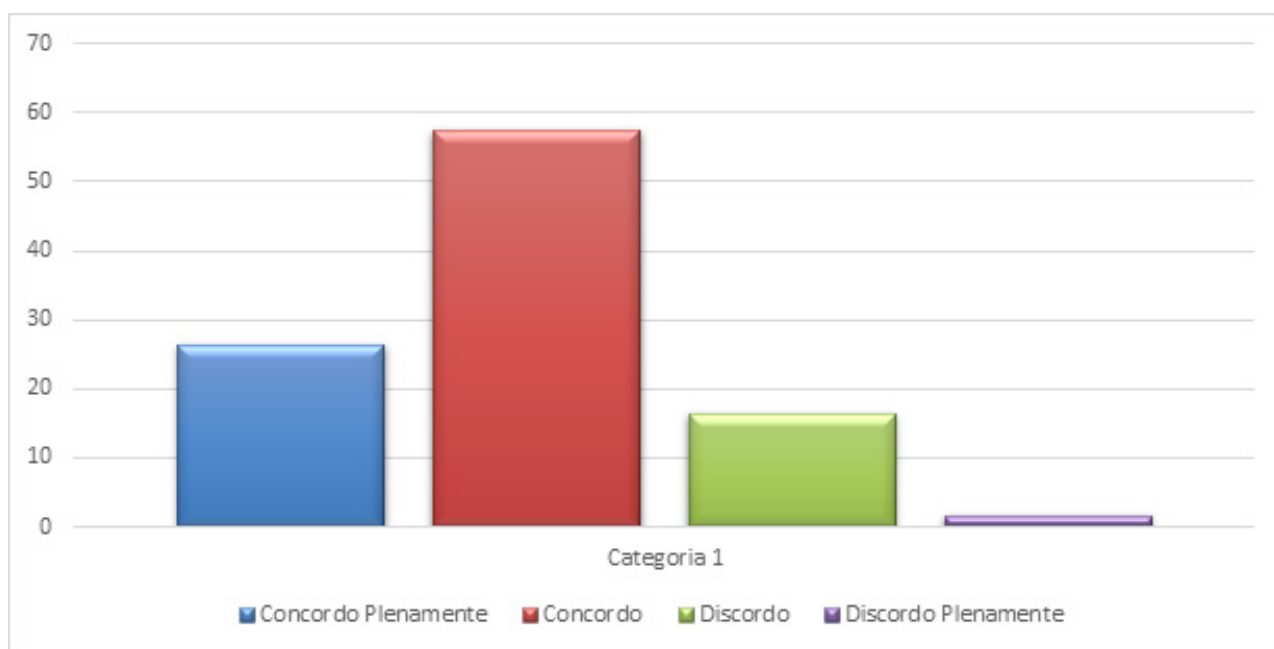


Gráfico 5. Diz ter atitudes positivas (sentimentos, emoções) em relação a si mesma.

Fonte: Elaboração da autora (2023).

Além dessas variáveis cujos resultados foram mostrados em formas de gráficos, avaliou-se também as perguntas de cunho negativo relacionadas à Escala de Autoestima de Rosenberg (conforme tabela 2). Através da afirmativa - ÀS VEZES EU ACHO QUE NÃO SIRVO PARA NADA – vê-se que uma parcela significativa das entrevistadas (27,8%) concorda pelo menos de forma parcial com a ideia de que às vezes não serve para nada o que sugere uma baixa autoestima ou pelo menos falta de confiança em suas próprias habilidades.

Já os resultados da variável - NÃO SINTO SATISFAÇÃO NAS COISAS QUE REALIZEI. NÃO TENHO MUITO DO QUE ME ORGULHAR – indicam que quase 20% dessas mulheres concordam de alguma forma com tal afirmação. De certa forma a estética pode afetar a percepção das conquistas, tornando-as menos significativas se não estiverem alinhadas com os ideais de beleza, levando à insatisfação. Resultados semelhantes são vistos com as afirmativas - ÀS VEZES, EU ME SINTO REALMENTE INÚTIL, e QUASE SEMPRE ESTOU INCLINADA A ACHAR QUE SOU UMA FRACASSADA em que aproximadamente 25% das entrevistadas concordaram de alguma forma com as afirmações.

Por fim quando feito a afirmação - NÃO ME DOU O DEVIDO VALOR. GOSTARIA DE TER MAIS RESPEITO POR MIM, um número significativo de mulheres (46%) de alguma forma concordou com a ideia de que não se dão o devido valor e que desejam mais respeito por si mesmas. Tais resultados podem ser influenciados por uma diversidade de fatores desde a desvalorização devido a busca por padrões estéticos inatingíveis, comparações com outras pessoas ou má qualidade de vida.

Tabela 3. Variáveis analisadas segundo a Escala de Autoestima de Rosenberg (EAR).

VARIÁVEL	N	%
ÀS VEZES EU ACHO QUE NÃO SIRVO PARA NADA.		
Concordo Plenamente	6	9,8
Concordo	11	18
Discordo	27	44,3
Discordo Plenamente	17	27,9

NÃO SINTO SATISFAÇÃO NAS COISAS QUE REALIZEI. NÃO TENHO MUITO DO QUE ME ORGULHAR.		
Concordo Plenamente	4	6,6
Concordo	8	13,1
Discordo	34	55,7
Discordo Plenamente	15	24,6
ÀS VEZES, EU ME SINTO REALMENTE INÚTIL		
Concordo Plenamente	5	8,2
Concordo	10	16,4
Discordo	35	57,4
Discordo Plenamente	11	18
NÃO ME DOU O DEVIDO VALOR. GOSTARIA DE TER MAIS RESPEITO POR MIM.		
Concordo Plenamente	14	23
Concordo	14	23
Discordo	23	37,7
Discordo Plenamente	10	16,4
QUASE SEMPRE ESTOU INCLINADA A ACHAR QUE SOU UMA FRACASSADA.		
Concordo Plenamente	4	6,6
Concordo	11	18
Discordo	30	49,2
Discordo Plenamente	16	26,2

Fonte: Elaboração da autora (2023).

Conforme a Organização Mundial da Saúde (OMS), qualidade de vida refere-se à maneira como um indivíduo percebe sua posição na vida. Nesse sentido, deve ser considerado diversos contextos como o cultural, os sistemas de valores em sua sociedade e sua relação com metas, as expectativas além dos padrões e preocupações pessoais. Essa percepção abrange, portanto, o bem-estar físico e mental, além das interações sociais, como relacionamentos familiares e amigos. Assim como saúde, educação, moradia, saneamento e outras circunstâncias que influenciam direta e indiretamente a vida de uma pessoa.

Em um estudo conduzido por Ferreira *et al.* (2016) através da comparação de médias realizadas antes e após procedimentos estéticos feitos por mulheres em uma clínica de estética foi observado que os tratamentos estéticos desempenham um papel significativo na melhoria da qualidade de vida das mulheres - incluindo questões globais, físicas, psicológicas, relações sociais, imagem corporal e grau de satisfação. Com isso, é sustentado a ideia de que a busca por cuidados estéticos pode influenciar positivamente tanto na imagem corporal quanto na qualidade de vida, resultando em um aumento no grau de satisfação das mulheres.

Assim, ressalta-se que a estética pode ser importante não apenas como uma questão de vaidade, mas como um elemento que contribui para o bem-estar emocional e social das mulheres. Através da melhoria da imagem corporal e do grau de satisfação pessoal, os tratamentos estéticos podem desempenhar um papel na promoção da autoconfiança e na construção de relações sociais saudáveis, o que, por sua vez, impacta positivamente na qualidade de vida das mulheres que os buscam.

De acordo com Silva *et al.* (2022), a qualidade de vida abrange uma perspectiva ampla, englobando aspectos sociais, ambientais e de bem-estar emocional. Assim, a qualidade de



vida se manifesta quando as necessidades humanas fundamentais são atendidas, quando as disparidades sociais são reduzidas, e quando as pessoas têm a oportunidade de viver de maneira digna e plena, não apenas em termos econômicos, mas também em termos de bem-estar emocional e qualidade das relações interpessoais.

Meyer e Goulart (2019) ressaltam - através de um estudo - a importância da autoestima no contexto dos procedimentos estéticos assim como sua influência na saúde mental das mulheres. Definida como a aceitação própria dos indivíduos em diferentes momentos da vida no estudo foi observado que a maioria das mulheres submetidas a procedimentos estéticos apresentavam níveis elevados de autoestima, e nenhuma delas relatou ter autoestima baixa. Esses achados reforçam a ideia de que a autoestima desempenha um papel crucial na promoção do bem-estar emocional das mulheres.

Acrescenta-se que a autoestima não se limita à avaliação da própria imagem, está também conectada à saúde mental. Uma autoestima saudável pode contribuir para a redução de sintomas de ansiedade, depressão e outros problemas psicológicos. Os procedimentos estéticos, quando realizados de forma responsável e adequada, não apenas beneficiam a aparência física, mas também têm o potencial de melhorar o bem-estar emocional e a autoestima das mulheres, o que reforça a ideia de abordar a influência da autoestima na saúde mental feminina de maneira holística e interdisciplinar (MEYER; GOULART, 2019).

5. CONCLUSÃO

Este trabalho teve como objetivo principal compreender a complexa relação entre a estética e a autoestima feminina. Ao analisar fatores que podem influenciar positiva ou negativamente a forma como as mulheres se percebem, bem como como isso repercute em seu bem-estar emocional, o trabalho traz informações valiosas para o campo da psicologia que mostram que a busca constante pela estética tem impactos substanciais na saúde mental das mulheres, variando desde questões de autoestima até distúrbios psicológicos graves, incluindo a depressão e transtornos alimentares.

Através dos resultados da pesquisa fica claro que a influência da estética na autoestima é uma realidade complexa em que a pressão social para o alcance de um padrão de beleza ideal emerge como influências significativas. Além disso, a análise da Escala de Rosenberg apontou a multiplicidade de sentimentos experimentados pelas participantes em relação a si mesmas, destacando a necessidade de uma compreensão mais profunda da relação entre a estética e a autoestima. Nesse sentido deve ser enfatizado a importância de se promover uma autoestima saudável e autoaceitação, independentemente dos padrões estéticos impostos pela sociedade.

Portanto, é imperativo que a sociedade e os profissionais da saúde mental estejam atentos a essas questões, buscando desmistificar padrões inalcançáveis de beleza e promovendo o bem-estar emocional e a autoaceitação entre as mulheres. Ademais ressalta-se que esse trabalho não fez uma avaliação criteriosa de cada um dos itens que compõem a EAR com os valores preditivos de autoestima alta ou não. Assim, foi realizado uma observação da tendência das respostas das participantes com relação a cada um dos itens. Dessa maneira, deve ser realizado mais estudos para essa relação de complexidade que envolve os padrões estéticos e a saúde mental. Contudo, vê-se que as observações realizadas apontam para a necessidade de um diálogo mais aberto e inclusivo sobre essas questões em nossa sociedade.

REFERÊNCIAS

- APRILE, Maria Rita. Autoestima, conceitos correlatos e avaliação. **Revista Equilíbrio Corporal e Saúde**, v. 5, n. 1, p. 36-48, 2013. Disponível em: <https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/37477196/ARTIGO>. Acesso em: 20 set. 2023.
- ARAUJO, Denise Castilhos de; LEORATTO, Daniele. Alterações da silhueta feminina: a influência da moda. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**, v. 35, p. 717-739, 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0101-32892013000300014>. Acesso em: 19 set. 2023.
- ASSIS, Paloma Raíssa et al. Ditadura da Beleza: Corpo, Identidade Feminina e Cirurgias Plásticas. **Revista Organizações em Contexto**, v. 18, n. 35, p. 77-97, 2022. Disponível em: <https://www.metodista.br/revistas/revistas-ims/index.php/OC/article/view/10974>. Acesso em: 25 set. 2023.
- CHOW, Luis CA Ruiz. Metodología de Motivación, Autoestima y Autocuidado como Estrategia Transformadora en Adultos Mayores. **Revista Científica Hallazgos21**, v. 6, n. 1, p. 16-32, 2021. Disponível em: <https://revistas.pucese.edu.ec/hallazgos21/article/view/504>. Acesso em: 20 out. 2023.
- CIDREIRA, Renata Pitombo. A moda nos anos 60/70:(Comportamento, aparência e estilo). **Revista Reconcavos**, v. 1, n. 2, p. 35-44, 2008. Disponível em: <http://www3.ufrb.edu.br/seer/index.php/reconcavos/article/download/1083/652>. Acesso em: 30 set. 2023.
- DINI, Gal et al. Adaptação cultural e validação da versão brasileira da escala de auto-estima de Rosenberg. **Revista Brasileira de Cirurgia Plástica**, v. 19, n. 1, p. 41-52, 2001. Disponível em: <http://www.rbc.org.br/details/322/pt-BR/adaptacao-cultural-e-validacao-da-versao-brasileira-da-escala-de-auto-estima-de-rosenberg>. Acesso em: 27 set. 2023.
- FERREIRA, Juliana Barros et al. Qualidade de vida, imagem corporal e satisfação nos tratamentos estéticos. **Revista Pesquisa em Fisioterapia**, v. 6, n. 4, 2016. Disponível em: <https://www5.bahiana.edu.br/index.php/fisioterapia/article/view/1080>. Acesso em: 20 out. 2023.
- FILGUEIRAS, Nathalia Lima. O crescimento e valorização do mercado de estética no Brasil. **Repositório de Trabalhos de Conclusão de Curso**, 2018. Disponível em: <https://www.pensaracademico.unifacig.edu.br/index.php/repositoriottcc/article/view/1009>. Acesso em: 13 out. 2023.
- LOPES, Bruna Stefanie Carvalho; CARVALHO, Alexandra Azevedo. A evolução da estética através das décadas. **Revista de Iniciação Científica da Universidade Vale do Rio Verde**, v. 1, n. 2, 2012. Disponível em: <http://periodicos.unincor.br/index.php/iniciacaoocientifica/article/download/462/380>. Acesso em: 13 out. 2023.
- MEYER, Daniela; GOULART, Gabriela. Avaliação da autoestima das mulheres que realizam procedimentos estéticos nas Clínicas Escolas da Unisul-Pedra Branca. **Tecnologia em Cosmetologia e Estética-Pedra Branca**, 2019. Disponível em: Acesso em: 20 out. 2023.
- MIRANDA, Luiza Carolina Mendes et al. Novo olhar acerca da influência dos procedimentos estéticos na saúde mental da mulher: uma revisão da literatura. **Research, Society and Development**, v. 11, n. 7, p. e46811730344-e46811730344, 2022. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/30344>. Acesso em: 20 out. 2023.
- OLIVEIRA, Gabriella et al. Associação entre a odontologia estética e autoestima. **Revista Eletrônica Acervo Odontológico**, v. 1, p. e3892-e3892, 2020. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/odontologico/article/view/3892>. Acesso em: 20 out. 2023.
- QUEIROZ, Cícera Cristina Cunha et al. A autoestima e a especialidade de harmonização orofacial. **Research, Society and Development**, v. 12, n. 7, p. e9112742584-e9112742584, 2023. Disponível em: <https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/42584>. Acesso em: 21 out. 2023.
- Rosenberg M. Society and the adolescent self image. Princeton: Princetean University Press; 1965.
- SANTOS, Cícero Romão. Imagem corporal e distúrbios alimentares: análise das opiniões de alunos do ensino médio. **Revista Multidisciplinar da Saúde**, v. 1, n. 1, p. 28-42, 2019. Disponível em: <https://revistas.anchieta.br/index.php/RevistaMultiSaude/article/view/1465>. Acesso em: 20 out. 2023.
- SANTOS, Nádia Macedo Lopes. Padrões de beleza impostos às mulheres. **Revista Científica Eletrônica de Ciências Aplicadas da Fait**, v. 1, p. 1-7, 2020. Disponível em: http://www.fait.revista.inf.br/imagens_arquivos/arquivos_destaque/KpDnYgJm2BARYNc_2020-7-23-20-34-39.pdf. Acesso em: 20 out. 2023.
- SILVA, André et al. Qualidade de vida. **Revista Saúde e Meio Ambiente**, v. 14, n. 1, p. 01-15, 2022. Disponível em: <https://trilhasdahistoria.ufms.br/index.php/sameamb/article/view/14997>. Acesso em: 17 out. 2023.

SIRQUEIRA, Geórgia et al. A Interferência do Marketing na Construção de Padrões de Beleza. **Revista Organizações em Contexto**, v. 17, n. 34, p. 389-425, 2021. Disponível em: <https://www.metodista.br/revistas/revistas-ims/index.php/OC/article/view/1035984>. Acesso em: 20 out. 2023.

SOUSA SILVA, Ana Flávia et al. “A magreza como normal, o normal como gordo”: reflexões sobre corpo e padrões de beleza contemporâneos. **Revista Família, Ciclos de Vida e Saúde no Contexto Social**, v. 6, n. 4, p. 808-813, 2018. Disponível em: <https://www.redalyc.org/journal/4979/497957635004/497957635004.pdf>. Acesso em: 20 out. 2023.

SOUSA, Giovana Zappalá Porcaro; FUKUDA, Cláudia Cristina. FLORESCIMENTO: CARACTERÍSTICAS E DEFINIÇÃO CONSTITUTIVA. **Revista JRG de Estudos Acadêmicos**, v. 4, n. 9, p. 319-337, 2021. Disponível em: <http://revistajrg.com/index.php/jrg/article/view/325>. Acesso em: 20 out. 2023.

SUENAGA, Camila et al. Conceito, beleza e contemporaneidade: fragmentos históricos no decorrer da evolução estética. **Universidade do vale do Itajaí-UNIVALI. Florianópolis**, 2012. Disponível em: <https://siaibib01.univali.br/pdf/Camila%20Suenaga,%20Daiane%20Lisboa.pdf>. Acesso em: 20 out. 2023.

13

A IMPORTÂNCIA DO ACOMPANHAMENTO COM PSICÓLOGO PARA PACIENTES RENAIIS CRÔNICOS PARA UMA MELHOR ACEITAÇÃO AO TRATAMENTO POR MEIO DE HEMODIÁLISE

*THE IMPORTANCE OF FOLLOW-UP WITH A PSYCHOLOGIST FOR CHRONIC
KIDNEY PATIENTS FOR BETTER ACCEPTANCE OF TREATMENT THROUGH
HEMODIALYSIS*

Letícia Silva Soares¹
Marcio de Almeida Paschoal¹
Rosana do Nascimento da Silva¹

¹ Psicologia, Centro Universitário Estácio São Luís, São Luís - Maranhão

Resumo

Esta pesquisa surgiu como inquietação da realidade que se vivencia diante da realidade de pacientes com insuficiência renal crônica em aceitar o tratamento da hemodiálise. Assim, houve a necessidade de realizar um estudo e revisar a literatura para compreender melhor acerca dessa situação. O objetivo geral desta pesquisa é investigar, na literatura vigente, o processo de aceitação do paciente com insuficiência renal crônica no que tange ao tratamento por meio de hemodiálise, bem como as formas de contribuições que o psicólogo pode realizar para contribuir nesse processo. Como objetivos específicos: realizou-se um estudo bibliográfico sobre os impactos do tratamento de hemodiálise nas pessoas com insuficiência renal crônica, descrevendo-se as principais dificuldades de aceitação no tratamento de hemodiálise; Apresentou-se propostas e reflexões acerca da forma que o psicólogo pode intervir positivamente com paciente renais crônicos, apontando como isso pode ajudar na aceitação dos pacientes quanto ao tratamento adequado e, conseqüentemente, melhorar o processo de aceite do tratamento. Para tanto, foi realizada pesquisa do tipo bibliográfica, considerando autores e pesquisadores que tratam sobre o tema em questão. Entre as discussões verificadas na pesquisa, destaca-se que muitos pacientes tendem a, no primeiro momento, negar a aceitação ao tratamento por meio da hemodiálise, mas que, com o tempo, principalmente, com auxílio e acompanhamento profissional, esse processo tende a ser melhor recebido pelo paciente. Logo, o estudo destacou a necessidade de, cada vez mais, se pensar em inserir o trabalho do psicólogo diante de situações de pacientes que precisam passar por situações de difícil aceitação de tratamento de saúde, no caso específico de investigação, o tratamento com hemodiálise.

Palavras-chave: Insuficiência renal crônica, Tratamento por meio de hemodiálise, Aceitação do tratamento de hemodiálise.

Abstract

This research arose as a result of concern about the reality experienced by patients with chronic renal failure in accepting hemodialysis treatment. Therefore, there was a need to carry out a study and review the literature to better understand this situation. The general objective of this research is to investigate, in the current literature, the process of acceptance of patients with chronic renal failure regarding treatment through hemodialysis, as well as the forms of contributions that the psychologist can make to contribute to this process. As specific objectives: a bibliographical study was carried out on the impacts of hemodialysis treatment on people with chronic renal failure, describing the main difficulties in accepting hemodialysis treatment; Proposals and reflections were presented on how the psychologist can positively intervene with chronic kidney disease patients, pointing out how this can help patients accept appropriate treatment and, consequently, improve the treatment acceptance process. To this end, bibliographical research was carried out, considering authors and researchers who deal with the topic in question. Among the discussions verified in the research, it is highlighted that many patients tend, at first, to deny acceptance of treatment through hemodialysis, but that, over time, especially with professional help and monitoring, this process tends to be better received by the patient. Therefore, the study highlighted the need to increasingly think about including the work of psychologists in situations involving patients who need to go through situations in which health treatment is difficult to accept, in the specific case of investigation, treatment with hemodialysis.

Keywords: Chronic renal failure, Treatment through hemodialysis, Acceptance of hemodialysis treatment.

1. INTRODUÇÃO

Algo muito verificado na área da saúde, mais precisamente no que tange aos pacientes, são pessoas que, muitas vezes, ao descobrirem que estão doentes e que precisam de tratamentos específicos, tendem a não terem um bom aceitação dessa situação. Ou seja, vem sendo muito comum que pacientes tenham dificuldades em aceitar que estão doentes (FERREIRA; CAMPOS, 2023). Nessa perspectiva, Pascoal *et al.* (2009), tratando especificamente de paciente em hemodiálise ressaltam a importância da assistência psicológica aos mesmos.

Para a psicanálise, por exemplo, “adoecer tem repercussões subjetivas que vão atravessar a forma de o sujeito lidar com seu corpo adoecido (FREITAS, 2018, p. 14).

Isso pode ser resultado de várias razões, incluindo o medo do desconhecido, a negação de enfrentar a situação, preocupações com as implicações da doença ou o impacto nas suas vidas, entre outros fatores emocionais e psicológicos. Assim, diante da descoberta, a pessoa, primeiramente, recebe a notícia, em seguida, passa por todas as fases de negação e só depois começa a encarar a aceitação (PASCOAL *et al.*, 2009).

Soma-se a isso o fato de que as pessoas que têm problema renal, de modo geral, e que precisam passar pela hemodiálise, enfrentam “um caminho marcado por perdas que vão além da perda da função do rim; eles perdem parte da sua energia cotidiana e de sua capacidade física, algo que fica constatado a cada nova cicatriz das fístulas, dos cateteres e dos exames” (FREITAS; COSMO, 2010. p.3).

Nesse contexto, destaca-se a importância do apoio psicológico para se trabalhar com o lado emocional dos pacientes, realizando acompanhamento com esses pacientes renais crônicos para uma melhor forma de lidar com o tratamento de hemodiálise e, assim, poder contribuir de forma ativa e responsável para essas situações (PASCOAL *et al.*, 2009).

Como base nisso, surgiu o interesse em realizar esta pesquisa, com foco na investigação de revisão de literatura sobre os percalços de pacientes renais crônicos e a dificuldade na aceitação do tratamento de hemodiálise, destacando a forma como os psicólogos poderiam intervir nesse processo.

Como problema de pesquisa, foram tomadas como base as seguintes perguntas: Qual reação os pacientes que passam pelo tratamento de hemodiálise têm para lidar com esse tratamento? Quais principais dificuldades eles enfrentam para a aceitação do processo de tratamento? Como o acompanhamento com psicólogo pode contribuir com os pacientes?

Nessa perspectiva, como objetivo geral de trabalho pretendeu-se investigar, na literatura vigente, o processo de aceitação do paciente com insuficiência renal crônica no que tange ao tratamento por meio de hemodiálise, bem como as formas de contribuições que o psicólogo pode realizar para contribuir nesse processo. De forma específica, realizou-se um estudo bibliográfico sobre os impactos do tratamento de hemodiálise nas pessoas com insuficiência renal crônica, descrevendo-se as principais dificuldades de aceitação no tratamento de hemodiálise; Apresentou-se propostas e reflexões acerca da forma que o psicólogo pode intervir positivamente em terapias com paciente renais crônicos, apontando como isso pode ajudar na aceitação dos pacientes quanto ao tratamento adequado e, conseqüentemente, melhorar o processo de tratamento.



2. METODOLOGIA

Como metodologia foi realizada uma revisão de literatura, de análise qualitativa com viés descritiva do conteúdo da literatura pesquisada.

Segundo Mota (2019, p.1):

O levantamento bibliográfico é o ponto inicial de uma pesquisa, por meio dele verificamos e aprofundamos o conhecimento registrado pelos pesquisadores no mundo. Como o próprio nome diz, levantamento bibliográfico é o levantamento de toda a bibliografia registrada sobre um determinado tema. Se vamos falar sobre determinado tema, temos que saber o que outras pesquisas e teóricos comunicam sobre o mesmo assunto e temas correlacionados. Para isto a biblioteca disponibiliza um conjunto de bases de dados e portais de pesquisa, ferramenta de busca (pesquisa integrada) e bibliotecárias com expertise em recuperação da informação para viabilizar a exequibilidade e êxito da pesquisa.

Assim, a pesquisa foi realizada em forma de busca sistematizada a se desenvolveu um levantamento bibliográfico de documentos indexados, como livros, revistas, site, manuais técnicos do Ministério da Saúde e sistemas LILACS e SCIELLO, no idioma português, relacionado atuação do psicólogo com pacientes renais crônicos em hemodiálise, publicados nos últimos 10 anos.

Para tanto, foram pesquisados autores e estudiosos que abordam a temática a respeito de doença renal crônica, dificuldade aceitação do paciente ao tratamento de hemodiálise, bem como sobre a atuação do psicólogo durante abordagem na hemodiálise.

Para contribuir com a pesquisa bibliográfica e facilitar a busca do material de consulta, foram utilizadas palavras-chave: “Acompanhamento do psicológico em hospitais de hemodiálise”; “Aceitação de tratamento de doenças crônicas”; “dificuldades de aceitação no tratamento de hemodiálise”.

Este trabalho encontra-se organizado estruturalmente, além desta introdução, mais 2 tópicos de desenvolvimento, conclusão e, por fim, são disponibilizadas as referências bibliográficas consultadas.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para contribuir com a discussão, reflexão e explicitação dos pontos principais desta pesquisa, subdividimos esta seção em dois subtópicos: primeiramente, discorreremos sobre o processo de (não) aceitação do tratamento de hemodiálise, destacando, entre outras coisas, as principais dificuldades dos pacientes para a “aceitação” do tratamento por meio da hemodiálise; em seguida, apresentamos possíveis propostas de intervenção que podem ser adotadas pelos psicólogos para auxiliar os pacientes na “aceitação” e tratamento de hemodiálise.

3.1 A (não) aceitação de pacientes que farão tratamento de hemodiálise

Os pacientes, ao saberem o serem diagnósticos com insuficiência crônica renal, sobretudo, que precisaram passar pelo tratamento por meio da hemodiálise, não lidam com o fato de forma homogenia. Conforme estratégias elencadas pelo Ministério da Saúde

(2014), é importante atentarmos para cada caso particular dos pacientes em saber lidar adequadamente com o resultado do diagnóstico, visto que isso dependerá de cada caso. Dessa forma, é importante motivar quem passa por isso a aceitar passar por esse processo e, dessa forma, poder, aos poucos, ter uma resposta positiva.

Entre as descobertas que deixam os pacientes preocupados, destaca-se a de pessoas com problemas renais que precisarão fazer o tratamento com a realização de hemodiálise – procedimento médico que envolve a remoção do excesso de resíduos e líquidos do sangue quando os rins não funcionam adequadamente (ARAÚJO *et al.*, 2021).

Nessa perspectiva, cabe destacar a importância e apoio das redes de Atenção à Saúde (RAS), a qual pode ser definida como sendo, conforme pontuado em Brasil (2010, apud MINISTÉRIO DA SAÚDE, 2014), como sendo a organização do conjunto de serviços e ações de Saúde de distintas densidades tecnológicas que, integrados por meio de estruturas de apoio técnico, logístico e de gestão, buscam garantir a integralidade do cuidado às populações de uma região de Saúde (BRASIL, 2010).

A doença renal, de acordo com Resende *et al.* (2007, p.88):

é considerada um grande problema de saúde pública, porque causa elevadas taxas de morbidade e mortalidade e, além disso, tem impacto negativo sobre a qualidade de vida relacionada à saúde, que é a percepção da pessoa de sua saúde por meio de uma avaliação subjetiva de seus sintomas, satisfação e adesão ao tratamento.

O diagnóstico que leva à necessidade de hemodiálise pode ser emocionalmente desafiador, e a perspectiva de enfrentar tratamentos regulares pode ser assustadora. Diante disso, cabe mencionar que, conforme apresentado por Silva *et al.* (2016, p.2):

No Brasil, cerca de 12 milhões de pessoas apresentam algum grau de Insuficiência Renal (IR) e, aproximadamente, 95 mil renais crônicos dependem de diálise para sobreviverem. Levantamentos epidemiológicos estimam que essa dependência cresça 9% ao ano devido ao desconhecimento do diagnóstico na fase inicial da doença.

Pacientes muitas vezes têm preocupações sobre a mudança na qualidade de vida, a necessidade de passar várias horas na clínica de hemodiálise várias vezes por semana, as restrições alimentares e de fluidos que deve adotar, e os efeitos colaterais do tratamento.

Nesse sentido, caso a resistência à aceitação da doença persista, é aconselhável buscar o auxílio de profissionais de saúde mental, como psicólogos ou psiquiatras, que podem oferecer apoio especializado para lidar com as questões emocionais e psicológicas relacionadas à doença (FREITAS, 2018).

Portanto, é importante que os profissionais de saúde e equipes de suporte forneçam informações claras e apoio emocional aos pacientes que enfrentam essa situação. Além disso, a educação sobre o tratamento, a oportunidade de fazer perguntas e a oferta de recursos psicológicos, como aconselhamento, podem ajudar os pacientes a lidarem melhor com a notícia da hemodiálise e a adaptação ao tratamento (RESENDE *et al.*, 2007). O suporte da família e amigos também desempenha um papel fundamental nesse processo de aceitação.



Nesse contexto, destaca-se que:

O atendimento e tratamento dos aspectos psicológicos em torno do adoecimento – que se dá quando o sujeito humano, carregado de subjetividade, esbarra em um real, de natureza patológica, denominado doença, presente em seu próprio corpo – produz uma infinidade de aspectos psicológicos que podem se evidenciar no paciente, na família ou na equipe de profissionais (RESENDE *et al.*, 2007, p. 89).

Primeiramente, é importante entendermos que a hemodiálise é um dos recursos mais utilizado para o tratamento renal. Assim, não podemos desconsiderar que, se de um lado, o tratamento melhora a qualidade de vida, de outro, porém, mesmo com este avanço, a condição de saúde da pessoa com Insuficiência Renal Crônica pode ser complexa e problemática trazendo conflitos, inquietudes e ansiedades no seu dia-a-dia, o que influencia diretamente na não aceitação a princípio do tratamento em questão (CRUZ *et al.*, 2016).

Acrescenta-se que, conforme Valle *et al.* (2013, p.6):

A ansiedade é um estado emocional que inclui componentes psicológicos e fisiológicos que fazem parte do estado normal das experiências humanas, não envolvendo um construto unitário. Considerando que a ansiedade pode se estabelecer associada a quase todas as patologias, no caso da doença renal, provavelmente, ela surja principalmente devido a dois fortes fatores: a cronicidade da doença e seu tratamento rígido (hemodiálise). A ansiedade surge tanto em relação às perdas efetivas como também em relação às possibilidades de perda (p.8)

Ademais, Guedes (2012) ressalta que uma das causas de não aceitação do tratamento é em razão da modificação que o paciente passa a ter na vida, já que o tratamento hemodialítico reflete pontualmente na qualidade de sua vida, assim, ao se deparar com tal necessidade de procedimento e saber que estar diante de uma doença incurável, dependência de uma máquina para sobreviver, esquema terapêutico rigoroso, alterações na imagem corporal e restrições dietéticas e hídricas, isso reflete negativamente na vida do paciente.

Ainda nessa discussão, Silva *et al.* (2015) descrevem que o paciente diagnosticado de IRC sempre recebe de forma sofrida e dolorosa a informação, isso porque o indivíduo, principalmente nesse início, passa por uma série de sensações e emoções conflitantes; ademais, a princípio, o paciente entra em fase de negação, com revolta e reagindo com um enorme sentimento de injustiça. Com uma rede de apoio e incentivo, é possível, com o passar do tempo, que ele tende a aceitar melhor todo esse processo.

Uma das dificuldades para o paciente não aceitar tão facilmente a situação de passar pelo tratamento de hemodiálise relaciona-se ao próprio desconforto que o tratamento em si desencadeia. Assim, como procedimento comum para quem realiza esse tratamento, Silva (2019, p. 25) esclarece descrevendo que:

A hemodiálise é um tratamento dialítico utilizado na maioria dos casos de pacientes com falência renal. Para garantir a eficácia do tratamento é necessária a adesão de forma adequada pelo paciente. Tal tratamento consiste em um processo de filtração dos líquidos extracorporais do sangue, realizado por meio de uma máquina denominada dialisador, que substitui as funções renais. Normalmente, as sessões de hemodiálise duram de três a quatro horas

três vezes na semana. Para sua realização é necessária a passagem de um cateter específico na veia, nos casos de urgência dialítica é passado um cateter duplo-lúmen, que normalmente deve permanecer por um tempo curto, devido aos riscos de infecções e que pode culminar na falência vascular.

Ademais, é válido frisar que, conforme Maragno e Ronsani (2012), a doença renal pode reduzir significativamente o funcionamento físico e profissional e a percepção da própria saúde do paciente, em razão disso, verifica-se, como impacto negativo, fragilidade sobre os níveis de energia e vitalidade, o que pode reduzir ou limitar as interações sociais e causar problemas relacionados, inclusive, à saúde mental.

Ademais, soma-se a isso o fato de que alterações no corpo, como de peso, de apetite, boca seca, constipação, distúrbios do sono, impactam também aos pacientes, inclusive, o paladar se torna desagradável, uma vez que se começa a ter restrições de sódio e potássio (SANTOS *et al.*, 2017).

Assim, de modo geral, temos que saber que os impactos de quem é acometido com insuficiência renal varia de pessoa para pessoa. Sobre isso, Santos *et al* (2019, p.5) discorrem que “As dificuldades e sofrimentos estarão presentes em maior ou menor grau na vida de cada indivíduo, sendo as dificuldades maiores do que a possibilidade da pessoa lidar com elas estas apresentarão alterações na sua maneira de perceber, pensar, sentir e agir”.

Ademais, há também outros impactos, os do tipo materiais, que, conforme apresenta Lemos *et al.* (2016), estão relacionados às características das pessoas, na aparência, e também os imateriais - valores, conhecimentos, símbolos, etc. Tudo isso reflete e influencia no tratamento do paciente.

É importante acrescentar que, somando-se ao que se apresentou acima, Ferreira e Filho (2011) afirmam que, diante da situação do paciente que precisará passar pelo tratamento de hemodiálise, cada vez mais sendo comum o diagnóstico de depressão e ansiedade nesses pacientes. Sobre isso, destacamos que:

Estar em tratamento hemodialítico três vezes por semana ou em diálise peritoneal diariamente traz aos renais crônicos, repercussões nos contextos físico, emocional e social de suas vidas. A depressão é a complicação do humor mais comum entre estes pacientes, e geralmente significa uma resposta a alguma perda real ou imaginada, na qual se configuram humor depressivo persistente, autoimagem prejudicada e 3 sentimentos pessimistas, além de queixas fisiológicas como distúrbio de sono, alterações de apetite e peso, diminuição de interesse sexual, entre outros (FERREIRA; FILHO, 2011, p. 129-130).

Ademais, ressaltamos, também, que a depressão é uma complicação comum entre esses pacientes, muitas vezes desencadeada por perdas reais ou percebidas, resultando em um humor persistentemente deprimido, baixa autoestima e sentimentos pessimistas. Além disso, sintomas fisiológicos como distúrbios do sono, mudanças no apetite e peso, e diminuição do interesse sexual são frequentemente relatados.

Nesse contexto, cabe, no âmbito da assistência hospitalar, além de outras formas de apoio aos pacientes, dar o suporte por meio do psicológico, o qual desempenha um papel crucial, podendo oferecer estratégias para lidar com esses desafios emocionais, promovendo o bem-estar mental e melhorando a qualidade de vida desses pacientes.

3.2 Propostas de intervenção para o psicólogo lidar com pacientes que passarão por tratamento de hemodiálise

É fato que uma pessoa com insuficiência renal crônica em hemodiálise enfrenta desafios significativos devido à natureza da doença e do tratamento. Isso inclui lidar com uma condição incurável, um tratamento longo e doloroso, além de limitações e mudanças de vida que afetam não apenas o paciente, mas também sua família e amigos. Nesse contexto, a presença de um psicólogo é fundamental, pois ele pode oferecer apoio emocional, ajudar o paciente a lidar com o estresse e a ansiedade relacionados ao tratamento e às mudanças na vida, além de fornecer estratégias para melhorar a qualidade de vida e promover o bem-estar psicológico geral.

Corroborando-se nessa perspectiva, apresentamos as contribuições dos autores a seguir:

A pessoa portadora de insuficiência renal crônica em programa de hemodiálise convive com o fato de possuir uma doença incurável, que a obriga a submeter-se a um tratamento doloroso, de longa duração e que geralmente provoca limitações e alterações de grande impacto que repercutem na sua vida e nas vidas de seus familiares e amigos (LIMA; GUALDA, 2001, p. 235).

Ressaltamos que o apoio do psicólogo a esses pacientes é necessário justamente porque o paciente, ao chegar ao estado de ter como alternativa (e muitas vezes, única) a realização da hemodiálise, é fato que, mesmo que a longo prazo, precisará passar por processos de aceitação para lidar com essa realidade e conviver melhor com essa situação.

Nesse sentido, Silva *et al.* (2019) afirmam que, uma das formas de amenizar tal situação seria o paciente ter claro o esclarecimento do que realmente seria o tratamento, o porquê de realização dele, ou seja, para o autor, a compreensão é uma das formas que possibilita distinguir seus anseios, dificuldades, atitudes e sentimentos construídos diante do processo de adoecimento crônico. Portanto, um dos primeiros pontos a ser destacado é o fato de que:

[...] reconhecer os aspectos da doença renal e sua influência nas diversas modificações no novo cotidiano é uma situação que deverá subsidiar o entendimento de como esses indivíduos percebem a enfermidade e de como os cuidados e as práticas para o seu controle podem fazer parte da rotina deles (SILVA *et al.*, 2019, p.5).

Essas estratégias são essenciais para fornecer suporte emocional abrangente e promover o bem-estar psicológico dos pacientes em tratamento de hemodiálise e diálise peritoneal, contribuindo assim para uma abordagem holística do cuidado médico. Essas intervenções são fundamentais para ajudar os pacientes a enfrentarem os desafios físicos, emocionais e sociais associados ao tratamento de hemodiálise e diálise peritoneal, promovendo assim uma melhor qualidade de vida e bem-estar geral.

Podem ser desenvolvidas diferentes modalidades de intervenção, dependendo da demanda e da formação do profissional específico; dentre elas ressaltam-se: atendimento psicoterapêutico; grupos psicoterapêuticos; grupos de psicoprofilaxia; atendimentos em ambulatório e Unidade de Terapia Intensiva; pronto atendimento; enfermarias em geral; psicomotricidade no contexto hospitalar; avaliação 5 diagnóstica; psicodiagnóstico; consultoria e interconsultoria (RESOLUÇÃO 13/2007, CFP 2007).

Considerando-se que, a partir do momento do diagnóstico da DRC, uma série de questões impacta a vida do indivíduo, incluindo manifestações psicológicas comuns que podem levar a alterações na interação social e desequilíbrios psicológicos tanto no paciente quanto na família que o acompanha. Essas implicações psicossociais da doença podem ser significativas e exigem atenção especializada para garantir o bem-estar integral do paciente e de seus familiares.

Nesse viés, pontuamos que:

A doença renal crônica é uma lesão do órgão com perda progressiva e irreversível da função dos rins. Em sua fase mais avançada é definida como Insuficiência Renal Crônica (IRC), quando os rins não conseguem manter a normalidade do meio interno do paciente. [...] A doença renal crônica (DRC) traz consigo uma série de questões que marcam a vida do indivíduo, a partir do diagnóstico, sendo comuns as manifestações psíquicas acarretando alterações na interação social e desequilíbrios psicológicos, não somente do paciente como também na família que o acompanha (HIGA *et al.*, 2008).

Não podemos desconsiderar, também, que mesmo que o psicólogo tenha uma sólida formação teórica, ele enfrenta desafios únicos dentro de um ambiente hospitalar, que só podem ser compreendidos e superados por meio da prática e da experiência direta. Essas dificuldades podem demandar uma adaptação dos conhecimentos teóricos à realidade específica do contexto hospitalar, garantindo uma abordagem eficaz e adequada às necessidades dos pacientes e da equipe de saúde.

Sobre isso, Silva, ALmeda, Brito e Moscon (2020, p.6) destacam que:

o psicólogo encontra na dinâmica hospitalar [...] rotina intensa, procedimentos práticos (visita multiprofissional aos leitos dos pacientes, registro em prontuários privativos e da equipe dos atendimentos realizados), aspectos importantes da atividade profissional do psicólogo e que influenciam na sua função básica: buscar estratégias em conjunto com o paciente que auxiliem para minimizar a ansiedade ou ociosidade que é causado pela hospitalização.

Além disso, o psicólogo desempenha um papel crucial no auxílio do paciente em lidar com as emoções complexas que surgem ao enfrentar uma doença crônica e seus desafios associados. Eles podem ajudar na adaptação às mudanças de estilo de vida, fornecer estratégias para lidar com o estresse e a depressão, além de promover a aceitação da condição e a busca por uma melhor qualidade de vida. Ao trabalhar em conjunto com a equipe médica, o psicólogo contribui significativamente para o bem-estar holístico do paciente, considerando não apenas sua saúde física, mas também sua saúde mental e emocional.

A situação do adoecimento e o processo de hospitalização passa a ser determinante em muitas situações que serão consideradas invasivas e abusivas na medida em que não se respeitam os limites e imposições dessa pessoa hospitalizada, proporcionando dessa forma um trabalho de reflexão que evolva toda a equipe de saúde, compactuando com o que se caracteriza uma das necessidades mais prementes, fazer com que o hospital perca seu caráter meramente curativo para transformar-se em uma instituição que trabalhe não apenas com a reabilitação orgânica, mas também como reestabelecimento da dignidade humana. (CAMON, 2010, p. 4).



Nesses casos, ratificamos que é fundamental também que os profissionais de saúde forneçam apoio e informação adequada ao paciente. A comunicação eficaz, o esclarecimento sobre a condição, os tratamentos disponíveis e o apoio emocional são essenciais para ajudar o paciente a compreender e aceitar a sua condição (CORREA; SILVEIRA, 2019, p. 35). Além disso, envolver a família e amigos pode ser valioso, pois o apoio social desempenha um papel importante na jornada de aceitação da doença (CORREA; SILVEIRA, 2019).

É muito recorrente as pessoas que descobrem que estão com alguma doença grave ou que precisarão fazer tratamento considerado complexo terem dificuldade para aceitar essa situação. Assim, é indiscutível a necessidade que esses pacientes tenham suporte psicológico adequado (SANTOS QUEIROZ; SOUZA RIBEIRO, 2021). Isso é algo preocupante, visto que “a população de portadores de doença renal crônica (DRC) vem aumentando gradativamente, sendo considerado um problema mundial de saúde pública”. (SPIGOLON *et al.*, 2018, p.2132).

Nesse contexto, para amenizar essa situação, é importante, entre tantas medidas, a de se passar por um acompanhamento psicológico nos centros onde ocorre o tratamento de hemodiálise (COSTA, 2018). Isso corrobora com as reflexões acerca da forma que o psicólogo pode intervir positivamente com os pacientes renais crônicos que precisam passar pelo tratamento com hemodiálise.

4. CONCLUSÃO

É muito recorrente as pessoas que descobrem que estão com alguma doença grave ou que precisarão fazer tratamento considerado complexo terem dificuldade para aceitar essa situação. Conforme discussão realizada no decorrer do texto, temos, como exemplo, os casos de pacientes que precisam lidar com o tratamento de hemodiálise.

No entanto, a situação em questão vem se mostrando como sendo de alta complexidade no que tange à aceitação do tratamento por parte dos pacientes. Entre outros motivos, destaca-se o fato de que os pacientes enfrentam a necessidade de se ajustar a uma rotina rigorosa, mudanças no estilo de vida e, frequentemente, uma sensação de perda de controle sobre suas próprias vidas. A aceitação envolve não apenas a adesão física ao tratamento, mas também a adaptação psicológica às suas novas circunstâncias.

Sobre isso, Silva *et al.* (2016, p. 2) pontuam que “o tratamento é caracterizado como uma experiência difícil e dolorosa, mas seja essencial para a manutenção da vida da pessoa com IRC”.

Nesse viés, reforça-se o fato de que a hemodiálise, como tratamento vital para pacientes com doença renal crônica, exige não apenas a adaptação física, mas também a aceitação e adaptação psicológica.

Portanto, pode-se afirmar que o acompanhamento com psicólogos especializados oferece pode melhorar a qualidade de vida do paciente que passa por esse tratamento, uma vez que é uma intervenção essencial que aborda as complexas necessidades emocionais e cognitivas dos pacientes.

Ademais, ao integrar o suporte psicológico nos protocolos de tratamento, será possível promover uma melhor aceitação do tratamento, maior adesão e, conseqüentemente, uma melhor qualidade de vida para os pacientes renais crônicos.

Portanto, enfatizamos que os objetivos propostos nesta pesquisa foram alcançados e esperamos que este trabalho possa servir também como consulta para outros pesquisa-

dores que tenham interesse na temática em questão.

REFERÊNCIAS

- ARAÚJO, Débora Maria de Sousa, et al. **Vamos conversar sobre hemodiálise?** 2021. Disponível em: http://acervo.ufvjm.edu.br/jspui/bitstream/1/2437/1/vamos_conversar_hemodialise.pdf. Acesso em: 28 de outubro de 2023.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Portaria nº 4.279, de 30 de dezembro de 2010**. Estabelece diretrizes para a organização da Rede de Atenção à Saúde no âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS). Diário Oficial da União, Brasília, DF, Seção 1, 31 dez. 2010. Disponível em: http://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2010/prt4279_30_12_2010.html. Acesso em: jul. 2024.
- CAMON, V. A. **Psicologia Hospitalar**. Teoria e Prática. São Paulo: Cengage Learning, 2010.
- CRUZ, M.R.F.; SALIMENA, A.M.O.; SOUZA, I.E.O.; MELO, M.C.S.C. Descoberta da doença renal crônica e o cotidiano da hemodiálise. **Ciência, Cuidado e Saúde**, v.15, n.1, p.36-43, 2016. Disponível em: <https://pdfs.semanticscholar.org/984f/687b3446eb0d6d15012c7d12781417837401.pdf>. Doi: 10.4025/cienccuidsaude.v15i1.25399. Acesso em: 05 junho 2024.
- COSTA, Wania Paula Costa. **A importância da Assistência Psicológica junto ao paciente em hemodiálise**. 2018. Disponível em: https://www.facx.edu.br/public/docs/15art_2023.pdf. Acesso em: 4 de outubro de 2023.
- CORREA, Rosimar Viana Baptista; SILVEIRA, Barbara. A dificuldade de Aceitação no Processo Saúde e Doença Diante o Diagnóstico Renal Crônico: A Importância do Psicólogo. **Revista Mosaico**, v. 10, n. 2Sup, p. 32-39, 2019.
- FERREIRA, A. P. C. **A equipe de saúde diante do paciente não aderente ao tratamento**. 2023. Disponível em: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/https://www.scielo.br/j/pcp/a/TQtxVL3fdgXTY-vhyRfXFvJp/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 16 de junho de 2023.
- FERREIRA, C.F; FILHO, C. R. S. **A qualidade dos pacientes renais crônicos em hemodiálise na região de Marília-SP**. 2011. Disponível em: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/https://www.scielo.br/j/jbn/a/Bv46WKmJ35yNJc8RD4pXbzB/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 8 de junho de 2024.
- FREITAS, Camila Colás Sabino de. **Afinal, por que o paciente não adere ao tratamento?** Considerações psicanalistas da não adesão em doenças crônicas. 2018. Disponível em: https://teses.usp.br/teses/disponiveis/47/47133/tde-26102018-192903/publico/freitas_me.pdf. Acesso em: 31 de outubro de 2023.
- FREITAS, Paula Pereira Werneck de; COSMO, Mayla. Atuação do Psicólogo em Hemodiálise. **Rev. SBPH vol.13 no.1 Rio de Janeiro jun. 2010**. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582010000100003. Acesso em: 31 de outubro de 2023.
- GUEDES, K.D.; GUEDES, H.M. Qualidade de vida do paciente portador de insuficiência Renal crônica. **Revista Ciência & Saúde**, v.5, n.1, p. 48-53, 2012. Disponível em: [file:///C:/Users/NOT/Downloads/9734-41570-1-PB%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/NOT/Downloads/9734-41570-1-PB%20(1).pdf). Acesso em: 03 junho 2024.
- HIGA, Karina; et al. Qualidade de vida de pacientes portadores de insuficiência renal crônica em tratamento de hemodiálise. **Acta Paul Enferm. 2008; 21(specialissue): 203-206**. 2008. Disponível em: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/https://www.scielo.br/j/ape/a/YNqYjPtyWDBqnmP3TdF8dnx/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 30 de maio de 2024.
- LIMA, A. F. C; GUALDA, D. M. R. **História oral de vida:** buscando o significado da hemodiálise para o paciente renal crônico. 2001. Disponível em: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/https://www.scielo.br/j/reeusp/a/ZzhcjjhV6HD6wL5LHSBgCzr/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 24 de maio de 2024.
- LEMO, L.A; FIUZA, M.L.T; REIS, R.K; FERRER, A.C; GIR, E; GALVÃO, M.T.G. Adherencetoantiretrovirals in peoplecoinfectedwiththehumanimmunodeficiencyvirusandtuberculosis. **Rev. Latino-Am. Enfermagem**. 2016. Disponível em: https://www.scielo-br.translate.google/j/rlae/a/N4Znzct4KgT68fBwX3D8jdF/?lang=en&x_tr_sl=en&x_tr_tl=pt&x_tr_hl=pt--BR&x_tr_pto=sc#. Acesso em: 03 junho 2024.
- MARAGNO, C.A.D; RONSANI, Q. C. **Análise dos processos administrativos para solicitação de medicamentos do componente especializado da assistência farmacêutica de Criciúma**. 2012. Disponível em: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcgclefindmkaj/http://repositorio.unesc.net/bitstream/1/1950/1/Queila%20Cunha%20Ronsani.pdf>. Acesso em: 03 junho 2024.



MINISTÉRIO DA SAÚDE. **Cadernos de Atenção Básica**. 2014. Disponível em: chrome-extension://efaidnbnmnibpcajpcglclefindmkaj/https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estrategias_cuidado_pessoa_doenca_cronica_cab35.pdf. Acesso em: 15 de junho de 2024.

MOTA, A. R. **Levantamento bibliográfico, primeiro passo para a pesquisa**. 2019. Disponível em: <http://www.ccen.ufpb.br/bsccen/contents/noticias/levantamento-bibliografico-primeiro-passo-para-a-pesquisa>. Acesso em: 15 de junho de 2024.

PASCOAL, Melissa; et al. **A importância da assistência psicológica junto ao paciente em hemodiálise**. 2009. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582009000200002-#:~:text=Possibilitar%20o%20acompanhamento%20psicol%C3%B3gico%20na,v%C3%A1rios%20aspectos%20de%20suas%20vidas.. Acesso em: 01 de novembro de 2023.

QUEIROZ, Natália. **Como lidar com a descoberta de uma doença?** 2021. Disponível em: <https://www.psicolosgoberrini.com.br/blog/como-lidar-com-a-descoberta-de-uma-doenca/>. Acesso em: 30 de outubro de 2023.

RESENDE, Marineia Crosara de, et al. **Atendimento Psicológico com insuficiência renal crônica: em busca de ajustamento psicológico**. 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pc/a/g5jkGwMHcgBfp43qp5ykZ-8J/?format=pdf>. Acesso em: 30 de outubro de 2023.

RESOLUÇÃO nº 13/2007. **Curso de especialista em psicologia**. 2007. Disponível em: <https://site.cfp.org.br/nota-de-esclarecimento-sobre-resoluo-n-132007-sobre-cursos-de-especialista-em-psicologia-do-trnsito/#:~:text=De%20acordo%20com%20a%20Resolu%C3%A7%C3%A3o,Resolu%C3%A7%C3%A3o%20CFP%20n%C2%BA%2013%2F2007..> Acesso em: 17 de junho de 2024.

SANTOS, M. A. dos; SARDINHA, A. H. de L; SANTOS, L. N. dos. Satisfação dos usuários com os cuidados dos enfermeiros. **Revista Gaúcha de Enfermagem**. 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1983-1447.2017.01.57506>. Acesso em: 20 de maio de 2023.

SILVA, R. A. R; et al. **Estratégias de enfrentamento utilizadas por pacientes renais crônicos em tratamento hemodialítico**. 2016. Disponível em: <chrome-extension://efaidnbnmnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.scielo.br/j/ean/a/m3sSdZx9nzZLyK9jNkmKxBw/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 17 de junho de 2024.

SANTOS, J. L. G. dos; DE-PIN, S. B., Menegon, F. H; SEBOLD, L., Nascimento, K. C. do; GELBCKE, F. L. Satisfação de pacientes com o cuidado de enfermagem em unidades cirúrgicas: Pesquisa de método misto. **Revista Mineira de Enfermagem**. 2019. Disponível em: <https://doi.org/10.5935/1415-2762.20190077>. Acesso em: 20 de maio de 2024.

SANTOS QUEIROZ, Jéssica; SOUZA RIBEIRO, Juliana Fernandes. Assistência Psicológica na Hemodiálise: um espaço possível para a resignificação. **Revista Mosaico**, v. 12, n. 1, p. 86-92, 2021.

SILVA, Maria José Sousa; et al. **O impacto do tratamento hemodialítico no portador de insuficiência renal crônica**. 2019. Disponível em: <chrome-extension://efaidnbnmnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.conhecer.org.br/enciclop/2019b/o%20impacto.pdf>. Acesso em: 28 de maio de 2024.

SILVA, C. S. R; ALMEIDA, M. L; MOSCON, D. C. B. **Os desafios que os psicólogos hospitalares encontram ao longo de sua atuação**. 2020.

SILVA, M. J. S; et al. **O impacto do tratamento hemodialítico no portador de insuficiência renal crônica**. 2019. Disponível em: <chrome-extension://efaidnbnmnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.conhecer.org.br/enciclop/2019b/o%20impacto.pdf>. Acesso em: 20 de maio de 2024.

SPIGOLON, Dandara Novakowski; et al. Diagnósticos de enfermagem de portadores de doença renal em hemodiálise: estudo transversal. 2018. **Revista Brasileira de Enfermagem (REBEn)**: Parnavaí, 2018.

VALLE, L. S; et al. **Estresse e ansiedade em pacientes renais crônicos submetidos à hemodiálise**. 2013. Disponível em: <chrome-extension://efaidnbnmnibpcajpcglclefindmkaj/https://www.scielo.br/j/estpsi/a/pB-99ZnrF4DqmYGCJfrGYk6qc/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 17 de junho de 2024.

14

OS IMPACTOS DA VIOLÊNCIA URBANA NA SAÚDE MENTAL DOS MOTORISTAS DE ÔNIBUS DO TRANSPORTE PÚBLICO

THE IMPACTS OF URBAN VIOLENCE ON THE MENTAL HEALTH OF PUBLIC TRANSPORT BUS DRIVERS

Otaviano Martins Costa Netto¹

¹ Psicologia, Centro Universitário Estácio São Luís, São Luís - Maranhão

Resumo

A pesquisa destaca a vulnerabilidade dos motoristas de transporte público às situações estressoras como assaltos, resultado dos altos índices de violência urbana. Atrelado a isso, estes profissionais enfrentam múltiplas demandas laborais, fatores que, juntos, podem levar a quadros de Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) e Síndrome de Burnout. Para desenvolver a pesquisa, foi adotada a metodologia bibliográfica e de caráter exploratório. O estudo conclui que urge a necessidade de melhorar as condições de trabalho e de oferecer suporte psicológico adequado a esses profissionais, assim como políticas públicas.

Palavras-chave: motoristas de ônibus; violência urbana; transporte público; Transtorno de Estresse Pós-Traumático; Síndrome de Burnout.

Abstract

The research highlights the vulnerability of public transport drivers to stressful situations such as robberies, a result of high rates of urban violence. Linked to this, these professionals face multiple work demands, factors that, together, can lead to Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) and Burnout Syndrome. To develop the research, a bibliographic and exploratory methodology was adopted. The study concludes that there is an urgent need to improve working conditions and offer adequate psychological support to these professionals, as well as public policies.

Keywords: bus drivers; urban violence; public transportation; Post-Traumatic Stress Disorder; Burnout syndrome.

1. INTRODUÇÃO

A relação entre saúde e trabalho tem sido uma temática cada vez mais discutida por pesquisadores de diversas áreas do conhecimento. Entretanto, pode-se observar que há profissões que estão expostas de maneira mais direta às implicações no âmbito do bem-estar físico e, principalmente, mental.

Os motoristas de ônibus do transporte público urbano recebem inúmeros estímulos oriundos dos ambientes internos e externos ao trabalho. Além de gerenciar demandas advindas do trânsito, os motoristas precisam lidar também com os passageiros, passando também pelo desenvolvimento de atividades técnicas e repetitivas.

De acordo com Paes-Machado e Levenstein (2002), uma característica marcante do trabalho dos rodoviários é a vulnerabilidade do ambiente em que trabalham, a partir de vários fatores, mas, neste caso, destaca-se o alto nível de exposição à violência urbana. Os motoristas não atuam em locais fixos ou protegidos por edificações, havendo ainda o agravo de lidarem com o acesso indistinto de passageiros ao interior do veículo.

Nesse cenário, há esta questão ainda cada vez mais complexa que faz parte do cotidiano desses trabalhadores: a insegurança e exposição a indistintas vulnerabilidades aos assaltos, por exemplo. Cada vez mais comuns e rotineiros, os casos de violência vivenciados pelos motoristas acarretam consequências severas que impactam diretamente na saúde mental.

Segundo dados divulgados pela Secretaria de Estado de Segurança Pública do Maranhão (GRANDE, 2024), foram registrados, apenas nos meses de janeiro e fevereiro de 2024, 128 ocorrências de assalto a ônibus na Grande Ilha.

Considerada um dos fatores de alta complexidade no trabalho dos motoristas de ônibus, a violência urbana crescente afeta de forma direta a atividade exercida. Nesse contexto, expostos aos riscos por um tempo prolongado, os trabalhadores podem apresentar quadros de, por exemplo, estresse pós-traumático desencadeados em razão dos constantes assaltos sofridos dentro do ambiente de trabalho (SOBRINHO *et al.*, 2020, p. 113-126).

No entanto, a pesquisa em torno da saúde física e mental dos rodoviários ainda é escassa, de acordo com Mendes (1999), quando comparada aos profissionais da saúde, por exemplo, revelando que ainda não há uma associação direta na relação entre a violência urbana sofrida por esses profissionais e a insalubridade que se apresenta em forma de Transtorno de Estresse Pós-Traumático e *Burnout*.

Assim, a relevância, atualidade e a dimensão dos impactos da insegurança na saúde mental dos motoristas de ônibus revelam a necessidade de desenvolver pesquisas acerca da temática. Visto isso, urge a necessidade de abordar o tema e analisar a realidade desses trabalhadores sob a ótica da Psicologia, a fim de instigar e conhecer a fundo as implicações da ausência de segurança na saúde mental dos motoristas.

Tendo em vista os altos índices de violência praticada no transporte coletivo, a escolha da temática abordada nesta pesquisa justifica-se a partir da relevância, atualidade e dimensão social dos impactos causados pela insegurança aos motoristas.

Frente a essa realidade posta, o trabalho buscou descrever a relação entre a violência urbana e a saúde mental dos motoristas de transporte público. Além disso, o trabalho



buscou apontar os principais fatores de adoecimento dos motoristas de ônibus e estudar o modo como as condições de trabalho afetam a vida do trabalhador. Além disso, buscou-se também demonstrar as políticas públicas voltadas para qualidade de vida no trabalho dentro das empresas.

2. METODOLOGIA

Para desenvolver o presente trabalho será utilizado o método de pesquisa bibliográfica, utilizando os estudos publicados em livros, artigos e periódicos para maiores informações acerca da temática. Esta abordagem tem o objetivo a compreensão mais ampla do tema que, neste caso, utilizará como fonte de pesquisa bibliotecas virtuais com um padrão alto de confiabilidade, como o Google Acadêmico, a fim de consultar artigos, trabalhos de conclusão de curso, dissertações e teses que versem sobre as seguintes temáticas: motoristas de ônibus; saúde mental do trabalhador; transporte coletivo, Transtorno do Estresse Pós-Traumático e Burnout. Serão utilizadas pesquisas desenvolvidas ao longo dos últimos 30 anos.

Este estudo tem caráter exploratório, visto que o objetivo principal é “o aprimoramento de ideias ou a descoberta de intuições” (GIL, 2007, p. 41), considerando variados aspectos da temática desenvolvida, a partir do levantamento bibliográfico.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Entre as inúmeras transformações ocasionadas pela Revolução Industrial, ocorrida a partir do século XVIII, o modo de desempenhar as atividades laborais certamente foi uma das mais evidentes. Os ambientes de trabalho passaram a demandar que tudo se desenvolvesse da forma mais objetiva e sistemática possível em virtude do crescimento acelerado dos grandes centros urbanos e da necessidade de sustentação do novo padrão de produção. Dessa forma,

Podemos dizer, que a visão da energética e do materialismo que permeavam os finais do séc. XVIII e o séc. XIX e a construção de corpos ‘docilizados’ e utilitários para o trabalho, caracterizam uma época que teve como consequência uma epidemia de fadiga e neurastenia que demonstram o desânimo reinante diante da mudança brutal na organização social e nas relações com o tempo, objetos e natureza: o início da aceleração do ‘tempo’ ou melhor, da mudança do ritmo natural dos corpos, que antes entremeavam trabalho e lazer; a troca das ferramentas conduzidas pelo homem por máquinas que ditavam tempo e ritmo impostos ao corpo; da desterritorialização dos grupos transformados em operários em um novo mundo ‘urbano’, longe de suas terras e de sua comunidade vivendo em condições precárias; das medicalizações e dos esquadrinhamentos dos corpos. (UGART, 2005, p. 3)

Esse formato que se desenhava à época ainda hoje pauta os moldes das relações de trabalho dentro da sociedade capitalista, em que há uma transformação cada vez mais acelerada que implica não só no trabalho, mas também na saúde e qualidade de vida dos trabalhadores em um contexto geral, que sofrem com “a solidão gerada pelas grandes metrópoles, o aumento da violência e os altos índices de estresse e depressão nas populações urbanas” (UGART, 2005, p. 6). Dessa forma, destaca-se aqui a proximidade entre o contexto descrito e o alto nível de exposição dos motoristas de transporte público, fato que

agrava e potencializa tais problemáticas.

A partir da pesquisa de Prado (2017), que entrevistou 1500 motoristas do transporte público urbano na cidade de Aracaju, em Sergipe, foi apresentado o percentual de 62,42% de motoristas que já passaram por um assalto no ambiente de trabalho, sendo esse um dos principais estressores dessa categoria profissional. O estudo também revelou que, atrelado a isso, está o nível de estresse, demonstrando a correlação que há entre essas duas variáveis. Assim, Prado afirmou que esse tipo de episódio “aumenta em 1,59 vezes a chance de o motorista desenvolver estresse”.

De acordo com Lipp (2001), a maioria dos episódios de estresse em adultos advém da profissão. Por isso, o estresse ocupacional já é apontado pela Organização Mundial da Saúde (OMS) como uma epidemia global. Dessa forma, pode-se observar que ao desenvolver suas atividades profissionais, os sujeitos estão expostos a uma carga alta de estresse, especialmente em algumas profissões, como a de motorista de ônibus.

Ainda segundo os estudos de Lipp (2001), essa organização laboral exerce alta influência na saúde e qualidade de vida dos trabalhadores, tendo consequências diretas em fatores como sono, fadiga, irritabilidade e outros fatores biológicos, impactando não somente no desenvolvimento de atividades ligadas ao labor, mas também na sociabilidade e vida pessoal dos sujeitos.

Prado (2017), revelou a partir de suas pesquisas que o fator estresse se apresentava nos motoristas de ônibus a partir de dois agentes principais: a extensa carga horária praticada pelos trabalhadores e, segundo, com a violência sofrida dentro dos ônibus coletivos ou pelo menos o temor que ocorra uma situação dessas.

Dessa forma, o estresse não pode ser analisado de forma isolada, uma vez que pode ser causado por mais de uma origem, assim como impacta em variadas áreas e aspectos da vida daquele que foi afetado. Selye (1959) analisou o estresse de duas formas: positiva e negativa, e denominou a forma positiva como “eustresse” e o negativo de “distresse”.

Conforme Lipp (2000), que também explora tais denominações, o estresse positivo é aquele que se apresenta como um alerta. Esse é o momento em que o corpo traduz isso através da energia e do ânimo, estimulando a criatividade. Isso pode ocasionar alguns períodos em que dormir ou descansar pode ser uma tarefa difícil, no entanto não chega a ser um desgaste para quem passa por um episódio desses.

Em contrapartida, se houver uma longa permanência nessa fase de alerta, torna-se um cenário prejudicial. O excesso de “produtividade” promove um espaço propício ao surgimento de desgastes, tanto físicos quanto psíquicos. Isso pode ocorrer quando o sujeito esgota a sua capacidade de se adaptar às situações.

A pesquisa de Matos (2015)

[...] acordos-se que 54,8% dos motoristas estavam preocupados com estresse. Dos motoristas com estresse, 94% estão na fase de resistência, que segundo Lipp (2003), ocorre por parte do organismo uma tentativa de adaptação, ou seja, busca da homeostase, no entanto, nesta fase está presente a sensação de desgaste e cansaço de forma evidente. Os demais 6% encontram-se nas fases de quase exaustão, 4% e 2% na fase de alerta. Na fase de quase exaustão do organismo começa a se debilitar e não consegue manter o equilíbrio interior, ou seja, o indivíduo passa a vivenciar uma ‘gangorra emocional’, onde ocorre muita ansiedade. Em termos orgânicos, as defesas imunológicas começam a ser destruídas e como consequência iniciam o surgimento das doenças. (MATOS, 2025, p. 268)



Os efeitos desse nível de exaustão se revelam a partir de um comprometimento físico. Conforme Leal (2010), 80% dos motoristas apresentaram fadiga, 60% dor de cabeça, 45% insônia, 30% ansiedade, 25% oscilação de humor. Esses são apenas algumas das diversas formas que o estresse se manifesta no corpo das pessoas.

Quando esse trabalhador comprometido pelo estresse atinge o nível de exaustão com impactos físicos, urge a necessidade de busca por ajuda médica, a fim de aprender a lidar com isso e evitar novos episódios.

No contexto dos motoristas de ônibus, esse profissional encontra-se, ao longo de toda a jornada de trabalho, em uma situação de vulnerabilidade, posto que lida com a elevada possibilidade de ocorrência de situações estressoras, com destaque para os assaltos ao transporte coletivo, que podem, em casos mais graves, culminar em latrocínios e assassinatos.

Nesse cenário, a violência urbana, especificamente o assalto aos coletivos, podem desencadear nos profissionais o Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT), que compõe o grupo dos Transtornos de Ansiedade, e tem como principal característica a manifestação de sintomas específicos após o contato direto ou indireto com um “estressor traumático extremo” (DSM IV, 2002, p. 448).

Ainda de acordo com o DSM-IV (2002), há outros 3 critérios diagnósticos para os quadros de TEPT. O primeiro trata-se da sensação de viver novamente o episódio traumático, seja por meio de sonhos, aflições ou alucinações constantes. Outra característica é o distanciamento de pessoas ou situações, a fim de evitar pensamentos ou atividades que rememorem o trauma, assim como a limitação de contato com pessoas com a finalidade de evitar sentimentos ou carinho e a constante sensação de uma vida cada vez mais breve. Por fim, o aparecimento ou agravamento de sintomas como a irritabilidade em excesso, insônia e dificuldade de concentração.

A incidência desses sintomas foi verificada pela pesquisa Medeiros (2017), que investigou os impactos dos assaltos na saúde mental de 321 motoristas do transporte coletivo urbano. O estudo mostrou que, ao longo do mês que antecedeu a pesquisa, 17,4% dos profissionais tiveram episódios frequentes de insônia, já 30,8% apresentavam cansaço excessivo, 29,3% perda do senso de humor, além de angústia, ansiedade ou medo diário serem relatos de 22,1% dos entrevistados.

O desenvolvimento da atividade laboral dos motoristas nesse contexto permeado por violência urbana, tem consequências para além do Transtorno Pós-Traumático, a exemplo do Burnout, que em tradução da língua inglesa para o português significa, segundo França (1987), aquilo que deixou de funcionar por exaustão e falta de energia. O termo, utilizado pela primeira vez em 1974 por Freudenberger, descreve o Burnout como um sentimento de desgaste, fracasso e exaustão em excesso (FRANÇA, 1987).

Embora os estudos empíricos tenham sido iniciados a partir dos profissionais de serviço da saúde, hoje sabe-se que o Burnout não se restringe apenas a esse segmento.

Burnout é um tipo de estresse ocupacional que acomete profissionais envolvidos com qualquer tipo de cuidado em uma relação de atenção direta, contínua e altamente emocional (Maslach & Jackson, 1981; 1986; Leiter & Maslach, 1988, Maslach, 1993; Vanderberghe & Huberman, 1999; Maslach & Leiter, 1999). As profissões mais vulneráveis são geralmente as que envolvem serviços, tratamento ou educação (Maslach & Leiter, 1999) (CARLOTTO, 2002; p. 23).

Sendo assim, a precarização do trabalho segue crescente na sociedade e revelando-se, também, em forma da dissolução dos direitos, condições e garantias trabalhistas uma vez que

É importante ressaltar que, para Dejours (1992) as condições do trabalho englobam os agentes físicos, biológicos e químicos presentes no contexto de trabalho com consequência sobre a saúde física do trabalhador. Por sua vez, a organização do trabalho está vinculada a distribuição de poder, tarefas, hierarquias, responsabilidades, fatores que causam impacto na saúde psíquica do trabalhador (ALVES, 2009, p. 39).

A partir disso, pode-se considerar que o adoecimento psíquico é um desdobramento também da responsabilidade atribuída ao motorista em casos de assaltos como, por exemplo, com a responsabilização do profissional acerca dos prejuízos financeiros ou da falta de assistência às patologias psicológicas que podem surgir a partir de casos como esse.

Esse cenário revela-se propício ao aparecimento da Síndrome de Burnout que se caracteriza da seguinte forma:

A primeira, exaustão emocional, é caracterizada pela falta ou carência de energia e um sentimento de esgotamento emocional. A segunda, despersonalização, é definida como a falta de sensibilidade e a dureza ao responder às pessoas que são receptoras de seu serviço e, por último, a baixa realização profissional, que se refere a uma diminuição do sentimento de competência em relação ao trabalho com pessoas (NÓBREGA, 2015, p. 27).

Embora as primeiras pesquisas acerca da síndrome tenham sido desenvolvidas com enfoque na área da saúde, posteriormente se estendeu apenas para áreas como serviço social e educação, ou seja, que mantinham contato de forma mais direta com outras pessoas. No entanto, segundo Lipp (2002), o Burnout pode ser caracterizado como uma experiência desagradável somada a frustração, ansiedade e tensão. Sentimentos comuns aos motoristas de ônibus, em especial aqueles que passaram por situações de violência.

A Síndrome de Burnout tem consequências para além do aspecto profissional. Ela desencadeia problemas também nos relacionamentos sociais e familiares, afetando a vida do profissional num contexto geral, reduzindo desde a produtividade no trabalho até a qualidade de vida dos motoristas.

O Burnout, segundo França (1987 *apud* SOUZA, 2010), se apresenta em categorias: física, psíquica, comportamental e emocional. Assim, a síndrome influencia em extensos aspectos. Leal (2010) os descreve da seguinte forma:

Físicos: fadiga, distúrbios do sono, dores musculares; Psíquicos: diminuição da memória, dificuldade de concentração, diminuição da capacidade de tomar decisões; Emocionais: desânimo, ansiedade, depressão, impaciência, irritação, pessimismo; Comportamento: tendência de isolamento, perda de interesse pelo lazer, aumento do consumo de bebidas alcoólicas e cigarros e tendência ao absenteísmo (LEAL, 2010, p. 14).

O estudo desenvolvido por Nóbrega (2015), revelou dados alarmantes para o risco de Burnout nos motoristas entrevistados. Cerca de 96% dos profissionais apresentaram médio risco para a síndrome. Considerando que os estressores seguem ocorrendo diariamente



ao longo da atividade laboral, o processo de esgotamento torna-se gradativo e cumulativo. Diante deste fato, considera-se que o risco tem uma tendência crescente de danos psíquicos e emocionais advindos da atividade profissional e que culminam no adoecimento.

Neumann e Carlotto (2020), apontam que o Burnout é uma experiência negativa, uma vez que é compostas por ações, emoções e atitudes com conotação negativas relacionadas não só ao trabalho em si, mas também às relações que precisam ser desenvolvidas no ambiente laboral. Com isso, a consequência se dá a partir de disfunções nos âmbitos psicológicos, emocionais e comportamentais, que repercutem principalmente no trabalho, mas se estendem também para a vida pessoal.

A pesquisa de Neumann e Carlotto (2020), apontam, a partir de Gil-Monte (2005) que a Síndrome de Burnout

constitui-se de quatro dimensões: 1) Ilusão pelo trabalho, descrita como o desejo do trabalhador para o alcance das metas profissionais (avaliada de forma inversa); 2) Desgaste psíquico, caracterizado por sentimentos de exaustão emocional e desgaste físico; 3) Indolência, quando aparecem atitudes de indiferença para com as pessoas que necessitam ser atendidas no ambiente de trabalho; e 4) Culpa, sentimento de culpa decorrente da cobrança social sobre comportamentos não alinhados às expectativas acerca do papel profissional. (NEUMMAN; CARLOTTO, 2020, p. 1090)

Os estudos de Prado (2017) demonstram que “acerca dos comportamentos de risco em trabalhadores da indústria, foi detectado que 42,2% dos sujeitos não realizavam atividades físicas e destes, 13,9% referiram níveis elevados de estresse e dificuldade para enfrentar a vida”.

Dessa forma, pode-se perceber que há uma relação significativa, do ponto de vista negativo, entre o nível de estresse e a falta de atividade física. Segundo Prado (2017), os motoristas sedentários têm aproximadamente o dobro de chances de desenvolver quadros de estresse agudo. A pesquisa de Quick (2001 *apud* LEAL, 2010), aponta que uma das maneiras mais eficazes de se desfazer do estresse acumulado durante o dia e liberar hormônios de bem-estar é a partir da prática de alguma atividade física.

Os dados obtidos pelo pesquisador demonstram que o fator estresse, qualidade de vida e saúde do trabalhador estão intrinsecamente ligados. O estudo revelou a porcentagem de que 42,2% dos entrevistados não realizavam nenhum tipo de atividade física, sendo que, deste número, 13,9% apresentaram níveis elevados de estresse, não somente restritos ao trabalho. As consequências do sedentarismo atrelado ao estresse se estendem a outras questões como, por exemplo, as doenças cardiovasculares, que têm ambos os fatores como um agravante.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os motoristas do transporte público coletivo são peças fundamentais na sociedade, tendo em vista a responsabilidade e impacto das suas atividades laborais para a população. No entanto, ao cumprir a jornada de trabalho, observa-se uma alta demanda de atenção com fatores internos e externos. Esse cenário potencializa o desgaste físico e psicoemocional dos trabalhadores, agravado ainda mais quando passam por situações estressoras, como a violência urbana.

Ainda há uma necessidade de maior atenção à relação existente entre a vivência dos

motoristas e o adoecimento que os acomete. Os dados demonstram que o estresse, o Transtorno de Estresse Pós-Traumático e a Síndrome de Burnout são realidades na vida dos motoristas de ônibus. Fato que interfere diretamente na qualidade de vida dessas pessoas, afetando não só relações profissionais, mas se estendendo ao âmbito pessoal e familiar.

No entanto, embora esses profissionais sejam essenciais, não recebem a devida atenção, seja por meio de pesquisas, da melhoria nas condições de trabalho ou mesmo no suporte após o episódio de violência. Ações simples como, por exemplo, a adequação da escala de trabalho, a fim de promover equilíbrio entre a vida pessoal e vida laboral, possibilitando ações com impactos diretos na saúde, como a prática de atividades físicas.

REFERÊNCIAS

- ALVES, C. R. da S., & Paula, P. P. de. (2009). Violência no trabalho: possíveis relações entre assaltos e TEPT em rodoviários de uma empresa de transporte coletivo. **Cadernos De Psicologia Social Do Trabalho**, 12(1), 35-46. <https://doi.org/10.11606/issn.1981-0490.v12i1p35-46>. Acesso em: 09 de novembro de 2023.
- CARLOTTO, Mary Sandra. A Síndrome de Burnout e o trabalho docente. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 7, n. 1, p. 21-29, jan./jun. 2002. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/hfg8JKJTYFpgCNgqLHS3ppm/?lang=pt>. Acesso em: 09 de novembro de 2023.
- DRUCK, G. Trabalho, precarização e resistências: novos e velhos desafios? **Caderno CRH**, 24 (1), 37-57 (2011). Disponível em: <https://periodicos.ufba.br/index.php/crh/article/view/19219>. Acesso: 30/04/2024.
- FRANÇA, H. H. A síndrome de “burnout”. **Revista Brasileira de Medicina**, 44, 8, p.197- 199, 1987.
- GIL, Antônio Carlos. **Como elaborar projetos de pesquisa**. Atlas: São Paulo, 2007.
- LEAL, Núbia Carvalho Pires. (2010). **Estresse ocupacional: motoristas de uma empresa de ônibus em São Luís-MA**. Disponível em: <http://repositorio.laboro.edu.br:8080/xmlui/handle/123456789/1163>. Acesso em: 10 de jun. 2024.
- LIPP, M. E. N. (2000). **Manual do inventário dos sintomas de stress para adultos de Lipp**. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- LIPP, M. (Org). (2001). **Pesquisas sobre stress no Brasil: saúde, ocupações e grupos de risco**. Campinas: Papirus.
- LIPP, M. E. N. (2003). **Mecanismos neuropsicofísicos do stress: teoria e aplicações clínicas**. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- G1 MARANHÃO**. Mais de 500 assaltos a ônibus foram registrados na grande São Luís em 2022, diz SSP. **G1 MA**, São Luís, 19/05/2022. Disponível em: <https://g1.globo.com/ma/maranhao/noticia/2022/05/19/mais-de-500-assaltos-a-onibus-foram-registrados-na-grande-sao-luis-em-2022-diz-ssp.ghtml>. Acesso em: 09 de novembro de 2023.
- MATOS, M. G. DE; MORAES, L. F. R. DE; PEREIRA, L. Z. **Análise do Estresse Ocupacional em Motoristas de Coletivo Urbano na Cidade de Belo Horizonte**. Revista Gestão & Tecnologia, v. 15, n. 1, p. 256–275, 28 abr. 2015.
- MEDEIROS, S. et al. **Stress and stressors in bus drivers**. Revista de Enfermagem Referência, v. IV Série, n. No14, p. 101–110, 22 set. 2017. Acesso em: 19 de maio de 2024.
- MENDES, L. R. (1999). **O trabalho do motorista de ônibus: reflexões sobre as condições de trabalho no transporte coletivo**. In J. D. Sampaio et al. (Orgs.), Qualidade de vida, saúde mental e psicologia social: estudos contemporâneos II (pp. 153-180). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- NÓBREGA, João Ricardo Soares. Síndrome de Burnout em Motoristas de Ônibus no Município de João Pessoa-PB. **Dissertação (Mestrado em Saúde Coletiva)**. Universidade Católica de Santos. Disponível em: <<https://tede.unisantos.br/bitstream/tede/1842/2/Joao%20Ricardo%20Soraes%20Nobrega.pdf>>. Acesso em: 21 maio. 2024.
- PAES-MACHADO, E. & Levenstein, C. (2002). Assaltantes a bordo: violência urbana, insegurança e saúde no trabalho em transporte coletivo de Salvador, Bahia, Brasil. **Cadernos de Saúde Pública**, 18 (5), 1215-1227. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/vLtWtVqX9R8ZHKTzYbjNqVb/abstract/?lang=pt>. Acesso: 30/04/2024.



PRADO, R. L., Santos Silva, M. H., & Vargas, M. M. (2017). Estresse e atividade física em motoristas de ônibus urbano em uma capital do nordeste do Brasil. **Interfaces Científicas - Saúde E Ambiente**, 5(3), 37–46. <https://doi.org/10.17564/2316-3798.2017v5n3p37-46>. Acesso em: 10 de jun. de 2024.

SELYE, H. (1959). **Stress: a tensão da vida**. São Paulo: Ibrasa.

SOBRINHO, Alberto Vieira. Et al. Adoecimento psíquico dos motoristas de transportes coletivos públicos urbanos da Cidade Do Natal. **Revista Científica Multidisciplinar Núcleo do Conhecimento**. Ano 05, Ed. 11, Vol. 06, pp. 113-126. Novembro de 2020. ISSN: 2448-0959, Disponível em: <https://www.nucleodoconhecimento.com.br/psicologia/transportes-coletivos-publicos>. Acesso em: 08 de novembro de 2023.

As relações sociais passaram a ser virtuais. O contato entre pessoas está perdendo a materialidade e migrando para redes sociais virtuais ou passando a se realizar via aplicativos para celular. Este livro trata dessa realidade ao debater de forma direta ou indireta os transtornos nascidos do uso excessivo de telas e da imersão nas redes sociais, discutindo a manutenção de preconceitos e a luta pela inclusão sem estereótipos e, avaliando terapias capazes de auxiliar os indivíduos a manterem a humanidade em uma realidade fluída – e as vezes efêmera. O livro também analisa os transtornos que acometem o homem moderno e que passaram a ser definidos de forma mais nítida como o TEA, a Depressão e a Ansiedade. Os artigos que fazem parte do livro não estão interligados, mas trazem em si um mosaico de temas que caracterizam a vivência e forma como a humanidade sobrevive a modernidade.

