Organizadores:
Marco Aurélio Fernandes
Elizabeth Silva Dias
Larissa Christine Pires Pereira
Marcos da Silva Reinaldo
Karina Vanessa Fonseca Muniz

Coletânea

Ludovicense de Psicologia

Volume 5

Pascal Editora

2024

MARCO AURÉLIO FERNANDES
ELIZABETH SILVA DIAS
LARISSA CHRISTINE PIRES PEREIRA
MARCOS DA SILVA REINALDO
KARINA VANESSA FONSECA MUNIZ
(ORGANIZADORES)

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

VOLUME 5

EDITORA PASCAL
2024

2024 - Copyright© da Editora Pascal

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 Cristhália Viana da Silva – CRB-13/904
Revisão: Os autores

Conselho Editorial
Dr. Gabriel Nava Lima
Dr. Saulo José Figueiredo Mendes
Dr. José Ribamar Neres Costa
Drª Priscila Xavier de Araújo
Drª Maria Raimunda Chagas Silva
Drª Ivete Furtado Ribeiro Caldas
Drª Sandra Imaculada Moreira Neto
Dr. Claudio Alves Benassi

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

L131p

Coletânea Ludovicense de Psicologia / Marco Aurélio Fernandes, Elizabeth Silva Dias, Larissa Christine Pires Pereira, Marcos da Silva Reinaldo e Karina Vanessa Fonseca Muniz (Org). São Luís - Editora Pascal, 2024.

319 f. : il.: (Coletânea ludovicense de psicologia; v. 5)

Formato: PDF

Modo de acesso: World Wide Web

ISBN: 978-65-6068-082-1

D.O.I.: 10.29327/5414145

1. Psicologia. 2. Ludovicense. 3. Miscelânea. I. Fernandes, Marco Aurélio. II. Dias, Elizabeth Silva. III. Pereira, Larissa Christine Pires. IV. Reinaldo, Marcos da Silva. V. Muniz, Karina Vanessa Fonseca. VI. Título.

CDU: 159.9 (812.1)

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

2024

www.editorapascal.com.br

APRESENTAÇÃO

“Toda psicologia é social”. Tal premissa, categoricamente sustentada por Silvia Lane não significa reduzir as áreas específicas da psicologia a psicologia social, mas, sim deixa clara a necessidade de cada uma assumir suas especificidades, considerando o homem e seu contexto sócio-histórico. Partindo desse pressuposto, é possível, ainda, salientar que, se toda psicologia é social, para que seja de fato uma psicologia autêntica, ela precisa ser estudada a partir de seu contexto, ou seja, onde a mesma ocorre, considerando o passado, presente, cultura, ideias e ideais de uma determinada sociedade. Desse modo, mesmo a psicologia clínica, precisa considerar o sujeito a partir de suas interações sociais, seus conceitos e preconceitos, sua idiossincrasia e atribuições sociais, enquanto um sócio da sociedade pois “[...] não se pode conhecer qualquer comportamento humano isolando-o ou fragmentando-o, como se este existisse em si por si”, Lane.

Este livro representa uma contribuição para a fecunda trajetória intelectual da Psicologia ludovicense, considerando o fazer psicológico, suas áreas específicas, sua cientificidade e suas diretrizes éticas. Esta obra objetiva levar o leitor a analisar as peculiaridades que envolvem as reflexões mais pertinentes no âmbito acadêmico/profissional, que exige compromisso ético-profissional com os fundamentos das relações sociais, bem como dos fenômenos psíquicos e comportamentais. As problemáticas aqui apresentadas partem de objetos de estudos e interesse da própria Psicologia Social que busca estudar e compreender os distintos movimentos sociais e o engajamento de uma sociedade, como o sujeito se observa no mundo e como a sociedade o influencia nas suas próprias decisões e o impacto dos fenômenos psicológicos no cotidiano. Dessa forma, os debates que subsidiaram as ponderações e análises se sustentam na premissa supracitada de Silvia Lane e que, por sua vez, analisa desde os fenômenos individuais aos coletivos que são objetos de estudo e intervenção das Psicologias.

Marco Aurélio Fernandes

ORGANIZADORES

Marco Aurélio Fernandes

Graduado em Psicologia pela Uninassau São Luís, Maranhão. Pós-Graduado em Saúde Mental e Dependência Química. Pós-Graduado em Psicologia Clínica. MBA em Gestão de Pessoas. Pós-Graduando em Neuropsicologia. Coordenador do Curso de Psicologia e Professor na Faculdade Anhanguera São Luís, onde ministro disciplinas específica do curso de Psicologia, como Diagnóstico de Intervenção, Orientação Profissional, Temas Emergentes em Psicologia, Teorias e Técnicas de Grupo, Teorias e Técnicas Psicoterápicas Gerais, Análise Experimental do Comportamento, Psicologia Social, e Estágios. Atuação em Psicologia Clínica e Social. Experiência em trabalhar com Dependentes Químicos.

Elizabeth Silva Dias

Psicóloga, CRP: 22/03378. Professora Universitária. Coordenadora da Clínica Escola da Faculdade Anhanguera de São Luís. Psicóloga do Curso de Medicina da Faculdade Edufor de São Luís. Palestrante. Especialista em Psicologia Hospital, Saúde Mental, Psicopatologia e Atenção psicossocial. especialista em Neuropsicologia. Bacharel em Psicologia pela Faculdade Pitágoras. Ministro aulas de Aconselhamento e orientação em Psicologia, História da psicologia e Medidas e avaliação em Psicologia I, Psicologia Hospitalar.

Larissa Christine Pires Pereira

Psicóloga, CRP 22/04411. Pesquisadora. Professora Universitária. Especialista em Psicologia Social. Pós-graduanda em Neuropsicologia.

Marcos da Silva Reinaldo

Psicólogo Clínico e do Trabalho CRP 22/05122 e Gestalt-terapeuta; Administrador CRA MA 6949. Membro do Grupo de estudos em Gestalt-terapia Integrar/UFMA; Mestre em Psicologia - UFMA; Pós-graduando em Neuropsicologia - Anhanguera; Especialista em Avaliação Psicológica; Gestalt-terapia; em Saúde Mental; em Marketing Recursos Humanos; Metodologia do Ensino Superior; MBA Executivo em Gestão de Pessoas e Coaching. Professor Universitário - Faculdade Anhanguera, Laboro e UEMA; Consultor, Palestrante e Orientador em cursos e treinamentos pela RHumanos Consultoria em Gestão de Pessoas.

Karina Vanessa Fonseca Muniz

Especialista em Psicologia Social e Antropologia, Especialista em História e Cultura Afro-brasileira, Pesquisadora, Professora Universitária e Servidora Pública.

SUMÁRIO

CAPÍTULO 1 10
ANÁLISE DO SISTEMA COMPORTAMENTAL DOS ADULTOS A PARTIR DA TEORIA DO APEGO DE JOHN BOWLBY
Clayton Rhafael Brito Dos Santos

CAPÍTULO 2.....21
DESAFIOS DA PSICOLOGIA NO ATENDIMENTO PRIMÁRIO: UMA REVISÃO DE LITERATURA DAS INTERVENÇÕES INTEGRATIVAS
Felipe Lago de Sá Menezes
Alice Parentes da Silva Santos

CAPÍTULO 3.....29
OS IMPACTOS PSICOLÓGICOS DA ESCOLHA PROFISSIONAL NA VIDA DE JOVENS E ADOLESCENTES
Isabelle Joanka Gomes Costa

CAPÍTULO 4 38
IMPACTOS DO EXCESSO DE PRODUTIVIDADE NO TRABALHADOR: UMA REVISÃO DE LITERATURA DO CONTEXTO ORGANIZACIONAL
Yasmin de Araújo Coelho

CAPÍTULO 5.....48
O PAPEL DO PSICÓLOGO ESCOLAR NA ESCOLA PÚBLICA
THE ROLE OF THE SCHOOL PSYCHOLOGIST IN PUBLIC SCHOOLS
Ana Paula Nava Piorsky

CAPÍTULO 6.....58
ACONSELHAMENTO E ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL: ADOLESCÊNCIA E SUAS ESCOLHAS
Maria Eduarda Brito Lucas

CAPÍTULO 7.....67
DEPRESSÃO NA ADOLESCÊNCIA: ANÁLISE PÓS-PANDEMIA
Ariany do Nascimento Viana

CAPÍTULO 8 74
ATUAÇÃO DO PSICÓLOGO NO IMPACTO SENTIDO PELO IDOSO ASILADO PELA AUSÊNCIA FAMILIAR
Rayssa Rayane Vieira da Silva

CAPÍTULO 9.....86
OS EFEITOS DO USO EXCESSIVO DE PORNOGRAFIA NA SAÚDE MENTAL E NAS RELAÇÕES INTERPESSOAIS
Rafael Gomes de Freitas

CAPÍTULO 10.....95
PSICOLOGIA, GESTÃO E TRABALHO: ANÁLISE DA ATUAÇÃO DO PSICÓLOGO NO PROCESSO DE RECRUTAMENTO E SELEÇÃO
Amanda Peixoto Vasconcelos Lima

CAPÍTULO 11.....109
A INCLUSÃO DA PESSOA COM DEFICIÊNCIA NO MERCADO DE TRABALHO: PERSPECTIVAS DA PSICOLOGIA ORGANIZACIONAL E DO TRABALHO
Lianna Priscilla Costa de Jesus Silva

CAPÍTULO 12.....120
ATUAÇÃO DO PSICÓLOGO NO TRATAMENTO DO TRANSTORNO DO ESTRESSE PÓS TRAUMÁTICO RELACIONADO AO TRABALHO
Paulo Henrique Rabelo Santos

CAPÍTULO 13.....132
O IMPACTO DAS MEDIDAS DE ENFRENTAMENTO À PANDEMIA DE COVID-19 NA APRENDIZAGEM
Noemy Suellen Assunção Alves

CAPÍTULO 14.....139
EFETIVIDADE DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NO MANEJO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES
Maressa de Sousa Cavalcante Cândido
Alice Parentes da Silva Santos

CAPÍTULO 15.....149
A INFLUÊNCIA DAS REDES SOCIAIS NO AUMENTO DE CASOS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM ADOLESCENTES
Maycon Clistfen de Sousa Coelho

CAPÍTULO 16.....157
PSICOLOGIA ORGANIZACIONAL E A IMPORTÂNCIA DA ATUAÇÃO DO PSICÓLOGO NO AMBIENTE DE TRABALHO NO CONTEXTO PANDÊMICO
Rita de Cassia Batista dos Santos
Alice Parentes da Silva Santos

CAPÍTULO 17.....170
OS IMPACTOS PSICOLÓGICOS DA VIOLÊNCIA DOMÉSTICA NA EDUCAÇÃO INFANTIL
Gerson Lima Rodrigues

CAPÍTULO 18 178
COMO A PSICOEDUCAÇÃO PODE CONTRIBUIR PARA A EVOLUÇÃO CLÍNICA DO PACIENTE?
Noruska da Silva de Sousa
Alice Parentes da Silva Santos

CAPÍTULO 19 185
O IMPACTO DO USO DE REDES SOCIAIS NA SAÚDE MENTAL DOS ADOLESCENTES
Tony Cleverton Nascimento Araújo

CAPÍTULO 20 193
RELAÇÃO ENTRE DOPAMINA E COMPORTAMENTO HUMANO
Jonas Fernandes Ribeiro Neto

CAPÍTULO 21 201
TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA) E INCLUSÃO ESCOLAR
Jessimiley Costa Da Silva

CAPÍTULO 22 209
DEPRESSÃO NA TERCEIRA IDADE E A PROMOÇÃO DE SAÚDE: UMA ANÁLISE DE COMO A RELAÇÃO DESTAS PODEM PROPORCIONAR SAÚDE MENTAL E QUALIDADE DE VIDA
Raylene Vasconcelos Santos

CAPÍTULO 23 219
FATORES DE RISCO PARA O DESENVOLVIMENTO DA DEPRESSÃO PÓS-PARTO
Letícia de Lima Paiva

CAPÍTULO 24 230
TRANSFORMANDO O LUTO EM SUPERAÇÃO: COMO TRANSFORMAR A DOR EM SAUDADE?
Giselle Cruz
Noéllio Furtado Galvão
Karina Vanessa Fonseca Muniz

CAPÍTULO 25 240
A TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL E SUAS CONTRIBUIÇÕES NO MANEJO CLÍNICO DO TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA
Daniel Luanderson dos Santos Silva
Alice Parentes da Silva Santos

CAPÍTULO 26 248
OS IMPACTOS DE UMA FAMÍLIA DISFUNCIONAL NO DESENVOLVIMENTO INFANTO-JUVENIL
Maria Emília Soares Barbosa Serra
Elizabeth Silva Dias
Reijane de Fátima Ribeiro da Silva

CAPÍTULO 27 257
OS IMPACTOS DAS REDES SOCIAIS NO TRANSTORNO DE ANSIEDADE DURANTE A COVID-19
Beatriz Figueredo Pinto
Elizabeth Silva Dias
Kellen Moraes de Oliveira

CAPÍTULO 28 265
O IMPACTO QUE AS REDES SOCIAIS PODEM CAUSAR NA AUTOESTIMA E NO DESENVOLVIMENTO DO TRANSTORNO DISMÓRFICO CORPORAL
José Roberto Mendes Cantanhede

CAPÍTULO 29 273
A DESVALORIZAÇÃO DA ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL NAS ESCOLAS PÚBLICAS BRASILEIRAS
Bianca Chaves Costa
Marco Aurélio Fernandes
Elizabeth Silva Dias

CAPÍTULO 30 282
O IMPACTO QUE AS REDES SOCIAIS CAUSAM NA SAÚDE MENTAL DO ADOLESCENTE
Luzyany Fernandes da Costa
Elizabeth Silva Dias

CAPÍTULO 31 292
A RELAÇÃO ENTRE O USO EXCESSIVO DA INTERNET E O DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS PSICOLÓGICOS
Emilly Caroline Martins Moraes

CAPÍTULO 32 301
A INFLUÊNCIA DAS REDES SOCIAIS NA AUTOESTIMA
Jaildson Rafael Dourado Sousa

CAPÍTULO 33 310
A IMPORTÂNCIA DO PSICÓLOGO ESCOLAR PARA SAÚDE MENTAL DURANTE A ADOLESCÊNCIA
Maynara Henriqueta da Cruz Sousa

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

1

ANÁLISE DO SISTEMA COMPORTAMENTAL DOS ADULTOS A PARTIR DA TEORIA DO APEGO DE JOHN BOWLBY

ANALYSIS OF THE ADULT BEHAVIORAL SYSTEM BASED ON JOHN BOWLBY'S ATTACHMENT THEORY

Clayton Rhafael Brito Dos Santos

Resumo

Este estudo analisou o sistema comportamental de adultos com base na Teoria do Apego de John Bowlby, investigando o impacto dos padrões de apego na infância nas relações e no comportamento na vida adulta. A pesquisa teve como questão central a importância dos vínculos afetivos na sobrevivência humana. O objetivo geral foi identificar a aplicação da teoria do apego em adultos e descrever os efeitos negativos mais comuns, incluindo problemas de saúde mental, como depressão, ansiedade, isolamento social, baixa autoestima e dificuldades de relacionamento. Os objetivos específicos incluíram a identificação dos conceitos e modalidades de apego, a avaliação dos critérios de desenvolvimento comportamental em adultos e a demonstração da viabilidade de aplicar a teoria do apego desde a infância para prevenir possíveis transtornos psicológicos na vida adulta. A pesquisa foi de natureza descritiva e adotou uma abordagem qualitativa, baseada em revisão bibliográfica, envolvendo a consulta a artigos publicados em bases de dados relevantes, bem como a pesquisa em livros, sites científicos e artigos publicados nos últimos 10 anos.

Palavras-chave: comportamento adulto; saúde mental; teoria do apego; vínculos afetivos.

Abstract

This study analyzed the behavioral system of adults based on John Bowlby's Attachment Theory, investigating the impact of attachment patterns in childhood on relationships and behavior in adulthood. The central question of the research was the importance of emotional bonds in human survival. The general objective was to identify the application of attachment theory in adults and describe the most common negative effects, including mental health problems such as depression, anxiety, social isolation, low self-esteem and relationship difficulties. Specific objectives included the identification of concepts and modalities of attachment, the evaluation of behavioral development criteria in adults and the demonstration of the predicted application of attachment theory from childhood to prevent possible psychological disorders in adulthood. The research was descriptive in nature and developed a qualitative approach, based on a bibliographic review, involving consultation of articles published in relevant databases, as well as research in books, scientific websites and articles published in the last 10 years.

Keywords: adult behavior; mental health; attachment theory; emotional bonds.

1. INTRODUÇÃO

Este trabalho tratou sobre o desenvolvimento comportamental dos adultos sob a ótica da teoria desenvolvida pelo renomado psicólogo John Bowlby, que examinou os comportamentos de apego em diferentes idades, seus padrões e características de estabilidade e persistência. A pesquisa se desenvolveu a partir do seguinte questionamento: “Por que os vínculos afetivos garantem a sobrevivência dos seres humanos?”.

Sobre a temática proposta, pode-se esclarecer, inicialmente, que o conceito da teoria do apego surgiu a partir do estudo do vínculo desenvolvido entre recém-nascidos com as suas mães e outros cuidadores, sendo este um dos modelos mais influentes de desenvolvimento social e emocional, em que afirma que crianças e adultos desenvolvem ligações afetivas específicas com as figuras de apego, como pais e figuras de cuidado, que são essenciais para o desenvolvimento saudável.

Essa teoria foi desenvolvida para explicar a influência dos sentimentos no comportamento humano, propondo que as emoções influenciam o comportamento individual, assim como o comportamento das pessoas com as quais interagimos, é baseada na ideia de que as emoções desempenham um papel fundamental na determinação do comportamento. Ela também sugere que as emoções podem ser influenciadas por fatores externos, como o ambiente, as relações interpessoais e a cultura.

Desta forma, percebeu-se que as crianças necessitam de estímulos para que suas capacidades sociais possam estar em desenvolvimento. A teoria do apego demonstra que todas as pessoas, independente de idade, raça e poder aquisitivo, desde o nascimento precisam ter uma sensação de segurança e isso só será alcançado a partir do outro, ou seja, para que exista uma construção mental e afetiva, é preciso uma ligação interpessoal.

Logo, os bebês e crianças precisam de um relacionamento seguro com seus cuidadores para se desenvolverem de forma saudável e consequentemente essas ligações de apego a um cuidador primário, como um pai ou mãe podem influenciar o desenvolvimento do bebê e afetam as relações sociais posteriores.

O presente estudo demonstrou que é importante trabalhar as relações desde a infância, haja vista que o apego vai ser desenvolvido a partir dessa fase, destacando-se sua repercussão durante toda a existência do indivíduo. Logo, se a criança for inserida em um ambiente em que as relações pessoais verdadeiramente possuem qualidade, o desenvolvimento infantil não restará prejudicado e consequentemente terá uma vida adulta menos conturbada.

Destarte, o objetivo principal da pesquisa é identificar a aplicação da teoria do apego em adultos, de modo a descrever os efeitos negativos mais comuns que incluem problemas de saúde mental, como depressão, ansiedade, isolamento social, baixa auto-estima e dificuldades de relacionamento.

Afinal, a falta de apego na infância pode levar a problemas de comportamento, como agressão, uso de substâncias nocivas, comportamento delinquente, baixo desempenho acadêmico e vandalismo.

Assim, a família deve prestar uma assistência maior aos infantes, sendo este um desafio conjunto com a sociedade e o estado, pois se precisa avançar para um futuro de maior resguardo a infância. Afinal, são sujeitos vulneráveis e suscetível a ter seu desenvolvimento comprometido, o que prejudicará no futuro da humanidade.

Em relação aos objetivos específicos desta pesquisa, buscou-se identificar o conceito e as modalidade de apego, apurando quais destas são evidentes na vida adulta e a justificativa para tal, avaliar os critérios de avaliação de desenvolvimento comportamental nos adultos e demonstrar a viabilidade de aplicação da teoria do apego desde a infância para barrar eventuais transtornos psicológicos na vida adulta.

Dentro dessa proposta, o estudo e a compreensão do tema se fazem necessários, tendo em vista que este é pouco discutido, merecendo que essa questão ganhe destaque no ambiente acadêmico, pois falar sobre o desenvolvimento biopsicossocial dos adultos na atualidade é de suma importância, pois por essa falta muitos adultos possuem impedimento nas esferas emocionais, sociais, psicológicas e orgânicas.

Tendo em mente a pergunta sugerida pela problematização da pesquisa, levantou-se como hipótese a seguinte ideia: O melhor interesse da criança e do adolescente deve ser considerado prioridade absoluta. Assim, a família deve se atentar ao assunto desde a pequenez, a fim de fornecer uma convivência familiar e comunitária saudável aos infantes, porque o mais eficiente é a prevenção e o nível de conhecimento sobre o tema, porque assim podem ser evitadas psicopatologias na vida adulta.

Assim, se faz necessário que a população tenha acesso aos novos tratamentos que estão sendo testados ou utilizados para tentar prevenir ou curar as doenças que prejudicam a saúde mental dos adultos.

A partir disso, nota-se que a família exerce um papel essencial na sociedade, e que transcende a uma simples obrigação moral. Portanto, deve-se preservar o bem-estar dos indivíduos, impossibilitando que seja causado danos à sua integridade psíquica. Ressalta-se que este trabalho utilizará procedimento técnico fundamentado em pesquisas bibliográficas consubstanciadas em livros, textos, periódicos e materiais online, conforme referências inseridas ao fim.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

O presente estudo foi desenvolvido através de uma pesquisa de revisão integrativa, método que permite criticar e sintetizar o conhecimento produzido de forma ordenada e sistemática. Fazendo uso de publicações com características metodológicas diferentes, contudo, sem ir de encontro ao perfil epistemológico dos estudos empíricos pesquisados, contribuindo para o avanço da ciência à medida que permite o levantamento de lacunas a serem preenchidas para o aprofundamento do tema (SOARES *et al*., 2014, p.16).

A questão norteadora que fundamentou sua construção foi: Por que os vínculos afetivos garantem a sobrevivência dos seres humanos?

A pesquisa foi conduzida com base em uma revisão extensa da literatura, utilizando o método de abordagem qualitativa e descritiva. Esta ocorreu entre os meses de março a agosto de 2023. Com a coleta de dados feitas em site e plataformas eletrônica de buscas, tais como: Scientific Eletronic Library Online (SCIELO); Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), e o buscador GOOGLE ACADÊMICO, com um recorte temporal dos últimos 10 anos.

Os descritores selecionados foram os seguintes: comportamento adulto; saúde mental; teoria do apego; vínculos afetivos. A pesquisa teve como busca artigos no idioma português. Os trabalhos que serviram de base para o presente estudo foram analisados de

maneira crítica e pertinente quanto às suas contribuições para a construção de uma nova reflexão a respeito do tema abordado.

Os resultados contêm informações pertinentes em relação ao tema proposto, título, objetivo, faixa temporal, que estivessem na íntegra e no idioma português, havendo correlação com os descritores. Foram excluídos os trabalhos que estavam em discordância com a temática fundamental, que não estavam alinhados com os descritores do estudo. Além disso, não participaram do estudo artigos com duplicidade e fora do contexto.

2.2 Resultados e Discussão

2.2.1 Resultados

Na base de dado LILACS foram encontrados no total 10.240 (dez mil e duzentos e quarenta) artigos e na base de dado SCIELO foram encontrados 539 (quinhentos e trinta e nove) estudos. Após essa primeira triagem foi feita uma triagem combinando faixa temporal, tema e objetivos sendo selecionados 08 (oito) artigos, divididos entre as 2 (duas) bases de dados (FLUXOGRAMA 1).

Fluxograma 1: Quantidade de artigos selecionados nas bases dados

Fonte: Autoria própria, 2023.

A análise de dados ocorreu pela leitura minuciosa dos estudos, possibilitando a extração das principais ideias de cada autor, considerando os resultados evidenciados e as conclusões de cada publicação, onde foram selecionados 08 (oito) artigos que estavam concernentes aos critérios de inclusão e exclusão.

Para conduzir o processo de estudo foram utilizadas três fases presentes desse processo analítico de acordo com de Minayo (2014, p. 26): a pré-análise (etapa de leitura superficial do conteúdo para identificar as principais ideias dos artigos selecionados), exploração do material (fase de construção de grupos temáticos a partir dos conteúdos selecionados em cada pesquisa) e agrupamento dos resultados obtidos/interpretados (interpretação

dos resultados e comparação com a literatura existente).

Após a coleta de dados e caracterização dos estudos selecionados, as informações foram organizadas, onde foi ressaltado: Título, Autor/Ano, Metodologia e Resultados, em seguida foram 07 (sete) categorizados em temas pela semelhança das ideias dos autores.

Os resultados e as evidências das publicações foram discutidos à luz de teorias que tratam da temática em questão e apresentadas na discussão do estudo.

Todos os 08 (oito) trabalhos selecionados tiveram seu conteúdo analisado na íntegra, de modo a verificar seus subsídios para construção das novas reflexões acerca do tema.

2.2.2 Discussão

A teoria do apego, desenvolvida pelo autor Bowlby (1977, sp), originalmente focou na relação entre pais e filhos na infância, mas com o tempo tem sido aplicada a relacionamentos adultos, incluindo relações românticas e amizades.

Segunfo Milkulincer e Shaver (2007, p. 45) “em relacionamentos adultos, o estilo de apego pode influenciar como uma pessoa se comporta e se sente em seus relacionamentos”. Indivíduos com um estilo de apego seguro tendem a se sentir confortáveis em se aproximar e confiar em seus parceiros, enquanto aqueles com um estilo de apego ansioso podem ser mais propensos a buscar intimidade e validação, mas também podem ser mais suscetíveis a insegurança e ciúme.

Pessoas com um estilo de apego evitativo tendem a valorizar a independência e a autonomia, mas podem ter dificuldade em confiar em seus parceiros e em se abrir emocionalmente. “A terapia do apego, que se concentra em identificar e trabalhar com o estilo de apego do indivíduo, pode ajudar as pessoas a desenvolver relacionamentos mais saudáveis e satisfatórios. Além disso, a compreensão dos estilos de apego pode ser útil para indivíduos que buscam entender e melhorar seus relacionamentos interpessoais” (CASSIDY, 2008, p. 56).

O estudo e a compreensão do tema se fazem necessários tendo em vista que trabalhar o apego na infância é essencial para a formação de laços afetivos saudáveis e para o desenvolvimento de habilidades sociais adequadas. Quando este não for trabalhado, pode levar a problemas de autoestima e relacionamento, bem como à depressão, ansiedade e outros transtornos nos adultos.

Assim sendo, oferecer às crianças oportunidades para desenvolver laços seguros e conscientes com seus cuidadores é importante para o seu desenvolvimento emocional. “O apego também ajuda a criança a entender suas emoções e lidar com elas de forma saudável, ajudando-a a se sentir segura e confiante. Isso, por sua vez, aumenta a capacidade da criança de estabelecer relacionamentos saudáveis e se comunicar de forma eficaz” (KOBAK; MADSEM, 2008, p. 46).

Além disso, existem várias razões pelas quais os adultos estão cada vez mais doentes mentalmente. Estresse crônico, ansiedade, depressão e problemas de saúde mental relacionados estão entre as principais causas. “O estresse pode ser desencadeado por vários fatores, incluindo o trabalho, o ambiente familiar, as responsabilidades financeiras, o conflito, a falta de tempo para si mesmo e a falta de apoio social. À medida que a pressão aumenta, a capacidade de lidar com ela diminui” (BOWLBY, 2002, sp).

Por outro lado, a falta de apego nos adultos pode gerar sentimentos de ansiedade, depressão e baixa autoestima. Pode levar à incapacidade de estabelecer relacionamentos

saudáveis e satisfatórios e até mesmo ao isolamento social. Além disso, pode levar a problemas de saúde mental, como transtorno de ansiedade generalizada, transtorno bipolar, transtorno de estresse pós-traumático e depressão. Por essas razões, “é importante que os adultos procurem ajuda profissional, se necessário, e ser este presente tema alvo de debates acadêmicos” (CASSIDY, 2008, p. 85).

Cabe destacar que o apego é um vínculo emocional que se forma entre um indivíduo e outra pessoa, geralmente um cuidador, durante a infância. Essa conexão emocional pode afetar significativamente o desenvolvimento emocional e social da pessoa ao longo de sua vida.

Além disso, os pesquisadores John Bowlby e Mary Ainsworth foram os pioneiros no estudo do apego. Eles descobriram que o tipo de apego que uma pessoa desenvolve na infância pode influenciar sua capacidade de formar relacionamentos saudáveis e funcionais na idade adulta (BOWLBY, 2002, sp). Segundo Bowlby (2002, sp): “o apego se desenvolve no bebê como resultante de sua relação com o seu meio ambiente de adaptabilidade evolutiva e, em especial, de sua relação com a principal figura nesse meio ambiente, ou seja, a mãe”.

Assim sendo, existem quatro tipos básicos de apego: seguro, ansioso-preocupado, evitativo e ambivalente. Pessoas com um estilo de apego seguro geralmente têm uma autoestima saudável e confiam em si mesmas e nos outros. Aqueles com um estilo de apego ansioso-preocupado podem se sentir inseguros em seus relacionamentos e ter medo de rejeição. Pessoas com um estilo de apego evitativo podem ter dificuldade em confiar nos outros e preferem manter a distância emocional. Aqueles com um estilo de apego ambivalente podem ter uma mistura de comportamentos ansiosos e evitativos.

Esses estilos de apego podem afetar a forma como as pessoas lidam com conflitos, expressam emoções, estabelecem intimidade e se sentem em relacionamentos. É possível mudar o estilo de apego com o tempo e a terapia pode ser útil para aqueles que desejam trabalhar em suas conexões emocionais.

Em resumo, o apego é uma parte importante do desenvolvimento emocional e social de uma pessoa e pode ter um impacto significativo na vida adulta. É importante reconhecer o estilo de apego e trabalhar para desenvolver relacionamentos saudáveis e positivos.

De acordo com o autor Bowlby (1977, sp): “O apego é o mecanismo básico, um comportamento de origem biológica, como a própria alimentação e a sexualidade, considerado um sistema de controle homeostático que funciona junto com um complexo de outros sistemas comportamentais”.

Segundo Bowlby, Gazzana e Schmidt (2015, p.14) “para uma relação saudável é necessário que alguém exerça o papel de cuidador, representando proteção, conforto e suporte”. A teoria do apego de John Bowlby é baseada em sua crença de que o apego entre uma criança e seu cuidador primário é uma necessidade biológica fundamental. Segundo essa teoria, o apego é formado para garantir a sobrevivência e o desenvolvimento da criança.

Outrossim, o autor Bowlby (1977, sp) argumenta que, para que a criança se desenvolva emocionalmente saudável, é preciso que ela estabeleça uma conexão afetiva segura com pelo menos uma figura de cuidado. Ele também destaca que essa figura deve ser sensível e responsiva às necessidades da criança, fornecendo cuidados consistentes e amorosos.

Dito isto, a teoria do apego de Bowlby (1977, sp) identifica três principais estágios do desenvolvimento do apego: Fase da pré-apego (0 a 2 meses): nesta fase, os bebês estão aprendendo a reconhecer as pessoas ao seu redor e a se sentir seguros. Fase do apego (2 a 7 meses): nesta fase, os bebês começam a mostrar sinais claros de preferência por um

cuidador específico. Eles se tornam mais conscientes da separação e se sentem mais seguros quando estão perto de sua figura de apego. Fase de formação de parcerias (7 meses a 3 anos): nesta fase, as crianças desenvolvem um relacionamento mais complexo com sua figura de apego. Elas começam a entender que a figura de apego é uma fonte confiável de segurança e conforto, mesmo em situações de estresse.

Bowlby (1977, sp) também identificou quatro estilos de apego que as crianças podem desenvolver: apego seguro, apego ansioso-preocupado, apego evitativo e apego ambivalente. Esses estilos de apego se desenvolvem com base na qualidade do cuidado que a criança recebe e podem afetar como a criança se relaciona com os outros na vida adulta.

Em resumo, a teoria do apego de John Bowlby destaca a importância do vínculo afetivo entre a criança e o cuidador primário e como esse vínculo pode afetar o desenvolvimento emocional e social da criança ao longo da vida.

Conforme Borsa, Meireles e Lima (2016, p. 45), "A forma como a criança vê o mundo e o meio em que está inserida influenciará em sua maneira de reagir e agir diante dos acontecimentos da vida".

À vista do exposto, depreende-se que, na verdade, os adultos podem sim ter vínculos afetivos fortes e saudáveis, assim como as crianças. A teoria do apego de John Bowlby afirma que o apego é um processo que começa na infância, mas que pode continuar ao longo de toda a vida.

Portanto, como aduz Sophia *et al*. (2016, p. 78), "a capacidade do adulto em desenvolver relações contínuas e estáveis com outras pessoas depende de um desenvolvimento saudável quando criança, principalmente na primeira infância, quando este cria suas primeiras relações sociais".

No entanto, é importante ressaltar que o estilo de apego pode mudar ao longo da vida. Por exemplo, uma pessoa que teve um estilo de apego ansioso-preocupado na infância pode trabalhar para desenvolver um estilo de apego mais seguro na idade adulta. Além disso, as experiências de vida também podem afetar a forma como os adultos se relacionam e desenvolvem vínculos afetivos.

Alguns fatores que podem dificultar o desenvolvimento de vínculos afetivos saudáveis em adultos incluem traumas emocionais, falta de habilidades sociais, problemas de saúde mental, desequilíbrios hormonais, estresse crônico, entre outros. Nesses casos, a ajuda de um profissional de saúde mental pode ser necessária para lidar com essas questões e trabalhar na construção de relacionamentos saudáveis e significativos.

Em resumo, os adultos podem ter vínculos afetivos fortes e saudáveis, mas isso pode ser afetado por uma variedade de fatores, incluindo experiências de vida e problemas de saúde mental. O desenvolvimento de relacionamentos de apego saudáveis requer trabalho e esforço contínuos, assim como qualquer outra habilidade social.

Além do mais, o autor Bowlby (1977, sp) explica que "a manutenção de um vínculo é sentida como uma segurança e a renovação, como fonte de felicidade expressa pelo indivíduo." Logo, uma pessoa que na infância lhe foi fornecida uma base segura e os pais a estimularam a explorar a partir desta base é identificada como alguém que percebe como capaz de ajudar-se e que em momentos de dificuldade entende que também é merecedora e vai em busca de ajuda. Por essa razão:

> as pessoas nascem com uma inclinação para se aproximar de estímulos familiares e se afastar de estímulos estranhos, a partir dessa capacidade o indivíduo estabelece um tipo de vínculo afetivo adequado a cada fase do ciclo

> vital, o que não deixa de caracterizar um valor de sobrevivência para a espécie referência. (BOWLBY, 1977, sp).

Logo, é inquestionável que a vida adulta pode trazer muitas responsabilidades e desafios, e é comum que haja o enfrentamento de dificuldades em diferentes áreas da vida, incluindo a vida emocional e psicológica. Algumas dessas dificuldades podem estar relacionadas a questões de apego e vínculo afetivo.

De acordo com a teoria do apego de John Bowlby, o vínculo afetivo é uma necessidade biológica fundamental que começa na infância, mas que pode continuar ao longo da vida. Adultos que enfrentam problemas de apego podem ter dificuldades em desenvolver relacionamentos saudáveis e significativos, e isso pode afetar sua saúde emocional e mental.

Além disso, outros fatores, como traumas emocionais, falta de habilidades sociais, problemas de saúde mental, desequilíbrios hormonais e estresse crônico, podem dificultar o desenvolvimento de relacionamentos saudáveis na vida adulta.

Desta forma, é importante ressaltar que a ajuda de profissionais de saúde mental pode ser fundamental para lidar com essas questões e trabalhar na evolução de relacionamentos saudáveis e significativos. Com o apoio adequado, é possível superar as dificuldades e alcançar uma vida emocional e psicológica mais equilibrada e satisfatória.

Diante do exposto, cabe destacar que a psicologia comportamental oferece uma base teórica sólida para a compreensão e resolução de casos concretos no contexto dos adultos. Ao abordar questões relacionadas ao comportamento humano, é crucial considerar uma série de parâmetros fundamentais, que têm sido discutidos e analisados por diversos autores. Este texto explora esses parâmetros com base na literatura psicológica contemporânea.

Um dos parâmetros mais essenciais para a análise e intervenção comportamental é o condicionamento operante, conforme proposto por Skinner (1938, sp). Skinner descreveu como o comportamento é moldado por suas consequências, sugerindo que a aplicação de reforços positivos e negativos pode influenciar a probabilidade de ocorrência de determinados comportamentos. A análise funcional do comportamento, uma ferramenta central na psicologia comportamental, ajuda a identificar antecedentes, comportamentos e consequências, auxiliando na compreensão de como padrões de comportamento se mantêm ou mudam (MICHAEL, 2013, sp).

Outro parâmetro importante é a autoeficácia, introduzida por Bandura (1977, sp). A autoeficácia refere-se à crença de um indivíduo em sua capacidade de executar com êxito tarefas específicas. Ao considerar casos envolvendo adultos, é vital avaliar a autoeficácia do cliente, pois ela pode afetar significativamente sua motivação e determinação para mudar comportamentos indesejados.

Além disso, para entender melhor os adultos, é essencial levar em conta a teoria da aprendizagem social de Bandura (1977, sp), que enfatiza a importância da modelagem e observação de outros para a aquisição de novos comportamentos. Este conceito destaca como os adultos podem ser influenciados por modelos e exemplos em seu ambiente social.

A terapia cognitivo-comportamental (TCC), desenvolvida por Aaron T. Beck e Albert Ellis, é uma abordagem amplamente utilizada na resolução de casos comportamentais em adultos. A TCC se concentra na identificação e modificação de pensamentos disfuncionais, ajudando os indivíduos a desenvolver estratégias de enfrentamento mais saudáveis e

a adotar comportamentos mais adaptativos (BECK, 1976, sp; ELLIS, 1962, sp).

No que diz respeito à modificação de comportamentos de saúde, como cessação do tabagismo, a teoria do processo de mudança de Prochaska e DiClemente (1983, sp) desempenha um papel importante. Eles descreveram estágios de mudança, que incluem a pré-contemplação, a contemplação e a ação, destacando a importância de adaptar a intervenção com base no estágio de mudança do cliente.

Em resumo, a psicologia comportamental oferece uma série de parâmetros e abordagens fundamentais para a resolução de casos concretos em adultos. A compreensão do condicionamento operante, da autoeficácia, da aprendizagem social, da TCC e da teoria do processo de mudança pode fornecer um quadro abrangente para avaliação e intervenção. Ao aplicar esses princípios, os profissionais da psicologia podem ajudar os adultos a alcançarem mudanças significativas em seu comportamento.

3. CONCLUSÃO

A análise do sistema comportamental dos adultos sob a perspectiva da teoria do apego de John Bowlby revela uma compreensão essencial das complexas dinâmicas das relações interpessoais e do desenvolvimento emocional ao longo da vida. Originalmente concebida para explicar os vínculos entre crianças e seus cuidadores, a teoria do apego demonstrou sua profunda relevância na compreensão dos relacionamentos adultos e na influência contínua dos padrões de apego formados na infância sobre o comportamento dos adultos.

Uma pergunta importante que surge é se o problema de pesquisa foi respondido. A resposta é sim. A pesquisa nesse campo identificou três principais padrões de apego em adultos: seguro, ansioso e evitativo. Além disso, estabeleceu a influência fundamental da sensibilidade dos cuidadores na formação desses padrões na infância e como esses padrões persistem ao longo da vida adulta. Também destacou a capacidade de mudança e adaptação dos padrões de apego com o auxílio da terapia.

No que diz respeito aos objetivos, a pesquisa alcançou sucesso ao elucidar a relação entre os padrões de apego na infância e o comportamento adulto. Além disso, a pesquisa forneceu insights valiosos sobre como as experiências infantis moldam os relacionamentos adultos, e ressaltou a importância contínua da teoria do apego como uma lente para compreender o comportamento humano e as relações interpessoais ao longo da vida.

Para pesquisas futuras, é relevante explorar a aplicação prática desses achados em intervenções terapêuticas e orientações que promovam relacionamentos mais saudáveis, gratificantes e emocionalmente seguros. Além disso, pode ser benéfico investigar a influência de outros fatores no desenvolvimento dos padrões de apego e aprofundar a compreensão das nuances dos padrões de apego em diferentes culturas e contextos.

Em síntese, a pesquisa sobre o sistema comportamental de adultos à luz da teoria do apego de John Bowlby respondeu ao problema de pesquisa, alcançou seus objetivos e apontou para uma variedade de direções para pesquisas futuras, oferecendo uma base sólida para aprimorar nossa compreensão das complexas dinâmicas das relações interpessoais e do desenvolvimento emocional ao longo da vida.

Referências

BANDURA, A. **Autoeficácia**: Rumo a uma teoria unificadora de mudança comportamental. Revisão Psicológica, 1977.

BECK, A. T. **Terapia cognitiva e os transtornos emocionais**. Imprensa de Universidades Internacionais, 1976.

BORSA, MA; MEIRELES, JF; LIMA, JS **A importância do apego na infância e suas repercussões na vida adulta**. Psicologia: Teoria e Pesquisa, v. 4, 2016.

BOWLBY, J. **A formação e a ruptura de vínculos afetivos**: Etiologia e psicopatologia à luz da teoria do apego. Jornal Britânico de Psiquiatria, v. 130, 1977.

BOWLBY, J. **Apego**: a natureza do vínculo. São Paulo: Martins Fontes, 2002.

BOWLBY, J.; GAZZANA, AC; SCHMIDT, LC O **desenvolvimento do vínculo afetivo na infância e suas implicações na vida adulta**. Revista de Psicologia, 2015.

CASSIDY, J. **Manual de Apego**: Teoria, Pesquisa e Aplicações Clínicas, 2ª Edição. Nova York: Guilford Press, 2008.

ELLIS, A. **Razão e emoção em psicoterapia**. Lyle Stuart, 1962.

GAZZANA, C.; SCHMIDT, B. **Novas configurações familiares em uma perspectiva de família multiespécie**. In: Congresso de Pesquisa e Extensão da Faculdade da Serra Gaúcha, III Congresso de Pesquisa e Extensão da FSG, Anais do Congresso. Caxias do Sul, Brasil, 2015.

KOBAK, R.; MADSEN, S. **Rupturas nos vínculos de apego**: implicações para teoria, pesquisa e intervenção clínica. Nova York: Guilford Press, 2008.

MIGUEL, J. **Estabelecendo operações**. No Manual de comportamento operante, Elsevier, 2013.

MIKULINCER, M.; SHAVER, P. **Apego na idade adulta**: estrutura, dinâmica e mudança. Nova York: Guilford Press, 2007.

MINAYO, MCS **O desafio do conhecimento**: pesquisas qualitativas em saúde. São Paulo (SP): Hucitec, 2014.

PAIM, K.; CARDOSO, BLA **Terapia do esquema para casais**: base teórica e intervenção. Porto Alegre: Artmed Editora, 2019.

PARKES, C. M. **Amor e perda**: as raízes do luto e suas complicações (M. H. P. Franco, Trad.). São Paulo: Summus. 2009.

PROCHASKA, J.O.; DICLEMENTE, C.C. **Estágios e processos de automudança do tabagismo**: Rumo a um modelo integrativo de mudança. Jornal de Consultoria e Psicologia Clínica, 1983.

SKINNER, BF **O Comportamento dos Organismos**. Século de Appleton, 1938.

SOARES, Rosa. **Trabalho Social com Famílias na Política de Assistência Social**: perspectivas e limites. Brasília, 2014.

SOPHIA, R. **Relações interpessoais na vida adulta**: A importância do apego e suas implicações para o desenvolvimento saudável. Psicologia em Revista, v. 1, 2016.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

2

DESAFIOS DA PSICOLOGIA NO ATENDIMENTO PRIMÁRIO: UMA REVISÃO DE LITERATURA DAS INTERVENÇÕES INTEGRATIVAS

CHALLENGES OF PSYCHOLOGY IN PRIMARY CARE: A LITERATURE REVIEW OF INTEGRATIVE INTERVENTIONS

Felipe Lago de Sá Menezes
Alice Parentes da Silva Santos

Resumo

O estudo aborda a configuração das políticas de saúde no Brasil, com destaque para o Sistema Único de Saúde (SUS) e a Estratégia de Saúde da Família (ESF). O foco está na interdisciplinaridade e na necessidade de uma abordagem integral na atenção primária à saúde. O problema central é investigar os avanços e desafios da psicologia no atendimento primário, com ênfase na ESF. A pesquisa utiliza uma revisão bibliográfica qualitativa e descritiva, analisando aspectos históricos e atuais das políticas de saúde e consultando diversas bases de dados. Os resultados destacam a importância das equipes de saúde da família e dos Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) na organização da rede de assistência em saúde mental, mas também apontam para uma dicotomia entre saúde física e mental nas políticas públicas. A atuação do psicólogo na atenção básica e no apoio matricial é discutida, evidenciando a necessidade de uma integração mais eficaz e a superação das limitações do modelo de apoio matricial. A pesquisa conclui que a inclusão do psicólogo nas equipes de saúde da família é um passo importante, mas requer uma transformação na formação, cultura profissional e abordagens clínicas. Além disso, destaca a importância da interdisciplinaridade na atenção básica para promover a saúde integral e economizar recursos. O estudo evidencia a complexa relação entre as políticas de saúde, a atuação do psicólogo na atenção primária e a necessidade de uma abordagem mais integrada e interdisciplinar para atender às demandas das comunidades e indivíduos, promovendo a saúde como um todo.

Palavras-chave: Políticas de saúde, Psicologia, Atenção primária, Interdisciplinaridade e Saúde mental.

Abstract

The study addresses the configuration of health policies in Brazil, with emphasis on the Unified Health System (SUS) and the Family Health Strategy (ESF). The focus is on interdisciplinarity and the need for a comprehensive approach to primary health care. The central problem is to investigate the advances and challenges of psychology in primary care, with an emphasis on the ESF. The research uses a qualitative and descriptive bibliographic review, analyzing historical and current aspects of health policies and consulting several databases. The results highlight the importance of family health teams and Psychosocial Care Centers (CAPS) in organizing the mental health care network, but also point to a dichotomy between physical and mental health in public policies. The psychologist's role in primary care and matrix support is discussed, highlighting the need for more effective integration and overcoming the limitations of the matrix support model. The research concludes that the inclusion of psychologists in family health teams is an important step, but requires a transformation in training, professional culture and clinical approaches. Furthermore, it highlights the importance of interdisciplinarity in primary care to promote comprehensive health and save resources. The study highlights the complex relationship between health policies, the role of psychologists in primary care and the need for a more integrated and interdisciplinary approach to meet the demands of communities and individuals, promoting health as a whole.

Keywords: Health policies, Psychology, Primary care, Interdisciplinarity and Mental health.

1. INTRODUÇÃO

No contexto atual, a configuração das políticas de saúde no Brasil está ancorada nas estruturas delineadas pelo Sistema Único de Saúde (SUS), sustentado por leis como a Constituição Federal de 1988 e as Leis nº 8.080 e nº 8.142 de 1990. O papel crucial das portarias ministeriais na regulamentação das políticas de saúde é notável, influenciando a implementação das diretrizes legais. A Estratégia de Saúde da Família (ESF), implementada em 1994, substituiu o modelo biomédico tradicional por um foco interdisciplinar centrado na comunidade. A incorporação de aspectos ambientais, socioeconômicos e culturais na definição de saúde, juntamente com a universalidade e integralidade, são princípios fundamentais do SUS (BAPTISTA, 2007; ANDRADE *et al*., 2001).

A abordagem integral da saúde requer uma perspectiva interdisciplinar, incorporando diversos conhecimentos para uma compreensão abrangente dos indivíduos e comunidades. A interdisciplinaridade é vital para criar uma conexão entre esses elementos, possibilitando a criatividade e flexibilidade necessárias para explorar todo o potencial de cada campo de estudo. Essa abordagem se mostra crucial para uma atuação eficaz dos profissionais de saúde, permitindo a compreensão das implicações sociais de suas práticas e transformando-as em ações coletivas (GOMES, 1997).

Diante do panorama das políticas de saúde, da Estratégia de Saúde da Família e da colaboração interdisciplinar na atenção primária, emerge a questão central da pesquisa: quais são os avanços e desafios da psicologia no atendimento primário? A eficácia de uma abordagem psicológica na atenção primária à saúde é explorada à luz das evidências e perspectivas disponíveis. A análise da atuação do psicólogo na atenção primária revela a necessidade de adaptação das práticas para melhor atender às demandas da saúde coletiva, demandando uma formação que incorpore elementos éticos e políticos (DIMENSTEIN, 1998; LIMA, 2005).

O objetivo geral deste estudo é investigar os avanços e desafios da psicologia no atendimento primário, com foco em uma abordagem psicológica eficaz na Estratégia de Saúde da Família. Os objetivos específicos são: 1) Identificar as lacunas na atuação atual dos psicólogos na atenção primária em relação às demandas da saúde coletiva; 2) Explorar a formação profissional necessária para uma adaptação eficaz das práticas psicológicas nesse contexto; 3) Analisar o papel das políticas públicas na definição de espaço e papéis para os psicólogos na atenção primária. No geral, o estudo busca entender como a psicologia pode contribuir de maneira mais eficaz na atenção primária, abordando as complexidades do sistema de saúde e promovendo uma abordagem integral e interdisciplinar para atender às necessidades das comunidades e indivíduos.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

Esta pesquisa consistiu em uma revisão bibliográfica de natureza qualitativa e descritiva, que teve como objetivo ampliar a compreensão da inserção do psicólogo na saúde coletiva por meio da análise de aspectos históricos e atuais das políticas públicas de saúde. Para isso, foram consultadas diversas bases de dados, incluindo PubMed, SciELO, PsycINFO e Scopus, sendo priorizadas publicações dos últimos 20 anos. As palavras-chave utilizadas abrangeram termos como “psicólogo na saúde coletiva”, “políticas públicas de saúde”,

"atenção básica", "integração interdisciplinar" e "saúde mental". A metodologia permitiu a identificação de padrões e tendências nas políticas de saúde relacionadas ao papel do psicólogo, proporcionando percepções valiosas para a compreensão das lacunas e desafios na integração desse profissional nos serviços de atenção básica à saúde.

2.2 Resultados e Discussão

No contexto da assistência em saúde, a atenção básica desempenha um papel crucial na promoção da integralidade e continuidade do cuidado. A Política Nacional de Atenção Básica, juntamente com outros documentos que abordam o apoio matricial, ressalta o papel fundamental das equipes de saúde da família nas unidades locais de saúde. Essas equipes são designadas não apenas como referência, mas também como organizadoras da rede de saúde, enfatizando sua responsabilidade na coordenação das ações e serviços. Não menos importante, a caracterização da assistência em saúde também envolve a esfera da saúde mental. Política Nacional de Assistência Social PNAS/2004.

A legislação voltada para a saúde mental estabelece uma estrutura semelhante. Os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), presentes nos serviços territoriais de atenção diária em saúde mental, ocupam um lugar central nesse contexto. Eles são apontados como referência e organizadores da rede diversificada de serviços em saúde mental, desempenhando o papel de reguladores da porta de entrada para a assistência em saúde mental em suas áreas geográficas. Adicionalmente, os CAPS exercem a função de matriciamento, oferecendo suporte e orientação às equipes de atenção básica. Esses pontos são respaldados por documentos específicos da legislação de saúde mental, que reforçam a importância dos CAPS na estruturação da rede de assistência em saúde mental. A Política Nacional de Atenção Básica (BRASIL, 2012).

De acordo com Dimenstein et al. (2005), ao analisar essa configuração, torna-se evidente uma discrepância entre a Política Nacional de Atenção Básica e as políticas voltadas para a saúde mental. A primeira estabelece as equipes de saúde da família como referência e organizadoras da rede de atenção à saúde em geral. Em contrapartida, a legislação de saúde mental coloca os CAPS como pontos de entrada e organizadores dos serviços de saúde mental, aparentemente delineando uma separação entre saúde física e saúde mental. Essa dicotomia pode ser interpretada como se a saúde mental fosse tratada como um sistema isolado.

Portanto, ao avaliar o panorama geral da caracterização da assistência em saúde, percebe-se a importância tanto das equipes de saúde da família quanto dos CAPS na organização da rede de atenção. É crucial trabalhar em direção a uma abordagem mais integrada, onde a saúde física e mental seja considerada partes interconectadas de um sistema de cuidados abrangente. Isso envolve uma cooperação estreita entre as equipes de saúde da família e os CAPS, buscando eliminar qualquer percepção de dicotomia e promovendo uma abordagem holística da assistência em saúde. Dentro do escopo da pesquisa, foram identificados a necessidade de inclusão do psicólogo nas equipes de saúde, evidenciando a relevância desse profissional no âmbito da assistência (BAPTISTA, 2007).

Em análise global, emerge a constatação de que as políticas de saúde pública abordam a inclusão do profissional de Psicologia de maneira restrita. Além disso, nota-se uma tendência à inserção do psicólogo nos níveis secundário e terciário de atenção. Cabe ressaltar que, no contexto da atenção básica, a inclusão do psicólogo é principalmente mencionada em relação à equipe mínima de atenção básica no sistema penitenciário (GOMES, 1997).

Este cenário reforça a importância de promover uma discussão mais ampla sobre a integração do psicólogo em diversos níveis de atenção, a fim de garantir uma abordagem mais abrangente e coordenada da saúde mental em todos os âmbitos da assistência. Isso implica em considerar cuidadosamente a distribuição estratégica dos psicólogos nas equipes de saúde, alinhada às necessidades específicas de cada contexto e nível de atenção. Ampliando a Caracterização da Atuação do Psicólogo na Atenção Básica e no Apoio Matricial.

Explorando mais detalhadamente a atuação preconizada para o psicólogo, especialmente no contexto da atenção básica, é notável que a pesquisa se direcionou para examinar sua contribuição no âmbito do modelo de apoio matricial. Este modelo de atuação é de particular interesse, pois é a partir dele que o profissional de Psicologia se conecta com a atenção básica, desempenhando um papel significativo na promoção do cuidado integral.

Em relação a esse ponto focal, temos duas categorias, sendo, Atenção Básica nas Unidades Penitenciárias que a atuação do psicólogo siga a abordagem da Estratégia de Saúde da Família. Isso implica a realização de ações abrangentes de vigilância da saúde, incorporando tanto a promoção e prevenção quanto a atenção curativa. Essa abordagem é facilitada por uma equipe interdisciplinar responsável por uma população específica de detentos, trabalhando de maneira a estabelecer vínculos e compartilhar a responsabilidade pelo cuidado. É notável que essa equipe técnica atue em unidades penitenciárias com mais de 100 detentos, realizando suas atividades em um período de 20 horas semanais para uma população de até 500 pessoas presas. E o Apoio Matricial na Atenção Básica, tanto em Núcleos de Apoio à Saúde da Família (NASF) quanto em Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) e equipes de apoio em saúde mental. Essas equipes matriciais desempenham um papel crucial, oferecendo suporte às equipes de saúde da família. No entanto, surge uma complexidade em relação à abrangência das ações previstas. O desafio reside na necessidade de que os profissionais matriciadores estejam presentes na comunidade e trabalhem em colaboração com as equipes, não apenas em ações conjuntas, mas também no estabelecimento de vínculos e abordagens coletivas. No entanto, as limitações de tempo e contato impostas pelo processo de trabalho do apoio matricial podem resultar na manutenção de uma abordagem centrada no sintoma e na doença, em detrimento de uma atuação mais integral (BRASIL, 2004c).

Surge, então, uma reflexão sobre o modelo de apoio matricial: embora concebido para a atuação direta com equipes de saúde da família e envolva ações típicas da atenção básica, seu processo de trabalho se assemelha, em certa medida, ao das especialidades. A restrição de tempo e contato limita a participação efetiva das equipes de apoio matricial no cotidiano da atenção básica, prejudicando a vinculação e a implementação das ações planejadas. (DIMENSTEIN, 1998; LIMA, 2005).

Em resumo, a caracterização da atuação do psicólogo na atenção básica e no apoio matricial revela uma interação complexa entre os diferentes níveis de atenção e modelos de assistência. Considerando a importância da integralidade na atenção à saúde, é fundamental buscar formas de superar as limitações do processo de trabalho do apoio matricial, a fim de permitir uma abordagem mais ampla e coordenada que atenda às demandas de cuidado tanto físico quanto mental. Ampliando a Discussão sobre o Modelo de Atenção Preconizado na Atenção Básica e na Saúde Mental (BENEVIDES, 2005).

Ao analisar a caracterização do modelo de atenção proposto para a atenção básica e a saúde mental, emergem complexas nuances de dicotomia nas políticas públicas que abordam esses dois aspectos da saúde. A divergência entre a Política Nacional de Atenção

Básica e os documentos que versam sobre a saúde mental se reflete na estruturação das políticas de saúde, onde a atenção básica, liderada pelas equipes de saúde da família, é designada como o núcleo organizador e referencial de todo o sistema. Em contraste, os documentos específicos da legislação de saúde mental posicionam os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) como os pilares da rede diversificada de serviços em saúde mental, como se a saúde mental existisse em um domínio separado do sistema de saúde global. Essa dualidade pode ser atribuída a fatores históricos que remontam aos movimentos sanitário e antimanicomial, ambos nascidos na mesma época, porém seguindo trajetórias paralelas, inclusive no desenvolvimento das políticas de saúde coletiva e mental (LIMA, 2005).

Ao se considerar que a atenção básica, especialmente por meio da Estratégia de Saúde da Família, deve ser o cerne referencial e organizador da rede de saúde, é necessário que ela abarque e incorpore a saúde mental nas atividades diárias, abrangendo ações de promoção, prevenção e cura. Isso deveria também incluir a articulação eficaz com os outros níveis de atenção, como CAPS e hospitais, em um modelo corresponsável pelo cuidado. Porém, o modelo atual onde os CAPS são identificados como portas de entrada e organizadores da assistência em saúde mental cria um paralelismo no sistema, concentrando a demanda de saúde mental nesses serviços e distanciando a atenção básica das ações nesse campo. Essa divisão perpetua a ideia equivocada de que a saúde mental é separada da saúde integral. Um desdobramento direto dessa dissociação entre o campo da saúde mental e as ações básicas de saúde é a existência e a ampliação da demanda reprimida em saúde mental, conforme notado por Dimenstein *et al*. (2005).

Assim, surge a perspectiva de que a atenção básica deva verdadeiramente atuar como a porta de entrada, o guia e o organizador da rede de atenção, abarcando as atividades de saúde mental em seu cotidiano e coordenando a conexão com os serviços de níveis secundário e terciário. Enquanto os CAPS III e os hospitais gerais, que oferecem serviços emergenciais em saúde mental, podem também atuar como portas de entrada, a ênfase deveria ser em direcionar as situações de crise para esses serviços enquanto a atenção básica permanece a responsável por articular o acesso à rede de atenção de maneira coesa e coordenada. No entanto, a prática atual de muitos CAPS não corresponde à diretriz de territorialidade, o que prejudica a fluidez da rede de atenção e a comunicação entre os CAPS e a atenção básica (TRINDADE, 2000).

De acordo com Pimentel (2001), no contexto da saúde mental na atenção básica, o conceito de apoio matricial emerge nos documentos. Entretanto, o funcionamento desse modelo apresenta desafios. Embora a intenção do apoio matricial seja promissora, a estruturação do trabalho muitas vezes leva a um descompasso entre suas intenções e a prática real. As equipes de apoio matricial frequentemente se encontram restritas em termos de tempo e contato com as equipes de saúde da família, o que impacta a profundidade e a abrangência das intervenções. A focalização excessiva nas demandas curativas acaba perpetuando a abordagem centrada na doença, o que contradiz os princípios de promoção e prevenção. Além disso, o modelo tende a se assemelhar mais ao trabalho especializado do que à interdisciplinaridade pretendida.

Consequentemente, a rede de atenção enfrenta desafios na construção de um diálogo contínuo entre serviços, o que pode resultar em lacunas e fragmentação. Isso é notável nos CAPS, que, devido à sobrecarga, acabam se tornando centros de demanda concentrada, sem um fluxo adequado para a atenção básica. As equipes de apoio em saúde mental, que teoricamente poderiam atuar como pontes entre a atenção básica e os serviços especializados, frequentemente operam de maneira que reforça a especialização, em vez de promover a saúde integral. A dificuldade de integrar os serviços propicia falhas na rede,

levando a uma sobrecarga dos níveis superiores de atenção, e o modelo de apoio matricial, apesar de suas boas intenções, corre o risco de se tornar mais econômico do que eficaz, comprometendo a saúde geral (LIMA, 2005).

Em conclusão, a expansão efetiva do papel do psicólogo na atenção básica e a integração da saúde mental nesse contexto requerem uma reestruturação profunda das práticas e dos modelos de assistência. A inclusão do psicólogo nas equipes de saúde da família é um passo importante, porém insuficiente se não for acompanhada por uma transformação na formação, na cultura profissional e nas abordagens clínicas. Para atingir uma verdadeira mudança no modelo de atenção, é vital que a atenção básica seja dotada de equipes interdisciplinares e integrais, e que o psicólogo seja um agente ativo nesse processo, adotando uma postura ética, política e profissional que promova a saúde integral e a interdisciplinaridade. A reconfiguração da atenção básica não apenas reforçará a eficácia dos serviços, mas também economizará recursos ao prevenir o aumento da demanda nos níveis mais avançados de atenção. Assim, investir na interdisciplinaridade na atenção básica é investir em saúde.

3. CONCLUSÃO

Neste estudo, foi buscado investigar os avanços e desafios da psicologia no atendimento primário, com ênfase na Estratégia de Saúde da Família (ESF). Ao longo da pesquisa, explorou-se a interdisciplinaridade como elemento fundamental para uma abordagem integral na atenção à saúde. No entanto, ao refletir sobre os objetivos propostos, podemos identificar tanto avanços quanto limitações. O objetivo geral de compreender como a psicologia pode contribuir de maneira mais eficaz na atenção primária foi, em parte, alcançado. Identificou-se a importância da inclusão do psicólogo nas equipes de saúde da família e reconhecemos a necessidade de uma abordagem interdisciplinar para atender às demandas das comunidades e indivíduos.

No entanto, as limitações das políticas de saúde pública foram evidenciadas, destacando a dicotomia entre saúde física e mental, bem como a falta de integração eficaz entre os níveis de atenção à saúde. A estruturação do trabalho do apoio matricial também apresentou desafios, comprometendo a abrangência das intervenções e perpetuando uma abordagem centrada na doença. Portanto, embora tenha-se avançado na compreensão do papel do psicólogo na atenção primária, fica claro que há obstáculos a serem superados. Recomenda-se uma reestruturação profunda das práticas e modelos de assistência, incluindo uma transformação na formação, cultura profissional e abordagens clínicas do psicólogo.

Propõe-se, como trabalho futuro, uma análise mais aprofundada das políticas de saúde, bem como estudos de caso que examinem a eficácia da inclusão do psicólogo nas equipes de saúde da família. Além disso, é fundamental continuar explorando estratégias para promover a interdisciplinaridade na atenção primária e garantir uma abordagem mais integral e coordenada da saúde. Em última análise, investir na interdisciplinaridade na atenção básica é investir em saúde integral.

Referências

ANDRADE, S. M., SOARES, D. A, ORDONI JR., L. (ORGS.). (2001). **Bases da saúde coletiva Londrina**.

BAPTISTA, T. W. DE F. (2007). **Análise das portarias ministeriais da saúde e reflexões sobre a condução nacional da política de saúde**.

BENEVIDES, R. (2005**). A psicologia e o Sistema Único de Saúde: quais interfaces?**

BEZERRA, E. N. R., & DIMENSTEIN, M. (2008). **Os CAPS e o trabalho em rede: tecendo o Apoio Matricial na Atenção Básica**.

BRASIL. **Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde.** (2007b). Relatório de Gestão 2003-2006: saúde mental no SUS: acesso ao tratamento e mudança do modelo de atenção. Brasília, DF: Autor.

BRASIL. **Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Ações Programáticas Estratégicas**. (2004c). Saúde Mental e Atenção Básica: o vínculo e o diálogo necessários. In Saúde mental no SUS: os centros de atenção psicossocial. Brasília, DF: Autor. (Série F. Comunicação e Educação em Saúde)

BRASIL. **Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Núcleo Técnico da Política Nacional de Humanização**. (2007a). Clínica ampliada, equipe de referência e projeto terapêutico singular (2a ed.). Brasília, DF: Autor. (Série B. Textos Básicos de Saúde)

BRASIL. **Ministério da Saúde. Secretaria Nacional de Assistência Social à Saúde.** (1990). ABC do SUS doutrinas e princípios (Vol. 1/MS). Brasília, DF: Autor.

BRASIL. **Ministério da Saúde. Secretaria Nacional de Assistência Social à Saúde.** Coordenação de Saúde da Comunidade. (1998). Saúde da Família: uma estratégia para reorientação do modelo assistencial Brasília, DF: Autor.

BRASIL. **Ministério da Saúde. Secretaria-Executiva. Núcleo Técnico da Política Nacional de Humanização.** (2004b). Humaniza SUS: equipe de referência e apoio matricial. Brasília, DF: Autor. (Série B. Textos Básicos de Saúde)

CONSELHO REGIONAL DE PSICOLOGIA 12ª REGIÃO. (2007). **Revista do VI Congresso Nacional da Psicologia (VI CNP)**: etapa regional de Santa Catarina Florianópolis: CRP-12.

DIMENSTEIN M. (2001). **O psicólogo e o compromisso social no contexto da saúde coletiva. Psicologia em Estudo**.

DIMENSTEIN, M. (1998). **O psicólogo nas unidades básicas de saúde: desafios para a formação e atuação profissionais**.

DIMENSTEIN, M. (2000). **A cultura profissional do psicólogo e o ideário individualista: implicações para a prática no campo da assistência pública saúde**.

FRANCA, A. C. P. DE, & VIANA, B. A. (2006). **Interface psicologia e programa saúde da família PSF: reflexões teóricas. Psicologia: Ciência e Profissão**.

GOMES, D. C. R. (1997)**. Equipe de saúde: o desafio da integração Uberlândia: Ed. da Universidade Federal de Uberlândia**.

LIMA, M. (2005). **Atuação psicológica coletiva: uma trajetória profissional em unidade básica de saúde**.

OLIVEIRA, I. F., DANTAS, C. M. B., COSTA, A. L. F., GADELHA, T. M. S., RIBEIRO, E. M. P. C., & YAMAMOTO, O. H. (2005). **A psicologia, o Sistema Único de Saúde e o Sistema de Informações Ambulatoriais: inovações, propostas e desvirtuamentos**.

Organização Mundial de Saúde. Organização Pan-Americana de Saúde. (2001). A Resolução de Problemas de Saúde Mental. In Relatório sobre a saúde no mundo 2001. OMS.

PIMENTEL, A. (2001). **The method of documental analysis: The use for a historiographycal research**.

TEIXEIRA, J. A. C. (2000). **Abordagem psicológica do doente psiquiátrico em centros de saúde**.

TRINDADE & J. A. C**. Teixeira, Psicologia nos cuidados de saúde primários**.

TRINDADE, I. (2000). **Competência do psicólogo nos cuidados de saúde primários**.

TRINDADE, I., & TEIXEIRA, J. A. C (2000). **Aconselhamento psicológico nos cuidados de saúde primários**.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

3

OS IMPACTOS PSICOLÓGICOS DA ESCOLHA PROFISSIONAL NA VIDA DE JOVENS E ADOLESCENTES

THE PSYCHOLOGICAL IMPACTS OF CAREER CHOICE ON THE LIVES OF YOUTH AND ADOLESCENTS

Isabelle Joanka Gomes Costa

Resumo

A presente pesquisa apresentou uma revisão de literatura sobre os impactos psicológicos da escolha profissional na vida de jovens e adolescentes, visando compreender as contribuições da orientação profissional para o desenvolvimento de uma escolha profissional consciente e trazendo reflexões sobre as problemáticas que permeiam esse processo. Para elaboração desse estudo, foi utilizada a pesquisa bibliográfica qualitativa e descritiva como metodologia, viabilizando discussões sobre as influências que permeiam a escolha profissional, a importância da inserção da OP em escolas públicas e o papel do autoconhecimento no desenvolvimento de uma melhor tomada de decisão. Com o auxílio do estudo realizado, verificou-se os fatores e influências que levam jovens e adolescentes a se sentirem pressionados a realizar uma escolha profissional contrária as suas vontades. Sob essa ótica, houve a possibilidade de destacar a relevância da orientação profissional na vida de jovens e adolescentes, ressaltando os seus benefícios e contribuições no acolhimento e na manutenção da saúde mental desses indivíduos. A partir desses resultados, podemos concluir que a escolha profissional é um processo complexo que pode ter impactos psicológicos significativos na vida de jovens e adolescentes. A orientação profissional pode auxiliar os jovens a reduzir a ansiedade e proporcionar o autoconhecimento sobre seus gostos e habilidades, contribuindo para uma escolha profissional consciente, além disso, a inserção da orientação profissional em escolas públicas possui inúmeros benefícios e deve ser vista como algo essencial.

Palavras-chave: OP, Escolha profissional, autoconhecimento.

Abstract

This research presented a literature review on the psychological impacts of professional choice on the lives of young people and adolescents, aiming to understand the contributions of professional guidance to the development of a conscious professional choice and bringing reflections on the problems that permeate this process. For the elaboration of this study, qualitative and descriptive bibliographic research was used as a methodology, enabling discussions on the influences that permeate professional choice, the importance of inserting OP in public schools, and the role of self-knowledge in developing better decision-making. With the aid of the study, it was possible to verify the factors and influences that lead young people and adolescents to feel pressured to make a professional choice contrary to their wishes. From this perspective, it was possible to highlight the relevance of professional guidance in the lives of young people and adolescents, emphasizing its benefits and contributions in welcoming and maintaining the mental health of these individuals. Based on these results, we can conclude that professional choice is a complex process that can have significant psychological impacts on the lives of young people and adolescents. Professional guidance can help young people reduce anxiety and provide self-knowledge about their tastes and abilities, contributing to a conscious professional choice. In addition, the insertion of professional guidance in public schools has numerous benefits and should be seen as essential.

Keywords: OP, Career choice, self-awareness.

1. INTRODUÇÃO

A escolha profissional é caracterizada como um processo que assombra jovens e adolescentes que acabaram de concluir o ensino médio ou que estão no processo de conclusão, esse período desencadeia transformações significativas na vida desses indivíduos, frequentemente relacionadas a questões familiares, cognitivas, sociais e físicas, resultando em uma reavaliação da percepção que o jovem tem sobre a escolha profissional. Tendo isso em vista, os indivíduos que buscam um maior entendimento acerca do processo de escolha profissional, em sua grande maioria, buscam auxílio na Orientação Profissional (OP). A OP é uma subárea da psicologia que auxilia na tomada de decisões, fornecendo informações sobre profissões, o mercado de trabalho e o indivíduo, promovendo o autoconhecimento e apoio emocional aos indivíduos que estão em sofrimento. A disseminação desses conhecimentos não se limita apenas a jovens e adolescentes; ela contribui para ampliar horizontes, favorecendo o desenvolvimento da identidade e a elaboração de planos futuros.

Justificou-se a presente pesquisa por meio da sua contribuição para o desenvolvimento da autonomia e organização do pensamento de jovens e adolescentes, reconhecendo o autoconhecimento como um evento contínuo e necessário para a construção de uma escolha profissional concisa. Além disso, a relevância desta pesquisa está em fornecer subsídios para orientar jovens e adolescentes, abordando o processo de escolha profissional na adolescência como um período repleto de conflitos e incertezas, devido a mudanças físicas, mentais e sociais que este período carrega em sua bagagem. Portanto, oferecer apoio e acolhimento a esses indivíduos se torna mais do que necessário para auxiliá-los nessa jornada de autodescoberta e tomada de decisões.

Em suma, ao abordar essas questões e identificar os desafios da escolha profissional, contribuímos para uma compreensão mais ampla das formas de apoio disponíveis e da importância do papel do psicólogo nesse processo, visto que este possui métodos e ferramentas necessárias para auxiliar os indivíduos na compreensão de suas aptidões, medos e expectativas no que tange o processo de escolha profissional.

Esta pesquisa visou responder ao seguinte questionamento: Quais os principais fatores que influenciam na escolha da carreira? Tendo como objetivo geral, analisar os dilemas da escolha profissional e as principais influências que esta sofre ao longo do desenvolvimento do projeto de vida de jovens e adolescentes, e como objetivos específicos: conceituar o processo de escolha profissional e as influências que permeiam esse processo; compreender a importância de trabalhar a orientação profissional em escolas públicas; e destacar a importância do autoconhecimento no processo de escolha profissional.

2. A ESCOLHA PROFISSIONAL E AS SUAS INFLUÊNCIAS

A adolescência é conhecida por ser uma fase carregada de rebeliões de pensamentos. Nesse período, o adolescente enfrenta muitas transformações que se configuram como uma forma de preparação para vivenciar a crise da identidade, trazendo à tona os inúmeros conflitos que permeiam em sua vida, como a necessidade de inserir-se no meio social, a necessidade de reconhecer o seu papel no mundo e a ansiedade que percorre o processo de escolha profissional desse indivíduo (Bohoslavsky, 1998, apud Almeida; Ventura, 2008).

Ao se aproximar do término do ensino médio, a responsabilidade que jovens e adoles-

centes carregam em suas costas aumenta. Isso ocorre devido ao encontro com a importante decisão de escolher qual caminho seguir em termos de carreira e educação superior. (Ribeiro, 2003). Essa escolha pode influenciar o curso de suas vidas, por esse motivo é considerado um marco crucial para o futuro ao qual desejam seguir.

A pressão para tomar uma decisão sobre a carreira é frequentemente intensa, podendo acarretar o desenvolvimento de problemas emocionais. Os jovens enfrentam expectativas da família, dos amigos, professores e até mesmo da sociedade em geral. Essa pressão costuma expandir-se com o passar do tempo, uma vez que os jovens atribuem a ela a visão do rumo a independência e à vida adulta (Buscacio; Soares, 2017).

O processo de escolha profissional também está intrinsecamente ligado à satisfação pessoal. As pessoas aspiram encontrar uma carreira que não apenas proporcione sustento financeiro, mas que também esteja alinhada com seus interesses, paixões e valores (Holland, 1997 *apud* Gouveia *et al*., 2008). Por esse motivo, a escolha profissional é caracterizada como um processo decisivo na vida de muitos indivíduos, pois vai além da escolha de uma profissão, trata-se de um momento de reflexão acerca de si, do mundo ao seu redor e da construção do seu projeto de vida (Ciampa, 1987 *apud* Mandelli; Soares; Lisboa, 2011). A busca pela harmonia entre o financeiro e o pessoal pode adicionar um nível extra de complexidade à tomada de decisão. Com base nisso, compreende-se que o público-alvo da escolha profissional, em sua grande maioria são jovens e adolescentes, isso ocorre devido a imensa carga de decisões, expectativas e transições que esses indivíduos trazem ao longo de sua vida.

Moura (2004, p. 21) destaca que:

> O momento da escolha de uma profissão é, com certeza, um momento de muito conflito para o adolescente. Além de enfrentar as dificuldades próprias da adolescência, tendo que administrar muitas mudanças corporais, psicológicas e sociais que começam a ocorrer, o adolescente se confronta, ainda, com mais esta questão: a decisão profissional.

Outrossim, o momento da escolha profissional pode ser influenciado por diversos fatores, como, por exemplo, os aspectos pessoais que perpassam a identidade psicossocial do indivíduo, seus valores e aptidões. As informações e crenças que o indivíduo possui acerca do mundo do trabalho e a família, são um dos principais fatores que interferem positiva ou negativamente no momento da escolha de jovens e adolescentes (Almeida; Pinho, 2008; Santos, 2005).

Segundo Santos (2005 *apud* Erikson, 1976):

> A definição de uma identidade ocupacional se dá nesse período de inúmeras transições, de tal maneira que o momento de uma escolha profissional parece decisivo na vida de um adolescente. A escolha é parte da definição da identidade ocupacional e uma opção que, na visão do adolescente, irá nortear os caminhos a serem percorridos e as escolhas futuras. Escolher é, ao mesmo tempo, decidir e abdicar. Uma escolha implica em deixar para trás as opções que ficaram de fora.

O conflito familiar é uma questão extremamente pertinente na escolha profissional, isso porque a adolescência é repleta de desafios e nesse período há inúmeras questões relacionadas a família, visto que a família pode influenciar na escolha profissional de inúmeras e incontáveis formas, podendo estas serem implícitas ou explicitas (Gonçalves; Coim-

bra, 2007).

De forma implícita, a influência familiar perpetua-se desde os valores, expectativas e legados seguidos pela família ou a observação que o indivíduo tem dos membros familiares, no que tange a sua história de vida e experiências familiares. Já de forma explicita, a influência familiar perpetua-se através das opiniões que os membros da família possuem acerca da escolha profissional, o que muitas das vezes faz com que o jovem se sinta obrigado a seguir determinada carreira, por conta da pressão familiar (Bronfenbrenner, 1979; Law; 1991 *apud* Gonçalves; Coimbra, 2007).

Durante o processo de escolha profissional, tais influências são trabalhadas de forma que o indivíduo identifique os motivos que o levaram a idealizar a sua escolha, fazendo com que o mesmo reconheça as influências familiares e as utilize de forma consciente durante a construção do seu projeto de vida, favorecendo uma escolha profissional precisa (Almeida; Pinho, 2008).

3. COMO A ESCOLHA PROFISSIONAL AFETA JOVENS E ADOLESCENTES DE ESCOLAS PÚBLICAS

A escola é um dos principais agentes na propagação de conhecimentos, ela fornece oportunidades para que jovens e adolescentes possam aprimorar suas capacidades, desenvolver suas habilidades e obter informações acerca do funcionamento da sociedade. Tendo isso em vista, o ensino médio é um ambiente repleto de dúvidas e inquietações acerca do futuro, pois é nesse momento que os jovens passam a desenvolver sua identidade e se deparam com a ideia de escolha, sendo essa um dos principais fatores que conduz a formação da identidade dos jovens (Martorelli, 2014, p. 313).

Ao falar a um jovem sobre a possibilidade de escolha de uma profissão, surgem inúmeros questionamentos acerca de si e de como funciona o mundo do trabalho. É nesse momento que a orientação profissional surge como facilitadora nesse processo de escolha, na medida em que o orientador possui o papel de auxiliar o indivíduo a refletir acerca de suas motivações, desejos e interesses, bem como possui o papel de propagar informações reais acerca do mundo do trabalho, visto que ao longo do desenvolvimento de sua história de vida, o jovem se depara com inúmeras informações errôneas acerca do mundo do trabalho e das profissões que fazem parte do mesmo.

Para Almeida e Pinho (2008):

> A orientação profissional pode auxiliar o adolescente a realizar uma escolha mais esclarecida se reconhecer as influências que sofre, que estão relacionadas ao ambiente em que ele se desenvolveu: a família, a escola, o meio social e econômico, a religião e mesmo as questões psicológicas. Ou seja, a intervenção em orientação profissional deve proporcionar ao jovem orientando um momento de reflexão, especialmente acerca do que está por trás da sua escolha.

Tendo isso em vista, a Orientação Profissional atua de forma que possa contribuir para a percepção que o indivíduo possui de si, propondo aos jovens o autoconhecimento e a reflexão acerca da escolha profissional, a fim de promover uma maior segurança para o mesmo durante o processo de escolha, visto que este, embasado em novos conhecimentos provenientes da orientação profissional, possa traçar seus objetivos e desejos para o futuro, bem como possa atribuir novos sentidos ao trabalho.

Melo-Silva, Munhoz e Souza (2019) relatam que:

> As atividades pertinentes à Educação para a Carreira poderiam ser contempladas com a oferta de serviços de Orientação Profissional em contextos educativos voltados à educação infantil e ao ensino fundamental. Nesses níveis de ensino, o foco é a inserção nas atividades de aprendizagem de temas relativos aos estudos e ao trabalho com o objetivo de desenvolver as competências necessárias a um trabalhador.

A Orientação Profissional nas escolas públicas ainda é um grande dilema devido aos inúmeros impasses que norteiam o contexto escolar, mas é de suma importância, pois além de proporcionar conhecimento e mais segurança para jovens que estão concluindo o ensino médio, é um grande divisor de águas nesse contexto.

Mandelli, Soares e Lisboa (2011) apontam que:

> O orientador profissional tem o compromisso social de sensibilizar os jovens para uma escolha profissional/ocupacional coerente com suas possibilidades. E, ainda, para a construção de uma identidade profissional pautada no autoconhecimento, na informação sobre o mercado de trabalho e no desenvolvimento de um posicionamento crítico e consciente a respeito de suas escolhas e de suas limitações. É necessário compreendermos a OP para além da escolha do curso universitário, posicionando-a como facilitadora de escolhas.

Sanar os questionamentos que esses indivíduos trazem para o processo de orientação, propiciar um melhor conhecimento acerca das profissões e suas especializações e auxiliar os indivíduos em seu processo de autoconhecimento, a fim levá-los a refletir acerca de suas escolhas e seu futuro, são objetivos que podem ser alcançados através da orientação profissional, por esse motivo ela se faz tão importante na vida desses sujeitos (Suzuki; Polli, 2021).

Deve-se salientar que, as decisões que o indivíduo tomará em relação à sua escolha de carreira são influenciadas pelo nível de autonomia e iniciativa que ele desenvolve em suas interações sociais em diferentes contextos, como na comunidade, na família, com colegas, na escola e em grupos aos quais pertence. Isso significa que as experiências e relações que uma pessoa vivencia em sua vida cotidiana desempenham um papel fundamental em suas escolhas profissionais futuras (Dias; Soares, 2007).

Além disso, é importante destacar que muitas escolas públicas enfrentam desafios estruturais que dificultam a implementação de serviços de orientação profissional. Isso ocorre em parte devido à falta de recursos e apoio financeiro para essas iniciativas, consequentemente, a orientação profissional não é amplamente adotada em muitas dessas instituições de ensino. O principal resultado dessa lacuna são jovens que concluem o ensino médio com nenhuma ou pouca informação acerca de si e do mundo do trabalho. Isso pode levar a uma insatisfação com a escolha de curso no ensino superior e, em alguns casos, até mesmo à evasão desse nível de ensino.

Os jovens que frequentam escolas públicas muitas vezes buscam orientação para entrar no mercado de trabalho de forma mais direta, devido à carência de informações sobre as oportunidades disponíveis e como proceder para ingressar nesse ambiente. Com isso, esses jovens acabam seguindo os passos dos pais, que em sua grande maioria trabalham em comércio e serviços, com o principal objetivo de buscar um avanço em suas carreiras, que ocorre através do ingresso em cursos superiores (Ribeiro, 2003). Por outro lado, alguns

jovens acabam por trabalhar em ocupações que não lhes trazem satisfação pessoal, apenas para garantir seu sustento financeiro.

Assim, a Orientação Profissional desempenha um papel crucial no fomento de escolhas profissionais conscientes. Este processo permite uma compreensão mais aprofundada de si mesmo e do ambiente circundante, proporcionando insights enriquecedores, novas perspectivas e motivações que enriquecem a subjetividade dos indivíduos.

4. A IMPORTÂNCIA DO AUTOCONHECIMENTO NO PROCESSO DE ESCOLHA PROFISSIONAL

A escolha profissional pode representar um desafio significativo para indivíduos de diversas idades, níveis de educação e fases de vida. Nesse contexto, o autoconhecimento surge como uma ferramenta essencial no processo de escolha, permitindo que os indivíduos explorem com profundidade suas habilidades, interesses, valores e subjetividade. Além disso, a avaliação financeira também desempenha um papel importante nesse processo, conferindo maior segurança à decisão sobre qual carreira seguir.

Para Spaccaquerche e Fortim (2022, p. 73):

> O processo de autoconhecimento na orientação profissional tem uma direção e um foco que não são de cunho terapêutico, e sim profilático, ou seja, tem o objetivo de ampliar a percepção daquelas características importantes para a escolha de uma carreira na vida.

Quando o sujeito se compromete com o processo de autoconhecimento, ele passa a identificar quais as atividades que mais lhe agradam e as que menos lhe agradam, fazendo com que o mesmo possa distinguir e categorizar uma carreira que de fato lhe cativa, conforme seus valores e interesses. O autoconhecimento auxilia na descoberta da escolha de uma carreira que se alinhe aos pontos fortes do indivíduo, promovendo mais motivação no trabalho e evitando a insatisfação profissional e possíveis problemas relacionados a saúde mental.

A Orientação Profissional propicia a compreensão e integração de várias esferas que tecem a escolha profissional, fazendo com que os indivíduos de fato tomem as rédeas do seu processo de escolha (Spaccaquerche; Fortim, 2022, p. 73). Nesse contexto, para auxiliar o indivíduo, durante o processo de orientação profissional são realizadas entrevistas, técnicas e diversas atividades que promovem o autoconhecimento e informações das inúmeras possibilidades que há ao seu redor.

Portanto, para atingir seu propósito eficazmente, a orientação profissional deve ser adaptada de acordo com as condições sociais e históricas presentes e em sintonia com o ambiente em que opera. Ela deve fazer uso de todas as ferramentas disponíveis para incentivar o autoconhecimento do indivíduo, não apenas para facilitar a escolha de uma carreira, mas também para auxiliá-lo na construção de um plano de vida mais completo. Isso implica levar em consideração a complexidade de fatores envolvidos na decisão de seu futuro pessoal e profissional (Dias, Soares, 2007).

4. CONCLUSÃO

O presente estudo proporcionou uma análise profunda dos desafios e problemas enfrentados por jovens e adolescentes ao se depararem com o momento da escolha profissional. Além disso, foram mapeadas informações sobre a adolescência e os conflitos e influências que permeiam esse momento.

A adolescência é um momento muito delicado, nessa fase, os adolescentes partem em uma jornada pela busca do reconhecimento de sua singularidade, o entendimento do seu papel no mundo e acabam se deparando com a ansiedade que percorre o processo de escolha profissional. As influências familiares, expectavas sociais e a busca pela independência, são um dos principais fatores que influenciam a escolha profissional. Por esse motivo, muitos jovens e adolescentes consideram opções que não refletem seus verdadeiros interesses, valores e paixões.

Nesse contexto, a Orientação Profissional emerge como uma ferramenta essencial, oferecendo informações precisas sobre o mundo do trabalho, promovendo o autoconhecimento e auxiliando jovens e adolescentes na busca por uma tomada de decisão consciente e embasada.

Embora a escola seja considerada o ambiente ideal para receber apoio em relação às escolhas, a implementação da orientação profissional nas escolas públicas ainda enfrenta desafios devido a obstáculos estruturais e financeiros. Refletir sobre a importância da Orientação Profissional na vida desses jovens é fundamental, pois não apenas auxilia na escolha de carreira, como também contribui para o desenvolvimento de uma identidade ocupacional sólida, baseada no autoconhecimento e na compreensão das influências que moldam a escolha profissional.

As teorias exploradas durante a construção da fundamentação teórica desta pesquisa bibliográfica, levam à conclusão de que a escolha profissional é repleta de influências que devem ser trabalhadas, por esse motivo, a OP desempenha um papel fundamental no acolhimento de jovens e adolescentes, fornecendo subsídios para auxiliar na construção de escolhas profissionais conscientes, na elaboração de projetos de vida que reflitam seus verdadeiros interesses e valores e na busca pelo autoconhecimento. Desse modo, é possível afirmar que os objetivos específicos e geral deste estudo científico foram alcançados.

Referências

ALMEIDA, M. E. G. G.; PINHO, L. V. Adolescência, família e escolhas: implicações na orientação profissional. **Psicologia Clínica**, Rio de Janeiro, v. 20, n. 2, p. 173-184, 2008. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-56652008000200013&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 1 mai. 2023.

BUSCACIO, R. C. Z.; SOARES, A. B. Expectativas sobre o desenvolvimento da carreira em estudantes universitários. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 18, n. 1, p. 69–79, 2018. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902017000100007. Acesso em: 13 set. 2023

DIAS, M. S. DE L.; SOARES, D. H. P. Jovem, mostre a sua cara: um estudo das possibilidades e limites da escolha profissional. **Psicologia Ciência e Profissão**, v. 27, n. 2, p. 316–331, 2007. Disponível em: https://www.scielo.br/j/pcp/a/DB8bgwC7N59zkSXvjkyPmpP/?lang=pt. Acesso em: 13 set. 2023.

GONÇALVES, C. M.; COIMBRA, J. L. O papel dos pais na construção de trajectórias vocacionais dos seus filhos. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 8, n. 1, p. 1–17, 2007. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902007000100002. Acesso em: 13 set. 2023

GOUVEIA, V. V. et al. Valores humanos e interesses vocacionais: um estudo correlacional. **Psicologia em estudo**, v. 13, n. 3, p. 603–611, 2008. Disponível em: https://www.scielo.br/j/pe/a/Ng7MqQvJr534yZ9xtt46knK. Acesso em: 13 set. 2023

MELO-SILVA, L. L.; MUNHOZ, I. M. S.; LEAL, M. S. Orientação profissional na educação básica como política pública no Brasi**l. Revista Brasileira de Orientação Profissional**, São Paulo, v. 20, n. 1, p. 3-18, 2019. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902019000100002&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 1 mai. 2023.

MANDELLI, M. T.; SOARES, D. H. P.; LISBOA, M. D. Juventude e projeto de vida: novas perspectivas em orientação profissional. **Arquivos brasileiros de psicologia**, v. 63, n. SPE, p. 49–57, 2011. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-52672011000300006. Acesso em: 13 set. 2023

MOURA, C. B. **Orientação profissional sob enfoque da análise do comportamento**. Campinas: Alínea, 2004.

MARTORELLI, G. **O desenvolvimento da criança: Do nascimento à adolescência**. Porto Alegre: Artmed, 2014.

RIBEIRO. Demandas em Orientação Profissional: Um Estudo Exploratório em Escolas Públicas. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, São Paulo, v. 4, n. 1-2, pp. 141-151, 2003. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-33902003000100012. Acesso em: 13 set. 2023.

RODRIGUES SOBROSA, G. M. et al. Influências percebidas na escolha profissional de jovens provenientes de classes socioeconômicas desfavorecidas. **Psicologia em Revista**, v. 21, n. 2, p. 313, 2016. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1677-11682015000200007. Acesso em: 13 set. 2023

SANTOS, L. M. M. O papel da família e dos pares na escolha profissional. **Psicologia em Estudo**, Maringá, v. 10, n. 1, p. 57-66, 2005. Disponível em: https://www.scielo.br/j/pe/a/qBqcryfLqbvsnf7y6HkXNrv/?lang=pt. Acesso em: 19 abr. 2023.

SPACCAQUERCHE, M. E.; FORTIM, I. **Orientação Profissional Passo a Passo** (1ª ed.). São Paulo: Paulus Editora, 2022.

SUZUKI, E. C.; POLLI, G. M. Programas de orientação profissional: modelos para desenvolvimento de políticas públicas no Brasil. **Gerais**, v. 14, n. 1, p. 1–22, 2021. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202021000100014. Acesso em: 13 set. 2023

TEIXEIRA, M. L.; LASSANCE, M. C.; MELO-SILVA, L. L. **Orientação Vocacional de Carreira: Investigações e prática.** Porto Alegre: Vector, 2015.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

4

IMPACTOS DO EXCESSO DE PRODUTIVIDADE NO TRABALHADOR: UMA REVISÃO DE LITERATURA DO CONTEXTO ORGANIZACIONAL

IMPACTS OF EXCESSIVE PRODUCTIVITY ON THE WORKER: A LITERATURE REVIEW OF THE ORGANIZATIONAL CONTEXT

Yasmin de Araújo Coelho

Resumo

Este presente artigo teve como objetivo geral compreender as principais questões que circundam o trabalhador atuante nas organizações quando exposto a produtividade excessiva. Para tanto, foi desenvolvido através dos objetivos específicos que buscaram entender a ligação da mídia com o campo corporativo, os fatores que regem e provocam o comportamento da ação de produzir algo, assim como o surgimento do sofrimento difundido no funcionário extremamente produtivo e seu desfecho em empresas. O problema procurou apresentar os resultados que solucionaram a premissa da realização de interferências criadas a partir de um trabalho hiperbólico. Por meio de uma pesquisa qualitativa e descritiva, coletadas a partir do ano de 2010 até 2023, foi permitido ratificar as proposições e ainda descobrir variáveis, por exemplo o existente vício em trabalho como fruto da mídia, a presença da motivação na produtividade, também as implicações na vivência do colaborador, como casos de ansiedade em momentos dentro e fora do emprego, estresse, depressão e a síndrome de *burn out*. Portanto, consequentemente foi provado que ao estar extremamente impactado pela produtividade demasiada, o sujeito pode encarar o sofrimento, repercutindo em aspectos psicológicos e fisiológicos, e que os fatores midiáticos, ambientais e do comportamento também atuam como modificadores.

Palavras-chave: Psicologia, Saúde mental, Trabalho, Esgotamento Psicológico, Psicologia Organizacional.

Abstract

This paper's general objective was to understand the main issues that surround the worker that is employed in organizations when he is exposed to excessive productivity. For this goal to be achieved there were specific objectives that sought to understand the connection between the media and the corporate field, the factors that rule and induce the behavior of the action of producing something, as well as the emergence of widespread suffering in the extremely productive employee and its outcome in companies. The problem aimed to present the results that solved the premise of the execution of interferences created from hyperbolic work. Through a qualitative and descriptive research, collected from 2010 to 2023, it was possible to ratify the propositions and also discover variables, for example the existing workaholism as a result of the media, the presence of motivation in productivity, also the implications in the employee's experience, such as cases of anxiety at times inside and outside of employment, stress, depression and burn out syndrome. Therefore, it has consequently been proven that when being extremely impacted by excessive productivity, the subject can face suffering, affecting psychological and physiological aspects, and it has also been verified that factors related to the media, environment and behavior also act as modifiers.

Keywords: Psychology, Mental health, Work, Psychological Exhaustion, Organizational Psychology.

1. INTRODUÇÃO

A psicologia, como um todo, sempre buscou estudar a subjetividade do homem, incluindo uma gama de abordagens específicas de concepções distintas. No âmbito acadêmico há algumas disciplinas, uma delas é a psicologia organizacional e do trabalho, que continuamente debruça-se nas configurações do labor e suas implicações, obtendo diversos desdobramentos ao longo de sua existência. Com isso, deve estar de acordo com qualquer tipo de inovação ou acontecimento recente sobre o trabalho. Logo, por ser algo tão presente, tomou-se como uma temática para o artigo, um estudo mais aprofundado a respeito dos "impactos do excesso de produtividade no trabalhador: uma revisão de literatura do contexto organizacional", para o exercício das profissões. Portanto, a justificativa foi levada em conta, a dada relevância do trabalho perante a sociedade, desde o princípio do desenvolvimento econômico mundial. Visto que os casos de doenças, transtornos e mortes ainda surgem constantemente, corroborando para que mais estatísticas tomem forma. Além da pretensão de estimular a produção de novos trabalhos contribuintes para toda a população, incluindo a todos.

Foi pretendido apresentar, pressupostos que respondiam o problema que propôs se a alta produtividade é capaz de gerar influências na vida do colaborador. Quanto a metodologia utilizada, caracterizou-se por uma revisão de literatura, de dados qualitativos, com cunho descritivo, reunindo materiais científicos importantes para o tema, como livros e artigos (1992 a 2023), que dispuseram um detalhamento alinhado a proposta metodológica contextualizada.

Sobre o objetivo geral, foi posto a meta de compreender os pontos e experiências que cernem o sujeito frente a uma intensa produtividade, atuante das organizações. Já os objetivos específicos, foram responsáveis por guiar o desenvolvimento do artigo. Todos foram expostos em tópicos na sessão de Resultados e Discussão. No primeiro, tratou-se de conhecer a mídia e sua relação com o mundo corporativo, trazendo uma perspectiva atual e a comunicação como fatores essenciais para a construção do pensamento produtivo, incluindo autores que abordam a temática associando a capacidade de transmitir o fazer e a procura pela diferenciação da carreira para as corporações.

O segundo, buscou entender fatores que geram a produtividade e do comportamento, abordando o ato de produzir, a força de trabalho da atividade laboral, mirando em perspectivas históricas e contemporâneas, e a forma que todo esse enredo é utilizado nas empresas. O terceiro e último, informou o sofrimento advindo do trabalho e suas decorrências nas organizações, englobando as consequências de exposição aos determinantes citados, integrando a manifestação do sofrimento psicológico, a perda da autoestima, apresentação da ansiedade, pressão de superiores e a invalidez profissional.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

A pesquisa do projeto tratou-se de uma revisão bibliográfica, com a abordagem qualitativa, de natureza descritiva, sobre os principais pontos a respeito da produtividade, suas influências e repercussões. A coleta dos materiais ocorreu por meio das bases de dados Decs (Descritores em Ciências das Saúde), BVSalud (Biblioteca Virtual em Saúde), SciElo (*Scientific Electronic Library Online*, em português Biblioteca Eletrônica Científica Online),

Pepsic (Periódicos Eletrônicos em Psicologia) juntamente com o Google Acadêmico e o *Research Gate*.

Através das seguintes palavras-chave: psicologia, saúde mental, trabalho, esgotamento psicológico e psicologia organizacional. Especificamente, teve-se a preferência de averiguar a pesquisa de cada palavra de forma independente, e também a relacionando com o "trabalho", considerando o tempo estipulado da instituição, permitindo a avaliação apropriada dos elementos.

O período dos artigos pesquisados foram os trabalhos publicados a partir de 2010 até o ano de 2023. Contou com livros de relevância acadêmica lançados em 1992 até 2019. Para assim, obter uma perspectiva mais teórica e novas experiências correspondentes ao campo. Quanto ao critério de levantamento dos dados, fez-se a leitura ativa dos resumos dos artigos, e/ou completa dos textos. Em relação aos livros, os sumários exerceram a responsabilidade por nortear o processo de buscas. A fim de critérios de exclusão, este trabalho não abordou materiais sem os descritores definidos, arquivos incompletos ou aqueles fora do período citado. A organização para exposição dos resultados, seguirá a ordem de importância de cada obra científica, prezando por uma boa coerência de descrição.

2.2 Resultados e Discussão

2.2.1 A mídia e o mundo corporativo

Antes de dar profundidade à compreensão da produtividade em si, tornou-se necessário contextualizar a respeito da influência que a mídia vem promovendo na perspectiva própria do ser humano, principalmente em aspectos organizacionais. Nesta compartilhada esfera corporativa, existem colaboradores convivendo e experimentando demandas cada vez mais ímpares.

Para Jaqueline de Oliveira Moreira (2010), a mídia trata-se de um grande dispositivo, que obtém outros sub dispositivos ramificados, sendo capaz de transmitir mensagens para toda a população, exercendo diversas interferências no indivíduo. Deve-se considerar a velocidade que as informações são levadas por este mecanismo, além da facilidade do acesso e o conteúdo que é apresentado a quem estiver exposto. Seja por rádio, televisão ou até mesmo a internet, tem-se a possibilidade de estar conectado e ciente do que ocorre pelo mundo.

O mesmo acontece com jovens, adultos ou idosos, que estão inseridos no mercado de trabalho. Na visão dos autores Gilmara Joanol Arndt, Raquel de Barros Pinto Miguel e Jeferson Gervásio Pires (2021), propõem a conceitualização de que "[...] os conteúdos midiáticos contribuem para o processo de construção de subjetividades, na medida em que eles disseminam e perpetuam valores e códigos de comportamento e conduta" (ARNDT; MIGUEL; PIRES, 2021, p. 02). Através da mídia que a todo momento chegam exigências ao trabalhador. As organizações, que empregam o sujeito, são conduzidas pelo processo de inovação, ditadas pelo sistema capitalista. Solicitam níveis de formação, algumas especializações, cursos à parte e diferentes formas de atribuir aprimoramentos ao currículo. Marina Patrício de Arruda e Lilia Aparecida Kanan (2013), descreveram que os processos científicos e tecnológicos, impeliram o desejo de agrupar mais poder de informação, evidentemente são efeitos os quais obtiveram um desenvolvimento singular na era da internet. Assim, explica-se o imediatismo que ecoa nas carreiras profissionais de pessoas de todas as idades, transformando as decisões de variadas formas e abraçando grandes avanços.

Marina Freitas Rocha Cavalcante (2021) utilizou no título de seu trabalho, uma frase comumente empregue na mídia de diferentes formas, "Trabalhem enquanto eles dormem",

na sessão “discussão” ela verifica a valência desta sentença frente a dura realidade de milhões de brasileiros e com aqueles entrevistados (trabalhadores de *home office* durante a pandemia), chegando à conclusão do quão prejudicial é ser um adepto desta “filosofia”. Deste modo, a exposição a veículos midiáticos e o contato com demandas de trabalho sem intervalos, tornavam-se elevados. Logo, a mídia entendia o momento de introspecção absoluta de muitos, motivando a população para encontrar a produtividade em dias tão repetitivos, facilitando o nascimento de “lemas” semelhantes que não contemplam os cenários individuais e banalizam o cansaço. A finalidade de semear frases como essa, traz a ideia de adiar o lazer e acumular o cumprimento de metas, alterando a visão da realização do trabalho em seu momento apropriado e priorizar somente uma camada da vida. Mesmo que a sociedade atualmente tenha voltado a rotina normal, são indiscutíveis as sequelas causadas por tais anos, assim como a imagem associada ao esforço por estar sempre fazendo algo. Portanto, foi-se atribuída a relevância de realizar a citação deste tipo de produção científica.

Durante as buscas bibliográficas realizadas pela autora deste trabalho, como resultado inesperado, foi-se encontrado com frequência um termo em inglês, chamado *Workaholism*. Em sua tradução para o português, a palavra *“work”*, significa trabalho, já o sufixo *“holism”* faz uma alusão ao sujeito estar viciado em trabalho (FRANÇA; RODRIGUES, 2005). O vício, por si só, delata que algo pode não estar saudável, indicando um acréscimo da constância, encarando a possibilidade de adquirir disfunções. Gislene Feiten Haubrich e Poliana Lopes (2019), produziram uma análise focada na midiatização e glamourização do sujeito workaholic que impacta as organizações, onde foi possível analisar a interação multiforme de usuários do aplicativo Twitter em uma publicação intitulada, “a tribo *workaholic:* muito detalhistas e muito exigente consigo mesmos”, nas quais as autoras apontam a naturalização exposta pela mídia deste tópico que cerca a saúde. Percebe-se então, uma facilidade de entrada para aderir esse “estilo de vida”, visto que é chamativo e interessante colocar investimentos na área profissional. O *workaholism* é um produto da produtividade extensa, que posterga o repouso.

Moreira (2010), acrescentou que a mídia decreta o teor, a forma de pensar e as ações da sociedade. A fim de alcançar as metas, o tipo de discurso que é levado às pessoas, seria a tentativa incessante e a busca pelo reconhecimento. As mídias sociais acabam por fomentar o desejo constante de transformação individual, trazendo consequências diretas no estilo de vida, implicando na personalidade de quem trabalha. Portanto, a desconexão do ritmo do trabalho, torna-se progressivamente complexa, em meio a influxos na carreira. Corroborando a uma dedicação nociva, que deteriora diversos âmbitos. Perante a tais resultados, tem-se a perspectiva ambígua descoberta, pois ao mesmo tempo que a mídia transmite informações enviesadas, sugerindo produção ininterrupta, ela também pode oferecer espaços, para a interação de diferentes pessoas e fomentar a discussão, com isso, gerando repercussões nas empresas, fazendo com que se busque novos câmbios atentos ao comportamento e ambiente corporativo.

2.2.2 A produtividade em questão

Como ferramenta indutora da alta performance nas empresas para funcionários, existe a produtividade. Jairo Eduardo Borges-Andrade, Antônio Virgílio Bittencourt Bastos e José Carlos Zanelli (2014) afirmaram que o produzir e o produto, geram a sobrevivência e a satisfação. Portanto, a prática, em si, é o que possibilita a permanência na área. Também, é através dela que se adquire o que se pretende. Por exemplo, frequentar lugares, comprar objetos, viagens ou aumentar o leque de conhecimento. O acesso a tais elementos, são

necessários o trabalho e a remuneração.

O Conselho Regional de Psicologia de Minas Gerais (2016), classificou o trabalho na ótica da produtividade, como um coeficiente de construção da identidade, de autoestima e tem o poder de afetar todos os aspectos do bem-estar no geral. Os conceitos apresentados mostram que a garantia de alcançar uma complexidade de subsídios, também acolhe instâncias sociais, suscitando a busca de pertencimento, entender capacidades e ainda disseminar o autoconhecimento, tanto na vida pessoal e profissional, desde que o sujeito produza.

Ana Maria Lopez Calvo de Feijoo e Elina Eunice Montechiari Pietrani (2020), apontaram a tendência mecânica e tecnicista do labor, e como ambas são preditoras de um expressivo aumento da produção da força de trabalho. As ações neste espaço precisam ser carregadas de velocidade, contando com uma disposição proativa, que minimiza características próprias do trabalhador. Este, que poderia realizar sua atividade utilizando métodos mais adaptativos e reduzindo a automação. Logo, se vista de outra maneira, a produtividade, se incentivada de uma forma saudável, é capaz de trazer bons resultados, agregar qualidade a qualquer tipo de instituição e conceder uma execução fluida.

Bem antes do movimento da tecnologia atual, a exigência pelo comportamento da produtividade humana possui referências históricas. Essencialmente, no período do Taylorismo, que valorizava a produção maior por menos tempo, contando com tarefas subdividas, beneficiando com prêmios aquele que conseguia tal feito, Dejours posicionou seu olhar crítico para as consequências do trabalho repetitivo para o corpo, tanto fatores ergonômicos e mentais, visto que Taylor, criador do modelo, desconsiderava pausas e sequelas psicológicas (DEJOURS, 1992). Diante deste passado, consegue-se incorporar uma compreensão mais técnica a respeito. Nestes casos, a troca de prestação de serviços, quando estimulada pela quantidade de produção, é uma espécie de catalizador para trabalhar. Para elucidar melhor, fazer a montagem de 30 peças de motores de carro, por exemplo, traria um retorno bem mais rentável a que produzir 20 peças. Porém, isto conceberia um desgaste altíssimo, ou seja, uma produtividade corporal abundante além do possível de cada um. Através dos benefícios, os empregadores notaram que esta seria a motivação certa para continuar a produção.

Como foi visto, ainda que fosse de maneira coagida, desde os princípios de divisão do trabalho, a motivação sempre esteve presente. Não obstante, atualmente, a motivação "refere-se aos processos que dão ao comportamento sua energia e direção" (REEVE, 2006). Portanto, a motivação parece ser o que germina o nascimento da produtividade, dado que se trata de realizar movimentos. Pessoas desmotivadas, não corroboram para a produção designada a elas. Para tanto, as organizações que buscam ativar comportamentos que sejam eficientes, utilizam o mecanismo, mas precisam estar atentas a dosagem e como distribuem seus métodos, para que não tenham em seu grupo, por exemplo, trabalhadores *workaholics*.

Todo o contexto citado, dependerá de quais princípios serão proporcionados no ambiente e como os ideais são propostos aos trabalhadores. A cultura organizacional delimita os trâmites para esta realização. Josiane C. Cintra (2018a) declara que esta, "podemos chamar de "personalidade" da empresa, influenciando o seu jeito de ser e de se posicionar perante o público interno (colaboradores) e externo (clientes, concorrentes, fornecedores etc.) [...]" (CINTRA, 2018a, p. 215). Cada uma tem sua forma de encaminhar o conteúdo. A imagem precisa ser preservada, continuada pelas pessoas inseridas. Então, tem-se um empenho de impulsionar o que acontece e o que é feito naquela empresa, para que chame investidores, mantenham ações esperadas daqueles já componentes ou até a captação de novos funcionários. O que se pretende, é justamente conservar os princípios retratados às

atividades de um grupo harmônico e coeso.

A pesquisa a respeito da percepção dos profissionais de medidas socioeducativas quanto à exaustão emocional e engajamento do trabalho, efetuada pela dupla de estudantes Isadora Machado Maia e Normanda Araújo de Morais (2023), concluiu que os participantes já trabalhavam com uma equipe reduzida, insalubridade, baixo salário, adoecimento e a fragilidade do vínculo de seus ofícios, foram determinantes para a exaustão psicológica, todavia, ressaltaram a importância de seus serviços para a sociedade, além de reconhecerem os valores motivacionais para obtenção de bons resultados, ainda que atuassem em uma conjuntura precária. Quando a cultura organizacional está passando por dilemas equivalentes ou distintos, mas com dificuldades, indica que há variáveis que são favoráveis ao surgimento de interferências no elenco, tanto positiva ou negativamente. Este caso, evidencia o quanto a ausência de materiais e políticas de desenvolvimento os afeta, em especial, se estimar a ideia de uma equipe estar operando com serviços de outras pessoas, fazendo por dois ou três, detendo inúmeras demandas em pouquíssimo tempo. Entretanto, a motivação movia o engajamento, provando que se estivessem com suas necessidades escutadas, poderiam produzir de forma mais saudável e não encarar um futuro adoecimento.

Christophe Dejours (1992) demostrou em seu livro, em uma pesquisa não publicada com telefonistas, sobre a utilização do sofrimento como “combustível” da produção. Logo, nota-se a permanência desse tipo de significado atualmente, onde o incentivo torna-se o maior artifício para estimular o intrínseco, assim afetando particularmente os colaboradores. Toma-se como ponto de partida o rastreio dos déficits comprometedores, as melhorias e as futuras condutas. Em certos contextos, como o empresarial, se adicionada a comparação com o crescimento de outras empresas, pode surgir a competitividade. Assim como qualquer outra ferramenta, esta é capaz de acarretar atitudes mistas, incluindo um desequilíbrio nas prioridades pessoais e profissionais.

2.2.3 O sofrimento oriundo do trabalho

Ao estar repleto de determinações, excessivamente produtivo, priorizando o exercício, há a probabilidade de desenvolver certos obstáculos, de cunho físico ou psicológico. Ao escrever seu segundo livro, Cintra (2018b), assegurou a respeito da extensa quantidade de horas de empenho diário aplicadas no trabalho como prejudiciais. Por esta razão, em grande parte da rotina de vida, o emprego preenche lacunas do tempo e espaço, onde o esforço é firmado, consolidando a aparição do desgaste.

Maia e Morais (2023), destacaram que alguns dos socio educadores que lidavam com o público-alvo, foram encaminhados ou orientados para realização de uma consulta com um psiquiatra, pois contavam com o estresse intenso e muitas vezes eram extremamente humilhados pelos adolescentes, fora as faltas e atestados de seis meses por conta disso. Notou-se então, os indícios que o sofrimento oferece dentro do ambiente de trabalho marcado por agentes estressores. As licenças consecutivas, longos afastamentos e a finalidade do trabalho daquelas pessoas para a organização, seria mais um indício, porém com as situações vivenciadas ali, sabia-se da árdua tarefa pela frente.

Logo, o sofrimento advindo de uma intensa produtividade, pode nascer a partir de uma sobrecarga de afazeres. Ao realizar uma análise de literatura sobre funcionários de redes bancárias, Carmem Regina Giongo e Gabriela da Silva Marques (2016), relataram o processo de performance, onde era necessário atender filas de clientes e fazer a venda de outros produtos, dentro de um prazo de aproximadamente 25 minutos. Equipes como es-

sas, lidam com imposições a todo e qualquer momento. Associando a pedidos de clientes, muitas vezes, ambos já sob o efeito do estresse, produzir algo de qualidade torna-se aflitivo. Visto que, a demora entre um atendimento e outro, ocasiona em uma quebra de ritmo do esquema proposto. Produzir durante longos períodos, com intervalos que não abarcam o esforço fornecido, acaba por dessensibilizar a prática.

Portanto, a participação do sujeito, que a princípio, poderia contar com um desempenho hábil, bem executado, posteriormente, pode se transformar em um abrupto declínio. As autoras Giongo e Marques (2016), complementaram sua fundamentação também indicando a ansiedade, medo, pressão psicológica e angústia dos participantes. Viver com a incessante apreensão de estar fazendo de maneira correta, sempre a postos ou em alerta, acarreta malefícios à saúde, bem como citado.

Paulo Dalgalarrondo (2019), apontou que pessoas em estado de profunda ansiedade, geralmente vivenciam o aceleramento, e progressivamente o atraso do pensamento. Desta forma, é possível assimilar a produtividade descomedida como um fator que desenvolve estímulos únicos, todos os dias, atuantes no humor e no interesse do sujeito, levando a decadência ocupacional.

No tocante ao estresse, elemento que sempre esteve com frequência em companhias, França e Rodrigues (2005), consideravam que poderia ser gerado por pressões internas e externas, mas que era capaz de afetar três camadas regentes do ser humano, como o biológico, social e o psicológico. Então, a partir de experiencias agradáveis ou infelizes, há a possibilidade de atingir qualquer uma das categorias. Quando um chefe chama a atenção de alguém, dependendo de como a subjetividade daquela pessoa esteja, aquilo pode agir de uma maneira diferente, onde a interpretação própria leve a entender como uma dura advertência ou acolher a crítica, isto é, causando sofrimento ou não. A ocorrência de conflitos com colaboradores e chefes, não se trata de algo recente, visto ao período histórico citado na subseção sobre a produtividade, os interesses de ambos podem entrar em choque.

Lima, Rabelo e Silva (2018), relataram o caso de uma funcionária de tele atendimento chamada Ana, que recebeu o diagnóstico de episódio depressivo ligado a um transtorno de somatização, com um progresso de uma doença autoimune (lúpus eritematoso sistêmico, não hereditário), onde tinha suas pausas para comer e idas ao banheiro controladas sob pena de advertências ou demissão, e tudo começou com dores de cabeça, irritabilidade, agravando para ânsias de vômito toda vez que avistava seu ônibus, acabou não conseguindo locomover-se, apareceram manchas e dores nas pernas, tendo que amputar seus dedos, até ficar hospitalizada, também, neste período lidou com ligações ininterruptas do chefe a cobrando para retornar. Este relato aborda as múltiplas dimensões que um desencadear de acontecimentos na saúde de alguém, reflete em um espaço na organização, neste caso, no chefe, que não compreendia de forma alguma as questões da colaboradora, ainda que ela apresentasse justificativa, não ocorria qualquer tipo de respeito. Pelos motivos de estar sempre vigiada, com as ações desumanizadas, ocorreu um deterioramento de uma doença que causa dores e limitações físicas, acometendo seu psicológico regado a crises de ansiedade, não somente no local, mas também fora dele.

Dalgalarrondo (2019) definiu síndromes depressivas como uma pluralidade de sintomas afetivos, neurovegetativos e instintivos, cognitivos e ideativos, pertencentes a auto valoração, vontade e a psicomotricidade, marcados por um humor triste e desanimo profundo. Ou seja, os sinais que Ana apresentou, foram correspondentes aos sintomas descritos pelo autor acima, indicando fortemente quanto a sua disposição para o exercício foi completamente exaurida pelas condições mentais da época.

Além da ansiedade e depressão, um dos principais efeitos que o trabalho pode causar é a Síndrome de *Burnout*. Ferraz et al. (2023), citaram a exaustão emocional, seguida pela falta de energia, provinda da escassez de instrumentos laboral, de profissionais da saúde indígena no país. Um ambiente como o tal, se comparado a muitos locais de nível mundial, tende a contribuir para a manifestação do cansaço patológico. Ter receio de não ser eficiente, já possuindo certas habilidades memorizadas, repetidas vezes, apenas denota o quanto um lugar que não compreende as próprias limitações, pode impactar alguém.

3. CONCLUSÃO

Quando se iniciou a busca por referências para fundamentar esta pesquisa, sob uma perspectiva temporal, pode-se verificar e conhecer o vínculo ainda constante de ocorrências ocupacionais com doenças ou transtornos processados pela produtividade exigida no trabalho, portanto se fez necessário, justificando assim, o estudo detalhado a respeito.

Diante disso, quanto ao objetivo geral de compreender tópicos que caminham ao lado do sujeito exibido a uma forte produtividade, pôde-se observar seu cumprimento no corpo do estudo, em que efetivamente existem pontos significativos atenuantes e cruciais, bem antes de um sujeito apresentar prejuízos, estes que são moldados e afetam comportamentos, consequentemente ecoando no ambiente e no indivíduo.

O objetivo específico inicial, era reconhecer a mídia e o mundo corporativo, e enxergar a relação entre ambos, este também foi atendido com êxito, sendo constatado que a mídia contribui no processo e desejo pela busca de produtividade, estando hábil em sustentar a visão tanto do trabalhador e das organizações. Os dois agentes lidam com a imposição, tentando adequar-se a todo tempo às recentes diligências, firmando um conglomerado de movimentos que subestimam um crescimento sadio, permeando também diversas interpretações onde a mídia está diretamente ligada ao que ocorre nas empresas. O segundo objetivo, foi compreender os princípios da produtividade e do comportamento, e seu resultado foi igualmente satisfeito, pois a produtividade carrega elementos da história da divisão de trabalho que ecoam atualmente no comportamento do sujeito, incluindo uma motivação que detém a certeza do acesso mantedor da vida, e esta, ainda alimenta a possibilidade de adquirir outros produtos, mas também pode conservar configurações da sistematização do trabalho, obedecendo a cultura organizacional independentemente de como ela esteja, reverberando na produção. Já o terceiro e último objetivo, era entender o sofrimento advindo do trabalho e suas decorrências nas organizações. Através deste, foi concebível conhecer que o sofrer pode surgir como um fator quociente de altas horas de trabalho, condensação de atividades, requisitos que demandam um grande fluxo físico e mental que são capazes de ocasionar estresse, sintomas e a própria ansiedade, depressão, onde afetam o colaborador e a empresa, esta que em especial sente efeitos pela ausência de produtividade.

Logo, o problema também foi solucionado, porque existem influências que comandam as ações do trabalhador que está excessivamente produtivo. E além das exigências das organizações, portanto, entre as tais influências, tem-se o aspecto midiático que bombardeia e altera cada vez mais os ideais de cada colaborador, que sensibiliza o comportamento, e como resultados podem gerar sofrimento corporal e na saúde psicológica.

As limitações deste trabalho cerniram a quantidade de escritos anteriores que unissem a parte da mídia e sua relação o âmbito corporativo, a quantidade de tempo proposta e a possibilidade de aplicar uma pesquisa de campo que abrangesse trabalhadores locais, para obtenção de novos dados. Deste modo, foi possível entender a importância de con-

tribuições atuais da construção de estudos futuros que se empenhem não somente neste viés, mas em qualquer desdobramento que acompanhe as perspectivas de trabalho.

Referências

ANDRADE, Jairo Eduardo Borges-; BASTOS, Antônio Virgílio Bittencourt; ZANELLI, José Carlos. **Psicologia, Organizações e Trabalho no Brasil**. Porto Alegre: Artmed, 2014.

ARNDT, Gilmara Joanol; MIGUEL, Raquel de Barros Pinto; PIRES, Jeferson Gervásio. Psicólogos e o Uso das Mídias: um relato de pesquisa. **Psicol., Ciênc. Prof**., Santa Catarina, v. 41, e224152, p. 1-15, out. 2021.

ARRUDA, Marina Patrício de; KANAN, Lilia Aparecida. A organização do trabalho na era digital. **Estudos de psicologia (Campinas)**, Campinas, v. 30, p. 583-591, dez. 2013.

BARRETO, Maynara Fernanda Carvalho. et al. Burnout, Workaholism e Qualidade de vida entre Docentes de pós-graduação em Enfermagem. **Acta Paul Enferm.**, [s.l], v. 34, eAPE00451, p. 1-8, mar. 2021.

CAVALCANTE, Marina Freitas Rocha. **Trabalhe enquanto eles dormem:** os efeitos do workaholism na saúde mental de adultos durante a pandemia de covid-19. 2021. 41 f. Trabalho de Conclusão de Curso (Bacharelado em Psicologia) - Repositório da Faculdade Ari de Sá, Fortaleza, 2021.

CINTRA, Josiane Costa. **Psicologia Organizacional e do Trabalho I**. Londrina: editora e distribuidora educacional s.a, 2018a.

CINTRA, Josiane Costa. **Psicologia Organizacional e do Trabalho II**. Londrina: editora e distribuidora educacional s.a, 2018b.

DALGALARRONDO, Paulo. **Psicopatologia e Semiologia dos Transtornos Mentais**. Porto Alegre: Artmed, 2019.

DEJOURS, Christophe. **A Loucura do Trabalho:** estudo de psicopatologia do trabalho. Tradução: Ana Isabel Paraguay e Lúcia Leal Ferreira. São Paulo: Cortez – Oboré, 5ª edição – ampliada, 1992.

FEIJOO, Ana Maria Lopez Calvo; PIETRANI, Elina Eunice Montechiari. A Psicologia Organizacional em uma Perspectiva Fenomenológica Hermenêutica: a produtividade em questão. **Psicol. Estud.**, Rio de Janeiro, v. 25, e42516, p. 1-14, jun. 2020.

FERRAZ, Joselly. et al. Prevalência de Fatores Associados a Síndrome de Burnout em Profissionais da Saúde indígena no Brasil. **Ciênc. saúde coletiva**, São Paulo, v. 28, n. 01, p. 93-106, jan. 2023.

FRANÇA, Ana Cristina Limongi; RODRIGUES, Avelino Luiz. **Stress e Trabalho:** uma abordagem psicossomática. São Paulo: Editora Atlas, 4ª edição, 2005.

GERAIS, Conselho Regional de Psicologia de. **Saúde do Trabalhador:** saberes e fazeres possíveis da psicologia do trabalho e das organizações. Belo Horizonte: Conselho Regional de Psicologia de Minas Gerais, Comissão de Psicologia Organizacional e do Trabalho, 2016.

GIONGO, Carmem Regina; MARQUES, Gabriela da Silva. Trabalhadores Bancários em Sofrimento: uma análise da literatura nacional. **Rev. Psicol., Organ. Trab.**, Brasília, v. 16, n. 3, p. 220-247, set. 2016.

HAUBRICH, Gislene Feiten; LOPES, Poliana. Da midiatização do trabalho a glamourização do workaholic: uma análise a partir de interações mediadas pelo twitter. **Anais de Resumos Expandidos do Seminário Internacional de Pesquisas em Midiatização e Processos Sociais**, [s.l], v. 01, n. 03, p. 1-9, set. 2019, ISSN 2675-4169.

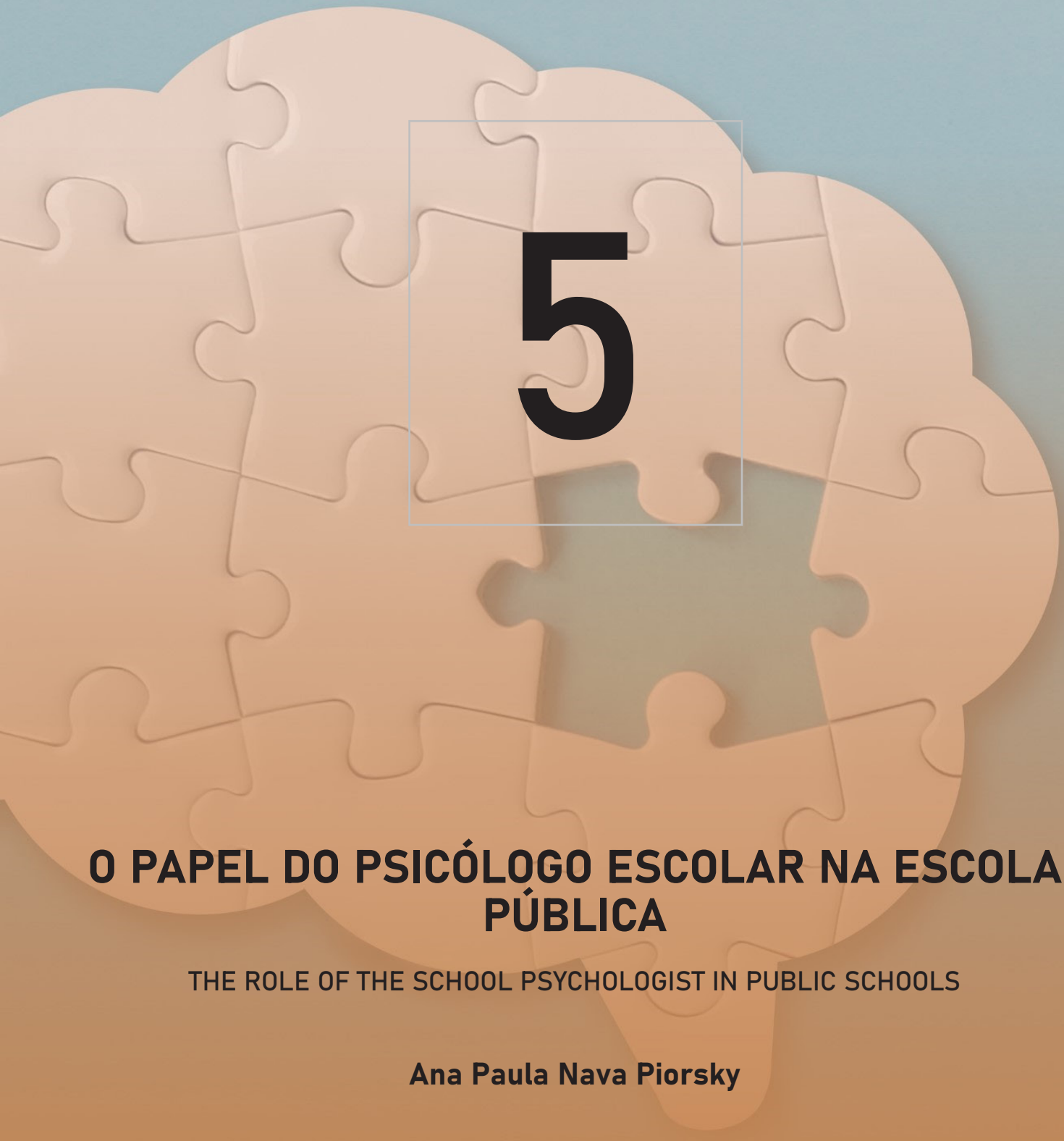
LIMA, Maria Elizabeth Antunes; RABELO, Laís Di Bella Castro; SILVA, Julie Micheline Amaral. Trabalho e Adoecimento psicossomático: reflexões sobre o problema do nexo causal. **Psicol., Ciênc. Prof**., n. 01, v. 38, p. 116-128, jan. 2018.

MAIA, Isadora Machado; MORAIS, Normanda Araujo. Engajamento com o Trabalho e Exaustão Emocional de Profissionais da Socioeducação. **Psicol., Ciênc. Prof**., [s.l], v. 43, e247960, p. 1-15, mar. 2023.

MOREIRA, Jacqueline de Oliveira; Mídia e Psicologia: considerações sobre a influência da internet na subjetividade. **Psicol. Am. Lat., México**, n. 20, jan. 2010.

REEVE, Johnmarshall. **Motivação e Emoção**. Tradução: Luís Antônio Fajardo Pontes e Stella Machado. Rio de janeiro: Editora Livros Técnicos e Científicos (LTC), 4ª edição, 2006.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA



5

O PAPEL DO PSICÓLOGO ESCOLAR NA ESCOLA PÚBLICA

THE ROLE OF THE SCHOOL PSYCHOLOGIST IN PUBLIC SCHOOLS

Ana Paula Nava Piorsky

Resumo

O trabalho do psicólogo na escola por vezes não é compreendido pela sociedade em geral, incluindo a própria comunidade escolar. A falta de clareza em relação ao campo de atuação, acaba refletindo em dificuldade ou impedimento do trabalho adequado por parte do psicólogo. É urgente a discussão sobre o papel do psicólogo na escola pública, principalmente agora, em que a lei 13.935, de 11 de dezembro de 2019, institui a obrigatoriedade de contratação de psicólogos escolares por parte de estados e municípios, trazendo à tona, para a sociedade como um todo, a relevância desse profissional para a educação. O presente artigo traz um breve histórico sobre a origem da psicologia da educação, discute o papel do psicólogo escolar na escola pública, suas possibilidades e limites, busca caracterizar sua área de atuação, bem como levantar algumas considerações, possibilidades e caminhos a serem seguidos a partir da aprovação da lei em 2019.

Palavras-chave: Psicologia, Educação, Psicologia Escolar.

Abstract

The work of psychologists in schools is sometimes not understood by society at large, including the school community itself. The lack of clarity regarding their scope of work ends up reflecting in difficulties or impediments to the psychologist's proper function. It's urgent to discuss the role of psychologists in public schools, especially now, considering that Law 13.935, passed on December 11, 2019, establishes the mandatory hiring of school psychologists by states and municipalities. This brings to the forefront, for society as a whole, the relevance of these professionals in education. This article provides a brief history of the origins of educational psychology, discusses the role of school psychologists in public schools, their possibilities, and limitations. It aims to characterize their field of work and also raises some considerations, possibilities, and paths to be followed following the approval of the law in 2019.

Keywords: Psychology, Education, School Psychology.

1. INTRODUÇÃO

A Psicologia Escolar e Educacional é uma área bastante complexa no que diz respeito ao ajustamento das relações entre os elementos presentes no ambiente escolar. Para além do senso comum, que espera que a atuação se dê no aspecto clínico e na melhoria pontual do processo ensino-aprendizagem, a função desse profissional perpassa fundamentalmente pela percepção crítica e estratégias de alinhamento grupal para o bom desempenho do trabalho educacional como um todo.

A Psicologia Escolar é o campo de conhecimento chamado a contribuir na busca por soluções educacionais viáveis e comprometidas com a realidade do entorno no qual a escola está inserida, realidade muitas vezes complexa e heterogênea, já que abraça diferentes realidades. Como o seu campo de atuação possui tal complexidade, torna-se necessário refletir sobre suas possibilidades de ação, limites e caminhos a serem seguidos.

A escola pública, que por sua natureza, tem a responsabilidade de oferecer oportunidade de educação para todos, independente de situação socioeconômica e/ou cultural, é um espaço bastante rico para a atuação desse profissional, espaço este que vem recebendo, através de leis recém-aprovadas, uma quantidade de psicólogos maior e mais adequada à demanda exigida. Apresenta-se, pois, momento importante para a discussão e divulgação do papel correto que esse profissional deve ter em sua atuação.

O psicólogo escolar, enquanto profissional que atua diretamente com os atores do espaço educacional e com os resultados apresentados por eles, faz parte integrante deste mesmo espaço. Por vezes há uma confusão em relação ao seu papel na escola, confusão esta criada por falta de conhecimento e divulgação adequados das demandas para este campo profissional.

Fazer um levantamento e discussão da literatura existente a esse respeito é essencial para auxiliar na organização do conhecimento já existente e trazer à luz questões importantes que precisam ser clarificados, tanto por profissionais da área, quanto por outros agentes que atuam no ambiente escolar, familiares e comunidade em geral.

Compreender de maneira adequada e segura a função desse profissional, suas possibilidades e limites, assim como seu papel crítico, pode trazer benefícios ao trabalho na escola de forma geral, contribuindo para um bom funcionamento da dinâmica de desempenho na escola pública, que como tal busca, formar cidadãos capazes e comprometidos

O presente trabalho faz um breve levantamento bibliográfico sobre a função do psicólogo escolar na escola pública, ajuda a delimitar seu campo de atuação, buscando compreender de forma crítica o trabalho desse profissional no momento histórico atual, bem como contribui com a discussão sobre a importância da Psicologia Escolar como campo de atuação.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

Para a construção do artigo científico, tornou-se necessário sistematizar o conteúdo encontrado de maneira a organizar os conceitos de forma mais clara e objetiva, tornando assim a escrita mais organizada e eficiente. A partir da questão principal do artigo que se refere à função do psicólogo no ambiente escolar, as características de seu trabalho, e a

relação do trabalho com o espaço da escola pública, iniciamos a seleção de material para proceder com uma revisão bibliográfica e posterior elaboração do texto.

A metodologia de revisão bibliográfica apresenta-se como instrumento bastante útil quando pensamos em discussão científica sobre determinado assunto. Consiste no conjunto de procedimentos que visa analisar, sintetizar e avaliar a literatura existente sobre um determinado tema ou problema de pesquisa, para tanto torna-se necessário cumprir algumas etapas, tais como delimitar o problema, com seus respectivos objetivos; pesquisar em fontes científicas e confiáveis; organizar o material resumido e/ou fichado em ordem de datas e conteúdo; observar a relevância e a contextualização adequada do material, bem como se ater rigorosamente às normas da ABNT para a construção do texto final.

Visando contribuir para a discussão e compreensão atual da discussão sobre a Psicologia escolar na escola pública, a metodologia utilizada no presente artigo foi qualitativa e descritiva, sob forma de Revisão Bibliográfica. Foram incluídos textos, artigos e livros sobre Escola, Psicologia Escolar, Escola Pública, que tomamos como palavras-chave. Priorizamos artigos e dissertações recolhidos de sites de instituições de ensino e pesquisa reconhecidos. Foi feito levantamento dos conceitos e discussões atuais pertinentes ao tema do trabalho para que seja apresentado um panorama teórico, ao mesmo tempo amplo e consistente, a respeito da ação do psicólogo escolar na escola pública.

2.2 Resultados e Discussão

A Psicologia enquanto ciência surge a partir de 1879, com a criação na Alemanha do laboratório experimental de Wilhelm Wundt, médico fisiologista estudioso dos processos mentais, que estabelece o primeiro laboratório de psicologia no mundo (Castro, 1999), dedicado ao estudo da mente, abrindo o caminho assim, para as futuras pesquisas na área e instituição da Psicologia enquanto ciência, mensurável, aos moldes da ciência praticada à época.

No Brasil, no primeiro momento, a pesquisa em Psicologia esteve bastante ligada à área da Saúde e, também, Educação, através da medicina e licenciaturas nos cursos superiores. Em relação à Psicologia Escolar e Educacional, historicamente ela esteve presente desde o período colonial, através de temas relacionados ao comportamento, família, educação da mulher até, mais para o final do século XIX, aprendizagem, desenvolvimento e inteligência, sendo iniciado a discussão nas chamadas escolas normais (SILVA, 2011).

A tradição clínica e psicométrica, que remonta origem da própria Psicologia, também influenciou a Psicologia Escolar. Influenciada pela teoria de Alfred Binet, que dominou a Psicologia Escolar na Europa no século XIX, foram criados laboratórios que tinham como objetivo a medição de inteligência e detecção de possíveis problemas de aprendizado. Obviamente esteve presente o risco de utilização discriminatória da teoria de quantificação de inteligência.

Em relação ao uso social da teoria de Binet, é importante salientar que o objetivo inicial de auxiliar as escolas e o desenvolvimento da aprendizagem dos alunos, não demorou a ser usada como instrumento discriminatório, pois como teste passou a ser aplicado descontextualizado e de forma indiscriminada, tornando frágil, assim, seu rigor metodológico (Silva, 2011). A aplicação dos testes e utilização da teoria de Binet foi autorizada por intelectuais e governo para medir inteligência dos alunos, porém desconsiderou aspectos importantes, sendo aplicado, inclusive, em crianças imigrantes, sem o devido conhecimento do idioma em que estava sendo aplicado o teste.

No entanto, é preciso considerar que há uma mudança de paradigma no início do século XX, com base na difusão de escolaridade para as massas, trazendo a necessidade de maior sistematização do conhecimento das ideias pedagógicas. Isso causou impacto também na Psicologia Escolar e Educacional como participante na construção de um novo modelo de homem, preparado para a modernidade e desafios do novo século que se aproximava (ANTUNES, 2008).

A influência da Psicologia produzida na Europa e nos Estados Unidos repercute em nosso país e contribui para o reconhecimento da Psicologia enquanto ciência no Brasil, trazendo autonomia e fortalecendo-a como área específica de conhecimento (ANTUNES, 2008).

A nova maneira de pensar a Educação e a Psicologia, menos métrica e eugenista, fez com que essas áreas de conhecimento fossem revistas e aspectos até então desconsiderados entrassem em discussão.

Considerando o novo paradigma, o caráter estritamente psicométrico da Psicologia começa a ser questionado. Deixar de lado aspectos sociais e culturais do indivíduo e focar a análise de aprendizado em testes descontextualizados passa a ser alvo de críticas por parte de estudiosos.

Há nesse momento uma separação conceitual entre Psicologia Educacional e Psicologia Escolar. A primeira passa a ser relacionada às teorias e práticas pedagógicas e campo tanto de psicólogos quanto de pedagogos e a segunda à atuação clínica do psicólogo no ambiente escolar. Essa separação ocasionou novas críticas devido a seu caráter reducionista oriundo da descontextualização.

A saída seria, necessariamente, compreender o processo educativo como campo tanto da psicologia escolar quanto da educacional, visto que a dimensão psicológica não pode nem deve ser desconsiderada, pois é inerente ao processo, e deve ser somada à apreensão do fenômeno como um todo, resultando em práticas pedagógicas efetivas (ANTUNES, 2008).

Surge a necessidade de perceber e considerar as dimensões tanto psicológica quanto social do indivíduo na construção do conhecimento a respeito do fenômeno educativo, somente assim se torna possível uma intervenção comprometida com a realidade e consequente democratização da educação.

A Psicologia Escolar passa a ser definida então como uma subárea da Psicologia que teria como objeto a escola e as relações que existem dentro dela, baseando-se para tal na fundamentação teórica da Psicologia Educacional. (ANTUNES, 2008)

A humanização do homem é um processo contínuo, baseado em sua incorporação do mundo histórico-social, o sentimento de pertencimento a esse mundo constrói o ser humano (Massimi, 1987), o homem determina e ao mesmo tempo é determinado pelo mundo que constrói, nesse processo, a educação é imprescindível.

Evidencia-se, deste modo, a importância da educação para a construção do sujeito, fruto de seu tempo. A Psicologia Escolar, responsável por estudar os fenômenos que ocorrem dentro do espaço em que boa parte da socialização acontece – escola - possui papel fundamental na facilitação e otimização do processo de humanização do indivíduo.

O papel desempenhado pela psicologia escolar na escola pública vem ao encontro dessa nova concepção de homem, já que se configura como local de diversidade e ideias múltiplas. Criar e preservar um espaço onde todos sejam compreendidos e respeitados em suas singularidades é tarefa complexa.

> A escola é um lugar da heterogeneidade. No caso da escola pública, por ser aberta a toda a população, isso se torna mais evidente. A instituição é espaço de expressão das mais diversas formas de subjetividade e de organizações familiares de nossa sociedade. Por conseguinte, também é um *locus* de expressão das contradições sociais do nosso tempo histórico (NUNES *et al.*, 2020, p. 6).

A Psicologia Escolar no contexto da escola pública deve considerar o caráter político de sua atuação, de garantia e manutenção de direitos e cidadania. Reconhecer as contradições sociais e levar em consideração o momento histórico é de extrema importância para a atuação no espaço da escola pública. Qualquer postura que desconsidere esse aspecto, pode correr o risco de afastar a dimensão social do indivíduo e empobrecer o trabalho desempenhado, aproximando-se do paradigma anterior, de influência fortemente psicométrica. Afinal, "O tema da Psicologia na escola pública é importante, não apenas do ponto de vista da constituição do conhecimento para a área, mas também no âmbito político da profissão e da educação no Brasil" (NUNES *et al.*, 2020).

No atual cenário, em que o Senado, através de uma emenda na lei 13.935, de 11 de dezembro de 2019, determina a contratação de psicólogos para atuarem na rede pública de educação básica do país, é muito importante discutirmos a importância do trabalho por esse profissional.

Segundo a norma:

> Art. 1º As redes públicas de educação básica contarão com serviços de psicologia e de serviço social para atender às necessidades e prioridades definidas pelas políticas de educação, por meio de equipes multiprofissionais.
>
> § 1º As equipes multiprofissionais deverão desenvolver ações para a melhoria da qualidade do processo de ensino-aprendizagem, com a participação da comunidade escolar, atuando na mediação das relações sociais e institucionais.
>
> § 2º O trabalho da equipe multiprofissional deverá considerar o projeto político-pedagógico das redes públicas de educação básica e dos seus estabelecimentos de ensino (BRASIL, 2019).

No Artigo 2º do mesmo texto, fica determinado que "Os sistemas de ensino disporão de 1 (um) ano, a partir da data de publicação desta Lei, para tomar as providências necessárias ao cumprimento de suas disposições" (BRASIL, 2019).

As leis dependem de mobilização social para serem cumpridas, a publicação em Diário Oficial é o primeiro passo para uma maior visibilidade sobre a atuação desses profissionais na educação básica, sobre a contribuição que podem trazer à população em geral.

Na prática, é o reconhecimento da importância da presença dos profissionais de psicologia e serviço social dentro da escola. Abre portas para a discussão sobre a necessidade desses serviços junto à comunidade escolar. Torna-se um passo importante para a mobilização social para que seja, de fato, implementada.

Nesse contexto, a discussão sobre o papel do psicólogo no espaço da escola pública torna-se urgente, pois sendo um campo de conhecimento muitas vezes pouco compreendido, pode-se facilmente cometer equívocos. A expectativa criada pela comunidade é elevada e muitas vezes distorcida criando assim situações em que o trabalho fica inviabilizado (COSMO, 2008).

A presença de um profissional da saúde mental, em ambiente escolar pouco acos-

tumado a ele, pode ser superficialmente entendida como função individual, meramente clínica ou de resolução imediata de conflitos, com foco somente nos indivíduos com problemas de aprendizagem ou comportamento. Essa compreensão deixa de fora aspectos essenciais da atuação do profissional, como o trabalho na construção de um ambiente saudável e propício ao aprendizado, auxílio na construção do Projeto Político Pedagógico da escola em que a comunidade seja de fato considerada - criação e reforço de laços entre escola e comunidade, suporte para boa interação entre os membros do grupo, trabalho de base na prevenção de problemas, adaptação e inclusão de todo os pertencentes ao espaço escolar.

Nessa perspectiva, é necessário o comprometimento da psicologia escolar com a educação das classes populares, que desmistifique a atuação do psicólogo e desfaça as expectativas errôneas dos funcionários das escolas e por vezes do próprio psicólogo que ainda possuem a imagem muito ligada ao modelo clínico-terapêutico (ANTUNES, 2008).

Caminhar em qualquer outra direção, é correr o risco de cair novamente no reducionismo, já criticado anteriormente pela História. Estamos vivendo um momento de garantia de espaço de atuação, momento ideal para a discussão e construção de campo de trabalho pensado de forma crítica.

Enquanto estados e municípios se veem diante da iminente contratação instituída por lei e não mais somente como acessório para constar nas respectivas redes, é necessário que haja mobilização no sentido de reforçar a natureza social e coletiva do trabalho do psicólogo escolar.

A atuação e consequentemente formação do psicólogo escolar precisa ser estruturada a partir do contexto em que ocorrem as relações vivenciadas no interior da escola (Neres, 2012). As relações tornam-se assim a matéria-prima para a investigação e prática dessa área da psicologia, não devendo, portanto, serem colocadas em segundo plano.

O período em que estamos é propício para fomentar a discussão sobre o campo de atuação, propor formações, aprofundar conhecimentos, promover fóruns trazendo para o debate profissionais que já atuam na área, visando ampliar a perspectiva, tanto para os psicólogos quanto para a comunidade em geral.

Para muito além da atuação pontual de intervenção em questões de aprendizado ou no relacionamento interpessoal na comunidade escolar, a atuação deste profissional precisa ser debatida e divulgada em sua real dimensão, que inclui contribuir de forma crítica para a construção e garantia de um espaço democrático de educação e formação cidadã para todos, indiscriminadamente.

Pode-se perceber que função do psicólogo escolar na escola pública perpassa por dois aspectos básicos: a compreensão histórica da área de atuação do psicólogo e o espaço característico da escola pública. Podemos identificar que o trabalho com a psicologia no ambiente escolar acompanha as mudanças da própria transformação e consolidação da Psicologia e do modelo de Homem, que se modifica a partir do início do século XX. Ao descolar-se da tradição psicométrica, acompanha a ideia de construção de um novo indivíduo preparado para as mudanças que estavam acontecendo na passagem do século. Aspectos sociais e culturais, antes deixados em segundo plano, passam a receber o interesse dessa área de conhecimento.

> Os seus modelos teóricos não mais atendem às necessidades educacionais e passam a ser revistos, e seus conceitos criticados. É a busca por uma nova abordagem que dê conta de explicar o homem como um ser biológico, social e histórico e que não mais considere o desenvolvimento do psiquismo huma-

no de uma maneira passiva e contemplativa (URT, 2012, p. 98).

A partir desse momento, que vem acompanhado da popularização do ensino, a escola passa a ser o ambiente para onde converge toda pluralidade de indivíduos, constituindo-se num local propício para a atuação do psicólogo não mais como um mero identificador de problemas de aprendizagem, mas o profissional capaz de refletir sobre o ambiente escolar como um todo: suas relações, conflitos e possibilidades.

O profissional comprometido com o suporte e melhoria da aprendizagem, necessita também atuar na mediação das relações sociais e institucionais que envolvam os processos educacionais, precisa estar alinhado com a perspectiva menos individualizante, para assim conseguir ter a visão geral ou pelo menos mais ampla do universo onde a escola está inserida.

A atuação do psicólogo escolar necessita do viés político que defenda a educação como garantia, a aprendizagem como direito e que faça parte do objetivo mais amplo que é a formação do cidadão. O desenvolvimento de valores, habilidades, pensamento crítico, empatia, respeito pela diversidade, dentre outros, devem permear o trabalho que o profissional desenvolve na escola.

O viés político está relacionado ao sentido mais amplo da educação, que rompa com a ótica individualizante de pensar (Neres, 2012). A prática precisa refletir a luta por uma proposta educacional que esteja alicerçada em um novo projeto de sociedade, que pense, considere e abarque a diversidade encontrada na escola pública.

A falta de conhecimento da importância das atividades desenvolvidas pelo psicólogo no ambiente escolar, acaba subutilizando o trabalho e desviando sua real função. Na escola pública, espaço democrático por natureza, é primordial que esse profissional esteja ciente de suas possibilidades e responsabilidades, para dessa forma, agir de acordo com os preceitos que regem e respaldam suas ações. A comunidade escolar também precisa estar informada de forma clara sobre a atuação do psicólogo em sua instituição, para então o trabalho fluir num aspecto cada vez mais coletivo e menos individual.

Quanto mais conhecimento divulgado sobre a atuação na área, maior será a abertura para que o psicólogo escolar possa elaborar seu trabalho de forma honesta, clara, e que envolva a comunidade como um todo: alunos, famílias, professores e demais funcionários.

A aprovação da lei 13.935/2019 ajudou a colocar em pauta a atuação da psicologia na escola, ampliando a discussão e trazendo-a para a sociedade, tornando-se ao mesmo tempo marco e avanço para a psicologia escolar no Brasil. Tal fato, funciona como reconhecimento da importância desse profissional para o bom andamento da dinâmica escolar, para além de abrir campo de trabalho, consolida a relação entre educação e psicologia, contribui e dá suporte para o crescimento científico dessa área de conhecimento.

3. CONCLUSÃO

A tarefa do psicólogo escolar, considerando sua construção histórica, é bem mais ampla do que possa parecer inicialmente. Mais do que atuar de forma pontual alicerçado no modelo médico ou servir de intermediador nas relações dentro da escola, o profissional dessa área trabalha com o diagnóstico e otimização do espaço, seus atores, e tudo o que isso representa.

O modelo de homem e, consequentemente, o modelo de educação, esperado a partir

do século XX, distancia-se da abordagem psicométrica que até então a ciência preconizava para a abordagem da psicologia na escola, instigando novas discussões a respeito de caminhos metodológicos a serem traçados.

Na escola pública, em especial, que se apresenta como local de acolhimento da diversidade de pensamento, posto que é espaço heterogêneo, a função do psicólogo escolar assume dimensão bastante complexa, tornando-se imprescindível garantir a reflexão permanente sobre a natureza e desenvolvimento da ação neste campo do saber específico.

Inicialmente, o trabalho desempenhado por este profissional pode ser facilmente confundido com o trabalho clínico, devido, como foi descrito anteriormente, à origem da profissão, ao modelo médico científico tradicional, às demandas e pôr fim à falta de conhecimento dos atores presentes e envolvidos na estrutura do espaço escolar.

Ao focar no desempenho do aluno, considerando somente questões individuais, sem levar em conta o contexto social e estrutural em que sistema escolar está incluído, corre-se o risco de não ter a visão adequada do problema, simplificando-o. É necessário ampliar o olhar e afastar-se da tradição clínica, para compreender que as situações que se apresentam precisam ser tratadas como parte de uma estrutura maior, com contradições inerentes, e, como tal, passível de influenciar o processo educativo. O conhecimento que a Psicologia traz para o espaço da escola necessita ser bem explorado, para que haja uma efetiva e positiva intervenção nos problemas e dinâmicas apresentadas.

A aprovação e publicação da lei 13.935, de 11 de dezembro de 2019 criou a expectativa da contratação de profissionais para suprir a carência das escolas. Tal fato reconhece o psicólogo escolar como funcionário essencial e abre caminho para a conscientização da sociedade a respeito da importância da atuação desse profissional.

Apesar de ser possível classificar a aprovação e publicação como avanços, o parágrafo 2° do mesmo texto não especifica como estados e municípios irão cumprir tal lei, como irão arcar financeiramente com a contratação, ficando a critério das administrações estaduais e municipais determinarem a respeito. Isso tem impacto negativo na prática, pois sem a garantia do cumprimento da lei, pode ocorrer o adiamento ou mesmo impossibilitar a sua aplicação.

Aprovar a lei é somente a primeira etapa para que o campo de trabalho do psicólogo escolar seja garantido O momento exige que os profissionais se organizem, promovam atividades envolvendo a sociedade em geral, divulguem a importância e necessidade do psicólogo na escola, cobrem dos representantes - Conselho de Classe e políticos – que incluam esse profissional nos orçamentos destinados à educação, bem como esclareçam para a comunidade o real papel a ser desempenhado por ele, para que não haja dúvidas ou equívocos quanto a sua prática.

Urge a necessidade de conscientizar e mobilizar a população a respeito da importância desse articulador de conhecimento para o benefício do ambiente escolar. Levar em consideração as individualidades, mas também o contexto; estudar, planejar e intervir de forma positiva nas relações e ações em tal espaço é a tarefa para a qual o psicólogo escolar é um profissional preparado e tem muito a contribuir. Um primeiro e importante passo já foi dado: a aprovação da lei. Resta agora a organização civil em relação às etapas posteriores necessárias para que ela seja cumprida a contento.

Referências

ANTUNES, Mitsuko Aparecida Makino. Psicologia Escolar e Educacional: história, compromissos e perspectivas. In **Psicol. Esc. Educ**. São Paulo, n. 12, dez 2008

BRASIL. **Lei Federal 13.935**, 2019. Disponível em < https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_Ato2019-2022/2019/Lei/L13935.htm> Acesso em 25 out 2022

CASTRO, Paulo Francisco de. Reflexões em psicologia e ciência: uma análise da pesquisa aplicada à psicologia clínica. In **Psicologia**: Teoria e Prática. São Paulo, n. 1, 1999.

COSMO, N. C. Psicólogo Escolar: possibilidades de atuação nas escolas da rede pública.. In: **I Encontro Regional de Psicologia Escolar/ Educacional**, 2008, Campo Grande. I Encontro Regional de Psicologia Escolar/ Educacional, 2008.

MASSIMI, M. As origens da psicologia brasileira em obras do período colonial, In **História da Psicologia**. São Paulo, EDUC, *Série Cadernos PUC-SP, n. 23*, 1987

NERES, Celi Corrêa. Psicólogo escolar: formação e prática profissional frente às demandas sociais. In CRP 14ª Região MS. (Org.). **Saberes, Processos e práticas do Psicólogo Escolar/Educacional**. 1ed. Dourados: Editora UEMS, 2012

NUNES, Ana Ignez Belém Lima; MELO, Aline Guilherme de; OLIVEIRA, Artur Bruno Fonseca de. Psicologia Escolar na Escola Pública: Desafios Para a Formação do Psicólogo. **Psic. da Ed**., São Paulo, 48, 1º sem. de 2019, pp. 3-11

SILVA, M. C. V, M. **História dos testes psicológicos**. São Paulo: Vetor, 2011. 152p.

URT, S. C. A psicologia e sua presença na educação: espaço cedido ou conquistado? In: CRP 14ª Região MS. (Org.). **Saberes, Processos e práticas do Psicólogo Escolar/Educacional**. 1ed. Dourados: Editora UEMS, 2012, v. 1, p. 81-96.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

6

ACONSELHAMENTO E ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL: ADOLESCÊNCIA E SUAS ESCOLHAS

PROFESSIONAL COUNSELING AND GUIDANCE: ADOLESCENCE AND YOUR CHOICES

Maria Eduarda Brito Lucas

Resumo

Este artigo abordou o tema do aconselhamento e orientação profissional na adolescência e suas implicações nas escolhas vocacionais dos jovens. Buscou fazer uma revisão bibliográfica sobre a função do psicólogo no contexto de Orientação Profissional, buscando compreender de forma crítica o trabalho desse profissional, bem como levantar a discussão sobre importância dessa área de atuação, tendo em vista a fase do jovem adolescente, o processo de escolha, tomada de decisão, influência familiar e o mundo do trabalho, compreendendo a função do psicólogo no contexto de Orientação Profissional, tendo em vista a fase do jovem adolescente, o processo de escolha, tomada de decisão, influência familiar e o mundo do trabalho. Este estudo tratou-se de uma pesquisa de revisão bibliográfica qualitativa e descritiva e feito levantamento dos conceitos e discussões atuais pertinentes ao tema do trabalho para que seja apresentado um panorama teórico, ao mesmo tempo amplo e consistente, a respeito da ação do psicólogo no contexto de aconselhamento e orientação profissional. Em suma, concluiu-se o aconselhamento e orientação profissional na adolescência desempenha um papel fundamental no auxílio aos jovens na tomada de decisões sobre sua carreira. Por meio desse processo, é possível oferecer suporte emocional e orientação prática, favorecendo escolhas alinhadas com os interesses e aptidões dos adolescentes, e contribuindo para a construção de um futuro profissional mais satisfatório e promissor.

Palavras-chave: Aconselhamento, Orientação Profissional, Autoconhecimento. Ensino Médio, Adolescência.

Abstract

This article addressed the topic of career counseling and guidance in adolescence and its implications for young people's vocational choices. It sought to carry out a bibliographical review on the role of the psychologist in the context of Professional Guidance, seeking to critically understand the work of this professional, as well as raising the discussion about the importance of this area of activity, taking into account the young adolescent phase, the process of choice, decision making, family influence and the world of work, understanding the role of the psychologist in the context of Professional Guidance, taking into account the young adolescent phase, the process of choice, decision making, family influence and the world of work . This study was a qualitative and descriptive bibliographical review research and carried out a survey of current concepts and discussions relevant to the theme of the work so that a theoretical panorama can be presented, at the same time broad and consistent, regarding the psychologist's action in the context professional advice and guidance. In short, career counseling and guidance in adolescence plays a fundamental role in helping young people make decisions about their career. Through this process, it is possible to offer emotional support and practical guidance, favoring choices aligned with the interests and abilities of adolescents, and contributing to the construction of a more satisfactory and promising professional future.

Palavras-chave: Counseling, Professional Guidance, Self-knowledge. High School, Adolescence.

1. INTRODUÇÃO

O presente artigo buscou fazer uma revisão bibliográfica sobre a função do psicólogo no contexto de Orientação Profissional, buscando compreender de forma crítica o trabalho desse profissional, bem como levantar a discussão sobre importância dessa área de atuação, tendo em vista a fase do jovem adolescente, o processo de escolha, tomada de decisão, influência familiar e o mundo do trabalho.

Com seu foco pautado na necessidade de reflexão acerca da formação de profissionais e objetivando alinhar procedimentos com as especificidades de necessidades de produção e inserção no trabalho, a orientação profissional surge como um agente de mudança social. Nascida no contexto socioeconômico da Terceira Revolução Industrial, era uma atividade ligada à indústria e, portanto, almejava principalmente o crescimento e desenvolvimento da produtividade industrial.

Desde 1920, a Teoria do Traço e Fator foi modelo para a realização de processos de Orientação Profissional e fazia uso de testes de aptidões, habilidades e interesses intencionando ao ajustamento do homem a sua atividade laborativa, com vistas na excelência da eficiência industrial. A Orientação Profissional recebeu assim influência da sociedade industrial e nesse período a formação dos orientadores profissionais pautava-se na ética da produção e consistia na aprendizagem de técnicas para a avaliação de características do indivíduo e no acesso a descrições das diversas ocupações do mundo laboral da época. Desejava-se ajustar o indivíduo à função que este desempenhava em sua atividade laborativa, para tanto avaliava-se habilidades e competências em detrimento da autorrealização e interesses pessoais (Lassance e Sparta, 2003).

Desde então outras teorias têm surgido e promovido avanços nessa área. O Paradigma Ecológico em Orientação Profissional de Jorge Sarriera (SARRIERA, 1998; SARRIERA, 1999) citado por Lassance e Sparta (2003) explica que tanto o ambiente quanto o indivíduo são importantes no processo de escolha profissional, visto que tal escolha se dá na relação do indivíduo com o meio sociocultural no qual ele e encontra.

Diante disso percebeu-se que baseado no conceito atual de Orientação Profissional o objetivo é o de fornecer ao orientando a capacidade de perceber em si habilidades que lhe garantam realizar o enfrentamento de demandas ambientais no momento de transição entre a escolha e o mundo do trabalho.

Em outras palavras, a orientação profissional proporciona ao orientando uma escolha mais assertiva que esteja em consonância com o autoconhecimento e a realidade do mercado de trabalho no qual ele está inserido. Trata-se de uma escolha pensada, envolta de reflexões onde o indivíduo chame para si a responsabilidade da escolha.

Pensando no contexto atual do mundo de trabalho em que a situação econômica tem como base a esfera financeira, e observando o nível ascendente de desemprego, a precariedade das condições e relações de trabalho, percebe-se que o cenário laboral é excludente. Ao trazer essa reflexão e colocá-la diante de jovens, que são futuros egressos nesse mundo do trabalho, ou diante de adultos que almejam alçar nossos voos, nota-se que essa realidade se torna pano de fundo de uma situação conflituosa e causadora em potencial de insegurança e escolhas profissionais frustradas. Daí a relevância da orientação profissional.

Destacou-se então que a pretensão desse constructo consiste em elucidar a importância do trabalho para a sociedade e fazer com que os jovens que estão prestes a fina-

lizarem o ensino médio voltem os olhares para suas habilidades e pretensões pessoais, sentindo-se encorajados a tomarem decisões mais assertivas.

Trazer à tona a temática da orientação profissional ressalta a necessidade de fornecer um direcionamento extremamente necessário aos jovens recém-saídos da escola regular. Poder oferecer a esses meios que conduzam suas decisões por caminhos mais seguros faz com que se diminua o sofrimento, uma vez que o limbo entre o ensino médio e o ingresso no mercado de trabalho é permeado por momentos quase ininterruptos de estresse, tensão, insegurança e medo. Isto posto, surgiu o seguinte questionamento como problema de pesquisa: Qual a importância do Aconselhamento e Orientação Profissional com adolescentes e como suas escolhas podem interferir na sua vida profissional?

Compreender a função do psicólogo no contexto de Orientação Profissional, tendo em vista a fase do jovem adolescente, o processo de escolha, tomada de decisão, influência familiar e o mundo do trabalho. Discorrer historicamente sobre a Orientação Profissional; Contextualizar a atuação do psicólogo no contexto de Orientação Profissional; Apresentar a influência da família na escolha profissional e as implicações no processo.

O papel do Ensino Médio na vida dos estudantes torna-se cada vez mais decisivo, pois nessa etapa da vida escolar os jovens passam por profundas transformações. Além de um conjunto de mudanças físicas e psicológicas, os adolescentes se preparam para desafios, consolidam valores e vive um processo de formulação de projetos de vida - principalmente referente à escolha profissional, encerram um ciclo de transformações no qual se instrumentam para assumir as responsabilidades da vida adulta.

Devido a imaturidade inerente a maioria dos jovens prestes a concluir o ensino médio e a precoce pressão da sociedade para que escolha o quanto antes a carreira profissional, muitos se veem em situações de desconforto. Contudo entende-se que dúvida, medo, tensão e insegurança fazem parte do desenvolvimento normal dos indivíduos e que por esse motivo o papel do orientador profissional mostra-se fundamental para a evolução correta e saudável do sujeito.

Esse estudo visou orientar, já que a escolha acerca da vida profissional deve ser pautada em informação e convicção, permitindo aos jovens e a sociedade segurança e bem-estar no momento dessa escolha. Justificou-se assim a relevância desse trabalho ratificando a necessidade de investimentos em estudos semelhantes como contribuição direta à sociedade.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

Este estudo tratou-se de uma pesquisa de revisão bibliográfica qualitativa e descritiva, e serão incluídos materiais recolhidos nos últimos XX anos em livros, revistas e periódicos indexados, documentos acadêmicos (monografias, dissertações, teses e artigos científicos publicados em periódicos nacionais), que versem sobre Aconselhamento, Orientação Profissional, Autoconhecimento, Ensino Médio, Adolescência, como palavras chaves, e priorizando artigos e dissertações de sites de instituições de ensino e pesquisa reconhecidos.

Será feito levantamento dos conceitos e discussões atuais pertinentes ao tema do trabalho para que seja apresentado um panorama teórico, ao mesmo tempo amplo e consistente, a respeito da ação do psicólogo no contexto de aconselhamento e orientação profissional.

2.1 Resultados e Discussão

Para compreender acerca da Orientação Profissional, tem – se a necessidade de compreender a história da mesma. A preocupação com a escolha profissional já é muito longa, de muitos anos, pois até certo ponto na história as pessoas não tiveram liberdade e possibilidades de escolha e, em algum momento com o advento do capitalismo e com a chegada das novas sociedades, tem – se a possibilidade de fazer escolhas, então, a orientação profissional começa de fato quando tem – se a possibilidade de escolher e tomar algumas decisões.

A primeira premissa da Orientação Profissional é que precisava – se encontrar o lugar certo para o homem poder trabalhar, que vem da filosofia de Platão e o Frank Parsons, que foi o principal autor da Orientação Profissional, por volta de 1907 – 1909, que começou a realizar atividades de orientação e publicou o seu primeiro livro que chama “Escolha Vocacional”, retratando como realizar um trabalho na Orientação Profissional, então, Frank nos anos de 1900 começa com um escritório fazendo orientação e em um determinado momento ele escreve um livro sobre, sobre “Escolha Vocacional”.

Costa (1998) afirma que o trabalho é uma necessidade natural de todo ser humano que envolve um processo entre a natureza e o homem, pois o homem primitivo trabalhava para a sua própria sobrevivência, ou seja, para satisfazer as necessidades elementares básicas como a alimentação. Eles viviam, de certa forma, em harmonia com a natureza, pois retiravam dela o suficiente sem agredi-la. Diferentemente do homem primitivo, o homem moderno é caracterizado pelo crescente domínio sobre a natureza colocando seu serviço e explorando seus recursos com o intuito de acumular riquezas e produzir lucros. A partir de então o trabalho é visto como algo que contribuí para a melhoria das condições de vida, trazendo conforto e demais regalias para as pessoas. Surge a preocupação de ter uma sociedade socialmente equilibrada e o trabalho se constitui peça fundamental desse pensamento economista.

Quando se discute sobre Orientação Profissional encontra-se sua origem por volta do século XX nos Centros de Orientação Profissional tanto na Europa como nos Estados Unidos. De acordo com Carvalho (1995) citado por Lassance e Sparta (2003, p.145), esses centros pretendiam “identificar trabalhadores inaptos” para determinadas tarefas industriais a fim de evitar acidentes de trabalho e garantir a produtividade”. Partindo dessa observação percebe-se que o Aconselhamento Vocacional estava voltado para a resolução de problemas associados à sociedade industrial e a sua história está intimamente ligada ao contexto das revoluções industriais que se sucederam.

A Primeira, Segunda e Terceira Revolução Industrial marcaram a sociedade e modificaram o relacionamento do trabalhador com seu ofício; uma larga escala de produção e a valorização do consumo ressaltaram o comprometimento ideológico desse trabalhador com a sociedade industrial. A partir desse cenário a Orientação Profissional mostrou-se, conforme Lassance e Sparta (2003, p. 165) como: atividade diretamente vinculada à indústria e à ordem socioeconômica vigente, com o objetivo de garantir o aumento da produtividade industrial. Os primeiros processos de intervenção desenvolvidos foram influenciados pelos mesmos princípios de cientificidade e pela bandeira da eficiência que balizavam a produção industrial.

Sob influência da Psicologia e Psicometria, em 1920 surge dentro da Orientação Profissional a Teoria do Traço-Fator, servindo aos processos de Orientação Profissional de maneira diretiva através dos testes de aptidões, habilidades e interesses. Sob esse modelo o orientador executava diagnósticos, prognósticos e indicações das ocupações específicas para cada trabalhador, sendo fiel ao objetivo vigente de ajustá-lo à ocupação e alcançar

excelência de eficiência industrial. Mais tarde, em 1960 no exterior e em 1940 no Brasil, críticas surgiram a esse modelo e deram vaga a outros podendo a Orientação Profissional tomar novos rumos. (Brown; Brooks, 1996; Carvalho, 1995; Super; Bohn Junior, 1970/1976).

A partir da segunda metade do século XX muitas mudanças ocorrem na sociedade como consequência do capitalismo, número de funcionários em indústrias vêm diminuindo ocasionado o desemprego; surge o trabalhador autônomo que traz consigo a informalidade. Associadas a isso ideias como as de Carl Rogers que suscitavam a não-diretividade dos processos psicoterápicos e do aconselhamento psicológico, transformaram sobremaneira a visão sobre os papéis dos sujeitos da Orientação Profissional. Agora, pensando que a escolha profissional é um processo intrínseco ao desenvolvimento vital do sujeito, através das Teorias Evolutivas, de acordo com Lassance e Sparta (2003, p. 152):

> O foco da Orientação Profissional transferiu-se da produção resultante para o sujeito de escolha, sendo a eficiência e a produtividade tomadas como consequências naturais de uma escolha adequada, centrada na satisfação e nos sentimentos de realização do indivíduo.

Segundo Dias e Soares (2007), a escolha profissional faz parte de um projeto profissional que implica pensar o futuro e pensando nesse novo cenário que recebe o indivíduo com uma carga desafiadora de requisitos, a Psicologia através da Orientação Profissional tem se empenhado em ser uma facilitadora desse processo ao trabalhar essa temática sob três aspectos: o autoconhecimento, o conhecimento das profissões e a tomada de decisões.

É certo que a Psicologia possui caráter já que busca investigar de maneira objetiva e metódica, com linguagem rigorosa, os fenômenos da realidade afim de adquirir conhecimento sobre eles. Nesse sentido, é também notória uma dimensão pragmática desta ciência, pois ela busca, em suas diversas abordagens, aplicar suas conclusões de modo prático e útil na vida do ser humano. Assim, esta pesquisa, como trabalho referenciado e fundamentado em estudos de Aconselhamento e Orientação Profissional, visa ser útil para os alunos do Ensino.

Carl Ransom Rogers, nasceu no dia 08 de janeiro de 1902, em Oak Park nos EUA. Era psicopedagogo estadunidense e um dos mais influentes pensadores americanos, tendo como principal linha teórica a centrada na pessoa e, no que diz respeito ao Aconselhamento, Carl Rogers (1942) foi o pioneiro no sentido de aproximar a prática do aconselhamento psicológico à psicoterapia justamente por não focar sua atenção na demanda trazida pelo cliente, em seu psicodiagnóstico, em contraposição à teoria traço e fator e à tradição psicométrica predominantes em sua época, ou seja, o Aconselhamento Psicológico tem como teoria a de Carl Rogers com a abordagem centrada na pessoa, em seus sentimentos, conflitos e percepções, acreditando na potencialidade do homem e consequentemente capacidade de crescer e dar novos significados a sua vida.

A problemática da adolescência foi estudada a fundo por Erikson (1972). De acordo com este autor, é neste período que se organiza a construção da identidade do eu, sendo está a base do desenvolvimento do indivíduo. A adolescência é um período de busca de si mesmo, busca de identidade, período de crises e questionamentos. Período de nascimento existencial em que muitos aspectos da identidade adulta já começam a ser definidos, como a sexualidade, a vida afetiva e a escolha de uma profissão.

O sentimento de identidade inclui identidades sexual, etária, vocacional e profissional, que estão em formação na adolescência. A busca da integração entre essas di-

versas facetas da identidade pessoal dá-se quando o jovem vem solicitar auxílio na escolha da profissão. Na busca de apoio para a Escolha Profissional, o que o jovem está querendo é alguém para lhe ajudar a definir quem ele quer ser e quem ele não quer ser.

A formação da identidade profissional estará relacionada com a percepção da satisfação ou insatisfação e atitudes de seus pais com os seus trabalhos. Desde o nascimento, a pessoa é acompanhada pelos desejos e pelas fantasias de seus pais em relação a ele e ao seu futuro. Cada filho recebe uma carga de expectativa dos pais, devendo cumpri-la ao longo de sua vida. A necessidade ou não de cumprir os desejos dos pais varia de uma pessoa para outra e de acordo com o grupo social do qual faz parte.

De acordo com Müller (1988), "chegar a uma escolha vocacional supõe um processo de tomada de consciência de si mesmo e a possibilidade de fazer um projeto que significa imaginar-se antecipadamente cumprindo um papel social e ocupacional" (MÜLLER, 1988, p. 141).

Neste sentido, a orientação profissional tem o papel de auxiliar o jovem a realizar uma escolha mais convicta, assim, se reconhecer as influências que sofre, que estão relacionadas ao ambiente em que ele se desenvolveu: a família, a escola, o meio social e econômico, a religião e mesmo as questões psicológicas. Ou seja, a intervenção em orientação profissional proporciona ao jovem um momento de reflexão, acerca do que está por trás da sua escolha.

A influência da família, segundo Soares (2002), sempre presente de alguma maneira nas diferentes escolhas que se fazem na vida. Daí a importância de o adolescente reconhecer estas influências, para que possa elaborar uma escolha consciente, responsável e assertiva, para que futuramente o mesmo não se arrependa.

O autoconhecimento consiste na apresentação do indivíduo à suas próprias inclinações e aptidões, induz a autopercepção do sujeito quanto aos seus interesses e perspectivas de satisfação e autorrealização. Isso está baseado no fato de que se faz necessário que esse indivíduo precisa conhecer suas características e particularidades, discriminando-as antes de lançar o olhar sobre as alternativas profissionais.

Uma vez que esse sujeito compreendeu sobre si, agora o olhar deverá ser lançado sobre as profissões com o objetivo de conhecê-las e assimilar afinidades. Ressalta-se a importância de viabilizar o contato direto do sujeito com uma gama de profissões, dirimindo ao máximo informações superficiais ou ruídos oriundos de estereótipos previamente estabelecidos que possam vir a interferir num processo livre de escolhas e aproximação do ideal mais assertivo. Esse detalhe possibilita ao indivíduo uma abertura de mente e um leque de novas possibilidades antes não cogitadas.

Por fim inicia-se o processo de tomada de decisões. Com o trabalho realizado nas sessões anteriores uma gama de conhecimento foi proporcionada ao indivíduo oferecendo-lhe um contexto mais claro para a avaliação das circunstâncias que lhe tocam. Isso "aumenta a probabilidade de emissão de um comportamento apropriado de restrição de alternativas e tomada de decisão" (MOURA, 2004, p. 77).

Essa tríade de etapas proporciona ao sujeito condições para a discriminação de seus interesses, habilidades, potencialidades e limitações; prepara-o para enfrentar as recorrentes mudanças sociais e oscilações de condições de vida. Isso também desfaz a ideia da busca mítica pela orientação profissional, a crença de que o processo traga uma resposta mágica e solucione as angústias decorrentes da escolha de uma profissão para toda a vida, uma vez que a Orientação Profissional busca se fazer presente em todos os níveis, seja propiciando informação sobre a realidade do mercado de trabalho e do país, seja oportu-

nizando o conhecimento de si mesmo, e dessa maneira seu objetivo inclui um projeto que permeia muitas áreas da vida.

A Orientação Profissional é de suma importância na tomada de decisão, pois como foi dito anteriormente, uma das etapas é o autoconhecimento, que gera autorreflexão sobre quem são, o que gostam, o que querem, esse por sua vez é o primeiro impacto, seguido do conhecimento de profissões o que faz com que a pessoa abra seu leque de escolhas, logo, facilitando sua análise na decisão da melhor carreira a seguir.

3. CONCLUSÃO

O papel do Ensino Médio na vida dos estudantes torna-se cada vez mais decisivo, pois nessa etapa da vida escolar os jovens passam por profundas transformações. Além de um conjunto de mudanças físicas e psicológicas, os adolescentes se preparam para desafios, consolidam valores e vivem um processo de formulação de projetos de vida - principalmente referente à escolha profissional, encerram um ciclo de transformações no qual se instrumentam para assumir as responsabilidades da vida adulta.

Devido a imaturidade inerente a maioria dos jovens prestes a concluir o ensino médio e a precoce pressão da sociedade para que escolham o quanto antes a carreira profissional, muitos veem-se em situações de desconforto. Contudo entende-se que dúvida, medo, tensão e insegurança fazem parte do desenvolvimento normal dos indivíduos e que por esse motivo o papel do orientador profissional mostra-se fundamental para a evolução correta e saudável do sujeito.

Portanto, considerando que há uma grande quantidade de jovens que, ao terminar o ensino médio, carecem de uma orientação para efetuar uma escolha profissional a Orientação Profissional é um método de intervenção onde os indivíduos passam por um processo de autodescoberta e identificação de seus interesses e habilidades, facilitando o momento da escolha e elaboração do seu projeto de carreira, para o alcance de sua realização pessoal e profissional. Isso permite promover o auxílio ao indivíduo, no momento da definição pessoal, pois o mesmo é gerador de muitas angústias e incertezas uma vez que, provavelmente, passaremos boa parte de nossas vidas desempenhando atividades profissionais que dependerão das escolhas que fizermos.

Identificar qual a vocação e que profissão escolher frente ao mercado de trabalho não é tarefa fácil, pois a diversidade de profissões que se encontra na hora de fazer uma escolha gera muitas dúvidas e estas podem dificultar nesta tomada de decisão. Neste caso é preciso recorrer a tais métodos a qual, muitas vezes, poderá fornecer condições que facilitam o orientando a descobrir suas preferências profissionais em meio a tantas opções encontradas.

Esse estudo teve o intuito orientar e informar cada jovem, sobre o Aconselhamento e Orientação Profissional, já que a escolha acerca da vida profissional deve ser pautada em informação e convicção, permitindo aos jovens e a sociedade segurança e bem-estar no momento dessa escolha. Justificou-se assim a relevância desse trabalho ratificando a necessidade de investimentos em estudos semelhantes como contribuição direta à sociedade, ao qual possibilitou ao jovem que tome decisões mais seguras sobre a carreira e a vida profissional, dando insumos para que ele escolha um caminho acadêmico que dê sentido ao seu existir, ajudando o jovem a enxergar a si mesmo com mais clareza e melhorando a perspectiva sobre seu futuro profissional.

Em suma, concluiu-se, o aconselhamento e orientação profissional na adolescência

desempenha um papel fundamental no auxílio aos jovens na tomada de decisões sobre sua carreira. Por meio desse processo, é possível oferecer suporte emocional e orientação prática, favorecendo escolhas alinhadas com os interesses e aptidões dos adolescentes, e contribuindo para a construção de um futuro profissional mais satisfatório e promissor.

Referências

ALMEIDA, M. E. G., Pinho, L. V.; Psicologia Clínica. vol.20 no.2 Rio de Janeiro 2008. **Adolescência, Família e Escolhas: Implicações na Orientação Profissional.** Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010356652008000200013>.Acesso em: 05/09/2023

COSTA, Janaina Moutinho. **Orientação professional: um outro olhar.** V. 18(4), São Paulo, dez. 2007.

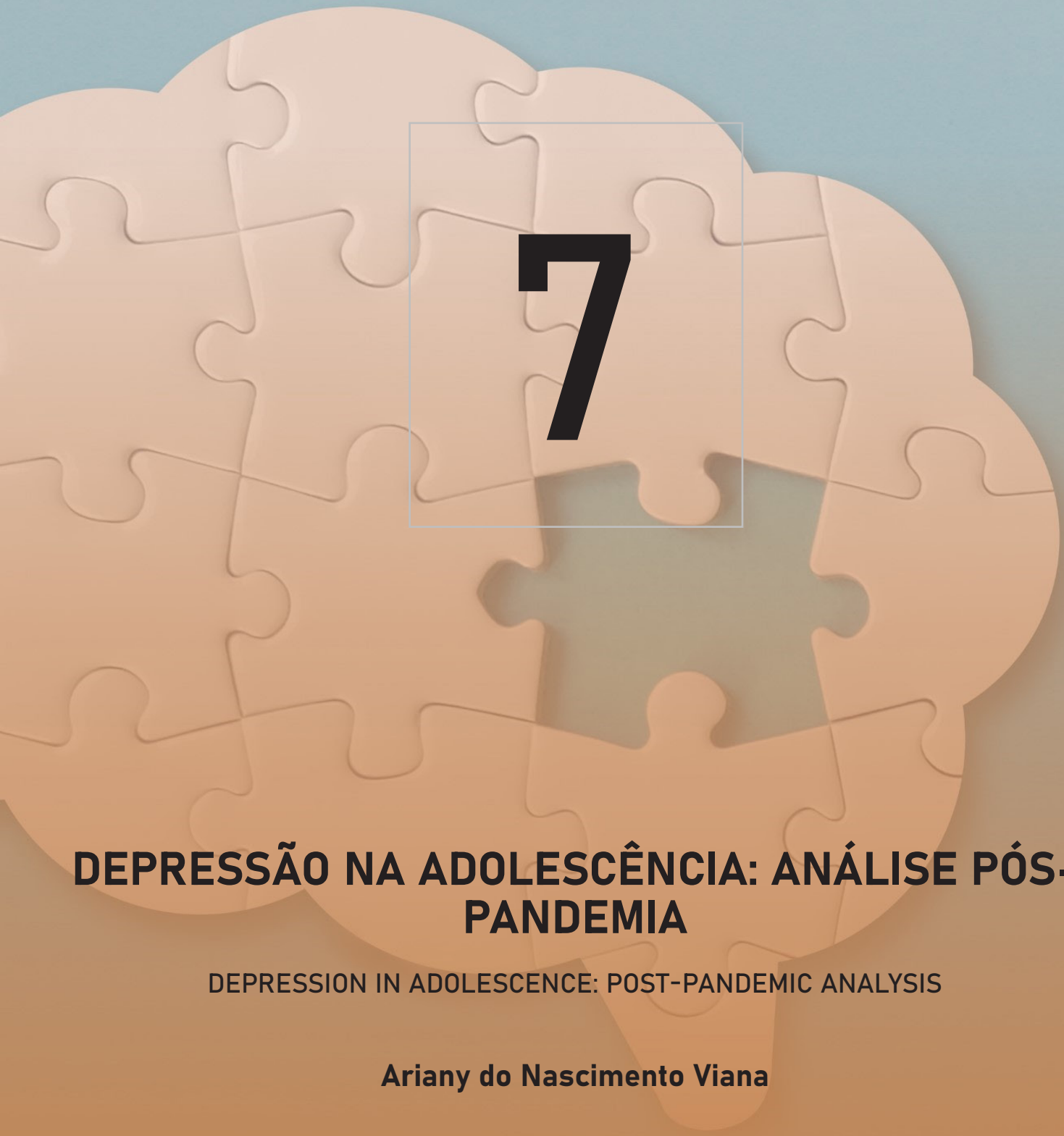
LASSANCE, Maria Célia; SPARTA, Mônica. A Orientação Profissional e as transformações no mundo do trabalho. **Revista Brasileira de Orientação Profissional,** v. 4, n. 1-2, São Paulo, dez. 2003.

MOURA, C.B. **Orientação Profissional sob o enfoque da análise do comportamento.** Campinas-SP, Editora Alinea, 2004.

NORONHA, A. P., Sisto, F., & Santos, A. A. A. (2007). **Escala de Aconselhamento Profissional-EAP- Manual Técnico (Brasil).** São Paulo: Vetor. **Escala de Aconselhamento Profissional: apresentação de um teste para orientação vocacional.** Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S167704712008000300016>. Acesso em: 05/09/2023

SPARTA, Mônica. O desenvolvimento da Orientação Profissional no Brasil. **Revista Brasileira de Orientação Profissional.** v. 4, n. 1-2, São Paulo, dez. 2003.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA



7

DEPRESSÃO NA ADOLESCÊNCIA: ANÁLISE PÓS-PANDEMIA

DEPRESSION IN ADOLESCENCE: POST-PANDEMIC ANALYSIS

Ariany do Nascimento Viana

Resumo

A pandemia de COVID-19 teve um impacto significativo na saúde mental dos adolescentes em todo o mundo. Este artigo oferece uma análise abrangente sobre a depressão na adolescência, considerando as mudanças e desafios que surgiram no período pós-pandemia. Antes da crise global, a depressão já era uma preocupação crescente entre os adolescentes, com fatores de risco bem estabelecidos. Durante a pandemia, o isolamento social, o ensino à distância e a incerteza contribuíram para aumentar os níveis de ansiedade e depressão entre os jovens. Agora, no cenário pós-pandemia, é essencial reconhecer que os efeitos negativos persistem e requerem atenção contínua. O artigo destaca a necessidade de fornecer apoio psicológico adequado aos adolescentes, promovendo a conscientização, reduzindo o estigma e implementando estratégias eficazes de prevenção e intervenção. A pesquisa foi baseada em uma revisão bibliográfica, trata de um estudo retrospectivo de análise qualitativa, a partir do levantamento de referências teóricas já analisadas e publicadas por meios escritos e eletrônicos, como livros, artigos científicos. Tendo como apoio pesquisas realizadas em bases de dados Scielo (Scientific Eletronic Library Online), Google acadêmico, incluindo livros, artigos, e manuais do Ministério da Saúde, Revistas médicas, foram utilizados artigos e estudos publicados no período de: 2002 a 2023, originalmente em português e inglês A análise pós-pandemia enfatiza a importância de cuidar da saúde mental da próxima geração e aborda as implicações de longo prazo da pandemia no bem-estar dos adolescentes.

Palavras-chave: Depressão. Adolescentes. Pandemia. Pós-pandemia.

Abstract

The COVID-19 pandemic has had a significant impact on the mental health of adolescents around the world. This article offers a comprehensive analysis of adolescent depression, considering the changes and challenges that have emerged in the post-pandemic period. Before the global crisis, depression was already a growing concern among teenagers, with well-established risk factors. During the pandemic, social isolation, distance learning and uncertainty have contributed to increased levels of anxiety and depression among young people. Now, in the post-pandemic scenario, it is essential to recognize that the negative effects persist and require continued attention. The article highlights the need to provide adequate psychological support to adolescents, promoting awareness, reducing stigma and implementing effective prevention and intervention strategies. The research was based on a bibliographical review, it is a retrospective study of qualitative analysis, based on the survey of theoretical references already analyzed and published through written and electronic media, such as books and scientific articles. Supported by research carried out in Scielo (Scientific Electronic Library Online) databases, Google Scholar, including books, articles, and manuals from the Ministry of Health, medical journals, articles and studies published in the period from: 2002 to 2023 were used, originally in Portuguese and English Post-pandemic analysis emphasizes the importance of caring for the mental health of the next generation and addresses the long-term implications of the pandemic on adolescent well-being.

Keywords: Depression. Teenagers. Pandemic. Post-pandemic.

1. INTRODUÇÃO

A depressão na adolescência é um tema de profunda relevância, cuja compreensão tornou-se ainda mais complexa no contexto da pandemia de COVID-19. Durante a crise sanitária global, os adolescentes enfrentaram desafios sem precedentes que tiveram um impacto significativo em sua saúde mental, exigindo uma análise aprofundada e holística.

Portanto, em um ambiente pós-pandêmico, onde as complexas interações entre fatores sociais, psicológicos e biológicos que influenciam a manifestação e agravamento desta condição devem ser minuciosamente exploradas. A pandemia agiu como um agente desencadeador de múltiplos estressores, ampliando as dimensões das experiências emocionais dos adolescentes e aprofundando as preocupações relativas à saúde mental.

O foco central desta pesquisa é contribuir para o desenvolvimento de um entendimento mais profundo e perspicaz da depressão na adolescência em um mundo pós-pandêmico, no qual as necessidades e obstáculos enfrentados por esse grupo demográfico se tornaram ainda mais cruciais e exigentes, demandando abordagens cuidadosamente elaboradas.

Diante do exposto, a pesquisa tem como desafio resolver a problemática sobre qual papel o profissional de psicologia perante a depressão desenvolvida por adolescentes. Com o objetivo de identificar na sociedade o porquê de tal crescimento de adolescentes depressivos pós-pandemia, destacando os perigos que a depressão pode trazer nessa idade de tantas mudanças e conduzi-lo a lidar com depressão.

2. METODOLOGIA

A pesquisa foi baseada em uma revisão bibliográfica, trata de um estudo retrospectivo de análise qualitativa, a partir do levantamento de referências teóricas já analisadas e publicadas por meios escritos e eletrônicos, como livros, artigos científicos.

Tendo como apoio pesquisas realizadas em bases de dados Scielo (Scientific Eletronic Library Online), Google acadêmico, incluindo livros, artigos, e manuais do Ministério da Saúde, Revistas médicas, foram utilizados artigos e estudos publicados no período de: 2002 a 2023, originalmente em português, espanhol e inglês.

Foram incluídos na discussão da pesquisa, artigos disponíveis de forma integral e gratuita, que avaliassem a atuação do psicólogo perante o adolescente com depressão em uma análise pós-pandemia. Palavras chaves que foram utilizadas para busca: Adolescentes, depressão, pandemia, pós-pandemia.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os critérios de inclusão dos estudos foram: artigos disponíveis na língua portuguesa e inglesa, do ano de 2002 a 2023, tendo como população alvo crianças e adolescentes e como assunto principal as consequências da pandemia na saúde mental do público-alvo em questão. Em relação aos critérios de exclusão, têm-se artigos disponibilizados em outros idiomas e que não tinham enfoque no assunto principal ou na população alvo.

A partir da análise de 10 estudos inclusos no estudo de Revisão Bibliográfica, é possível concluir que, em decorrência da pandemia pelo vírus SARS-CoV-2, houve um aumen-

to de transtornos psiquiátricos em crianças e adolescentes, como ansiedade, depressão, estresse pós-traumático, hiperatividade e distúrbios alimentares e do sono. Aliado a isso, o acréscimo do tempo de tela como um fator contribuinte para tal. Ademais, quando relacionado a patologias já existentes, houve o agravo na ocasião em que essa população se apresentava isolada (BIANCHINI *et al*., 2020). Todavia, alguns estudos trouxeram alternativas como promoção de atividades físicas, além disso, 1 dos estudos abordou o controle dos pais aos aplicativos para bloquear ou filtrar conteúdo da Internet e 1 artigo mostrou-se eficiente o uso de tele consultas psiquiátricas e psicológicas para o bem-estar das crianças e adolescentes.

3.1 Depressão na adolescência

A adolescência representa um período de contínuas e profundas transformações, tanto no nível psíquico quanto no físico e social. O sujeito, ao entrar na adolescência, passa a residir em um novo corpo, que clama por uma nova identidade e que marca a sua passagem da esfera familiar à esfera social. Essas mudanças geram um intenso sofrimento, pois acarretam perdas referentes à imagem infantil, aos pais idealizados da infância e à identidade infantil. Essas perdas, por sua vez, representam um rompimento com o passado a fim de que seja possível ao adolescente investir no futuro, desligando-se dos pais e tornando-se apto a realizar suas escolhas (LEVISKY, 2002; OUTEIRAL, 2008).

Essas transformações decorrentes da adolescência fazem o sujeito perder as suas referências, não tendo mais uma representação de si mesmo, uma vez que sua nova imagem ainda se encontra em construção. (BIAZUS; RAMIRES, 2012). Neste sentido, pode-se refletir sobre a intensidade das mudanças que ocorrem na vida desses jovens e sobre o quanto eles são afetados, na medida em que se sentem assoberbados com intenso sentimento de culpa e incapacidade. São muitas as preocupações que circundam a mente de um adolescente: sobre seu próprio corpo, sobre os estudos, sobre um futuro; e nesse misto de descobertas e incertezas, forma-se o cenário para os estados de tristeza que, infelizmente, tem sido tão recorrente nos dias atuais, culminando na depressão e no desejo de aniquilar a própria vida (PASINI et al., 2020).

No entanto, Ribeiro (2018) menciona que o suicídio é uma das questões mais antigas associadas à saúde mental dos indivíduos e à forma como são afetados pelas sociedades e coletividade nas quais vivem. O autor refere que desde o século XVIII, o suicídio é considerado como um fenômeno social e, desde então, muitos estudiosos o compreendem como decorrência da pressão social, e não como um ato individual.

Assim sendo, entender as representações sociais da depressão e do suicídio (e ideações suicidas) dentro do contexto do adolescer, nos permite visualizar como estes indivíduos simbolizam, pensam se expressam e se comportam frente a realidade e à esta temática tão plural nos dias de hoje, no intuito de discutir e trabalhar estratégias de prevenção da referida sintomatologia (OLIVEIRA; AMARAL, 2007; ARAGÃO *et al*., 2009).

3.2 Depressão na adolescência durante a pandemia

Em razão da pandemia foi necessário o isolamento social, então houve o fechamento de escolas, e as recreações foram proibidas, afetando principalmente a população infanto-juvenil, que por conta dessas situações de incerteza, preocupação, estresse e a perda de entes queridos, tiveram o risco de apresentarem quadros de depressão e ansiedade. Nos

escolares foi comum a presença de palpitações, hiperventilação e diarreia, sendo sintomas de ansiedade e também, sinais de depressão, como tristeza. Já nos pré-escolares e jovens, a regressão emocional e comportamental é mais comum (SANCHEZ, 2021).

A Sociedade Brasileira de Pediatria aponta que traumas psicológicos graves ocorrem quando situações fora da ordem das experiências normais de vida excedam a capacidade de elaboração mental do indivíduo, deixando marcas na mente. Com isso, temos que a pandemia COVID-19 junto ao isolamento social trouxeram inúmeros impactos na saúde psíquica de criança e adolescentes, devido ao aumento de tempo de tela e diminuição de atividades físicas. Segundo Patra *et al*. (2021), os sistemas neurobiológicos (eixo hipotálamo-hipófise-adrenal e circuitos dopaminérgicos) estão em desenvolvimento na infância e adolescência, tornando-se vulneráveis.

O adolescente foi, no início da pandemia, pouco afetado fisicamente, mas o mesmo não pode ser dito sobre as questões psicológicas. Se o adolescente está sentindo ansiedade, isolamento, decepção por causa das mudanças trazidas pela pandemia do coronavírus, tem que saber que não está só. Muitos deles, como outras pessoas, tiveram as vidas viradas de ponta cabeça, viram pais perderem o emprego, familiares morrerem, se afastaram dos amigos devido ao isolamento/confinamento social. O adolescente teve que se adaptar a uma nova rotina, uma mudança drástica, sem mesmo ter um questionamento de "não vou fazer", questionamentos esses que não foram possíveis de acontecer. Escolas tiveram aulas suspensas, a lousa virou a tela do computador ou do celular, sem espaço em casa, uma adaptação que não foi fácil para os adolescentes e os familiares, pois muitos não tinham computador, internet, mas isso não foi o pior dos problemas. Com todas essas mudanças, se deparavam com muitas incertezas, e em alguns casos as mudanças afetaram tanto a vida que acabaram trocando o viver pelo sobreviver (PINHEIRO; BORGES, 2022).

3.3 Depressão pós-pandemia

Segundo Almeida *et al*. (2022), foi visto que a solidão é um forte preditor de depressão e que essa junto a ansiedade, tristeza e culpa são consequências diretas do confinamento. Desse modo, os transtornos psiquiátricos podem causar abandono escolar, uso excessivo de serviços pediátricos e aparecimento destes na vida adulta. O fechamento de escolas pode ter sido o principal impacto que a COVID-19 trouxe na vida de crianças e adolescentes, pois além de interromper o aprendizado, afeta também as atividades relacionadas aos cuidados com a saúde mental, como acompanhamento psicológico em ambiente escolar. A adesão às aulas remotas também impactou a saúde mental dessa população, por um aumento de desatenção e irritabilidade, fazendo com que tenha uma frustração e aversão as aulas (DELLAZZANA-ZANON *et al*., 2020).

Além disso, são diversas as consequências deixadas pela pandemia, devido à propagação de mitos e informações inverídicas sobre a infecção e medidas de prevenção e combate, como também houve grandes dificuldades de compreensão das autoridades máximas à frente do povo das medidas de prevenção à época (ALMEIDA *et al*., 2023).

De acordo com Ramírez *et al*. (2020) é possível observar que o impacto dessa pandemia é semelhante ao de outras situações de crise expondo as pessoas a situações de estresse máximo, e na população infanto-juvenil pode levar ao adoecimento físico e a psicopatológico. Quando há uma interrupção na rotina devido do isolamento social, acarreta efeitos negativos no estilo de vida. De acordo com psiquiatras e psicólogos infanto-juvenis, 1 em cada 4 crianças que sofreram isolamento por causa do COVID-19 apresentou quadro de ansiedade e depressão. Em adição a isso, possuindo pelo menos duas dessas adversi-

dades como: classe social baixa, discórdia conjugal grave, familiar com mais de 4 filhos, criminalidade, transtorno mental paterno e permanência em casa de repouso, eleva-se em até 4 vezes a probabilidade de transtornos mentais.

Em adição a isso, segundo Rodriguez e Mayea (2021) houve um aumento de crianças e adolescentes admitidas no Hospital Pediátrico Provincial "José Martí" de Sanctis Spirits no serviço de saúde mental, com uma incidência maior no sexo feminino e na idade de 11 a 15 anos, e 57,47% dos pacientes tiveram acompanhamento prévio por psiquiatria ou psicologia, enquanto 42,52% tinham histórico de boa saúde mental. Distúrbios do sono, hiperatividade, agressividade e medos também foram significativos. O maior número de casos foi relacionado a transtorno ansioso, de personalidade adaptativa e descompensada e comportamento suicida. Mais de 50% precisaram de psicofármacos e apenas 7 casos precisaram apenas de orientações para resolver o quadro presente.

De todo modo, requer-se cuidado redobrado com os indicadores de adoecimento psíquico durante a imposição das medidas de isolamento social, sendo que o diagnóstico constitui uma linha tênue entre a terapia e tratamento, junto com a mudança de hábitos e estilo de vida e o agravamento da situação, culminado em consequências graves (RONCHI *et al*., 2020). Destarte, as crianças e adolescentes sofreram grandes impactos na saúde mental devido a pandemia causada pela COVID-19, merecendo um olhar especial e fortalecimento da rede, visando a estruturação do atendimento dessa parcela da população (REIS *et al*., 2020).

Por fim, esse sofrimento psíquico enfrentado, advindo de medidas restritivas impostas pela atual pandemia vivenciada pelo mundo, deve ser diagnosticado e patologizado de acordo com a situação real enfrentada pelo paciente, não podendo ser confundida com um processo de adoecimento comum, sem as agravantes pandêmicas. Desse modo, requer-se maior preparo dos profissionais de saúde e medidas preventivas aptas a conscientizar e indicar o melhor protocolo a ser seguido porto daqueles que nesse momento delicado da existência humana, passam por dificuldades para manter a mente saudável. (DA SILVA GONZAGA et al., 2023).

4. CONCLUSÃO

Identificar as razões por trás do aumento da depressão entre adolescentes pós-pandemia é crucial para oferecer suporte significativo. A combinação de isolamento social, interrupção da rotina e incertezas futuras pode ter impactos profundos no bem-estar mental dos jovens. Os perigos da depressão nessa fase da vida são especialmente preocupantes, pois podem afetar não apenas o presente, mas também moldar o futuro desses adolescentes.

É fundamental destacar a importância da conscientização sobre saúde mental nas escolas e nas comunidades. Abordar o estigma em torno da depressão e promover ambientes abertos para a expressão de emoções são passos essenciais. Além disso, oferecer recursos acessíveis, como aconselhamento e apoio psicológico, pode ser um elemento crucial na prevenção e tratamento da depressão. Ao encorajar a resiliência e fornece ferramentas para enfrentar desafios, podemos capacitar os adolescentes a lidar de maneira saudável com as complexidades da vida pós-pandemia. Investir na saúde mental dos jovens é investir no futuro, construindo uma sociedade mais forte e compassiva.

Referências

ALMEIDA I. L. Social isolation and its impact on child and adolescent development: a systematic - review. **Revista Paulista de Pediatria**, 2022; 40: e2020385.

ASSIS S. G. **Situação de crianças e adolescentes brasileiros em relação à saúde mental e à violência.** Ciênc. Saúde coletiva, 2009; 14(2): 1-13.

BIAZUS, C. B; RÖHNELT R., V. R. **Depressão na adolescência: uma problemática dos vínculos.** Disponível em: https://www.scielo.br/j/pe/a/RSkXKnYD4frXYKQrmzGdGMn/?format=pdf&lang=pt. Acesso em: 28 set. 2023.

BIANCHINI L. M, NASCIMENTO M. C. BOTELHO R. P. AROS M. S., **Impacto na saúde mental de crianças e adolescentes pós pandemia, 2020.** Disponível em: https://www.researchgate.net/publication/372931934_Impacto_na_saude_mental_de_criancas_e_adolescentes_pos_pandemia/fulltext/64ce4800d394182ab3a71d30/Impacto-na-saude-mental-de-criancas-e-adolescentes-pos-pandemia.pdf. Acesso em: 01 de novembro de 2023.

DA SILVA GONZAGA, Aline Manuelle et al. **REFLEXÕES SOBRE SAÚDE PÚBLICA: Saúde mental e o período pós-pandemia** 2023. Disponível em: https://doi.org/10.47820/recima21.v4i9.3929. Acesso em: 28 set. 2023.

DELLAZZANA-ZANON LL, et al. **Efeitos psicológicos do distanciamento social causado pela pandemia da COVID 19 ao longo do ciclo vital.** Estud. Psicol., 2020; 25(2): 188-198.

LEVISKY, D. L. (2002). **Depressões narcísicas na adolescência e o impacto da cultura. Psychê,** 6(10), 125-136.

OUTEIRAL, J. (2008). **Adolescer** (3a ed.). Rio de Janeiro: Revinter.

PATRA BN, et al. Colossal Breed and Backlash of the 'Sesame Street': Brunt of COVID-19 Pandemic in the 'High-Tech' Era of Learning on Children and Adolescents and Suggestions. **Psychiatr Danub**, 2021; 33(4): 600-603.

PINHEIRO L, BORGES ERR., Pandemia e pós-pandemia: o cuidar e a escuta ao adolescente. Pandemic and post-pandemic: caring for and listening to adolescentes. **ACiS São Paulo**, vol. 10 n. 2, p. 68-77 2022 p. 72

RAMÍREZ G, et al. Salud mental en la infancia y adolescencia durante la pandemia COVID-19**. Rev Cubana Pediatr.,** 2020; 92(supl. 1): e1342.

REIS, R. F; QUINTELA, B. M; CAMPOS, J. O; GOMES, J. M; ROCHA, B. M.; LOBOSCO, M. et al. Characterization of the COVID-19 pandemic and the impact of uncertainties, mitigation strategies, and underreporting of cases in South Korea, Italy, and Brazil. **Chaos Solitons Fractals,** v.136, p.109888, 2020. https://doi.org/10.1016/j.chaos.2020.109888

RIBEIRO, L. S.; RIBEIRO, M. S. de S. Narrativas sobre a saúde mental de adolescentes em tempos de coronavírus. **Revista Brasileira de Pesquisa Autobiográfica**, [S. l.], v. 6, n. 17, p. 273–291, 2021. DOI: 10.31892/rbpab2525-426X.2021.v6. n17.p273-291. Disponível em: https://www.revistas.uneb.br/index.php/rbpab/article/view/9199. Acesso em: 27 set. 2023.

RODRÍGUEZ ID, MAYEA YS. Perfil clínico y epidemiológico de población infantil con manifestaciones psiquiátricas durante la pandemia de COVID-19. **Rev Cubana Pediatr.**, 2021; 93(1): e1206.

RONCHI, Juliana Peterle; AVELLAR, Luziane Zacché. Saúde mental da criança e do adolescente: a experiência do Capsi da cidade de Vitória-ES. **Psicol. Teor. prat.**, São Paulo, v. 12, n. 1, p. 71-84, 2010. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872010000100007&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 28 set. 2023

SANCHEZ IM. Impacto psicológico da COVID-19 em crianças e adolescentes. **MEDISAN**, 2021; 25(1): 123-141.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

8

ATUAÇÃO DO PSICÓLOGO NO IMPACTO SENTIDO PELO IDOSO ASILADO PELA AUSÊNCIA FAMILIAR

PSYCHOLOGIST'S ACTIVITY IN THE IMPACT FELT BY THE ELDERLY ASYLUM DUE TO FAMILY ABSENCE

Rayssa Rayane Vieira da Silva

Resumo

Esse artigo refere-se a uma revisão de literatura, realizada com o objetivo enfatizar a importância do conhecimento da atuação do psicólogo no impacto sentido pelo idoso asilado pela ausência familiar, no decorrer do processo de envelhecimento a pessoa idosa percorre por diversos fatores que os levam à problemas de saúde, tristeza, qualidade de vida inadequada, doenças crônicas, psicológicas, degenerativas que vem se expandindo nessa etapa da vida. A partir da atual situação surge o seguinte questionamento como problema de pesquisa: De que forma o Psicólogo pode intervir no impacto sentido pelo idoso com a ausência da Família ao ser asilado? A partir dessa problemática, o presente objetivo geral será compreender a atuação do psicólogo no impacto sentido pelo idoso asilado pela ausência familiar. Através desse objetivo geral, foram construídos os seguintes objetivos específicos: avaliar o psicológico (físico e mental) do idoso, diante da ausência familiar; descrever o processo de envelhecimento; identificar nos idosos como eles se sentem ao receberem visitas e quando não recebem visitas. Como resultados fica evidente que o psicólogo pode contribuir durante as diversas modificações de vida, preservar ou reduzir o índice de idosos enfermos, trazendo uma visão positiva sobre essa etapa da vida. Conclui-se que, o trabalho do psicólogo pode ser de grande valia para os idosos asilados pois, este profissional pode oferecer ao passo que proponha melhores condições como aumento da autoestima do idoso institucionalizado, sua independência e autonomia.

Palavras-chave: Asilados, Psicólogo, Idosos, Família.

Abstract

This article refers to a literature review, carried out with the aim of emphasizing the importance of knowledge of the psychologist's role in the impact felt by elderly people in asylum due to family absence. During the aging process, elderly people go through several factors that lead them to to health problems, sadness, inadequate quality of life, chronic, psychological and degenerative diseases that have been expanding at this stage of life. Based on the current situation, the following question arises as a research problem: How can the Psychologist intervene in the impact felt by the elderly due to the absence of their Family when they are in asylum? Based on this problem, the present general objective will be to understand the role of the psychologist in the impact felt by elderly people in asylum due to family absence. Through this general objective, the following specific objectives were constructed: evaluate the psychological (physical and mental) of the elderly, in the face of family absence; describe the aging process; identify in the elderly how they feel when receiving visitors and when they do not receive visitors. As a result, it is evident that the psychologist can contribute during the various changes in life, preserving or reducing the number of sick elderly people, bringing a positive vision about this stage of life. It is concluded that the psychologist's work can be of great value to elderly people in nursing homes because this professional can offer better conditions such as increasing the institutionalized elderly person's self-esteem, independence and autonomy.

Keywords: Asylums, Psychologist, Elderly, Family.

1. INTRODUÇÃO

Inicialmente, é importante salientar que o processo de asilamento é um processo complexo, que envolve questões biopsicossocial e emocional. Para cuidar do idoso asilado, é crucial compreender e compreender sua totalidade, já que ele precisa de independência e não deve permanecer isolado ou afastado da sociedade. Ao desenvolver atividades com idosos, é possível obter diversos benefícios.

A presente pesquisa tem como propósito, demonstrar sobre atuação do psicólogo no impacto sentido pelo idoso asilado pela ausência familiar, o avanço da população idosa atualmente tem gerando numerosos desafios à saúde, pois doenças crônicas, psicológicas, degenerativas têm um aumento nessa etapa da vida. Pois, o idoso necessita ter sua independência, não deve permanecer isolado ou afastado da sociedade, quando se desenvolve atividades com os idosos se traz, inúmeros benefícios a eles.

Esta pesquisa se justifica enquanto se reconhece a necessidade de elaborar conteúdo para que estudantes e profissionais tenham um maior conhecimento sobre essa temática. Além disso, essa pesquisa possibilita um esclarecimento à sociedade na totalidade, em especial as famílias com idosos, despertando ainda uma reflexão no meio acadêmico sobre esse processo e suas implicações

Isto posto, surge o seguinte questionamento como problema de pesquisa: de que forma o Psicólogo pode intervir no impacto sentido pelo idoso com a ausência da Família ao ser asilado? A partir dessa problemática, o presente objetivo geral será compreender a atuação do psicólogo no impacto sentido pelo idoso asilado pela ausência familiar.

A partir desse objetivo geral, foram construídos os seguintes objetivos específicos: avaliar o psicológico (físico e mental) do idoso, diante da ausência familiar; descrever o processo de envelhecimento; identificar nos idosos como eles se sentem ao receberem visitas e quando não recebem visitas.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

Este estudo trata-se de uma revisão de literatura com estudos, sites oficiais, livros e artigos científicos a respeito sobre a atuação do psicólogo no impacto sentido pelo idoso asilado pela ausência familiar. Como critérios de inclusão foram selecionados 7 artigos nas bases de dados Scielo ,8 da plataforma Pedro, e 3 livros que ressaltam sobre a temática. Os artigos que não retratam sobre o assunto discutido foram excluídos desta revisão.

Foram realizados em livros, revistas e periódicos indexados, documentos acadêmicos (monografias, dissertações, teses e artigos científicos publicados em periódicos nacionais), publicados entre o ano de 2010 a 2022. As bases de dados pesquisadas foram: *Medical Literatura Analysis an Retrieval System Online (MEDLINE), Scientific Eletronic Library Online (SCIELO), United States National Library Of Medicine National Institutes Health (Pubmed)* e periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES), tendo como descritores: Asilados, Psicólogo, Idosos, Família.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Segundo Altman (2011), a definição de velhice é algo muito difícil de alcançar, pois se trata de um processo que envolve vários aspectos, dentre eles o modo como o idoso se vê e se percebe e a maneira como é visto e percebido pelos outros. É a partir desta inter-relação de olhares e visões que vai sendo construído o conceito de velhice para cada um conforme a sua subjetividade. Desta maneira, a velhice se apresenta de forma múltipla e diversificada, não sendo possível a definição de um único conceito de velhice. Não existe 'a velhice', mas 'as velhices'.

A saúde está sob proteção por legislação e Política Pública para a pessoa idosa, desde a implementação do Sistema Único de Saúde e fortalecido pela Política Nacional da Pessoa Idosa, em 2006. Nas descrições, considera-se uma pessoa idosa aquele indivíduo que possui 65 anos ou mais. Contudo, a perspectiva do envelhecimento não se deve focar apenas na idade cronológica, mas em outros aspectos, incluindo a biológica, comportamental e psicológica (GUARDA; SILVA, 2022).

Para Sousa e Inácio (2017) complementam dizendo que envelhecer demanda cuidados diferenciados, no qual exige muita atenção e sensibilidade, pois, a fase da velhice traz consigo uma série de fatores prejudiciais à saúde, que torna o indivíduo mais propenso no que diz respeito a prejuízos psicológicos, físicos e sociais, sendo assim, o cuidado deve se dá de maneira integrada.

O envelhecimento atrela-se ao desenvolvimento econômico e melhoria nas condições de saúde, após o investimento em ações preventivas na população jovem, antecipando-se e tornando-se é fundamental para se ter um envelhecimento saudável, redução dos gastos com a saúde e evitar ou prolongar o surgimento de doenças que possam invalidar ou causar óbitos na população idosa (SANTOS; TURRA; NORONHA, 2018).

Corroborando com este contexto, Sant'Anna (2016) mesmo a palavra velhice já vem sendo pouco utilizada pelos meios de comunicação de massa da atualidade. O termo velho caiu em desuso e, na tentativa de amenizar o peso que esta palavra carrega, outros termos foram sendo atribuídos para se tratar do velho. Foram criadas expressões como 'terceira idade', e até mesmo uma expressão mais otimista 'melhor idade'. Ou ainda, em vez de 'velho', prefere-se dizer 'idoso.

Nas premissas de Affeldt (2013) classifica que o envelhecimento é uma conquista da população, que atualmente se amplia para a esfera regional, nacional e global, sendo este um desenvolvimento que vem acontecendo a anos devido à diminuição das taxas de fecundidade e mortalidade. Isso em decorrência dos avanços da medicina e do surgimento dos antibióticos proporcionando uma melhoria na vida da população.

Souza e Inácio (2017) ratificam que envelhecer engloba uma metamorfose na vida dos indivíduos, em que se refere a transformações sociais que se estende por todo desenvolvimento da vida. Portanto, sua identidade é constituída principalmente em uma esfera social. Quando o idoso é institucionalizado acontece um novo processo de transformação, onde se constrói outras características de identidades conforme a realidade do grupo institucional.

Devido a essas fragilidades da saúde, o idoso acaba se tornando muito dependente da família. Sousa e Inácio (2017) ainda complementam dizendo que envelhecer demanda cuidados diferenciados, no qual exige muita atenção e sensibilidade, pois, a fase da velhice traz consigo uma série de fatores prejudiciais à saúde, que torna o indivíduo mais propenso no que diz respeito a prejuízos psicológicos, físicos e sociais, sendo assim, o cuidado deve se dá de maneira integrada.

Souza e Inácio (2017) ao entrar em um processo asilar o idoso se ver distante de si, como se aquele lugar fosse outro mundo em que ele deve se enquadrar, esquecendo-se assim de seus modos antecedentes de vida e tendo que seguir regras que a instituição impõe, vivendo como um prisioneiro da hierarquia, entrando em uma mutilação do eu, onde é esquecido toda a subjetividade construída na vida desses indivíduos.

Morar em uma instituição de longa permanência para idosos pode gerar algumas questões, como, por exemplo, o motivo pelo qual o idoso optou por morar em um abrigo, bem como os benefícios e obstáculos enfrentados nesse novo lar. De acordo com Camargos, Santos, Bomfim e Silva (2016), existem diversos fatores que podem afetar negativamente a permanência do idoso com sua família. Os mais comuns são: dificuldades financeiras, desentendimentos familiares, consequências na saúde devido ao surgimento de doenças, causando dependência física e/ou psíquica, dentre outros.

Para Prado e Araújo (2014), as instituições de longa permanência eram destinadas para o idoso como uma forma de cuidado daquilo que era necessário, como a higienização, alimentação e o gerenciamento dos medicamentos, tinham o idoso como parte de uma existência monótona, onde não se levava em consideração os sentimentos mais profundos dessas pessoas, sendo considerado simplesmente como a última etapa da vida.

O processo de institucionalização ocorre quando os idosos deixam o convívio familiar, ficando sob os cuidados parciais ou totais de uma Instituição de Longa Permanência para Idosos (ILPI), que é um local destinado a pessoas com idade igual ou superior a 60 anos. Inicialmente, as entidades eram destinadas às pessoas carentes; atualmente, são conhecidas como abrigos, asilos, casas de repouso ou casas geriátricas, que promovem um envelhecimento saudável, reduzindo as consequências da idade avançada, levando em consideração suas funções cognitivas e físicas (PORTELLA, 2020; SOUZA; VITORINO; NINOMYA, 2015).

As estratégias para as práticas em saúde empregadas com idosos institucionalizados envolvem atividades recreativas, individuais ou coletivas, com abordagens que modificam os focados na doença e nos tratamentos em medicamentos. Essas práticas devem proporcionar aos idosos momentos de lazer, estimular a saúde mental, física e espiritual, melhorando a autoestima, a autoconfiança e a autonomia (CYRINO *et al*., 2016).

As instituições de longa permanência desempenham um papel relevante no acolhimento de indivíduos idosos que apresentam alguma vulnerabilidade social. Os estudos evidenciam que os idosos assistidos por instituições de longa permanência enfrentam problemas como abandono, falta de moradia, saúde precária, analfabetismo, perigo de ficar sozinho, acolhimento, sobrevivência e dificuldades para se relacionar socialmente. Além disso, os principais fatores são os biológicos, sociais, psicológicos e culturais. No entanto, a maior vulnerabilidade observada nos estudos se refere à falta de atenção, ao abandono (falta de um cuidador) e à falta de recursos financeiros para manter idosos em casa (BERNARDES *et al.,* 2021; COSTA; SILVEIRA; JACINTO, 2018; DANTAS; BARRETO; LIMA, 2013)

Alves *et al. (*2017) de acordo com Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA) as ILPIs, são campo de residência comunitária para idosos com idade avançada, tendo a missão de prestar um serviço de abrigo e dignidade aos moradores. Porém, não existe um consenso em relação à definição, portanto essas instituições podem ser nomeadas de abrigos, asilos, casas de repouso entre outros.

Diante da complexidade Impactos da insuficiência familiar na saúde do idoso, no contexto de Camarano (2010) a institucionalização do idoso o deixa em um estado de grande vulnerabilidade, pois ao ser levado para Instituições de Longa Permanência (ILPs) e ter que ficar longe do ambiente familiar, se sente em ambientes desconhecidos, perdendo assim sua autonomia, ou seja, sua identidade, ao ter que dividir um espaço estranho com outras pessoas.

Araújo e Souza (2019) asseveram que a implementação da Política pública assegura que as pessoas possam desfrutar de uma vida saudável e ativa quando atingirem o envelhecimento. No entanto, essas transformações só serão alcançadas se houver mudanças sociais e culturais na população, que levem a hábitos saudáveis, que levem a um envelhecimento saudável e ativo.

Segundo Bentes, Pedroso e Maciel (2012, p. 198), a institucionalização de idosos, implica em rotinas rígidas, o que afeta a capacidade de pensar, agir e agir consoante as razões não motivacionais. O perdão parece ser uma forma de lidar com as dificuldades encontrada pelos idosos para lidar com as dificuldades. Diante de tantas perdas, é possível justificar a alta incidência de quadros depressivos, sentimentos de solidão e limitações nas possibilidades de uma vida ativa.

Dezan *et al.* (2015), ressaltam o fato de que o idoso, quando institucionalizado, sofre uma ruptura radical de seus laços familiares e se vê obrigado a se inserir em uma nova comunidade. O sentimento de ter sido excluído do seio familiar é uma das causas que contribuem para o surgimento de sentimentos de solidão e abandono, independentemente da qualidade da instituição.

A família pode ser definida por um conjunto de pessoas ligadas por laços de parentesco, dependência doméstica ou normas convivência, que residem na mesma unidade domiciliar, ou sozinha. Também pode ser vista como um sistema interpessoal formado por pessoas que interagem por diferentes motivos, tais como afetividade e reprodução, dentro de um processo histórico de vida, mesmo sem habitar o mesmo espaço físico. Sousa *et al.,(*2015, p. 01) assim, a família constitui um espaço de proteção social, à medida que se caracteriza como lugar de apoio, solidariedade, de reprodução social e de cuidados aos seus membros.

Lima *et al.* (2013) conceituam que a família desempenha papel importante na assistência ao idoso, sendo, freqüentemente, a principal fonte de cuidados. Contar com os cuidados da família é um determinante expressivo para o bem-estar do idoso. Esse apoio gera cuidados personalizados e, em um amplo sentido, traz mais qualidade de vida. Logo então, Araújo, Jesus, Ribeiro (2017) apontam que para a Organização Mundial de Saúde, o domicílio constitui um espaço privilegiado para o cuidado desde que a família participe e forneça suporte e apoio necessários a esses indivíduos.

> O idoso ao ser institucionalizado convive com uma mudança significativa em sua vida no que se refere à rede de apoio, que não será a mesma, bem como quanto à rotina de atividades que desempenha no dia-a-dia. Sentimentos de abandono, insegurança e incerteza quanto ao futuro podem deixar marcas profundas na memória destes idosos. Para aqueles que vivenciaram a quebra do vínculo social, a perda de laços, de convívios e da independência para realizar as atividades cotidianas, o processo de institucionalização pode ser interpretado como uma vida sem autonomia, dependente e com privação da liberdade. (FERRETTI; SOCCOL; ALBRECHT, *et al*, 2014, p.429).

Gomes e Mata (2012) sobre a insuficiência familiar, concretizam que é um aspecto importante do bem-estar do idoso, uma vez que na ausência da família para auxiliá-lo, pode ocorrer perda de autonomia e independência. Dessa forma, o envelhecimento não pode ser assumido como um problema individual ou da família, mas também um problema público, considerando que é função do Estado garantir a proteção dos indivíduos.

O idoso ao ser institucionalizado convive com uma mudança significativa em sua vida no que se refere à rede de apoio, que não será a mesma, bem como quanto à rotina de

atividades que desempenha no dia-a-dia. Sentimentos de abandono, insegurança e incerteza quanto ao futuro podem deixar marcas profundas na memória destes idosos. Para aqueles que vivenciaram a quebra do vínculo social, a perda de laços, de convívios e da independência para realizar as atividades cotidianas, o processo de institucionalização pode ser interpretado como uma vida sem autonomia, dependente e com privação da liberdade (FERRETTI *et al.*, 2014, p. 429).

Caldas; Pamplona, (2013) a presença das Síndromes Geriátricas e das fragilidades ocasionadas por elas podem tornar os idosos dependentes, necessitando de novas formas de cuidado de longa duração, quando os familiares não têm condições de prestar assistência e cuidado, ou então pelo fato de o idoso não ter familiares. Assim surgem para o cuidado as Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI's), que efetivam a internação desses indivíduos.

Segundo Figueiredo *et al.* (2018), a alteração da estrutura familiar tem se mostrado pela redução da quantidade de integrantes, a individualização e a não capacidade ou disponibilidade para cuidar do idoso, assim, acarreta no aumento da fragilidade e os tornam suscetíveis aos possíveis agravos decorrentes da senilidade. De Melo *et al.* (2011) e Vaz e Gaspar (2011) o idoso começa a apresentar o sentimento de fardo, frustrações, sensação de abandono por parte dos familiares, fazendo que optem pela institucionalização, essa sendo tanto por atitudes dos longevos quanto dos parentes.

Também se deve lembrar que para o idoso, a institucionalização constitui um grande desafio, pois significa mudança na sua rotina de vida, saída do lar, do ambiente familiar e, afastamento das pessoas queridas. Além disso, para Martins *et al.* (2017) ele perpassa por um processo de adaptação ao novo ambiente social e aos novos cuidadores, sofrendo perda quanto a sua liberdade, uma vez que ele se submete às regras da instituição. Essa mudança, considerada na maioria das vezes radical, gera insegurança e alterações emocionais nos indivíduos.

Diante isso, Ramos *et al.,* (2019) a depressão pode ser caracterizada como uma doença mental que compromete a qualidade de vida e é um fator predisponente para outras demências. A doença tende a aumentar os riscos de morbimortalidade nos idosos hospitalizados ou com enfermidades graves. Assim, é perceptível nas palavras de Vaz e Gaspar (2011) e Gullich, Duro e Cesar (2016) que os idosos na comunidade possuem menor prevalência de depressão em relação aos que residem nas instituições de longa permanência.

Como apontam Espitia e Martins (2006, p. 52), existem diversos "fatores culturais, sociais, psicológicos e biológicos que levam à institucionalização do idoso por seus familiares", como dificuldades socioeconômicas, nas quais a maioria das famílias não tem condições financeiras para abrigar seus pais; perda da autonomia e o envolvimento com ações que dificultam a realização de tarefas simples. Muitas vezes, essas alterações requerem estrutura física e psicológica para suprir a necessidade que surge, mas nem sempre o cuidador está preparado para a situação" (ESPITIA; MARTINS, 2006, p. 57).

A estrutura familiar tem importante papel na saúde dos indivíduos da terceira idade, sendo muitas vezes responsável por prestar um cuidado diário e continuado, uma vez que ele já apresenta fisiologicamente uma maior vulnerabilidade, temos idosos com índices de dependência cada vez maiores e que necessitam de mais cuidados e atenção. Em contrapartida, percebemos famílias cada vez mais reduzidas e com interações fragilizadas. Isso acarreta maus tratos, abusos e abandono por parte dos familiares (KASABA *et al.,* 2016).

A ausência de apoio familiar capaz de responder às necessidades de autonomia e bem-estar dos idosos conduziu ao aparecimento de instituições que contribuíram para a institucionalização do idoso, embora não seja esta a única razão a ser considerada. Nas premissas

de Pavan *et al*., (2008) ressaltam que a complexidade e os recursos humanos (materiais e psicológicos) necessários para o cuidado de idosos em enfermidades como o Alzheimer, ao lado da possibilidade de convivência com pessoas da mesma faixa etária, também são fatores que devem ser considerados como relevantes para o surgimento das ILPs.

Rosland, Piette e Choi *(*2011) na terceira idade essa situação tende a se agravar em virtude da concomitância com outros fatores, a exemplo: diminuição de autonomia, do autocuidado, aumento da fragilidade e vulnerabilidade. Em termos gerais, Closs, Zielgemmann e Gomes *(*2016) o idoso passa então a experimentar um processo de estresse e sofrimento físico e psicológico, o que aumenta cada vez mais os índices de depressão e de outras patologias entre essas pessoas, fazendo com que haja um declínio da saúde psicológica e emocional desses pacientes.

O envelhecimento psicológico é desencadeado pelo desenvolvimento humano, à medida que o homem se desenvolve ele também envelhece e a maneira que isso é encarado é que dirá se esse processo se tornara algo muito danoso, pois cada pessoa enfrenta isso de uma forma diferente (BARSANO; BARBOSA; GONÇALVES, 2014).

Sobre as contribuições do psicólogo na vida do idoso asilado, Uyeno e colaboradores (2016) enfatizam que a alteração cognitiva que o idoso irá apresentar ao longo do envelhecimento, leva a um déficit de memória e um declínio no desempenho em suas atividades diárias, como: leitura, raciocínio lógico e abstrato, habilidades espaciais e capacidades verbais. Existem três tipos de alterações cognitivas clássicas, o envelhecimento cognitivo normal, o comprometimento cognitivo e a demência.

Os autores Santos *et al. (*2018) comentam que, o desinteresse pelo idoso por parte da psicanálise como um todo, leva ao fato de que sua colaboração em ILPI encontra-se longe da realidade; porém, discorrem que há muito a ser feito em tal espaço, tanto com o idoso, cuidados ou familiares. Portanto, evidenciam que se fazem necessários mais estudos clínicos da psicanálise com os idosos, além de um mapeamento de experiências, capacidade cognitiva na terceira idade, ciência do que pensam os psicanalistas nessa área, bem como o fazer psicanalítico e a psicanálise nas ILPIs.

Brito (2011, p.7) também conceitua que os profissionais da psicologia que atuam na área do envelhecimento, especialmente em Instituição de Longa Permanência, tratam além dos aspectos psicológicos em torno do envelhecimento, das suas significações e vivências trabalham na tentativa de garantir o seu direito à cidadania e resgate do seu valor social, garantindo que o mesmo seja respeitado em sua plenitude o ajudando a trabalhar seus conflitos internos e adaptação à nova realidade.

Neri (2004) ressalta que a Psicologia pode contribuir com o bem-estar dos idosos, capacitando os profissionais que atuam dentro das instituições, oferecendo treinamentos para aprimorar as habilidades profissionais daqueles que trabalham com idosos, no que concerne ao planejamento e à avaliação de serviços.

Nessa perspectiva, Brito (2010, p.5) evidencia que a presença de um psicólogo na instituição asilar é importante, pois "a partir do momento que conseguirmos infiltrar essa imagem positiva de ser idoso, ao próprio idoso, consequentemente ele irá se sentir menos isolado pela sociedade".

Berto Letti e Junges (2014) o psicólogo deve atuar na melhoria do diálogo e fazendo um intercâmbio entre todos os membros da família, para que o idoso se sinta capaz de controlar a própria vida. A contribuição do psicólogo tende a promover uma análise de compreensão das experiências da vida. Quando este idoso recebe afeto, compreensão e é querido pela família e pelas pessoas à sua volta, melhora sua saúde física, mental e

emocional, motivando-se para viver bem e feliz.

Outro ponto visto como relevante, é trazido por Santos *et al.,* (2018), os quais mencionam que, quanto ao idoso institucionalizado, o fato de estar em uma ILPI, traz diversos contextos de inserção institucional, tais como: idoso com diversas doenças e dependente de vários remédios, decisão familiar e necessidade de cuidados.

A psicologia oferece tratamento aos residentes em casas de repouso, levando em consideração a subjetividade de cada um em especial, trabalhando para o aumento da sua capacidade física e mental, também trabalha auxiliando os trabalhadores da instituição no seu trabalho diário. Quando o idoso consegue lidar com suas aflições e aceitar o envelhecimento de forma saudável, consegue reagir frente às adversidades impostas por a sociedade e solucionar seus problemas internos (BRITO 2010, p.5).

Silva (2008) durante a velhice, existem vários acontecimentos acometidos na vida dos idosos, tais como, problemas de saúde, desprezo por parte da família, da sociedade, depressão e tristeza, ocasionando uma maximização nas pesquisas voltadas especificamente a esta etapa da vida, ganhando espaço desde o final do século XIX até os dias atuais. Pois, não havia uma preocupação em se compreender o estilo de vida dos idosos.

Além disso, Sampaio *et al.* (2011) apontam outra possibilidade de atuação do profissional de Psicologia junto a grupos de cuida dores de idosos institucionalizados, onde conjuntamente com enfermeiros, médicos e assistentes sociais, podem fornecer capacitação auxiliando para que os mesmos desenvolvam entre eles um ambiente de cuidados mútuos, troca de experiências, afetividade e acolhimento.

De acordo com Siqueira (2008), o bem-estar psicológico é parte integrante da saúde, e nele se consideram as seguintes dimensões: autoconsciência, relacionamento positivo com outras pessoas, autonomia, domínio do ambiente, propósito de vida e crescimento pessoal. No entanto, compreende-se que a aceitação é uma das principais características do funcionamento psicológico positivo, que se refere ao autoconhecimento, maturidade e atitudes positivas em relação a si mesmo.

Vale salientar no contexto de Cardozo (2009) as principais atuações dos psicólogos especializados em serviços a idosos são: avaliação psicológica, intervenção psicológica, repassar informações e aconselhamento aos familiares, psicoterapias individuais ou em grupos, reabilitação cognitiva dos idosos, acolhimento, assessoria a instituição, planejamento e execução de programas de promoção em saúde na comunidade e em promoção social para idosos, apoio psicológico a profissionais que os auxiliam e participação em grupos multiprofissionais.

Considerando os aspectos supra descritos por Cardoso (2009) o psicólogo também atua nas Instituições de Longa Permanência para Idosos realizando algumas intervenções para favorecer o bem-estar afetivo-emocional do idoso, são elas; atividades artesanais em grupos, onde o foco é não somente as atividades em si, mas a escuta grupal e a troca de informações a respeitos das histórias de vida, grupos de oração, escuta individualizada, ler e elaborar mensagens, pois nelas podem conter informações relevantes a respeito da vida dele, que muitas vezes não pode ser adquirida através da fala, o mesmo vale para as ilustrações/desenhos, fotografias, realizar passeios, atividade física, estimulação cognitiva, através dos jogos, atividades de relaxamento, música e dança, entre outras.

Segundo Salcher *et al.* (2015) a psicologia tem grandes contribuições a dar nas instituições de longa permanência para idosos. O apoio psicológico no enfrentamento das situações inerentes à institucionalização é necessário. Logo, pois Reis e Menezes (2017) conceituam que o psicólogo pode contribuir na instituição através da realização de dinâmicas

de grupos, nas quais todos pudessem falar e ser ouvidos, compartilhar seus sentimentos, para que houvesse maior interação entre os idosos, possibilitando a criação de vínculos. Furlan e Alvarez (2017) dizem que o psicólogo, além de desenvolver trabalhos com grupos, pode desenvolver trabalhos que estimulem à memória, a linguagem, a autoestima, a escuta e a orientação espaço temporais dos idosos.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante das abordagens analisadas sobre a atuação do psicólogo no impacto sentido pelo idoso asilado pela ausência familiar, faz-se necessário compreender o que o psicólogo detém o papel de notificar e auxiliar na compreensão dos desafios do envelhecimento, ele também será responsável por ouvir do idoso as suas maiores limitações e trazer uma visão diferente destes momentos mais complexos.

Mediante isso, uma pesquisa apresentada como objetivo geral compreender a atuação do psicólogo no impacto sentido pelo idoso asilado pela ausência de família, logo, pois, o papel do psicólogo é imprescindível, devido, algumas medidas podem ser fundamentais em relação aos familiares dos idosos, principalmente quando ocorrem determinadas formas de discriminação, podendo resultar em maus-tratos, abandonos, esquecimentos pelos familiares em asilos, casas de segurança, dentre outros aspectos que podem ocasionar infelicidades para os idosos.

Face ao exposto, constata-se que o abandono afetivo na terceira idade pode causar uma enorme tristeza, solidão, sensação de desamparo e, consequentemente, ascendendo com o surgimento de diversas doenças agravadas pelo abandono. O abandono causa comprometimento psicológico no idoso, e casos de abandono, violência e maus tratos contra os idosos têm sido grande destaque.

Logo, conclui-se que ao analisar o impacto causado pelo idoso asilado pela ausência familiar, o psicólogo acredita que, para os idosos, estar asilado é um resgate do amor-próprio e da felicidade, uma vez que eles podem se sentir excluídos pela sociedade e pela família. Além disso, na organização, é possível recuperar o valor, o respeito e a compreensão.

De certa forma o papel do psicólogo é de fundamental importância, assim, se torna primordial para atuar em conjunto com os diversos campos da saúde para obter êxito com a aplicação multiprofissional no tratamento ao idoso, onde é imperiosa esta integração para o sucesso do tratamento que se aplica: a saúde, integração familiar, lazer, ao tratamento e a reabilitação e também integração social do idoso. Espera-se que este estudo possa também ter um significado para a construção de uma sociedade mais atenta e consciente com relação a essa população.

Referências

AFFELDT, M. A. F. (2013). **O asilo enquanto espaço e lugar: A institucionalização da velhice em Santa Maria.** Dissertação de Mestrado, Universidade Federal de Santa Maria, Rio grande do Sul, Brasil. Retirado em 18 de maio de 2018 em https://repositorio.ufsm.br/bitstream/handle/1/9382/AFFELDT%2c%20MARCO%20AURELIO%20FELTRIN.pdf?sequence=1&isAllowed=y.

Agência Nacional de Vigilância Sanitária - **Consulta Público nº 41,** de 18 de janeiro de 2004. Recuperado em 8 junho, 2015. Disponível em: 2018

ALTMAN, M. O envelhecimento à luz da psicanálise. **Jornal de Psicanálise**, v.44, n. 0, p. 193-206, jun. 2011. Acesso em 26 de agos. de 2023.

ALVES-SILVA, Júnia Denise; SCORSOLINI-COMI, Fabio; SANTOS, Manoel Antônio dos - **Idosos em Instituições de Longa Permanência:** Desenvolvimento, Condições de Vida e Saúde. 2013. 4 f. Dissertação (Mestrado) - Curso de Psicologia, A universidade Federal do Triângulo Mineiro, Uberaba, Minas Gerais,

Brasil & B universidade de São Paulo, Ribeirão Preto, São Paulo, Brasil, Porto Alegre, Brasil, 2013. Disponível em: Acesso em:19 de aos 2023.

AMARANO, Ana Amélia. **Cuidados de longa duração para a população idosa: um novo risco social a ser assumido? Rio** de Janeiro:IPEA;2010.

ARAÚJO I, JESUS R, ARAÚJO N, RIBEIRO**O. Percepção do apoio familiar do idoso institucionalizado com dependência funcional.** Enferm Univ. 2017 fev;14(2):97-103. http://dx.doi.org/10.1016/j.reu.2017.02.003

ARAÚJO, Ludgleydson Fernandes de *et al.* Musicoterapia no fortalecimento da comunicação entre os idosos institucionalizados. Revista Kairós Gerontologia, São Paulo, v.19, n.22p.191-205, 2016.Disponível em: https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/32487/22495. Acesso em:out.2023.

ARAUJO, Adriana Gomes Cruz - **Prevenindo a depressão em idosos institucionalizados.** 2014. 14 f. TCC (Graduação) - Curso de Enfermagem, Departamento de Enfermagem da Universidade Federal de Santa Catarina, Universidade Federal de Santa Catarina, Santa Catarina, 2015. Acesso em: 19 de agos. 2023.

BARSANO PR, BARBOSA RP, GONÇALVES E. Evolução e envelhecimento humano. São Paulo: Editora Érica; 2014. **Ciência & Saúde Coletiva,** vol. 20, núm. 2, febrero, 2015, p. 619.

BERNARDES, Tatielle Aparecida Almeida et al. Caracterização clínica e epidemiológica de idosos de uma instituição de longa permanência. Enfermagem em Foco, Brasília, v.12,n. 3, 288-29,2021. Disponível em: http://revista.cofen.gov.br/index.php/enfermagem/article/view/4397. Acesso em:out. 2023.

BENTES, A. C. O., PEDROSO, J. S., MACIEL, C. A. B. (2012). **O idoso nas instituições de longa permanência:** uma revisão bibliográfica. Aletheia, Canoas, 38-39, 196-205. Recuperado dehttp://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141303942012000200016&lng=pt&tlng=pt.

BRITTO, M. A. **A família multigeracional e seus personagens**. Educ. Soc., Campinas, v. 31, n. 111, p. 435-458, 2010. Acesso em 15 de abril 2023.

BERTOLETTI E, Junges JR. O autocuidado de idosas octogenárias: desafio à Psicologia. **Revista Kairós Gerontologia** 2014 .

CALDAS, C. P; PAMPLONA, C. N. S. Institucionalização do idoso: percepção do ser numa óptica existencial. **Revista Kairós Gerontologia,** São Paulo, v. 16, n. 5, p.201-219, 2013. Disponível em: http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/18680. Acesso em 16 de agos .de 2023.

CAMARGOS, S. C. M., SANTOS, V. C. M., BOMFIM, C. W., & Silva, R. K. (2016). Viver em instituição de longa permanência: o olhar do idoso institucionalizado. **Revista Kairós Gerontologia,** 19(3), 135-150.

CARDOSO, P. J. **As atuações do psicólogo em Instituições de Longa Permanência para Idosos.** Itajaí, SP, 2009.Disponível em:<http://siaibib01.univali.br/pdf/Jessica%20Pereira%20Cardo zo.pdf.>. Acesso em:

CLOSS, V. E; ZIEGELMANN, P. K; GOMES, I. et al. **Fragilidade e síndromes geriátricas em idosos assistidos na atenção primária à saúde.** Health Sciences, Maringá, v. 38, n. 1, p. 9-18, Jun/Jul 2016. ISSN 1807-8648. Disponível em: <http://www.periodicos.uem.br>. Acesso em: set. 2023.

DE MELO NEU, Dâmarys Kohlbeck et al. **Indicadores de depressão em idosos institucionalizados.** Cogitare Enfermagem. v. 16, n. 3, p. 418-423, 2011.

DEZAN SZ. O Envelhecimento na Contemporaneidade: reflexões sobre o cuidado em uma Instituição de Longa Permanência para Idosos. **Revista de Psicologia da UNESP.** 2015;14(2):28–42.

ESPITIA, A. Z.; MARTINS, J. DE J. (2006). **Relações afetivas entre idosos institucionalizados e família: encontros e desencontros.** Arquivos catarinenses de medicina, 35 (1), 52-59. Recuperado de https://www.acm.org.br/revista/pdf/artigos/355.pdf

FIGUEIREDO, Maria do Carmo Clemente Marques et al. Idosos institucionalizados: decisão e consequências nas relações familiares. **Revista Kairós**: Gerontologia. v. 21, n. 2, p. 241- 252, 2018

FURLAN V, ALVAREZ MD. (Im)Possibilidades no trabalho com grupos de idosos em Instituições de Longa Permanência: uma experiência em Psicologia. **Revista Pesquisas e Práticas Psicossociais.** 18 de janeiro de 2017;11(2):453–63

GOMES, M.; MATA, A. **A. família provedora de cuidados ao idoso dependente**. In: PEREIRA, F. (Coord.), Teoria e prática da gerontologia: um guia para cuidadores de idosos. Viseu: Psicosoma. 2012. Cap. 6, p. 163-173.

Disponível em: https://bibliotecadigital.ipb.pt/handle/10198/8887. Acesso em: 10 agos. 2023.

KUSABA, T.; SATO, K.; FUKUMA, S. et al. Influence of family dynamics on burden among family caregivers in aging Japan. Family Practice, v. 33, n. 5, p. 466-470, Out 2016. Disponível em: <https://academic.oup.com/fampra/article/33/5/466/2197651>. Acesso em: out. 2023.

LIMA-COSTA MF, PEIXOTO SV, MALTA DC, SZWARCWALD CL, MAMBRINI JVM. Cuidado informal e remunerado aos idosos no Brasil (Pesquisa Nacional de Saúde, 2013). **RevSaude Publica**. 2017 jun;51(supl 1):6s. http://dx.doi.org/10.1590/S1518-8787.2017051000013 PMid:28591348.

MARTINS, A. A. et al. Conhecendo o perfil clínico do idoso institucionalizado: um olhar sobre a qualidade da assistência. **Revista Tendência da Enfermagem e Profissão,** Fortaleza, [S. L], v. 9, n. 2, p. 2176-2181, 2017.Acesso em: 21 de agosto 2023.

NERI, M. L. (2004). **Velhice bem-sucedida: aspectos afetivos e cognitivos.** Pisco-os,9(1),109-110.Recuperado em 09 abril, 2018, Disponível em : http://www.scielo.br/pdf/pusf/v9n1/v9n1a15.pdf.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Relatório Mundial de Envelhecimento e Saúde.** Organização Mundial da Saúde; 2015.

PAVAN, Fábio José; MENEGHEL, Stela Nazareth; JUNGES, José Roque. **Mulheres idosas enfrentando a institucionalização.** Cadernos de Saúde Pública, v. 24, p.2187-2189,2008.

PORTELLA, M. R. Pesquisa PROCAD-padrões de envelhecimento e longevidade: aspectos biológicos, educacionais e psicossociais de idosos institucionalizados. **Revista Kairós: Gerontologia,**[s. l.],v. 23, p. 97 – 104, 2020. Disponível em: https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/50795/33230. Acesso em:out. 2023.

PRADO, A. R. D. A; ARAUJO. E.N.P.D. **Instituição De Longa Permanência: Necessidade Contemporânea Dos Idosos.** In Manuais de especialização - Geriatria e gerontologia / Telma de Almeida Busch Mendes (Organizadora). Barueri, SP: Manole, 2014. Einstein / editoras Renata Dejtiar Waksman, Olga Guilhermina Dias Farah).

REIS LA DOS, MENEZES TM de O. Religiosity and spirituality as resilience strategies amonglong-living older adults in theirdaily lives. **Ver Bras Enferm.** 2017; 70(4):761–6.

ROSLAND, A. -M.; PIETTE, J. D.; CHOI, H. et al. **Family and Friend Participation in Primary Care Visits of Patients With Diabetes or Heart Failure:** Patient and Physician Determinants and Experiences. Medical Care, v. 49, p. 37-45, Jan 2012. Disponível em: <https://insights.ovid.com/crossref?an=00005650-201101000-00006>. Acesso em out. 2023.

SALCHER EBG, Portella MR, de Moura Scortegagna H. Cenários de instituições de longa permanência para idosos: retratos da realidade vivenciada por equipe multiprofissional. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia.** 2015;18(2):259–72.

SAMPAIO, Aline Melo Oliveira et al. Cuidadores de idosos: percepção sobre o envelhecimento e sua influência sobre o ato de cuidar. Estud. pesqui. psicol., Rio de Janeiro, v. 11, n. 2, p. 590-613, ago. 2011. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-428120110002000 15&lng=pt&nrm=iso. Acesso em 15 de agos 2023.

SANT'ANNA, D. B. **Corpos de passagem:** ensaios sobre a subjetividade contemporânea. São Paulo: Estação Liberdade, 2001.

SIQUEIRA, M. M. M.; PADOVAM, V. A. R. Bases teóricas de bem-estar subjetivo, bem-estar psicológico e bem-estar no trabalho. **Psicologia: Teoria e Pesquisa,** v. 24, n. 2, p. 201-209, abr. 2008.

SILVA LRF. **Da velhice à terceira idade: o percurso histórico das identidades atreladas ao processo de envelhecimento.** História, Ciências, Saúde –Manguinhos, 2008;155-168

SOUSA, A. et al. Conceito de insuficiência familiar na pessoa idosa: análise crítica da literatura. **Revista Brasileira de Enfermagem,** Brasília, [S.L], v. 68, n. 6, 2015. Acesso em:15 de agosto 2023.

SOUZA, R. C. F., INACIO, A. N. (2017). Entre os muros do abrigo: compreensões do processo de institucionalização em idosos abrigados. Pesquisas e Práticas Psicossociais, 12 (1), 209- 223. Retirado em 18 de maio de 2018, em http://www.seer.ufsj.edu.br/index.php/revista_ppp/article/view/1915.

UYENO, D. Y.; LIMA, M. C. C.; NASCIMENTO JÚNIOR, J. R. A.; OLIVEIRA, D. V. **Nível de qualidade de vida dos idosos em instituição de longa permanência -** Lar dos Velhinhos, Maringá/PR. Cinergis, Santa Cruz do Sul, v. 17, n. 2, p. 1-6, 2016

VAZ, Sérgio Filipe Alves; GASPAR, Nuno Miguel Soares. Depressão em idosos institucionalizados no distrito de Bragança. **Revista Enfermagem Referência.** n. 4, p. 49-58, 2011.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

9

OS EFEITOS DO USO EXCESSIVO DE PORNOGRAFIA NA SAÚDE MENTAL E NAS RELAÇÕES INTERPESSOAIS

THE EFFECTS OF EXCESSIVE USE OF PORNOGRAPHY ON MENTAL HEALTH AND INTERPERSONAL RELATIONSHIPS

Rafael Gomes de Freitas

Resumo

Esta pesquisa foi desenvolvida a partir da realização de uma revisão bibliográfica de literatura com o objetivo de abordar os efeitos do uso excessivo da pornografia na saúde mental e nas relações interpessoais. A presente pesquisa foi conduzida por meio da busca de artigos científicos relevantes nas bases de dados eletrônicas, tais como: Google Acadêmico, PubMed, CAPES, PsycINFO e Scopus. Os critérios de inclusão foram estabelecidos a partir da procura por trabalhos científicos que abordavam as seguintes palavras chaves: *Pornografia; Pornography; Vicio em pornografia; Pornografia e saúde mental; pornografia e as relações interpessoais* etc. Em seguida, os artigos foram analisados e identificaram-se neles consequências do uso excessivo de pornografia na saúde mental, a partir daí, foram analisados seus impactos nas relações interpessoais e detectadas possíveis intervenções e tratamentos para ajudar aqueles que lutam com o uso excessivo de pornografia. Os resultados revelaram que a exposição prolongada a conteúdos pornográficos pode estar associada a mudanças neuroquímicas no cérebro, afetando os sistemas de recompensa e gratificação. Isso pode levar a uma busca constante por novos estímulos pornográficos e dificuldade em controlar o consumo, afetando negativamente a saúde mental. Além disso, também constatamos que o uso excessivo de pornografia pode resultar na objetificação sexual e na diminuição da empatia nos relacionamentos reais. Esperamos que este estudo possa contribuir para uma maior conscientização sobre os possíveis efeitos negativos desse comportamento e que incentive novas investigações e a busca por soluções para lidar com essa questão na sociedade contemporânea.

Palavras-chave: Uso excessivo da pornografia. Pornografia e Saúde Mental. Pornografia e Relacionamentos.

Abstract

This research was developed by conducting a literature review with the aim of addressing the effects of excessive pornography use on mental health and interpersonal relationships. This research was conducted by searching for relevant scientific articles in electronic databases such as Google Scholar, PubMed, CAPES, PsycINFO and Scopus. The inclusion criteria were established by searching for articles that addressed the following keywords: Pornography; Pornography; Pornography addiction; Pornography and mental health; Pornography and interpersonal relationships, etc. They identified the consequences of excessive pornography use on mental health, analyzed the impact on interpersonal relationships and detected possible interventions and treatments to help those struggling with excessive pornography use. The results revealed that prolonged exposure to pornographic content may be associated with neurochemical changes in the brain, affecting the reward and gratification systems. This can lead to a constant search for new pornographic stimuli and difficulty in controlling consumption, negatively affecting mental health. In addition, we also found that excessive use of pornography can result in sexual objectification and decreased empathy in real relationships. We hope that this study can contribute to a greater awareness of the possible negative effects of this behavior and encourage further research and the search for solutions to deal with this issue in contemporary society.

Keywords: Excessive use of pornography. Pornography and Mental Health. Pornography and Relationships.

1. INTRODUÇÃO

A pornografia está cada vez mais presente na sociedade contemporânea, e seu uso excessivo tem gerado preocupações relacionadas aos impactos na saúde mental e nas relações interpessoais. Em um mundo globalizado, é facilmente possível obter acesso a conteúdo pornográfico em diversos meios e veículos de mídia, tais como: revistas, canais de tv, redes sociais, websites, aplicativos de celulares etc.

A pesquisa foi desenvolvida a partir da realização de uma revisão sistemática da literatura que aborda os efeitos do uso excessivo de pornografia na saúde mental e nas relações interpessoais.

Foram identificadas nelas, consequências do uso excessivo de pornografia na saúde mental, analisados os impactos nas relações interpessoais e detectadas possíveis intervenções e tratamentos para ajudar aqueles que estavam lutando com o uso excessivo de pornografia.

As referências bibliográficas basearam-se em pesquisas anteriores que abordaram o presente tema. O uso excessivo de pornografia foi associado a efeitos negativos na saúde mental como: ansiedade, depressão e disfunção erétil. Além disso, constatou-se que a exposição frequente a conteúdos pornográficos pode levar à diminuição da intimidade emocional, a dificuldades nos relacionamentos e à objetificação sexual. Essa revisão sistemática contribuiu para o conhecimento sobre os efeitos do uso excessivo de pornografia fornecendo subsídios para o desenvolvimento de intervenções e estratégias de prevenção.

A conscientização sobre os impactos negativos desse comportamento mostrou-se essencial para que as pessoas pudessem fazer escolhas mais conscientes em relação ao consumo de pornografia e assim melhorar sua qualidade de vida e relacionamentos.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

A Revisão Bibliográfica foi conduzida por meio da busca de artigos científicos relevantes nas bases de dados eletrônicas, incluindo: Google Acadêmico, PubMed, CAPES, PsycINFO e Scopus. Os critérios de inclusão foram estabelecidos a partir da procura por artigos que abordavam as seguintes palavras chaves: *Pornografia; Pornography; Vicio em pornografia; Pornografia e saúde mental; pornografia e as relações interpessoais* etc.

Devido à dificuldade em encontrar artigos que dissertassem especificamente sobre estes assuntos, a complexidade da busca nos levou a consultar alguns materiais mais antigos, com mais de 05 (cinco) anos de publicação.

Apesar disso, os resultados da pesquisa foram submetidos a uma análise criteriosa, com foco na identificação das tendências e conclusões comuns encontradas nos estudos selecionados. Essa abordagem permitiu uma avaliação abrangente da literatura disponível sobre o tema.

Portanto, a metodologia utilizada neste trabalho envolveu a pesquisa, seleção e análise de artigos científicos que abordaram o uso excessivo de pornografia e seus efeitos na saúde mental e nas relações interpessoais, sem restrição ao período de publicação, utilizando as bases de dados mencionadas e palavras-chave específicas para orientá-la.

2.2 Resultados e Discussão

2.2.1 Pornografia e seu uso na Sociedade Contemporânea

Segundo o Dicionário Houaiss da língua portuguesa Houaiss (2001), pornografia é definida como “um tipo de conteúdo visual, textual ou audiovisual que tem a finalidade de despertar a excitação sexual por meio de representações explícitas ou implícitas de cenas eróticas ou atos sexuais”. Atitudes frente à pornografia e as consequências do seu uso ainda são pouco estudadas no Brasil, apesar do alto consumo desse tipo de material no país (BAUMEL, 2019).

Diante disso, é possível perceber a relevância do estudo sobre o uso excessivo de pornografia ter se tornado uma questão preocupante na sociedade contemporânea, pois trata-se de um grande fenômeno, que devido “a disponibilidade desse conteúdo, especialmente por meio da internet, permite que, além de adultos, crianças e adolescentes o acessem com maior facilidade e em grande diversidade” (BAUMEL, 2019).

O uso frequente das produções pornográficas on-line pode resultar no desenvolvimento de uma patologia que poderia ser incluída no DSM-5 (Diagnostic and Statistical Manual) como doença de dependência sexual e pornográfica, visto que tal manual é responsável por listar distintas categorias de transtornos mentais e fornecer orientações para diagnosticá-los. “Todavia, no DSM-5, essa adicção não foi incorporada, embora exista nesse manual uma nova seção para vícios comportamentais. Um dos motivos para a não classificação é a falta de pesquisas sobre o assunto” (BALDIM, 2017).

Em um de seus artigos, Fernanda Baldim, esclarece que o DSM-5 é uma referência amplamente reconhecida para a classificação de transtornos mentais, e a ausência da dependência sexual e pornográfica como uma categoria oficial é notável e isso tem levantado debates e discussões com o argumento de que a falta de pesquisa sobre o tema pode ser um dos motivos para essa omissão. A pesquisadora também sugere que há espaço para estudos adicionais e uma análise mais aprofundada dessa possível condição.

A facilidade de acesso a esse tipo de conteúdo é evidente, e a demanda por pornografia na internet é alta.

> O vício em pornografia é camuflado socialmente, por isso os usuários se escondem no cenário virtual, sendo esse meio encarado como a única ferramenta de auxílio. Ironicamente, a internet tem duas facetas: ela propicia o acesso ilimitado à pornografia, mas é um recurso utilizado para se procurar por ajuda no que diz respeito à dependência (BALDIM, 2017, p. 15).

Os indivíduos podem explorar uma infinidade de opções, desde materiais mais suaves até conteúdos mais explícitos, dependendo de suas preferências pessoais.

2.2.3 Impactos na Saúde Mental

A saúde mental abrange diversos aspectos do bem-estar psicológico e emocional de um indivíduo, incluindo a autoestima, ansiedade, depressão, estresse e funcionamento cognitivo.

> A neurociência já buscou investigar o comportamento aditivo relacionado ao consumo de pornografia e descreveu os eventos neurológicos desencadeados

> no cérebro de homens ao acompanhar pornografia, começando pelo aumento de atividade na área tegmental ventral, próximo ao núcleo accumbens, conhecido pelo centro do prazer e recompensa. As conexões estabelecidas são a fonte da excitação sexual, e assistir materiais pornográficos aumenta este tipo de ansiedade. Na ejaculação, libera-se dopamina e a aço da amígdala, a reguladora das emoções e responsável pelas reações de medo, é inibida. Portanto, o orgasmo está associado ao ápice de prazer e ausência de medo. Além disso, com a participação da glândula basal, encarregada da aprendizagem implícita, o consumo da pornografia é associado a uma experiência satisfatória. A ação dos neurônios espelhos criam um hábito neurológico quando um indivíduo se excita ou masturba assistindo pornografia. Dessa forma, aciona-se o sistema visual, motor, sensorial aos efeitos neurológicos do orgasmo, construindo a compulsão sexual e o vício em pornografia (ANGELONI, 2021, p.19).

Outras pesquisas mostram que a exposição prolongada a imagens pornográficas pode levar a mudanças neuroquímicas no cérebro, afetando os sistemas de recompensa e gratificação. Isso pode resultar em uma busca constante por novos estímulos pornográficos e dificuldade em controlar o consumo.

> Outros sinais de disfunção sexual induzida por Pornografia incluem a perda de ereções noturnas, matinais e/ou espontâneas, dificuldade em manter ereção aquando colocação do preservativo, necessidade de fantasiar com Pornografia para manter ereções ou interesse pela parceira e perda de ereção aquando tentativa de penetração (ROMERO, 2019, p.25).

Segundo Romero (2019), o uso excessivo de pornografia pode estar associado a problemas nesses aspectos. A exposição frequente a conteúdos pornográficos pode levar ao desenvolvimento de fantasias irreais sobre a sexualidade, gerando insatisfação sexual, disfunção erétil, diminuição da intimidade emocional e dificuldades nos relacionamentos.

2.2.4 Relações Interpessoais e Intimidade: Efeitos do Uso Excessivo de Pornografia

No contexto das relações interpessoais, o uso excessivo de pornografia pode ter implicações negativas, exposição frequente a conteúdos pornográficos pode levar à objetificação sexual e à diminuição da empatia nos relacionamentos reais (BAUMEL, 2020). Agressividade relacional, menos comunicação positiva, menor interesse pelo parceiro e menor estabilidade afetiva são também suportados (CARROLL *et al*., 2016; *apud* Ferreira; SANTOS, 2023).

A capacidade de amar dos sujeitos viciados em pornografia está deteriorada, pois eles não conseguem se desprender do autoerotismo, que culmina em seu próprio aniquilamento. Alguns sujeitos envolvidos no vicio da pornografia afirmam que não sentiram vontade de estar com outra pessoa, o que pode indicar uma (in)capacidade de amar (BALDIM, 2017)

Isso pode resultar em dificuldades de intimidade emocional, comunicação e satisfação sexual em relacionamentos afetivos, “pesquisas indicam que o uso excessivo de pornografia pode ter impactos negativos no relacionamento” (STEWART; SZYMANSKI, 2012; HILTON, 2013 *apud* BAUMEL, 2020).

Segundo Baldim (2017), a maior parte dos sujeitos demonstram esconder de suas par-

ceiras, amigos e família o vício pela pornografia. Entretanto, quanto mais camuflado o vício é, maior o nível de destrutividade do sujeito, haja vista que este recorre a outras vias para se sentir melhor. Quanto mais reservado for o sujeito quanto ao seu vício, mais este o destrói e seus efeitos invadem o ambiente familiar e profissional, esse tipo de comportamento é o mais degradante.

Além disso, foi possível constatar a associação entre pornografia e o aumento significativo de disfunção erétil e desempenho sexual em homens com menos de 40 anos, as disfunções sexuais, conforme delineadas no Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, 5ª edição (DSM-5), constituem um conjunto variado de perturbações que se manifestam por meio de notáveis dificuldades na capacidade de uma pessoa responder adequadamente no contexto sexual ou vivenciar satisfação sexual.

Um exemplo notório disso é a disfunção erétil, que se caracteriza pela incapacidade acentuada e recorrente de alcançar ou manter ereções durante a atividade sexual, resultando em um sofrimento clinicamente significativo, o DSM-V não caracteriza a pornografia como algum tipo de distúrbio ou vicio. “O consumo de Pornografia provoca a libertação de dopamina, que inicialmente aumenta a sensação de bem-estar associada à masturbação, ao mesmo tempo que fornece as bases neurobiológicas para a dependência. Essa situação afeta negativamente a intimidade emocional e os relacionamentos” (FERREIRA; SANTOS, 2023), deste modo o consumo de pornografia leva a uma excitação artificial que pode diminuir o interesse pelo parceiro real, prejudicando assim a relação interpessoal. Essa situação afeta negativamente a intimidade emocional e os relacionamentos, gerando uma sensação de afastamento entre as partes envolvidas.

A falta de resposta às expectativas sexuais masculinas, juntamente com a incapacidade em obter mais estímulo com um simples “click”, levará a um declínio na libertação de dopamina na via mesolímbica, resultando em perda de interesse por relações sexuais e Disfunção Eretil, (ROMERO, 2019). “No âmbito conjugal, identifica-se instabilidade emocional e econômica, menor satisfação e intimidade sexual entre ambos e identificação da pornografia como infidelidade” (ANGELONI, 2021).

Esse estudo sugere que o uso prolongado e excessivo de pornografia pode estar associado, possivelmente ao desenvolvimento de fantasias irreais sobre a sexualidade, que podem levar à insatisfação sexual e dificuldades na intimidade.

Para lidar com essa questão, é fundamental promover uma conscientização maior sobre os possíveis efeitos negativos do uso excessivo de pornografia. Por isso, educação e informação são essenciais para que as pessoas compreendam os impactos e possam tomar decisões conscientes em relação ao seu consumo de pornografia.

> O tratamento baseia-se simplesmente na cessação de estímulos não fisiológicos, conhecida por Extinção do Estímulo (“rebooting”). O objetivo é cessar todo o consumo de PI, assim como toda a exposição a qualquer um dos seus substitutos (imagens sexuais, literatura erótica, salas de chat etc.) e concentrar-se apenas em interações humanas reais. Alguns homens recuperam-se rapidamente; outros precisam de meses ou até anos para a remissão. Geralmente, homens com 35 ou mais anos relatam o tratamento de disfunções sexuais em apenas 8 a 12 semanas. A sua função sexual tende a ser readquirida desde que evitem Pornografia (ROMERO, 2019, p.24).

Segundo o autor, medida a recuperação do cérebro, pode-se observar um aumento na facilidade de ereções e maior sensibilidade no pênis. Com o passar do tempo, os níveis de dopamina tendem a retornar ao seu equilíbrio normal. É esperado também um au-

mento no interesse por parceiros sexuais reais. Além disso, pode-se experimentar maior prazer em atividades cotidianas, como um passeio na natureza, interações com animais de estimação ou um sorriso amigável de um desconhecido.

> Esta neuroplasticidade inerente sugere a forma como o doente da restaurou a atração e o desempenho sexual com a sua parceira depois de cessar a utilização do brinquedo sexual e o consumo de Pornografia, ou seja, após diminuir ou extinguir as respostas condicionadas a estímulos artificiais (ROMERO, 2019, p.23).

O autor fala que durante a recuperação, ocorrem mudanças neuroquímicas e neuroplásticas no cérebro, que contribuem para a reversão dos efeitos negativos do uso excessivo de pornografia. A redução da exposição à pornografia permite que os circuitos cerebrais relacionados à excitação sexual e recompensa se reequilibrem. Gradualmente, a sensibilidade aos estímulos naturais retorna, o que pode resultar em uma maior capacidade de experimentar prazer.

> A abordagem psicoterapêutica, com o propósito de promover a cessação completa de PI, revela-se um método eficaz e razoavelmente célere; em comparação com a abordagem psicofarmacológica, ainda questionável e inconclusiva, a qual deve ser ponderada apenas como terapia adjuvante ou secundária. Adicionalmente, por inexistência de bibliografia relativamente a psicoterapia cognitivo-comportamental, propõe-se a realização de investigação futura, onde se avalie os seus potenciais benefícios na melhoria destes doentes (ROMERO, 2019, p.27).

O Autor enfatiza a eficácia da abordagem psicoterapêutica na promoção da cessação completa do uso excessivo de pornografia em comparação com a abordagem psicofarmacológica, que ainda é vista como questionável e inconclusiva. Essa afirmação destaca a importância de abordagens terapêuticas baseadas na conversa e na psicologia em lidar com o vício em pornografia, em vez de depender exclusivamente de intervenções farmacológicas.

> Logo após abandonar a PI, incapacidade de parar de visualizar apesar das consequências negativas, perda de interesse em atividades que anteriormente desfrutavam e regresso repetido à PI mesmo após a sua recuperação. Também costumam relatar sintomas de abstinência durante as semanas (e até meses) após deixarem a PI: irritabilidade, insónia, alterações de humor, cefaleias, crises de pânico, depressão, sudorese, défice de atenção, letargia, ideação suicida ou desejo incontrolável de ver PI (ROMERO, 2019, p.25).

No entanto, é importante ressaltar que o processo de recuperação não segue uma trajetória linear. É comum ocorrerem altos e baixos antes de alcançar um equilíbrio ideal. Os “baixos” mais frequentes incluem quedas de humor e desejos incômodos. Nesses momentos, a possibilidade de recaída é uma realidade significativa devido à existência de um “buraco de pornografia” que foi profundamente enraizado no cérebro.

3. CONCLUSÃO

O objetivo deste estudo foi explorar as implicações do uso excessivo de pornografia na saúde mental e nas relações interpessoais, fornecendo uma visão abrangente sobre essa questão a Revisão Bibliográfica revelou que a exposição prolongada a conteúdos pornográficos pode estar associada a mudanças neuroquímicas no cérebro, afetando os sistemas de recompensa e gratificação. Isso pode levar a uma busca constante por novos estímulos pornográficos e dificuldade em controlar o consumo, afetando negativamente a saúde mental.

Os resultados mostraram que o uso excessivo de pornografia pode resultar na objetificação sexual e na diminuição da empatia nos relacionamentos reais. Isso pode trazer problemas de comunicação, insatisfação sexual, Disfunção Erétil (DE) e dificuldades de intimidade emocional em relacionamentos afetivos.

Embora tenhamos alcançado êxito na exploração dessas questões, é importante reconhecer algumas limitações deste estudo. Primeiramente, a pesquisa se baseou nos poucos estudos disponíveis que evidenciaram a baixa quantidade de trabalhos sobre este tema. Consequentemente, constatou-se insuficiência de elementos conclusivos e a necessidade de atenção especial a este tema para o início de futuros trabalhos dentro dessa linha de pesquisa. Além disso, a falta de estudos específicos sobre a dependência sexual e pornográfica no contexto brasileiro representa uma limitação significativa, destacando a necessidade de mais pesquisas adicionais nesse campo.

Recomenda-se que estudos futuros dissertem mais sobre essas questões com uma abordagem mais ampla e incluam a perspectiva de diferentes grupos demográficos, como crianças, adolescentes e adultos. Ademais, é importante continuar a explorar intervenções terapêuticas eficazes para ajudar aqueles que lutam com o uso excessivo de pornografia.

Este estudo buscou lançar luz sobre o tema complexo do que é o uso excessivo de pornografia, evidenciando suas implicações na saúde mental e nas relações interpessoais. Esperamos que ele possa contribuir para uma maior conscientização sobre os possíveis efeitos negativos desse comportamento e que incentive novas pesquisas e a busca por soluções para lidar com essa questão na sociedade contemporânea.

Referências

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Diagnostic and statistical manual of mental disorders**. 5. ed. Washington: American Psychiatric Publishing, 2013.

ANGELONI, Talissa de Assis. **Consumo e efeitos da pornografia, práticas sexuais violentas e desigualdade de gênero**. 2021. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – Universidade Federal de São Carlos, São Carlos, 2021.

BALDIM, Fernanda Alves**. O vício em pornografia: considerações sobre a internet e a adicção na atualidade**. 2017. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade Estadual de Maringá, Maringá, 2017.

BAUMEL, C. P. C., Silva, P. de O. M. da ., Guerra, V. M., Garcia, A., & Trindade, Z. A.. (2019). Atitudes de Jovens frente à Pornografia e suas Consequências. **Psico-usf**. São Paulo, v. 24, n. 1, p. 131–144, jan. 2019.

BAUMEL, Cynthia Perovano Camargo et al . Consumo de Pornografia e Relacionamento Amoroso: uma Revisão Sistemática do Período 2006-2015. **Gerais, Rev. Interinst. Psicol.** Belo Horizonte , v. 13, n. 1, p. 1-19, jan. 2020 .

FERREIRA, R. M. C.; SANTOS, M. S. Dos efeitos à constatação dos usos da pornografia pela audiência. Intercom: **Revista Brasileira de Ciências da Comunicação**, São Paulo, v. 46, p. e2023102, 2023.

HOUAISS, Antônio. **Pequeno dicionário Houaiss da Língua Portuguesa**. São Paulo: Moderna, 2015.

MOLLAIOLI, Daniele & Sansone, Andrea & Romanelli, Francesco & Jannini, Emmanuele. **Sexual Dysfunctions in the Internet Era**. Springer, 2018

ROMERO, F.J.S. (2019). **Disfunção Erétil Induzida por Pornografia: Revisão de Literatura.** 2019. Dissertação (Mestrado integrado em medicina) - Faculdade de Lisboa, Lisboa, 2019.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

10

PSICOLOGIA, GESTÃO E TRABALHO: ANÁLISE DA ATUAÇÃO DO PSICÓLOGO NO PROCESSO DE RECRUTAMENTO E SELEÇÃO

PSYCHOLOGY, MANAGEMENT AND WORK: ANALYSIS OF THE PSYCHOLOGIST'S INFLUENCE IN THE PROCESS OF RECRUITMENT AND SELECTION

Amanda Peixoto Vasconcelos Lima

Resumo

Essa pesquisa tem como principal objetivo compreender a atuação do Psicólogo Organizacional e do Trabalho no processo de recrutamento e seleção. A metodologia utilizada nessa pesquisa foi uma Revisão de Literatura. Ela foi desenvolvida por meio da consulta a livros, artigos, dissertações, teses e monografias presentes nas bases de dados Scielo, LILACS, Google Acadêmico e Portal de Periódicos da CAPES. Foram utilizados os materiais publicados nos últimos cinco anos. Como resultado da pesquisa, verificou-se que o Psicólogo desempenha um papel fundamental no processo de recrutamento e seleção de pessoal, oferecendo seus conhecimentos para a organização tanto na estruturação do processo quanto na avaliação dos candidatos, identificando seus perfis comportamentais e habilidades técnicas. Para garantir uma seleção precisa e eficaz, diversas etapas são implementadas, envolvendo atividades como a aplicação de testes, a realização de dinâmicas de grupo e entrevistas. O que distingue a contribuição do Psicólogo é a sua compreensão do comportamento humano, permitindo que ele adote uma abordagem mais humanizada no processo de seleção. Descrever e entender o papel do Psicólogo no recrutamento e na seleção de pessoas pode trazer diversos benefícios, incluindo a melhoria dos processos tanto para os colaboradores quanto para as empresas. Conclui-se que o objetivo principal deste artigo foi alcançado, pois proporcionou uma visão detalhada da atuação do Psicólogo organizacional e do Trabalho no recrutamento e seleção de pessoal, sob a perspectiva da Análise do Comportamento.

Palavras-chave: Psicólogo Organizacional e do Trabalho, Organizações, Recrutamento e Seleção.

Abstract

This research has as the main objective to comprehend the influence of the Organisational Psychologist in the process of recruitment and selection. The methodology used was a revision of literature. It was done by reading books, articles, dissertations, thesis and monographies that are in the databases of Scielo, LILACS, Google Scholar and 'Porta de Periódicos da CAPES'. The last 5 years researchs were considered. As result, it was determined that the Psychologist performs an important work in the process of recruitment and selection of workers, giving their knowledge to the organisation of the recruitment process and in the evaluation from the candidates, identifying their behavioral profiles and technical abilities. To guarantee a precise and efficient selection, many steps are implemented: test applications, group meetings and interviews. What differentiates the Psychologist's contribution is their comprehension of human behaviour, allowing that they choose a much human approach in the recruitment process. To describe and to understand the Psychologist's contribution in recruitment can bring benefits in the recruitment process for the enterprises. The main objective of this article has been achieved because it gave a detailed view in the Organisational Psychologist's contribution in the recruitment and selection of people under the perspective of Behavioural Analysis.

Keywords: Organisational Psychologist, Recruitment and Selection.

1. INTRODUÇÃO

Na atual economia global, a competição está se intensificando, e o mercado de trabalho está exigindo cada vez mais dos profissionais. Portanto, o recrutamento e seleção de funcionários se destacam como elementos cruciais para as organizações, tornando o departamento de Recursos Humanos (RH) um veículo essencial na busca pela realização de metas estratégicas e no sucesso das empresas.

Para que o RH alcance êxito, o psicólogo organizacional desempenha um papel fundamental, justificando sua relevância na contratação de profissionais de alto desempenho para as empresas. O trabalho desse profissional durante o processo de seleção e recrutamento concentra-se nas competências, habilidades e atitudes dos candidatos, garantindo o adequado desempenho das funções dos cargos contratados. Uma das áreas centrais da Psicologia Organizacional é a seleção e recrutamento de funcionários. Isso envolve a criação e aprimoramento de técnicas e métodos para avaliar a adequação dos candidatos a cargos específicos, bem como a identificação de habilidades e traços de personalidade relevantes. Nesse contexto, o psicólogo está conquistando um espaço cada vez maior nas organizações, evidenciando sua importância e a necessidade de sua participação nas decisões, a fim de garantir que as metas estabelecidas pelas empresas sejam alcançadas,

resultando em resultados positivos nos negócios.

Esta pesquisa justifica-se na importância da Psicologia Organizacional e do Trabalho dentro de uma organização, bem como da atuação deste psicólogo nos processos de recrutamento e seleção. Além disso, torna-se importante uma abordagem a respeito das principais limitações e desafios enfrentados por estes profissionais na contemporaneidade, a fim de garantir que a mão de obra humana esteja em plenas condições de desempenhar seus papeis nas organizações.

A Psicologia Organizacional e do Trabalho (POT) caracteriza-se como uma área do conhecimento que busca estudar a relação do homem com seu trabalho e com a sociedade. Tendo em vista que o trabalho corresponde à sua fonte de sobrevivência, satisfação pessoal e profissional, a POT faz uso de técnicas e métodos aplicados em organizações do trabalho. Entretanto, poucas empresas implantam estratégias e programas que possibilitem uma gestão mais efetiva de Recursos Humanos. Diante deste contexto, o problema de pesquisa deste trabalho baseia-se no presente questionamento: Quais são as atribuições do Psicólogo Organizacional em uma empresa no processo de recrutamento e seleção?

Diante disso, essa pesquisa tem como principal objetivo compreender a atuação do Psicólogo Organizacional e do Trabalho no processo de recrutamento e seleção. Especificamente, buscou-se: a) Conceituar a Psicologia Organizacional e do Trabalho, bem como analisar o seu histórico; b) Entender o processo de recrutamento e seleção; c) Analisar de que maneira o Psicólogo Organizacional e do Trabalho pode atuar no processo de recrutamento e seleção.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

A metodologia utilizada nessa pesquisa foi uma Revisão de Literatura. Ela foi desenvolvida por meio da consulta a livros, artigos, dissertações, teses e monografias presentes

nas bases de dados Scielo, LILACS, Google Acadêmico e Portal de Periódicos da CAPES. Foram utilizados os materiais publicados nos últimos cinco anos. Nisso, foi abordada a pesquisa exploratória, bibliográfica, descritiva numa abordagem qualitativa. Adota-se tal método porque as pesquisas descritivas são, juntamente com as exploratórias as que, habitualmente realizam os pesquisadores sociais preocupados com a atuação prática. Na abordagem qualitativa a pesquisa expõe ideias a partir de dados analisados. A pesquisa se deu no fato em questão da importância da Psicologia Organizacional e do Trabalho dentro de uma organização, bem como da atuação deste psicólogo nos subsistemas de uma organização.

As palavras-chave utilizadas na busca foram: “Psicologia Organizacional e do Trabalho”; “Recrutamento”; “Seleção”.

2.2 Resultados e Discussão

2.2.1 A Psicologia Organizacional e do Trabalho: conceitos e histórico

A Psicologia é uma ciência com múltiplas possibilidades de aplicação, tanto na saúde como empresarial, podendo ser aplicada de forma individual ou em grupo. De acordo com Rothmann (2018, p.21), “é a ciência dos fenômenos psíquicos e do comportamento”, com possibilidade de aplicação das áreas da saúde, organizacionais, educacionais, dentre outras. Por ser uma ciência muito abrangente, a Psicologia se faz presente nas diversas áreas temáticas onde a abordagem seja o comportamento humano.

Nesse contexto, uma das áreas da Psicologia de grande relevância é a Psicologia Organizacional e do Trabalho (POT). Ela procura estudar os comportamentos cotidianos do trabalhador dentro de uma organização, tanto no que diz respeito ao seu bem-estar, como nas emoções presentes no ambiente de trabalho (GUSSO, 2019).

De acordo com Gomide Júnior, Silvestrin e Oliveira (2015), a POT é uma disciplina tanto teórica como prática que visa, diante do uso de teorias e conceitos, métodos e ferramentas procedentes da Psicologia, descrever e explicar o comportamento dos indivíduos e seus grupos em ambientes de trabalho, assim como os processos relacionados a eles.

O objetivo da POT é ainda intervir, tanto sobre a pessoa como sobre o trabalho, a fim de atender as necessidades dos trabalhadores, sem deixar de lado os benefícios da empresa. De maneira geral, cabe à POT estudar e acompanhar a relação existente entre a empresa e seu funcionário, avaliando questões como a existência de doenças ocupacionais, transtornos psicológicos, a comunicação no ambiente de trabalho, o comportamento organizacional, dentre outros aspectos (GUSSO, 2019).

Bernardo *et al*. (2018) ressaltam que a POT é um segmento da Psicologia que tem cada vez mais importância nas empresas modernas, pois auxilia na compreensão da relação entre a performance humana e a empresarial. Cabe também à POT refletir e construir soluções para os conflitos existentes nestes ambientes, proporcionando a melhoria da qualidade de vida no ambiente de trabalho, a melhora do clima organizacional e o reconhecimento de talentos.

A Psicologia Organizacional e do Trabalho é uma subdisciplina da psicologia que se concentra no estudo do comportamento humano no contexto das organizações e do ambiente de trabalho. Ela tem como objetivo compreender e melhorar diversos aspectos relacionados ao trabalho e à gestão de pessoas em organizações.

Explorando a evolução histórica da Psicologia Organizacional e do Trabalho, espe-

cialmente no contexto do recrutamento e seleção, desde seus estágios iniciais até sua integração efetiva no cenário brasileiro e sua aplicação contemporânea. Atualmente, essa disciplina desempenha um papel vital na maioria das empresas, contribuindo para um departamento de recursos humanos mais centrado nas necessidades e no bem-estar dos colaboradores. Com o decorrer dos anos, consolidou-se no Brasil e ganhou destaque nas organizações, visando aprimorar as condições de trabalho, fomentar o desenvolvimento de equipes e aperfeiçoar o processo de recrutamento e seleção de forma precisa (BERNARDO, 2018).

A Psicologia Organizacional e do Trabalho é um dos subcampos de atuação da psicologia. Sua consolidação ocorreu durante a Segunda Guerra Mundial, quando estava fortemente ligada a abordagens mecanicistas e à psicometria. Essa ênfase inicial pode ter contribuído para uma menor procura por essa área, uma vez que os cursos de psicologia nas universidades, em sua maioria, tinham um foco predominantemente clínico e não abrangiam a diversidade de tópicos e abordagens presentes na Psicologia Organizacional e do Trabalho. Isso levou a uma escassez de pesquisas nesse campo, apesar de ser o segundo maior segmento em demanda por profissionais (GUSSO, 2019).

Hoje em dia, a Psicologia Organizacional e do Trabalho tem como objetivo principal a compreensão do comportamento humano dentro das organizações, visando melhorar a qualidade de vida e o desempenho dos trabalhadores. No Brasil, seu desenvolvimento teve origens distintas, inicialmente como “psicologia industrial” focada principalmente na produtividade, sem considerar as condições de trabalho e o bem-estar dos funcionários (AMBIEL, 2019).

Ao longo dos anos, a Psicologia Organizacional e do Trabalho passou por três fases distintas de desenvolvimento até sua consolidação. A crescente demanda por conhecimento e a necessidade de abordagens mais abrangentes levaram a um maior reconhecimento dessa área, que, inicialmente, era menosprezada (BENETTI *et al*., 2019).

Entretanto, houve momentos de declínio, especialmente nas décadas de 70 e 80, quando algumas perspectivas ideologicamente conservadoras associadas à Psicologia Organizacional e do Trabalho afastaram pesquisadores e profissionais da área. Isso teve impactos significativos na falta de investimento e de produção científica nesse campo. As universidades, por exemplo, ofereciam poucos recursos e se baseavam principalmente em traduções de autores estrangeiros, resultando em uma base de conhecimento limitada e publicações escassas (BERNARDO *et al*., 2018).

A evolução da Psicologia Organizacional e do Trabalho (POT) no Brasil compreende três fases distintas: a Psicologia Industrial, a Psicologia Organizacional e a Psicologia Organizacional e do Trabalho. Para compreender a POT atual, é necessário revisitar essas etapas marcantes (CAMARGO, 2018).

Inicialmente, surgiu a Psicologia Industrial, que teve suas origens na Revolução Industrial. Nesse período, o foco estava na adaptação dos trabalhadores à indústria, visando principalmente a lucratividade. Os psicólogos industriais eram responsáveis por práticas como seleção, recrutamento e orientação, com o objetivo de aumentar a produtividade e o lucro. Essa fase perdurou desde 1924 até meados dos anos 1970 e incluiu estudos sobre eficiência em design de tarefas, seleção e treinamento de funcionários, bem como avaliação de desempenho (CRUZ *et al*., 2020).

A segunda fase da POT no Brasil concentrou-se na qualidade de vida dos colaboradores, destacando o clima organizacional como ponto central. Durante duas décadas, aproximadamente de 1970 a 1990, essa fase foi conhecida como Psicologia Organizacional. O foco agora recaía sobre o clima organizacional e a qualidade de vida no trabalho, com a

introdução de dinâmicas de grupo e o estudo das relações humanas. Nesse período, houve maior atenção aos aspectos organizacionais, ao estresse no trabalho e ao desenvolvimento de conceitos de supervisão e liderança (FIORINI, 2019).

A terceira e atual fase é a Psicologia Organizacional e do Trabalho, cujo foco principal é o bem-estar integral dos colaboradores dentro do contexto organizacional. Isso inclui a saúde física e mental, além da busca por uma melhor qualidade de vida, sem deixar de considerar a melhoria da produção e seus impactos. O termo "Psicologia Organizacional e do Trabalho" começou a ser utilizado na década de 90 para abranger a crescente diversidade da área, reconhecendo dois eixos principais: as organizações como formadoras de coletivos humanos e o trabalho como atividade fundamental para a existência individual e social (CRUZ *et al*., 2020).

Nesse sentido, os fenômenos organizacionais são vistos como processos psicossociais que moldam a vida das pessoas e o funcionamento da sociedade. O trabalho é considerado um elemento transformador não apenas da matéria, mas também da vida psicológica, social, cultural, política e econômica (FIORINI, 2019).

A atuação dos profissionais da POT é ampla e abrange diversas funções e tarefas, desde a contribuição teórica e prática para compreender o comportamento humano nas organizações até o diagnóstico de problemas e a formulação de intervenções no contexto de Recursos Humanos. Essa atuação pode ir além dos subsistemas de RH e se estender ao nível político das organizações, demonstrando a capacidade de contribuição valiosa desse profissional em diversas áreas empresariais (GOMIDE JÚNIOR; SILVESTRINI; OLIVEIRA, 2019).

2.2.2 O Processo de Recrutamento e Seleção

No âmbito do Recrutamento e Seleção de uma empresa, é fundamental que o recrutador atraia candidatos que se encaixem melhor no perfil do cargo em aberto. O objetivo é escolher aquele que mais se assemelhe ao perfil desejado para a função em questão (FIORINI, 2019).

A história da Humanidade nos mostra que a escolha de fazer parte de um grupo ou organização é individual. São os indivíduos que escolhem onde irão trabalhar. Por sua vez, as organizações escolhem aqueles que desejam como funcionário, sendo está uma relação recíproca. O recrutamento faz parte da primeira etapa do processo de admissão de indivíduos que estão interessados em fazer parte de uma organização. Esse processo visa atrair candidatos e reunir o máximo de informações que mais tarde serão utilizadas para a análise e posteriormente ajudar na decisão de admissão ou não do candidato (MAPELI, 2021).

O recrutamento é um processo fundamental dentro das organizações e por esta razão possui critérios específicos para que durante o processo, apenas os candidatos com o perfil exigido sejam indicados para a seleção. Recrutar é o momento da pesquisa, onde se faz a coleta de informações que irão auxiliar o gestor a fazer a escolha mais adequada para o cargo disponível (OLIVEIRA, 2019).

O psicólogo organizacional emprega o processo de recrutamento como uma estratégia para atrair e identificar candidatos, dentre os quais os escolhidos podem preencher as vagas em aberto na empresa. A principal finalidade do recrutamento é disponibilizar as oportunidades de emprego disponíveis no mercado e, em seguida, selecionar aqueles que se encaixam nas características desejadas pela organização em questão. Segundo Chiave-

nato (2004), o recrutamento é um conjunto de procedimentos com o propósito de atrair profissionais qualificados para ocupar posições específicas, levando em consideração as necessidades de recursos humanos presentes e futuras da empresa. Portanto, o objetivo primordial do recrutamento é identificar candidatos de forma criteriosa, por meio de diversas técnicas de divulgação, para que eles atendam aos requisitos mínimos do cargo a ser preenchido e possam suprir as necessidades da organização (GOMIDE JÚNIOR; SILVESTRINI; OLIVEIRA, 2019).

O processo de recrutamento permite que as empresas localizem potenciais recursos humanos que estejam em sintonia com as necessidades e critérios estabelecidos pela empresa. Esse processo de recrutamento pode ser de três tipos: interno, externo ou uma combinação de ambos. Cada um desses tipos apresenta vantagens e desvantagens específicas, mas todos têm a finalidade de contribuir para a formação e aprimoramento das organizações em relação aos profissionais disponíveis no mercado (MAPELI, 2021).

O recrutamento externo envolve a atração de candidatos que atualmente não têm vínculo com a organização. Trata-se da admissão de um colaborador de fora para se juntar à equipe, contribuindo com novas ideias e perspectivas com o objetivo de promover o progresso na empresa. A estratégia de atração é desenvolvida de forma a despertar o interesse dos candidatos em se tornarem parte da equipe, destacando as oportunidades e novidades que o mercado de trabalho oferece (GOMIDE JÚNIOR; SILVESTRINI; OLIVEIRA, 2019).

Já o recrutamento interno se caracteriza pela mudança de cargo ou setor de funcionários que já fazem parte da empresa. Isso pode ocorrer por meio de promoções, especialmente em empresas que implementam planos de carreira para seus colaboradores. Na etapa de decisão do tipo de recrutamento a ser utilizado, as organizações consideram opções como recrutamento interno, recrutamento externo ou uma combinação dos dois, conhecida como recrutamento misto. Esse último é amplamente adotado por empresas de grande porte (OLIVEIRA, 2019).

É importante ressaltar que cada tipo de recrutamento possui vantagens e desvantagens, como custos, tempo de adaptação dos novos colaboradores à empresa e à função, entre outros fatores. A escolha do método apropriado depende da análise das circunstâncias ambientais e da estrutura da equipe, com a participação do psicólogo organizacional na definição da estratégia mais adequada para cada situação. Para a promoção e progressão na carreira, é fundamental avaliar as competências que o colaborador adquiriu ao longo de sua trajetória na empresa (PUENTE-PALACIOS; PORTO; MARTINS, 2020).

O processo de seleção, por sua vez, é uma continuação do processo de recrutamento, estando intimamente relacionados. Seu principal objetivo é filtrar e categorizar os candidatos de acordo com as necessidades da organização, com vistas a manter a eficácia e o desempenho dos colaboradores, bem como a eficácia geral da empresa (PUENTE-PALACIOS; PORTO; MARTINS, 2020).

Quando o processo de seleção é conduzido de forma eficaz, resulta em alta produtividade, um retorno positivo sobre o investimento realizado, auxiliando a organização a alcançar seus planos e metas. É relevante ressaltar que o processo de seleção não se limita a avaliar apenas a experiência e o conhecimento dos candidatos, mas é um procedimento multifacetado que busca uma análise profunda e criteriosa do que cada indivíduo pode contribuir para a organização (GOMIDE JÚNIOR; SILVESTRINI; OLIVEIRA, 2019).

O processo de seleção abrange dois aspectos cruciais: o aspecto físico e o aspecto psicológico. O aspecto físico envolve a avaliação de variáveis objetivas consideradas relevantes para o desempenho das funções, como tempo de reação, destreza manual e digital,

controle de ritmo, composição física, peso, altura, força, resistência e outras características pertinentes ao cargo. Já o aspecto psicológico envolve a avaliação de variáveis subjetivas por meio de testes de aptidão psicomotora, mental, mecânica e visual. Essas variáveis incluem memória, capacidade, inteligência, atenção, competência, motivação e temperamento, todas importantes para o desempenho das atividades (PUENTE-PALACIOS; PORTO; MARTINS, 2020).

No processo seletivo, são empregadas técnicas que permitem traçar o perfil pessoal do candidato com base em seu comportamento observado. Entre essas técnicas, destacam-se a descrição de cargos fornecida pela organização, que ajuda o profissional de recrutamento e seleção a compreender o perfil desejado para o desempenho adequado da função, aumentando a eficácia do processo. A entrevista desempenha um papel crucial no processo de seleção, sendo o instrumento mais utilizado para avaliar a empatia e o conhecimento dos candidatos em relação à empresa (OLIVEIRA, 2019).

As entrevistas podem ser classificadas em três categorias: estruturadas, não estruturadas e semiestruturadas. Entrevistas estruturadas são padronizadas e aplicadas a todos os candidatos, facilitando a comparação entre eles. Entrevistas não estruturadas permitem a avaliação da subjetividade dos candidatos, enquanto entrevistas semiestruturadas envolvem um conjunto de perguntas abertas pré-definidas, com espaço para considerações adicionais ao longo da entrevista (ROSA *et al*., 2019)

Além disso, no processo de seleção, outra etapa importante é a aplicação de testes psicológicos, que é uma responsabilidade exclusiva de psicólogos. Esses testes visam medir e avaliar aspectos como atenção, concentração, inteligência, habilidades e traços de personalidade dos candidatos, aspectos que podem ser difíceis de identificar apenas por meio da entrevista, mas que são essenciais de acordo com as características exigidas para o cargo (ROTHMANN, 2018).

Em 2003, o Conselho Federal de Psicologia (CFP) introduziu o Sistema de Avaliação de Testes Psicológicos, conhecido como SATEPSI, com o propósito de disseminar informações sobre os testes psicológicos em uso no Brasil. A Resolução CFP nº 002/2003, em seu Artigo 3º, estabelece os critérios mínimos que os testes devem atender para receberem reconhecimento oficial. Conforme essa resolução, os testes são categorizados como "privativos da Psicologia," o que significa que só podem ser utilizados por profissionais de Psicologia, ou "não privativos," os quais podem ser empregados tanto por psicólogos (se houver fundamentação teórica em conformidade com o Código de Ética Profissional do Psicólogo) quanto por profissionais de outras áreas (SALAZAR; SILVA; FANTINEL, 2021).

2.2.3 A atuação do Psicólogo Organizacional e do Trabalho no processo de Recrutamento e Seleção

Gusso et al. (2019) argumentaram que a psicologia organizacional e do trabalho se configura como uma subdivisão prática da psicologia, cujo foco recai sobre a análise do comportamento humano em relação ao ambiente de trabalho, à estrutura organizacional e à produtividade. Por isso, essa área tem atraído um grande número de psicólogos, tornando-se a segunda maior área de atuação, segundo um levantamento realizado pelo Conselho Federal de Psicologia.

A psicologia desempenha um papel significativo na gestão de empresas, visando melhorar a produtividade e a qualidade tanto dos setores quanto da vida dos colaboradores. Esse uso da psicologia se concentra principalmente na busca pela melhoria das condições

de trabalho, incluindo remuneração, oportunidades de crescimento, aspectos ambientais e físicos da organização, bem como relacionamentos interpessoais. Esses fatores têm um impacto direto na qualidade de vida dos trabalhadores (SALAZAR; SILVA; FANTINEL, 2021).

Portanto, é fundamental que os psicólogos: (1) estejam preparados para atividades administrativas, adquirindo conhecimentos em disciplinas de cursos de Administração e Economia para uma comunicação eficaz com as organizações; (2) desenvolvam uma visão global da empresa, compreendendo-a como um todo; e (3) busquem constantemente atualização de conhecimentos e reflexão crítica sobre procedimentos e atitudes, conforme Peixoto, Vasconcelos e Bentivi (2020).

No campo da gestão de pessoas, os psicólogos organizacionais podem desempenhar diversas atividades, como recrutamento e seleção interno e/ou externo, planejamento de treinamento em habilidades técnicas e de desenvolvimento pessoal/profissional, realização de pesquisas e indicadores, resolução de conflitos e negociações, análise de cargos e salários, aplicação de testes psicológicos, entre outras (VINCENTIN *et al*., 2021).

Segundo Nóbrega e Rodrigues (2021), as organizações são sistemas abertos compostos por vários subsistemas representados por departamentos, setores, entre outros. Compreender a organização como um sistema é fundamental para entender como as mudanças afetam esses subsistemas e, consequentemente, a importância do papel desempenhado por profissionais qualificados em cada área.

Ao ingressar no contexto organizacional, os psicólogos se deparam com uma ampla gama de demandas relacionadas à gestão e compreensão do comportamento de pessoas, grupos e estruturas organizacionais. A função do psicólogo é gerar conhecimento e atuar para reduzir conflitos, promovendo a aprendizagem, desenvolvimento e aplicação de conhecimentos psicológicos. Eles são responsáveis por atividades relacionadas à adaptação, aprendizado e desenvolvimento, visando resultados positivos tanto para a empresa quanto para o bem-estar e a saúde dos colaboradores (NÓBREGA; RODRIGUES, 2019).

Para Gomes (2020), os psicólogos investigam e analisam as múltiplas interações que envolvem a vida das pessoas, grupos e organizações. Essa área de atuação tem crescido e contribuído para a promoção e melhoria da qualidade de vida das pessoas. A atuação do psicólogo se encaixa no sistema de provisão de recursos humanos, incluindo a avaliação psicológica em processos seletivos, tanto internos quanto externos. As mudanças no contexto empresarial, especialmente na forma como as atividades são realizadas e nos avanços tecnológicos, tornam necessário repensar os perfis dos profissionais contratados, pois as tarefas estão cada vez mais complexas e multideterminadas.

Carneiro e Bastos (2020) enfatizam que identificar e contratar pessoas capazes de desempenhar suas atividades com sucesso, com base em seus conhecimentos e habilidades, torna-se o objetivo do processo de seleção. Um dos maiores desafios para os profissionais envolvidos no recrutamento e seleção, incluindo os psicólogos, é encontrar o perfil que não apenas atenda às competências comportamentais necessárias para o cargo, mas também seja compatível com a cultura da organização. A abordagem utilizada na avaliação do candidato deve ser cuidadosamente planejada, conforme Polato (2023) uma vez que o objetivo principal é identificar o candidato que, com base em suas características pessoais e profissionais, melhor se integrará às exigências do cargo e à cultura da empresa. O autor ainda lista diversas etapas no processo de seleção de pessoal, incluindo triagem (entrevistas e análise de currículo), testes (conhecimentos, desempenho e psicológicos), entrevistas de seleção, entrevistas técnicas, exames médicos, referências do candidato e admissão. Entre essas etapas, a avaliação psicológica é essencial.

A avaliação psicológica envolve a coleta de dados e interpretação por meio de ins-

trumentos psicológicos, visando uma compreensão mais profunda do indivíduo. Um dos diferenciais dos psicólogos no processo de seleção é a utilização desse instrumento, que é uma prática exclusiva desses profissionais, de acordo com a Lei Nacional nº 4119 de agosto de 1962. No entanto, a avaliação psicológica é aplicada em várias áreas da Psicologia, não se limitando à Psicologia Organizacional e do Trabalho (CARNEIRO; BASTOS, 2020).

De acordo com Silva e Andrade (2022), os testes psicológicos são definidos como medidas objetivas e padronizadas de comportamento, com o objetivo de comparar o comportamento de indivíduos. Esses testes visam entender fenômenos psicológicos por meio de um processo de avaliação. A avaliação psicológica aborda aptidões, valores, dimensões interpessoais e habilidades cognitivas e sensoriais do indivíduo.

O objeto da avaliação psicológica compreende as aptidões, valores, dimensões interpessoais e habilidades cognitivas e sensoriais do indivíduo. Além disso, a escolha dos testes a serem utilizados na avaliação é de responsabilidade do psicólogo, o que implica que esse profissional deve ter conhecimento sobre quais testes são mais adequados para atender aos objetivos da empresa. Outros instrumentos, como a entrevista psicológica, dinâmicas de grupo e provas situacionais, são empregados para contribuir com a precisão do processo de seleção (CARNEIRO; BASTOS, 2020).

A entrevista comportamental, focada nas competências, é um instrumento utilizado pelo psicólogo durante a seleção de candidatos e deve ser planejada antecipadamente com base no perfil profissional desejado pela organização. As perguntas não devem ser aleatórias, mas específicas, com o propósito de obter respostas que foram previamente discutidas entre o recrutador e o líder imediato da vaga, com o objetivo de avaliar as competências já definidas para o cargo (DOMINGUES; SANTOS, 2022).

A entrevista individualizada para cada função contribui para uma escolha mais precisa do candidato, e as perguntas devem ser preferencialmente abertas, permitindo uma resposta completa do candidato, incluindo contexto, ação e resultado. O contexto se refere à situação em que a ação ocorreu, a ação diz respeito às atitudes tomadas pelo indivíduo e o resultado engloba as consequências dessas ações, que podem ser positivas ou negativas. É fundamental destacar que as perguntas devem sempre empregar verbos de ação no passado (CONCEIÇÃO; GAZZANEO, 2021).

Conforme Souza (2020), independentemente da área de atuação específica, todo psicólogo deve ser capaz de analisar e compreender os processos organizacionais envolvidos no contexto em que atua. Esse autor enfatiza que processos de seleção mal conduzidos podem prejudicar ou demandar grande esforço em áreas como avaliação de desempenho, programas de qualidade de vida no trabalho e desenvolvimento humano.

Para Domingues e Santos (2022), o sucesso da seleção está diretamente relacionado ao sucesso do recrutador, tornando o recrutamento uma atividade ativa em que o recrutador deve destacar a imagem da empresa de forma que os candidatos se sintam atraídos por ela. A inclusão do psicólogo nessa atividade ajuda a organizar as diferenças e potencialidades de cada candidato, com base nas habilidades, conhecimentos e atitudes exigidos para a função.

Como afirmam Silva e Andrade (2022, p. 124), o desafio do psicólogo reside no equilíbrio entre o potencial e a complexidade do trabalho, considerando que existem diversas aptidões humanas e maneiras de aproveitá-las em atividades socialmente diversas.

Polato (2023) argumenta que, na medida em que os psicólogos adquirem conhecimento sobre os aspectos comportamentais, podem priorizar o desenvolvimento planejado dos indivíduos, promovendo mudanças que envolvam sua participação e contribuam

para a conscientização e autonomia no ambiente de trabalho.

Autores como Oliveira *et al*. (2019) fazem uma distinção entre capacidade e competência, destacando que um candidato pode ter a capacidade de realizar suas tarefas, mas só se tornará competente se atingir os objetivos esperados. Isso implica que ser capaz não é suficiente; é necessário converter a capacidade em resultados. A atuação do psicólogo no processo seletivo por meio das competências possibilita uma compreensão abrangente das exigências específicas de cada cargo, resultando na obtenção dos resultados desejados. Além disso, a organização da área de gestão de pessoas por meio das competências permite que a empresa e seus funcionários acompanhem as mudanças do mercado, tornando-se mais flexíveis e mantendo sua competitividade.

Portanto, o processo de seleção deve ser cuidadosamente planejado pelo psicólogo, que dispõe de recursos para essa finalidade. É essencial que esse profissional esteja ciente de sua responsabilidade e do impacto de seu trabalho no mundo empresarial e na vida dos trabalhadores. Isso ressalta que o crescimento da empresa depende do alinhamento bem-sucedido de todas as áreas (SOUZA, 2020).

Uma das funções da área de recursos humanos, que é agora vista como uma parte da gestão estratégica, é desenvolver estratégias para assegurar que os funcionários estejam engajados, motivados e demonstrem um espírito inspirador e inovador. Um dos maiores desafios enfrentados pelas empresas é reconhecer os colaboradores como agentes de transformação, dotados de habilidades e capacidades que contribuem para o capital intelectual da empresa. É crucial enxergar o trabalhador como um indivíduo ativo e cheio de energia, que a organização pode utilizar para motivar e alcançar os melhores resultados.

Os psicólogos desempenham um papel crucial na condução dos processos seletivos, uma vez que as empresas buscam avaliar características pessoais dos candidatos, como sua capacidade de se adaptar, de encontrar motivação no enfrentamento de desafios e de superar obstáculos. O psicólogo que sabe utilizar eficazmente as ferramentas de seleção se destaca no mercado de trabalho, uma vez que a reputação dos psicólogos organizacionais tem sido questionada devido ao uso inadequado de instrumentos. É importante lembrar que as pessoas apresentam uma série de variáveis que podem influenciar sua adaptação ao trabalho, e, durante o processo de seleção, o responsável pela seleção deve buscar a maior compatibilidade possível entre as características do candidato e as exigências da função (MAPELI, 2021).

Rosa et al. (2019) realizaram pesquisas sobre práticas de recrutamento e seleção, e constataram que os psicólogos costumam utilizar entrevistas individuais como a técnica de seleção mais comum, seguidas de dinâmicas de grupo e, posteriormente, testes psicológicos. Estes últimos são particularmente úteis para aumentar a precisão nos processos seletivos, pois fornecem informações que podem ser difíceis de obter apenas por meio de entrevistas. Há diversas ferramentas e técnicas disponíveis para avaliar candidatos durante os processos seletivos, com o objetivo de identificar aquele que melhor se encaixa nas necessidades da empresa naquele momento. Entre as opções frequentemente utilizadas pelos psicólogos estão os testes psicológicos.

De acordo com Bernardo *et al*. (2018), no início de sua atuação nas organizações, os psicólogos se concentravam principalmente em atividades técnicas e operacionais. Nesse contexto, a Psicologia contribuiu com teorias e instrumentos que permitiam uma compreensão mais profunda do desempenho dos funcionários em suas atividades. É importante notar que, muitas vezes, questiona-se a validade dos testes psicológicos em diferentes situações ou alega-se que eles têm níveis variados de validade. No entanto, para entender melhor o conceito de validade, é fundamental compreender que um teste psicológico

deve medir consistentemente um mesmo construto do conjunto de comportamentos observados no sujeito.

Camargo (2018) destaca a importância fundamental da validade em um teste psicológico, ressaltando que ela deve ser bem fundamentada para garantir que o teste realmente avalie o construto desejado. Ele também enfatiza que a postura filosófica- epistemológica por trás do teste deve ser explicitada no manual do mesmo, permitindo que os psicólogos compreendam a base filosófica subjacente e justifiquem suas práticas de intervenção profissional. Balbinott também enfatiza a importância de tabelas específicas para interpretação dos resultados, levando em consideração fatores como idade, sexo, naturalidade e escolaridade.

Mapeli (2021) destaca que há preocupações e questionamentos da sociedade em relação aos resultados das avaliações psicológicas em diversos contextos, não apenas na seleção de pessoal. Isso levanta a necessidade de considerar diversos aspectos envolvidos na avaliação psicológica. O Conselho Federal de Psicologia (CFP) tem ampliado seu diálogo com a comunidade científica nos últimos anos, visando melhorar a qualidade do trabalho realizado por meio de avaliações psicológicas, incluindo a formação dos profissionais.

Rosa (2019) argumenta que uma maneira adequada de avaliar a validade dos testes é por meio da análise de sua capacidade preditiva, ou seja, sua capacidade de prever se as características do comportamento dos novos profissionais e os cargos que ocuparão são compatíveis. Os testes psicológicos são utilizados para avaliar o comportamento humano, observando as manifestações de características psicológicas através de como o avaliado responde ao instrumento. A validade do instrumento é crucial, pois é com base nela que podemos ter confiança de que o teste realmente avalia o que se propõe a avaliar. O uso de instrumentos não validados pode levar a equívocos nos processos seletivos, prejudicar a reputação dos psicólogos e causar prejuízos à sociedade.

Embora a utilização de testes psicológicos para seleção de pessoal seja comum e considerada fundamental por muitos profissionais, Gusso *et al*. (2019) apontam que ainda há críticas em relação à falta de pesquisas relacionadas à construção de testes para avaliar diferentes perfis profissionais. Salazar, Silva e Fantinel (2021) também observam que, nos Estados Unidos, há uma quantidade significativa de pesquisas na área de avaliação psicológica para seleção de pessoal, com dados sobre adaptação de testes para uso na área organizacional e orientações específicas para determinados cargos. No entanto, no Brasil, apesar do uso extensivo de testes psicológicos em seleção de pessoal, há poucos estudos sobre sua validação para essa finalidade.

3. CONCLUSÃO

A compreensão do papel do Psicólogo organizacional no recrutamento e seleção de pessoal pode enriquecer o conhecimento nessa área da Psicologia, contribuindo para a adaptação e desempenho bem-sucedido dos profissionais que desejam seguir essa especialização. Além disso, pode ser benéfico para otimizar os processos dentro das organizações, beneficiando tanto os colaboradores quanto as empresas.

Ao utilizar técnicas e conhecimentos específicos, o Psicólogo pode desempenhar um papel mais assertivo no processo de contratação, identificando candidatos que possuam comportamentos que possam reforçar as mudanças desejadas no ambiente organizacional. No entanto, é importante destacar que, em todas as etapas do processo de Recrutamento e Seleção, podem ocorrer tentativas de manipular comportamentos para aumentar

as chances de contratação, e cabe ao Psicólogo estar vigilante em relação a esses aspectos.

Recomenda-se a realização de futuras pesquisas na área da Psicologia organizacional, com um foco específico na atuação do Psicólogo nesse contexto, sob a perspectiva da Análise do Comportamento. Isso pode envolver a exploração mais profunda dos tópicos abordados neste estudo, bem como a investigação de outras possíveis contribuições do Psicólogo no processo de recrutamento e seleção de pessoal. É importante destacar que, atualmente, a literatura geral em Psicologia tende a negligenciar as contribuições da Análise do Comportamento, o que resulta em seu isolamento na literatura nacional. Portanto, sugere-se maneiras de reduzir esse isolamento.

Por fim, pode-se afirmar que o objetivo deste estudo foi alcançado, pois descreveu as diversas maneiras pelas quais o Psicólogo organizacional pode atuar no recrutamento e seleção de pessoal, e como essa atuação pode ter um impacto significativo em vários aspectos, incluindo o clima organizacional, custos, motivação dos funcionários existentes e novos, e, consequentemente, a produtividade da organização.

Referências

ALVES, Mary Ester Soares; FARIA, Sarah Grabriela; PINHO, Danielle de Souza Oliveira. Atuação do psicólogo no contexto organizacional. **Humanidades (Montes Claros)**, v. 12, n. S1, 2023.

AMBIEL, Rodolfo Augusto Matteo et al. Fundamentos e aplicabilidade dos Testes de Julgamento Situacional no contexto da Psicologia Organizacional. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, v. 15, n. 3, p. 298-308, 2019.

BENETTI, Idonézia Collodel et al. Representação social da psicologia organizacional e do trabalho em contexto escolar. **Revista Psicologia e Saúde**, 2019.

BERNARDO, Marcia Hespanhol et al. Linhas paralelas: as distintas aproximações da Psicologia em relação ao trabalho. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, v. 34, n. 1, p. 15-24, 2018.

CAMARGO, Mário Lázaro. Presenteísmo: denúncia do mal-estar nos contextos organizacionais de trabalho e de riscos à saúde do trabalhador. **Revista Laborativa**, v. 6, n. 1 esp, p. 125-146, 2018.

CARNEIRO, Laila Leite; BASTOS, Antônio Virgílio Bittencourt. Bem-estar relacionado ao trabalho: análise de conceitos e medidas. **Arquivos brasileiros de psicologia**, v. 72, n. 2, p. 121-140, 2020.

CONCEIÇÃO, Natalia; GAZZANEO, Luiz Victor Azevedo. Testes projetivos aplicados ao processo de recrutamento e seleção de pessoas: o diferencial do teste dos seis desenhos. **Uma Nova Pedagogia para a Sociedade Futura**, p. 156-168, 2021.

CRUZ, Roberto Moraes et al. COVID-19: emergência e impactos na saúde e no trabalho. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, v. 20, n. 2, p. I-III, 2020.

DOMINGUES, Pamela Sassoli; SANTOS, Eliziane Jacqueline. O SOFRIMENTO PSÍQUICO EM PROCESSOS DE RECRUTAMENTO E SELEÇÃO: UM CONVITE A GESTÃO HUMANIZADA. **Revista Científica** UMC, v. 7, n. 2, 2022.

FIORINI, Milena Carolina; BARDAGI, Marucia Patta; SILVA, Narbal. Adaptabilidade de carreira: paradigmas do conceito no mundo do trabalho contemporâneo. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, v. 16, n. 3, p. 236-247, 2019.

GOMES, Tarízi Cioccari. organizacional e o estresse no trabalho de bancários. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, v. 20, n. 2, p. 994-1001, 2020.

GOMIDE JÚNIOR, Sinésio; SILVESTRIN, Luiz Humberto Bonito; OLIVEIRA, Áurea de Fátima. Bem-estar no trabalho: o impacto das satisfações com os suportes organizacionais e o papel mediador da resiliência no trabalho. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, v. 15, n. 1, p. 19-29, 2019.

GUSSO, Helder Lima et al. Psicologia Organizacional e do Trabalho no Sul do Brasil: Características dos profissionais, da atuação e dos contextos de trabalho. **Revista Psicologia: Organizações e Trabalho**, 2019.

MAPELI, Débora. A evolução histórica da psicologia organizacional e do trabalho e os desafios contemporâneos. 2021.

NÓBREGA, Sâmela Matias; RODRIGUES, Larissa Vasconcelos. Percepções sobre a formação acadêmica, a inserção profissional e a atuação do psicólogo organizacional e do trabalho. **Revista InterScientia**, v. 7, n. 1, p. 218-241, 2019.

OLIVEIRA, Inara Rezende et al. Empreendedorismo social, pós-modernidade e psicologia: compreendendo conceitos, atuações e contextos. Gerais: **Revista Interinstitucional de Psicologia**, v. 9, n. 2, p. 290-311, 2019.

PEIXOTO, Adriano de Lemos Alves; VASCONCELOS, Eveli Freire de; BENTIVI, Daiane Rose Cunha. Covid-19 e os desafios postos à atuação profissional em psicologia organizacional e do trabalho: Uma análise de experiências de psicólogos gestores. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 40, p. e244195, 2020.

POLATO, Gabrielle Zela. **Psicologia organizacional e do trabalho no âmbito do recrutamento e seleção**. 2023.

PUENTE-PALACIOS, Katia Elizabeth; PORTO, Juliana Barreiros; MARTINS, Maria do Carmo Fernandes. A emersão na articulação de níveis em Psicologia Organizacional e do Trabalho. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, v. 16, n. 4, p. 358-366, 2020.

ROSA, Bruna Nery et al. Florescimento organizacional e rotatividade. **Revista de Iniciação Científica e Extensão**, v. 2, n. 2, p. 76-80, 2019.

ROTHMANN, Ian. **Fundamentos de psicologia organizacional e do trabalho**. Elsevier Brasil, 2018.

SALAZAR, Kassia De Aguiar; SILVA, Alfredo Rodrigues Leite; FANTINEL, Leticia Dias. As relações simbólicas e a motivação no trabalho voluntário. RAM. **Revista de Administração Mackenzie**, v. 16, n. 3, p. 171-200, 2021.

SILVA, Renan; ANDRADE, Vania. A PSICOLOGIA ORGANIZACIONAL E IMPLICAÇÕES DAS TÉCNICAS DE SELEÇÃO: UMA ANÁLISE NO CONTEXTO NACIONAL. **CADERNOS DE PSICOLOGIA**, v. 3, n. 5, 2022.

SOUZA, Amanda Kelle Silva. **Tendências e inovações em recrutamento e seleção nas organizações brasileiras: revisão integrativa**. 2020. Tese de Doutorado.

VICENTIN, Paolla Mangueira et al. A importância do trabalho na construção da identidade de pessoas com deficiência. **Revista Laborativa**, v. 10, n. 1, p. 118-143, 2021.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

11

A INCLUSÃO DA PESSOA COM DEFICIÊNCIA NO MERCADO DE TRABALHO: PERSPECTIVAS DA PSICOLOGIA ORGANIZACIONAL E DO TRABALHO

THE INCLUSION OF PEOPLE WITH DISABILITIES IN THE LABOR MARKET: PERSPECTIVES FROM ORGANIZATIONAL AND WORK PSYCHOLOGY

Lianna Priscilla Costa de Jesus Silva

Resumo

O objetivo central deste estudo foi elucidar a integração de pessoas com deficiência no ambiente profissional, analisando-o sob uma abordagem psicológica, onde a metodologia utilizada foi uma revisão bibliográfica, no qual ocorreu pesquisas em sites contendo artigos científicos, dissertações e livros. Foram abordadas reflexões sobre a importância de promover ambientes de trabalho inclusivos, que valorizem a diversidade e respeitem as necessidades individuais dos colaboradores com deficiência. Também foram consideradas as dificuldades enfrentadas por essas pessoas para ingressar no mercado de trabalho, além de analisar o contexto histórico e as mudanças ocorridas ao longo do tempo. Trata-se de um tema complexo e cada vez mais discutido, principalmente no âmbito organizacional, devido ao cumprimento das leis vigentes. Nesta perspectiva, a psicologia organizacional e do trabalho busca desenvolver aptidões e competências essenciais para a integração no mercado de trabalho de forma acolhedora, bem como na identificação e aprimoramento das habilidades dessas pessoas. Concluiu-se que é evidente que a deficiência é um assunto em constante evolução, mesmo diante de tantas transformações e leis, a sociedade ainda impõe desafios para aceitar e acolher esses indivíduos.

Palavras-chave: Deficiência, Mercado de Trabalho, Psicologia Organizacional e do Trabalho.

Abstract

The central objective of this study was to elucidate the integration of people with disabilities into the professional environment, analyzing it from a psychological perspective. The methodology used was a bibliographical review, in which research was carried out on websites containing scientific articles, dissertations and books. Reflections on the importance of promoting inclusive work environments that value diversity and respect the individual needs of employees with disabilities were addressed. The difficulties faced by these people in entering the job market were also considered, as well as analyzing the historical context and the changes that have taken place over time. This is a complex subject that is increasingly being discussed, especially in the organizational sphere, due to compliance with current laws. From this perspective, organizational and work psychology seeks to develop essential skills and competencies for integration into the job market in a welcoming way, as well as identifying and improving the skills of these people. It was concluded that it is clear that disability is a constantly evolving issue, even in the face of so many transformations and laws, society still faces challenges in accepting and welcoming these individuals.

Keywords: Disability, Labor Market, Organizational and Work Psychology.

1. INTRODUÇÃO

No atual cenário, ingressar no mercado de trabalho está se configurando gradualmente menos vantajoso para a população, uma vez que está se tornando mais competitivo, além de oferecer remunerações injustas, até mesmo para profissionais com vasta bagagem. Nessa perspectiva, a dificuldade enfrentada pelos indivíduos portadores de deficiência é ainda mais evidente, principalmente em virtude da discriminação que sofrem.

A deficiência possui uma história prolongada caracterizada por vários períodos de marginalização e preconceito. Como resultado, foi promulgada a Lei de Cotas 8.213/91, que estabelece que empresas com cem ou mais funcionários devem empregar de dois a cinco por cento de pessoas com deficiência. Consequentemente, surgem novos desafios, como a maneira que os gestores e outros funcionários interagem e se comunicam com essas pessoas na organização, bem como a necessidade de adaptar o ambiente de trabalho com recursos acessíveis para atender às diversas limitações dos funcionários com deficiência no desempenho de suas tarefas.

Diante disso, muitas organizações acabam não reconhecendo as reais dificuldades e habilidades que essas pessoas têm e fecham os olhos para a maneira como elas podem contribuir e ajudar no crescimento da empresa. No entanto, o psicólogo especializado em gestão e organização do trabalho busca compreender os dois lados (empresa e pessoa com deficiência), realizando atividades para que todos possam se sentir satisfeitos, atuando com acolhimento, capacitação, desenvolvimento e inclusão, tendo um entendimento necessário dos direitos e responsabilidades da pessoa com deficiência.

A relevância dessa área profissional se destaca na promoção da inclusão deste grupo não apenas nas empresas, mas também em toda a sociedade. O objetivo é romper barreiras para que sejam reconhecidos por suas habilidades e potenciais, e não apenas para cumprir a legislação organizacional. Portanto, cada funcionário deve estar consciente das diferenças entre si, sem qualquer forma de discriminação, para que ocorra um diálogo inclusivo e assim as pessoas com deficiência não se sintam excluídas.

A reflexão e compreensão sobre o tema “A inclusão de pessoas com deficiência no mercado de trabalho: Perspectivas da Psicologia Organizacional e do Trabalho” pôde ser justificada pela importância desse assunto para a sociedade atual, especialmente para esse grupo da população e as dificuldades que enfrentam. No entanto, não devemos encarar a deficiência como motivo de restrição e exclusão do trabalho, mas sim como um desafio para os profissionais de Psicologia Organizacional e do Trabalho superarem esses obstáculos. Isso permitirá não apenas o cumprimento das leis sociais, mas também a melhoria da qualidade de vida dessas pessoas, resgatando sua autonomia e autoestima. À vista disso, existem muitas possibilidades de atuação do profissional para inclusão desse público no trabalho, como reavaliar os instrumentos de recrutamento e seleção, mudanças organizacionais com recursos adaptados, acompanhamento e treinamento, isto é para que todos possam ter a igualdades de oportunidades.

Assim sendo, o presente estudo teve como objetivo fornecer conhecimento à comunidade acadêmica e científica, abrindo novas oportunidades de pesquisa relacionadas ao tema, além de oferecer informações e compreensão a todos aqueles que buscam entender o assunto e encontrar informações objetivando conscientização.

Essa problemática surgiu a partir da análise e observação das dificuldades enfrentadas por pessoas com deficiência ao ingressarem no mercado de trabalho, o que nos leva a

refletir e questionar: de que forma a psicologia organizacional e do trabalho pode atuar em relação a pessoas com deficiência no ambiente profissional, a fim de romper com paradigmas e, consequentemente, minimizar as limitações que surgem nas empresas?

A psicologia organizacional e do trabalho desempenha um papel fundamental no contexto laboral das pessoas com deficiência, buscando reduzir as restrições que surgem no ambiente corporativo por meio de diversas formas de inclusão. Essa abordagem visa compreender as necessidades desses indivíduos e desenvolver projetos que capacitam os funcionários, de modo a quebrar preconceitos. Além de capacitar as pessoas com deficiência para que reconheçam suas habilidades e se desenvolvam profissionalmente, identificando as adaptações necessárias, seja nas tarefas ou no ambiente de trabalho, ocorrendo um contínuo desenvolvimento profissional, que promove autoconfiança e uma cultura inclusiva nas empresas.

Em vista disso, como intuito, o presente trabalho almejou investigar a integração de indivíduos com capacidades diferentes no mercado de trabalho através da aplicação da psicologia organizacional e do trabalho, bem como analisar o contexto histórico da concepção de deficiência, expondo detalhadamente a legislação de cotas e a lei brasileira de inclusão da pessoa com deficiência, identificando as dificuldades e possibilidades enfrentadas pelo PCD dentro de uma organização, relatando a respeito do âmbito de atuação do profissional de psicologia organizacional e do trabalho e descrevendo os desafios e as oportunidades que se apresentam ao psicólogo organizacional e do trabalho diante dessa demanda.

Dessa forma, a estruturação deste artigo baseou-se inicialmente no contexto histórico da deficiência e suas formas de tratamento, bem como nos estereótipos criados ao longo do tempo. Essas questões têm sido alvo de preconceito até os dias atuais. Em seguida, será apresentada a Lei de Cotas e a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Estatuto da Pessoa com Deficiência), abordando os direitos e deveres das pessoas com deficiência em um ambiente organizacional igualitário. Na sequência, foi explicado o histórico da Psicologia Organizacional e do trabalho, juntamente com o seu progresso até os dias atuais. Por fim, foi discutida a atuação da POT no desafio da inclusão das pessoas com deficiência no mercado de trabalho, abordando tanto as dificuldades quanto as possibilidades encontradas.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

O artigo foi fundamentado na pesquisa qualitativa e descritiva, por meio de revisões bibliográficas, onde ocorreu pesquisas em sites contendo artigos científicos, dissertações e livros. Através de buscas nas seguintes bases de dados Scielo, Google Acadêmico e PepSIC. Sendo utilizado as seguintes palavras-chave: “Pessoas com deficiência”, “Mercado de Trabalho” e “Psicologia organizacional e do trabalho”.

2.2 Resultados e discussão

Ao longo da história, as pessoas que possuíam algum tipo de deficiência sofreram com abandonos, segregação, escravidão e termos pejorativos, vistos como anormais, sendo excluídos. À vista disso, o conceito de incapacidade e marginalização da participação social foi relacionado à pessoa com deficiência, uma vez que historicamente não era com-

preendida como um corpo padrão da sociedade (VIANNA, 2018).

Na Idade antiga e idade média muitos acreditavam que era um castigo de Deus, onde a classe alta podia sacrificar seus filhos que nasciam com alguma incapacidade. Portanto, com a consolidação do cristianismo o olhar para a pessoa com deficiência muda, como afirma Pessoti:

> Graças à doutrina cristã os deficientes começam a escapar do abandono ou da "exposição", uma vez que, donos de uma alma, tornam-se pessoas e filhos de Deus, como os demais seres humanos. É assim que passam a ser, ao longo da Idade Média, "les enfants dubonDieu", numa expressão que tanto implica a tolerância e a aceitação caritativa quanto encobre a omissão e o desencanto de quem delega à divindade a responsabilidade de prover e manter suas criaturas deficitárias. Como para a mulher e o escravo, o cristianismo modifica o status do deficiente que, desde os primeiros séculos da propagação do cristianismo na Europa, passa de coisa a pessoa. Mas a igualdade de status moral ou teológico não corresponderá, até a época do iluminismo, a uma igualdade civil, de direitos. Dotado de alma e beneficiado pela redenção de Cristo, o deficiente mental passa a ser acolhido caritativamente em conventos ou igrejas, onde ganha a sobrevivência, possivelmente em troca de pequenos serviços à instituição ou à pessoa "benemérita" que o abriga (PESSOTTI, 1984. p. 04-05).

Após a conclusão da Segunda Guerra Mundial, a sociedade foi profundamente impactada quando se deparou com a realidade de indivíduos que se tornaram deficientes em consequência desse conflito. Esse fato rompeu com o paradigma de que a deficiência era apenas uma condição congênita, fazendo com que preocupações em relação a essa população surgissem na mente das pessoas (familiares, amigos e soldados de guerra). Como resultado, houve mudanças significativas e uma diminuição nas percepções e julgamentos preconceituosos da época (TAHAN, 2012).

Na face de uma sociedade que está constantemente progredindo, os estudos e investigações evoluíram, desafiando alguns paradigmas e, assim, levando ao reconhecimento da condição associada à limitação mental, física, sensorial ou intelectual, que resulta em restrições para o desempenho de atividades. A resistência desse grupo em obter respeito dentro da sociedade persistiu devido ao uso negativo da palavra "deficiência". Empregar a expressão "portador de deficiência" insinuava que a deficiência era algo que o indivíduo carregava, como se fosse um objeto que pudesse ser abandonado (SASSAKI, 2003).

> Note-se que a deficiência é inerente à pessoa que a possui. Não se carrega não se porta, não se leva consigo, como se fosse algo sobressalente ou um objeto. Tampouco deficiência traz alguma sinonímia com doença e não é expressão antônima de eficiência (que tem o seu contrário em ineficiência) (MADRUGA, 2010, p. 19).

O conceito de pessoa com necessidades especiais passou a ser, também, encarado de maneira negativa, uma vez que qualquer indivíduo pode apresentar uma necessidade especial. Este termo reforça estereótipos de incapacidade em relação às habilidades dessas pessoas com deficiências. Em seu lugar, começou-se a utilizar o termo "pessoas com deficiência", valorizando a dignidade humana e contribuindo para a inclusão social. Conforme afirma Sassaki (1997, p.47) "Os problemas das pessoas com deficiência não estão tanto nelas tanto quanto estão na sociedade".

Como efeito de tantas dificuldades e prejulgamentos vivenciados principalmente

para adentrar no mercado de trabalho, em 24 de julho de 1991, foi criada a Lei de Cotas (art. 93 da Lei nº 8.213/91), visando o direito de inclusão das pessoas com deficiência dentro das organizações, no qual passou a ser obrigatório que empresas com cem ou mais funcionários tenham integrado uma parte do seu quadro de colaboradores por pessoas com deficiência (2% a 5%).Segundo Lapassade (1989, p. 5), "uma organização se refere a uma realidade social, uma coletividade instituída com vistas a objetivos definidos".

Surgindo também a Lei Brasileira da Pessoa Com Deficiência, criada em 2015, tendo assegurado a inclusão social, direito e deveres da pessoa com deficiência em modo de igualdade, realizado em diversos campos da sociedade tais como educação, saúde, mercado de trabalho, assistência social, entre outros, garantindo além da inclusão social, também a acessibilidade. Na sessão III, da Inclusão da Pessoa Com Deficiência no Trabalho foi discorrido que:

> Art. 37. Constitui modo de inclusão da pessoa com deficiência no trabalho a colocação competitiva, em igualdade de oportunidades com as demais pessoas, nos termos da legislação trabalhista e previdenciária, na qual devem ser atendidas as regras de acessibilidade, o fornecimento de recursos de tecnologia assistiva e a adaptação razoável no ambiente de trabalho.
>
> Parágrafo único. A colocação competitiva da pessoa com deficiência pode ocorrer por meio de trabalho com apoio, observadas as seguintes diretrizes:
>
> I - prioridade no atendimento à pessoa com deficiência com maior dificuldade de inserção no campo de trabalho;
>
> II - provisão de suportes individualizados que atendam a necessidades específicas da pessoa com deficiência, inclusive a disponibilização de recursos de tecnologia assistiva, de agente facilitador e de apoio no ambiente de trabalho;
>
> III - respeito ao perfil vocacional e ao interesse da pessoa com deficiência apoiada;
>
> IV - oferta de aconselhamento e de apoio aos empregadores, com vistas à definição de estratégias de inclusão e de superação de barreiras, inclusive atitudinais;
>
> V - realização de avaliações periódicas;
>
> VI - articulação intersetorial das políticas públicas;
>
> VII - possibilidade de participação de organizações da sociedade civil.
>
> Art. 38. A entidade contratada para a realização de processo seletivo público ou privado para cargo, função ou emprego está obrigada à observância do disposto nesta Lei e em outras normas de acessibilidade vigentes.

Diante de muitas transformações no cenário do trabalho, após a revolução industrial, viu-se a necessidade da atuação de um psicólogo, onde era estudado as qualificações para cada atividade e designar as pessoas certas para executá-las, surgindo uma nova área: a Psicologia Organizacional e do Trabalho, que se desenvolveu em três partes distintas: a fase industrial, a fase organizacional e, atualmente, a fase organizacional e do trabalho. Na fase industrial, o destaque foi o uso de testes para identificar as melhores áreas de atuação para cada indivíduo, visando ao crescimento da lucratividade das empresas. Em seguida, na fase organizacional, houve mudanças de perspectiva, deu-se maior importância à relação entre a qualidade de vida do indivíduo e o trabalho, e considerando fundamental a interação dos diferentes contextos para melhorar a produção. Por fim, o avanço dessas duas fases culminou na psicologia organizacional e do trabalho, que tem como objetivo

principal promover a saúde e o bem-estar dos funcionários.

A Psicologia Organizacional e do Trabalho passa a priorizar em seus estudos o entendimento do trabalho humano em todos os seus significados e manifestações, ao invés da produtividade. Até este momento, as críticas acentuavam o caráter instrumental da Psicologia Organizacional, a sua busca pela eficácia, produtividade e suavização das consequências da divisão do trabalho e empobrecimento de tarefas. Agora esta área volta-se para uma compreensão mais próxima do ser humano que trabalha, passando a considerar as questões de poder, conflito e seus reguladores. (SAMPAIO,1998, p. 23).

Em consequência dessas alterações ocorridas no campo da psicologia, os psicólogos passaram a ser alvo de perseguição por parte de outros gestores nas empresas, sendo reduzidos ao papel de orientadores e deixando de exercer o desenvolvimento das soluções para o progresso dos colaboradores. Os profissionais de psicologia organizacional e do trabalho tiveram que se ajustar às mudanças no mundo profissional, considerando abordagens que envolvam as relações interpessoais no ambiente de trabalho, a qualidade de vida das equipes e o bem-estar psicológico dos colaboradores, ou seja, deixaram de lidar exclusivamente com a abordagem mecânica do trabalho, enfrentando as resistências em relação à conexão entre a corporação e o coletivo (ZANELLI; BORGES; BASTOS, 2004).

A psicologia organizacional e do trabalho passou a ser uma das áreas da Psicologia que estudou e explorou a ligação do homem com o trabalho e a sociedade em que ele se encaixa, onde o trabalho ficou visto como fonte de sobrevivência e satisfação profissional e individual do ser humano e a POT ficou conhecida por seus métodos e recursos que começaram a ser mudados e utilizados nas organizações de trabalho. O que afirmou Zanelli e Bastos:

> A tarefa central ou a missão da Psicologia Organizacional e do Trabalho pode ser resumida em explorar, analisar e compreender como interagem as múltiplas dimensões que caracterizam a vida das pessoas, dos grupos e das organizações, em um mundo crescentemente complexo e em transformação. Tem a finalidade de construir estratégias e procedimentos que possam promover, preservar e restabelecer a qualidade de vida e o bem-estar das pessoas (2004, p. 490).

Essa área de saber foi compreendida em dois ramos, onde a primeira ficou responsável por assuntos que trazem a saúde e bem estar no trabalho (recursos humanos), tais como: engajamento, clima organizacional, satisfação no trabalho, entre outras e a segunda como estratégia para lidar com os funcionários de forma a desenvolver suas potencialidades e diminuir condutas que influenciam no desempenho da firma (comportamento organizacional). Além disso, esse profissional se tornou atento para questões que modifiquem traços da identidade do sujeito, como exceder suas próprias restrições e adquirir habilidades em prazos mais reduzidos (MALVEZZI, 2004).

Assim, o processo de contratação ganhou notoriedade como um ponto de acesso para as pessoas nas empresas, no qual os candidatos que melhor se encaixavam no perfil desejado pela empresa eram selecionados, e esse procedimento de seleção continua sendo utilizado até os dias atuais. Como confirma Chiavenato (2010, p.104): “este é o papel do recrutamento: divulgar no mercado as oportunidades que a organização pretende oferecer para as pessoas que possuam determinadas características desejadas.”

Nesta fase, alguns recursos começaram a ser empregados, como a utilização de entrevistas semi-estruturadas para avaliar os candidatos à vaga e a observação de sua interação durante essa conversa. Adicionalmente, começaram a ser aplicados testes psicológicos

com o propósito de examinar as características individuais e habilidades dos participantes. Como afirma a Cartilha de Avaliação Psicológica:

> Um teste psicológico é um instrumento profissional cujo objetivo é identificar, descrever, qualificar e mensurar características psicológicas, por meio de procedimentos sistemáticos de observação e descrição do comportamento humano, nas suas diversas formas de expressão, fundamentados na ciência psicológica (2022, p. 23).

Neste contexto de mudanças na história da psicologia organizacional e do trabalho, emergiu a inserção de indivíduos com deficiência no mercado de trabalho, considerando-se como uma temática que tem sido debatida ao longo do tempo até os dias atuais, diante dessas abundantes transformações, o trabalho do psicólogo também foi se modificando, como resultado buscou conhecer o padrão corporativo da empresa e adentrou com uma interpretação individualizada que conseguiu ao mesmo tempo gerar lucro e desenvolvimento da mesma, como também atuar de frente considerando a singularidade de cada funcionário, principalmente das pessoas com deficiência. Chiavenato (2004, p.367) definiu que a qualidade de vida no trabalho "representa o grau em que os membros da organização são capazes de satisfazer as suas necessidades pessoais com sua atividade na organização".

Assim sendo, foram adotadas diversas abordagens nas organizações visando promover uma cultura inclusiva. Isso incluiu a adoção de práticas como recrutamento e seleção, desenvolvimento pessoal, motivação dos colaboradores, treinamento e integração, além da gestão da acessibilidade. Dessa forma, as características específicas de cada candidato com deficiência foram consideradas, superando preconceitos. O objetivo foi fazer com que a pessoa com deficiência se sentisse acolhida não apenas pelo psicólogo, mas por todos dentro da organização, promovendo um trabalho em equipe e garantindo a plena integração do indivíduo na empresa. "O princípio da inclusão se baseia na aceitação das diferenças individuais e na valorização do indivíduo, sabendo aceitar a diversidade, num processo de cooperação e conhecimento" (BAHIA, 2002).

Tornou-se incontestável que as oportunidades do psicólogo para direcionar a empresa em caminho a um processo de inclusão são amplas. No entanto, as dificuldades e obstáculos impostos pelas organizações inevitavelmente surgem, em que várias corporações apenas desejam que a lei seja cumprida, sem considerar as capacidades e sem se preocupar com o bem-estar daquela pessoa. Nesse sentido, é necessário que todos os membros da organização estejam comprometidos. Para Chiavenato (2000, p.482) "um grande desafio para a área de gestão de pessoas era abordar as pessoas como seres humanos, e não como um simples recurso organizacional".

O profissional necessitou considerar com atenção a interligação entre a acessibilidade e individualidade, desde os níveis mais altos de liderança até as posições mais operacionais, evitando a segregação exclusiva de pessoas com deficiência e, ao invés disso, fomentou a interação desses indivíduos com todos os colaboradores da empresa. É imprescindível desenvolver a socialização de todos os envolvidos como uma prática habitual, de modo que essas pessoas não sejam tratadas ou vistas apenas com piedade, tal posição é afirmada por Vieira, Vieira e Francischetti (2015) onde:

> No contexto empresarial, o psicólogo pode atuar nos setores de recursos humanos, desde a sensibilização dos gerentes para a importância da contratação de pessoas com deficiência, que apresentem potencial para o compro-

> misso social, o que reflete em uma imagem positiva no mercado de trabalho, além de contribuir para uma sociedade mais inclusiva, bem como sobre as potencialidades das pessoas com deficiência, singularidades a cada sujeito e que podem agregar valores à instituição, pelo próprio convívio com a diversidade (p. 360).

Perante o exposto, a existência de condições laborais favoráveis impulsionou um contexto mais propício à produtividade, assegurando a saúde física e mental dos empregados. Esse fenômeno, denominado como higiene ocupacional, teve um efeito benéfico na conduta dos colaboradores, evitando desgastes emocionais, ligada ao bem-estar dos mesmos, diante dos estímulos ambientais. Assim, o papel desse profissional vai além da implementação de políticas inclusivas, envolvendo também a promoção de mudanças culturais e comportamentais que assegurem a plena integração e participação de todos os membros da organização.

Além do mais, o psicólogo organizacional desempenha um papel importante ao identificar eventuais falhas nos processos e políticas organizacionais, contribuindo para o desenvolvimento e execução de estratégias que garantam justiça e igualdade no ambiente de trabalho. Esse papel abrange a promoção de práticas de recrutamento e seleção baseadas no mérito e nas habilidades, além da implementação de medidas de acessibilidade e adaptação que assegurem a participação plena de todos os colaboradores, independentemente de suas limitações.

3. CONCLUSÃO

Depois da temática discorrida, ficou claro que a deficiência é um tema de longa data, onde atravessou períodos de discriminação devido à falta de conhecimento por parte da população e dos médicos da época. No entanto, houve várias lutas para mudar esse cenário de prejulgamentos e misticismo que só prejudicaram essas pessoas, sendo evidente que até hoje continua sendo uma batalha árdua quando se trata de ações e políticas públicas inclusivas voltadas para esse público, para que a lei possa ser cumprida e exercida em todo e qualquer lugar, sem nenhum tipo de segregação.

Tornou-se evidente que as políticas afirmativas abriram caminhos para essa parcela da população, sendo o primeiro passo para a garantia da inclusão e para assegurar a igualdade de oportunidades. Nesse contexto, a psicologia organizacional e do trabalho entrou em jogo não apenas para preparar a empresa e seus funcionários diante dessa nova realidade, mas também para reconhecer o próximo de acordo com suas necessidades. No entanto, ainda é um desafio, pois muitas organizações relutam em arcar com os altos custos para adaptar suas estruturas, o que viola os direitos trabalhistas das pessoas com deficiência (PCD).

Isto é, para promover efetivamente a justiça e igualdade no ambiente de trabalho, a atenção do psicólogo organizacional deve se estender não só às políticas formais da empresa, mas também às práticas e dinâmicas informais que podem influenciar o tratamento e as oportunidades oferecidas aos funcionários. Isso requer uma abordagem proativa na identificação e eliminação de possíveis preconceitos e discriminações que possam surgir no contexto organizacional, tanto de forma consciente quanto inconsciente.

Apesar das inúmeras transformações ao longo do tempo, constatou-se que ainda persiste um preconceito velado na sociedade, que desvaloriza e menospreza as pessoas com deficiência, que possuem direitos e responsabilidades que devem ser respeitados, assim

como qualquer ser humano. Mesmo com as leis, é crucial que haja consciência por parte de todos, especialmente dos líderes e colaboradores das empresas, a fim de se alcançar uma cultura completamente abrangedora e igualitária.

Em conclusão, o presente artigo apresentou alguns limites por se tratar de um tema complexo, que ainda está em constante evolução e muito longe de chegar ao fim. É necessário produzir novos artigos para fortalecer e atualizar o conjunto de pesquisas, mostrando as recentes modificações alcançadas nessa área e as novas intervenções do olhar da psicologia organizacional e do trabalho. Diante disso, que o presente artigo possa estimular a reflexão não só para os acadêmicos de psicologia, mas para o público em geral e que os profissionais da POT consigam transformar o ambiente de trabalho cada vez mais acessível e compreensível.

Referências

BAHIA, Melissa S. **Responsabilidade Social e Diversidade nas Organizações: Contratando Pessoas com Deficiência**. Rio de Janeiro: Qualitymark, 2006.

BRASIL. **Lei Nº 8.213, de 24 de julho de 1991.** Dispõe sobre os Planos de Benefícios da Previdência Social e dá outras Providências. Diário Oficial da União 1991; jul 25.

BRASIL. **LEI Nº 13.146, de 6 de julho de 2015.** Institui a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Estatuto da Pessoa com Deficiência).

BRASIL. Ministério do Emprego e do Trabalho. **Lei n. 8.213 de 24 de julho de 1991.** Legislação relativa ao trabalho de pessoas portadoras de deficiência: coletânea. Brasília: MTE, SIT/DSST, 1999.

Camargo, Mário Lázaro; Goulart, Edward; Leite, Lúcia Pereira. O Psicólogo e a Inclusão de Pessoas com Deficiência no Trabalho. **Psicologia: Ciência e Profissão.** Conselho Federal de Psicologia, v. 37, n. 3, p. 799-814, 2017. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/ngsbyT5Xz7JLTJnZCXPbRdC/?lang=pt>. Acesso em: 01 set. 2023.

Camargo, M. L. (2014). O papel da psicologia organizacional e do trabalho no enfrentamento dos desafios à inclusão de pessoas com deficiência no mercado de trabalho. **Mimesis – Ciências Humanas**, 35(2), 201-222. Disponível em:<https://secure.unisagrado.edu.br/static/biblioteca/mimesis/mimesis_v35_n2_2014_art_0.pdf>. Acesso em: 02 set. 2023.

Carvalho-Freitas, M. N., Marques, A. L., & Almeida, L. A. D. (2009). Pessoas com Deficiência: comprometimento organizacional, condições de trabalho e qualidade de vida no trabalho. **Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia**, 2(2),92-105,dez. 2009. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202009000200005&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 02 set. 2023.

CHIAVENATO, Idalberto. **Como transformar o RH (de um centro de custo) em um centro de lucro**. 2º ed. São Paulo: Marrom Books, 2000.

CHIAVENATO, Idalberto. **Desempenho humano nas empresas**. 6º ed. São Paulo: Manole, 2009.

CHIAVENATO, Idalberto. **Gestão de Pessoas: o novo papel dos recursos humanos nas organizações.** 3ª Edição. Rio de Janeiro: Elsevier, 2010. p. 104-367.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA; **Cartilha Avaliação Psicológica – 2022**. Brasília, novembro de 2013. 3ª Edição. Disponível em: <https://site.cfp.org.br/wpcontent/uploads/2022/08/cartilha_avaliacao_psicologica1.pdf> Acesso em 13 de setembro de 2023.

CORRENT, Nikolas. Da Antiguidade à Contemporaneidade: A Deficiência e as suas Concepções. **Revista Científica Semana Acadêmica**, Fortaleza, vol. 1, nº 89, 2016. Disponível em: <https://semanaacademica.org.br/system/files/artigos/nikolas_corrent_educacao_especial.pdf>. Acesso em: 05 de set. 2023.

GOULART JUNIOR, E.; CANÊO, L. C.; LUNARDELLI, M. C. F. O que pode fazer o psicólogo nas organizações de trabalho. In: GOULART JUNIOR, E. et al. **Contribuições do psicólogo para a promoção da saúde, qualidade de vida do trabalhador e desenvolvimento nas organização.** Bauru: Joarte, 2006. p. 9-13. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/96tMyJ9Lj9Z99QLNhsLxMrJ/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 05 de set. 2023.

HAMMES, I. C.; NUERNBERG, A. H. A Inclusão de Pessoas com Deficiência no Contexto do Trabalho em Flo-

rianópolis: Relato de Experiência no Sistema Nacional de Emprego. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 35, n. Psicol. cienc. prof., 2015 35(3), p. 768–780, jul. 2015. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/ztSt94MWTdrLyQSXHQ6PnyB/?lang=pt>. Acesso em: 05 de set. 2023.

LAPASSADE, G. **Grupos, organizações e instituições**. Rio de Janeiro: Francisco Alves, 1989.

MADRUGA, Sidney. **Pessoas com deficiência e direitos humanos: ótica da diferença e ações afirmativas.** São Paulo. Saraiva, 2013.

OLIVEIRA, J. M.; ARAÚJO, J.N.G; ROMAGNOLI, R. C. Dificuldades relativas à inclusão social das pessoas com deficiência no mercado de trabalho. **Latin-American Journal of Fundamental Psychopathology (online),** São Paulo, v. 6, n.1, p.77-89, 2006. Disponível em: <https://biblat.unam.mx/hevila/Latinamericanjournaloffundamentalpsychopathology/2006/vol3/no1/6.pdf>. Acesso em: 05 de set. 2023.

PEREIRA-SILVA, Nara Liana; FURTADO, Adelaine Vianna; ANDRADE, Jaqueline Ferreira Condé de Melo. A Inclusão no trabalho sob a perspectiva das pessoas com deficiência intelectual. **Temas psicol.**, Ribeirão Preto , v. 26, n. 2, p. 1003-1016, jun. 2018. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2018000200017&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 07 set. 2023.

PESSOTTI, I. **Deficiência mental: da superstição à ciência.** São Paulo: T.A.Queiroz/EDUSP, 1984.

RIBEIRO, Tatiana Salim. **A inclusão das pessoas com deficiência no mercado de trabalho e a ineficácia da aplicação da lei de cotas nas empresas privadas.** In: Âmbito Jurídico, Rio Grande, XV, n. 101, jun. 2012. Disponível em: <https://ambitojuridico.com.br/edicoes/revista-101/a-inclusao-das-pessoas-com-deficiencia-no-mercado-de-trabalho-e-a-ineficacia-da-aplicacao-da-lei-de-cotas-nas-empresas-privadas/>. Acesso em: 07 de set. 2023.

SAMPAIO, J. R. **Psicologia do trabalho e gestão dos recursos humanos: estudos contemporâneos.** São Paulo: Casa do Psicólogo, 1998.

SASSAKI, Romeu Kazumi. Inclusão: Construindo uma sociedade para todos. Rio de Janeiro: WVA, 1997.SASSAKI, Romeu Kazumi. **Terminologia sobre deficiência na era da inclusão.** In: VIVARTA, V. (Org.). *Mídia e Deficiência*. Brasília: Andi; Fundação Banco do Brasil, 2003. Série Diversidade. Disponível em: <https://andi.org.br/wp-content/uploads/2020/09/Midia_e_deficiencia.pdf>. Acesso em: 05 de setembro 2023.

STRELHOW, T. M. P. B. As influências conceituais do cristianismo sobre a deficiência: o papel do Ensino Religioso na construção de sujeitos de direitos. **Revista Educação Especial**, *[S. l.]*, v. 31, n. 61, p. 275–284, 2018. Disponível em: <https://periodicos.ufsm.br/educacaoespecial/article/view/25002/pdf_1>. Acesso em: 07 de set. 2023.

TADAIESKY, L. T. Métodos de seleção de pessoal: discussões preliminares sob o enfoque do behaviorismo radical. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 28, n. 1, p. 122–137, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/B44ZHjSqzn9b7g877vjSF3c/?lang=pt>. Acesso em: 13 de set. 2023.

TAHAN, Adalgisa Pires Falcão. A universalidade dos direitos humanos. In: **Estudos e debates em Direitos Humanos.** SILVEIRA, Vladimir Oliveira da; CAMPELO (COORD), Livia Gaigher Bósio (ORG). São Paulo: Letras Jurídicas, v. 2, 2012.

TONETTO, A. M. et al. Psicologia organizacional e do trabalho no Brasil: desenvolvimento científico contemporâneo. **Psicologia & Sociedade**, v. 20, n. 2, p. 165–173, maio 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/psoc/a/NCYvXk6K93pZ6ZmV9NJStcC/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 11 de set. 2023.

VIANNA, N. G. **Ruídos e silêncios: uma análise genealógica sobre a surdez na política de saúde brasileira**. Tese (Doutorado)- Faculdade de Ciências Médicas da Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2018. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/FdvKJpyNSkg5WDMPKMYywzK/?lang=pt>. Acesso em: 08 de set. 2023.

Vieira, C. M., Vieira, P. M., & Francischetti, I. (2015). Profissionalização de pessoas com deficiência: reflexões e possíveis contribuições da psicologia. **Revista Psicologia Organizações e Trabalho**, 15(4), 352-361. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpot/v15n4/v15n4a03.pdf>. Acesso em: 08 de set. 2023.

WERNECK, C. **Você é gente? O direito de nunca ser questionado sobre o seu valor humano.** Rio de Janeiro: WVA, 2003.

ZANELLI, J. C; BASTOS, A. V. B. (Orgs.). Inserção profissional do psicólogo em organizações e no trabalho. In L. J. C. Zanelli, J. E. Borges-Andrade & A.V.B. Bastos. **Psicologia, Organizações e Trabalho no Brasil.** Porto Alegre: Artmed, 2004.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

12

ATUAÇÃO DO PSICÓLOGO NO TRATAMENTO DO TRANSTORNO DO ESTRESSE PÓS TRAUMÁTICO RELACIONADO AO TRABALHO

PSYCHOLOGIST'S ROLE IN TREATING WORK-RELATED POST-TRAUMATIC STRESS DISORDER

Paulo Henrique Rabelo Santos

Resumo

A presente pesquisa tem como objetivo demonstrar a relevância do conhecimento da atuação do psicólogo no tratamento do transtorno do estresse pós-traumático relacionado ao trabalho, tendo grande impacto na sua qualidade de vida. Adicionalmente, nota-se que, dentre as possíveis consequências dos acidentes de trabalho, os sintomas e transtornos psiquiátricos têm sido cada vez mais observados. Assim, surge a questão de pesquisa: como o psicólogo pode contribuir para o progresso do TEPT em ambientes de trabalho? Dessa forma, este estudo tem como objetivo geral salientar os fatores que causam o surgimento do Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) e como o psicólogo atua na intervenção. Como resultados fica evidente que o TEPT no contexto do trabalho suscita para a consideração em torno de diferentes eixos: prevenção, avaliação, tratamento e ressarcimento acerca dos prejuízos causados. As plataformas de base de dados utilizadas foram Google Acadêmico, Scielo (Scientific Electronic Library Online) e Revistas Científicas, com os artigos publicados em português e inglês relacionados ao tema em questão, durante o período de 2010 a 2022.

Palavras-chave: Transtorno; Estresse Pós Traumático, Psicologia, Intervenção.

Abstract

This research aims to demonstrate the relevance of knowledge of the psychologist's role in treating work-related post-traumatic stress disorder, having a major impact on their quality of life. Additionally, it is noted that, among the possible consequences of work accidents, psychiatric symptoms and disorders have been increasingly observed. Thus, the research question arises: how can psychologists contribute to the progress of PTSD in work environments? Therefore, this study has the general objective of highlighting the factors that cause the emergence of Post-Traumatic Stress Disorder (PTSD) and how the psychologist works in the intervention. As a result, it is clear that PTSD in the work context raises consideration around different axes: prevention, assessment, treatment and compensation for the damage caused. The database platforms used were Google Scholar, Scielo (Scientific Electronic Library Online) and Scientific Magazines, with articles published in Portuguese and English related to the topic in question, during the period from 2010 to 2022.

Keywords: Disorder; Post Traumatic Stress, Psychology, Intervention.

1. INTRODUÇÃO

O presente artigo trata-se de uma revisão Bibliográfica, apresenta como tema os estudos e pesquisas sobre central a atuação do psicólogo no tratamento do transtorno do estresse pós traumático relacionado ao trabalho, capaz de ocasionar vários prejuízos para o indivíduo e a sociedade em geral, entre eles o isolamento social, o desânimo, o aumento do absenteísmo e de aposentadorias prematuras.

O Transtorno do Estresse Pós-Traumático (TEPT) é caracterizado por uma série de respostas adversas desencadeadas após os eventos traumáticos. Pode ser desenvolvido a partir de condições vivenciadas no ambiente laboral, como graves acidentes ocupacionais ou assaltos, configurando-se, neste caso, como uma doença do trabalho.

A habilidade de adaptação do ser humano tem sido cada vez mais testada em termos físicos, mentais e sociais. As transformações do mundo atual muito rápida e frequentes podem levar o ser humano a enfrentar situações de conflito e desestabilização emocional, podendo causar um estresse patológico (MINAYO; MIRANDA; TELHADO, 2021).

Portanto, o estudo se justifica na medida em que se reconhece a necessidade de expandir que o Psicólogo possui grande importância para a adoção de práticas assistenciais voltadas ao indivíduo que desenvolve o TEPT. Reconhece-se que é um transtorno prevalente, capaz de ocasionar vários prejuízos para o indivíduo e a sociedade em geral, entre eles o isolamento social, o desânimo, dentre outros.

É importante destacar que esses eventos traumáticos não decorrem apenas de situações perigosas como incidentes com violência, episódios de conflitos com armas, mas também podem incluir a exposição a qualquer experiência que promova algum desconforto emocional, como ouvir palavras ou presenciar atos que causem choque (MEGNIN-VIGGARS *et al*., 2019).Isto posto, surge o seguinte questionamento como problema de pesquisa: De que forma o psicólogo contribui para o desenvolvimento do TEPT nos contextos de trabalho? A partir dessa problemática, o presente objetivo geral será salientar os fatores que causam o surgimento do Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) e como o psicólogo atua na intervenção.

Por conseguinte, a partir desse objetivo geral, foram construídos os seguintes objetivos específicos: Identificar as relações entre os principais fatores de risco para o transtorno de estresse pós-traumático ocasionado no ambiente de trabalho; discorrer sobre os transtornos mentais e do comportamento relacionados ao trabalho de maneira geral; investigar a prevalência e fatores associados ao Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT).

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

Este estudo trata-se de uma revisão de literatura com estudos, sites oficiais, livros e artigos científicos a respeito sobre a Importância da atuação do psicólogo no tratamento do transtorno do estresse pós traumático relacionado ao trabalho, como critérios de inclusão foram selecionados 5 (cinco) artigos nas bases de dados *Scielo (Scientific Electronic Library Online*) e ,6 (seis) da plataforma PEDRo, e 2(dois) livros que ressaltam sobre a temática. Os artigos que não retratam sobre o assunto discutido foram excluídos desta revisão.

O levantamento bibliográfico foi realizado em livros, revistas e periódicos indexa-

dos, documentos acadêmicos publicados entre o ano de 2010 a 2022. As bases de dados pesquisadas foram: *Medical Literature Analysis and Retrieval System Online (MEDLINE), Scientific Electronic Library Online (SCIELO), United States National Library Of Medicine National Institutes Health (Pubmed)* e periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (CAPES). Tendo como palavras-chave: Transtorno; Estresse Pós Traumático, Psicologia, Intervenção

2.2 Resultados e Discussão

Nas premissas de Silva (2017) evidencia-se que o TEPT foi introduzido pela primeira vez como transtorno no Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais, em sua terceira edição (DSM- -III), por volta do ano de 1980. Decerto que antes desta classificação, a nomenclatura utilizada para pessoas que vivenciavam sintomas de estresse consistia em "neurose traumática" ou "neurose de guerra", em razão do estudo de pesquisadores sobre a manifestação de sintomas comuns àqueles que vivenciaram traumas, ser desenvolvido e aprofundado com o público-alvo de ex-combatentes de guerra, em especial, da Guerra do Vietnã e pessoas que vivenciaram o trauma relacionado a catástrofes naturais.

Os historiadores descrevem o TEPT como uma condição que afeta principalmente soldados em combate, mas civis também podem sofrer de TEPT após serem atingidos por traumas graves (ILLINGWORTH *et al*., 2020). Ainda assim, analisando os grupos populacionais, é possível notar que a prevalência de TEPT depende do nível de exposição ao trauma e da possibilidade de sofrê-lo (CHECA, 2019).

Conforme o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (American Psychiatric Association, 2014), TEPT é caracterizado, critério A, pela exposição a um ou mais eventos que incluam guerra como combatente ou civil, ameaça ou ocorrência de agressão física, exposição excessiva ou extrema a detalhes do evento traumático, como profissionais socorristas.

Os sintomas estão divididos, no DSM-5 (APA, 2014), em critérios, dentre eles estão: critério B, sintomas intrusivos associados ao evento traumático; critério C, evitação persistentes de estímulos relacionados ao evento traumático; critério D, alterações negativas em cognição e no humor; critério E, comportamento irritadiço e surtos de raiva, comportamentos imprudentes e autodestrutivos, hipervigilância, dificuldade de concentração e perturbação do sono.

De acordo Florentino (2015), as principais manifestações do TEPT são divididas em três grupos: compartimentação dos fenômenos, lembranças intrusas, sonhos traumáticos, comportamento de reconstituição; no segundo grupo, a evitação psicológica, caracterizada por fuga de sentimentos, pensamentos, locais e situações, interesse reduzido por atividades habituais, sentimento de estar sozinho, âmbito emocional restrito; e o transtorno de memória, perda de habilidades já adquiridas alteração na orientação com respeito ao futuro e estado de excitação: irritabilidade, raiva, dificuldade de concentração.

O TEPT pode ter três formas de apresentação clínica: forma aguda, na qual os sintomas duram de um a três meses após o evento traumático; forma crônica, em que os transtornos têm mais de três meses de duração; e forma tardia, quando os sintomas começam a se manifestar a partir de seis meses após o evento traumático específico (MARTINS-MONTE VERDE; PADOVAN; JURUENA, 2017).

Conforme a (American Psychiatric Association, 2013), o Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) é uma morbidade devida à exposição direta ou indireta a eventos

traumáticos, como morte, lesões ou traumas graves. Os sinais característicos descritos no DSM-5 são categorizados em quatro dimensões: revivescência, esquiva, alterações negativas na cognição/humor e aumento da excitabilidade. Para o diagnóstico, é importante questionar a duração dos sintomas (menos de 30 dias) e tentar identificar possíveis problemas no funcionamento psicossocial.

Inicialmente, Falcone e Oliveira (2013) e Souza, Vizzotto (2018) conceituam que o TEPT é um transtorno que surge da exposição única ou prolongada a um ou mais eventos traumático-estressores, que geralmente envolvem perigo à vida ou à de outros, violência, acidentes graves ou a forma como essas situações são descritas.

A síndrome psicopatológica ocorre quando o indivíduo afetado apresenta sintomas de evitação, onde evita estímulos relacionados ao evento traumático; intrusão ou revivência de memórias relacionadas ao evento; e hiperestimulação autonômica, que pode ser caracterizada por disforia, sudorese ou taquicardia.

Como descrito por Ruebner *et al. (*2017) ao vivenciar um evento traumático, não são todos que irão desenvolver os sintomas. No entanto, existem fatores que podem aumentar as chances de alguém desenvolver TEPT, como o baixo nível socioeconômico, que contribui como o fator de exposição às situações de violência.

O TEPT é um diagnóstico psiquiátrico que está presente quando o indivíduo afetado apresenta características clínicas relacionadas à tríade psicopatológica formada por: sintomas de evitação, onde o indivíduo evita estímulos associados ao evento traumático; intrusão ou revivência de memórias relacionadas ao evento traumático; e hiper estimulação autonômica, onde apresentam sintomas de disforia, sudorese e/ou taquicardia (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION, 2014; SOUZA; VIZZOTTO; GOMES, 2018).

Também em outros aspectos apontados por Henriques *et al.* (2015) evidencia-se que o diagnóstico desse transtorno é identificado caso esses sintomas persistam durante quatro semanas após o acontecimento do evento traumático e se ocasionarem um comprometimento social e ocupacional expressivos. Para pacientes cujos sintomas estiveram presentes por menos de um mês, o diagnóstico apropriado pode ser um transtorno de estresse agudo.

A partir dos discursos apresentados por Henriques *et al*. (2015) Dando continuidade aos conceitos do diagnóstico, enfatiza que o TEPT é feito de forma individual, por profissional devidamente qualificado; contudo, antes de diagnosticar o TEPT é possível identificar indivíduos que possuem maior risco de desenvolver esse transtorno, uma vez que é possível elucidar informações relacionadas aos fatores predisponentes ao seu desenvolvimento, facilitando o seu referenciamento ao serviço de saúde adequado, bem como oferecendo um diagnóstico situacional quanto ao risco de desenvolver essa psicopatologia.

A APA (2014) classifica que, o DSM-V traz como critérios diagnósticos para o TEPT os seguintes indicadores: (A) Exposição ao trauma; (B) Sintomas intrusivos; (C) Evitação ou esquiva; (D) Alterações negativas persistentes em cognição e humor; (E) Excitabilidade aumentada; (F) Os sintomas devem estar presentes após o 30° dia do evento traumático e ter duração mínima de um mês; (G) O transtorno causa sofrimento clinicamente significativo ou prejuízo social, ocupacional ou em áreas importantes do funcionamento; (H) O transtorno não é atribuível a efeitos fisiológicos de uma substância ou outra condição médica e não são melhores explicados pelo transtorno psicótico breve.

Dando, pois, realce ao contexto, Blair, Brian, Terence, (2012) essa identificação pode ser feita por meio de instrumentos criados para rastrear a sintomatologia do TEPT que podem ser, de forma geral, divididos em dois tipos: instrumentos autoaplicáveis/ autorrelatados e

entrevistas estruturadas, sendo a escolha de responsabilidade do aplicador, conforme objetivos e preferências. É importante dizer que a totalidade dos instrumentos apresentados é de origem norte-americana e possui traduções e adaptações transculturais em diversos países.

O estudo de Florentino (2015) evidencia que as principais manifestações do TEPT são divididas em três grupos: ré, experimentação dos fenômenos, lembranças intrusas, sonhos traumáticos, comportamento de reconstituição; no segundo grupo, a evitação psicológica, caracterizada por fuga de sentimentos, pensamentos, locais e situações, interesse reduzido por atividades habituais, sentimento de estar sozinho, âmbito emocional restrito; e o transtorno de memória, perda de habilidades já adquiridas.

Outro esclarecimento abordado por Wimalawansa (2014) a ocorrência de circunstâncias não traumáticas indutoras de stress tem implicações negativas para o indivíduo quando este se depara com uma situação traumática, pois as circunstâncias indutoras de stress, embora de cariz não traumático, possuem particularidades cumulativas e assim tornam um indivíduo mais suscetível e sensível perante quaisquer outras situações negativas que possam surgir (Vaz Serra, 2003). Tal facto origina que qualquer ameaça percebida, quer seja traumática ou não, seja vivida sob stress.

Consoante Brasil (2019) aborda também que mediante aos fatores de risco, a maioria das pessoas que vivenciam eventos estressantes ou potencialmente traumáticos não desenvolve o TEPT, sugerindo que a capacidade de adaptação e/ou resistência emocional dos indivíduos em geral é, em média, elevada. Assim, cada indivíduo demonstra possuir um “limiar” de trauma diferente, apontando para elementos internos e externos que podem não só oferecer risco, como proteção ao aparecimento da doença.

O trabalho é um importante meio de socialização e, no Brasil, destaca-se como significativo fator de inclusão, se considerados os índices de desemprego e de acesso à renda e à autonomia financeira. Além disso, quando valorizado socialmente e realizado em boas condições, o trabalho afeta positivamente aspectos físicos, psíquicos e sociais do trabalhador; é fonte de qualidade de vida (CARDOSO; FEIJÓ; CAMARGO; 2018). Logo, pois reconhece-se que, o trabalho pode trazer acentuadas consequências negativas à saúde e bem-estar do trabalhador, sobretudo quando este se depara com ambientes hostis e altamente competitivos.

O TEPT é um dos únicos transtornos mentais que permite estabelecer uma relação de causalidade direta com o trabalho (DORIGO; LIMA, 2007; HENSEL et al., 2010; FARLANE; BRYANT, 2007; MINISTÉRIO DA SAÚDE DO BRASIL, 2001), tendo em vista a necessidade da experiência, direta ou indireta, de um evento estressor traumático para a sua constatação (APA, 2002).

O estudo de Cardoso *et al*. (2018) conceitua as políticas de gestão com foco exclusivo em produtividade (como se essa não tivesse relação com o bem-estar do trabalhador), propagação dos perfis e exigências acima expostos, má condução de eventos e precária gestão de fatores estressores no trabalho geram sentimento de insegurança, e até de inutilidade, influenciando no adoecimento e no desempenho do indivíduo. Com isso, doenças ocupacionais vêm se expandindo e, entre elas, são frequentes os transtornos mentais e do comportamento, oriundos das relações de trabalho.

O TEPT é um transtorno que traz inúmeras mudanças para a vida de suas vítimas, que acabam constantemente revivendo a situação traumática e apresentando reações extremas de ansiedade como se o evento estivesse continuamente ocorrendo. Sobre esta concepção, Bárbaro et al., (2009), sinaliza que esses transtornos são definidos como um agrupamento de sinais e de sintomas associados a alterações de funcionamento sem ori-

gem conhecida, e resultam da soma de vários aspectos que perturbam o equilíbrio emocional da pessoa.

Segundo o Instituto Nacional de Seguridade Social (INSS), os transtornos mentais ocupam a terceira posição entre as causas de concessão de benefícios previdenciários (Ministério da Saúde, 2016). Dorigo e Lima (2007) explicam que o único transtorno mental cuja relação direta e causal com o trabalho é admitida por estudiosos atuantes no campo da saúde mental e do trabalho, independentemente da filiação teórica, é o Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT).

Diante deste contexto, Almeida *et al*. (2012) ratifica que são inúmeras as situações vivenciadas durante a jornada de trabalho que podem ser consideradas traumáticas e, consequentemente, impactar a saúde física e mental das vítimas. O TEPT é relacionado ao trabalho quando o trauma que o desencadeou ocorre no ambiente laboral ou no exercício da profissão.

Essa relação ocorre principalmente em profissões que atuam em situações de risco, emergências ou que envolvam cuidados com a vida humana, como, por exemplo: bombeiros, policiais e profissionais da saúde em urgência e emergência, que lidam diariamente e repetidamente com ameaça à própria vida ou à vida de terceiros e, portanto, como já mencionado, se tornam mais suscetíveis a transtornos de ansiedade e ao próprio TEPT (BRASIL, 2001; LIMA; ASSUNÇÃO; BARRETO, 2015; YOO *et al.,* 2013).

O trabalhador pode desenvolver o TEPT como um diagnóstico adicional, em decorrência de um acidente de trabalho específico, como nas situações em que tem parte de seu corpo amputada pela utilização de uma determinada máquina, ou ele mesmo ser a única consequência do acidente de trabalho, como nas ocasiões em que vivencia um assalto à mão armada sem qualquer tipo de lesão física (MACDONALD *et al.,* 2003). Em virtude de tais possibilidades, percebe-se que, nos casos em que há um dano físico, a constatação do acidente de trabalho fica mais evidente. Por outro lado, muitas vezes os diagnósticos psiquiátricos não são realizados e, consequentemente, acabam sendo subestimados.

No Brasil, o TEPT ainda é um transtorno relativamente pouco diagnosticado e pouco estudado, dificultando, portanto, o reconhecimento do diagnóstico de TEPT relacionado a acidente de trabalho (BUCASIO et al., 2005). Este mesmo autor pontua que dentre as prováveis justificativas para isso, ressalta-se a falta de conhecimento desse transtorno - não somente entre a população geral, como também entre os profissionais da saúde - bem como a alta resistência à busca de tratamento presente entre os pacientes com esse diagnóstico.

O TEPT decorrente de acidente de trabalho pode acarretar numa diminuição no nível de satisfação do trabalho, além de altos índices de absenteísmo, rotatividade de funcionários, licenças para tratamento de saúde e, até mesmo, aposentadoria adiantada (BUCASIO *et al.,* 2005; HENSEL *et al.,* 2010; MATTHEWS *et al.,* 2009; MILLER, 2001).

Estar envolvido em eventos traumáticos é um tanto quanto corriqueiro, porém como as respostas são inúmeras, os sofrimentos também são diversificados. Segundo Falcone & Oliveira (2013) a maior parte das vítimas reagem de forma saudável e se recuperam após um curto período de intensa ativação emocional, alguns outros não reagem da mesma forma e passam pelo crescimento pós-traumático e fortificam-se de maneira gradativa e valorizam mais a vida, entretanto 10 % das pessoas que vivenciam o mesmo estímulo desenvolvem o TEPT.

Utiliza-se da argumentação de Correia e Dunningham (2016) diante da vida moderna, na qual as situações estressantes estão em evidência, e considerando o aumento superior

a 18% nos transtornos mentais, o mercado de trabalho e a economia sofrem perdas com o curto tempo de serviço de profissionais ocasionado por transtornos mentais.

Logo, trabalhadores que lidam com situações de extremo estresse, como profissionais de saúde, de segurança e proteção pública, entram em evidência, pois os eventos vivenciados diariamente podem ter efeitos debilitantes do ponto de vista mental e físico; como no caso daqueles que desenvolvem o Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT).

Analisando a contextualização fornecida, Henriques (2015) ratifica com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-IV), existem dois tipos de respostas pós-traumáticas: a aguda ao estresse, sendo a mais comum, ocorrida horas ou dias após determinado acidente, na qual a pessoa apresenta sintomas de ansiedade, dificuldade para dormir e batimentos cardíacos acelerados e, subsequentemente, o Transtorno do Estresse Pós-Traumático.

Por outro lado, Nader (2016) salienta-se que o tratamento típico do TEPT, assim como ocorre na grande maioria dos transtornos de ansiedade e/ou relacionados ao estresse agudo ou crônico, baseia-se no uso de antidepressivo-ansiolíticos benzodiazepínicos associados à psicoterapia, sendo a TCC a mais comumente utilizada – por exemplo, através de protocolos de terapia de reposição pela via da aprendizagem de extinção e/ou pela via da reconsolidação /atualização da memória.

Existem diversos tipos de intervenções da TCC diante do TEPT, dentre elas podemos citar as terapias de exposição, tratamento de manejo da ansiedade e as estratégias de reestruturação cognitiva. O intuito da terapia de exposição é extinguir as reações de medo e ansiedade, características eminentes do transtorno, através do enfrentamento do medo. Um dos tipos da terapia de exposição é a in vitro, nesse caso o paciente é levado a fechar os olhos e relatar ao terapeuta tudo o que foi vivido naquela situação, com detalhes até mesmo no que se refere às sensações, se assemelhando a uma revivência (KRISTENSEN; MELL; SCHAEFER, 2011).

A intervenção comportamental é considerada uma abordagem de primeira linha no tratamento do TEPT. Meta-análises desses tratamentos indicam que a terapia de exposição prolongada, terapia de processamento cognitivo e dessensibilização e reprocessamento do movimento ocular estão entre as opções de tratamento mais frequentes e rigorosamente examinadas. Em ensaios clínicos randomizados, todos esses tratamentos têm níveis semelhantes de eficácia (FlANAGAN *et al.,* 2018; BOTHE *et al.,* 2020).

Dentro desta concepção, Barbosa et al., (2018) enfatiza que o protocolo para tratamento farmacológico do TEPT é embasado no uso de substâncias que atenuem, por meio da manutenção neuroquímica encefálica, os efeitos deletérios ocasionados pela doença. Dentre esses fármacos, os principais são da classe dos inibidores seletivos da recaptação de serotonina (ISRS).

Entretanto, Bianco e De Souza (2018) corrobora com este contexto, enfatizando que após o início da terapia, é necessário reavaliar a cada 4 a 8 semanas visando obter informações acerca de resposta (classificá-la em parcial, ausente ou com intolerância aos efeitos colaterais). Tendo necessidade de aumentar a dose, aguardar de 4 a 12 semanas. Se a resposta for satisfatória, deve-se manter a medicação por tempo suficiente para remissão completa dos sintomas, orientando o paciente para uma eventual recaída e necessidade do desmame da medicação.

Em termos gerais no contexto de Bach *et al.* (2018) é interessante ressaltar a realização, também, além do tratamento farmacológico, da psicoterapia, principalmente a técnica de exposição. Nesta, o terapeuta estimula o paciente a reviver o trauma, induz as

pessoas a imaginarem estar no local da situação, em contato com indivíduos que se encontravam presentes, ou que induz o remembramento do momento.

Por exemplo, o terapeuta pode pedir para que o paciente imagine uma ida ao banco onde foi assaltado. Devido à ansiedade intensa e algumas memórias traumáticas, a psicoterapia é de suma importância para um tratamento efetivo.

Nessa perspectiva, Schrader e Ross (2021) o tratamento farmacológico é realizado com Inibidores Seletivos de Recaptação de Serotonina (ISRS) ou Inibidores Seletivos de Recaptação de Norepinefrina (SSRI) são que os perfis de efeitos colaterais são geralmente bem tolerados. Na prática clínica, um psiquiatra geralmente muda para diferentes medicamentos ISRS ou SNRI com base na resposta do paciente, tolerabilidade ou outros problemas de metabolismo lento ou rápido desses medicamentos em particular.

Então, esses mesmos autores sinalizam que dentre todas as causas, especificamente, a paroxetina é menos prescrita, pois tende a ter perfis de efeitos colaterais anticolinérgicos maiores do que os outros ISRSs e tem uma meia-vida extremamente curta, muitas vezes exigindo doses duas vezes ao dia. Outros medicamentos, como desvenlafaxina e duloxetina, são alternativas aceitáveis, assim como a sertralina no tratamento do transtorno de estresse pós-traumático. (SCHRADER e ROSS, 2021).

Como descrito por Haubrich e Nader (2016) o tratamento típico do TEPT, assim como ocorre na grande maioria dos transtornos de ansiedade e/ou relacionados ao estresse agudo ou crônico, baseia-se no uso de antidepressivo-ansiolíticos benzodiazepínicos associados à psicoterapia, sendo a TCC a mais comumente utilizada – por exemplo, através de protocolos de terapia de reexposição pela via da aprendizagem de extinção e/ou pela via da reconsolidação/atualização da memória.

Nas premissas de Hutchison *et al.* (2018) ratificam que na CPT, o terapeuta tem o papel de auxiliar na identificação e na modificação dos pensamentos negativos associados ao trauma que impedem um processamento preciso da memória e das emoções. Na PE, busca-se desacoplar gatilhos traumáticos da resposta ao estresse psicológico e fisiológico por meio da exposição marginal, onde o trauma é recontado e confrontado pelo paciente repetidamente em sessão, e da exposição in vivo, onde os estímulos temidos são confrontados fora da terapia.

Como caracterizam Koucky *et al.* (2013) considerando os aspectos supra descritos, nota-se a relevância da TCC, sendo esta que tem se mostrado um método eficaz no tratamento do TEPT. No entanto, seu objetivo é modificar representações mentais que se mostrem distorcidas, favorecendo uma melhor adaptação ao ambiente.

Vale salientar no contexto de Cardoso *et al.* (2018), que indivíduos com TEPT desenvolvem um entorpecimento emocional, não conseguindo expressar sentimentos e emoções positivas e negativas, que diversas pessoas têm facilidade de demonstrar, como amor, alegria, medo, raiva e tristeza.

Kristensen *et al.* (2004) evidenciam que a partir do momento que o sujeito com transtorno pós-traumático tem contato com o evento estressor, ocorre uma hiperatividade do sistema nervoso simpático, nesta hiperatividade há uma demasiada produção de adrenalina e noradrenalina, respectivamente a epinefrina e norepinefrina, eles são liberados por meio dos terminais simpáticos da medula suprarrenal, motivando sintomas como o aumento da pressão sanguínea.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo desta pesquisa, foi constatado que o psicólogo atua no tratamento do transtorno do estresse pós-traumático relacionado ao trabalho. O TEPT é caracterizado por diversos sintomas, como depressão, medo exagerado, delírios importunos, revivescência do trauma, entre outros. Esses sintomas, juntos, caracterizam o transtorno, mas alguns deles, como a depressão, costumam ser percebidos de forma precipitada pelos médicos.

Essa análise também mostra que o diagnóstico de transtorno de estresse pós-traumático não é uma tarefa simples. É claro que o clínico precisa ter a capacidade de analisar de forma criteriosa o histórico do paciente para desvendar todo o processo de adoecimento, além do momento em que o trauma causou os outros sintomas.

Como o TEPT é um fenômeno complexo que envolve uma complexa base fisiológica, física e clínica, a falta de pesquisas adequadas e atualizadas contribuem para a atual incompreensão sobre o seu mecanismo fisiopatológico e critérios de definição e diagnóstico. Isso interfere diretamente na pesquisa de tratamentos mais eficazes e seguros para esse problema, que tem altos níveis de resistência aos tratamentos disponíveis atualmente.

É importante saber que o psicólogo pode ajudar na prevenção do TEPT, auxiliando-o a lidar com as dificuldades impostas pela vida de forma mais autônoma e, assim, o problema pode ser tratado em toda sua extensão.

É imprescindível realizar mais pesquisas na área de Psicologia para alertar que o TEPT é um transtorno que tem se tornado cada vez mais frequente em ambientes de trabalho e, infelizmente, não é dada a devida importância.

Na maioria das vezes, a prevenção é viável, inicialmente, aprimorando as condições de trabalho para evitar situações potencialmente prejudiciais e, eventualmente, criando um sistema de suporte ao trabalhador que se envolva em diversas situações.

Referências

ALMEIDA, *et al.,* Transtorno por estresse pós-traumático como causa de acidente de trabalho. **Rev. Brasileira de Medicina do Trabalho,** Brasil, v. 10, n. 1, p. 100-105. 2012. Disponível em: http://www.rbmt.org.br/details/81/pt-BR/transtorno-por-estresse-postraumatico-como-causa-de-acidente-de-trabalho. Acesso em: 14 sete. de 2023.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. (1987). **Diagnostic And Statistical manual of mental disorders** (DSM-III). Washington, DC: Author

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. DSM - 5: Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais.5. ed. Porto Alegre: **Artmed.** 2014. 992 p

AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION. **Clinical practice guideline for the treatment of posttraumatic stress disorder (PTSD) in adults.** 1 ed. Washington, DC: Autor. 2017. Disponível em: https://www.apa.org/ptsd-guideline/ptsd.pdf. Acesso em: 07 ago. 2023.

APA - **American Artmed Association**. (2014). Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais, DSM-5. Porto Alegre: Artmed

Associação Americana de Psiquiatria (2002). Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais (4ª. Ed.). Porto Alegre: Artmed

BACH, Suelen de Lima *et al.*, **Risco de suicídio e trauma na infância em indivíduos diagnosticados com transtorno de estresse pós-traumático.** Programa de Pós-Graduação em Saúde e Comportamento, Universidade Católica de Pelotas, Pelotas/ RS, Brasil, 2018

BARBOSA, Marlon Et *al.,* Does CBT have lasting effects in the treatment of PTSD after one year of follow-up? **A systematic review of randomized controlled trials. Instituto de Psiquiatria,** Universidade Federal do Rio

de Janeiro (UFRJ), Rio de Janeiro/RJ, Brasil, 2018.

BIANCO, M. B. CANTO-DE-SOUZA, A**.** L. M. Ansiedade, memória e o transtorno de estresse pós-traumático**. Rev.** CES Psico, 11(2), 53-65. 2018.

BLAIR, E. W.; BRIAN, P. M.; TERENCE, M. K. **Screening, Diagnosis, and Treatment of Post-Traumatic Stress Disorder.** Military Medicine, Boston, v.177, n. 8, p.7-13, 2012. DOI: https://doi.org/10.7205/MILMED-D-12-00111.

BRASIL. Ministério da Justiça e Segurança Pública. Secretaria Nacional de Segurança Pública. **Caderno técnico de tratamento do transtorno de estresse pós-traumático –** TEPT. Brasília, DF: Ministério da Justiça e Segurança Pública. 2019. Disponível em: https://legado.justica.gov.br/news/collective-nitf-content-1570038268.58/caderno-tecnico-detratamento-do-transtorno-de-estresse-pos-traumatico-tept.pdf. Acesso em: 13 de agosto de 2023.

CORREIA AR, DUNNINGHAM WA. Estimativa da ocorrência de transtorno do estresse pós-traumático em policiais militares da Bahia**. Rev Bras Neurol Psiquiatr.** 2016;20(3):187-216.

FALCONE, Eliane; OLIVEIRA, Margareth (org). **Terapia Cognitiva Comportamental:** Transtorno de Estresse Pós-Traumático. 1ª ed. São Paulo: Casa do Psicólogo, 2013.

FLORENTINO, Bruno Ricardo Bérgamo. As possíveis consequências do abuso sexual praticado contra crianças e adolescentes. Fractal, **Rev. Psicol.,** Riode janeiro, v.27, n. 2, p. 139-144, ago.2015.https://doi.org/10.1590/1984-0292/805.Acesso em set. 2023.

FOA, E. B., KEANE, T. M., & FRIEDMAN, M. J. (2000). Introduction. In E. B. Foa, T. M. Keane & M. J. Friedman (Orgs.), Effective Treatments for PTSD: **practice guidelines from the international society for traumatic stress studies** (pp. 1-17). Nova Iorque: Guilford Press

HAUBRICH, Josue; NADER, Karim. **Memory Reconsolidation.** In: BehavioralNeuroscienceof Learning and-Memory. Cham: Springer, 2016. p. 151-176.

HUTCHISON, Courtney A.; BRESSI, Sara K. MDMA- **Assisted Psychotherapy for Posttraumatic Stress Disorder:** Implications for Social Work Practice and Research. Clinical Social Work Journal, v. 48, n. 4, p. 421–430, 2018. Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10615-018-0676-3>

KOUCK, Y.; DICKSTEIN, B.; CHARD, K. **Cognitive Behavioral Treatments for Posttraumatic Stress Disorder:** Empirical Foundation And new directions. CNS Spectrums, 2013. 73-81 p.

KOVAR, I. **Use of Virtual Reality as a Tool Overcome the PostTraumatic Stress Disorder Pensioners.Zlín**, República Tcheca, 2019.

KRISTENSEN, C.H., MELLO, P.G., & SCHAEFER, L.S. (2011). **Modelo cognitivo-comportamental do transtorno de estresse pós-traumático.** In Andretta, I., & Oliveira, M. S. Manual prático de terapia cognitivo-comportamental. São Paulo: Casa do psicólogo,303-318.

LIMA, E. P. ASSUNÇÃO, A. A. Prevalência e fatores associados ao Transtorno de Estresse Pós-Traumático (TEPT) em profissionais de emergência: uma revisão sistemática da literatura. **Revista Brasileira de Epidemiologia,** São Paulo, v. 14, n. 2, p. 217-230, 2011. DOI: https://doi.org/10.1590/S1415-790X2011000200004

MAC DONALD, H. A., Colotla, V., Flamer, S., &Karlinsky, H. (2003). Posttraumatic stress disorder (PTSD) in the workplace: a descriptive study of workers experiencing PTSD resulting from work injury. Journal of Occupational Rehabilitation, 13, 63-77

Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5. 5a ed. Porto Alegre: Artmed; 2014

MARTINS-MONTEVERDE, Camila Maria Severi; PADOVAN, Thalita; JURUENA, Mario Francisco. **Transtornos relacionados a traumas e a estressores.** Medicina (Ribeirão Preto, Online.),v.50, n. Supl 1, p. 37-50,2017. Disponível em: http://revista.fmrp.usp.br/2017/vol50-Supl-1/Simp4-Transtornos-relacionados-a-traumas-e-a--estressores.pdf. Acesso em: 15 set. 2023.

MEGNIN-VIGGARS, O.; MAVRANEZOULI, I.; GREENBERG, N.; HAJIOFF, S.;LEACH, J. Post-traumatic stress disorder: what does NICE guidance mean for primary care?.British Journal of General Practice,v. 69, n. 684, p. 328-329, 2019.Disponível em: https://doi.org/10.3399/bjgp19x704189

MENDLOWICZ, M. V. *et al.***, Can horror movies induce PTSD-like syndrome? Can horror movies induce PTSD-like syndrome?** Universidade Federal do Rio de Janeiro - UFRJ (Rio de Janeiro, RJ, Brasil), 2019.

MINAYO, M. D. S.; MIRANDA, I.; TELHADO, R. S. **A systematic review of the effects of probiotics on depression and anxiety: an alternative therapy?.**Ciência & Saúde Coletiva, v.26,p. 4087-4099, 2021. Disponível em: https://doi.org/10.1590/1413-81232021269.2134202.

RUEBNER, O. *et al.* Cities and mental health. Dtsch Ãrztebl int., [s.l], v. 114, n. 8, p. 121-127, Feb. 2017.

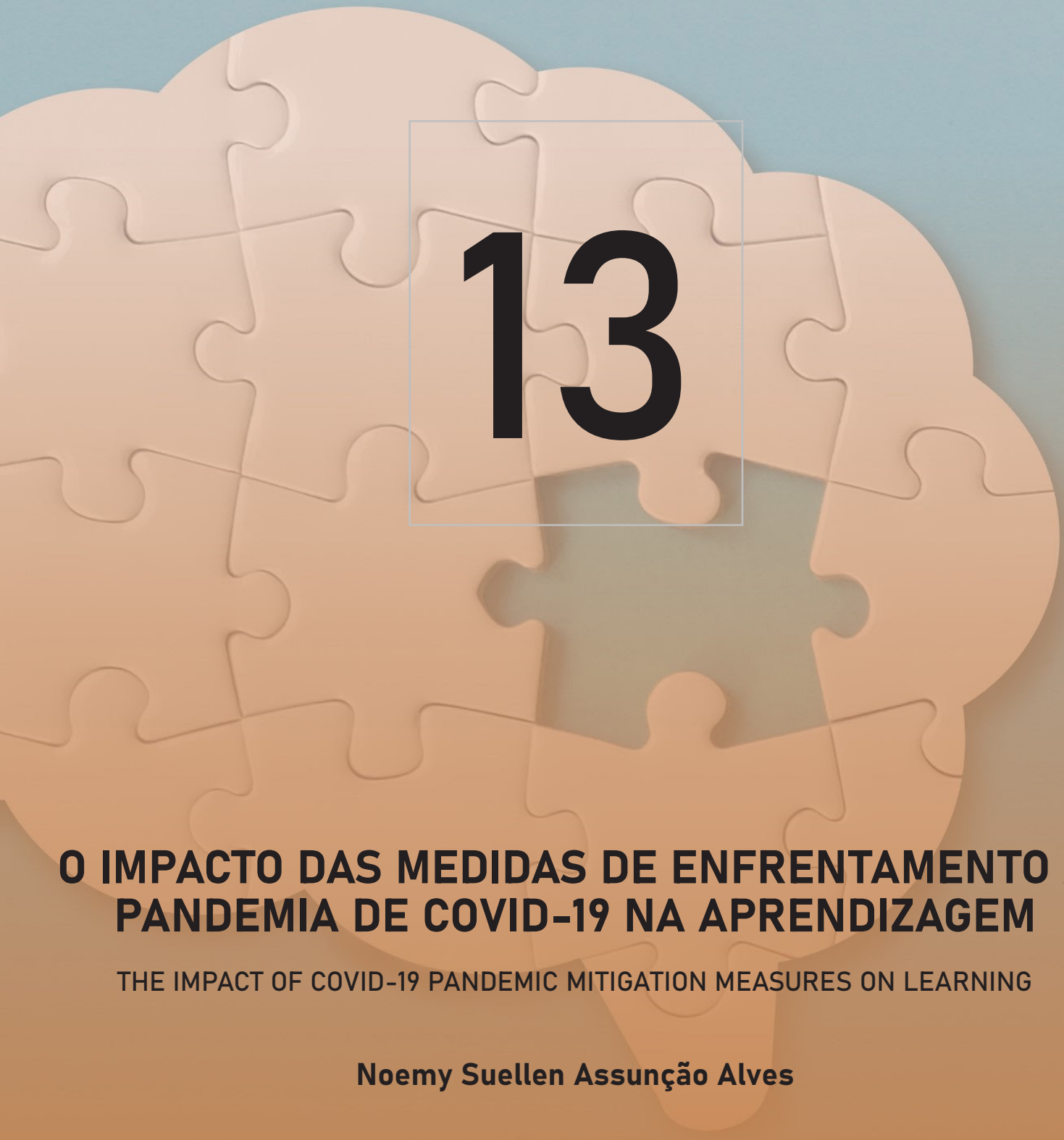
SILVA, A. B. B. **Mentes ansiosas: o medo e a ansiedade nossos de cada dia.** São Paulo: Principium, 2017.

SOUZA CM, VIZZOTTO MM, GOMES MB. **Relationship Between Family Violence And Post-traumatic stress disorder.** Psicol Saúde Doenças. 2018;19(2):222-33

Vaz Serra, A. (2003). O Distúrbio do Estresse Pós-Traumático. Coimbra: Vale & Vale Editores, Lda.

WIMALAWANSA, S. J. (2014). **Causes and Risk Factors for Post- Traumatic Stress Disorder: the Importance of Right Diagnosis and Treatment**. Asian Journal of Medical Sciences, (2), 1–13.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA



13

O IMPACTO DAS MEDIDAS DE ENFRENTAMENTO À PANDEMIA DE COVID-19 NA APRENDIZAGEM

THE IMPACT OF COVID-19 PANDEMIC MITIGATION MEASURES ON LEARNING

Noemy Suellen Assunção Alves

Resumo

Este estudo teve como finalidade abordar como as medidas sanitárias afetaram o processo de ensino-aprendizagem e a comunidade escolar dentro de um contexto extremamente adverso como a pandemia de Covid-19. Com base em informações obtidas a partir de uma seleção de materiais disponíveis em revistas acadêmicas como *Scielo* e *Google Scholar* durante os últimos quatro anos, foi feito uma revisão bibliográfica qualitativa e descritiva afim de elencar os fatores influenciadores, conceito e nuances envolvidas no Ensino Remoto Emergencial (ERE) como principal adequação realizada na prática pedagógica, bem como as prováveis consequências de cunho biológico, cognitivo, psíquico e social de milhares de estudantes. Após as considerações apresentadas neste trabalho, percebe-se que, apesar do contexto pandêmico ser frequentemente trazido a debate, as discussões que permeiam o âmbito educacional ainda são escassas diante da complexidade do tema e faz-se necessário uma análise reflexiva das soluções e decisões tomadas de imediato com o propósito de identificar os prejuízos causados ao desenvolvimento acadêmico dos alunos e um planejamento efetivo que vise a contenção precoce de danos, ao mesmo tempo em que seja compreendido a necessidade do estabelecimento de planos de ação que ofereçam previsibilidade a possíveis situações semelhantes.

Palavras-chave: Aprendizagem. Ensino Remoto Emergencial. Pandemia

Abstract

This study aimed to address how sanitary measures affected the teaching-learning process and the school community within an extremely adverse context such as the Covid-19 pandemic. Based on information obtained from a selection of materials available in academic journals such as Scielo and Google Scholar over the past four years, a qualitative and descriptive bibliographic review was conducted to list the influencing factors, concept, and nuances involved in Emergency Remote Learning (ERE) as the main adaptation made in pedagogical practice, as well as the probable consequences of a biological, cognitive, psychological, and social nature for thousands of students. After the considerations presented in this work, it is noticed that, although the pandemic context is often brought up for debate, the discussions that permeate the educational field are still scarce in the face of the complexity of the theme and it is necessary to have a reflective analysis of the solutions and decisions taken immediately with the purpose of identifying the damage caused to the academic development of students and an effective planning that aims at the early containment of damage, at the same time that the need for the establishment of action plans that offer predictability to possible similar situations is understood.

Keywords: Learning. Emergency Remote Teaching. Pandemic

1. INTRODUÇÃO

Ao longo da história a humanidade foi permeada por situações controversas em diversos aspectos, fazendo com que a cultura seja renovada através da mudança ampla de comportamentos numa sociedade que se vê à mercê de adversidades que exigem adequações imediatas. A pandemia de Covid-19 foi uma dessas situações.

Em dezembro de 2019 a Organização Mundial da Saúde (OMS) foi alertada sobre o surgimento de um novo tipo de coronavírus (mais tarde nomeado como SARS-CoV-2), causador da doença Covid-19. Tratava-se de uma infecção respiratória que até então dificilmente causava grave adoecimento, mas que obrigou uma modificação total de como as comunidades vivenciam o seu cotidiano. O contato físico foi deixado de lado, o uso constante de máscaras passou a ser legalmente obrigatório e por causa da quarentena as ruas ficaram vazias.

Nesta conjuntura, é preponderante analisar como a comunidade escolar se moldou às medidas de enfrentamento à pandemia e quais as consequências dessas ações na aprendizagem no decorrer da prática pedagógica, bem como as adversidades enfrentadas por alunos, famílias e escola, afim de elucidar esses fatores e como eles interagem entre si a partir de um contexto social extremamente adverso que alçou a reorganização do comportamento das comunidades em diversos âmbitos, reinventando a educação de modo a atender as medidas adotadas por governos locais ao redor do mundo que buscavam a prevenção ao adoecimento, mas ao mesmo tempo cumprir o que é determinado pelas diretrizes educacionais.

Dentro desta perspectiva, o presente trabalho descreve o cenário pandêmico, explica a configuração do ensino remoto emergencial (ERE) ao mesmo tempo em que apresenta os contratempos presentes no processo. Em síntese, aponta como as medidas de enfrentamento à pandemia e adequações feitas no âmbito educacional através desta modalidade inédita de práticas educacionais afetam a qualidade da aprendizagem de crianças e adolescentes numa situação excepcional.

2. METODOLOGIA

O presente estudo se trata de uma revisão bibliográfica qualitativa e descritiva, que tem como objetivo “responder a um problema com a utilização de material bibliográfico, estudos e análises científicas que, por conseguinte, passaram pelo crivo da Ciência para serem apresentados à sociedade” (BASTOS, 2016, p.140).

Para a elaboração deste trabalho serão utilizados materiais encontrados em bancos de dados eletrônicos como Biblioteca Eletrônica Científica Online (Scielo) e Google Acadêmico, priorizando publicações nacionais dos últimos quatro anos e empregadas como critério de busca as palavras “aprendizagem”, “impacto”, “ensino remoto”, “pandemia”, “Covid-19”. Foram dispensados estudos de caso, pesquisas quantitativas, relatos de experiências locais e de contextos não relacionados a área educacional.

3. O CONTEXTO PANDÊMICO

Devido a fácil transmissibilidade do novo coronavírus, a Covid-19 foi elevada a nível pandêmico pela Organização Mundial da Saúde (OMS) cerca de dois meses após o primeiro caso, fazendo com que governos ao redor do mundo estabelecessem medidas sanitárias com o intuito de desacelerar a contaminação populacional e ao mesmo tempo, impedir um possível colapso dos sistemas de saúde locais

Entre o uso de máscaras, higienização constante de mãos, distanciamento físico (equivocadamente chamado de distanciamento social) e outras formas de prevenção ao vírus, a quarentena (*lockdown*, em inglês) foi a mais implacável de todas, fazendo com que comportamentos corriqueiros como abraços e apertos de mão fossem abolidos do dia a dia. Fronteiras, aeroportos, templos religiosos, órgãos públicos e estabelecimentos comerciais tiveram suas portas fechadas mediante decretos, e a população precisou criar estratégias adaptativas que resultaram no que foi chamado de “o novo normal”.

4. ENSINO REMOTO EM TEMPOS DE CRISE

Neste cenário, a comunidade escolar também se propôs à criação de estratégias para que não houvesse perda do ano letivo e que atendessem o calendário escolar proposto na Lei de Diretrizes e Bases da Educação (LDB).

Assim como outras áreas se ajustaram para que suas atividades passassem a ser executadas de modo virtual, o ensino remoto emergencial (ERE) foi estabelecido através da Portaria nº 343, de 17 de março de 2020 pelo Ministério da Educação (MEC) que “dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durar a situação de pandemia do Novo Coronavírus - COVID-19”, como forma de remediar o fechamento de escolas e universidades até que a situação se estabilizasse. Ghisleni, Barreto e Becker (2020) descrevem o ERE como uma solução imediata alternativa com o objetivo de evitar prejuízos no andamento ou desenvolvimento acadêmico dos estudantes.

Esta modalidade se assemelha, em partes, ao Ensino à Distância (EAD), já regulamentado pelo MEC no Decreto 5.622, art. 80 de 19.12.2005, contudo, objetiva ofertar conteúdo e suporte educacional de forma a minimizar os efeitos do isolamento social (GHISLENI; BARRETO; BECKER, 2020, p. 301).

Embora comum em alguns segmentos educacionais, a mediação didático-pedagógica realizada através de meios e tecnologias de informação não é comumente aplicada a alunos da educação básica, por exemplo, o que teve de ser modificado devido a emergência de saúde.

Moreira e Schlemmer (2020) afunilam ainda mais o conceito de ensino remoto como a transposição de currículos e práticas educacionais ora aplicados num contexto físico para o contexto *online* devido ao distanciamento geográfico entre professores e alunos e feito através de uma comunicação bidirecional síncrona em uma dinâmica focada no conteúdo e transmissão deste, e posteriormente, a facilidade em resgatar as gravações do que foi produzido durante determinado momento. Além da crise de saúde já descrita, os autores mencionam os conflitos bélicos ocorridos frequentemente no Oriente Médio como justificativa para aplicação desta modalidade de ensino.

Esses ambientes remotos de aprendizagem são construídos em plataformas de reuniões virtuais ingressados por docentes e discentes no mesmo horário e período de aula presencial, e em alguns casos, através de vídeo aulas, mediadas por computadores *desktop* ou dispositivos móveis como *tablets, notebooks e smartphones*. Rodrigues (2021) define estas como aulas síncronas e assíncronas,

Exigiu-se que houvesse a reestruturação nos recursos pedagógicos usados pelos professores em sala de aula e a intensificação de um trabalho colaborativo entre escola e pais/responsáveis feito a partir de comunicação constante e acompanhamento ainda mais acentuado das famílias no cotidiano escolar das crianças, visto que além dos deveres de casa habituais, as crianças careciam de assistência com as atividades ministradas nas aulas online.

4. A PERSISTÊNCIA DOS VELHOS DESAFIOS NO NOVO NORMAL

Apesar dos esforços em minimizar os prejuízos situacionais muitos alunos não receberam o acompanhamento efetivo, já que a maioria dos pais e responsáveis tiveram suas atividades laborais transferidas para *home office* ou não puderam se ausentar do ambiente de trabalho.

A indisponibilidade de engajamento diário das famílias com as atividades escolares tornou frequente a perda de prazos para entrega de atividades ou o desconhecimento da existência destas, chegando ao ponto em que muitas crianças deixassem de assistir aulas e por consequência, tivessem prejuízo significativo no aprendizado.

Desta perspectiva, a evasão escolar emerge como mais uma questão a ser resolvida. Problema recorrente no cenário educacional brasileiro, houve aumento exponencial dos alunos que abandonaram a escola devido as dificuldades agravadas pelo contexto pandêmico. Mencionados incansavelmente, os fatores socioeconômicos e culturais foram determinantes para que milhares de crianças e adolescentes não frequentassem as aulas devido à falta de equipamentos eletrônicos, acesso à internet e espaço adequado ao estudo (SANTOS; NETO; COELHO, 2021, p. 418).

Barbosa, Anjos e Azoni (2022) ponderam que parte dos estudantes inseridos na educação pública ainda sofrem de insegurança alimentar e têm na escola a oferta de alimentação saudável, contudo, a suspensão das aulas presenciais fez com que estes perdessem o acesso a uma fonte de nutrição, o que potencialmente interfere no desenvolvimento da cognição, e por consequência, no desempenho acadêmico.

Outro grupo afetado negativamente pela suspensão das aulas presenciais foi o da educação especial. Os desafios já enfrentados na implementação de uma educação inclusiva em tempos de normalidade se agravaram ainda mais na vida de alunos com deficiências, transtornos globais do desenvolvimento e altas habilidade/superdotação que além das barreiras impostas pelo ERE, foram retirados abruptamente de suas rotinas e do ambiente escolar, perderam os benefícios trazidos pela socialização e não tiveram a assistência prestada nas terapias e consultas com psicólogos, psicopedagogos, terapeutas ocupacionais, fisioterapeutas, entre outros, seja por não se adaptarem as intervenções virtuais, fazê-las de modo insatisfatório ou ficarem completamente afastados, impactando substantivamente o progresso já obtido (CARDOSO; TAVEIRA; STRIBEL, 2020).

Do ponto de vista de Barbosa, Anjos e Azoni (2022), foram diversas as limitações enfrentadas pelos docentes, principalmente as “dificuldades para ensinagem de habilidades, dificuldades de receber *feedback* dos estudantes, tempo de atenção limitado e falta de disciplina no acompanhamento das aulas”. Para exemplificar cada uma, pode-se citar a estimulação psicomotora demandada durante a alfabetização, a destreza com as ferramentas presentes nos programas de reunião virtual, a maturação cognitiva proporcional a idade do aluno e alterações na rotina familiar que interferem diretamente no tempo reservado ao estudo, respectivamente.

Sob a ótica do docente, a dificuldade de grande parte dos professores com o uso de ferramentas digitais expôs como a formação desses profissionais ainda se mostra defasada no que tange a apropriação do uso dessas tecnologias, por mais que sejam frequentemente mencionadas como instrumentos enriquecedores no ensino.

Oliveira, Correia e Morés (2020) afirmam que apesar da oferta de mini cursos para adaptação imediata à crise, muitos destes se abstinham de uma base teórico- epistemológica conceitual em seu conteúdo programático, instrumentalizando a formação docente em vez de contemplar "a relação com o humano, o diálogo, a emancipação, a autonomia e as tecnologias relacionadas com essa dimensão".

Vale acrescentar que, apesar dos esforços em apresentar métodos e técnicas que se adequem a situação, é que os estudantes sejam receptivos as estratégias propostas e tenham autodisciplina, evitando se tornarem apenas cumpridores de atividades e prazos (GHISLENI; BARRETO; BECKER, 2020, p. 303).

Não menos importante, os fatores psicológicos tiveram papel relevante em como os alunos reagiram a todas essas problemáticas. Sousa e Carvalho (2020) citam como influenciadores intrínsecos a motivação, concentração, estabelecimento de metas diárias frente ao aumento das horas de estudo e ansiedade gerada pelo risco de contaminação.

Já Miliauskas e Faus (2020) acrescentam como fatores de adoecimento mental o excesso de informações imprecisas, a diminuição da prática de exercícios físicos, alterações na dieta e rotina de sono, o afastamento de círculos sociais e até a ausência de privacidade, que exigiram a reformulação de regras da casa e redistribuição de tarefas para que o ambiente doméstico fosse funcional ao trabalho dos pais, o estudo dos filhos e momentos de lazer e descanso de todos.

5. CONCLUSÃO

Através de uma revisão bibliográfica esta pesquisa teve como intuito compreender como a comunidade escolar se dispôs a remediar as medidas sanitárias aplicadas durante a pandemia de Covid-19 sem que estas causassem tanto prejuízo à aprendizagem.

A princípio descreveu como o cotidiano da população ao redor do mundo foi modificado ao se adequar às legislações locais e se reorganizar em uma nova sociedade ainda que por um curto espaço de tempo. Com isso, as novas regras impuseram à escola a urgência de criar novas práticas e estratégias compensatórias como o uso de ferramentas tecnológicas mediadoras do ensino-aprendizado através do Ensino Remoto Emergencial (ERE). A premissa era simples: o contato físico e as aulas presenciais foram suspensos, mas a aprendizagem não.

Observou-se que problemáticas antigas como a evasão escolar foram agravadas devido a falta do engajamento familiar na rotina escolar e principalmente carências socioeconômicas. Não bastasse todos os obstáculos enfrentados pelo público-alvo da educação especial em termos de normalidade, é notório concluir que este teve perda significativa do progresso obtido trazendo à mesa novas questões a serem solucionadas.

Mediante isso, compreende-se a necessidade de uma análise minuciosa que oferte um diagnóstico do que foi transposto, da presença ou ausência de eficiência nas decisões tomadas de imediato, os desafios em reparar o que não pôde ser evitado e o estabelecimento de perspectivas que ofereçam previsibilidade a situações semelhantes.

Referências

BARBOSA, Alexandre Lucas de Araújo; ANJOS, Ana Beatriz Leite dos; AZONI, Cíntia Alves Salgado. **Impactos na aprendizagem de estudantes da educação básica durante o isolamento físico social pela pandemia do COVID-19**, Natal, 2020. DOI 10.1590/2317-1782/20212020373. Disponível em: https://www.scielo.br/j/codas/a/dx3cPQjhMH4kWm4yB3yrtgp/?lang=pt. Acesso em: maio 2023.

BRASIL (2020a). Portaria nº 343, de 17 de março de 2020. **Dispõe sobre a substituição das aulas presenciais por aulas em meios digitais enquanto durar a situação de pandemia do Novo Coronavírus - COVID-19**. Disponível em: http://abre.ai/bgvB. Acesso em: set. 2023.

CARDOSO, Alessandra Andrade; TAVEIRA, Gustavo Diniz de Mesquita; STRIBEL, Guilherme Pereira. **EDUCAÇÃO ESPECIAL NO CONTEXTO DE PANDEMIA: reflexões sobre políticas educacionais**. Revista Teias, Rio de Janeiro, v. 22, n. 65, p. 510-518, abr. 2021. Disponível em <http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1982-03052021000200510&lng=pt&nrm=iso>.Epub 26-Dez-2019. https://doi.org/10.12957/teias.%y.50005. Acesso em maio 2023

GHISLENI, Taís Steffenello; BARRETO, Carlos Henrique da Costa, BECKER, Elsbeth Léia Spode. **Educação em tempos de pandemia: a migração do ensino para o formato não presencial como um cenário de desafios e possibilidades**, Santa Maria, 2021. DOI 10.37780/dsch.v21i2.3562. Disponível em: https://periodicos.ufn.edu.br/index.php/disciplinarumCH/article/view/3562/2713. Acesso em: maio 2023.

MILIAUSKAS, Claudia Reis; FAUS, Daniela Porto. Saúde mental de adolescentes em tempos de Covid-19: desafios e possibilidades de enfrentamento. **Saúde mental de adolescentes em tempos de Covid-19: desafios e possibilidades de enfrentamento**, Rio de Janeiro, 2020. DOI http://dx.doi.org/10.1590/S0103-73312020300402. Disponível em: https://www.scielo.br/j/physis/a/W578M6SCTxdZQxCCtFJSbrH/. Acesso em: maio 2023.

MOREIRA, A.; SCHLEMMER, E. **Por um novo conceito e paradigma de educação digital onlife**. Revista UFG, Goiânia, v. 20, n. 26, 2020. Disponível em: https://www.revistas.ufg.br/revistaufg/article/view/63438. Acesso em: set. 2023

OLIVEIRA, R. M.; CORRÊA, Y.; MORÉS, A. **Ensino remoto emergencial em tempos de covid-19: formação docente e tecnologias digitais**. Revista Internacional De Formação De Professores, Itapetininga, v. 5, e020028, p. 1-18, 2020. Disponível em: https://periodicoscientificos.itp.ifsp.edu.br/index.php/rifp/article/view/179/110. Acesso em: set. 2023.

RODRIGUES, Julliete Lucena. **Impactos da pandemia do covid-19 na aprendizagem de estudantes e na adaptação metodológica dos professores**. 2021. 42 P. Trabalho de conclusão de curso (Graduação em Psicologia) - Centro Universitário de João Pessoa – UNIPÊ, João Pessoa, 2021. Disponível em: https://repositorio.cruzeirodosul.edu.br/jspui/handle/123456789/2890. Acesso em: maio. 2023

SANTOS, Juliana Ferreira dos; NETO, Antônio Fernandes Góes; COELHO, Patrícia Farias. **Acesso à educação e à tecnologia: desafios em tempos de pandemia**. Educação & Linguagem, São Paulo, v. 24, ed. 2, p. 411-429, 2021. DOI https://doi.org/10.15603/2176-1043/el.v24n2p411-429. Disponível em: https://www.metodista.br/revistas/revistas-metodista/index.php/EL/article/view/1035968. Acesso em: maio 2023

SOUSA, Rozane Pereira de ; CARVALHO, Diana Paula de Souza Rego Pinto. **Evidências científicas sobre fatores que influenciam na aprendizagem escolar em tempos de pandemia da covid-19**. REVISTA EDUCAÇÃO E LINGUAGEM, v. 7, p. 50-58, 2023

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

14

EFETIVIDADE DA TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL NO MANEJO DE TRANSTORNOS ALIMENTARES

EFFECTIVENESS OF-COGNITIVE-BEHAVIORAL THERAPY IN MANGING EATING DISORDERS

Maressa de Sousa Cavalcante Cândido
Alice Parentes da Silva Santos

Resumo

Objetivo: Descrever como a terapia cognitivo-comportamental atua e como ela pode ser eficaz para o tratamento de pacientes com transtornos alimentares. Metodologia: Trata-se de uma revisão bibliográfica da literatura, qualitativa e descritiva, realizada nas bases de dados nos portais da Medline, SciELO e LILACS, através do cruzamento dos descritores “transtornos alimentares”, “terapia cognitivo-comportamental”, “comportamento alimentar” e “psicologia”. Resultados: Com busca realizada nas bases de dados, que resultou em 30 artigos, e foram selecionados somente 8, que atendiam os critérios de inclusão. Discussão: Na análise das publicações surgiu duas categorias: 1, que se referiu ao manejo clínico de comportamento alimentar disfuncional em Terapia Cognitivo-Comportamental, e a categoria 2 que abordou sobre a postura e o papel do terapeuta cognitivo-comportamental em casos de pacientes com transtorno alimentar. Considerações finais: Foi possível constatar fragilidades no manejo clínico dessas demandas por parte de profissionais da Saúde, incluindo psicólogos, não sendo suficiente apenas o conhecimento técnico, mas também o conjunto de fatores que compõem a atuação clínica que garanta o bem estar do paciente e sua adesão ao tratamento.

Palavras chaves: comportamento alimentar, transtornos alimentares, psicologia.

Abstract

Objective: To describe how cognitive-behavioral therapy works and how it can be effective in treating patients with eating disorders. Methodology: This is a qualitative and descriptive bibliographic review of the literature, carried out in the Medline, SciELO and LILACS databases, by crossing the descriptors “eating disorders”, “cognitive-behavioral therapy”, “eating behavior” and “psychology”. Results: A search of the databases resulted in 30 articles, and only 8 were selected which met the inclusion criteria. Discussion: In the analysis of the publications, two categories emerged: 1, which referred to the clinical management of dysfunctional eating behavior in Cognitive-Behavioral Therapy, and category 2, which addressed the posture and role of the cognitive-behavioral therapist in cases of patients with eating disorders. Final considerations: It was possible to see weaknesses in the clinical management of these demands by health professionals, including psychologists, with not only technical knowledge being enough, but also the set of factors that make up the clinical performance that ensures the patient’s well-being and adherence to treatment.

Keywords: eating behavior, eating disorders, psychology.

1. INTRODUÇÃO

Os transtornos alimentares ainda constituem um tema delicado e envolto por uma série de preconceitos, além de muitos não serem falados aberta e publicamente, ou até serem, mas de forma equivocada. Muito se fala sobre como se difunde a ideia de que o corpo, sobretudo o feminino, precisa alcançar padrões inatingíveis – e o quão prejudicial isso pode ser. Mas não se aborda tanto sobre o que pensam mulheres que desenvolvem transtornos alimentares, o que os desencadeia, quais vivências de eventos cotidianos eliciam comportamentos destrutivos que são, muitas vezes, incentivados e até mesmo glamourizados por uma cultura que cultua o corpo e supervaloriza a estética, deixando a saúde e qualidade de vida em segundo plano (SOIHET; SILVA, 2019).

A respeito da conscientização quanto à autoaceitação, tem sido crescente o movimento de propagação ao orgulho do próprio corpo, mas ainda se vê pouca representatividade e, principalmente, pouca naturalidade quando se vê corpos comuns e diversos nas representações midiáticas. Permeadas por diversos tipos de conteúdo voltados às mulheres, desde antes mesmo da adolescência, torna-se confuso, para elas, compreenderem quem são e como querem ser vistas (COPETTI; QUIROGA, 2018).

Transtornos Alimentares são quadros psicopatológicos marcados por graves perturbações no comportamento alimentar, tendo a anorexia nervosa e a bulimia nervosa os mais prevalentes (ORNELAS *et al*., 2021).

Atualmente, apesar do crescente incentivo à autoaceitação, há fatores que ainda contribuem para o desenvolvimento de transtornos alimentares, sobretudo em mulheres. Tais fatores estão presentes no cotidiano e são estímulos que desencadeiam comportamentos provenientes de pensamentos disfuncionais a respeito do próprio corpo. A terapia cognitivo-comportamental, logo, por visar a reestruturação cognitiva e a inserção de comportamentos mais saudáveis, mostra-se eficaz para tratar esses casos.

Pessoas com transtornos alimentares costumam ter formas específicas de pensar, pensamentos esses que chegam a ser compulsivos, além de apresentarem uma série de padrões de comportamento, muitas vezes incompreendidos e julgados por quem presencia momentos da rotina desses pacientes. Desde o simples pular uma refeição, passando pelas tentativas de indução ao vômito, até episódios extremos de compulsão alimentar, pacientes que lidam com transtornos alimentares habituam-se a dar desculpas para não encarar de forma funcional a relação com os alimentos, além de acostumarem-se com olhares de julgamentos e, principalmente, ouvir comentários negativos sobre seus corpos (SOUSA *et al*., 2020).

Sabendo-se disso, a Terapia Cognitivo-Comportamental se mostra bastante familiarizada com o lidar com distorções cognitivas e crenças disfuncionais, além dos comportamentos que precisam ser reajustados a favor da qualidade de vida do paciente. Contendo técnicas que envolvem o paciente no processo terapêutico, demonstra-se capaz de ajustar os pensamentos e crenças do paciente sobre si e sobre o mundo, auxiliando-o na percepção que tem sobre si mesmo.

O processo terapêutico, que pode por vezes ser desconfortável para o paciente, podendo deixá-lo resistente ao tratamento, em Terapia Cognitivo-Comportamental expressa um caráter que pode facilitar a adesão do paciente e o comprometimento com a mudança de pensamentos e, consequentemente, de comportamentos – o que é tão necessário e importante quando se trata de transtornos alimentares (MOURA *et al*., 2018).

O terapeuta tem por função ajudar o paciente a identificar erros de lógica, pensamentos e crenças distorcidos fazendo uso de seus próprios recursos, para que, com exame das evidências e geração de pensamentos alternativos, sejam corrigidos (CORDIOLI *et al*., 2008, p. 35).

Sobretudo pelo fato de transtornos alimentares serem ainda mais presentes durante a fase da adolescência e início da fase adulta, essa cooperação e comunicação entre terapeuta e paciente, que caracterizam a psicoterapia da abordagem Cognitivo-Comportamental, se mostra ainda mais urgente e possibilita maiores chances de um tratamento efetivo, com resultados no dia a dia e remissão dos sintomas.

Diante do exposto, surgiu a seguinte questão norteadora da pesquisa: Como a terapia cognitivo-comportamental pode contribuir no tratamento de pacientes com transtornos alimentares?

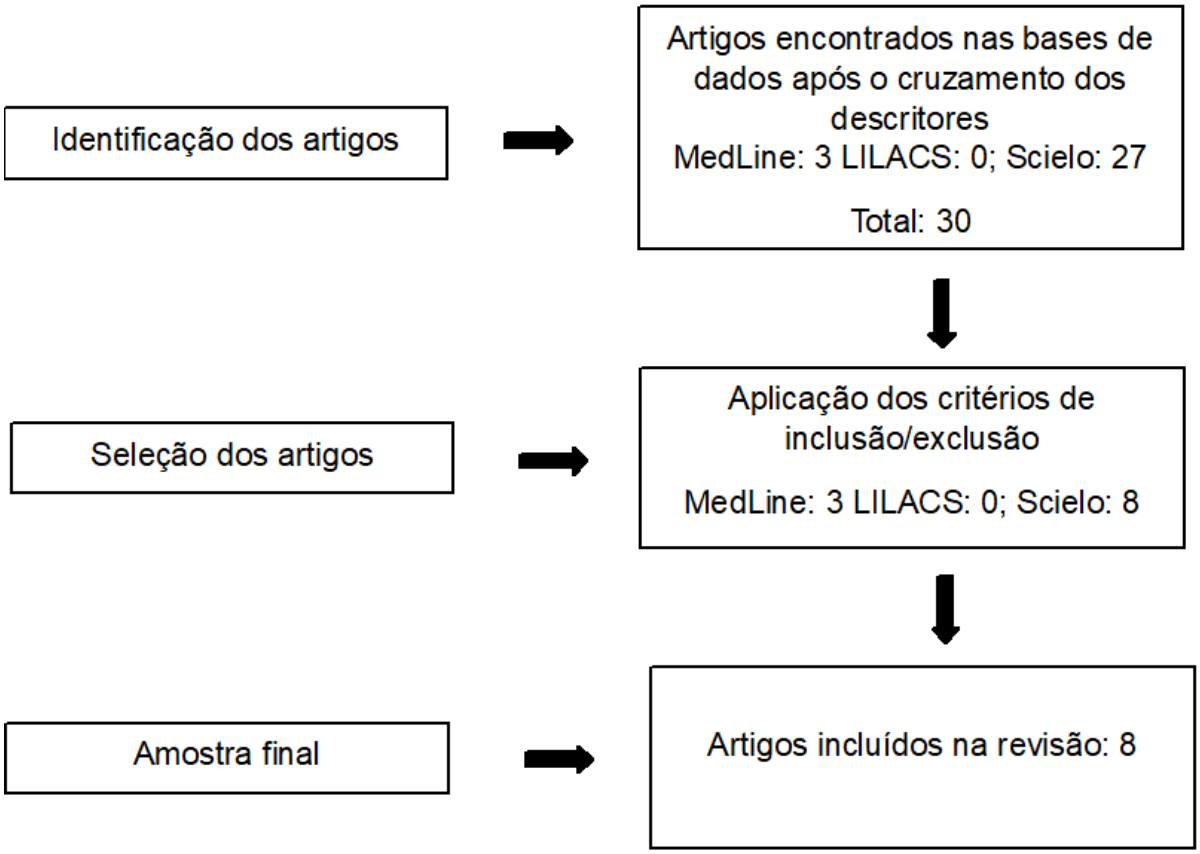
Nesse sentido, o objetivo desse trabalho é descrever como a terapia cognitivo-comportamental atua e como ela pode ser eficaz para o tratamento de pacientes com transtornos alimentares.

2. METODOLOGIA

O presente trabalho tratou-se de uma revisão bibliográfica integrativa da literatura, qualitativa e descritiva, realizada entre os meses de maio de 2023 a setembro de 2023. Para realizá-lo, seguiram-se as seguintes etapas: identificação do tema, escolha da questão norteadora e objetivo geral, estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão, pesquisa bibliográfica, avaliação dos estudos, análise e interpretação dos resultados e apresentação e discussão dos resultados com a identificação da aplicabilidade dos dados provenientes das publicações avaliadas.

Para a busca das publicações, foi realizado o cruzamento dos Descritores em Ciência da Saúde (DeCS); “transtornos alimentares”; “terapia cognitivo comportamental”; “comportamento alimentar”; “psicologia”, através do operador booleano “AND” nos portais da Literatura Latino – americana, Medical Literature Library of Medicine On-Line (Medline) e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), e Biblioteca Eletrônica Científica Online (SciELO). Foram incluídos na pesquisa os artigos que tratavam do tema central da pesquisa, publicados nos anos de 2008 a 2021, nos idiomas português e inglês, que estavam disponíveis na íntegra e com livre acesso. Já os excluídos, aqueles duplicados nas bases de dados, estudos não relacionados ao tema central da pesquisa, artigos pagos, teses, dissertações e monografias. As publicações foram primeiramente selecionadas com base na leitura do título e do resumo, para, em seguida, identificar os que faziam parte da temática investigada e estabelecer os artigos que seriam lidos na íntegra. Após as estratégias de buscas, foi realizada a leitura dos artigos selecionados, aqueles que se enquadravam nos critérios de inclusão, e que fizeram parte do estudo, totalizando 8 artigos, conforme o fluxograma abaixo.

Fluxograma 1. Seleção das publicações incluídas na pesquisa.



Fonte: elaboração própria (2023).

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A fim de detalhar e sistematizar os resultados encontrados, tem-se um quadro ilustrativo, com o objetivo de sintetizar as principais informações. Com isso, no quadro, é possível identificar o ano da publicação do artigo, base de dados, autores, título, objetivo e o método utilizado no trabalho.

Quadro 1. publicações incluídas na revisão

Ano	Base de dados	Autores	Título	Objetivo	Método
2008	Scielo	Abreu PB, Cardoso LRD.	Multideterminação do Comportamento Alimentar em Humanos: um Estudo de Caso.	Realizar um estudo de caso para avaliar a Multideterminação do Comportamento Alimentar em Humanos.	Estudo de caso
2008	Scielo	Ramalho VLM, Ribeiro AMP.	Uma intervenção cognitivo-comportamental com uma criança com dificuldades alimentares: Pedro descobriu que gostava de comer	Descrever a intervenção com uma criança de 7 anos de idade com problemas alimentares	Estudo de caso

2008	MedLine	Cãnete MCV, Vitalle MSS, Silva FC.	Anorexia nervosa: Estudo de caso com uma abordagem de sucesso.	Descrever um caso de anorexia nervosa tratado em grupo psicoterápico, heterogêneo de adolescentes, sem focar no comportamento anoréxico	Estudo de caso
2013	Scielo	Uzuniam LG, Vitalle MSS	Habilidades sociais: fator de proteção contra transtornos alimentares em adolescentes	O objetivo desse estudo foi revisar a literatura acerca da relação entre transtornos alimentares e habilidades sociais em adolescentes.	Revisão integrativa
2013	MedLine	Souza LV, Santos MA	Proximidade afetiva no relacionamento profissional-paciente no Tratamento dos transtornos alimentares	Compreender de que modo o pedido dos pacientes por maior proximidade afetiva em relação ao profissional de saúde pode participar da construção do bom relacionamento com médicos, psicólogos e nutricionistas.	Estudo descritivo
2014	Scielo	Souza LV, Santos MA	Transtorno alimentar e construção de si no relacionamento profissional-usuário.	Compreender de que maneira os diferentes posicionamentos das pessoas diagnosticadas com esses transtornos alimentares constrangem a construção de seus relacionamentos com os cuidadores profissionais.	Estudo descritivo com abordagem qualitativa
2020	Scielo	Manochio MG, et al.	Significados atribuídos ao alimento por pacientes com Anorexia Nervosa e por mulheres jovens eutróficas.	Identificar os significados atribuídos ao alimento por pacientes com Anorexia Nervosa (AN) e por jovens eutróficas sem sintomas de Transtornos Alimentares	Estudo descritivo com abordagem qualitativa
2021	Scielo	Ornelas EDV, Squires C, Barbieri V, Santos MA	Relações familiares na bulimia nervosa	Analisar as vivências das relações familiares na perspectiva de uma jovem diagnosticada com bulimia, de sua mãe e seu pai	Estudo descritivo com abordagem qualitativa

Fonte: elaboração própria (2023).

Na análise dos 8 artigos selecionados, foi possível constatar que 7 artigos foram realizados no Brasil e 1 em Portugal. Em relação à distribuição das publicações com o decorrer do tempo, percebeu-se que há uma carência de estudos em relação à temática abordada. O que se pôde observar foi que em 2009, 2010, 2011, 2012, 2015, 2016, 2017, 2018 e 2019 não foram encontrados estudos publicados. Já nos anos de 2008, 2013, 2014, 2020 e 2021, observou-se que artigos foram publicados, e 3 deles no ano de 2008. Para análise dos dados, 3 autores empregaram a metodologia de estudo descritivo com abordagem qualitativa, 3 realizaram estudos de caso, 1 realizou 1 realizou somente estudos descritivos e 1 realizou revisão integrativa.

Com as informações extraídas dos artigos foi possível associá-las de acordo com suas similaridades, dando origem às categorias que serão apresentadas a seguir: manejo clínico de comportamento alimentar disfuncional em Terapia Cognitivo-Comportamental; A postura e o papel do terapeuta cognitivo-comportamental em casos de pacientes com transtorno alimentar.

Categoria 1: Manejo clínico de comportamento alimentar disfuncional em Terapia Cognitivo-Comportamental

O tratamento de paciente com transtorno alimentar demanda do terapeuta um olhar atento para diversos aspectos associados aos pensamentos e crenças que originam um comportamento alimentar disfuncional. Nesse sentido, a psicoeducação, o acolhimento e a inserção de técnicas da Terapia Cognitivo-Comportamental, pensadas para serem postas em prática no processo terapêutico a partir do quadro do paciente, devem estar presentes em todo o processo. O objetivo das ações do terapeuta são auxiliar a percepção das reações emocionais, comportamentos e atitudes que constituem um padrão pessoal (CANÊTE; VITALLE; SILVA, 2008).

O estudo elaborado por Ramalho e Ribeiro (2008) traz a intervenção no caso de um paciente de 7 anos de idade, o qual apresentava problemas no comportamento alimentar, recusando-se a comer alimentos sólidos e aceitando somente alimentos líquidos e pastosos. A Terapia Cognitivo-Comportamental foi, portanto, o tratamento optado para as etapas iniciais desse processo, por ser amplamente reconhecida como uma intervenção altamente eficaz nos casos de perturbações alimentares, em geral.

A intervenção no caso de Pedro valorizou o contato inicial com o paciente, estabelecendo vínculo terapêutico, a fim de torná-lo seguro para se abrir à possibilidade de ter contato com novos tipos de alimentos, e essa relação bem estabelecida foi crucial para o progresso do paciente. Após apresentar-se a Pedro as demais texturas que os alimentos têm, os pais, que também estavam em processo terapêutico, foram orientados que cooperassem agindo juntos e deixando o filho ciente de que eles tomavam as decisões acerca de sua alimentação. Foram incentivados a não ameaçar nem brigar para que o filho comesse; acostumá-lo com os alimentos dando pequenas porções por vez; deixá-lo livre para escolher alimentos; estimular seu progresso; só dar os alimentos que ele queria muito caso finalizasse uma refeição.

Esses comportamentos colaboraram com um ambiente favorável para o desenvolvimento de Pedro quanto à alimentação, de modo que, ao longo de 13 sessões de psicoterapia e dos estímulos recebidos diariamente em casa, seu comportamento alimentar foi modulado e ele conseguiu ingerir alimentos sólidos em seu dia a dia.

Embora o paciente não tenha o diagnóstico de um transtorno alimentar, tendo em vista sua idade, o acompanhamento feito ainda na infância e focado em fazer Pedro pensar de outras formas sobre se alimentar, além do objetivo de substituir comportamentos disfuncionais por um comportamento alimentar saudável e compatível com sua idade, por meio das modificações na rotina da família, possibilitando que a criança superasse esse problema desde cedo e tornando menor a chance de ele enfrentar complicações com o comportamento alimentar ou mesmo de desenvolver um transtorno alimentar no futuro.

Categoria 2 – A postura e o papel do terapeuta cognitivo-comportamental em casos de pacientes com transtorno alimentar

O tratamento de pacientes com transtornos alimentares, assim como dos demais

transtornos, demanda seriedade e cuidado, bem como atenção aos detalhes para além das queixas trazidas por eles. Isso se dá pelo fato de alguns pacientes serem relutantes para falar sobre seus hábitos alimentares e sobre como se sentem em relação à comida, ao corpo e à autoimagem, seja por medo do julgamento, da falta de compreensão e, até mesmo, medo de precisar sair da situação em que estão e acabarem percebendo uma tão temida modificação na forma corporal. Pacientes com anorexia nervosa, por exemplo, têm dificuldade de lidar com o que sentem, sabem dos riscos que correm, mas os ignoram, muitas vezes, negando-se a aderir ao tratamento e modificar os comportamentos (CANÊTE; VITALLE; SILVA, 2008).

O estudo de Manochio *et al*. (2020) trazido nesta pesquisa possibilita o entendimento de como funcionam as crenças de mulheres com anorexia nervosa acerca dos alimentos e os significados atribuídos a eles. Nos relatos, é possível notar a catastrofização no que diz respeito à comida, além da rigidez cognitiva que as faz exercerem rigidez no comportamento alimentar, privando-se de sentir prazer com os alimentos, associando-os à tortura, ao sofrimento e até à morte. Essa forma exagerada de enxergar o alimento vem aliada, na anorexia nervosa, à modificação da forma de enxergar o próprio corpo, visto que a paciente se vê com mais peso e sempre acha que pode emagrecer mais. Segundo Schilder (1999), a imagem corporal consiste em uma representação que o sujeito faz do seu corpo na sua mente, isto é, a forma como sente o próprio corpo, e isso inclui as sensações táteis, de dor e térmicas. Pacientes com anorexia nervosa, além da visão deturpada sobre o próprio corpo, também apresentam alterações no que sentem fisicamente ao estar em contato com alimentos. São trazidos na pesquisa em questão, por exemplo, relatos que demonstram a repulsa olfativa ao estar em contato com alimentos e relatos de sentimento de culpa relacionados a atos como comer e o ato de não medir a comida no prato.

Um dos papéis do profissional é, por conseguinte, além de tudo, conscientizar a paciente e, dependendo do caso, aos familiares, sobre os fatores genéticos e biológicos que compõem transtornos alimentares, visto que isso ajuda a amenizar a culpa e a estigmatização acerca dos transtornos alimentares por parte dos inseridos nesse contexto, seja a paciente ou pessoas próximas a ela (CANÊTE; VITALLE; SILVA, 2008). As palavras ditas pelos profissionais apresentam significativa carga simbólica e cultural, e a postura ética consiste em informar ao paciente sobre sua doença, trazendo legitimidade e confiança em seu trabalho a partir do diagnóstico (SOUZA; SANTOS, 2014). A realização do diagnóstico a partir de entrevista clínica serve como base para a elaboração do plano de tratamento mais eficiente ao problema apresentado pelo paciente.

Uma falha constatada na atuação de profissionais da Saúde, como psicólogos, médicos e nutricionistas que atuam no atendimento a pacientes com transtornos alimentares corresponde, por exemplo, ao que foi trazido por outro artigo encontrado na pesquisa (SOUZA; SANTOS, 2013). É mencionada a neutralidade como fator ético nessas diversas profissões, aplicada de tal forma, que não se crie o vínculo necessário para o bem estar do paciente. Uma paciente entrevistada, especificamente, distingue profissionais como “frios” e “não frios”, levando em consideração atitudes como contato físico, forma de cumprimentar, acolher a subjetividade da paciente para além do diagnóstico de seu transtorno, abrir espaço para “conversa sobre o lado emocional”, etc. A pesquisa em questão também aborda o viés de outra linha teórica da Psicologia, a Psicanálise, demonstrando o olhar de profissionais da área. Um deles defende a ideia de um certo distanciamento para evitar possível “dependência” do paciente para com o profissional que o acompanha. Outro psicanalista mencionado também se mostra favorável que haja um distanciamento entre profissional e paciente, ao passo que o profissional não deixe de demonstrar interesse pela demanda do paciente. Essa pesquisa também enfoca deficiências na forma-

ção, sobretudo, de médicos, que, por serem treinados em faculdades de Medicina, podem acostumar-se a lidar com um paciente “modelo”, o que pode tornar o atendimento mais mecânico e menos humanizado.

Ratifica-se, pois, assim como foi feito na pesquisa em questão, o problema que há em perpetuar a construção de uma visão do paciente com transtorno alimentar a partir de teorias que os rotulem como difíceis de serem tratados, além de distanciá-los da participação ativa no processo de remissão dos sintomas dos transtornos.

A partir dessas discussões e comparações com diferentes modelos de tratamento, entende-se a Terapia Cognitivo-Comportamental como uma forma de psicoterapia que estabelece uma relação necessária entre paciente e terapeuta, o que fortifica as chances de adesão, que podem ser tão difíceis quando se trata de transtornos alimentares.

O papel do terapeuta cognitivo-comportamental é, então, oferecer auxílio para que o paciente identifique seus pensamentos disfuncionais e aprenda formas mais realistas de formulá-los (BECK, 2013).

Desse modo, inclui o paciente em seu processo, norteia acerca de como funciona a Terapia e o estimula, aos poucos, a reestruturar crenças e pensamentos sobre si e sobre o que o aflige no que diz respeito à autoimagem e à alimentação. Dessa forma, apresenta compatibilidade com o tratamento dos mais variados transtornos alimentares, haja vista que suas técnicas, quando aplicadas no processo terapêutico e ensinadas pelo terapeuta, podem ajudar pacientes que lidam com hábitos purgativos, restrições, compulsões e distorções de imagem.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A prática clínica em Terapia Cognitivo-Comportamental é de grande relevância no atendimento a pacientes com transtornos alimentares. Na análise das publicações selecionadas, foi possível constatar fragilidades no manejo clínico dessas demandas por parte de profissionais da Saúde, incluindo psicólogos, não sendo suficiente apenas o conhecimento técnico, mas também o conjunto de fatores que compõem a atuação clínica que garanta o bem estar do paciente e sua adesão ao tratamento.

Por outro lado, pôde-se evidenciar o funcionamento da abordagem como colaborativo, confirmando os objetivos centrais desse modelo de terapia, sendo, então, adequado para tratar transtornos alimentares e possibilitar que, por meio de psicoeducação, questionamentos, aplicação e ensino de técnicas cognitivas e comportamentais aos pacientes, os sintomas entrem em remissão.

Outro aspecto a ser ressaltado é a baixa quantidade de pesquisas relacionadas a uma temática que não seja apenas voltada para transtornos alimentares, mas que enfatize o padrão de tratamento eficaz para receber pacientes com essa demanda. Sobre a Terapia Cognitivo-Comportamental, especificamente, poucas são, ainda, as pesquisas que a relacionem diretamente com o tratamento de transtornos alimentares.

Compreende-se, pois, que os profissionais da Psicologia que atuam na área Clínica e recebem essa demanda em suas práticas precisam comprometer-se com um serviço de constante atualização, diante desse vasto – e ainda pouco explorado – campo de estudo e atuação, para garantir não somente conhecimento teórico, mas também capacidade técnica e segurança nos atendimentos para passarem, também, segurança a pacientes com essas psicopatologias.

Espera-se, então, que os resultados analisados nesse trabalho, além de poderem ser base para futuros estudos, viabilizem o entendimento sobre a importância de se trabalhar com um modelo de psicoterapia que disponha de um arcabouço teórico e de técnicas que, aplicadas de forma personalizada de acordo com o caso, demonstram eficácia no tratamento de transtornos alimentares.

Referências

ABREU, P. B. CARDOSO, L. R. D. Multideterminação do Comportamento Alimentar em Humanos: um Estudo de Caso**. Psicologia: Teoria e Pesquisa, Vol. 24 n. 3, pp. 355-360**. 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/ptp/a/MBvPDNJ66WNpjmG7y7tL79f/?lang=pt>. Acesso 10 Set 2023.

BECK, Judith S. Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática. **2 Porto Alegre: Artmed,** 2013, 413 p.

CÃNETE, M. C. V.; VITALLE, M. S. S.; SILVA, F. C. Anorexia nervosa: Estudo de caso com uma abordagem de sucesso. **Fractal: Revista de Psicologia, v. 20 – n. 2, p. 377-386, Jul/Dez. 2008**. Disponível em: < https://www.scielo.br/j/fractal/a/9LCjfSCNztMdPjRkFxvP4GP/?lang=pt&format=pdf>. Acesso 8 Set 2023.

CORDIOLI, A V. TOC: Manual de terapia cognitivo-comportamental para o transtorno obsessivo-compulsivo. **Porto Alegre: Artmed**, 2008, 35 p.

COPETTI, A. V. S.; QUIROGA, C. V. A influência da mídia nos transtornos alimentares e na autoimagem em adolescentes. **Revista de Psicologia da IMED, v. 10, n. 2, p. 161, 2018.** Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6783802>. Acesso 18 set. 2023.

MANOCHIO, M. G.; SANTOS, M. A.; ORNELANS, E. D. V. Significados atribuídos ao alimento por pacientes com Anorexia Nervosa e por mulheres jovens eutróficas. **Fractal: Revista de Psicologia, v. 32, n. 2, p. 120-131, maio-ago. 2020**. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/fractal/a/TfZDsJjzWFRmyfpVzdFZrfN/?format=pdf&lang=pt>. Acesso 8 Set 2023.

MOURA, I. M. et al. A terapia cognitivo-comportamental no tratamento do transtorno de ansiedade generalizada. **Revista Científica da Faculdade de Educação e Meio Ambiente**, 9(1): 423-441. 2018.

ORNELAS, E. D. V.; SQUIRES, C.; BARBIERI, V.; SANTOS, M. A. Relações familiares na bulimia nervosa. **Psicol. estud., v. 26, e47361, 2021.** Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/SjVS7v5CTP9XbNSpHL4m3ct/>. Acesso 20 Set 2023.

RAMALHO, V. L. M.; RIBEIRO, A. M. P. Uma intervenção cognitivo-comportamental com uma criança com dificuldades alimentares: Pedro descobriu que gostava de comer. **Estudos de Psicologia, 13(3), 195-201, 2008**. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/epsic/a/dWghb3DjnBv5msFKkv7fLdB/abstract/?lang=pt>. Acesso 23 Set 2023.

SCHILDER, P. A imagem do corpo: as energias construtivas da psique/ Paul Schilder: trad. **Rosanne Wertman: revisão técnica Núbio Negrão – 3ª ed**. – São Paulo: Martins Fontes, 1999.

SOIHET, J.; SILVA, A. D. Efeitos psicológicos e metabólicos da restrição alimentar no transtorno de compulsão alimentar. **Nutrição Brasil, v. 18, n. 1, p. 55-62, 2019.**Disponível em: <http://www. portalatlanticaeditora.com.br/index.php/nutricaobrasil/article/view/2563>. Acesso 21 Set 2023.

SOUSA, F. C. A. et al. Estudo do estado nutricional, imagem corporal e atitudes para transtornos alimentares em acadêmicas de nutrição. **Revista Enfermagem Atual In Derme, v. 93, n. 31, p.e-020040, 4 set. 2020**. Disponível em: <https://www.revistaenfermagematual.com/index.php/revista/article/view/644>. Acesso 20 set 2023.

SOUZA, L. V.; SANTOS, M. A.Proximidade afetiva no relacionamento profissional-paciente no Tratamento dos transtornos alimentares. **Psicologia em Estudo, Maringá, v. 18, n. 3, p. 395-405, jul./set. 2013**. Disponível em: < https://www.scielo.br/j/pe/a/tgwmvRxy5zbXPjkTSRNrvms/abstract/?lang=pt>. Acesso 20 Set 2023.

SOUZA, L. V.; SANTOS, M. A. Transtorno alimentar e construção de si no relacionamento profissional-usuário. **Psicologia & Sociedade, 26(2), 506-516, 2014.** Disponível em: <https://www.scielo.br/j/psoc/a/R4MFmqFJQRrwkqm8X8zmQqG/?lang=pt>. Acesso 23 Set 2023.

UZUNIAM, L. G.; VITALLE, M. S. S. Habilidades sociais: fator de proteção contra transtornos alimentares em adolescentes. **Ciência & Saúde Coletiva, 20(11):3495-3508, 2015.** Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csc/a/hXdq3ndc6NLrBGQdJxxYHzh/?lang=pt>. Acesso 10 Set 2023.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

15

A INFLUÊNCIA DAS REDES SOCIAIS NO AUMENTO DE CASOS DE ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM ADOLESCENTES

THE INFLUENCE OF SOCIAL NETWORKS ON THE INCREASE IN CASES OF ANXIETY AND DEPRESSION IN ADOLESCENTS

Maycon Clistfen de Sousa Coelho

Resumo

Esse artigo refere-se a uma revisão de literatura sobre a influência das redes sociais no aumento de casos de ansiedade e depressão em adolescentes; enfatizando que as mídias também podem atribuir consideravelmente para a ocorrência da depressão nesses adolescentes, por ser a geração ligada e dependente da conexão virtual, que são ligados aos smartphones. Os acessos em excesso das redes sociais afetam os relacionamentos e causa dependência, levando a transtornos na saúde intelectual dos sujeitos, principalmente nessa fase dos jovens e adolescentes. Além da formação da personalidade segundo os modelos presentes da mídia, a insegurança emocional e a enfraquecimento da autoestima levam ao aparecimento de diversas reflexões negativos, angústias existenciais e discórdias internos. O projeto tem como objetivo, trazer informações sobre o crescimento dos casos de ansiedade e depressão em adolescentes e como as redes sociais influenciam nisso. A busca dos estudos foi executada nas seguintes bases de dados: SciELO, Lilacs, Google acadêmico e PubMed/MedLine, Schola. É de suma importância o acompanhamento dos pais ou responsáveis nessa idade para a monitorização dos aparelhos eletrônicos, além de ser indispensável o acompanhamento psicólogo para evitar transtornos futuros maiores. Trata-se de uma revisão bibliográfica, de caráter descritivo qualitativo tendo como como objetivo conhecer quais sintomas são observados nesses adolescentes com ansiedade e depressão, os perigos do mau uso das mídias e quais os possíveis tratamentos.

Palavras-chave: Mídias. Psicólogo. Transtorno Mental.

Abstract

This article refers to a literature review on the influence of social networks on the increase in cases of anxiety and depression in adolescents; emphasizing that the media can also significantly reduce the occurrence of depression in these adolescents, as the generation is connected and dependent on virtual connections, which are linked to smartphones. Excessive access to social networks affects relationships and causes dependence, leading to disorders in the intellectual health of individuals, especially at this stage of young people and adolescents. In addition to the formation of personality according to the models present in the media, emotional insecurity and the weakening of self-esteem lead to the appearance of various negative reflections, existential anxieties and internal discord. The project aims to provide information about the increase in cases of anxiety and depression in adolescents and how social networks influence this. The search for studies was carried out in the following databases: SciELO, Lilacs, Google Scholar and PubMed/MedLine, Schola. It is extremely important for parents or guardians to monitor electronic devices at this age, in addition to being essential to be monitored by a psychologist to avoid major future problems. This is a bibliographical review, of a qualitative descriptive nature, with the objective of knowing what symptoms are observed in these adolescents with anxiety and depression, the dangers of misuse of the media and what are the possible treatments.

Keywords: Media. Psychologist. Mental Disorder.

1. INTRODUÇÃO

A adolescência é um período de desenvolvimento físico e psicológico, sendo caracterizado por ser uma etapa de transição, onde o sujeito é preparado para assumir o papel de adulto, deixando assim a fase de criança. Refere-se em um ciclo de descobertas na qual os indivíduos cruzassem-se com dúvidas e desafios à frente das alterações que experimentam. Um momento em que o sujeito obtém questões centrais, como: sua identidade, ocupação, sexualidade e valores.

A depressão é um transtorno mental corrente, relacionado ao cotidiano, afetando ocupações, como: dormir, trabalhar, se alimentar, estudar e até mesmo entretenimentos. A depressão aparece como uma mudança de humor, rodeado de sentimentos como tristeza, irritabilidade, sensação de vazio, tédio, ansiedade, falta de vontade, choro com facilidade e perda de interesse e vontades, que é uma sensação de perda ou falta de capacidade de se sentir comumente feliz, sem sentido pra vida.

Indícios que também são característicos como mudança no apetite, no peso e no sono, movimentação ou atraso psicomotor. Estes sentimentos e suas particularidades em companhia com alterações intelectivo e corporais finalizam por pactuar a função e a capacidade do indivíduo.

A palavra ansiedade tem sido frequentemente aplicada para demonstrar diferentes circunstâncias físicas e/ou psicológicos em contextos sociais amplamente diferentes. “A ansiedade, sob outra perspectiva, é descrita por respostas emocionais evocada diante das expectativas futuras.

As mídias também podem atribuir consideravelmente para a ocorrência da depressão em adolescentes, por ser a geração ligada e dependente da conexão virtual, que são ligados aos smartphones. Todavia, diferenças extremas nas interações sociais, conversas e a falta de interações face a face. A sociedade capitalista promove o individualismo e a difusão de novas tecnologias, criando uma geração deprimida, ansiosa e depressiva que busca ajuda por meios de postagens e de isolamento social os comportamentos desviantes.

O projeto tem como objetivo, trazer informações sobre o crescimento dos casos de ansiedade e depressão em adolescentes e como as redes sociais influenciam nisso. Assim, de que forma é possível tratar esses transtornos mentais em adolescentes e quais são os seus maiores desafios?

Trata-se de uma revisão bibliográfica, de caráter descritivo qualitativo, tendo como objetivo conhecer quais sintomas são observados nesses adolescentes com ansiedade e depressão, os perigos do mau uso das mídias e quais os possíveis tratamentos.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

Trata-se de uma Revisão de Literatura de caráter descritivo, qualitativo. A busca dos artigos, dissertações, livros e teses se deram nos idiomas inglês e português (ansiedade – anxiety), (depressão - depression). A busca dos estudos foi executada nas seguintes bases de dados: SciELO, Lilacs, Google acadêmico e PubMed/MedLine, Scholar. Para a indicação dos artigos, foram abordados os relatores: “depressão e ansiedade”, “relação das redes sociais com os adolescentes”, “transtornos mentais em adolescentes”, “suicídio e as redes

socias". Assim,

foram escolhidos artigos publicados nos últimos 5 anos, os quais estavam disponíveis no conjunto e na íntegra para o presente trabalho.

Adotou-se os critérios de inclusão: artigos escritos em inglês e português, com disponibilidade em texto em suporte eletrônico, nacionais e internacionais. Critérios de exclusão: teses e dissertações. A amostra se deu a partir da leitura do resumo dos artigos encontrados que responderam ao problema da pesquisa, dos resumos lidos e selecionados foram encontrados artigos com texto completo em suporte eletrônico e que se encaixaram nos critérios de inclusão/exclusão.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 Redes Sociais

As relações sociais no século XXI são em grande parte mediadas pela tecnologia. Não obstante dos benefícios que estas ferramentas proporcionam, a aproximação da tecnologia aumentou o acesso dos adolescentes às redes sociais e trouxe consigo desafios. Pode-se notar que essas práticas podem ter um grande impacto na sociedade, incluindo ansiedade, depressão e dependência (SUZHA; CUNHA, 2019).

Os acessos em excesso das redes sociais afetam os relacionamentos e causa dependência, levando a transtornos na saúde intelectual dos sujeitos, principalmente na fase dos jovens e adolescentes. Profissionais apontam uma ligação entre o crescimento da depressão e ansiedade nesta faixa etária e o aumento do tempo gasto no uso das redes sociais (SOUZA; CUNHA, 2019).

Além da formação da personalidade segundo os modelos presentes da mídia, a insegurança emocional e a enfraquecimento da autoestima levam ao aparecimento de diversas reflexões negativos, angústias existenciais e discórdias internos. Um dos principais motivos das adversidades mencionados é não ganhar popularidade, não conseguir curtidas, não conseguir o número de seguidores necessários para ser percebido como aceitável. Esta é a frustração que os jovens sentem. Quando isso acontece, sentem-se rejeitados por não atenderem aos padrões estéticos e críticos necessários para a popularidade na internet (SILVA; SANTOS, 2021).

Esse tipo de comunicação na mídia pode causar graves distúrbios emocionais, principalmente na adolescência. Porque nesta fase de desenvolvimento é um período de mudança mental e busca de compatibilidade. De outros, os adolescentes simulam o que são, então passam a se questionar com base nos modelos que veem na internet. Essas buscam sociais, aliadas a dificuldades das mudanças que transitam nesta etapa da vida, fazem com que haja insatisfação com a construção da subjetividade e falta de sentido (SILVA; SANTOS, 2021).

Os pais ou responsáveis devem monitorar cuidadosamente o comportamento de seus filhos para que não se tornem vítimas de pedófilos, jogos perigosos e outras pessoas mal-intencionadas que possam prejudicar a vida. Outra questão que daí surge é a difusão de informações falsas (*fakenews*), muitas das quais são partilhadas sem verificação da veracidade, e muitas vezes conduzem a partilhas que causam danos a terceiros e muito menos à exposição. Essas informações – onde você mora, quanto tempo viaja, onde seus filhos estudam – podem ser repassadas a pessoas com intenções maliciosas para planejar roubos e sequestros, ocasionando medo e transtornos nas vítimas (ESTULANO, 2018).

A geração atual não tem se apresentado igual das gerações passadas. Se não for controlado, o uso das redes sociais (tecnologia excessiva), pode levar ao adolescente ou quaisquer indivíduos a consequências com o uso exacerbado, levando ao vício e a problemas psicológicos, sociais e biológicos, como transtornos mentais, piora da qualidade do sono. Em casos mais graves, a depressão pode levar ao suicídio. Vale ressaltar que nem todos os adolescentes que interagem com as redes sociais desenvolvem depressão (FREITAS *et al*., 2021).

3.2 Cyberbullying

O cyberbullying, também conhecido como bullying virtual, veio para ficar quando os agressores meios tecnológicos para oprimir, desonrar, abusar e fazer ofensas a suas vítimas consagrando-os aos costumes do cyberbullying, também chamado como bullying virtual. A maior assimetria entre o bullying e o cyberbullying é o meio e a forma de como executadas são a violência. A vítima, no bullying, consegue ver e saber quem é o atroz, e geralmente esses acontecimentos na fase escolar. Por sua vez, o cyberbullying, vai mais adiante com as humilhações, por ir além da capacidade e possibilidades do agressor ser anônimo, a humilhação pode ser além e estender-se do ambiente escolar. (RIBEIRO *et al*., 2019)

> O cyberbullying expõe pessoas a ansiedade e depressão em vários níveis, na vítima transtornos psicológicos considerando o âmbito e a natureza do crime, este é muito mais grave do que as ameaças presenciais. Distingue-se que o invasor não desenvolveu nada e a distância virtual cria sentimentos empáticos nas vítimas porque elas não testemunham os danos causados pelas suas ações. (COSTA, 2018, p. 28).

Inúmeras vítimas sofrem caladas sem pedir ajuda por receio, medo e até por timidez em relevar que estão sendo perturbadas, o que faz com que esses ataques subam de níveis encorajando ainda mais o agressor. É considerável ressaltar também O papel das testemunhas (audiência) do ataque: Muitos permanecem em silêncio por medo de se tornarem a próxima vítima (audiência silenciosa). Alguns incentivam o comportamento de intimidação ou enviam mensagens ofensivas e depreciativas de cyberbullying (leitor coautor). Por outro lado, um público preocupado desempenha um papel fundamental na inibição das ações do autor (público protetor) (RIBEIRO, 2019, p. 81).

Como a maioria dos adolescentes utiliza as redes sociais, alguns já foram vítimas de cyberbullying e muitos deles encontram suas próprias formas de lidar com o problema. O aplicativo do *Instagram* fica disparado com 78 % de jovens que usam e 42 % já enfrentaram cyberbullying na plataforma. O facebook com 60% usam e 37% desses adolescentes que já enfrentaram o cyberllying. As redes sociais novas e mais usuários não param a cada dia mais usuários obtém acessos a essas plataformas (Reference: FamiSafe).

As vítimas, os ataques e a difamação registados permanecem por todo o mundo online e podem ou não causar vergonha e humilhação na rede social em que acabou de aderir, para não mencionar uma vida inteira de dor e vergonha. O invasor sempre está requerendo as vítimas que figuram ser indefesos as suas provocações, pois relevam o seu "ponto fraco" (RIBEIRO; 2019).

3.3 Suicídio

Quando se trata das consequências da depressão e ansiedade na adolescência, pode-se citar o suicídio. De acordo com o Ministério da Saúde, o suicídio é amplo e múltiplo que pode atingir todo e qualquer indivíduo, podendo envolver intencionalmente a própria morte (BRASIL, 2020).

A faixa etária da infância e adolescência tem grandes números sobre as ocorrências do suicídio por amplas causas. A tecnologia mudou a forma das relações entre os indivíduos, tendo uma barreira a interação entre si. Além disso, conteúdo sobre comportamento suicida é publicado em blogs e fóruns on-line, reforçando a ideação suicida e o afeto negativo em pessoas vulneráveis. (VEDANA *et al*., 2019)

Os adolescentes e jovens têm maior probabilidade de se tornarem viciados em internet devido aos amplos aplicativos e suas funções. Tendo um maior impacto nesses estágios de desenvolvimento humano, falta de maturidade dos sistemas cerebrais e consequentemente a falta de controle no uso (CUNHA, 2019; RESENDE, 2022; SILVA, 2022).

O processo de tomada de decisão sobre quando usá-lo e a dificuldade de determinar o que é bom e o que é ruim é fundamental para evitar transtornos mentais. Eles recorrem as redes para tirarem o vazio, porque têm a impressão que o ambiente virtual irá preencher esse espaço deixado pelo isolamento social e quando não conseguem, retiram suas próprias vidas. (BARROS *et al*., 2019)

Conveniente à sua alta prevalência, a depressão ainda é conhecida por ser a doença mental que está mais ligada com o suicídio. Ainda são necessárias estratégias de prevenção do suicídio. Sendo os tratamentos rápidos e eficazes da depressão, na obtenção para salvar vidas (OLIVEIRA, 2020).

O suicídio é tratado como “dor da alma” ou “mágoa” (RIBEIRO; 2019). Mas sabem que podem ser transtornos mentais, problemas emocionais, depressão ou outras situações que podem causar desesperança e fazer os adolescentes acreditarem que não há solução para seus problemas, embora as causas variem, a maioria dos suicídios ocorre impulsivamente e em tempos de crise (CONTRERAS; 2019).

Segundo o website “Setembro Amarelo (2021)”, existe uma campanha chamada ``Setembro Amarelo – Mês de Prevenção ao Suicídio''. Foi lançada em 2014 pelo sistema da Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP) em colaboração com o Conselho Federal de Medicina (CFM). Dado que mais de 13 mil suicídios são escritos a cada ano no Brasil e mais de 1 milhão de suicídios em todo o mundo, esta campanha visa prevenir e reduzir esses números (SETEMBRO AMARELO; 2021).

3.4 Tratamento

A perturbação hormonal por si só causa muitas mudanças físicas e psicológicas nos adolescentes. As observações e o conhecimento sobre as manifestações da ansiedade e depressão são de grande valia, na adolescência por sua vez, pode ser tratada com psicoterapia e farmacoterapia, com grande cautela, utilizando rótulos prontos no dia a dia. Estes tratamentos estão relacionados com as necessidades e preferências de cada paciente. Técnicas de enfrentamento, exercícios respiratórios, musicoterapia, relaxamento e até hobbies e atividades físicas podem ser de grande ajuda nesses casos. A importância da alimentação saudável e do sono de qualidade promovem saúde e desenvolvimento sem prejuízos (LUCENA, 2019).

Fim e Pezzi (2019) destacam que os profissionais enfrentam muitos desafios enquanto os humanos estiverem vivos. A psicologia oferece oportunidades de aconselhamento e apoio psicológico a esses indivíduos para quem faz uso excessivo das tecnologias, com grande massa do acesso às redes sociais, induzindo acesso potente à mídia e à tecnologia em geral. Sintomas percebidos como ansiedade e depressão influenciam acarretando na presença desses problemas. Vale salientar que os próprios psicólogos ainda atribuem aos pais e responsáveis a responsabilidade pela exposição excessiva e viciante às redes. Devem monitorizar o acesso à Internet e regular o tempo que eles passam na conectados.

Bueno (2018) destaca que não só as famílias devem proporcionar especial atenção aos adolescentes, todavia os governos, as escolas e a comunidade como um todo também devem tomar medidas ativas para expandir a consciência das pessoas sobre os riscos colocados pelas grandes tecnologias e as patologias que estes comportamentos trazem aos adolescentes. Uso impróprio de mídia.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O presente estudo observou-se na literatura problemas relacionados a ansiedade e depressão devido ao uso das redes sociais em relação dos adolescentes. Dessa forma, a má utilização da grande tecnologia aumenta cada dia mais e proporciona riscos à saúde psicológica dos adolescentes pela dependência das mídias.

A adolescência é uma fase das descobertas e uso excessivo das redes sociais sem a monitorização dos pais ou responsáveis se torna muito perigoso, pois os mesmos ficam expostos a qualquer situação e podem desencadear futuros transtornos mentais devido a essas mídias. Diante das informações expostas, é possível perceber o quanto essas mídias podem desencadear a ansiedade, depressão, cyberbullying e até o suicídio. Pode-se perceber o quanto é indispensável a ajuda do psicólogo para esses jovens e adolescentes.

Dessa forma, é necessário que haja o acompanhamento dos pais, do profissional da área de psicologia, programas educativos e preventivos com o intuito da conscientização do uso das mídias e o que o mau uso de alguns indivíduos podem causar transtornos em outros. Orientar sobre má praticar do cyberbullying e conscientizar que pessoas podem perder a vida por conta do mesmo.

Referências

ARAGAO, Thais Araújo et al **. Uma perspectiva psicossocial da sintomatologia depressiva na adolescência**. Ciênc. saúde coletiva, Rio de Janeiro , v. 14, n. 2, p. 395-405, Abr. 2009 . Disponível em: https://www.scielo.br/j/csc/a/TXfgjHZQHBTJ9TWQ73vVPBK/?format=pdf&lang=p t. Acesso em: 19 Nov. 2021.

Birman, J. Tatuando o desamparo. In: M. R. Cardoso (Org.), **Adolescentes**. São Paulo: Editora Escuta, 2006. p. 25-43. Disponível em: http://www.janehaddad.com.br/arquivos/tatuando_o_desamparo.pdf. Acesso em : 18 Nov. 2021

Bittar, C., & Soares, A.. (2020). **Mídia e comportamento alimentar na adolescência. *Cadernos Brasileiros De Terapia Ocupacional***, *28*(1), 291–308. https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAR1920

BRASIL, Ministério da Saúde. Marco Legal: Saúde um Direito dos Adolescentes. Secretaria de Atenção à Saúde. Área de Saúde do Adolescente e do Jovem. Brasília: **Editora do Ministério da Saúde**, 2007. Disponível em: https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/07_0400_M.pdf . Acesso em: 18 Nov. 2021.

Bozza, Thais Cristina Leite, and Telma Pileggi Vinha. “Cyberbullying, cyber agressão e riscos on-line: Como a escola pode atuar diante dos problemas da (cyber) convivência.” ***Revista Ibero-Americana de Estudos em Educação*** (2023): e023059-e023059.

CASTRO, L. R. (org.). **Uma teoria da infância na contemporaneidade. In: CASTRO, L.R. Infância e adolescência na cultura do consumo**. Rio de Janeiro: Editora Nau, 1998. p. 16-62.

CUNHA, A. F.; BARBOSA, J. B. de .; SOUSA, P. M. L. S. de . The role of nurses in identifying signs of depression in adolescence that can lead to suicide . **Research, Society and Development**, *[S. l.]*, v. 12, n. 5, p. e30012541879, 2023. DOI: 10.33448/rsd-v12i5.41879. Disponível em: https://rsdjournal.org/index.php/rsd/article/view/41879. Acesso em: 20 sep. 2023.

Cunha, A. B. D. P., Resende, I. L. S., & da Silva, J. G. M. (2022). **A relação entre o uso das redes sociais e a saúde mental dos adolescentes**.

GONÇALVES, Angela Maria Corrêa et al. Prevalência de depressão e fatores associados em mulheres atendidas pela Estratégia de Saúde da Família. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 67, p. 101-109, 2018

LUCENA, Carlos Yuri Ferreira; TOLEDO, Miguel Aguila; DE SOUSA, Milena Nunes Alves. **Avaliação do Distúrbio Depressivo em Pacientes na Atenção Primária à 41 Saúde**/EvaluationofDepressiveDisorder in Patients-Primary Health Care. ID online REVISTA DE PSICOLOGIA, v. 15, n. 54, p. 250-262, 2021.

Mata, Bianca, Guilherme Santos, and Natalia Machado. "**AS PRINCIPAIS CAUSAS DA DEPRESSÃO NA ADOLESCÊNCIA**." (2022).

Organização Pan-Americana de Saúde/Organização Mundial de Saúde – **Depressão** OPAS/OMS. (2020). United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization – UNESCO. (2020).

Prevenção do suicídio em tempos de pandemia e patologização do sofrimento,2020. 1 vídeo (110min). Publicado pelo canal Conselho Regional de Psicologia -MG. Disponível em: https://www.youtube.com/watch?v=3WS4cFW5w1k&t=4909s. Acesso em : 19 Nov. 2021.

RODRIGUES, Karolayne Figueiredo. CYBERBULLYING E OS IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL DO ADOLESCENTE. **BIUS-Boletim Informativo Unimotrisaúde em Sociogerontologia**, v. 40, n. 34, p. 1-23, 2023

Rosado, J. S., Jager, M. E. & Dias, A. C. G. (2014). **Padrões de uso e motivos para envolvimento em redes sociais virtuais na adolescência**. Interação Psicol. , Curitiba, 18 (1), 13-23.

SILVA, Thayse de Oliveira; SILVA, Lebiam Tamar Gomes. Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais. **Rev. psicopedag**., São Paulo, v. 34, n. 103, p. 87-97, 2017. Disponível em . Acesso em 11 out. 2022.

TRAVERSO-YÉPEZ,Martha A. ,PINHEIRO,Verônica de Souza,Adolescência, **saúde e contexto social: esclarecendo práticas** Psicol. Soc.vol.14 no.2 Belo Horizonte July/Dec.2002. Disponível em: https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-71822002000200007 acesso : 02 maço 2021

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

16

PSICOLOGIA ORGANIZACIONAL E A IMPORTÂNCIA DA ATUAÇÃO DO PSICÓLOGO NO AMBIENTE DE TRABALHO NO CONTEXTO PANDÊMICO

ORGANIZATIONAL PSYCHOLOGY AND THE IMPORTANCE OF PSYCHOLOGISTS' PERFORMANCE IN THE WORKPLACE IN THE PANDEMIC CONTEXT

Rita de Cassia Batista dos Santos
Alice Parentes da Silva Santos

Resumo

Nos dias atuais, as mudanças sobre o comportamento e modo de vida das pessoas, seja para a criação de relacionamentos interpessoais ou de trabalho, com o impacto gerado pela pandemia por COVID-19, foram adotadas novas formas de trabalho, a fim de manter os meios de produção e diminuir os impactos socioeconômicos. Com base no contexto vivido na época, foram adotadas medidas emergenciais que abrangeram diversas áreas da vida do ser humano, sobretudo a forma de trabalho, onde para muitos passou a ser feito de forma home office, o que de início se demonstrou de grande valia e foi visto de forma mais positiva do que negativa. No entanto, da mesma maneira na qual contribuiu para a continuidade dos trabalhos aos quais puderam ser adaptados para esta modalidade, este também contribuiu de forma negativa sobre a saúde mental do ser humano. Objetivo geral**:** Apresentar o impacto da atuação do psicólogo durante o contexto pandêmico na melhora da qualidade de vida do trabalhador. Objetivos específicos: Apontar aspectos referentes à melhora da qualidade de vida do trabalhador durante e pós pandemia, com base no trabalho do psicólogo no contexto organizacional. Metodologia: Revisão de Literatura.

Palavras-chave: Pandemia. Psicólogo organizacional. Saúde mental. Qualidade de vida.

Abstract

In the present day, changes in people's behavior and lifestyle, whether for the creation of interpersonal or work relationships, have led to new forms of work as a result of the COVID-19 pandemic. Based on the context of the time, emergency measures were adopted that covered various areas of human life, especially the way of working, which for many became home office, which at first proved to be of great value and was seen in a more positive way than negative. However, in the same way that it contributed to the continuity of work that could be adapted to this modality, it also contributed negatively to human mental health. General objective: To present the impact of the psychologist's performance during the pandemic context on the improvement of the worker's quality of life. Specific objectives: To point out aspects related to the improvement of the worker's quality of life during and after the pandemic, based on the work of the psychologist in the organizational context. Methodology: Literature review.

Keywords: Pandemic. Organizational psychologist. Mental health. Quality of life

1. INTRODUÇÃO

No contexto atual, o ramo da psicologia organizacional e do trabalho tem como objetivo prestar auxílio dentro dos processos organizacionais, no que tange ao acompanhamento da gestão e alinhamento de atividades com ênfase na atenção à saúde, bem-estar e qualidade de vida dos colaboradores.

Neste mesmo sentido, a fim de que o trabalho do profissional psicólogo não seja limitado ao ambiente interno e que possa se tornar cada vez mais compatível com os conhecimentos disponíveis sobre a área, tem-se notado uma maior procura pelo aperfeiçoamento dos profissionais da área durante e após a formação e entrada no mercado de trabalho (GUSSO *et al*., 2019).

Trazendo luz ao contexto organizacional, de que maneira o psicólogo proporcionou impacto sobre a melhora da qualidade de vida do colaborador dentro do ambiente de trabalho no contexto pandêmico?

Destaca-se a importância da atuação do psicólogo dentro do contexto multidimensional, como por exemplo mais recente no contexto da pandemia por COVID-19, onde toda uma realidade foi alterada de forma a mudar as formas e postos de trabalho, somando com as preocupações advindas dela. Teve-se como alvo a abordagem adotada pelas organizações dentro do cenário pandêmico e quais medidas foram implementadas a fim de manter a qualidade de trabalho, mas, sobretudo a qualidade de vida de seus colaboradores frente àquela realidade (CASTRO *et al*., 2020).

Enfatiza-se a adesão de estratégias centradas no uso de tecnologias de informação e comunicação (TIC) e a aplicação do home office, adequando os processos organizacionais. No contexto pós-pandemia, observa-se a atenção voltada aos fatores estressores diretamente impostos pelo contexto de trabalho durante e após a pandemia, de forma que em diversos postos de trabalho, o modo home office permaneceu, podendo-se observar através disso os impactos que ecoaram após seu recesso no modo de trabalho e contextos organizacionais. Porém, tal forma de trabalho não abandonou problemas como o estresse e ansiedade, além da exposição a situações que envolvem alta ativação emocional do trabalhador (PEREIRA *et al*., 2020).

O contexto da qualidade de vida no ambiente de trabalho aborda diversos aspectos relacionados a experiência dos colaboradores na realização de suas funções, os quais incluem fatores físicos, psicológicos e organizacionais. A qualidade de vida no ambiente de trabalho diz respeito à experiência geral dos colaboradores, onde, a depender das medidas aplicadas, pode gerar uma série de impactos sobre a vida do trabalhador, tanto positivos quanto negativos, tais como o sentimento de valorização através da promoção do bem-estar dentro e fora do ambiente de trabalho (LÚCIO, 2022).

Ademais, pode-se citar os impactos positivos da aplicação de medidas de apoio aos colaboradores dentro do ambiente de trabalho, tais como os impactos positivos na produtividade como a redução do absenteísmo ou falta de pontualidade relacionada ao estresse, por exemplo. Como também a melhoria na qualidade das atividades prestadas, uma vez que tende a ser reflexo do cuidado para com que é submetido, além da fidelização de colaboradores, uma vez que se sentem satisfeitos e realizados em seus empregos, estando mais propensos a permanecer na organização à médio e longo prazo, dentre outros aspectos (LÚCIO, 2022).

Os demais o estresse ocupacional tem como impacto interferir diretamente na saúde

mental do indivíduo, de forma a produzir um desgaste emocional e afetando até mesmo aspectos físicos em decorrência de episódios específicos ou generalizados direta ou indiretamente relacionados ao trabalho. Este pode causar mudanças significativas com perda ou falta de controle e autonomia na realização dos processos, sendo relacionado à demanda excessiva de tarefas trabalhistas, o que é corroborado pelo baixo apoio social ou falta de colaboração, além de horários de trabalho incompatíveis ou pouco flexíveis (FIGUEIREDO,2022).

2.1 Metodologia

O estudo tratou-se de uma de uma pesquisa de revisão bibliográfica de cunho qualitativo e descritivo, foi realizado com base de dados para sua realização a partir de livros, revistas e periódicos indexados, documentos acadêmicos (monografias, dissertações, teses e artigos científicos publicados em periódicos nacionais), publicados entre o ano de 2019 a 2022. As bases de dados pesquisadas para a realização foram: Medical Literatura *Analysis an Retrieval System Online (MEDLINE), Scientific Eletronic Library Online (SCIELO), United States National Library Of Medicine National Institutes Health (Pubmed)* e periódicos da Coordenação de Aperfeiçoamento de Pessoal de Nível Superior (*CAPES),* tendo como palavras-chave: “transtornos mentais”; “saúde mental”, “psicologia organizacional”.

2.2 Resultados e Discussão

A pandemia de COVID-19, que se espalhou globalmente a partir do final de 2019, teve um impacto profundo e duradouro em diversos aspectos da sociedade. Estudos realizados ao longo desse período têm consistentemente apontado para os efeitos graves no âmbito socioeconômico decorrentes das medidas de contenção, como lockdowns e quarentenas. Esses efeitos socioeconômicos têm desempenhado um papel crucial na acentuação da insegurança do trabalhador, resultando no surgimento de sintomas psicológicos, notadamente a raiva e a ansiedade e transtornos psicológicos associados (PEIXOTO; VASCONCELOS; BENTIVI, 2020).

O agravamento do estado psicológico da população não está unicamente relacionado aos impactos econômicos, embora estes sejam extremamente significativos. Além disso, a ruptura dos vínculos sociais e a perda das atividades de lazer em decorrência da pandemia por COVID-19 também desempenharam um papel importante nesse cenário. A quarentena e o distanciamento social forçaram as pessoas a se afastarem de suas redes de apoio social e a renunciar a atividades que contribuem para o bem-estar psicológico, como encontros com amigos e familiares, práticas esportivas e culturais (PEIXOTO; VASCONCELOS; BENTIVI, 2020).

Neste contexto, os trabalhadores autônomos e assalariados foram grupos particularmente vulneráveis aos efeitos da quarentena, onde, enquanto os autônomos viram suas fontes de renda secarem devido à interrupção de suas atividades, os assalariados enfrentaram a incerteza sobre a continuidade de seus empregos, especialmente em setores fortemente afetados, como turismo, entretenimento e varejo. O que acabou por gerar uma preocupação generalizada com a estabilidade financeira e o sustento das famílias (AUGUSTO; CRUZ, 2020).

Embora tenham sido desenvolvidos programas de suporte financeiro em muitos países, esses esforços muitas vezes se mostraram insuficientes para conter o impacto eco-

nômico negativo da pandemia. Isso ocorreu devido à complexidade da situação, à rapidez com que as condições econômicas pioraram e à necessidade de adaptação constante das políticas governamentais (AUGUSTO; CRUZ, 2020).

Além disso, a preocupação com a saúde, o medo da contaminação e a incerteza quanto à duração da pandemia também contribuíram para o agravamento do estado psicológico da população. A ansiedade relacionada à saúde e o medo de infectar a si mesmo ou entes queridos ampliaram os níveis de estresse e ansiedade.

Segundo Minayo-Gómez, Machado e Pena (2021, p. 24), no Brasil, a atuação do psicólogo dentro do contexto de trabalho passou a ser discutido a partir da década de 1970, no que tange ao desenvolvimento de pesquisas, sobretudo com estudos da medicina preventiva e saúde pública, o que veio a se fortalecer após a consolidação do direito à livre organização e a criação do Departamento Intersindical de Estudos e Pesquisas de Saúde e dos Ambientes de Trabalho (DIESAT) no ano de 1980.

A atuação do psicólogo no Brasil tem sido importante objeto de reflexão, em especial no tocante aos questionamentos de sua prática, muitas vezes fruto de uma formação deficitária e reducionista. Nesse sentido, segundo observa Bernardes (2012), as instituições formadoras são reprodutoras de modelos básicos de atuação centrados nas atividades clínicas de consultório particular, dentro de uma perspectiva de formação de profissionais liberais.

Amazarray, Camara e Carlotto, (2014) ratificam que certamente, quando o indivíduo se vincula a qualquer situação de trabalho, podendo ser ela formal, informal, autônoma ou temporária, diversas variáveis atuam sobre ele e passam a interferir no seu estado pessoal, na saúde, nas relações sociais e no próprio trabalho. O atual contexto de trabalho altera as múltiplas determinações da saúde do trabalhador e exige um redimensionamento dos conhecimentos e das ações nesta área que contemple as diferentes manifestações que emergem da relação do trabalho versus saúde-doença.

Mediante este contexto, é possível conceituar claramente aspectos que subsidiam a compreensão da natureza dos vínculos que os indivíduos estabelecem com as instituições e as organizações, com reflexos nas questões de trabalho, atribuindo a tais organismos sociais (grupos, organizações e instituições) o papel de mediador, de transformador da vida pessoal dos sujeitos (SILVA, 2020).

No Brasil, a terceira causa de afastamento no trabalho são transtornos mentais e comportamentais, mas seguindo a tendência mundial, em poucos anos, essa será a primeira. Por isso o bem-estar e a saúde mental no trabalho tornaram-se assuntos urgentes para as empresas. Os fatores de risco psicossociais podem provocar depressão, ansiedade, estresse, dependência química, entre outros. É necessário o pleno envolvimento das lideranças no processo de gestão de saúde mental nas empresas, como fator de proteção para o trabalhador" (SESI. 2019).

Peixoto, Vasconcelos e Bentivi (2020) observaram em seus estudos que a forma do psicólogo organizacional atuar está diretamente relacionado com a natureza do trabalho, uma vez que estes passam a ser mais demandados de acordo com o contexto vivido durante sua atuação. Entretanto, a forma de lidar com essa realidade é modulada pela natureza do trabalho desta forma, pode-se perceber as diferenças no trabalho realizado pelo profissional de psicologia em relação ao que antes era feito, o qual adquire amplitudes diferentes em função de características específicas da organização na qual ele atua e o contexto vivido.

Diante deste novo cenário de crise em decorrência da pandemia, os profissionais de

psicologia encontraram-se diante de desafios complexos que demandaram constantes análises críticas e abordagens cuidadosas. A crise em questão, que pode ser de natureza econômica, social ou de saúde, trouxe consigo uma série de fatores estressantes que afetam diretamente a saúde mental e emocional dos trabalhadores (SILVA, 2020).

Em primeiro lugar, é importante destacar que a crise atual trouxe à tona ansiedades e medos profundos nos trabalhadores, a incerteza em relação à segurança no local de trabalho, o medo do contágio pelo vírus, e a apreensão em relação a demissões iminentes são elementos que contribuem para um ambiente de trabalho altamente estressante. Os psicólogos desempenham um papel fundamental ao oferecer apoio emocional e estratégias de enfrentamento para ajudar os trabalhadores a lidarem com esses medos e ansiedades (PEIXOTO; VASCONCELOS; BENTIVI, 2020).

Além disso, os profissionais de psicologia também precisam lidar com as novas demandas dos gestores das organizações, em tempos de crise, as empresas frequentemente enfrentam pressões para se adaptarem rapidamente a novas circunstâncias, o que pode levar a mudanças na estrutura organizacional, processos de trabalho e até mesmo na cultura da empresa. Os psicólogos podem desempenhar um papel importante na consultoria às empresas, ajudando a gerenciar essas mudanças de forma a minimizar o estresse dos funcionários e manter um ambiente de trabalho saudável (PEIXOTO; VASCONCELOS; BENTIVI, 2020).

Outro ponto relevante é a fragilidade política e econômica que, mesmo que de origem externa, tem um impacto significativo nas organizações, oscilações econômicas e mudanças nas políticas governamentais podem resultar em pressões adicionais sobre as empresas e seus funcionários. Os psicólogos organizacionais podem auxiliar na identificação de estratégias para enfrentar esses desafios e minimizar os impactos negativos (HUPPER, 2020).

Além disso, a crise pode revelar questões subjacentes de desigualdade e precariedade no ambiente de trabalho, profissionais de psicologia podem desempenhar um papel fundamental ao advogar por melhores condições de trabalho e promover uma cultura de apoio e inclusão. Estes podem colaborar com os gestores para implementar políticas que visem a equidade e o bem-estar dos trabalhadores (HUPPER, 2020).

Os psicólogos organizacionais desempenham um papel crucial na melhoria do ambiente de trabalho e na promoção do bem-estar dos colaboradores, uma das estratégias fundamentais adotadas por esses profissionais é a troca de informações entre os especialistas da área. A interação e colaboração entre os psicólogos organizacionais são essenciais para o desenvolvimento de soluções eficazes e personalizadas para as empresas e seus trabalhadores (HUPPER, 2020).

Além disso, a pesquisa desempenha um papel significativo na atuação dos psicólogos organizacionais, a coleta e análise de dados relevantes são cruciais para identificar as necessidades específicas de cada empresa. Essas pesquisas podem abranger uma variedade de tópicos, desde a satisfação dos funcionários até os desafios específicos que uma organização enfrenta. Através da pesquisa, os psicólogos organizacionais podem desenvolver estratégias baseadas em evidências para abordar as questões mais prementes (PRATES; BARBOSA, 2020).

Reuniões e conversas com os colaboradores da empresa também desempenham um papel crucial na estratégia dos psicólogos organizacionais, uma vez que ouvir atentamente as preocupações, sugestões e feedback dos funcionários é essencial para entender as necessidades do momento. A comunicação aberta e eficaz com os colaboradores é uma maneira de construir confiança e promover um ambiente de trabalho saudável (PRATES;

BARBOSA, 2020).

Uma das principais metas dos psicólogos organizacionais é a adaptação, onde busca-se identificar maneiras de tornar o ambiente de trabalho mais adaptável e agradável, tanto para a empresa quanto para os trabalhadores. A adaptação pode envolver a implementação de políticas de flexibilidade de horário, programas de bem-estar, treinamento e desenvolvimento de habilidades, entre outras iniciativas. É importante ressaltar que essa adaptação deve ser orientada pelos dados obtidos por meio de pesquisas e pela comunicação ativa com os funcionários (PRATES; BARBOSA, 2020).

A inserção do psicólogo em organizações e no contexto pandêmico apresenta uma relevância diversificada, exigindo uma análise atenta e aprofundada, na medida que a pandemia da COVID-19 trouxe uma série de desafios sem precedentes. Nesse cenário, o papel do psicólogo se destaca como essencial para mitigar os impactos psicossociais e promover a saúde mental e o bem-estar dos colaboradores (PEIXOTO; VASCONCELOS; BENTIVI, 2020).

No contexto destacado, as instituições, empresas e organizações públicas e privadas enfrentaram uma série de desafios relacionados à pandemia, incluindo mudanças nas dinâmicas de trabalho, incerteza econômica, isolamento social, medo da contaminação e sobrecarga de tarefas, resultando-se em aumento nos níveis de estresse, ansiedade, depressão e outras condições de saúde mental entre os trabalhadores. Assim, a presença e atuação do psicólogo dentro das organizações tornam-se fundamentais para oferecer suporte emocional, estratégias de enfrentamento e ferramentas para a promoção do equilíbrio psicossocial (TEIXEIRA; SILVA, 2020).

A flexibilização do trabalho, incluindo a adoção de home office e revezamento de turnos, é uma estratégia relevante para garantir a saúde do colaborador. Essas práticas permitem a redução da aglomeração de funcionários no local de trabalho, minimizando o risco de transmissão do vírus. Além disso, proporcionam aos colaboradores a oportunidade de conciliar suas responsabilidades profissionais com a necessidade de cuidar da própria saúde e da de seus familiares (PRATES; BARBOSA, 2020).

Outra medida importante é o afastamento de colaboradores com comorbidades, que são mais suscetíveis a complicações caso sejam infectados pelo vírus. Essa ação demonstra a preocupação da empresa com a saúde de seus funcionários e contribui para reduzir a pressão sobre o sistema de saúde público e privado (PRATES; BARBOSA, 2020).

As medidas de segurança no ambiente laboral desempenham um papel crucial na prevenção da disseminação do vírus. Isso inclui o uso obrigatório de máscaras, a disponibilização de álcool em gel, a adoção de distanciamento social e a implementação de protocolos de higienização rigorosos. Essas medidas não apenas protegem os colaboradores, mas também geram confiança entre os clientes, garantindo um ambiente mais seguro (CHIAVENATO, 2014).

A promoção da educação preventiva do colaborador é um passo essencial para criar uma cultura de segurança no ambiente de trabalho, através de treinamentos, comunicação eficaz e campanhas de conscientização, os colaboradores são informados sobre as práticas seguras a serem adotadas, sintomas a serem monitorados e a importância da vacinação. Isso contribui para a redução do medo e da desinformação, tornando o ambiente de trabalho mais seguro e saudável (CHIAVENATO, 2014).

A implementação dessas políticas de saúde não apenas visa a proteção dos colaboradores, mas também a continuidade das atividades da empresa, ao reduzir a disseminação do vírus, a empresa evita interrupções operacionais devido ao afastamento de funcionários

doentes. Além disso, ao criar um ambiente seguro, a empresa demonstra responsabilidade social, o que pode ser benéfico para sua reputação e relações com clientes e parceiros de negócios (QUEIROZ, 2022).

Para Queiroz (2022), no âmbito organizacional, o psicólogo pode desempenhar um papel crucial na identificação de fontes de estresse no ambiente de trabalho e no desenvolvimento de estratégias para minimizar esses impactos negativos, incluindo também a implementação de programas de promoção da saúde mental, treinamento para lideranças no apoio à equipe e estratégias de comunicação eficazes para manter um ambiente de trabalho saudável, mesmo à distância.

Já Cella *et al*. (2022) evidenciam que o psicólogo pode auxiliar na avaliação e na gestão do desempenho dos colaboradores em meio às adversidades da pandemia, partindo da premissa de que compreender as demandas emocionais e cognitivas que os trabalhadores enfrentam pode levar a adaptações nos processos e nas expectativas de trabalho, promovendo uma melhor qualidade de vida no contexto profissional.

O apoio psicológico individualizado também é de extrema importância, visto que os trabalhadores enfrentam questões pessoais intensificadas pelo contexto pandêmico, como muitos problemas financeiros e conflitos familiares. Nesse sentido, o psicólogo pode oferecer suporte emocional, estratégias de enfrentamento e aconselhamento, contribuindo para a resiliência e o bem-estar dos colaboradores (QUEIROZ, 2022; CELLA *et al*., 2022).

Além da esfera organizacional, a inserção do psicólogo na sociedade torna-se crucial, pois a divulgação de informações embasadas em evidências científicas e a orientação sobre o manejo adequado das emoções são essenciais para a saúde mental da população em tempos de crise. Assim, o psicólogo atua como um agente de saúde e de promoção do bem-estar, oferecendo suporte não apenas aos indivíduos, mas também às comunidades e à sociedade como um todo (TEIXEIRA; SILVA, 2020).

Dessa forma, é possível compreender que a presença do psicólogo nas organizações e no contexto pandêmico é de suma importância para mitigar os efeitos psicossociais da crise atual, na medida que seu papel vai desde a promoção da saúde mental até a intervenção direta no suporte emocional, mostrando-se fundamental para o equilíbrio e a resiliência dos indivíduos e das organizações em tempos de desafio.

Conforme Castro *et al*. (2020), com o [...] acolhimento psicológico e a efetiva comunicação corporativa é possível fazer intervenções com o intuito de minimizar impactos negativos e promover saúde mental dos trabalhadores". A psicologia organizacional, como campo de estudo e prática, tem a responsabilidade de analisar e compreender o comportamento humano no ambiente de trabalho, bem como as manifestações psicossociais que influenciam a eficácia e a satisfação dos colaboradores e, consequentemente, o desempenho das organizações.

A pandemia trouxe à tona uma nova realidade laboral, marcada pela necessidade de adaptação rápida e contínua, onde o distanciamento social e a implementação de medidas de isolamento levaram ao aumento do trabalho remoto, modificando os lares em escritórios (CASTRO *et al*., 2020; TEIXEIRA; SILVA, 2020).

Nesse contexto, o trabalhador enfrentou desafios como a gestão do tempo, a separação entre a vida pessoal e profissional, a solidão, a incerteza e a sobrecarga de tarefas, sendo que esses aspectos repercutem diretamente na subjetividade, moldando novas percepções sobre o trabalho e impactando a saúde mental dos indivíduos (FERREIRA; WATANABE; SABATINE, 2021).

De acordo com Castro *et al*. (2020) e Cella *et al*. (2022), a subjetividade do trabalha-

dor foi abalada por essa nova configuração do trabalho, levando em consideração que a sensação de invasão do espaço pessoal pelo profissional, a ausência de limites claros entre os momentos de trabalho e descanso, bem como a dificuldade em estabelecer uma rotina saudável, foram elementos que afetaram a forma como o indivíduo se percebia e se relacionava com o trabalho. Dessarte, a falta de interações presenciais e a comunicação mediada pela tecnologia impactaram a sensação de pertencimento e a coesão grupal, elementos essenciais para o bem-estar no contexto organizacional.

A incerteza sobre o futuro também se tornou um fator preponderante, na medida que a instabilidade económica gerou medo do desemprego e da insegurança quanto à estabilidade no emprego, e essa incerteza acarreta, até hoje, ansiedade, estresse e um constante estado de alerta, prejudicando a saúde mental e influenciando a forma como o indivíduo percebe suas competências e seu papel na organização (FERREIRA; WATANABE; SABATINE, 2021).

Dessa maneira, é essencial que a psicologia organizacional se aprofunde na compreensão dessas transformações e promova disciplinas que visem ao suporte e à promoção do bem-estar dos trabalhadores. Estratégias de gestão do estresse, programas de capacitação para o trabalho remoto, apoio psicológico e promoção de uma cultura organizacional que valorizam o equilíbrio entre a vida profissional e pessoal são medidas relevantes.

O ser humano tem por conta própria suas experiências e particularidades, as quais moldam suas características compartilhadas com outros indivíduos a depender do ambiente no qual se está inserido. Ao se falar da pandemia, sobretudo em seus efeitos sobre a economia e no mercado de trabalho, muitos, senão todos os indivíduos forma afetados direta ou indiretamente, de forma a mudar seu modo de vida e de trabalho por um determinado período, sendo que em alguns casos perduram até os duas atuais, como a exemplo da adesão ao trabalho remoto em diversas áreas de atuação (SILVA, 2020).

Com o advindo do home office, grande parte dos trabalhadores precisou se reinventar, de forma a adaptar-se às novas formas de trabalho, porém, tal mudança drástica em muitos casos trouxe consigo grande carga emocional e cobrança para dentro das casas dos colaboradores. Isto se dá devido a interferência direta na qualidade de vida do trabalhador, de modo que fantasiado pela comodidade por trabalhar dentro de casa, o mesmo passou a ser mais cobrado ou a se cobrar por mais produtividade, não distinguindo a vida pública e familiar até (SILVA, 2020).

A dificuldade de adaptação à forma virtual e a falta de contato físico com outros colegas de trabalho resulta em estresse, desconforto físico e mental, aumentando a fadiga em ambos os aspectos. O isolamento social imposto pela pandemia trouxe consigo consequências para a qualidade de vida do trabalhador, uma vez que ele passou até mesmo a trabalhar mais do que o necessário e com mais intensidade em decorrência da invasão do trabalho em seu ambiente familiar (DONADIA, 2020).

O medo pelo desemprego agravado pelo contexto da pandemia tornou-se desesperador, de forma que o profissional se via obrigado a entregar mais produtividade em suas atividades, com base na premissa de que o trabalho home office facilitaria sua realização. Tal cenário levou até mesmo ao trabalhador a renunciar a diversos direitos como o descanso, onde o próprio se via frente a uma cobrança autoimposta para a entrega de resultados, diretamente relacionado ao medo de perder seu emprego (DONADIA, 2020).

Diante do contexto laboral a prevenção e conscientização da síndrome de burnout é muito importante, pois deste modo pode-se evitar o reconhecimento tardio da mesma. Neste sentido, é significativo para as organizações como também para os trabalhadores uma atuação compromissados com as práticas saudáveis no ambiente de trabalho tais

como boa comunicação, trabalho de equipe, ética e se dedique ao autocuidado com pratique atividades físicas, tenha momentos de descanso, lazeres e convivência no meio social reduzindo assim o nível de estresse ocupacional (PERNICIOTTI *et al*., 2020).

3. CONCLUSÃO

A análise da inserção profissional do psicólogo em organizações no contexto pandêmico e das implicações da pandemia na subjetividade do trabalhador evidencia a necessidade premente de uma abordagem diversificada e, ao mesmo tempo, integrada, tendo em vista que a interseção entre a atuação do psicólogo no ambiente organizacional e a transformação da subjetividade dos trabalhadores em tempos de pandemia delineia um panorama complexo que demanda ainda uma compreensão aprofundada e ações estratégicas.

O isolamento social prolongado se tornou uma realidade para muitas regiões do mundo como resposta à pandemia, e essa medida drástica teve profundas consequências em várias áreas da sociedade, incluindo o mercado de trabalho. Com a necessidade de reduzir o contato social e evitar aglomerações, as empresas tiveram que adotar medidas que permitissem a continuidade de suas operações de forma segura.

Uma das adaptações mais notáveis foi a adoção em larga escala do trabalho em home office, empresas de diversos setores tiveram que reconfigurar suas operações para permitir que seus funcionários trabalhassem remotamente. Esse movimento acelerou a digitalização das tarefas, o uso de ferramentas de comunicação online e a redefinição das políticas de gestão de equipes. O home office não apenas proporcionou uma alternativa segura de trabalho durante a pandemia, mas também revelou a viabilidade desse modelo em muitas situações, abrindo caminho para a sua permanência como uma opção flexível no futuro.

Além disso, o comércio eletrônico viu um aumento exponencial de atividade durante o período de isolamento social, empresas que antes dependiam principalmente de vendas presenciais tiveram que se adaptar rapidamente para estabelecer presença online e oferecer seus produtos e serviços por meio da internet. A demanda por entrega em domicílio, tanto de produtos quanto de alimentos, cresceu substancialmente, impulsionando a expansão dos serviços de delivery. Essa mudança no comportamento do consumidor e na estrutura de mercado foi um reflexo da necessidade de reduzir o contato físico e manter o distanciamento social.

A consolidação dessas adaptações sugere que muitas delas vieram para ficar. O trabalho em home office demonstrou ser uma alternativa eficaz para muitos tipos de trabalho, oferecendo flexibilidade e reduzindo a necessidade de deslocamento, o que pode se refletir em benefícios tanto para os colaboradores quanto para as empresas. A venda online e os serviços de delivery representam uma transformação duradoura no setor de comércio e serviços, atendendo a uma demanda crescente por conveniência e segurança.

No entanto, essas transformações também trazem desafios, como a necessidade de lidar com questões relacionadas à segurança de dados no trabalho remoto e a concorrência acirrada no comércio online. É fundamental que as organizações estejam preparadas para enfrentar esses desafios e se adaptar a um cenário de mercado em constante evolução.

No contexto pandêmico, a presença e atuação do psicólogo nas organizações tornam-se cruciais para atender às demandas emergentes de saúde mental, pois, o psicólogo, ao oferecer suporte emocional, estratégias de enfrentamento e ferramentas para a promoção

do equilíbrio psicossocial, desempenha um papel vital na mitigação dos impactos psicossociais causados pela crise sanitária.

Seja na avaliação e gestão do desempenho dos colaboradores, na implementação de programas de promoção da saúde mental ou na orientação para lideranças, a atuação desse profissional reflete-se diretamente na resiliência e no bem-estar dos indivíduos e, consequentemente, nas organizações.

Além da esfera organizacional, o papel do psicólogo se estende à sociedade, desempenhando um papel educativo e preventivo, onde a divulgação de informações embasadas em evidências científicas e a orientação sobre o manejo adequado das emoções não só auxiliam os trabalhadores, mas também toda a comunidade, promovendo uma sociedade mais resiliente e informada.

Por outro lado, viu-se que a pandemia impactou a subjetividade do trabalhador de forma profunda, manifestando-se em uma redefinição das relações laborais, na percepção do espaço físico e temporal e na necessidade de adaptação constante. O trabalho remoto, as incertezas quanto ao futuro profissional e a invasão dos limites entre a vida pessoal e profissional são aspectos que repercutem na forma como os indivíduos se percebem e interagem com o trabalho, moldando suas subjetividades e desafiando concepções tradicionais.

Assim, a psicologia organizacional surge como um campo essencial para compreender as complexas interações entre o indivíduo, o trabalho e a organização. É imperativo que os profissionais dessa área sejam capazes de adaptar suas práticas e teorias às novas realidades, considerando os desafios e oportunidades que surgem da interseção entre a pandemia e o ambiente organizacional. A promoção da saúde mental e do bem-estar no trabalho, a gestão do estresse e a construção de ambientes laborais saudáveis são aspectos fundamentais que exigem um olhar atento e contínuo.

Para trabalhos futuros nessa temática, há diversas possibilidades de pesquisa e intervenção que podem enriquecer e aprimorar ainda mais a compreensão da inserção do psicólogo em organizações no contexto pandêmico e os efeitos da pandemia na subjetividade do trabalhador, pois é crucial investigar a eficácia das intervenções psicológicas no ambiente de trabalho durante e pós-pandemia, buscando identificar as melhores práticas para promover a saúde mental dos colaboradores, adaptadas às demandas desse novo cenário laboral.

Ademais, explorar as implicações do trabalho remoto de forma mais aprofundada é fundamental, onde, compreender as dinâmicas de produtividade, as consequências para a saúde mental, a gestão de equipes virtuais e a conciliação entre a vida pessoal e profissional são áreas de pesquisa promissoras que podem oferecer *insights* valiosos para organizações e psicólogos.

A psicologia organizacional, ciente dessas dificuldades, tem se empenhado em desenvolver estratégias e práticas que visam minimizar o sofrimento psíquico dos trabalhadores. Isso envolve a criação de programas de suporte psicológico, como aconselhamento e orientação, para ajudar os colaboradores a lidarem com as pressões emocionais decorrentes da pandemia. Além disso, a promoção do bem-estar mental no ambiente de trabalho tem sido enfatizada, incluindo a conscientização sobre a importância da saúde mental, a criação de políticas de flexibilidade e apoio emocional, e o incentivo à manutenção de uma rotina saudável.

A psicologia organizacional também desempenha um papel crucial na comunicação e na gestão de mudanças nas organizações. Isso inclui a adaptação de políticas e práticas

de trabalho, a implementação de medidas de segurança e higiene, a facilitação da comunicação entre a liderança e os funcionários e a promoção de um ambiente de trabalho que valorize o suporte mútuo e a empatia.

Além disso, a pesquisa contínua na área da psicologia organizacional permite o desenvolvimento de estratégias baseadas em evidências para lidar com os desafios psicológicos da pandemia. Compreender as necessidades e preocupações dos trabalhadores e adaptar as abordagens de apoio de acordo com as mudanças no contexto são aspectos essenciais desse processo.

Em outras palavras, a psicologia organizacional desempenha um papel vital no enfrentamento dos impactos psicológicos causados pela pandemia, buscando ativamente amenizar o sofrimento psíquico dos trabalhadores. Através de estudos, pesquisas e a implementação de práticas inovadoras, essa disciplina contribui para a promoção do bem-estar mental no ambiente de trabalho, fortalecendo tanto os colaboradores quanto as organizações em um período desafiador como o que vivenciamos.

Nesse interim, a conjunção entre a atuação do psicólogo em organizações no contexto pandêmico e o impacto da pandemia na subjetividade do trabalhador exige uma abordagem integrada e abrangente. A psicologia organizacional, ao compreender e intervir nas nuances desse cenário complexo, contribui para a construção de ambientes de trabalho mais elevados, produtivos e, acima de tudo, humanos. É nesse equilíbrio entre as necessidades individuais e organizacionais que se encontra o caminho para um futuro laboral mais resiliente e sustentável

Referências

AMAZARRAY, M. R., CÂMARA, S. G., & CARLOTTO, M. S. Investigação em saúde mental e trabalho no âmbito da saúde pública no Brasil. In: A. R.C. Merlo, C. Bottega & K.V. Perez. (Org.), **Atenção à saúde mental do trabalhador: sofrimento e transtornos psíquicos relacionados ao trabalho**. 2014. Porto Alegre: Evangraf.

AUGUSTO, J. G; CRUZ, P. S. Grandes Líderes no enfrentamento da covid-19.In: CONCEIÇÃO, Jaquelini et. al. (org.). Psicologia Organizacional em tempos de pandemia. Mafra, Santa Catarina: Editora UnC, 2020.Disponível em: <https://unicontestadosite.s3.amazonaws.com/site/biblioteca/ebook/Psicologia%20Organizacional.pdf>. Acesso em: 01 de set. 2023, 123p.

BERNARDES, J. S. **A Formação em Psicologia após 50 anos do primeiro Currículo Nacional da Psicologia: alguns desafios atuais**. Psicologia: Ciência e Profissão, Brasília, v. 32, n. spe., p. 216-231, 2012. Disponível em: http:// www.scielo.br/pdf/pcp/v32nspe/v32speca16.pdf. Acesso em: 15 dez. 2015.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Síndrome de Burnout.** Governo Federal, 2020. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/sindrome-deburnout#:~:text=S%C3%ADndrome%20de%20Burnout%20ou%20S%C3%ADndrome,justamente%20o%20excesso%20de%20trabalho. Acesso e

CASTRO, Beatriz Leite Gustamann de, et al. COVID-19 e organizações: estratégias de enfrentamento para redução de impactos. **Revista Psicologia: Organizações & Trabalho (rPOT)**¸ 2020. 20(3), 1059-1063. ISSN 1894-6657. DOI: https://doi.org/10.17652/rpot/2020.3.20821. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rpot/v20n3/v20n3a02.pdf. Acesso em: 29 set. 2023.

CELLA, A. P., et al. Os desafios do psicólogo organizacional na Pandemia do COVID-19. **ANAIS de Psicologia**, UCEFF, 2022/1, p. 75-105.

CHIAVENATO, I. Gestão de pessoas: o novo papel dos recursos humanos nas organizações.4.ed. Barueri, São Paulo: Manole, 2014;512p.

DONADIA, K. O. Os efeitos da pandemia da Covid-19 na saúde do/da trabalhador/a. 2020 Set 24. In: Sindicato dos Petroleiros do Espírito Santo, Espírito Santo.Disponível em: <https://www.sindipetro-es.org.br/os-efeitos-da-pandemia-da-covid-19-na-saude-doda-trabalhadora/>. Acesso em: 02jan. 2021.

FERREIRA, A. C. M. T.; WATANABE, M. M. M.; SABATINE, F. P. Psicologia organizacional: reflexões acerca do im-

pacto da pandemia na subjetividade do trabalhador. Edição especial da **Revista UNIFAMMA – I Congresso de Direitos Humanos, Organizações e Mundo do Trabalho**. 28, 29 e 30 de junho de 2021 (online). Disponível em: http://revista.famma.br/index.php/revistaunifamma/article/view/17/14. Acesso em: 29 set. 2023.

FIGUEIREDO, L. et al. Adoecimento psíquico no trabalho. **Revista Estudos e Negócios Academics**, v. 2, n. 4, p. 94-100, 2022.

GUSSO, H. L. et al. Psicologia Organizacional e do Trabalho no Sul do Brasil: Características dos profissionais, da atuação e dos contextos de trabalho. **Revista Psicologia**: Organizações e Trabalho, v. 19, nº 3, p. 644-652, 2019.

LÚCIO, Janaina Cunha. **Atuação do psicólogo organizacional:** Transformações na prática contemporânea. 2022. Disponível em: https://bdtd.ucb.br:8443/jspui/bitstream/tede/3204/2/JanainaCunhaLucioDissertacao2022.pdf. Acesso em: 20 de set. 2023.

MINAYO-GÓMEZ, C. M., MACHADO, J. M. H., & PENA, P. G. L. **Introdução. In Saúde do trabalhador na sociedade brasileira contemporânea** (pp. 23-34). Rio de Janeiro: Editora Fiocruz, 2021.

PRATES, I; BARBOSA, R. J. The Impact ofCOVID-19 in Brazil: Labour Market and Social Protection Responses. The Indian Journal of Labour Economics, v. 63, n. 1, p. 31-35, 2020.Disponível em: <https://link.springer.com/article/10.1007/s41027-020-00252-3>. Acesso em: 18 out. 2023.

PEIXOTO, A. L. A; VASCONCELOS, E. F; BENTIVI, D. R. C. **Covid-19 e os Desafios Postos à Atuação Profissional em PsicologiaOrganizacional e do Trabalho:** uma Análise de Experiências de Psicólogos Gestores. Psicologia: Ciência e Profissão, v. 40, 2020.Disponível em:<https://doi.org/10.1590/1982-3703003244195>. Acesso em: 19 maio 2023.

PEREIRA, M. D. et al. A pandemia de COVID-19, o isolamento social, consequências na saúde mental e estratégias de enfrentamento: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 7, p. 1-35, 2020.

SILVA, V. **Mais Trabalho, Mais sacrifícios: Os efeitos da pandemia no**

trabalhador.2020 Ago 30. In: Eu Estudante Trabalho e Formação, 2020. Disponível em: <https://www.correiobraziliense.com.br/euestudante/trabalho-e-formacao/2020/08/4872125-mais-trabalho--mais-sacrificios--os-efeitos-da-pandemia-no-trabalhador.html>. Acesso em: 02 nov. 2023.

QUEIROZ, J. F. M. A atuação do psicólogo organizacional e do trabalho em tempo de pandemia: perfil sociodemográfico e obstáculos ocupacionais. **Os profissionais da saúde durante a pandemia de COVID-19: atitudes e barreiras** – ISSN 978-65-5360-223-6 – Vol. 1 – ano 2022. Editora Digital. Disponível em: https://downloads.editoracientifica.com.br/articles/221010400.pdf. Acesso em: 27 set. 2023.

TEIXEIRA, R. C.; SILVA, D. O. B. **A Psicologia Organizacional e do trabalho frente à pandemia do Corona Vírus:** um olhar sobre 7 *podcasts* do Conselho Federal de Psicologia. 2022, 28f. Disponível em: https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/16689/6/Raiane%20Constantino%20Teixeira%20artigo%202020%20RIUN.pdf. Acesso em: 27 set. 2023.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

17

OS IMPACTOS PSICOLÓGICOS DA VIOLÊNCIA DOMÉSTICA NA EDUCAÇÃO INFANTIL

PSYCHOLOGICAL IMPACTS OF DOMESTIC VIOLENCE IN EARLY CHILDHOOD EDUCATION

Gerson Lima Rodrigues

Resumo

A violência doméstica tem sido um entrave marcante e assustador na vida de muitas crianças, pois estudos apontam que a maioria dos problemas de saúde mental e social estão relacionados com a agressividade familiar, onde pais e parentes próximos contribuíram para a manifestação e desencadeamento de alguns infortúnios psicológicos tais como: ansiedade, transtornos depressivos, alucinações, alterações de memória, comportamentos agressivos e até mesmo tentativas de suicídio, ademais do baixo nível de desempenho escolar. O presente artigo trata-se de uma revisão bibliográfica com objetivo de identificar, apontar, refletir e compreender através de estudos e pesquisas já publicadas, como artigos, trabalhos acadêmicos, revistas cientificas, teses e dissertações, além de sites científicos como, Google Acadêmico, Scientific Eletronic Library (Scielo), Catalogoteses, Scholar e Biblioteca virtual Anhanguera, que versaram sobre os impactos psicológicos da violência doméstica na educação infantil, bem como sua interferência na aquisição de aprendizagem de crianças dos anos iniciais do ensino fundamental. Destacar ainda, quais os possíveis efeitos desses desajustes psicológicos provocados pela hostilidade familiar, além descrever atividades e práticas educativas para crianças com traumas psicológicos dentro da esfera educacional. Conclui-se que neste contexto, surge a necessidade de trabalhar medidas e estratégias protetivas, com metodologias efetivas de enfretamento, promoção, resiliência e capacitação de ensino para crianças vitimadas por abusos domésticos. A disposição estrutural e textual deste importante e considerável artigo, constitui-se da introdução, apontando para os objetivos, bem como desenlaces observados, seguido do desenvolvimento, contendo a metodologia, resultados, discursão e pôr fim a conclusão.

Palavras-chave: Traumas, Afetividade, Crianças, aprendizagem, família.

Abstract

Domestic violence has been a striking and alarming impediment in the lives of many children, as studies point out that the majority of mental and social health problems are related to familial aggressiveness, where parents and close relatives have contributed to the manifestation and triggering of some psychological misfortunes, such as anxiety, depressive disorders, hallucinations, memory alterations, aggressive behaviors, and even suicide attempts, in addition to a low level of academic performance. This article is a bibliographic review with the objective of identifying, pointing out, reflecting on, and understanding through previously published studies and research, such as articles, academic works, scientific journals, theses, and dissertations, as well as scientific websites such as Google Scholar, Scientific Electronic Library Online (Scielo), Catalogoteses, Scholar, and the Anhanguera Virtual Library, which discussed the psychological impacts of domestic violence in early childhood education, as well as its interference in the acquisition of learning in children in the early years of elementary education. It also highlights the possible effects of these psychological imbalances caused by familial hostility, as well as describes educational activities and practices for children with psychological traumas within the educational sphere. It is concluded that in this context, there is a need to work on protective measures and strategies, with effective methods for coping, promoting resilience, and providing educational empowerment for children victimized by domestic abuse. The structural and textual layout of this important and substantial article consists of the introduction, outlining the objectives, as well as the observed outcomes, followed by the development section, which contains the methodology, results, discussion, and, finally, the conclusion.

Keywords: Traumas, Affection, Children, learning, family.

1. INTRODUÇÃO

De acordo com o Ministério dos Direitos Humanos e da Cidadania, o Brasil registrou em 2021, mais de 119,8 mil denúncias de violência contra crianças e adolescestes, sendo que cerca de 66% dos casos ocorreram no ambiente familiar, tornando assim esse fenômeno cada vez mais assustador e aterrorizador, visto que os agressores às vezes são os próprios pais ou parentes próximos.

Ao refletir, analisar e estudar acerca dos problemas psicológicos, desencadeados em ambiente familiar, e que refletem na incapacidade intelectual das crianças, percebe-se uma extrema, importância e urgência na atenção infantil, pois além de descrever, demonstrar e apontar dados assustadores e estarrecedores, clama e prega para uma urgente força tarefa, ou seja, uma ação em conjunto com toda a sociedade e seus seguimentos, no afã de lutar e zelar pela integridade física e mental de crianças consideradas incapazes e vulneráveis.

O presente trabalho teve como objetivo perceber, compreender e estudar sobre os impactos psicológicos da violência doméstica no processo de aprendizagem da educação infantil. Verificar os efeitos psicológicos de agressividade no âmbito familiar, conhecer através da literatura atividades e práticas educativas para lindar, cuidar e corroborar no processo de aquisição do conhecimento de crianças com traumas psicológicos, por conta da violência na vida do menor.

Observa-se, que os eventos de agressão e abusos são recorrentes e cada vez mais crescente em todo o país, produzindo assim um rastro de desajuste social, mental e emocional que intervirar de forma direta nos comportamentos e nos processos cognitivos, dificultando a capacidade e o desenvolvimento de aprendizagem da criança.

Portanto, neste importante artigo foi apresentado a visão, percepção e análise de diversos escritores que discutiram, refletiram e abordaram esta problemática, que por meio de uma arguição crítica, buscou-se compreender as perspectivas e concepções das diversidades e entendimento desses autores, e que contribuirá para um exame mais abrangente e aprofundado da questão, auxiliando no desenvolvimento de estratégias efetivas para combater e superar os desafios no processo de aprendizagem infantil, por conta da agressão intrafamiliar.

Sendo assim, acredita-se que através deste importante trabalho, foram semeadas, belas e preciosas sementes, que em algum momento irão nascer, crescer e produzirão frutos dignos de honra, ética, cuidados e zelo pela maior riqueza social existente no planeta, que é o ser humano, principalmente as crianças.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

A pesquisa deste importante trabalho foi fundamentada em princípios, estudos, e conclusões de autores que de maneira meticulosa, buscaram e apresentaram conceitos, definições e análises, com informações consubstanciais, precisas e objetivas, contemplando discursões e reflexões sobre os impactos da violência doméstica no processo do ensino aprendizagem da educação infantil. Tais argumentos foram embasados e justificados em artigos, livros, trabalhos acadêmicos revistas cientificas, teses, dissertações e afins. Os ar-

tigos utilizados como sustentação teórica neste artigo foram pesquisados em sites científicos como: Google Acadêmico, Scielo, Catalogoteses e Scholar. Foram utilizadas palavras chaves, tais como: Impactos psicológicos, violência doméstica; Crianças com baixa capacidade cognitiva; Dificuldades de aprendizagem na educação infantil; Família; Traumas etc. Nesta busca por documentos científicos relacionados com o assunto proposto, foram encontrados mais de vinte artigos, onde destes, doze foram selecionados e utilizados como critério de inserção, visto estarem ligados objetivamente com a temática da pesquisa. O presente trabalho foi realizado e fundamentado em método conceitual analítico, dados, ideias e opiniões de outros autores que foram utilizados para embasamento do objeto do estudo.

2.1 Resultados e Discussão

2.1.1 Contextualização Histórica de Violência Doméstica Infantil

Indiscutivelmente e lamentavelmente a violência infantil sempre existiu, constata-se que nas primeiras civilizações como por exemplo, na antiga Babilônia, Roma e outros impérios antigos, o exilio e morte de crianças que nasciam com doenças mentais e deficiência físicas eram comuns. Para muitos, essas crianças eram consideradas impuras e incapazes, por isso eram descartadas da sociedade.

[De acordo com Berthier (1984 p. 16) a história remonta à antiguidade relatando as crueldades cometidas pelos espartanos contra crianças surdas, deformada e retardados que eram asfixiados, degoladas ou lançados de precipícios. Na antiga Roma, os pais tinham total autoridade para abandonar ou até mesmo matar seus filhos.

Conforme o autor Prado Junior (2004, p. 179) no período colonial aproximadamente nos séculos XVI ao XIX, período da escravatura, no Brasil milhares de crianças foram violentadas sexualmente e até mesmo mortas, por não ter nenhuma proteção, nem direito a pai e mãe, pois os senhores poderiam vende-los conforme entendesse. O Ministério da Saúde (2002) afirma que violência doméstica ou intrafamiliar contra crianças e adolescentes não é um fenômeno da contemporaneidade.

A Organização Mundial da Saúde (OMS) define violência infantil, como todas as formas de maus tratos emocionais ou físicos, abuso sexual, negligência ou tratamento negligente, comercial ou outras formas de exploração, como possibilidade de resultar em danos potenciais ou reais à saúde das crianças, sobrevivência, desenvolvimento ou dignidade no contexto de responsabilidade, confiança e poder.

O artigo 7° da lei 8069, de 13 de julho de 1990, da Constituição Federal Brasileira descreve:

> Que a criança e o adolescente têm direito a proteção à vida e à saúde, mediante a efetivação de políticas sociais que permitam o nascimento e o desenvolvimento sadio e harmonioso, em condições dignas de existência (CFB 1990).

De acordo com (ECA 1990), instrumento legal de proteção, artigo 4° é dever da família, da comunidade, da sociedade em geral e do poder público assegurar, com absoluta prioridade, a efetivação dos direitos referentes à vida, à saúde, à alimentação à educação, à profissionalização, ao esporte, ao lazer, à cultura, à dignidade, ao respeito, à liberdade e a convivência familiar e comunitária.

Conforme a LDB (Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional) N° 9.394/46, artigo

29, a educação infantil tem como finalidade o desenvolvimento integral da criança, em seus aspectos físico, psicológico, intelectual e social, complementando a ação da família e da comunidade.

Ausência de afetividade e integridade física são os principais fatores desencadeadores para o atraso do processo de aprendizagem de crianças em séries iniciais do ensino fundamental, visto ser uma faixa etária que contempla a plena formação, construção e desenvolvimento tanto dos processos mentais, intelectuais, sociais, morais, como também do desenvolvimento físico.

2.1.2 Efeitos Psicológicos da Violência Doméstica na Educação Infantil

Concorde que a família é o núcleo primário que todos os indivíduos deveriam conviver e socializar. Porém, compreende-se que essa não é uma regra geral, ou seja, existe uma realidade de situações adversas, vista cotidianamente, onde às vezes de forma discreta ou silenciosa acontecem as maiores e cruéis torturas domiciliares. De acordo com Cleide e Cristina (2020 p. 9).

> São considerados exemplos de efeitos psicológicos causados pela violência doméstica, tais como: depressão, insônia, estresse, isolamento social, afastamento familiar, pensamentos suicidas, choro constante, negligência, baixa estima, tristeza, medo, vergonha, falta de interesse por atividades e baixo nível de desempenho cognitivo, Cleide e Cristina (2020 P. 9).

Para teóricos como Piaget, Wallom e Vygotsky, a afetividade intervém nas operações da inteligência, estimulando e acelerando o desenvolvimento intelectual, pois é no âmbito familiar que o sujeito inicia suas primeiras aprendizagens e experiências, tais como, afeto, subjetividade, sexualidade, experiência de vida, desenvolvimento cognitivo e emocional, e por fim, a formação de sua personalidade e de sua identidade social. Munhoz (2005) destaca que,

> É observando a interação existente entre membros da família que podemos compreender como se dá a circulação do conhecimento e o acesso à aprendizagem, visto que cada membro familiar possui uma forma específica de aprender e operar ao construir o próprio conhecimento, ou seja, uma modalidade de aprendizagem que permite aproximar do desconhecido, para agregá-lo ao saber. Munhoz (2005, p. 180)

A falta de afeição e estima provocada pelos pais ou responsáveis, desencadeará na criança imaturidade cognitiva, física, emocional e social, causando distúrbios mentais e comportamentais que resultará em problemas de linguagem e baixo rendimento escolar. Diante desse contexto e ambiente familiar, surge a maior e mais importante oportunidade de desenvolvimento intelectual da criança, ou melhor, é nessa dimensão doméstica que se propicia a grande abertura e adição de aprendizagens.

Para Piaget *et al.* (2002), em primeiro sentido, pode-se dizer que a afetividade intervém nas operações da inteligência; que ela estimula ou perturba; que ela é a causa de acelerações ou de atraso no desenvolvimento intelectual; mas que ela não será capaz de modificar as estruturas da inteligência enquanto tal". Em um segundo sentido, pode-se dizer, ao contrário, que "A afetividade intervém nas estruturas da inteligência; que ele é fonte de conhecimentos e de operações cognitivas originais". (*apud* LAJONQUIERE, 2002, p.128)

Destarte, pode-se afirmar que as experiências negativas que acontecem no âmbito familiar interferem de modo significativo no desenvolvimento futuro da criança, apresentando dificuldades de aprendizagem, déficits emocionais e até mesmo transtornos mentais graves.

Conforme afirmam Condemarin e Blomquist (1989 p.18), está demonstrado que tanto a depressão como a angústia diminuem a eficiência da aprendizagem, pois, pais excessivamente severos, autoritários ou ansiosos podem originar, por deslocamento na criança, medo do professor ou até mesmo fobia da própria escola.

Considera-se, que, a educação infantil ocupa um lugar essencial no processo de subjetivação das crianças, inserção social, instrução e aprendizado. Consequentemente, a infância compreende um estágio substancial do desenvolvimento relacionado a obtenção e adquirimento da linguagem e construção de sua individualidade, personalidade e do laço social. De acordo com Fernández,

> O problema de aprendizagem que constitui um "sintoma" ou uma "inibição" toma forma em um indivíduo, afetando a dinâmica de articulação entre os níveis de inteligência, o desejo, o organismo e o corpo, redundando em aprisionamento da inteligência e da corporeidade por parte da estrutura simbólica inconsciente, (FERNÁNDEZ, 2014 p. 82).

É razoável, que crianças vítimas de violência doméstica, além de apresentarem quadros de disfunções de aprendizagens, ainda são propícias a desenvolveram comportamentos indisciplinares, como dificuldade de comunicação, falta de afinidade com relação a valores morais e éticos, desinteligência a respeito de regras básicas de disciplina.

Para Loureiro (2009), crianças com histórico de violência doméstica, apresenta um autoconceito mais negativo na área comportamental e mais dificuldades no desempenho escolar, tanto no raciocínio cognitivo, bem como na área da escrita. Portanto, traumas causados pela violência doméstica além de provocar transtornos psicológicos, contribuem para o mau desempenho cognitivo e afetivo das crianças.

Ferriolli *et al*. (2007), mencionam que os fatores ambientais relacionados aos transtornos psicológicos e ao TDAH, podem estar relacionados a brigas conjugais severas entres os pais ou responsáveis, possuindo assim uma considerável relevância. Em razão disso, a violência psicológica é classificada como toda interferência negativa do adulto sobre as crianças, formando uma conduta destrutiva e alienada da infância.

Portanto, se esse espaço familiar for hostil, com pais alcoolizados, violentos, omissos, impacientes e irresponsáveis que violentam e tortura os filhos, seja de forma física, verbal, ou por negligência e descaso, começa-se a desencadear na criança os principais problemas e entraves de ordem física e psicológica, que serão obstáculos principalmente para obtenção do conhecimento educacional.

2.1.3 Práticas Educativas para Crianças com Traumas Psicológicos

De acordo Henri Wallon e Lev Vygotsky, teóricos do desenvolvimento humano e dos processos cognitivos de aprendizagem, a influência do contexto social e familiar no crescimento e desenvolvimento do indivíduo é um processo complexo, em que existem muitos fatores que podem favorecer ou não para desenvolvimento psicológico e intelectual da criança, ou seja, é sem dúvida, a fase oportuna para o progresso da inteligência emocional

e intelectivo da criança.

Por isso, dentro do cenário educacional infantil, há uma necessidade de se investigar, buscar, constatar e identificar as dificuldades emocionais, mentais e intelectuais de crianças que foram hostilizadas dentro de um ambiente tóxico, e auxiliá-las no processo de autonomia e autoconfiança, por meio da atenção, do respeito e acolhimento humanizado.

Crianças com heranças de violência doméstica, além de sofrer e desenvolver um desajuste emocional, tem uma grande probabilidade para desenvolver dificuldades de aprendizagens, tais como: transtorno da leitura, transtorno de matemática e transtorno de expressão escrita, além do transtorno de déficit de atenção e hiperatividade (TDAH).

Diante do quadro apresentado, exige-se, que práticas psicoeducativas fossem criadas juntamente com a criança, promovendo e abrindo caminhos suaves e adequados, respeitando a personalidade, os recursos, limitações e a individualidade de cada aluno, com atividades e técnicas compreensíveis e prazerosas, capazes de despertar e promover o interesse do estudante.

Conforme afirma Kishimoto (2010), um caminho de possibilidades para ganhar engajamento no processo ensino aprendizagem em crianças com baixa capacidade de cognição e traumas psicológicos é a ludicidade, por meio de técnicas e acolhimento com brinquedos, jogos de regras e virtuais, que favorece o autocontrole, disciplina, tomada de decisão, convívio com as frustações, além de aguçar atenção, memória, linguagem e raciocínio lógico.

Segundo as autoras Gleide e Cristina Batista (2020), é interessante observar que as atividades de acolhimento psicossocial, dentro do contexto educacional, podem estar integradas ao currículo, especialmente no contexto do desenvolvimento de competências relacionadas ao autocuidado, autoproteção, solidariedade e cidadania, sendo realizado com intenção e planejamento, apontado medidas educacionais diferenciadas e condições de atendimento especializado, para auxiliar o educando com transtorno de aprendizagem, a melhorar sua qualidade de aquisição e desenvolvimento do conhecimento.

Entende-se, por essencialmente necessário a existência e o fortalecimento de vínculos afetivos para o desenvolvimento de práticas educativas bem-sucedidas, além de orientação e apoio a criança dentro do seio familiar, primando por um atendimento psicoterápico empático e acolhedor e na execução de atividades saudáveis que venha beneficiar a saúde somática e mental da criança. Gleide e Cristina Batista, (2020 p. 11) destaca o seguinte:

> Tais atividades como, escuta acolhedora, estabelecimento de laços afetivos, liberdade para expressar sentimentos, tanto de tristeza, como medo ou raiva, será fundamental para busca de soluções de problemas, além de jogos, desenhos, livros e outros recursos lúdicos, bem como métodos facilitadores de aprendizagem e interatividade adequada, será fundamental para desenvolver resiliência e superar desafios.

Para Moreno (2003), nossa personalidade é a resultante dos vínculos que estabelecemos, do conjunto de papéis que estão contidos ou reprimidos, da nossa modalidade vincular, assim como de nossas predisposições hereditárias. Segundo Cipriano Lukresi (2002), educar crianças ludicamente é estar auxiliando-as a viver o bem presente e prepara-se para o futuro.

3. CONCLUSÃO

Este tratado acadêmico teve como finalidade a realização de uma análise, compreensão e reflexão sobre os impactos psicológicos provocados pela violência doméstica, tais como crises de ansiedade, baixa estima, retraimento, consequentemente isolamento social, com evolução para casos mais graves, como depressão e outros transtornos, cansando uma angústia emocional, além de um entrave, bloqueio e dificuldade na aquisição da capacidade cognoscível de crianças, principalmente das series inicias do ensino fundamental.

Constatou-se, através da pesquisa, por meio do estudo, análise, estatísticas e informações formais, que os casos de violência doméstica infantil são cada vez mais graves e crescentes, e que apesar do contexto social moderno, contar com dispositivos de auxílios atuais, ainda se percebe uma letargia em meio a sociedade, poder público, instituições e organizações de modo geral, em relação a integridade física, social e educacional de infantes indefesos.

Acredita-se que este trabalho científico, além de contribuir com informações importantes e relevantes para a comunidade universitária, visto que, o estudo constatou e apontou uma certa limitação e pouca exploração acadêmica da temática apreciada, admite-se ainda a possibilidade deste documento cooperar com saberes comuns e domésticos, promovendo abertura, para uma maior compreensão e discussão que ultrapassarão as paredes da universidade.

Face a esta conjuntura, se faz necessário que estudiosos e pesquisadores, bem como educadores, psicólogos, sociólogos e outros profissionais do conhecimento juntamente com poder público, escolas, órgãos competentes e a sociedade em geral, possam refletir, analisar, debater, estudar e investir em pesquisas, estudos, orientação e segurança, a fim de conhecer, mapear, através de dados e diagnósticos, para auxiliar no combate e prevenção da violência doméstica, além de promover atendimento e tratamento a crianças vítimas de agressão intrafamiliar.

Referências

BRASIL- P. R. - **Estatuto da Criança e do Adolescente**. Brasília: Presidência da República; 1990.

CONDEMARIN, M. - BLOMQUIST, M. - **Dislexia: manual de leitura corretiva**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1989.

FERNANÁNDEZ, A. – **A inteligência Aprisionada – Abordagem Psicopedagógica Clínica da Criança e sua Família** – Porto Alegre: Artmed, 2014.

FERRIOLLI, S.H.T.; MATURANO, E. M.; PUNTEL, L. P. (2007) Contexto Familiar e Problemas de Saúde Mental no Programa de Saúde da Família. **Revista de Saúde Pública.** Vol. 01, São Paulo, maio, 2007.

GUIMARÃES, C. D. S. - MELO, M. C. B**.- Cartilha sobre os impactos da violência infantil na criança e na família**. – Recife, 2020.

LOUREIRO, M. - CASTELEIRO, S. - **A Pedagogia Social em Portugal**, In: SOUZA NETO, João Clemente, SILVA, Roberto, MOURA, Rogério (Orgs**.). Pedagogia Social. São Paulo**: Expressão e Arte Editora, 2009.

MUNHÓZ, M. A.- **Aprendizagem como produção interpessoal**. In: TONINI, A. Psicologia das relações educacionais. Gráfica e Editora Pallotti, 1 ed. Santa Maria, RS, 2005

POTT, E. T. B. – **Desenvolvimento Humano I** – Editora e Distribuidora Educacional S/A – Londrina 2019.

SAMPAIO, S. – **Dificuldades de aprendizagem – A Psicopedagogia na relação sujeito, família e escola** – Rio de Janeiro - Wak Editora, 2019.

SANTOS, P. L., & GRAMINHA, S. S. V. - **Estudo comparativo das características do ambiente familiar de crianças com alto e baixo rendimento escolar**. Cadernos de Psicologia e Educação (Padéia), 2005.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

18

COMO A PSICOEDUCAÇÃO PODE CONTRIBUIR PARA A EVOLUÇÃO CLÍNICA DO PACIENTE?

HOW PSYCHOEDUCATION CAN CONTRIBUTE TO THE PATIENT'S CLINICAL EVOLUTION?

Noruska da Silva de Sousa

Alice Parentes da Silva Santos

Resumo

O artigo teve por objetivo explanar os bens que a psicoeducação pode promover aos pacientes não só em um contesto clínico, mas principalmente no hospitalar, que tem a cada dia mais difundido debates acerca da experiencia do paciente nas unidades de saúde, pontuando aspectos como despersonalização, as dificuldades presentes no trabalho do psicólogo hospitalar, sofrimento acerca do adoecimento, relação e impactos que o adoecimento pode e traz aos familiares, entre outros. O método utilizado consistiu em uma revisão da literatura na qual foi utilizada a palavra-chave "psicoeducação", nas fontes PePSI (Periódicos Eletrônicos de Psicologia) e SciELO (Scientific Electronic Libray Oline) e o livro P Psicoeducção em Teoria Cognitivo Comportamental. Assim sendo, a psicologia tem ganhado cada vez mais espaço para difundir conhecimentos ligados à psicoeducação, podendo fazer uso de sua influência profissional não só em seu ambiente de trabalho, mas também em veículos de informações.

Palavras-chave: Psicoeducação. Paciente. Psicologia.

Abstract

The article aimed to explain the benefits that psychoeducation can promote to patients not only in a clinical context, but mainly in the hospital context, which has increasingly widespread debates about the patient's experience in health units, highlighting aspects such as depersonalization, the difficulties present in the work of hospital psychologists, suffering surrounding the illness, relationships and impacts that illness can and do bring to family members, among others. The method used consisted of a review of the literature in which the keyword "psychoeducation" was used, in the sources PePSI (Periódicos Eletrônicos de Psicologia) and SciELO (Scientific Electronic Libray Oline) and the book P Psicoeducção em Theory Cognitivo Comportamental. Therefore, psychology has gained more and more space to disseminate knowledge linked to psychoeducation, being able to make use of its professional influence not only in its work environment, but also in information vehicles.

Keywords: Psychoeducation. Patient. Psychology.

1. INTRODUÇÃO

Este trabalho tem por objetivo trazer à tona o quanto a psicoeducação pode contribuir para a melhora do paciente e diminuição de sintomas, trazendo ao paciente o conhecimento necessário sobre a patologia -seja ela física ou psicológica- por meio de instrumentos pedagógicos e psicológicos.

A psicoeducação pode ser empregada para além do contexto clínico, sendo capaz de trazer benéfico para as mais diversas áreas da vida do paciente, e podendo proporcionar melhorias a sua qualidade de vida em diversos contextos. Mas, se tratando de um contexto hospitalar diversos obstáculos precisam ser vencidos, como por exemplo o uso de linguagem técnica com os pacientes, que por vezes colabora para a confusão dele em relação ao seu quadro clínico.

Desse modo pode-se concluir que, a pasicoedução em muitos momentos pode ser a maneira mais efetiva de promover a conscientização e melhora efetiva do paciente. Quando utilizada no âmbito da saúde a psicoedução abrange para além da psicologia aspectos disciplinares, visto que, a saúde se entrepõe no comportamento, logo, a psicoeducação revela a sua importância como suporte ao cuidado e ao cuidador, o que acaba por ressaltar ainda mais a sua importância, visto que, partes dos cuidados são realizados pelo próprio paciente e sua rede de apoio.

É preciso ter em mente que o adoecimento não afeta apenas o paciente, mas também toda a sua rede de apoio, - podendo gerar medo e preocupação - para que não se perca de vista que a expansividade da psicoedução e para garantir um olhar humanizado a todos.

O artigo explanou também o trabalho do psicólogo hospitalar e suas funções, levando em conta os desafios profissionais que podem dificultar o seu trabalho, a importância da rede de apoio e de um olhar empático para com o paciente e equipe, visando o melhor atendimento. Tendo como principal objetivo exemplificar de forma prática, os benefícios que a psicoeducação pode trazer ao paciente.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

A pesquisa se refere a uma revisão de literatura, o trabalho desenvolvido foi uma pesquisa qualitativa e descritiva, onde serão utilizados como referência trabalhos publicados, por meio de livros e artigos datados de 2004 a 2017. Tendo por base artigos publicados no Google Acadêmico, em sites como: *Scientific Eletronic Library On-line* (SciELO), Psicologia *(PePsic),* e o livro Psicoeducção em Teoria Cognitivo Comportamental. Palavras chaves utilizadas na busca: psicoeducação, adoecimento, alívio de sintomas e evolução clínica.

2.1 Resultados e Discussão

A psicoeducação teve seu surgimento em 1970, como um modelo que abrange a complexidade do ser humano, envolvendo diferentes teorias e disciplinas que são capazes de serem relacionadas com o objetivo de entender e aplicar técnicas em presença do adoecimento (Lukens; Mc Flarlane, 2004).

É uma técnica que tem por objetivo ensinar o paciente e rede de apoio sobre a patologia – seja ela física e/ou psíquica – e seu tratamento. A ferramenta costuma acrescentar resultados positivou não só na adesão ao tratamento, mas também na diminuição da ansiedade que comumente se é gerada em hospitalizações ou na descoberta de algum transtorno psicológico. Vale ressaltar que por ser uma ferramenta muito flexível e de fácil aplicabilidade é comum que seja utilizada em diversos contextos.

Em um contexto hospitalar é necessário levar em consideração diversos aspectos que podem impactar no estado emocional, físico e psicológico do paciente, como: a perda da identidade, que pode ser facilmente percebida no início de uma hospitalização com a perda das roupas, de sua moradia, até mesmo de seu nome, passando a ser identificado por seu número de leito ou patologia. Como apontado por Maldonado e Canella (2003, p.17), "Ainda se desvaloriza a profunda interligação entre o social, o somático e o psíquico".

O adoecimento é cercado por estigmas de dor e sofrimento, tanto que por muito tempo o conceito de saúde estava ligado única e exclusivamente à ausência de doenças. Atualmente segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) em 1945:a saúde é definida como: um estado de completo bem-estar físico, mental e social. Tal definição inclui o fator psicológico através de uma visão biopsicossocial, colaborando para a entrada do profissional psicólogo nas práticas de saúde, em hospitais gerais, já que a presença do psicólogo em unidades psiquiátricas já era comum.

Em 2001 a OMS propôs um olhar biopsicossocial que presume a adoção de um modelo multiprofissional, com o objetivo de enfrentaras problemáticas de saúde, visando incluir diversos profissionais, olhares e saberes nas equipes de saúde, porém na prática ainda se observa um modelo biomédico, que se caracteriza pelo foco na doença de maneira biológica, na reabilitação e recuperação de maneira técnica.

Simonett (2011) evidencia que a psicologia hospitalar tem como objetivo "ajudar o paciente a fazer a travessia da experiência do adoecimento, mas não diz onde essa travessia vai dar" (p.19). Diferentemente da medicina o tratamento psicológico hospitalar não tem como foco a cura e sim no processo de hospitalização e enfrentamento da doença, considerando a subjetividade do paciente. Com a subjetividade do paciente sendo o foco da psicologia, faz-se necessário lembrar que a ciência médica é pautada da objetividade. Por isso em dados momentos podem ser muito difícil para este profissional pensar e ver o paciente para além de sua patologia, ou a busca pela cura. Quando falamos sobre um paciente que está em cuidados paliativos, para a psicologia pode significar uma busca pela ressignificação dos conceitos de vida e morte a serem trabalhados com o paciente, mas para medicina pode significar uma derrota.

A psicoeducação não seria uma técnica voltada para a doença ou a cura em si, mas sim uma forma de auxiliar o tratamento de doenças a partir de mudanças comportamentais (Authier, 1977).Quanto mais conhecimento a cerca de uma de uma patologia um paciente tiver, maior a probabilidade de mudança e adesão do tratamento, além de poder contar com sua rede de apoio oferecendo uma ajuda que de fato seja efetiva para sua evolução clínica, visto que, por mais que haja a iniciativa, sem o conhecimento necessário, a ajuda pode se tornar um atraso e prejudicar a evolução do paciente em seu quadro clínico.

Desse modo, a psicoterapia passou a ter um caráter educativo não só para os pacientes, mas também paras seus cuidadores (Bhattacharjee *et al*., 2011). O que acaba por reforçar a importância de que outros profissionais além do psicólogo se apropriem desse método, visando a melhora e o bem-estar do paciente, por meio de uma linguagem mais acessível ao paciente e à sua rede de apoio, pois são eles os responsáveis por dar continuidade eu trabalho que se inicia no hospital.

A maneira mais palpável para ajudar é ensinar as pessoas a como se ajudarem, proporcionando a autonomia e conscientização (Authier, 1977). Apesar de não ser considerada uma técnica voltada para a cura, é inegável o quando a psicoeducação pode colaborar para ela, pois com a aplicação do conhecimento obtido sobre a patologia, e a adesão ao tratamento a cura ou o alívio de sintomas podem ser considerados como resultado em alguns casos. Um bom exemplo seriam as técnicas de respiração durante um ataque de pânico, o fato de saber que há como contorná-lo propicia ao paciente não ficar tão preocupado em ter uma crise – O que as vezes pode se a motivação para tal -, e diminuir a frequência em que elas ocorrem.

É necessário que o psicólogo apresente ao paciente a necessidade de dar continuidade na utilização do conhecimento adquirido, para reduzir os ricos de recaídas (Wrigth *et al*., 2008). Cabe ao terapeuta, instruir o paciente em relação a possíveis diagnósticos, ou dificuldades que ele pode apresentar, para que ele não venha a se frustrar no futuro com possíveis recaídas em seu quadro.

No contexto da psicologia da saúde a psicoeducação tem se mostrado cada vez mais eficaz, visto que, o conhecimento a respeito da doença, modo de controle e suas possíveis causas colaboram para a adesão do tratamento e no controle de várias patologias, podendo ser aplicada em doenças crônicas, cuidados paliativos e no atendimento em grupo (Lemos; Ondere Neto, 2017).

Simonette (2014) definiu a psicologia hospitalar como “o campo de entendimento e tratamento dos aspectos psicológicos em torno da doença”. É de suma importância que a pessoa com doenças crônicas ou em cuidados paliativos entenda as peculiaridades cognitivas e emocionais presentes em seu adoecimento. Pois pensamentos disfuncionais e distorcidas podem colaborar para o agravamento do quadro, influenciar a maneira com a qual o paciente encara sua condição. Em casos nos quais o paciente se encontra internado, é necessário levar em consideração o que essa internação pode significar para ele, pois além de uma mudança abrupta, a internação pode causar desconforto, despersonalização e muitas vezes abalar o sentido de vida do indivíduo.

Maldonado e Canella (2003) apontam que os obstáculos existentes no processo de hospitalização do paciente se deem em partes pelos profissionais, pacientes e da instituição. Levando em consideração que entres os profissionais as dificuldades por vezes podem ser ocasionadas equipes reduzidas e baixa remuneração, que acaba por acarretar sobrecarga, maus atendimentos e estresse. Outros profissionais também podem contribuir com o processo de trazer mais conhecimento acerca do adoecimento ao paciente. Umas das medidas facilitadoras seria a ruptura da utilização dos termos técnicos ao se dirigir ao paciente, que por muitas vezes pode não compreender o que está sendo passado. Para que a psicoeducação seja de fato efetiva também é necessário que os demais profissionais incluídos na equipe multiprofissional, entendam a importância de um atendimento humanizado – um tratamento baseado na empatia-, visto que, ao contrário seria uma grande barreira.

É necessário levar em consideração possíveis adaptações a serem feitas com o fim de otimizar a utilização de materiais psicoeducativos, com a finalidade de sempre se adaptar à realidade do paciente, como por exemplo: apresentação de forma lúdica para criança, letras maiores, materiais em braile, utilizar gravações de áudio para os pacientes que não sabem ler, entre outros. Podem ser recomendados textos, filmes, aplicativos, sites, livros e programas de computador, com fins psicoeducacionais, além da possiblidade de ministrar pequenas aulas durante as sessões de psicoterapia. Nos materiais indicados pode haver muitas informações uteis (Wright *et al*., 2008; Dobson; Dobson, 2010).

3. CONCLUSÃO

Apesar das barreiras e dificuldades existentes no ambiente hospitalar o aprofundamento no tema psicoeducação se mostra de extrema importância e relevância, visto o quanto ele pode apresentar resultados positivos ao paciente. Pois quanto mais se conhece um assunto maior será a difusão desse conhecimento que tem tanto a agregar não só para a qualidade de vida do paciente, mas também na de seus familiares e pessoas ao seu entorno.

A melhora do paciente também está ligada a compreensão de seu quadro, logo, quando um paciente compreende melhor o seu quadro e de que maneira o tratamento será feito os resultados podem ser otimizados causando por uma adesão maior ao tratamento, visto que se o paciente entende a sua demanda ele pode compreender melhor a importância do tratamento.

Apesar de ser uma ferramenta poderosa, a psicoeducação precisa ser feita de modo a considerar a realidade de cada indivíduo, caso contrário pode dificultar ou anular a possibilidade de compreensão do paciente em relação ao seu estado, o que acaba por colaborar para desinformação e em muitos casos a piora do quadro clínico.

Com a difusão do tema a comunidade poderá ter um acesso facilitado a ferramentas da psicoeducação que podem colaborar para a diminuição do estresse e da ansiedade no seu dia a dia, por meio de pequenos mecanismos de reflexão e planejamento que devem ser compartilhados e estudados, a fim de colaborar para a democratização de um conhecimento que por vezes pode se mostrar elitizado.

O aprofundamento no tema se mostrou de extrema importância e relevância, visto o quanto ele pode apresentar resultados positivos ao paciente. Temos como exemplo a diabetes, que é uma síndrome metabólica que pode decorrer da falta ou incapacidade da insulina exercer seus efeitos. Se o paciente tem as instruções necessárias sobre o assunto passa a ter uma adesão mais efetiva ao tratamento, além da alimentação é comum vermos pacientes diabéticos que conseguem aplicar insulina sozinhos, saber o que podem ou não comer, os horários das refeições, o que acaba por colaborar para um prognóstico positivo.

Outro bom exemplo de que a realidade do paciente deve ser levada em considerada seria as dietas, se um profissional da nutrição não leva em conta aspectos com o custo financeiro, a rotina do paciente, é provável que o paciente não consiga aderir a adieta prescrita.

Se for realizado um link com os objetivos do psicólogo nas unidades hospitalares, podemos perceber o qual eficaz a psicoeducação tem sido e pode ser ainda mais eficaz na melhora clínica dos pacientes, o autoconhecimento pode trazer além de esclarecimento e segurança, um fator crucial para a mudança de hábitos que podem garantir a adesão ao tratamento, a participação ativa da rede de apoio e trazer uma visão menos dolorida ao paciente sobre o seu quadro.

Um dos fatores que prejudicam grandemente a difusão da psicoeducação nos ambientes hospitalares é o modelo biomédico, que apesar de ser amplamente criticado e sendo substituído gradativamente pelo modelo de Medicina Centrada na Pessoas (MCCP), ainda se faz presente, dificultando a comunicação entre paciente e equipe e o processo de humanização.

É essencial frisar que o uso da psicoedução na área da saúde não é restrito ao psicólogo, envolvendo assim diversos enfoques disciplinares, o que reforça a importância da psicoeducação ser tratada como uma ferramenta interdisciplinar, satisfazendo o cumpri-

mento do princípio de integralidade do SUS (Sistema Único de Saúde).

Com a difusão do tema a comunidade poderá ter um acesso facilitado a ferramentas da psicoeducação que podem colaborar para a diminuição do estresse e da ansiedade no seu dia a dia, por meio de pequenos mecanismos de reflexão e planejamento que devem ser compartilhados e estudados.

Em suma, por a psicologia ser um campo de atuação um tanto novo, repleto de desafios relacionados à sua constante mudança e evolução, percebe-se a o carecimento de novos estudos e pesquisas voltados para a psicoeducação no contexto hospitalar levando em consideração as barreiras que o modelo biomédico pode exercer sobre o trabalho do psicólogo hospitalar.

Referências

Authier, J. (1977). The Psychoeducation Model:Defi nition, contemporary roots and content. **Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy**, 12(1), 15-22.

Bhattacharjee, D., Rai, A. K., Singh, N. K., Kumar, P., Munda, S. K., & Das, B. (2011). Psychoeducation: A measure to strengthen psychiatric treatment. **Delhi Psychiatric Journal** ¸ 14(1), 33-39

LEMES, Carina Belomé; ONDERE NETO, Jorge. Aplicações da psicoeducação no contexto da saúde. **Temas psicol.**, Ribeirão Preto , v. 25, n. 1, p. 17-28, mar. 2017. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2017000100002&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 14 nov. 2023. http://dx.doi.org/10.9788/TP2017.1-02.

Lukens, EP e McFarlane, WR (2004). Psicoeducação como prática baseada em evidências: Considerações para prática, pesquisa e política. **Tratamento Breve e Intervenção em Crise**, 4 (3), 205–225.

O'Donohue W., & Cummings, N. (2008). **Evidence-Based Adjunctive Treatments**. New York: Academic Press.

SIMINETTI, A. **Manual de psicologia Hospitalar**, São Paulo: Casa do P

Wright, J. H., Turkington, D., Kingdon, D. G., & Basco, M. R. (2010). **Terapia cognitivocomportamental para doenças mentais graves**. Porto Alegre: Artmed.

CARVALHO, Marcele.Regina. II MALAGRIS, Lúcia Emmanoel Novaes. III. RANGÉ, Bernardo P. **Psicoeducação:** em teoria cognitivo comportamental. Novo Hamburgo :Sinopsys, 2019.

IMANISHI, Helena Amstalden; SILVA, Lucieli Lopes da. Despersonalização nos hospitais: o estádio do espelho como operador teórico. **Rev. SBPH**, Rio de Janeiro , v. 19, n. 1, p. 41-56, jun. 2016 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-08582016000100004&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 07 out. 2023.

Maldinado, M. M. T., &Canella, P. B. (2003). **Recursos de relacionamento para profissionais de saúde:** A boa comunicação com clientes e seus familiares em consultórios, ambulatórios e hospitais. São Paulo: Editora Novo Conceito.

Simonetti, A. (2014). **Manual de psicologia hospitalar**. São Paulo: Casa do Psicólogo.

LEMES, Carina Belomé; ONDERE NETO, Jorge. **Aplicações da psicoeducação no contexto da saúde**. Temas psicol., Ribeirão Preto , v. 25, n. 1, p. 17-28, mar. 2017 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2017000100002&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 12 nov. 2023. http://dx.doi.org/10.9788/TP2017.1-02.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

19

O IMPACTO DO USO DE REDES SOCIAIS NA SAÚDE MENTAL DOS ADOLESCENTES

THE IMPACT OF THE USE OF SOCIAL MEDIA ON THE MENTAL HEALTH OF TEENAGERS

Tony Cleverton Nascimento Araújo

Resumo

O advento da utilização das mídias sociais é um fenômeno mundial, principalmente entre os adolescentes, atualmente no ocidente as mídias sócias fazem parte tanto do âmbito social quando estudantil e trabalhista, já se tornou parte da sociedade, existindo adolescentes que chegam há estar mais de 5h por dia online, assim como existem pontos positivos da utilização de mídias sócias, existem impactos negativos do uso excessivo das mesma, o uso excessivo pode estar associado a baixo desempenho acadêmico, obesidade, cyberbullying e o desenvolvimento de transtornos mentais e afetando os relacionamentos dos adolescentes. A busca dos estudos foi executada na seguinte base de dados: Google acadêmico. Trata-se de uma revisão bibliográfica tendo como objetivo estudar o impacto causado pelo uso excessivo de redes sociais na saúde mental dos adolescentes e investigar as maneiras que o ambiente social virtual influencia os adolescentes. Destacando que existe uma maneira saudável de se relacionar com as mídias sociais, com a ajuda dos Pais e profissionais qualificados.

Palavras-chave: Mídias sociais, Adolescente, Saúde mental.

Abstract

The advent of social media usage is a worldwide phenomenon, especially among teenagers. Currently, in the Western world, social media is a part of both social and educational/work environments. It has become ingrained in society, with some teenagers spending more than 5 hours online per day. While there are positive aspects to using social media, there are also negative impacts associated with excessive use. Excessive use can be linked to poor academic performance, obesity, cyberbullying, and the development of mental disorders, all of which can affect adolescent relationships. The research was conducted using the Google Scholar database. This literature review aims to study the impact of excessive social media use on the mental health of teenagers and investigate how the virtual social environment influences adolescents. It is important to note that there is a healthy way to engage with social media, with the help of parents and qualified professionals.

Keywords: Social media, Teenagers, Mental health.

1. INTRODUÇÃO

O avanço tecnológico é algo que vem acompanhando a história, e a partir de todo avanço tecnológico relevante acontece uma mudança social e, portanto, uma mudança comportamental, a partir do desenvolvimento da internet nos anos 90 muitas coisas novas foram surgindo como novos mercados de trabalho e de marketing, porém, a partir do advento da internet surgiu também as mídias sociais.

Com o advento das mídias sociais sua utilização se tornou parte da realidade ocidental, o uso excessivo das denominadas mídias sociais pode causar impactos no seu humano, logo, no público adolescente também, esses impactos podem ser tanto positivos quanto negativos. Mostra-se de urgência e extrema importância pesquisar acerca do impacto do uso de redes sociais na saúde mental dos adolescentes devido a sua popularidade, atratividade e tempo gasto pelos adolescentes utilizando as mesmas.

Esse estudo pode ajudar na disseminação de conhecimento acerca dos impactos que o uso de redes sociais pode causar, e de forma profissional irá auxiliar o desenvolvimento dos profissionais da área da saúde que desejam compreender esse tema que tem se mostrado extremante relevante.

Isto posto, surge o seguinte questionamento como problema de pesquisa: Quais impactos negativos o uso excessivo de redes sociais pode gerar a saúde mental dos adolescentes? A partir dessa problemática o objetivo geral é estudar o impacto causado pelo uso excessivo de redes sociais na saúde mental dos adolescentes e por conseguinte o desenvolvimento do objetivo específico que é investigar as maneiras em que o ambiente social virtual influencia os adolescentes.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

Trata-se de uma pesquisa de revisão bibliográfica, realizada através de documentos acadêmicos (monografias, dissertações, teses e artigos científicos), publicados entre o ano de 2013 a 2022, a base de dados pesquisada foi o Google acadêmico, tendo como descritores: Redes socais; saúde mental; Adolescência; Dependência de redes sociais.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Na última década ouve um grande avanço tecnológico, em muitas áreas, ciência, medicina, aeronáutica e inclusive na área do entretenimento, o avanço da internet fez ela adentrar dentro da vida de grande parte da sociedade (CUNHA, RESENDE, SILVA; 2021). Principalmente as redes sociais, que trouxeram muitas facilidades para a vida das pessoas, estão cada vez mais presentes na sociedade, oferecendo um espaço de expressão, criando um ambiente online para socialização gerando amizades e até mesmo relacionamentos amorosos, mudando a organização de muitas empresas por meio da modalidade home office, é inegável que hoje existe dois mundos presentes, o físico e o virtual (BARBOSA; AMANTE,2015).

Esse universo virtual, as redes socias, tem ganhado cada vez mais adeptos ao redor do mundo, sobremaneira os adolescentes, inclusive a adolescência é um período do de-

senvolvimento que é envolto em muitas mudanças, tanto físicas e hormonais como psicológicas e socias, um período marcado por impulsividade, acarretando ne uma falta de domínio em relação ao tempo de uso das mídias socias, influencia social, a rede social tem mostrado impactar o adolescente nesse quesito social, se aquilo que o adolescente publica em uma rede social é respondido, curtido e admirado então ele se sente bem, porém, se aquilo é rejeitado gera ansiedade, solidão e depressão (JUNIOR *et al*., 2022).

Também tem se tornado evidente uma tentativa do universo online de tentar se colocar em primeiro lugar ao invés da vida offline (Barbosa e Amante,2015). Esse processo é denominado de dependência de internet, que é nada mais nada menos que o uso excessivo de internet, impactando negativamente nos relacionamentos familiares, sociais e vida acadêmica, comportamentos geralmente associados a dependência de internet são obsessão em visualizar as redes sociais e preocupação extrema com autoimagem (CUNHA, RESENDE, SILVA; 2021).

Devido ao crescimento do acesso da sociedade aos smartphones tem se tornado cada vez mais comum, visualizar adolescentes que passa o dia no celular ou tablet, a TIC online Brasil mostrou que no Brasil existe cerca de 24 milhões de crianças e adolescentes de 9 a 17 anos conectados à internet, os jovens estão na parcela que mais utiliza a internet (AVELAR, 2020).

De acordo com Avelar (2020, p. 20) “pode-se dizer que os adolescentes são atraídos pelo mundo virtual, pois parece mais fácil viver em um mundo que acolhe suas demandas subjetivas, contrário ao mundo real, que exige responsabilidades.” O adolescente no mundo virtual pode ser quem ele deseja ser, sem ser punido, isso torna o mundo virtual ainda mais atrativo para o adolescente, as crianças e os adolescentes que estão no ambiente virtual estão sujeitos tanto a seus benefícios quanto aos seus malefícios.

Pesquisas tem surgido explicando como o sistema de recompensa do cérebro é estimulado pelos vídeos e imagens coloridas das redes sociais, produzindo uma sensação de prazer e satisfação e todo comportamento prazeroso tem a tendência de ser repetido, podendo levar a um quadro de uso excessivo das redes sociais, prejudicando a vida dos adolescentes e públicos de outras idades que utilizam as redes sociais (AVELAR, 2020).

Dentre os impactos da dependência de internet e o uso excessivo de telas de forma disfuncional, apesar de segundo Feitosa (2018) não existir um consenso acerca da estrutura do vício em tecnologia, uso de forma desordenada das mídias sociais caracterizando um vício comportamental tem várias consequências negativas para o ser humano, inclusive para o público adolescente, estando o uso desordenado de mídias sociais associado com estresse, ansiedade e depressão e insônia (FEITOSA, 2018).

Segundo Muller e Guimarães (2007) a insônia é uma dificuldade para iniciar ou manter o sono, também estando ligada a um sono não reparador que é um sono onde a pessoa dorme, mas continua acordando cansada, tem vários fatores que podem influenciar o desenvolvimento de insônia como transtornos psiquiátricos, uso de substâncias e fatores ambientais, inclusive em acredita-se que no Brasil de 10 a 20 milhões de pessoas sofrem com algum distúrbio no sono. De acordo com Neves *et al*. (2020) um dos fatores que podem influenciar no desenvolvimento de distúrbios do sono é o uso excessivo das redes sociais, principalmente o público adolescente devido a serem bastante impulsivo tendo mais dificuldade de gerenciar ou diminuir o uso das redes sociais no período da noite.

Além da insônia o uso excessivo de redes sociais está ligado com uma Baixa autoestima que advém de uma comparação social negativa, podendo acarretar até mesmo em distúrbios de imagem corporal, Segundo Barros e Silva (2021) as cobranças em relação ao físico estão cada vez maiores na sociedade, isso em todas as faixas etárias inclusive entre

os adolescentes, a IC é a imagem corporal que a pessoa tem dela mesma, a redes socias tem sido um dos fatores que tem influenciado um desenvolvimento de uma insatisfação com a imagem corporal própria do indivíduo, gerando um sentimento de dever, ter que se adequar a aquele padrão estético exposto nas mídias socias, o qual em grande parte não é real, buscando o "Corpo perfeito" dos influenciadores, levando a um descontentamento de diversas pessoas com sua percepção corporal, que pode acarretar ne o desenvolvimento de uma baixa autoestima e comparação social negativa, fatores de risco para desenvolvimento de depressão.

Outra questão relacionada ao uso excessivo de mídias sociais é o uso das mesmas em detrimento do contato social físico mas estudos tem mostrado que a comunicação offline se mostrar incapaz de substituir a comunicação presencial, grande comunicação online sem um bom nível de comunicação offline pode gerar sentimentos de solidão e depressão, o tempo gasto pelos adolescentes em mídias sociais, games ou fóruns se mostra incapaz de substituir a interação social padrão, na verdade esse ambiente online pode gerar solidão e a sensação de estar conversando com muitas pessoas (chats) mas continuar sozinho (NEVES *et al*., 2020).

O uso excessivo das redes socias pode contribuir para o isolamento social e a solidão, esses 2 fatores no longo prazo podem acarretar ne uma ansiedade social, o indivíduo pode ter uma sensação superficial de interação social, mas não o contato real, isso pode acarretar ne uma dificuldade de socialização quando o mesmo tiver que sair desse ambiente seguro das redes socias, onde os perfis podem ser anônimos e há menos chance de rejeição, para o ambiente social real, onde as relações são genuínas e não é possível utilizar um perfil anônimo (SANTOS *et al*., 2023).

É claro que o avanço tecnológico também trouxe muitos benefícios para o adolescente, como por exemplo a facilidade de pesquisa e acesso a informação, aquilo que demorava horas para se encontrar nos sumários de livros na biblioteca é encontrado em questão de segundos ne uma busca rápida na internet e a está também pode funcionar como criador de ambientes sociais de interação online, os quais não substituem os ambientes presenciais (CUNHA; RESENDE; SILVA, 2021)

Outro ponto positivo é uma gama maior de entretenimento, como vídeos ou áudios, que se usado de maneira saudável pode ser de grande valia para o momento de lazer dos adolescentes. (CUNHA; RESENDE; SILVA, 2021)

De acordo com Ferreira (2020) o uso excessivo da internet e redes sociais pelos adolescentes prejudica a prática de esportes, socialização, estudos e atividades artísticas, todas essas atividades supracitadas são fatores protetores para o desenvolvimento de transtornos psicológicos, ou seja o desenvolvimento delas é saudável para o adolescente e a falta delas prejudicial para a saúde mental do mesmo, além de que esse uso excessivo pode gerar conflitos entre os filhos e os Pais por conta do filho gastar menos tempo com a família e os próprios Pais, sem a devida instrução, tentarem tirar o acesso dos filhos as redes socias.

Segundo Ferreira (2020) essa imersão que as redes sociais geram, podem afastar ou prejudicar a relação dos Pais com os filhos, um conflito geracional, que pode agravar mais ainda a utilização do ambiente virtual como fuga, como fuga até mesmo do ambiente familiar.

De acordo com Silva (2020) existe uma relação entre o uso demasiado de redes sociais e o detrimento do desempenho acadêmico do adolescente, por conta da exposição diária e prolongada a várias imagens, vídeos e estímulos cognitivos rápidos na rede social, a memória de trabalho do adolescente fica saturada, ´prejudicando assim sua concentração, absorção de conhecimento, quanto mais horas maior a sobrecarga cognitiva no cérebro

do aluno.

Segundo Rezende (2021) o uso excessivo de redes socias também prejudica a área acadêmica dos adolescentes por gerar um desinteresse em atividades menos reforçadoras como a leitura ou a pratica de exercícios de matemática, enquanto a rede social tem vários estímulos cognitivos de recompensadores de fácil acesso os livros são menos reforçadores e requerem um esforço cognitivo maior, esse ciclo diário de exposição a um estimo reforçador (redes socias) em detrimento de um estimulo menos reforçador (estudo) vai ensinando de forma comportamental o adolescente a se desinteressar pelos estudos, e quando o aluno tentar estudar ele apresentará dificuldades de concentração e motivação, muitas vezes recorrendo as mídias socias como fuga.

Outra questão que também está relacionada ao uso excessivo de redes sociais é a obesidade, de acordo com Mendes e Junior (2022) a obesidade é uma doença crônica que é referente ao acúmulo excessivo de tecido adiposo no organismo, também é referente a um consumo de alimento superior ao que o organismo utiliza, existem um media de até 700 milhões de indivíduos no mundo com obesidade, existe uma relação direta entre a falta de prática de exercício físico e a obesidade, e um dos fatores que tem acarretado a falta de exercício físico entre os adolescentes é o tempo excessivo em telas, logo, a obesidade e o tempo de tela estão indiretamente ligados (AVELAR 2020).

Foi realizado uma pesquisa com 50 pessoas se elas acreditavam que o uso excessivo de mídias sociais contribui para o aumento de casos de sobrepeso, 46 responderam que sim (MEDES; JUNIOR, 2022).

Além de nas redes sociais serem encontradas muitas informações infundadas acerca da obesidade e de uma vida saudável, causando ansiedade nos indivíduos, que estão suscetíveis a serem influenciados e a buscarem protocolos milagrosos para a cura da doença, prejudicando mais ainda seu caso (MEDES; JUNIOR, 2022).

Os adolescentes que estão muito tempo online, de forma excessiva, tem a probabilidade maior de serem alvos do Cyberbullying, segundo Wendt e Lisboa (2020) o cyberbullying está completamente relacionado ao advento dos meios de comunicação, ele é definido como um ato agressivo contra um grupo ou somente uma pessoa realizado por outro grupo ou somente por uma outra pessoa, utilizando as mídias socias e outras ferramentas do universo digital, uma forma de expressão de ódio e preconceito, dependendo do País, pode atingir cerca de 7 a cada 10 jovens.

O cyberbullying pode se manifestar de diversas formas, devido ao possível anonimato que as redes sociais proporcionam tem se tornado cada vez menos rastreável, o cyberbullying pode ser realizado por meio de mensagens ameaçadoras e constrangedoras, imagens ofensivas e vídeos que degradam a imagem de algum jovem (WENDT; LISBOA, 2020).

Segundo Bottino et al. (2015) 20% a 40% dos adolescentes terão ao menos 1 experiencia de sofrer cyberbullying, prejudicando a reputação da vítima a tal ponto que pode culminar no suicídio, outros sintomas relacionados aos cyberbullying são dores de cabeça, o adolescente não se sentir seguro na escola, pode culminar no uso de substancias como o álcool ou tabaco como uma forma de escape da realidade de sofrimento, o comportamento pro-social também é reduzido, esses ataques que a vítima do cyberbullying sofre leva a mesma a desejar menos o contato social, existem relatos de os adolescentes não se sentirem apoiados pelos professores quando submetidos a esses ataques.

De acordo com Bottino *et al*. (2015) não são todos os atos de violência online que caracterizam o cyberbullying, é necessário que para que seja caracterizado cyberbullying haja uma intencionalidade e repetitividade, uma intencionalidade em ferir a imagem e a

pessoa da vítima e a repetitividade desse ato, mesmo que utilizando meios diferentes.

De acordo com Wendt e Lisboa (2022) alguns dos possíveis impactos do cyberbullying são sintomas de depressão, inclusive existem estudos que relacionam casos de cyberbullying com o desenvolvimento de depressão, sintomas de pânico e até mesmo o desenvolvimento psicossocial do adolescente pode ser afetado pelo cyberbullying.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conclui-se que existem diversos fatores da saúde tanto física, obesidade, quando mental, autoestima e depressão, quanto fatores sociais como isolamento, cyberbullying estão relacionados com o uso excessivo de redes sociais, existem fatores negativos e fatores positivos do advento das redes sociais, porém, o uso excessivo mostra-se prejudicial aos adolescentes.

Dentro desses impactos negativos do uso excessivo de mídias sociais pelos adolescentes é possível destacar a comparação social negativa, piora do desempenho acadêmico, relação com a obesidade devido à falta de exercício físico, relação com a depressão e isolamento social, logo, é possível concluir que o uso excessivo das redes sociais pode influenciar negativamente a saúde mental dos adolescentes.

Foi possível observar através da pesquisa como o ambiente social virtual pode influenciar os adolescentes, com esse entendimento é necessário que os Pais desenvolvam juntamente com os filhos políticas de horários para utilizar as mídias sociais de forma que não venha a ser um uso excessivo que possa ser prejudicial a saúde do adolescente.

Grande parte dos adolescentes passa horas do seu dia no ambiente escolar, o palestras educacionais sobre esse tema nas escolas, mostrando os impactos negativos que o uso excessivo de redes sociais pode causar e o desenvolvimento de materiais educativos acerca de maneiras saudáveis de utilizar as redes sociais seriam de extrema valia para os adolescentes, principalmente no contexto do cyberbullying, mostrando para os mesmo que as consequências de tais atos podem ser desastrosas para os indivisos que são alvos do cyberbullying.

Por fim como sugestão para mais estudos nessa área os psicólogos e alunos de psicologia podem realizar pesquisas acercar dos mecanismos psicológicos envolvidos no uso excessivo de mídias sociais para uma melhor compreensão do tema e que tais pesquisas venham auxiliar no desenvolvimento de medidas preventivas e conscientizadoras para que a sociedade, governo e famílias tenham respostas adequadas e especificas de como lidar com o uso excessivo de redes sociais pelos adolescentes.

Referências

AVELAR, Leandro Graciano Silva. **O uso excessivo das tecnologias de informação e comunicação e a saúde do adolescente**. 2020

Barbosa, F. & Amante, L. (2015**). Facebook e socialização no ensino secundário**. Dissertação de Mestrado em Pedagogia do Elearning. Universidade Aberta: Évora.

BARROS, L. B. DA C.; PONTES, T. G.; SILVA, M. C. DA. Distúrbios de imagem corporal causados pelas mídias sociais durante a pandemia em jovens adultos. **repositorio.uniceub.br**, 2021.

BOTTINO, S. M. B. et al. **Repercussões do cyberbullying na saúde mental dos adolescentes.** Debates em Psiquiatria, v. 5, n. 2, p. 20–27, 30 abr. 2015.

CUNHA, anna beatriz, RESENDE, igor Leonardo, SILVA, julia Gabriele. **A RELAÇÃO ENTRE O USO DAS REDES SOCIAIS E A SAÚDE MENTAL DOS ADOLESCENTES.** Belo horizonte: Centro Universitário UMA, 2022.

EMANUELLE, S. et al. O impacto do uso excessivo das redes sociais no desenvolvimento da aprendizagem e estratégias para os pais mudarem esse cenário. **Unifeob.edu.br**, 2023.

FERREIRA, E. Z. et al. **A influência da internet na saúde biopsicossocial do adolescente: revisão integrativa**. Revista Brasileira de Enfermagem, v. 73, p. 1–9, 2020.

MENDES, Leticia Heerdt; JUNIOR, Jose Acco.**– Obesidade: estudo sobre a influencia negativa que o uso demasiado da tecnologia e das mídias digitais pode causar para o acumulo excessivo de gordura corporal.** Tubarão – SP, 2022.

MULLER, M. R.; GUIMARÃES, S. S. **Impacto dos transtornos do sono sobre o funcionamento diário e a qualidade de vida.** Estudos de psicologia (campinas), 24(4), 519-518. (2007).

NEVES, Ana Beatriz Callou Sampaio et al. **Associação entre uso Nocivo das Redes Sociais e a Depressão em Adolescentes: Uma Revisão Sistemática/Association between the Harmful Use of Social Networks and Depression in Adolescents: A Systematic Review**. ID on line **REVISTA DE PSICOLOGIA**, v. 14, n. 51, p. 586-604, 2020. Disponível em: https://doi.org/10.14295/idonline.v14i51.2622 Acesso em: jun. 2022.

PORTUGAL, Adriana Farias; DE SOUZA, Júlio César Pinto. **Uso das redes sociais na internet pelos adolescentes: uma revisão de literatura**. Revista Ensino de Ciências e Humanidades-Cidadania, Diversidade e Bem Estar-RECH, v. 4, n. 2, juldez, p. 262-291, 2020.

REZENDE, THALITA CARDOSO. **O USO DE REDES SOCIAIS SE RELACIONA COM UM BAIXO RENDIMENTO ACADÊMICO?** REVISÃO SISTEMÁTICA E ESTUDO EMPÍRICO. 2021

SILVA JUNIOR, Evandro Sérgio et al. **Depressão entre adolescentes que usam frequentemente as redes sociais: uma revisão da literatura**. Brazilian Journal of Development**,** Curitiba, v. 8, n. 3, p. 18838-1851, mar. 2022. DOI 10.34117/bjdv8n3-224.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

20

RELAÇÃO ENTRE DOPAMINA E COMPORTAMENTO HUMANO

THE RELATIONSHIP BETWEEN DOPAMINE AND HUMAN BEHAVIOR

Jonas Fernandes Ribeiro Neto

Resumo

O objetivo geral é discutir o papel central da dopamina como um dos principais neuro moduladores do comportamento humano. A metodologia utilizada para embasar as informações foram as bases de dados PubMed e o Google Acadêmico. A dopamina é sintetizada a partir do aminoácido tirosina e desempenha um papel fundamental no sistema nervoso, com diferentes receptores, incluindo D1, D2, D3, D4 e D5, agrupados em famílias com funções excitatórias e inibitórias. Desregulações nas vias dopaminérgicas estão relacionadas a doenças como Parkinson, esquizofrenia, transtorno de déficit de atenção e dentre outras. O uso de drogas e comportamentos viciantes também podem resultar em desregulação dopaminérgica, levando à anedonia e comportamentos disfuncionais. O estresse crônico também afeta o sistema dopaminérgico, influenciando o humor, motivação e respostas a recompensas. A resiliência desempenha um papel importante na gestão do estresse, e a moderação do sistema dopaminérgico é fundamental para comportamentos funcionais, incluindo uma dieta saudável, exercícios regulares e sono adequado. É destacado o conceito de "jejum de dopamina" um novo conceito que deve ser entendido de forma equilibrada, evitando extremos que levem a comportamentos disfuncionais. A pesquisa também aponta para a complexidade das funções de motivação e aprendizado no sistema dopaminérgico, sugerindo que o controle local na área tegmentar ventral (VTA) está relacionado com a motivação, enquanto as rajadas no núcleo accumbens (Nacc) estão relacionadas com o aprendizado. O equilíbrio entre prazer e dor, juntamente com fatores ambientais, genéticos e de personalidade, influenciam a regulação do sistema dopaminérgico e, consequentemente, o comportamento humano.

Palavras-chave: Comportamento, Sistema Dopaminérgico, Desregulação, Estresse, Resiliência.

Abstract

The overall objective is to discuss the central role of dopamine as one of the primary neurotransmitters in human behavior. The methodology used to support the information relied on the PubMed and Google Scholar databases. Dopamine is synthesized from the amino acid tyrosine and plays a crucial role in the nervous system, with different receptors, including D1, D2, D3, D4, and D5, grouped into families with excitatory and inhibitory functions. Dysregulations in dopaminergic pathways are linked to diseases such as Parkinson's, schizophrenia, attention deficit disorder, among others. The use of drugs and addictive behaviors can also result in dopaminergic dysregulation, leading to anhedonia and dysfunctional behaviors. Chronic stress also affects the dopaminergic system, influencing mood, motivation, and responses to rewards. Resilience plays an important role in stress management, and the moderation of the dopaminergic system is crucial for functional behaviors, including a healthy diet, regular exercise, and adequate sleep. The concept of "dopamine fasting" is highlighted as a new concept that should be understood in a balanced way, avoiding extremes that lead to dysfunctional behaviors. The research also points to the complexity of motivation and learning functions in the dopaminergic system, suggesting that local control in the ventral tegmental area (VTA) is related to motivation, while bursts in the nucleus accumbens (NAc) are related to learning. The balance between pleasure and pain, along with environmental, genetic, and personality factors, influences the regulation of the dopaminergic system and, consequently, human behavior.

Keywords: Behavior, Dopaminergic System, Dysregulation, Stress, Resilience.

1. INTRODUÇÃO

A dopamina sendo o principal neuro modulador, tem extrema importância no comportamento, tendo a função de inibir ou estimular o comportamento humano, a desregulação em qualquer de suas vias causará consequências ruins para o indivíduo, em casos de alterações baixas dos níveis basais o indivíduo pode ter falta de motivação, dificuldade de concentração, perda de memória, tremores, muito cansaço e outras consequências negativas, o oposto também é disfuncional, em casos do níveis elevados o indivíduo pode ter buscas constantes atrás de prazer, terá muita tendência ao vício, ser muito extrovertido e dentre outros fatores.

Considera-se o ideal níveis basais numa espécie de “meio”, nem pendendo muito para baixo e nem para cima, ao descompensar esses níveis com comportamentos extremos como pornografia, ou uso de algum entorpecente, o animal perde a capacidade de se sentir motivado para realizar qualquer outro comportamento que não gere os mesmos níveis de dopamina já habituado, gerando assim diversos problemas para sua vida. A forma de manter o sistema dopaminérgico atuando da melhor forma possível é bom meio de estímulos naturais, ou seja, sem alterações exageradas em um grande espaço de tempo.

Exercícios físicos, uma noite regulada de sono, não consumo de comidas hiper palatáveis a todo tempo, são formas de manter o sistema dopaminérgico regulado, estímulos naturais são considerados o ideal. Claramente esses níveis podem ser alterados por conta de patologias, como é o exemplo do mal de Parkinson, que tem uma diminuição considerada na produção de dopamina, especificamente na via nigroestriatal.

Os critérios para realização do comportamento são feitos através de cálculos no cérebro quando vê a possibilidade de determinada recompensa, analisando se vale a pena certo esforço ou não, por isso a importância do sistema dopaminérgico sempre regulado e não ocorrer uma espécie de “cegueira” nas decisões do comportamento.

A manutenção de todo comportamento é feita por algo que se denominou chamar erro de previsão de recompensa, que consiste na recompensa não esperada, sendo positiva ou negativa, levando em conta sempre a comparação e ocorrendo uma renovação ou atualização do comportamento(custo-benefício).

Manter o sistema dopaminérgico regulado é fundamental para que tudo funcione de forma funcional, o estresse crônico e vícios são os dos maiores fatores de riscos para que ocorra essa desregulação. O estresse crônico leva a uma produção excessiva de hormônios do estresse, que interferem na regulação da dopamina no cérebro. Isso pode resultar em uma desregulação, tornando as pessoas mais propensas a problemas de motivação, sintomas de depressão e ansiedade.

Por outro lado, os vícios, como o uso de substâncias ou comportamentos compulsivos, podem estimular o sistema de recompensa do cérebro de maneira intensa e artificial, levando à liberação excessiva de dopamina. Com o tempo, isso pode levar à adaptação do cérebro, tornando necessário consumir mais substância ou se envolver em comportamentos viciantes para alcançar os mesmos níveis de prazer. Essa desregulação pode levar à dependência e a um ciclo prejudicial.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

Trata-se de uma Revisão de Literatura de caráter descritivo, qualitativo. A busca dos artigos, dissertações e teses se deram nos idiomas inglês e português (dopamina – dopamine), (dopamina fásica e tônica - phasic and tonic dopamine), (dopamina e vícios- dopamine and addictions), (dopamina e motivação- dopamine and motivation), (dopamina e estresse- dopamine and stress), (dopamina e comportamento humano- dopamine and human behavior). A busca dos estudos foi executada nas seguintes bases de dados: Google acadêmico, PubMed/MedLine, foi utilizado também sites respeitados como Havard Medical School. Foram escolhidos artigos publicados nos últimos 5 anos, os quais estavam disponíveis no conjunto e na íntegra para o presente trabalho.

Adotou-se os critérios de inclusão: artigos escritos em inglês e português, com disponibilidade em texto em suporte eletrônico, nacionais e internacionais. Critérios de exclusão: teses, dissertações e dados que tinham mais de 5 anos. A amostra se deu a partir da leitura do resumo dos artigos encontrados que responderam ao problema da pesquisa, dos resumos lidos e selecionados foram encontrados artigos com texto completo em suporte eletrônico e que se encaixaram nos critérios de inclusão/exclusão.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

A dopamina é um dos principais neuro modulador do comportamento humano e de todos os animais, ela se desenvolve a partir do aminoácido tirosina, entrando na célula por meio de um transportador, dentro da célula ele é convertido para l-dopa, a partir disso a enzima dopa-descarboxilase converte l-dopa para a dopamina, por fim quando a célula é energizada por meio de estímulos elétricos é liberado dopamina para seu receptor, que são 5 no total, consistindo em d1, d2, d3, d4, d5, porém tendo 2 famílias, como família d1 que é constituída por D1 e D5 tem função excitatória e a família d2 tem função inibitória, que por sua vez é constituída por D2, D3 e D4.

De acordo com Klein *et al*. (2019) as neuromodulações que advêm do sistema dopaminérgico são: no controle motor, nos comportamentos maternos e reprodutivos, na motivação, na recompensa e nas funções cognitivas, a desregulação de algum dos sistemas dopaminérgicos pode resultar em algumas doenças no sistema nervoso, como Parkinson, esquizofrenia, transtorno de déficit de atenção (TDAH) e dentre outras.

Hoje se sabe que existem 4 vias dopaminérgicas, sendo a via Nigro estriatal, via mesolímbica, via mesocortical e pôr fim a via tuberoinfundibular, todas elas tendo influência em todo o comportamento humano, desregulação de alguma dessas vias trará problemas para a vida do indivíduo, que segundo Esfria; Frombose; Aarts e Hofmans (2019) grande parte do que se considera comportamento anormal do ser humano, tem início no cálculo originado no corpo estriado, sendo a parte responsável pelo controle motor, processamento de recompensa, tomada de decisões, funções cognitivas e regulação emocional, disfunção nessa região faz com que se tenha erros na atribuição de valores e na aprendizagem, esses erros podem ser compostos por indivíduos que tenham os níveis basais alterados de dopamina, se agravando ainda mais com uso de drogas, por exemplo. Nesses casos os indivíduos têm comportamentos anormais ou até patológicos, como falta de motivação, psicoses, perda de memória, depressão e dentre outros problemas.

Existem dois ritmos de disparos no cérebro, um é o tônico e outro é o fásico, o tônico

é caracterizado por um ritmo específico e linear de dopamina, já a fásica ocorre no que se denomina erro de previsão de recompensa, pois ela só ocorre quando tal situação não é esperada, ocorrendo uma "explosão" de dopamina no cérebro e quando o estímulo se torna muito previsível, os disparos fásicos não ocorrem mais (SCHULTZ, 2022). Um exemplo prático disso é quando o indivíduo ganha na loteria, ele não esperava e neste momento acontecerá uma "explosão" de dopamina e após algum tempo voltará para os níveis basais novamente (tônico), de forma bem prática ela ajuda no aprendizado, pois uma vez sabendo o caminho que gerou a "explosão" será mais evidente segui-lo novamente.

Estudos mostram que quando acontece os disparos fásicos, ocorre uma alta frequência no potencial de ação, significando que a célula se excita por conta de algum estímulo, nesses casos a uma alta excitabilidade da célula por um breve período, em caso de disparos tônicos essa excitabilidade é menor (UCHIDA; BAKEROLOV; SCORZA, 2021).

Por conta disso as drogas têm bastante impacto no comportamento humano, pois ao fazer uso elas alteram artificialmente os níveis de dopamina, ocorrendo assim uma explosão no cérebro, todo esse processo facilita a se formar uma super memória, entendendo dessa forma que a droga é extremamente recompensadora e facilitando novamente a busca, já que a dopamina age na "dica" para determinada recompensa. Essa habituação traz inevitavelmente a uma desregulação do sistema dopaminérgico, diminuindo os receptores dopaminérgicos no cérebro, fazendo assim que outras atividades não habituais não tragam tanto incentivo quanto o uso da droga (WISE; ROBBLE, 2020). Um exemplo prático disso explica o motivo de porque o indivíduo que é submetido a essa situação, não sente mais motivação e consequente prazer em uma caminhada no parque, por exemplo.

Essa situação não se aplica somente aos vícios, mas também a outras situações, como o consumo de alimentos hiper palatáveis, comportamentos como vício em pornografia ou jogos de azar, o uso de drogas afeta diretamente áreas relacionadas com aprendizagem e tomadas de decisões como córtex orbitofrontal, giro cingulado e córtex pré-frontal.

Pessoas com esses comportamentos e vícios provavelmente resultará em algo que se denominou chamar "anedonia", conceito criado por Théodule-Armand Ribot, utilizado frequentemente como fundamental para diagnosticar uma pessoa com depressão, pelo fato da pessoa não sentir prazer ou satisfação com mais nada, esse conceito no cenário de abuso a substâncias ou a comportamentos é caracterizado com o corpo se adaptando aos grandes níveis de prazeres causados constantemente pelos vícios, ocorrendo uma tolerância, como é o exemplo do uso abusivo da cocaína, levando assim a desregulação no sistema dopaminérgico e eventualmente dessensibilizando a vontade de qualquer outra atividade, podendo acarretar assim na depressão e em maior uso da substância (SUCHTING *et al*., 2018; COCCURELLO, 2019).

Esse contexto não se limita somente a essa situação, mas também ao inverso, de acordo com o estudo de Langley (2023) ele representa o impacto negativo que foi a pandemia na saúde mental das pessoas, citando que a falta constante de estímulos prazerosos e estresse constante acarretaram um desenfrear de buscas por recompensas imediatas, como uma forma desesperado do corpo de equilibrar o que não estava equilibrado, se estendendo até o dia os dias atuais, explicando assim porque muitas pessoas que não bebiam, passaram a beber, não fumavam e começaram o hábito. As vias dopaminérgicas têm um jeito específico de funcionamento, ao desregular esse sistema seja por uso de substâncias ou por mudança brusca no contexto social como foi o caso da pandemia, trará consequências patológicas e mudanças no que se considera a forma homeostática de estar.

Essas situações podem ser observadas através do livro nação dopamina Lembke (2022), onde Anna Lembke cita que o caminho certo é o caminho do "meio", explicando

que a dor e o prazer ocorrem na mesma região, dessa forma o sistema dopaminérgico funciona como uma balança, se vai muito para o lado do prazer a dor fica mais alta e vice-versa, influenciando diretamente no comportamento.

O estresse pode ser considerado como um dos espectros para essa dor, de acordo com Baik (2020) o estresse é muito importante para a evolução, pois através dele é possível se preparar para outras situações estressantes, o sistema dopaminérgico tem importância fundamental nisso, pois ele se modula de acordo com as experiências estressantes, porém tem uma divisão do que se considera estresse "saudável" e "não saudável", quando o estresse se torna crônico ou aversivo, haverá problemas na regulação da dopamina, fazendo como por exemplo apareça dificuldades na regulação do humor, nas respostas a outros estresses, impacto direto na motivação e mudanças nas respostas a recompensa.

Algo que pode ser considerado importante em relação as experiências de estresse é a resiliência, pois desempenha um papel importante na administração do estresse, é fundamental para superar adversidades e situações desafiadoras de forma saudável, tende a promover um melhor gerenciamento das emoções, tomadas de decisões mais equilibradas e a recuperação mais rápida após eventos estressantes. Além disso, ela está diretamente ligada à saúde mental, podendo ajudar a prevenir o desenvolvimento de transtornos como a depressão e a ansiedade. Em última análise, a resiliência permite enfrentar o estresse com confiança, explicar como isso ocorre no cérebro humano ainda é desafio, visto que para isso acontecer depende de vários fatores, como ambientais, genéticos e de personalidade, porém o que se sabe é que pessoas resilientes geralmente tem uma menor resposta a liberação de cortisol (hormônio do estresse) em situações que são estressantes. Isso pode estar relacionado a diferenças no sistema de recompensa, que tem uma das funções a regulação a respostas de estresse. Pode-se observar um pouco isso no estudo feito em camundongos por Willmore *et al*. (2022) na qual os camundongos foram expostos a situação de estresse a derrota social, considerado assim um dos piores estresses para a saúde mental, nele foi observado que os camundongos que tiveram o comportamento mais resiliente a situação foi aqueles que tiveram atividades distintas nos terminais de dopamina no núcleo accumbens (NAc) região ligada a circuitos de recompensas cerebrais, enquanto a área relacionada a ameaça não tinha atividade.

O comportamento humano é totalmente modulado dependendo do equilíbrio do sistema dopaminérgico, isso também pode ser analisado no impacto das dietas ricas em gordura saturada nas alterações metabólicas no núcleo accumbens (NAc) e na neurotransmissão de dopamina, examinando como o estresse e a inflamação desempenham um papel nesse processo, dados recentes relacionam a obesidade causada por dieta a uma redução na liberação e recaptura de dopamina, afetando os circuitos de saciedade e os comportamentos relacionados à alimentação, a gordura saturada ajuda na resistência aos hormônios anorexígenos, que são responsáveis pela sensação de saciedade e ativa a liberação de citocinas pró-inflamatórias, além disso a insulina influencia a neurotransmissão da dopamina, afetando a saciedade. O estresse dietético e a inflamação atrapalham a sinalização da dopamina, desregulando a alimentação e promovendo desejos por alimentos saborosos durante a restrição de calorias, dificultando assim a perda de peso (WALLACE; FORDAHL, 2022).

considera-se de acordo com Lewis *et al*. (2021) que a forma de manter o sistema dopaminérgico regulado é fundamental para ter comportamentos funcionais, para isso, é fundamental adotar um estilo de vida equilibrado, que inclui uma dieta saudável, exercícios físicos regulares e um sono adequado. Além disso, a gestão do estresse é essencial, uma vez que o excesso de estresse pode desregular a liberação de dopamina no cérebro. O apoio social e emocional, o engajamento correto a atividades prazerosas e a busca de

desafios estimulantes também contribuem para a regulação saudável desse sistema neuroquímico.

Ainda não é totalmente fundamentado no meio científico como o sistema dopaminérgico "opera" ambas as funções, como motivação e aprendizado, já que a uma incompatibilidade, uma vez que erros de previsão de recompensa sinaliza aumento de dopamina e esse aumento também é evidente quando o indivíduo se aproxima da recompensa, porém com o estudo de Mohebi et al. (2019) observou que teve liberação no núcleo accumbens (NAc) quanto aumento na área tegmentar ventral (VTA) no início da tomada de decisão, em contra partida ao decorrer da evolução dinâmica do exercício, o Nac teve alterações, enquanto a VTA não teve respostas correspondente com o NAc, concluindo que o controle local da VTA está relacionado com a motivação e as rajadas do NAc com o aprendizado.

Chega ao questionamento se é possível ocorrer a regulação do sistema dopaminérgico quando se tem essa desregulação por conta de extremos, e existe um conceito que vem se tornando bem popular ultimamente, denominado "jejum de dopamina", um termo não amplamente conhecido no meio científico, porém é uma ideia que vem ganhando grande força, criado pelo doutor Cameron Sepah, que consiste em uma "desaceleração" por conta dos extremos que o ser humano vive nos dias de hoje, como por exemplo fazer uma boa higiene do sono e deixar o celular e os bombardeios de informações de lado antes de dormir, segundo a teoria é uma forma de ter mais contato consigo mesmo e com o mundo que o cerca, porém muitas pessoa vem entendendo errado essa teoria, acreditando que evitar todo comportamento que gere minimamente qualquer prazer ou consequências positivas, como por exemplo ter contato com outras pessoas, conversar e até mesmo comer, estará regulando o sistema dopaminérgico, pelo contrário, trará apenas comportamentos disfuncionais e a dopamina não deixará de ser gerada (GRINSPONN, 2020).

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

O sistema dopaminérgico é um neurotransmissor central na modulação do comportamento humano, desempenha um papel abrangente na regulação de funções que vão desde o controle motor até a motivação e as funções cognitivas. No entanto, desregulações nesse sistema podem levar a distúrbios neurológicos, vícios e distúrbios de humor. A adaptação do cérebro a níveis elevados de prazer, como os proporcionados por substâncias viciantes, pode resultar em anedonia, onde a motivação para atividades normais diminui. A resiliência e o gerenciamento do estresse são cruciais para a regulação saudável do sistema dopaminérgico, juntamente com o estilo de vida equilibrado, incluindo dieta, exercícios, sono adequado e boas interações sociais, desempenham um papel fundamental. Além disso, o conceito de "jejum de dopamina" é destacado como uma teoria para equilibrar extremos, enfatizando a necessidade de não negar completamente o prazer, mas sim reconectar-se de maneira saudável. Em última análise, a dopamina é um componente essencial de nossa vida e compreender e gerenciar esse sistema é fundamental para promover uma vida equilibrada e saudável.

Referências

BAIK, Ja.Hung. Stress and the Dopaminergic Reward System. **Experimental & Molecular Medicine**, v. 52, n. 12, p. 1879–1890, dez. 2020.

COOLS, Roshan et al. **Chapter 7 - Dopamine and the motivation of cognitive control**. Disponível em: https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/B9780128042816000070?via%3Dihub. Acesso em: 25 set. 2023.

COCCURELLO, Roberto. Anhedonia in depression symptomatology: Appetite dysregulation and defective brain reward processing. **Behavioural Brain Research**, v. 372, p. 112041, out. 2019.

DRESP-LANGLEY, Birgitta. From Reward to Anhedonia-Dopamine Function in the Global Mental Health Context. **Biomedicines**, v. 11, n. 9, p. 2469, 1 set. 2023.

GRINSPOON, Peter. **Dopamine fasting: Misunderstanding science spawns a maladaptive fad**. Disponível em: https://www.health.harvard.edu/blog/dopamine-fasting-misunderstanding-science-spawns-a-maladaptive-fad-20200226189l7. Acesso em: 27 nov. 2023.

KLEIN, Marianne. Et al. Dopamine: Functions, Signaling, and Association with Neurological Diseases. **Cellular and Molecular Neurobiology**, v. 39, n. 1, p. 31–59, 16 nov. 2018.

LEMCKE, Anna. **Dopaminov Svyat**. [Local de publicação não informado]: Penguin Random House LLC, 2022. Disponível em: https://iztok-zapad.eu/image/catalog/materials/dopaminov-svyat-otkus.pdf .Acesso em: 30 nov. 2023.

MOHEBI, Ali. et al. Dissociable dopamine dynamics for learning and motivation. **Nature**, 22 maio 2019.

SUCHTING, Robert. et al. Using a data science approach to predict cocaine use frequency from depressive symptoms. **Drug and Alcohol Dependence**, v. 194, p. 310–317, jan. 2019.

UCHIDA, Carina Gonçalves Pedroso; BAKEROLOV, Rodrigo Mendes; SCORZA, Carla Alessandra. **Doença de Parkinson: Uma perspectiva Neurofisiológica**, p. 1-17, 30 ago. 2021.

WISE, Roy; ROBBLE, Mykel. Dopamine and Addiction. **Annual Review of Psychology**, v. 71, n. 1, p. 79–106, 4 jan. 2020.

SCHULTZ, Wolfram. Dopamine reward prediction error coding. **Dialogues in Clinical Neuroscience**, v. 18, n. 1, p. 23–32, abr. 2022.

WILLMORE, Lindsay. et al. Behavioural and dopaminergic signatures of resilience. **Nature**, v. 611, n. 7934, p. 124–132, 19 out. 2022.

WALLACE, Conne; FORDAHL, Steve. Obesity and dietary fat influence dopamine neurotransmission: exploring the convergence of metabolic state, physiological stress, and inflammation on dopaminergic control of food intake. **Nutrition Research Reviews**, p. 1–16, 28 jun. 2021.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

21

TRANSTORNO DO ESPECTRO AUTISTA (TEA) E INCLUSÃO ESCOLAR

AUTISTIC SPECTRUM DISORDER (ASD) AND SCHOOL INCLUSION

Jessimiley Costa Da Silva

Resumo

O presente trabalho aborda o tema do autismo e sua relação com a inclusão escolar, analisando os desafios e benefícios dessa prática. O autismo é um transtorno do desenvolvimento que afeta a comunicação, a interação social e o comportamento, apresentando uma ampla variação de sintomas e níveis de gravidade. A inclusão escolar visa a integrar crianças com autismo em ambientes educacionais regulares, proporcionando-lhes oportunidades de aprendizado e interação. Neste estudo, será explorado as estratégias de inclusão utilizadas em escolas, as barreiras que as crianças com autismo enfrentam e os benefícios dessa prática, tanto para os estudantes com autismo quanto para seus colegas e professores. A pesquisa também enfatiza a importância da formação de professores e da conscientização da comunidade escolar para o sucesso da inclusão. A metodologia adotada baseou-se exclusivamente da revisão bibliográfica, permitindo uma análise abrangente das melhores práticas e das diretrizes educacionais relacionadas ao tema. Conclui-se que a inclusão escolar de crianças com autismo é uma abordagem que promove a igualdade de oportunidades, o desenvolvimento das habilidades sociais e a aceitação da diversidade. No entanto, ela demanda esforços contínuos para superar obstáculos e garantir o bem-estar de todos os envolvidos. Este estudo destaca a relevância de políticas educacionais inclusivas e da colaboração entre educadores, pais e profissionais da saúde no apoio às crianças com autismo no ambiente escolar.

Palavras-chave: Alunos autistas, Adaptação curricular, Educação inclusiva, Diagnóstico precoce, Estratégias de inclusão.

Abstract

This article addresses the issue of autism and its relationship with school inclusion, analyzing the challenges and benefits of this practice. Autism is a developmental disorder that affects communication, social interaction and behavior, with a wide variety of symptoms and levels of severity. School inclusion aims to integrate children with autism into mainstream educational environments, providing them with opportunities for learning and interaction. This study will explore the inclusion strategies used in schools, the barriers that children with autism face and the benefits of this practice, both for students with autism and for their peers and teachers. The research also highlights the importance of teacher training and raising awareness among the school community for successful inclusion. The methodology adopted was based exclusively on a literature review, allowing for a comprehensive analysis of best practices and educational guidelines related to the topic. It was concluded that the inclusion of children with autism in schools is an approach that promotes equal opportunities, the development of social skills and the acceptance of diversity. However, it requires continuous efforts to overcome obstacles and ensure the well-being of all those involved. This study highlights the relevance of inclusive educational policies and collaboration between educators, parents and health professionals in supporting children with autism in the school environment.

Keywords: Autistic students, Curriculum adaptation, Inclusive education, Early diagnosis, Inclusion strategies.

1. INTRODUÇÃO

O transtorno do espectro autista (TEA) é uma condição neurológica que afeta a maneira como uma pessoa percebe e interage com o mundo ao seu redor. O autismo pode apresentar variações significativas em seus sintomas e níveis de funcionamento. A inclusão de alunos com o TEA é um tema significativo na área da educação. A inclusão educacional visa garantir que todos os estudantes, independente de suas características individuais, tenham igualdade de oportunidades de aprendizagem e participação no ambiente escolar.

O transtorno do espectro autista (TEA) e o processo de inclusão escolar é uma temática de suma importância a ser debatida. Nos últimos anos tem-se observado um aumento significativo na prevalência do autismo, tornando essencial o estudo aprofundado desse tema.

A inclusão escolar estimula a aprendizagem, favorece a quebra de preconceitos sociais, o aluno especial de sente mais motivado e acolhido para desenvolver o seu potencial apresentando melhorias na sua socialização, tanto na escola, quanto em casa. A inclusão do aluno com TEA vai muito além da sua presença em sala de aula, onde o mais importante é a sua aprendizagem e desenvolvimento para assim superar as suas dificuldades.

O problema de pesquisa que guiou este estudo consistiu em identificar e compreender os desafios do autismo dentro na escola regular. Embora seja comprometida com princípios de educação inclusiva, a escola regular se depara com desafios significativos ao receber alunos com TEA.

Este estudo teve como objetivo geral compreender acerca das dificuldades enfrentadas pelo aluno autista na escola e para alcançar esse objetivo foram explorados objetivos específicos que buscaram analisar a forma como o professor inclui esse aluno e qual o papel da família no desenvolvimento educacional do aluno autista. A família desempenha um papel crucial no apoio ao aluno autista, e entender essa dinâmica é fundamental para promover uma educação inclusiva eficaz.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

O presente estudo teve como metodologia a revisão bibliográfica do tipo descritiva e qualitativa, qualitativa, pois visa obter informações aprofundadas sobre o referente tema e descritiva por descrever os aspectos do tema e recolher informações mais específicas e detalhadas.

A pesquisa foi realizada nas seguintes bases de dados: Google acadêmico, Scientific Eletronic Liberany Online (SciELO), Portal de Periódicos (CAPES) e a Organização Mundial de Saúde (OMS).

A busca foi feita por meio dos seguintes descritores: Transtorno do Espectro Autista (TEA), Inclusão Escolar, Habilidades Sociais, Interesses restritivos e repetitivos, Intervenções Educacionais, Qualidade de vida, Interação Social e Intervenção precoce que retratam estudos sobre o tema discutido. O período de publicação pesquisada corresponde a 07 anos (2017 a 2023).

2.2 Resultados e Discussão

O autismo é uma condição neurológica, que afeta a interação social e a flexibilidade comportamental. De acordo com a Organização Mundial da Saúde, o autismo afeta cerca de 1 em cada 160 crianças em todo o mundo (OMS, 2019).

A Lei n° 12.764/12, é uma legislação que assegura o direito e medidas de apoio do Transtorno do Espectro Autista. A lei estabelece o conceito de TEA, abrangendo diferentes graus e características do transtorno. Reconhecer que cada pessoa com autismo é única e deve ter seus direitos garantidos. A lei atribui como:

> Uma deficiência persistente e clinicamente significativa da comunicação e da interação social, manifestada por deficiência marcada de comunicação verbal e não verbal usada para interação social; ausência de reciprocidade social; falência em desenvolver e manter relações apropriadas ao seu nível de desenvolvimento (Brasil, 2012. Art.1. § I).

A lei ainda endossa que há:

> Padrões restritivos e repetitivos de comportamentos, interesses e atividades, manifestados por comportamentos motores ou verbais estereotipados ou por comportamentos sensoriais incomuns; excessiva aderência a rotinas e padrões de comportamento ritualizados; interesses restritos e fixos (Brasil, 2012. Art.1. § II).

De acordo com Baio *et al*. (2018), esse transtorno está cada vez mais presente na sociedade, sendo que estudos apontam que a prevalência do autismo tem aumentado significativamente nos últimos anos.

Ressaltando então a importância de salientar que o autismo é um transtorno complexo, de várias características. Além disso, a ampliação dos critérios diagnósticos e a maior disponibilidade de serviços de saúde mental também podem ter contribuído para o aumento do número de diagnósticos.

O autismo tem diferentes níveis de gravidade e está relacionado com outros sintomas que começam na infância. Há casos severos de alteração comportamental, mas é absolutamente certo que o diagnóstico precoce, o tratamento especializado e a educação adequada propiciam mais independência e melhoram a qualidade de vida de qualquer nível do autismo, tornando a interação entre escola e família altamente relevante (CUNHA, 2017).

No entanto, independentemente do nível de gravidade, é fundamental que as pessoas com autismo recebam um diagnóstico precoce e um tratamento especializado. Isso pode ajudá-las a desenvolver habilidades de comunicação, interação social e comportamento que eles esperavam viver com mais independência e qualidade de vida. A educação adequada é um aspecto importante para melhorar a qualidade de vida das pessoas com autismo. É necessário um esforço conjunto entre a escola e a família para garantir que as necessidades educacionais dos indivíduos com autismo sejam atendidas e que eles possam se desenvolver da melhor maneira possível.

Em resumo, a importância do diagnóstico precoce, do tratamento especializado e da educação adequada para melhorar a qualidade de vida das pessoas com autismo, independentemente do nível de gravidade do transtorno.

Para Mauch *et al.* (2016), a educação inclusiva, desse modo, induz os sistemas educativos a repensarem sua noção de indivíduo, de diversidade, de direitos fundamentais, bem como seus princípios de participação, convivência social e democrática. Com isso, ganham todos: a escola, seus profissionais, os alunos e suas famílias. Uma micro revolução cultural se processa no interior das escolas inclusivas, com potencial para contribuir com avanços para toda a sociedade.

A educação inclusiva promove então a participação efetiva dos alunos no ambiente escolar, adquirindo verdadeiras mudanças e evoluções no meio educacional, ainda promovendo um conhecimento cultural, proporcionando assim um ambiente adequado para cada um.

Além disto, Cunha (2017) afirma que, não se pode pensar em inclusão escolar sem pensar em ambientes inclusivos. Inclusivos em razão dos recursos pedagógicos, e também por qualidades humanas. Apesar de um espaço atraente e adequado para a instrução escolar ser uma necessidade elementar na educação, não raramente, encontram-se com escolas sem o devido preparo nesse requisito.

Para Braga (2018), todas as situações características para o transtorno do espectro do Autismo – TEA e da forma como se processam algumas situações voltadas a sensorialidade e particularidade de seu funcionamento cerebral, fica compreensivo que algumas pessoas com autismo conseguem adequar-se aos métodos normais de ensino, ainda que apresentem alguma necessidade de adequação e flexibilidade curricular.

Então, sugere-se, que, embora haja diferenças no processamento sensorial e no funcionamento cerebral das pessoas com autismo, algumas delas podem se adaptar aos métodos de ensino convencionais. No entanto, é importante ressaltar que essa adaptação pode exigir certas adaptações no currículo e na abordagem educacional, para atender às necessidades dos alunos com autismo.

A inclusão escolar de crianças com autismo tem sido um tema de discussão e pesquisa há muitos anos, visto que ainda nos dias de hoje a necessidade de buscar ainda mais conhecimentos sobre a temática. Segundo a Lei Brasileira de Inclusão da Pessoa com Deficiência (Lei nº 13.146/2015), é garantido o direito à educação inclusiva em escolas regulares para todas as pessoas com deficiência, inclusive as que possuem autismo.

No entanto, ainda há muitos desafios para a inclusão escolar de crianças com autismo. Pesquisas apontam que é necessária a preparação dos profissionais da educação para lidar com as demandas específicas dessas crianças (SILVA *et al*., 2021; JÚNIOR *et al*., 2020). Além disso, é fundamental que haja acompanhamento no ambiente escolar e nos materiais pedagógicos para atender às necessidades individuais de cada criança com autismo (AMARAL *et al*., 2021).

A inclusão escolar de crianças com autismo busca trazer benefícios não apenas para a criança em questão, mas também para toda a comunidade escolar. Estudos têm mostrado que a presença de crianças com autismo em salas de aula regulares pode melhorar a compreensão e a compreensão de diferença e promover a empatia e o respeito mútuo (RESENDE *et al*., 2019; MENDONÇA *et al*., 2020).

A inclusão escolar de crianças com autismo é um desafio que requer esforços por parte da sociedade como um todo, especialmente da educação. Segundo Oliveira (2018), a inclusão escolar não deve ser vista apenas como um processo de matrícula do aluno com autismo na escola, mas sim como um processo de transformação da escola para atender às necessidades específicas desse aluno.

A inclusão escolar de crianças com autismo pode ser um desafio para as escolas e

educadores, pois cada indivíduo com autismo é único e apresenta necessidades específicas. No entanto, existem algumas estratégias que podem ser úteis na promoção da inclusão escolar de crianças com autismo.

Uma abordagem importante é a utilização de técnicas de ensino que sejam adequadas às necessidades individuais da criança com autismo, como a comunicação visual, o ensino estruturado e a utilização de reforços positivos. Além disso, é importante criar um ambiente escolar inclusivo e acolhedor, que valorize as diferenças e respeite as limitações individuais de cada criança.

Nesse contexto, é importante destacar a importância da educação inclusiva na promoção do desenvolvimento e aprendizagem de crianças com autismo. Como afirma Fuentes (2017), "a educação inclusiva é um direito que visa oferecer oportunidades para que as pessoas com deficiência possam ter acesso aos mesmos serviços, benefícios e atividades que as pessoas sem deficiência".

Em resumo, a inclusão escolar de crianças com autismo é um direito garantido por lei e traz benefícios não apenas para a criança em questão, mas para toda a comunidade escolar. No entanto, é necessário que haja preparação dos profissionais da educação e adoção no ambiente escolar e nos materiais pedagógicos para que a inclusão seja efetiva.

As considerações de Battisti e Heck (2015) reforçam a necessidade de adequação e comprometimento escolar e familiar quanto a inclusão de pessoas com autismo no espaço escolar, para que elas possam desenvolver sozinhas as suas atividades, sobre isso os autores refletem:

> Quando a criança chega à escola os professores devem ter em mente que além de conteúdos escolares a serem aprendidos pela criança é necessário que ele se torne independente, capaz de desenvolver atividades do dia a dia por si só, pois muitas vezes os pais realizam tarefas que as crianças poderiam realizar sozinhas (p.16).

Ao receber uma criança autista na escola os professores devem considerar suas necessidades individuais e implementar estratégias que promovam seu desenvolvimento holístico. Isso inclui não apenas o ensino de conteúdos acadêmicos, mas também adaptação de métodos de ensino, comunicação eficaz e incentivo à interação social.

Programas de intervenção comportamental e terapias podem ser integrados ao currículo para atender as necessidades específicas da criança autista, promovendo seu crescimento cognitivo, emocional e social. O envolvimento dos pais e a colaboração com profissionais de saúde são fundamentais nesse processo.

A família desempenha um papel fundamental ao oferecer apoio a criança autista. Isso cria um ambiente seguro e amoroso para o seu crescimento. Há a necessidade de uma parceria eficaz entre a família e a escola. É necessário ressaltar também a importância de oferecer treinamento e capacitação aos pais para que possam compreender melhor o autismo e adquirir habilidades para apoiar o desenvolvimento de seus filhos. Também é reconhecido que cuidar do bem-estar da família é fundamental uma vez que criar uma criança autista é bastante desafiador. O apoio emocional e recursos para os pais são considerados essenciais.

Os alunos autistas podem enfrentar diversas dificuldades dentro da escola, devido às características do TEA. Eles frequentemente têm sensibilidades sensoriais, o que significa que podem ser muito sensíveis a luz, som, texturas e odores. Isso pode tornar o ambiente escolar super estimulante e desconfortável. Muitos alunos autistas têm interesses muito

específicos e dedicam muito tempo a eles e isso pode afetar seu desenvolvimento em atividades escolares que não estão alinhados com seus interesses.

É sempre válido lembrar do Bullying e da exclusão, alunos autistas podem ser alvos devido as suas diferenças. Eles também podem ser excluídos ou isolados socialmente, o que afeta negativamente na sua experiência escolar.

A educação inclusiva não beneficia apenas os alunos com autismo, mas também enriquece a experiência de aprendizado de todos os estudantes. Ela promove a empatia, o respeito às diferenças e prepara os jovens para uma sociedade mais inclusiva e igualitária.

A inclusão escolar de crianças e jovens com autismo é uma jornada contínua, mas essencial para promover uma educação de qualidade e uma sociedade mais justa. Através do apoio mútuo e do comprometimento de todos os envolvidos, podemos criar um ambiente escolar onde cada aluno tenha a oportunidade de florescer e alcançar seu pleno potencial.

3. CONCLUSÃO

No decorrer deste estudo, foi possível verificar que os objetivos propostos inicialmente foram em grande parte alcançados. A pesquisa revelou insights valiosos sobre a inclusão escolar de crianças com autismo, destacando a importância da adaptação de práticas pedagógicas, o envolvimento dos pais e a formação de profissionais da educação.

No que tange a resposta para o problema de pesquisa, que indagava sobre os desafios do autismo dentro da escola regular, está pesquisa forneceu uma resposta clara e abrangente. Foram identificados diversos obstáculos, incluindo a necessidade de preparo adicional dos professores, adaptações curriculares necessárias e a necessidade de aumentar a conscientização sobre o autismo entre os colegas de classe.

Embora este estudo sobre o autismo e a inclusão escolar tenha proporcionado uma análise abrangente do estudo atual, é essencial reconhecer que possui as suas limitações. O campo do autismo é vasto e em constante evolução, e, portanto, a revisão pode não ter coletado todas as pesquisas recentes ou informações atualizadas.

Embora se tenha escolhido seletivamente as fontes mais pertinentes para o tópico, é possível que a seleção tenha sido influenciada pela própria interpretação e critérios de inclusão. Isso pode resultar em uma visão parcial da literatura disponível. Além disso, a revisão bibliografia está sujeita a limitações de tempo e recursos, devido a restrições de prazo, a revisão pode não ter explorado todas as nuances do tema. Um período mais longo poderia ter permitido uma análise mais aprofundada.

Em síntese, embora a revisão tenha uma análise valiosa sobre o autismo e o processo de inclusão escolar com base na literatura existente, é importante reconhecer essas limitações. As mesmas não diminuem o valor do presente trabalho, mas destacam a necessidade de pesquisas futuras mais abrangentes e atualizadas sobre o tema.

Por fim, o estudo sugere a necessidade de melhorar a formação de professores na identificação e apoio a crianças com o TEA. Além disso, enfatiza a importância de investigar intervenções específicas e promover programas de conscientização nas escolas com o objetivo de atender as necessidades desses alunos de forma mais eficaz.

Referências

AMARAL; LR et al. **Autismo na escola: um desafio à educação inclusiva.** Revista Brasileira de Educação Especial. Marília, v. 27, n. 1, pág. 103-118, 2021.

BRAGA, Wilson Candido**; Autismo Azul e de todas as cores: Guia básico para pais e profissionais.** São Paulo. Editora Paulinas. 2018

BRASIL, **Lei N° 12.764 De 27 de dezembro de 2012.** Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2011-2014/2012/lei/l12764.htm. Acessado em: 17 de maio de 2023.

CUNHA, Eugênio. **Autismo e Inclusão: Psicopedagogia e práticas educativas na escola e na família.** Rio de Janeiro: Wak Editora. 2017

JÚNIOR, MA et al. **O professor de educação física e a inclusão escolar de alunos com autismo: uma revisão integrativa. Movimento,** Porto Alegre, v. 26, n. 2, e26016, 2020.

MENDONÇA, DL et al. **O autismo na escola: contribuições da educação inclusiva para o desenvolvimento da criança. Revista Brasileira de Educação Especial,** Marília, v. 26, n. 3, pág. 583-600, 2020.

OMS. **Transtornos do espectro do autismo.** Disponível em: https://www.who.int/news-room/qa-detail/autism-spectrum-disorders. Acesso em: 08 maio 2023.

BATTISTI, Aline Vasconcelos. HECK, Guiomar Maria Poletto. **A inclusão escolar de crianças com autismo na educação básica: teoria e prática. Trabalho de conclusão de curso,** Licenciatura em Pedagogia – Universidade Federal da Fronteira Sul (UFFS), Chapecó, 2015

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

22

DEPRESSÃO NA TERCEIRA IDADE E A PROMOÇÃO DE SAÚDE: UMA ANÁLISE DE COMO A RELAÇÃO DESTAS PODEM PROPORCIONAR SAÚDE MENTAL E QUALIDADE DE VIDA

DEPRESSION IN OLD AGE AND HEALTH PROMOTION: AN ANALYSIS OF HOW THE RELATIONSHIP BETWEEN THESE CAN PROVIDE MENTAL HEALTH AND QUALITY OF LIFE

Raylene Vasconcelos Santos

Resumo

Conceituou-se que a depressão é o transtorno psiquiátrico mais comum entre os idosos, geralmente sem diagnóstico e nem tratamento adequado. Logo pois, notou-se que as consequências desta doença possuem sintomas como sensação de tristeza frequente e perda da capacidade de sentir prazer ou alegria afetando diretamente a qualidade de vida dos idosos e prejudicam a sua interação e integração social. A partir da atual situação surgiu o seguinte questionamento como problema de pesquisa: Como a promoção de saúde pode evitar a depressão na terceira idade e proporcionar saúde mental e qualidade de vida para esta faixa etária? O objetivo geral foi de analisar como a promoção de saúde pode ser eficaz para evitar a depressão em idosos e proporcionar saúde mental com qualidade de vida. Como resultados ficou evidente que a depressão causa impactos diretos na qualidade de vida dos idosos. Conclui-se que as ações para promoção de saúde a população idosa devem ser prioridade, tendo em vista que o número de pessoas idosas tem aumentado cada vez mais.

Palavras-chave: Psicólogo, Depressão, Psicologia, Promoção de Saúde.

Abstract

It has been conceptualized that depression is the most common psychiatric disorder among the elderly, usually without diagnosis or adequate treatment. Therefore, it was noted that the consequences of this disease have symptoms such as frequent feelings of sadness and loss of the ability to feel pleasure or joy, directly affecting the quality of life of the elderly and impairing their interaction and social integration. From the current situation, the following question arose as a research problem: How can health promotion prevent depression in the elderly and provide mental health and quality of life for this age group? The general objective was to analyze how health promotion can be effective in preventing depression in the elderly and providing mental health with quality of life. As a result, it was evident that depression has a direct impact on the quality of life of the elderly. It is concluded that actions to promote health to the elderly population should be a priority, considering that the number of elderly people has been increasing more and more.

Keywords: Psychologist, Depression, Psychology, Health Promotion.

1. INTRODUÇÃO

A presente pesquisa teve como propósito, demonstrar sobre o conhecimento da depressão na terceira idade e a promoção de saúde: uma análise de como a relação destas podem proporcionar saúde mental e qualidade de vida, para o sujeito que está na terceira idade é comum serem acometidos por transtorno depressivo por fatores que serão citados no decorrer desta revisão bibliográfica.

A atuação do psicólogo nesta área tem se mostrado eficaz uma vez que o profissional entende e acolhe o idoso depressivo, elaborando estratégias para que o mesmo possa sair da "caixinha" e olhar ao seu redor conscientizando-se que a velhice não é o fim, mas pode ser um novo começo para uma qualidade de vida

Assim, justifica-se esse estudo tendo em vista que o país está envelhecendo e a sociedade não está preparada para atender com dignidade as necessidades da terceira idade. E é dentro deste panorama social que a psicologia apresenta uma análise de como a relação de depressão na terceira idade e a promoção de saúde, podem ser eficaz para a saúde mental e qualidade de vida.

É importante destacar que, o uso de políticas e programas de promoção de saúde torna-se uma aliada para ajuste emocional de indivíduos depressivos com relevância para o grupo da terceira idade uma vez que estes podem participar da sociedade permitindo-o reconhecer que a velhice não é o fim e que o mesmo poderá gozar de novos papéis sociais.

Isto posto, surgiu o seguinte questionamento como problema de pesquisa: Como a promoção de saúde pode evitar a depressão na terceira idade e proporcionar saúde mental e qualidade de vida para esta faixa etária? A partir dessa problemática, o presente objetivo geral será analisar como a promoção de saúde pode ser eficaz para evitar a depressão em idosos e proporcionar saúde mental com qualidade de vida.

A partir desse objetivo geral, foram construídos os seguintes objetivos específicos: contextualizar a síndrome depressiva e sua evolução; contextualizar e entender o conceito de promoção da saúde e a velhice identificando os principais fatores que levam a pessoa idosa a desenvolver depressão; apresentar o papel do psicólogo na prevenção da síndrome depressiva no o grupo da terceira idade com o uso da promoção de saúde; identificar de que forma a promoção de saúde pode ser eficaz para a terceira idade evitando a síndrome depressiva proporcionando saúde mental e qualidade de vida.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

Este estudo tratou-se de uma revisão de literatura qualitativa e descritiva com estudos, sites oficiais, livros e artigos científicos a respeito da depressão que é caracterizada como um distúrbio da área afetiva ou do humor, que exerce forte impacto funcional em qualquer faixa etária. Como critérios de inclusão foram selecionados 5 artigos nas bases de dados Scielo ,12 da plataforma PEDRo, e 8 livros que ressaltam sobre a temática. Os artigos que não retratam sobre o assunto discutido foram excluídos desta revisão.

A base de dados foi constituída *pela LILACS (Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências Sociais e da Saúde), Scielo (Scientific Eletronic Library Online) e PEPSIC (Periódicos Eletrônicos em Psicologia)* que têm os conteúdos de publicação direcionados es-

pecificamente para o tema abordado com artigos em português e inglês, entre os anos de 2010 até 2022 que serviram como instrumento para coleta de dados, a partir dos seguintes descritores: Psicólogo, Depressão, Psicologia, Promoção de Saúde.

2.1 Resultados e Discussão

A depressão é uma doença grave, comum em idosos, mas que frequentemente é sub diagnosticada e até mesmo ignorada, já que os profissionais de saúde veem os sintomas depressivos como algo comum e que faz parte do processo de envelhecimento. Nas evidências de Magalhães *et al.* (2016) a falta de preocupação com a depressão entre os profissionais de saúde que lidam com os idosos ocorre também por não terem conhecimento da magnitude dessa doença, bem como dos graus de incapacidade e custos que essa morbidade causa para os idosos, suas famílias, sociedade e sistema de saúde.

Alguns teóricos importantes, como Freud, chegaram a discorrer em suas obras que o trabalho terapêutico com o idoso seria inviável devido ao grande volume de material psíquico, ou atribuía-se tamanha inflexibilidade ao idoso com relação a mudanças que se tornava inútil propor quaisquer intervenções (MUCIDA, 2014).

Uma vez não ocorrendo esse apoio, será produzido um transtorno que acarretará em sofrimento ao idoso, impossibilitando-o para atividades que em diversas circunstâncias poderiam desempenhar, sobrecarregando assim, os familiares e cuidadores Além disso, é uma doença que não ocasiona apenas repercussões sociais e individuais, uma vez que atinge o convívio social, restringindo uma rotina de vida satisfatória, favorecendo, assim, risco inerente, morbidade e cronicidade (ANDRADE; SILVA; SANTOS, 2010).

Diante disso, dá-se a importância dos profissionais, inclusive os psicólogos nos CAPS onde os mesmos procuram fortalecer os laços familiares, sociais e comunitários do usuário da saúde mental. Sendo que, o usuário da saúde mental tem uma história. Ele pertence a um território, lugar onde mora e tece sua rede de relações (CFP, 2010).

Evidencia-se no contexto de Mucida (2014) atualmente, no campo da Psicanálise, os autores que estudam a clínica com o idoso têm outra perspectiva quanto à possibilidade de atendimento a esse público, pois, apesar das especificidades dessa fase da vida, a individualidade é considerada. Não apenas as especificidades relativas a doenças mais comuns na fase da velhice são abordadas no atendimento, mas também, e principalmente, questões singulares de cada pessoa e seu modo de funcionamento individual, que contribuirão mais para a evolução ou estagnação do caso do que as características ditas próprias da velhice.

Segundo, Leandro-França e Murta (2014):

> "... a predominância da saúde mental na terceira idade pode-se dizer que está associado à percepção do idoso com o um desenvolvimento gradativo das fases da vida humana sendo vivenciado com independência, a constatação dos benefícios, proteção, respeito e bem-estar, ou seja, um envelhecimento ativo" (p. 320).

Cogita-se ressaltar de início que a depressão é uma disfunção que afronta todo o mundo, podendo suceder em qualquer cultura e idade. A causa da depressão é diversificada, dentre esses fatores estão os aspectos, sociais, biológicos e emocionais. No entanto, é primordial o indivíduo que está diagnosticado com depressão ser acompanhado em di-

versos aspectos, pois quando esse sujeito é observado por um dos fatores isoladamente se perde de vista a pessoa como um ser total.

Analisando a contextualização fornecida, Bardon, Wiethölter e Flores (2016), consideram que o Brasil passa por um momento de transição em relação ao envelhecimento, em que a população idosa cresce a cada dia mais. De acordo com o IBGE (2018) a população de idosos em 2060 poderá ultrapassar um quarto da população brasileira. Os autores evidenciam o envelhecimento como um desenvolvimento gradativo e individual, que pode evidenciar de maneira diferente em cada pessoa, devido às alterações patológicas, genéticas, fisiológicas, aos padrões sociais e as condições socioeconômicas.

Utiliza-se da argumentação de Brito *et al. (*2013) o processo de envelhecimento populacional é relacionado ao aumento de doenças na sociedade, a inaptidão e uma maior procura aos postos de saúde. Relatam também sobre o processo de envelhecimento que promove mudanças nos déficits de profissionais qualificados, na infraestrutura e nos desenvolvedores de técnicas especializadas para atender essa população no sistema de saúde público que possa proporcionar um envelhecimento ativo adequado.

A depressão afeta a vida do paciente de várias maneiras, esta doença não tem uma causa especifica ela pode se manifestar nos idosos de várias formas que são relacionadas a idade avançada. Uma das causas da depressão é o falecimento do cônjuge, solidão, doenças caracterizadas pela idade, afastamento da família

Outro detalhe importante destacado por Lima *et al.* (2016) a depressão vem aumentando a cada ano, e cerca de 350 milhões de pessoas ao redor do mundo diz, são diagnosticadas com a doença, e uma parte desta população são os idosos que ao envelhecer, vê aparecimento de doenças, com a perdas de entes queridos, acabam tendo sua saúde mental prejudicada.

Meneses e Mendes (2014), falam que a depressão é uma das doenças mentais que mais atingem na terceira idade. Na maioria das vezes essa patologia está relacionada a outras doenças que atinge o idoso, como o mal de Parkinson, Diabetes, Alzheimer ou até mesmo o uso de medicamentos para pressão, entre outros. A depressão pode estar associada ou não a outras doenças físicas, afetar a saúde e autonomia do idoso.

Especificamente Aguiar e Santos (2014), acreditam que a depressão na terceira idade, aumenta a chance de desenvolver a incapacidade funcional, podendo causar problemas de saúde pública e familiares. Consequentemente, aumentam os custos financeiros, o encarecimento da utilização dos serviços de saúde e a atenuação da qualidade de vida.

> “Essa população está mais propensa à depressão devido à redução de perspectivas sociais; declínio da saúde; perdas frequentes; alterações biológicas, vasculares, estruturais e funcionais; além de disfunção neuroendócrina e neuroquímica que ocorrem no cérebro durante o envelhecimento” (p.135)

Nas premissas de Teston, Carreira e Marcon (2014), ratificam em seus estudos que a depressão na terceira idade está relacionada à dependência e devido a algumas comorbidades já preexistentes, o que se associa ao aumento da mortalidade e da morbidade. Mediante este contexto, assim os sintomas depressivos podem engatilhar outras patologias, o que repercute no aumento do índice de procura dos serviços de saúde, como também do descuido com a vida do idoso e de uma baixa adesão aos tratamentos multiprofissionais

Nas evidências de Cantão *et al. (*2015) é importante frisar que as informações acerca do diagnóstico, etiologia e características principais da doença devem ser revistas e atua-

lizadas pelos profissionais da saúde, que tem importante papel no cuidado e na atenção a esse público em todos os níveis de saúde. Assim como, possui o compromisso de produzir conhecimento científico que fundamente suas ações e norteiem sua prática.

A presença do psicólogo nos equipamentos e programas de atenção à saúde mental garante mais qualidade no atendimento ao usuário. Por conta de sua formação e conhecimento, a psicóloga ou o psicólogo podem ajudar o usuário a refazer a trilha 30 de sua vida e recolocar-se no ambiente social e familiar. O papel da família na reinserção da pessoa com transtorno mental é de fundamental importância (CRP, 2010).

Concomitantemente, ressalta-se no dizer de Aguiar e Santos (2014) ratificam que há vários fatores que contribuem para a causa da depressão na terceira idade, sendo elas, as mudanças sociais e físicas. Além disso, o abandono e a solidão são aspectos que desencadeiam e agravam a doença. O diagnóstico tardio da depressão traz dificuldades para o tratamento, sendo assim, é necessário que as pessoas do convívio do idoso, estejam atentas aos sintomas, visto que dificilmente o idoso irá à busca do tratamento. Quando a depressão é descoberta precocemente, existem maiores chances de cura e tratamento.

Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais, 5ª edição (DSM5), os transtornos depressivos são caracterizados por episódios de alterações níti das no afeto, na cognição e em funções neurovegetativas, de pelo menos 2 semanas de duração, caracterizados por humor triste, vazio ou irritável, além de alterações somáticas (físicas) e cognitivas que afetam significativamente a capacidade funcional do indivíduo (APA, 2014).

Corroborando com tais pressupostos, Santos, Gerlach e Drügg (2015) conceituam que o aumento de idade da população provoca alterações no aspecto das doenças. Neste sentido, a morbidade em idosos está associada ao processo da longevidade, acompanhada por doenças silenciosas crônicas (GONZÁLEZ *et al*.,2016). Essas doenças podem acarretar uma perturbação funcional, bem como ansiedade, depressão e privação de sono, associados a dores crônicas (SANTOS; CENDOROGLO; SANTOS, 2017).

Portanto, o bem-estar psicológico é fundamental para a promoção de saúde na velhice (TALLMANN *et al*., 2013), uma vez que este processo pode ser caracterizado por diferentes patologias. A depressão é uma das doenças mais frequentemente diagnosticadas em idosos, e está associada à baixa satisfação com a vida. Sendo assim, este trabalho tem como objetivo avaliar a relação entre bem-estar psicológico e a presença de sintomas depressivos em idosos saudáveis, visto que, no processo demencial apresentam-se sintomas semelhantes à depressão.

Rabelo e Neri (2017) complementam dizendo que além disso, os transtornos de ansiedade e depressão são os que acometem os idosos com mais frequência, relacionado à compreensão de deficiência de auxílio social, bem como, inutilidade, intensificação de doenças crônicas, e perdas de papéis sociais, fatores que geram sofrimento psicológico e físico.

Por outro lado, Nobrega *et al. (*2015) explicitam que a depressão pode ser estimulada devido fatores biológicos, a genética por exemplo é um fator significativo em um quadro depressivo. Fatores psicológicos causam a perda significativa da autonomia e agravamento de quadros patológicos, da mesma forma são com os fatores sociais, que interferem nas relações funcionais do idoso.

Logo pois Martinelli (2016) enfatizam que outros fatores responsáveis em induzir a depressão são perdas, luto, e pela sensação de vazio quando se perde o convívio com alguém de muito afeto (filhos, cônjuge), diminuição dos recursos financeiros, diminuição da independência e das capacidades cognitivas.

Outros aspectos apontados por Lewis e Palmas (2011) os psicólogos também coordenam grupos e atendem individualmente pacientes, sem que seja necessário considerar como estas atividades se articulam com o projeto terapêutico estabelecido para cada usuário do Serviço e compartilhado pelos diferentes profissionais que compõe a equipe.

Os tratamentos visam reduzir os sintomas depressivos do idoso, proporcionar apoio emocional, reduzir a ansiedade e intervir diretamente na elevação da confiança e autoestima, com o objetivo de melhorar a qualidade de vida do indivíduo, as intervenções psicológicas que têm se mostrado mais eficazes nesse contexto são: Psicoterapia Breve; Terapia Cognitiva comportamental e Terapia de Grupo terapêutico (CARVALHO; FERNANDES, 2002; MELLO; TEIXEIRA, 2011).

Dentro desta concepção Oliveira *et al.* (2012) afirmam ainda que "a velhice atualmente é apresentada no contexto social de forma desvalorizada. Geralmente essa imagem negativa é decorrente de informações insuficientes a respeito do processo de envelhecimento" (p. 430) e isso pode influenciar a forma como os indivíduos interagem com a pessoa idosa, além de ter potencial de provocar comportamentos discriminatórios.

Atualmente, estudos na área da geriatria e gerontologia tem se mostrado eficazes para a terceira idade, o processo de envelhecimento ocorre desde o nascimento, ao contrário da velhice que ocorre a parir dos 60 anos, o processo de envelhecimento é influenciado por vários aspectos como os culturais, suade física e mental, e a própria idade (BELUCO; SANTANA, 2017).

De acordo com Beluco e Santana (2017), entre os principais fatores que se pode situar como causadores de depressão no idoso além de problemas de saúde, desprezo por parte da família e da sociedade, pode-se sitar também questões sobre a sexualidade, aposentadoria, diminuição da expectativa de vida do sujeito idoso, perda de amigos além da perda física.

A terapia de grupo é uma técnica que, através da interação entre os participantes do grupo, busca intervir em pensamentos e comportamentos disfuncionais, sendo papel do psicólogo atuar como mediador do processo, podendo, assim, ser um meio de "atender um maior número de pacientes em reduzido número de sessões, apresentando uma melhor relação custo/benefício" (LOBO *et al.,* 2012, p. 117).

Ainda de acordo com Beluco e Santana (2017, p.03), o psicólogo pode intervir primeiramente com a conscientização do idoso e seus familiares sobre os direitos que asseguram o idoso, respeitando-os. Além de o psicólogo trabalhar questões de diálogo entre os idosos e seus familiares, auxiliando na convencia, minimizando a ansiedade, o medo, cansaço, proporcionado informações sobre cuidados durante esta fase da vida.

A psicoterapia é um recurso comprovadamente eficaz no tratamento de depressão, não apenas em pacientes idosos, mas em todas as faixas etárias, uma vez que auxilia no desenvolvimento de recursos internos para lidar com dificuldades e problemas que o paciente esteja enfrentando (FIDELIS JÁ; DE OLIVEIRA, 2020; CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA, 2013).

É importante ressaltar que, a intervenção do psicólogo nos indivíduos identifica seus sintomas, ajudá-lo a entender o que é a depressão fazendo o paciente dar sentido ao sintoma. Além de ser dever do psicólogo ter conhecimento de recursos que possibilitem o indivíduo depressivo a "olhar fora da caixinha", apresentando a ele cursos, oficinas, práticas de exercício físico, pois a "utilização de recursos auxilia o tratamento e minimiza a incidência de quadros depressivos" (MOTTA; MORÉ; NUNES, 2015, p.918).

Em pesquisa realizada por Mota, Moré e Nunes (2015), realizaram uma abordagem

que para o atendimento individual se faz psicoterapia breve de seis a pito sessões e no fechamento do processo o indivíduo é reavaliado. Geralmente se utiliza essa modalidade de atendimento com indivíduos que tenham depressão severa ou que tenham dificuldades em aderirem ao trabalho em grupo por questões de constrangimento ou impossibilidade dada a posição do indivíduo na comunidade.

Para os autores, a intervenção do psicólogo estaria então, em fazer os indivíduos identificar seus sintomas, ajudá-lo a entender o que é a depressão fazendo o paciente dar sentido ao sintoma. Além de ser dever do psicólogo ter conhecimento de recursos que possibilitem o indivíduo depressivo a "olhar fora da caixinha", apresentando a ele cursos, oficinas, práticas de exercício físico, pois a "utilização de recursos auxilia o tratamento e minimiza a incidência de quadros depressivos" (MOTTA; MORÉ; NUNES, 2015, p.918).

A partir da década de 60, conforme fala Souza e Lacerda (2018), as abordagens cognitivas e comportamentais, como a Terapia Cognitivo Comportamental (TCC), afirmam que a origem e a manutenção dos sintomas depressivos estão associadas aos pensamentos e crenças disfuncionais e não de formas inconscientes.

3. CONCLUSÃO

No decorrer desta pesquisa, percebeu-se que na atualidade há alta prevalência de depressão em idosos, que resulta em impactos na qualidade de vida e comprometimento das AVDs em relação a funcionalidade e a cognição. Vale destacar também que os sintomas da depressão são destacados de variadas formas como tristeza, desesperança, apatia, sensação de abandono, alterações do sono, dentre outros surgindo mais na população idosa.

Buscou-se contextualizar e entender o conceito de promoção da saúde e a velhice identificando os principais fatores que levam a pessoa idosa a desenvolver depressão; logo pois de acordo com os objetivos citados na pesquisa compreende-se que a educação em saúde ministrada por psicólogos pode contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos idosos e cuidadores e para a promoção da saúde mental dos indivíduos.

Nessa perspectiva, este estudo também possibilitou destacar também que a incidência de sintomas depressivos na terceira idade nos serve como alerta para que sejam tomados cuidados adequados as pessoas desta faixa etária, o cuidado e zelo precisa estar em todos os ambientes e pessoas, desde os familiares e amigos aos profissionais e cuidadores que prestam serviços de saúde, dessa forma será possível reduzir os impactos causados na vida dos idosos consequentemente a diminuição dos sintomas depressivos e chance de desenvolvimento da doença.

Estimou-se que o estudo contribua para o crescimento do conhecimento acerca sobre os impactos que a depressão na terceira idade pode ocasionar. Trata-se, então, de incluir, mas pesquisas sobre o tema, abordando outros fatores que podem influenciar os sintomas depressivos nos idosos e de que forma pode impactar em sua qualidade de vida.

Referências

AGUIAR, L. S, Santos, W. L. (2014). Conhecimento Dos enfermeiros Quanto ao tratamento da depressão na terceira idade. **Revista de Divulgação Cientifica Sena Aires,** (2): 177- 184.Disponivel em : http://repositorio.aee.edu.br/bitstream/aee/1122/1/Ana%20e%20Thais-%20tcc%20-%20Finalizado.pdf.Acesso em : set. 2023.

ANDRADE, H. A. dos S.; SILVA, S. K da.; SANTOS, M. I. P. de O. **Aids em idosos: vivências dos doentes.** Esc.

Anna Nery. Rio de Janeiro, 2010. v. 14, n. 4, pp. 712- 719. Disponível em: http://www.scielo.br. Acesso: 19/09/2023.

APA. **American Psychiatric Association.** Manual diagnóstico e estatístico o de transtornos mentais: DSM5. 5. ed. Porto Alegre: Artmed; 2014.Disponivel em : https://www.institutopebioetica.com.br/documentos/manual-diagnostico-e-estatistico-de-transtornos-mentais-dsm-5.pdf.Acesso em : Acesso: set. 2023

BARBON, F., Wiethölter, P., & Flores, R. (2016). **Alterações celulares no envelhecimento humano.** Journal of Oral Investigations, 5(1), 61-65. doi: https://doi.org/10.18256/2238-510X/j.oralinvestigations.v5n1p61-65.

BELUCO, A.C.R.; SANTANA, M.A.D.S. **A atuação do psicólogo na promoção da qualidade de vida a idosos asilados.** Paraná: Uninguá review, 2017.Disponível em: https://revista.uninga.br/uningareviews/article/view/1982. Acesso em: 21 set. 2023.

BRITO, M. da C.C., Freitas, C.A.S.L., Mesquita, K.O.de & Lima, G.K. (2013, junho). Envelhecimento Populacional e os Desafios para a Saúde Pública: análise da produção científica. **Revista Kairós Gerontologia,**16(3), ISSN-2176-901X.

CANTÃOL et *al.* Perfil sociodemográfico e clínico de idosos com depressão e o uso de substâncias psicoativas.**Revista da Rede de Enfermagem do Nordeste,** 2015; 16 (3).

CARVALHO V. F. C. e FERNANDES M. E. D. **Depressão no Idoso.** In: NETTO, Matheus Papaléo. Gerontologia: a Velhice e o Envelhecimento em Visão Globalizada. São Paulo: Atheneu, 2002. P. 160-173.Disponivel em : https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-342991?lang=fr.Acesso em set. 2023.

FIDELIS JÁ, DE OLIVEIRA LP. **Envelhecimento: as ações de enfermagem à idosos com depressão.** Brazilian Journal of Development, 2020; 6(6): 39597-39607**.**

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA. (2011). Censo demográfico 2010: Características da população e dos domicílios.

LEANDRO-FRANÇA, C., & Murta, S. G. (2014). **Prevenção e promoção da saúde mental no envelhecimento:** conceitos e intervenções. Psicologia: Ciência e Profissão, 34(2),318- 329. https://dx.doi.org/10.1590/1982-3703001152013

LIMA, A. M. P. et al. **Depressão em idosos: uma revisão sistemática da literatura.** R Epidemiol Control Infec, Santa Cruz do Sul, v. 6, n. 2, p. 97-103, 2016. Disponível em: https://www.redalyc.org/pdf/5704/570463798010.pdf. Acesso em: 14 set. 2023.

LOBO, B. O. M., Rigoli, M. M., Sbardelloto, G., Rinaldi, J., Argimon, I. L., & Kristensen, C. H. (2012). **Terapia cognitivo-comportamental em grupo para idosos com sintomas de ansiedade e depressão:** Resultados preliminares. *Psicologia: Teoria e Prática, 14*(2),116-125. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872012000200010&lng=pt&tlng=pt

MENDES, M. R.S.S. B, Gusmão, J.L., Faro, A. C. M., & Leite, R. C. B.O., (2005). A Situação Social do Idoso no Brasil: uma breve consideração. **Acta Paulista de Enfermagem,** 18(4), 422-426. https://dx.doi.org/10.1590/S01032100200500040001l.

MENESES, I.S, G & MENDES, D, R. (2014), Cuidados de Enfermagem a Pacientes Portadores de Depressão na Terceira Idade**, Revista de Divulgação Científica Sena Aires,** (2): 177-184. ISSN (Online): 2179-0981MARTINELLI, J. Principais sintomas da depressão em idosos. 2016. Disponível em: https://idosos.com.br/sintomas-depressao-idosos/. Acesso em 15 de set. 2023.

MONTELEONE, T. V., & Witter, C. (2017, janeiro-março). **Prática Baseada em Evidências em Psicologia e Idosos:** Conceitos, Estudos e Perspectivas. Psicologia: Ciência e Profissão, 37(1), 48-61. https://doi.org/10.1590/1982-3703003962015. » https://doi.org/10.1590/1982-3703003962015

MORÉ, C.L.O.O.; MOTTA, C.C.L.; NUNES, C.H.S.S. **O atendimento psicológico ao paciente com diagnóstico de depressão na atenção básica.** Florianópolis: Universidade Federal de Santa Catarina. 2017. DOI: 10.1590/141381232017223.2798201Disponível em:https://www.scielo.br/j/csc/a/jNhpQHjXWCWV3Y8Hg4Vpq/abstract/?lang=pt#:~:text=Os%20resultados%20demonstraram%20que%20°,depressa% C3%A3o%3B%20°%20uso%20dos%20dispositivos Acesso em: 13 set. 2023

MUCIDA, A. (2014). **Atendimento Psicanalítico do Idoso.** Zagodoni.

NÓBREGA, I. R. A. P. et al. Fatores associados à depressão em idoso. **Rev. Saúde em Debate,** v. 39, n. 105, p. 536-550, abr./jun. 2015. Disponível em: https://docvirt.com/asp/acervo_cebes.asp?Bib=SAUDEDEBATE&PASTA=V.39%2C+ N.105+-+abr.%2Fjun%2F2015&pesq=&x=72&y=7. Acesso em: 21 set. 2023.

OLIVEIRA, A. M. M., Lopes, M. E. L., Evangelista, C. B., Oliveira, A. E. C., Gouvéia, E. M. L., & Duarte, M. C. S. (2012).

Representações sociais e envelhecimento: uma revisão integrativa de literatura. **Revista Brasileira Ciências da Saúde,** 16(3), 427-434.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872012000200010&lng=pt&tlng=pt

CFP. **CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA.** A psicologia e sua interface com a atenção integral à saúde mental. São Paulo, 2010.

LEWIS, M. dos S. R; PALMA, C. M de S. O psicólogo na saúde mental: sobre uma experiência de estágio em um centro de atenção psicossocial. **Rev. Mal-Estar Subj.** vol.11, no. 4, Fortaleza, dez, 2011.

GONZÁLEZ A, Ignácio ZM, Jornada L, Réus G, Abelaira H, Bernardini M *et al.,* Transtornos depressivos e algumas comorbidades em idosos: um estudo de base populacional. **Rev. Bras Geriatr Gerontol.** 2016; 19(1):95-103. doi: 10.1590/1809-9823.2016.14210.

SOUZA, T. R. de; LACERDA, A. L. T. de. **Depressão ao Longo da História.** In: QUEVEDO, J.; SILVA, A. G da (Org.). Depressão Teoria e Clinica. Ed. 2. Porto Alegre: Artmed, 2018. 1, 17-28.

RABELO DF, NERI AL. **Tipos de configuração familiar e condições de saúde física e psicológica em idosos.** Cad Saúde Pública. 2015; 31(4): 874-884. doi: 10.1590/0102-311X00087514. Disponível em: https://www.scielo.br/j/csp/a/chk8BGQbc6tb7D76gQWgjRt/?format=pdf&lang=pt.

SANTOS KAS, CENDOROGLO MS, Santos FC. Anxiety disorder in elderly persons with chronic pain: frequency and associations. **Rev Bras Geriatr Gerontol.** 2017; 20(1): 91-98. doi: 10.1590/1981-22562017020.160033.

SANTOS MM, GERLACH K; DRÜGG AMS. **Psicologia do envelhecimento. Salão do Conhecimento**; 2015. Ijuí-RS: UNIJUÍ - Universidade Regional do Noroeste do Estado do Rio Grande do Sul. Disponível em: Acesso em: 19 set. 2023.

TALLMANN, A. E. C., Lenardt, M. H., Kletemberg, D. F., Michel, T., & Lourenço, T. M. (2013). **Envelhecimento e bem-estar psicológico: Uma revisão integrativa.** Ciência Cuidado e Saúde, 12(3), 599-605. doi:10.4025/cienccuidsaude. v12i3. 15949.Disponivel em: https://www.scielo.br/j/rgenf/a/HTL6gdzs9YCQ5C93SZBbZjq/?format=pdf&lang=pt. 15949.Disponivel em: em:out. 2023.

RIBEIRO, P. C. C., FREITAS, V. J. de, & Souza, J. S. de. (2016). A busca pelo atendimento psicológico na meia-idade e na velhice. **Revista Kairós Gerontologia,** 19(2), 65-83.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

23

FATORES DE RISCO PARA O DESENVOLVIMENTO DA DEPRESSÃO PÓS-PARTO

RISK FACTORS FOR DEVELOPING POSTPARTUM DEPRESSION

Letícia de Lima Paiva

Resumo

Este artigo analisa os principais fatores de risco associados ao desenvolvimento da depressão pós-parto (DPP). A DPP é um transtorno mental comum após o parto, afetando a saúde das mães e o bem-estar dos bebês. Os fatores de risco identificados incluem histórico pessoal de transtornos mentais, história familiar de depressão, estresse significativo durante a gravidez ou pós-parto, falta de apoio social, complicações no parto, flutuações hormonais, isolamento social, conflitos no relacionamento, baixa autoestima, dificuldades com a amamentação, exaustão devido à falta de sono e fatores socioeconômicos desfavoráveis. Tendo como apoio pesquisas realizadas em bases de dados Scielo (Scientific Eletronic Library Online), Google acadêmico, incluindo livros, artigos, e manuais do Ministério da Saúde, Revistas médicas, foram utilizados artigos e estudos publicados no período de: 2006 a 2023, originalmente em português e inglês. O reconhecimento precoce desses fatores de risco é crucial para a prevenção e intervenção eficaz na DPP, melhorando assim o prognóstico e a qualidade de vida das mães e de seus filhos. O artigo destaca a importância de profissionais de saúde, familiares e amigos na identificação e no apoio a mulheres em risco ou afetadas pela DPP. Medidas de prevenção e tratamento, como terapia, medicamentos e suporte social, são discutidas como estratégias eficazes para mitigar o impacto da DPP.

Palavras-chave: Depressão Pós-parto. Puerpério. Fatores de risco. Sintomas Depressivos.

Abstract

This article analyzes the main risk factors associated with the development of postpartum depression (PPD). PPD is a common mental disorder after childbirth, affecting the health of mothers and the well-being of babies. Risk factors identified include personal history of mental disorders, family history of depression, significant stress during pregnancy or postpartum, lack of social support, birth complications, hormonal fluctuations, social isolation, relationship conflict, low self-esteem, difficulties with breastfeeding, exhaustion due to lack of sleep and unfavorable socioeconomic factors. Supported by research carried out in Scielo (Scientific Electronic Library Online) databases, Google Scholar, including books, articles, and manuals from the Ministry of Health, medical journals, articles and studies published in the period from: 2006 to 2023 were used, originally in Portuguese and English. Early recognition of these risk factors is crucial for effective prevention and intervention in PPD, thus improving the prognosis and quality of life of mothers and their children. The article highlights the importance of healthcare professionals, family and friends in identifying and supporting women at risk of or affected by PPD. Prevention and treatment measures, such as therapy, medications, and social support, are discussed as effective strategies to mitigate the impact of PPD.

Keywords: Postpartum Depression. Postpartum. Risk factors. Symptoms Depressants.

1. INTRODUÇÃO

Após o parto inicia-se o puerpério, onde também ocorrem diversas modificações fisiológicas, assim como mudanças na rotina e no relacionamento familiar. No pós-parto, com o nascimento do bebê, o foco é direcionado para o recém-nascido, porém a mãe ainda necessita de cuidados e amparos devido ao misto de sentimentos que surgem com mais intensidade nesse período (CAMPOS; FÉRES-CARNEIRO, 2021).

A alta prevalência de depressão pós-parto encontrada reforça seu significado como problema de saúde pública, exigindo estratégias de prevenção e tratamento. O acompanhamento cuidadoso de mães, em especial as de baixa renda, por meio de ação integrada que leve em conta as variáveis associadas à depressão, pode prevenir graves problemas pessoais e familiares que decorrem da DPP (MORAES *et al*., 2006).

A fase puerperal é um período de vulnerabilidade para o desenvolvimento de adoecimentos psíquicos, sendo decorrente das alterações hormonais e físicas vivenciada pela mulher, tendo a Depressão Pós-Parto (DPP) como o transtorno mental mais frequentemente associado ao puerpério (CAMPOS; RODRIGUES, 2015).

A depressão (CID 10 – F33) é uma doença psiquiátrica crônica e recorrente, sendo uma das principais causas de incapacitação no mundo. De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatística de Transtornos Mentais (APA, 2014), a depressão é uma patologia caracterizada como um transtorno de humor, sendo classificada segundo as manifestações, intensidade e predominância dos tipos de sintomas com o propósito de dimensionar a gravidade da doença (BRASIL, 2014).

A DPP é definida como um episódio depressivo não psicótico. Majoritariamente, os sintomas da DPP evoluem nas quatro primeiras semanas do puerpério. Os sintomas persistem por mais de duas semanas, podendo se estender até doze meses subsequentes ao parto e, normalmente, demandam de intervenções médicas. Os sintomas englobam diminuição da disposição, culpa excessiva, distúrbio do apetite, rejeição ao bebê e pensamento suicida (CAMPOS; FÉRES-CARNEIRO, 2021)

A DPP é considerada um sério problema de saúde pública, visto que 50% das mulheres não são adequadamente diagnosticadas por conta da falta de capacitação dos profissionais de saúde com relação a essa doença (SILVA et al. 2017). Dessa forma, é notório que a DPP afeta a interação do binômio mãe-filho, acarretando no desgaste progressivo na relação da puérpera com o seu ciclo familiar. Sendo assim, é essencial a identificação dos fatores de risco que estão associados ao desenvolvimento da DPP, a prevenção de possíveis riscos favorece uma assistência segura, oferecendo uma melhor qualidade de vida (CAMPOS; RODRIGUES, 2015).

A escolha do tema foi feita após a observação de que a DPP é uma condição que afeta a saúde das mulheres e que por falta do diagnóstico precoce não ocorre o devido tratamento. Tendo como objetivo investigar como a combinação de diversos fatores de risco, como histórico de depressão e falta de apoio social, pode aumentar ou diminuir o risco de depressão pós-parto. Assim como avaliar relação entre eventos estressantes durante a gravidez e no pós-parto, como complicações médicas, problemas financeiros, conflitos familiares e mudanças de vida, e o risco de depressão pós-parto.

2. METODOLOGIA

A pesquisa foi baseada em uma revisão bibliográfica, trata de um estudo retrospectivo de análise qualitativa, a partir do levantamento de referências teóricas já analisadas e publicadas por meios escritos e eletrônicos, como livros, artigos científicos.

Tendo como apoio pesquisas realizadas em bases de dados Scientific Eletronic Library Online (SCIELO), Google acadêmico, incluindo livros, artigos, e manuais do Ministério da Saúde, Revistas médicas, foram utilizados artigos e estudos publicados no período de: 2006 a 2023, originalmente em português e inglês.

Foram incluídos na discussão da pesquisa, artigos disponíveis de forma integral e gratuita, abordando os principais fatores de risco para o desenvolvimento de depressão pós-parto, serão utilizados os seguintes termos de pesquisa: depressão pós-parto, fatores de risco, gravidez, parto, pós-parto, perinatal, saúde mental.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os artigos foram analisados organizando os dados na tabela abaixo descrevendo as seguintes informações autor, título, objetivo, metodologia e resultados.

AUTOR/ ANO	TÍTULO	OBJETIVO	METODOLOGIA	RESULTADOS
Campos, Rodrigues (2015)	Depressão pós-parto materna: crenças, práticas de cuidado e estimulação de bebês no primeiro ano de vida.	Desta forma este estudo pretendeu descrever e relacionar o índice de depressão pós-parto apresentado por mães de bebês e as práticas e crenças sobre cuidado primário e estimulação	Foi utilizada a “Escala de Edinburgh de Depressão Pós-Parto – EPDS” e a “Escala de crenças parentais e práticas de cuidado (E-CPPC) na primeira infância”	Os resultados obtidos com 132 mães indicaram sintomas de depressão para 29,5% da amostra. Com relação às práticas houve diferenças significativas entre os grupos clínicos e não clínicos na dimensão Estimulação, indicando que mães deprimidas podem interagir e estimular menos seus bebês.
Greinert, Milani (2015)	Depressão pós-parto: uma compreensão psicossocial	Este estudo buscou identificar os fatores psicossociais que podem favorecer o desenvolvimento da depressão pós-parto (DPP).	Trata-se de uma pesquisa de cunho descritivo e qualitativo. Os dados foram coletados por meio de entrevistas semiestruturadas, numa amostra de oito mães com idade entre 20 e 38 anos e que foram diagnosticadas com DPP.	Os resultados obtidos com a pesquisa possibilitaram a compreensão dos fatores psicossociais que exercem influência sobre a manifestação da patologia, pois se verificou que o sentimento de despreparo e de incapacidade ante a maternidade, a idealização da maternidade e a preocupação com a vida profissional e com a situação financeira contribuem para o desenvolvimento da DDP.

Corrêa, Serralha (2015)	Depressão pós-parto e a figura materna: uma análise retrospectiva e contextual.	Estudo exploratório, descritivo e qualitativo que objetivou examinar o discurso de mulheres acometidas pela depressão pós-parto, as vivências da maternidade que tiveram com a própria mãe e verificar se essas vivências influenciaram no desencadeamento da depressão	Os dados foram coletados por meio de entrevista com cinco mães e, posteriormente, analisados por meio da técnica de análise de conteúdo.	Os resultados indicaram que a maioria das participantes apresentou relação conflituosa com suas mães.
Santos et al., (2022).	Sintomas de depressão pós-parto e sua associação com as características socieconômicas e de apoio social	Verificar a prevalência de sintomas de depressão pós-parto em puérperas atendidas em uma maternidade pública e sua associação com características socioeconômicas e de apoio social.	Estudo epidemiológico, analítico, do tipo transversal, em uma maternidade pública conduzido de agosto a outubro de 2017. A amostra de 330 puérperas foi entrevistada por meio da aplicação de um formulário, para mensuração da presença de sintomas de depressão pós-parto. Foi utilizada a escala de depressão pós-natal de Edimburgo.	A prevalência de sintomas de DPP foi de 29,7%. A idade entre 14 e 24 anos (PR:1,60; 95%CI: 1,10–2,34), ter até 8 anos de escolaridade (RP:1,39; IC95%:1,01–2,14) e o baixo nível de suporte social afetivo (RP:1,52; IC95%:1,07–2,14) e emocional (RP:2,12; IC95%:1,41-3,19) estiveram associados à maior prevalência de sintomas de DPP.
Poles et al., (2018)	Sintomas depressivos maternos no puerpério imediato: fatores associados	Investigar a prevalência e fatores de risco para sintomas depressivos maternos no puerpério imediato	Estudo transversal, realizado com 1099 puérperas. A presença de sintomas depressivos maternos foi obtida com a escala de Depressão Pós-natal de Edimburgo, aplicada no segundo dia após o parto, adotando-se como ponto de corte escore ≥10. Os dados foram coletados em Botucatu-SP, no período de janeiro a junho de 2012.	A prevalência de sintomas depressivos foi de 6,7%. Uso de medicação antidepressiva na gestação, violência sofrida na gestação e cesariana associaram-se a sintomas depressivos no puerpério imediato em duas, quatro e duas vezes, respectivamente
Campos, Féres (2021)	Sou mãe: e agora? Vivências do puerpério	Tem como objetivo investigar como as mulheres vivenciam o puerpério atualmente.	Pesquisa qualitativa, na qual foram entrevistadas dez mulheres das camadas médias da população carioca, atuantes profissionalmente, com idades entre 29 e 37 anos, casadas, legalmente ou não, heterossexuais primíparas e com o filho(a) entre 8 meses e 2 anos de idade	Os resultados apontaram o puerpério como um período idealizado pelas mulheres, mas vivido com sofrimento e instabilidade emocional. Constatamos a importância da rede de apoio para a mãe e o bebê.

Oliveira et al., (2022)	Rastreamento da depressão perinatal usando a Escala de Depressão Pós-Parto de Edimburgo	Detectar depressão durante a gravidez e no pós-parto imediato utilizando a escala de depressão pós-parto de Edimburgo (EPDS).	Estudo transversal com 315 mulheres, com idades entre 14 e 44 anos, que receberam acompanhamento perinatal no Hospital Leonor Mendes de Barros, em São Paulo, entre 1º de julho de 2019 e 30 de outubro de 2020. O ponto de corte sugestivo de depressão foi ≥ 12.	O rastreamento indicou 62 (19,7%) pacientes com depressão. Baixa renda familiar, multiparidade, menor número de consultas de pré-natal, antecedentes de distúrbios emocionais, insatisfação com a gravidez, relacionamento ruim com o parceiro e agressão psicológica foram fatores de risco associados à depressão na gestação ou no pós-parto imediato.

Tabela 1. Artigos analisados para a pesquisa

Fonte: Autora

Os resultados apresentados na tabela acima fornecem uma visão detalhada dos principais achados deste estudo. Esta seção visa destacar os principais pontos de interesse e interpretar as descobertas de acordo com as perguntas de pesquisa e os objetivos deste trabalho. Em primeiro lugar, é notável que o interesse a busca de estudos sobre depressão pós-parto tem se destacado nos últimos anos, nesse sentido os autores Campos, Rodrigues (2015) demonstram em seu estudo com maior enfatização a depressão pós-parto. Isso é consistente com as expectativas teóricas e/ou hipóteses levantadas no início deste estudo, sugerindo que a busca por descrever e relacionar o índice de depressão pós-parto apresentado por mães de bebês e as práticas e crenças sobre cuidado primário e estimulação.

Além disso, Greinert e Milani (2015), mencionam em seu estudo a necessidade de compreensão em um momento delicado da vida de uma mãe. Este resultado pode ser atribuído identificar os fatores psicossociais que podem favorecer o desenvolvimento da depressão pós-parto (DPP). No que diz respeito aos sintomas e Santos *et al.* (2022), observamos que os sintomas de depressão pós-parto e sua associação com as características socioeconômicas e de apoio social. Isso sugere que muitas mulheres sofrem com depressão pós-parto por causa da sua situação socioeconômica e social dentro da sociedade.

É crucial enfatizar que muitas mulheres sofrem com depressão pós-parto nos dias atuais e não sabem identificar quando estão acometidas com essa questão psíquica, por falta de informações, por causa da sua situação social, financeira e essas questões podem ter influenciado os resultados. Essas limitações devem ser consideradas ao interpretar as descobertas e ao extrair conclusões do estudo. Por fim, os resultados desta pesquisa contribuem significativamente para a compreensão de que a DPP é uma condição que afeta a saúde das mulheres e que por falta do diagnóstico precoce não ocorre o devido tratamento e têm implicações importantes para às mulheres que estão com depressão pós-parto por causa da falta de informação. Este estudo abre oportunidades para investigações adicionais, aprofundando nossa compreensão sobre os fatores de risco para o desenvolvimento de depressão pós-parto.

3.1. Depressão Pós-parto

A maternidade transforma a vida da mulher nos campos profissional, social e emocional. Apesar do nascimento do bebê ser culturalmente associado a sentimentos positivos, o pós-parto pode ser vivido como um período muito estressante. Espera-se que a mulher seja direcionada naturalmente para a maternidade, como se fosse instintivo ser mãe. Isso dificulta a aceitação de comportamentos relacionados à tristeza ou qualquer sinal de depressão no período (CAMPOS; RODRIGUES, 2015).

Segundo Arrais (2005), é possível apontar alguns pontos relacionados com a explicação da manifestação da DPP. Para a autora, em alguns casos, não há uma preocupação com as dificuldades vivenciadas pela mãe. Além disso, a vida da mulher passa por alterações nos âmbitos profissional, social e emocional. Enquadrar-se nesses novos padrões pode gerar situações de crise. Dessa forma, a mãe vê-se obrigada a reprimir esses sentimentos negativos com medo de uma represália. Tal atitude pode levar a uma cristalização dos sintomas depressivos. Não podemos afirmar que a DPP se dá apenas em mulheres que tiveram uma gravidez indesejada ou que estejam passando por problemas conjugais e crises financeiras. É certo que essas questões podem contribuir para o aparecimento da DPP, porém não é uma regra (GREINERT; MILANI, 2015).

Ainda corroborando com os estudos acerca da DPP, 70,00% das gestantes que indicam depressão durante o pré-natal continuam com sofrimento psíquico no período pós-parto e nos primeiros anos de vida da criança (ARRAIS *et al*., 2019). Outros autores são de acordo com o achado anterior e abordam que a DPP é um problema de saúde pública, pois sua frequência é relevante, o que se pode perceber em uma pesquisa realizado em Uberaba (MG), com 66 puérperas, o qual identificou que 19,70% apresentaram sintomas de depressão após o nascimento do recém-nascido (MOLL *et al*., 2019).

Muitas mulheres acabam reprimindo seus sentimentos negativos em relação à maternidade por medo de represálias, o que, segundo Greinert e Milani (2015), pode levar a uma cristalização dos sintomas depressivos. Para esses autores, a idealização da maternidade como um estado de felicidade e perfeição plena pode gerar, na mulher, um sentimento de fracasso e incompetência quando se depara com a realidade, favorecendo o surgimento da depressão pós-parto. Os referidos estudiosos apresentam, ainda, uma compreensão psicossocial da depressão pós-parto, segundo a qual a doença estaria relacionada às representações negativas sobre a maternidade, tais como sentir-se incapaz de cuidar do bebê e não compreender as necessidades dele.

A melancolia pós-parto é uma condição clínica comum (estimativas de incidência de 40 a 80% das mulheres), transitória e benigna, que habitualmente ocorre nos primeiros três a cinco dias pós-parto e tem uma duração limitada. Pela frequência com que ocorre, a melancolia pós-parto é considerado parte da reação normal ao pós-parto. Entre os sintomas mais frequentes da melancolia pós-parto, encontra-se o humor disfórico, choro fácil, irritabilidade e labilidade emocional, ansiedade e perturbação do sono. A melancolia pós-parto não altera a capacidade funcional da mulher, nem requer tratamento profissional. No entanto, a psicoeducação sobre a elevada prevalência e natureza transitória e benigna desta condição clínica pode ser útil, não só para a mãe como para a família; é importante aliviar a mãe do sentimento de culpa e frustração que podem advir do facto de não se sentir feliz, enquanto mãe (RIECHER-ROSSLER; HOFECKER, 2003).

Apesar de a sintomatologia de melancolia pós-parto desaparecer alguns dias após a sua ocorrência, quanto mais severos forem os sintomas neste período temporal, maior a probabilidade de a mulher vir a desenvolver DPP (EPPERSON; BALLEW, 2006; O'HARA, 2009).

Para Corrêa e Serralha (2015), o sentimento de incapacidade das mães frente às primeiras dificuldades e mudanças que surgem com o nascimento do primeiro filho é decorrente da idealização da maternidade construída ao longo dos séculos. Tais autores entendem que a crença cultural de que a mãe deve ser perfeita e fazer tudo por seu bebê, sem se sentirem ambivalentes, transforma-se em fardo, levando-as à culpa ao perceberem que não é possível corresponder ao esperado socialmente.

De acordo com Marques *et al*. (2016), explicam que entre mulheres muito jovens o surgimento de DPP pode estar relacionado à falta de maturidade afetiva e nos relacionamentos, enquanto em mulheres em idade avançada pode ser motivada pelo estresse com preocupações relacionadas à gravidez, como a maior probabilidade de necessidades de intervenções obstétricas e morbidades mais severas. Neste sentido, verifica-se que existe uma relação com a depressão pós-parto e o nível socioeconômico das gestantes, salientando-se a importância de um olhar atento à essas mulheres, visto os impactos da depressão, também, para a saúde do bebê (TEIXEIRA et al., 2021).

3.2. Fatores De Risco

Da mesma forma, Poles *et al*. (2018), afirmam em sua pesquisa que a falta de um companheiro para vivenciar o momento da gravidez e o puerpério, são considerados fatores preponderantes para o desenvolvimento da DPP. Tal fator também é ressaltado por Arrais, Cavalcanti e Schiavo (2018), onde destacam que a vivência em um relacionamento matrimonial conturbado e falta de suporte durante a gravidez influenciam consideravelmente na etiologia da doença.

Segundo Campos e Rodrigues (2015), o nascimento do bebê, embora culturalmente associado a sentimentos positivos, é um momento vivenciado pela mulher acompanhado de stress, e consequentemente, aumentando o risco à depressão. Sob o mesmo ponto de vista, Campos e Féres-Carneiro (2021), em sua investigação foi possível apontar que além das dificuldades características do transtorno e as alterações de humor no período após a gravidez, as mães também podem apresentar sentimentos de incapacidade e insegurança para assumir os cuidados do recém-nascido.

Outro fator de risco considerável para o desenvolvimento da DPP, é a violência contra a mulher no período gravídico-puerperal, pois estão particularmente vulneráveis à agressão, devido a uma série de fatores, como mudanças hormonais, fragilidade física e emocional, isolamento social e em diversos casos a dependência financeira (SILVA *et al*., 2017).

Vale ressaltar que, Hartmann, Mendoza-Sassi e Cesar (2017), também evidenciaram que o histórico pessoal ou familiar de doenças psiquiátricas, sobretudo a existência de episódios depressivos antes ou durante a gestação contribuem para o desenvolvimento da DPP na puérpera. Corroborando com tal fato, Arrais, Cavalcanti e Schiavo (2018), informa que mais da metade das mulheres que tiveram níveis de depressão leve na gestação, apresentaram risco de desenvolver a DPP e as que apresentaram depressão gestacional moderada ou grave, de fato foram rastreadas como tendo maior risco de desenvolver a DPP.

Conforme pesquisa de Poles *et al*. (2018), a depressão pré-parto é um fator de risco significativo para a DPP. Além disso, os autores ainda ressaltam que a depressão no ciclo gravídico-puerperal pode gerar consequências sérias para a mulher, família e criança, tanto na formação do feto, quanto no vínculo mãe-bebê, o que evidencia a importância de os sintomas depressivos serem investigados na assistência pré-natal. Complementando tal fato, Oliveira et al. (2022), refere que a existência da depressão perinatal pode levar à

interrupção da amamentação, indiferenças familiares e desleixo no cuidado com o bebê. Sendo assim, limita-se a capacidade de criar afinidades saudáveis e estáveis, que podem influenciar negativamente a relação entre mãe e filho.

Para Arrais, Cavalcanti e Schiavo (2018), o fato da mulher ter passado por uma gestação de alto risco durante o processo gravídico, que exigiu a internação e paralisação das atividades de rotina, é um fator de risco para a DPP, podendo levar a mulher a sentir medo e incerteza sobre o parto e com o bebê. Ainda, os autores também observaram que mais da metade das mulheres que apresentam níveis de depressão leve na gestação, tem o maior risco de desenvolver a DPP, visto que as mulheres demonstraram depressão gestacional moderada ou grave.

Semelhantemente em estudo feito por Hartmann, Mendoza-Sassi e Cesar (2017) citam que mulheres que passaram por complicações clínicas durante a gravidez tiveram maior probabilidade de desenvolver a depressão, demonstrando que nesse período de maior fragilidade e medos a gestante pode enfrentar diversos problemas relacionados à saúde.

Segundo Boska, Wisniewski e Lentsck (2016), foi possível observar que as mulheres que foram submetidas a cesarianas ficaram mais suscetíveis a desenvolver DPP do que mulheres que passaram por parto natural. Fato este, decorrente da recuperação mais demorada após a cesárea, maior necessidade de cuidados com o recém-nascido e a possibilidade de complicações durante a cirurgia. Concomitantemente, Poles et al. (2018), descreve em seu estudo que o parto cesáreo pode ser um fator predisponente para o desenvolvimento de transtornos como a tristeza materna e a DPP, pois aumenta o risco de complicações para a mãe e para o bebê, seja no aspecto físico ou psicossocial.

Em uma investigação feita por Hartmann, Mendoza-Sassi e Cesar (2017), identificaram que a falta de aceitação da gravidez pode gerar o surgimento da DPP no puerpério. Sendo assim, foi possível apontar que houve diminuição de 30% no desenvolvimento desse distúrbio, dessa maneira é fundamental a importância do planejamento de uma gestação. Desse modo, em outro estudo desenvolvido por Marcato e Leite (2021), foi possível concluir que a gestação não planejada, não aceita e precoce, e a falta de suporte familiar são os principais fatores para transtornos puerperais.

Segundo Hartmann, Mendoza-Sassi e Cesar (2017), a baixa renda é um dos fatores de risco para o surgimento da DPP. A predominância da depressão entre os grupos sociais menos privilegiados gera uma discussão acerca da efetivação de medidas para mudar essa discrepância social. Da mesma forma, Teixeira et al. (2021) afirma que mulheres com perfil socioeconômico baixos indicam elevado índice de sintomas depressivos.

Em uma pesquisa desenvolvida por Silva et al. (2017), houve associação estatística significativa quanto à presença de fatores depressivos em mulheres com renda per capita inferior ou igual a R$150,00 reais, onde as mulheres com melhores condições econômicas apresentavam sentimentos de vigor e as mulheres de baixa renda relataram em maior número sentimento de tristeza.

Além disso, Boska, Wisniewski e Lentsck (2016) apontaram que poucas puérperas relataram trabalhar ou ter renda fixa, visto que precisaram abandonar os estudos, por conta da união com o companheiro, responsabilidades do lar e criação dos filhos. A faixa etária também pode ser um fator de risco para a DPP, pois mulheres mais jovens, especialmente adolescentes, por estarem vivenciando pela primeira vez a experiência puerperal podem se sentir menos preparadas para enfrentar os desafios da maternidade e se sentem desorientadas durante o processo (BOSKA; WISNIEWSKI; LENTSCK, 2016). Corroborando com tal fato, Santos *et al*. (2022) expôs em sua pesquisa que mulheres jovens na faixa etária

entre 14 e 24 anos estão mais vulneráveis a desenvolverem sintomas da DPP.

Vale destacar a importância da equipe profissional, tendo o papel essencial na prestação de uma assistência qualificada à mãe e à criança, tornando-se um momento oportuno para o profissional ofertar o acolhimento, escuta qualificada e visita em domicílio, a fim de detectar possíveis sintomas e realizar o diagnóstico precoce da DPP. Para auxiliar no rastreamento de sintomas depressivos, foram criadas formas de detecção, como a Escala de Depressão Pós-Parto de Edimburgo (EPDS), essa ferramenta é composta por dez questões cujas respostas são pontuadas (0 a 3) de acordo com a presença e intensidade dos sintomas. A soma máxima de pontos pode chegar a 30, mas a partir de valores iguais ou superiores a 11 é considerado sintomas da DPP (SOUZA *et al*. 2018; BOSKA; WISNIEWSKI; LENTSCK, 2016).

Por outro lado, Arrais, Mourão e Fragalle (2014), realizaram um estudo onde houve a aplicação de um conceito de atendimento perinatal, chamado Pré-natal psicológico (PNP), como um programa de prevenção à depressão pós-parto. Essa medida visa proporcionar às gestantes um espaço em que elas possam compartilhar suas angústias, propiciando interações com outras mulheres que comunguem das mesmas aflições presentes nessa fase, favorecendo a troca de experiências e descobertas.

4. CONCLUSÃO

Em conclusão, o desenvolvimento da depressão pós-parto é um fenômeno complexo influenciado por uma série de fatores de risco. Embora a chegada de um novo bebê seja um momento de alegria e celebração, não devemos subestimar os desafios emocionais que as mães enfrentam durante esse período de transição. A combinação de fatores biológicos, psicológicos, sociais e econômicos torna algumas mulheres mais vulneráveis do que outras.

É crucial reconhecer que a depressão pós-parto não é uma fraqueza pessoal, mas sim uma condição médica que pode ser tratada com eficácia. A identificação precoce dos fatores de risco e a implementação de medidas preventivas, como um sistema de apoio sólido, acompanhamento médico adequado e a promoção da saúde mental, desempenham um papel fundamental na prevenção e no tratamento da depressão pós-parto.

A pesquisa contínua sobre esse tópico é essencial para aprimorar nossa compreensão dos fatores de risco envolvidos e desenvolver estratégias mais eficazes de intervenção e apoio às mães que enfrentam essa condição. Ao aumentar a conscientização e promover a empatia em relação às mães que sofrem de depressão pós-parto, podemos criar um ambiente mais solidário e compreensivo para as mulheres que estão passando por essa fase desafiadora de suas vidas.

Referências

ARRAIS AR, ARAUJO TCCF, SCHIAVO RA. Depressão e ansiedade gestacionais relacionadas à depressão pós-parto e o papel preventivo do pré-natal psicológico. **Rev. Psicol. Saúde**. 2019. 11(2):23- 34. Disponível em: http://dx.doi.org/10.20435/pssa.v0i0.7 06. Acesso em: 05 novembro 2023.

ARRAIS, A. R. **As configurações subjetivas da depressão pós-parto: para além da padronização patologizante.** Tese de doutorado, Universidade de Brasília, Brasília, DF, Brasil. 2005.

ARRAIS, A. R.; CAVALCANTI, T. C.; SCHIAVO, R. A. **Fatores de Risco e Proteção Associados à Depressão Pós-Parto no Pré-Natal Psicológico**. Psicologia: Ciência e Profissão, v.38, p.711-729, 2018.

ARRAIS, A. R.; MOURÃO, M. A.; FRAGALLE, B. **O pré-natal psicológico como programa de prevenção à depressão pós-parto**. Saúde e Sociedade, v. 23, p. 251-264, 2014.

BOSKA, G. A.; WISNIEWSKI, D.; LENTSCK, M. H. **Sintomas depressivos no período puerperal: identicação pela escala de depressão pós-parto de Edinburgh**. Journal of nursing and health, v.6, n.1, p. 38-50, 2016

CAMPOS, B. C.; RODRIGUES, O. M. P. R. **Depressão pós-parto materna: crenças, práticas de cuidado e estimulação de bebès no primeiro ano de vida**. Psico, v. 46, n. 4, p. 483-492, 2015.

CORRÊA, F. P., SERRALHA, C. A. **A depressão pós-parto e a figura materna: uma análise retrospectiva e contextual.** Acta Colombiana de Psicología, 18(1), 113-123. 2015. Disponível em: https://doi.org/10.14718/ACP.2015.18.1.11. Acesso em: 29 setembro 2023.

EPPERSON, C., BALLEW, J. **Postpartum Depression: A common complication of childbirth. In V. Hendrick (Ed.),** Psychiatric disorders in pregnancy and the postpartum: Principles and treatment. New Jersey: Humana Press. 2006.

GREINERT, B. R., MILANI, R. G. **Depressão pós-parto: Uma compreensão psicossocial.** Psicologia: Teoria e Prática, 17(1), 26-36. 2015. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872015000100 003&lng=pt&tlng=pt. Acesso em: 29 setembro 2023.

HARTMANN, J. M.; MENDOZA-SASSI, R. A.; CESAR, J. A. Depressão entre puérperas: prevalência e fatores associados. **Cadernos de Saúde Pública,** v. 3, n.9, p. e0009416, 2017.

MARQUES L. C., SILVA W. R. V., LIMA V. P., NUNES J. T., FERREIRA A. G. N., FERNANDES MNF. **Saúde mental materna: rastreando os riscos causadores da depressão pós-parto.** J. Health NPEPS. 2016.

MARCATO, K. C. D.; LEITE, M. F. Dificuldades emocionais maternas no puerpério em primigestas: estudo de corte transversal. **Rev. Salusvita**, 2021.

MORAES, I. S.G. *et al*. Prevalência da depressão pós-parto e fatores associados. **Prevalence of postpartum depression and associated factors,** 2006. Disponível em: https://www.scielosp.org/pdf/rsp/v40n1/27117.pdf. Acesso em: 29 setembro 2023.

MOLL MF, MATOS A, RODRIGUES TDA, MARTINS TDS, PIRES FC, PIRES NADS. Tracking postpartum depression in young women. **Rev. enferm**. UFPE on line. 2019;13(5):1338-44. Disponível em: https://periodicos.ufpe.br/revistas/revi staenfermagem/article/view/239181/3 2251. Acesso em: 5 novembro 2023.

O'HARA, M. W. **Postpartum depression: What we know.** Journal of Clinical Psychology, 65, 1258-1269. Doi: 10.1002/jclp.20644. 2009.

OLIVEIRA, T. A. et al. Rastreamento da depressão perinatal através da escala de depressão pós-parto de Edinburgh. **Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetrícia,** v. 44, p. 452-457, 2022.

POLES, M. M. et al. **Sintomas depressivos maternos no puerpério imediato: atores associados.** Acta Paulista de Enfermagem, v. 31, p. 351-358, 2018.

RIECHER-ROSSLER, A., HOFECKER, M. (2003). Postpartum depression: Do we still need this diagnostic term? **Acta Psychiatrica Scandinava**, 108, 51-56

SANTOS, M. L. C. et al. **Sintomas de depressão pós-parto e sua associação com as características socioeconômicas e de apoio social.** Escola Anna Nery**,** v.26, p. e010265, 2022.

SILVA, M. A. P.et al. Tristeza materna em puérperas e fatores associados. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, v.18, n.1, p. 8-13, 2017.

SOUZA, K. L. C. et al. Conhecimento de enfermeiros da atenção básica acerca da depressão puerperal. **Rev. engerm. UfPE on line**, v.12, n.11, p.

TEIXEIRA, M. G. et al. Detecção precoce da depressão pós-parto na Atenção básica. **Journal of Nursing and Health**, v.11, n.2, p. e211121

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

24

TRANSFORMANDO O LUTO EM SUPERAÇÃO: COMO TRANSFORMAR A DOR EM SAUDADE?

TRANSFORMING GRIEF INTO OVERCOMING: HOW TO TRANSFORM PAIN INTO LONGING?

Giselle Cruz
Noéllio Furtado Galvão
Karina Vanessa Fonseca Muniz

Resumo

Podemos compreender o luto, como um rompimento afetivo entre pessoas por conta de uma situação de morte e que todo e qualquer ser humano passará ao longo da vida, ao perder seus entes queridos. O grande processo é a passagem desse luto, que pode ser dado de forma rápida ou pode se transformar em algo bem demorado, passando de luto normal para um luto patológico e que é vivido através de cinco fases. Por meio de uma pesquisa do tipo bibliográfica, a presente pesquisa constatou o processo de luto é um processo normal e necessário, porém, por vezes pode tornar-se patológico, podendo levar estados de doença, nomeadamente à depressão e a outras doenças. A pesquisa dedicou-se a fomentar a importância da compreensão acerca do luto, visando através da psicoterapia ajudar o individuo a transformar a forem saudade e lembranças. E por fim, a partir do levantamento bibliográfico feito, entendeu-se a importância do profissional de psicologia que através da psicoterapia, permitirá ajudar o enlutado a compreender a situação e a ressignificar a sua vivência sem o outro ser que partiu.

Palavras-chave: Luto. Luto Normal. Luto Patológico. Depressão. Psicoterapia.

Abstract

We can understand grief as an emotional rupture between people due to a death situation and that each and every human being will go through throughout their lives, when losing their loved ones. The great process is the passage of this grief, which can be done quickly or can turn into something very long, going from normal grief to pathological grief and which is experienced through five phases. Through bibliographical research, this research found that the grieving process is a normal and necessary process, however, it can sometimes become pathological, leading to disease states, namely depression and other illnesses. The research was dedicated to promoting the importance of understanding grief, aiming through psychotherapy to help the individual transform longing and memories. And finally, from the bibliographical survey carried out, it was understood the importance of the psychology professional who, through psychotherapy, will help the bereaved person to understand the situation and give new meaning to their experience without the other being who left.

Keywords: Mourning. Normal Grief. Pathological Grief. Depression. Psychotherapy.

1. INTRODUÇÃO

Discutir alguns assuntos atualmente, podem ser entendidos como difíceis de ser compreendidos ou são vistos como tabus na sociedade contemporânea, justamente, por conta do seu rigor contextual que se entrelaça e impossibilita a discussão, ou por conta de uma não vivencia ou por se tornar um assunto delicado, como o caso de morte e o processo de luto.

Diante disso, a pesquisa tem como objetivo apresentar os processos de luto vivenciados pelo indivíduo ao perder um ente querido, buscando conceituar o luto em si, como uma perda significativa de um ente querido, pontuando os processos de luto, vivenciados por cada indivíduo e apresentar estratégias de enfrentamento ao luto que transforme a dor em saudade/lembranças.

Viver o processe de luto, possibilita com que o enlutado tenha as suas emoções e comportamentos alterados, justamente pela imensa dor vivida naquele momento, ampliando assim para uma tristeza prolongada, angústia e sem sentido total sobre a continuidade da sua vida.

Dessa forma, aceitar o luto não é algo fácil, necessita-se que tenha uma boa preparação psicológica, uma saúde mental que possibilite a compreensão da dor, e que assim possa reconceituar diversas questões que possibilite uma nova forma de viver do enlutado, superando a perda de forma considerável, a qual recebe o nome de luto patológico.

Este estudo justifica-se pela importância de uma ótica atenciosa sobre as fases do processo do luto vivenciados pelo indivíduo, uma vez que versa sobre o processo de luto, identificando o começo, meio e fim do processo, quando esse luto passa de um estágio normal e se transforma em um luto patológico, impossibilitando aceitar a perda e impedindo de viver como antes frente os sentimentos vividos no momento, sentindo uma enorme tristeza e/ou até mesmo sentindo-se culpado e infeliz diante da perda.

Diante disso, a pesquisa visa responder o seguinte problema: Como superar e compreender o processo do luto como algo que faz parte do processo natural do ser humano?

Visando buscar compreender e responder essa problemática, a pesquisa tem como objetivo apresentar o processo de luto vivenciado pelo indivíduo ao perder um ente querido, assim como, conceituar e explicar os processos de luto vivenciados por um indivíduo, identificando assim as estratégias que possam ajudar no processo de luto, além da frequência a psicoterapia com ajuda do profissional de psicologia, o psicólogo, que ajudará na compreensão do entendimento presente vivido pelo enlutado para assim traçarem novos percursos e permitir que a vida tenha sentido e possa continuar ser vivida.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

Para construção deste trabalho foi realizada uma pesquisa qualitativa e descritiva, do tipo revisão bibliográfica. Para este tipo de pesquisa foram realizadas buscas através de artigos, relatos de casos, teses, dissertações, cartilhas etc., encontrados nas bases de dados Google Acadêmico, Scielo e Pubmed.

Houve período limite para os artigos pesquisados dos últimos dez anos, estes poden-

do estar disponíveis em inglês e português. Como estratégia de busca foram utilizados os descritores “morte”, “luto”, “depressão” e “saúde”. E nas bases de dados em inglês “death”, “grief”, “depression” e “health”.

Inicialmente os estudos foram selecionados a partir dos títulos e resumos apresentados nas revisões bibliográficas realizadas. Os critérios de inclusão se deram baseados na relevância de conteúdo apresentados para o presente estudo, incluso apenas os trabalhos que abordaram sobre a questão do processo de luto, verificando a saúde mental das pessoas que vivenciam esse processo por conta da perda de um ente querido. Serão excluídos artigos não coincidentes com o tema da pesquisa e aqueles que demostrem termos preconceituosos, desrespeito e desigualdade.

2.2 Resultados e Discussão

Como parte biológica do processo de desenvolvimento humano e cumprindo as etapas da vida, o indivíduo reconhece que o fim da vida se dar com o processo de morte, questão essa talvez desconhecida, justamente pelo seu desconhecimento sobre e até mesmo por nunca sabermos quando e como será a nossa própria morte e/ou dos nossos entes queridos.

Dessa forma, a questão de morte e do luto, se tornam assuntos que não sabemos descrever, justamente, por conta da partida de pessoas especiais, onde é natural sentirmos que a nossa própria vida já não tem mais sentido, devido ao sentimento de perda e do vazio causado pela morte nos leva ao sentimento de luto.

De acordo com Ramos (2016, pág. 03 *apud* More e Fine, 1990), pode-se entender que o luto é:

> é visto como um processo mental no qual o equilíbrio físico é reestabelecido após a perda de um ente querido, sendo uma resposta mental a qualquer perda significativa e a mais comum a dor que, normalmente é acompanhada pela perda de interesse em relação ao mundo exterior, preocupação com as memórias do objeto perdido e diminuição da capacidade de investir em novos relacionamentos.

Em outras palavras, o luto pode ser entendido como um resultado da perda de uma relação ou de um laço afetivo de suma importância entre o indivíduo agora enlutado e o ente querido que morreu e, isso se torna ainda mais doloroso dependendo do laço afetivo vivido entre os indivíduos, tornando-se assim maior a sua dor, a sua angústia e a sua tristeza a longa prazo.

Corroborando com isso, a autora Arantes (2016, pág. 38) afirma que:

> o processo de luto se inicia com a morte de alguém que tem grande importância na nossa vida. Nem sempre o vínculo importante é feito só de amor, e quanto mais estiver contaminado de sentimentos complexos, como medo, ódio, mágoa ou culpa, mais difícil será enfrentar o processo de luto. Quando o vínculo rompido era feito de amor genuíno, então temos muita dor, mas, ao mesmo tempo, esse amor vai nos levar pelo caminho mais breve em relação ao alívio daquela.

Diante disso, nota-se que independente dos sentimentos e da relação afetiva vivida entre o enlutado e o ente querido, o luto pode deixar de ser considerado apenas saudável e passa a ser visto como patológico. De acordo com Filho (2017, pág. 25) podemos entender o luto saudável, como um:

> processo que o enlutado entende e admite a perda do ente querido, adequando-se sua vivência sem a pessoa. Normalmente, nesse tipo de luto o indivíduo consente em sentir a falta, se lamenta, chora. O que implica não é o sentir, mas sim, o quanto se sente e controla.

O luto saudável é a etapa vivida do luto de forma mais tranquila, em um curto espaço de tempo e que possui uma rede de apoio e suporte como a família, compreendendo assim o processo e aceitando a partida do ente querido, porém, quando esse luto se torna prolongado, por muito tempo, intensificando ainda a tristeza, o não sentido da vida, a não vontade de continuar e voltar a sua rotina, acaba se tornando o luto patológico.

Vale destacar que existe uma diferença grande em relação as características observadas em um enlutado relacionado ao luto saudável e ao luto patológico, as impressões mais frequentes e observáveis é o aumento de eventos ao longo tempo, que prejudica a vida social e o bem-estar do indivíduo.

De acordo com Filho (2017, pág. 24), existem algumas variantes que possibilitam com que o luto possa ser vivido de forma mais intensa no indivíduo, permitindo assim, que todas as suas estruturas cognitivas e sociais, possam ficar prejudicadas, uma vez em que deseja se isolar e assim tentar buscar uma compreensão acerca do processo vivido. Algumas variáveis interferem no processo de luto, a saber:

> cinco categorias que podem colaborar para a vivência de um luto sadio ou patológico, a depender da sua intensidade: 1) identidade e o papel da pessoa perdida, 2) idade e o sexo da pessoa enlutada, 3) causas e circunstâncias da perda, 4) circunstâncias sociais e psicológicas que afetam a pessoa enlutada na época da perda e depois dela, 4) personalidade do enlutado (Luto parental e construção identitária: compreendendo o processo após a perda do filho (FILHO, p 24, 2017).

De acordo com essas categorias, notamos que o luto possui tempo, duração e intensidade e isso é determinado pela convivência em que o indivíduo enlutado possuía com a pessoa que chegou a óbito e tal ato é vivenciado de pessoa por pessoa, sem haver uma generalização do tempo e intensidade do luto, pois, todo esse processo vivenciado pela pessoa, vai muito além de como cada pessoa mantinha a relação com a outra pessoa que chegou a morrer.

Para Braz (2017, pág. 67):

> O luto patológico destaca-se quando o enlutado sofre uma desordem duradoura que dificulta reassumir sua rotina com a capacidade que havia antes da perda. Ressalta o aparecimento de atitudes nesse processo complicado: demonstração das emoções em excesso que permanecem logo após muito tempo da perda, o afastamento social, evento depressivo, sintomatizarão constate, entre outros.

E essa desordem duradoura, acaba afetando o indivíduo de forma integral em suas dimensões: física, emocional, comportamental, cognitiva e espiritual e na maioria das vezes, o indivíduo enlutado não consegue avançar nos estágios do luto, estagnando em um determinado estágio. No entanto, vale lembrar que nem sempre as etapas acontecem em sequência e o tempo que as pessoas vivenciam cada uma delas pode variar.

Com isso, se pode compreender que as fases do luto são identificadas em cinco estágios, a saber: o primeiro é o estágio de negação, o segundo estágio de raiva, o terceiro estágio de barganha, o quarto estágio de depressão, onde muitas pessoas acabam estagnando e entrando em uma angústia constante e estado de tristeza profundo. Já o quinto e último estágio, é o estágio de sintoma do luto.

Entretanto, cada estágio desse representa um momento vivido pelo enlutado frente a aceitação no processo de luto. De acordo com Filho (pág. 67, 2016), o primeiro estágio do luto que é a negação:

> Quando o paciente recebe a notícia da perda do ente querido e, diante da notícia, utiliza a negação e o isolamento, acreditando que pode ser um engano. Funciona como um para-choque, sistema de defesa contra as emoções de angústia até que venha recuperar e se acostumar com a realidade.

Diante desse estágio, nota-se um total descrédito do indivíduo que acaba de receber a informação da partida do seu ente querido, tentando assim, se afastar da realidade recebida.

Já no segundo estágio, "apresenta um sentimento de raiva, quando não é mais possível negar o fato e a revolta, inveja e ressentimento ficam constantemente presentes" (Filho, 2017, p. 68). Nesse estágio, o enlutado já não consegue mais desacreditar na notícia recebida e passa para um inconformismo, não querendo aceitar e questionando diversos fatos frente a raiva e o sentimento que está passando.

No terceiro estágio, o indivíduo começa a barganhar e/ou negociar, onde "a pessoa começa a imaginar diferentes situações e a tentar negociar, com Deus, por exemplo, para que a perda não seja de verdade e para que a pessoa amada volte" (Filho, 2017, p. 69).

No quarto estágio do luto (depressão) "o paciente não tem mais como negar que está doente, esse estágio requer atenção e diálogo por parte de pessoas que estão ao redor dele. Abrange emoções de tristeza e solidão" (Filho, 2016, p. 70).

Já no último estágio, que é o estágio da aceitação, que é "quando o indivíduo já teve um período suficiente para superar e lamentar a perda. A tendência é que ele aceite sua situação, e perceba que já venceu os outros estágios e que nem tudo está perdido, recebendo o auxílio necessário para reorganizar a vida" (Filho, 2016, p. 72).

Diante desses estágios, dependendo de diversos fatores, esse processo de luto pode ser vivenciado de forma rápida ou não. Na maioria das vezes, quando se torna prolongado acaba aparecendo sintomas físicos que fazem com que as pessoas procurarem um médico ao invés de um psicólogo, ou seja, uma vez que a saúde mental e emocional se encontra fragilizada, o corpo começa a sentir e a refletir na saúde física do indivíduo.

Por isso, a necessidade de se criar estratégias para o enlutado vivenciar o processo, perpassar pelos estágios do luto e assim conseguir aceitar a passagem do ente querido e reconceituar a sua vida, prosseguindo e tendo objetivos a se alcançar. No qual cada estratégia visa possibilitar uma resposta saudável nos comportamentos, aprendendo novas formas e/ou modificando as formas de compreensão em relação ao processo da perda de

um ente querido.

Tais estratégias podem ser traçadas como a resolução de problemas, automonitoramento, alguns treinos de habilidades sociais, ajuda no processo de reconstrução cognitiva, atenção ao processo de prevenção e recaída, psicoeducação, registro de pensamentos disfuncionais, role-play, descoberta guiada, dessensibilização sistemática, entre outros.

De acordo com Basso e Wainer (2019, pág. 17) no automonitoramento tem o intuito de:

> aumentar a capacidade de metacognição, com intuito de o paciente perceber como pensa e passa a ter sentimentos e comportamentos devido às crenças (Flavell, 1979). Recomenda-se que, diante de uma situação aversiva, o paciente identifique o que está fazendo, pensando, sentindo. É o pensar sobre o pensamento: "Desde quando fulano faleceu, as pessoas não me procuraram mais [...]. Se esse pensamento fosse verdade, como me sentiria?".

Nessa estratégia, o psicoterapeuta permiti com o paciente enlutado consiga fazer uma autoavaliação de si e do momento em que se encontra, buscando assim, algumas respostas para aquilo que ele não se permiti a viver e/ou fazer, buscando assim pensamentos e reações racionais.

Já as habilidades sociais, para os autores Basso e Weiner (2019, p. 19) podem ser usadas como estratégias psicoterápicas, pois, possibilita:

> aumentar e ensinar novas habilidades cognitivas como o automonitoramento, habilidades verbais e, principalmente, comportamentais, para que o enlutado consiga perceber e lidar melhor com o ambiente (Caballo, 2003). Neste caso, recomenda-se que possam ser listadas algumas situações em que o paciente apresenta dificuldades para resolver. Na maioria das vezes, os pacientes enlutados encontram-se deprimidos e tendem a antecipar sentimentos negativos, bem como avaliam erroneamente o grau de dificuldade. Diante das situações listadas e por meio de um ensaio comportamental, avalia-se como o paciente se comportaria em determinada situação, e juntos, paciente e terapeuta, treinam uma resposta adaptativa: "Já que treinamos em sessão, o que você acha de tentar aplicar nas situações que, num primeiro momento, você consideraria embaraçosas?"; "O que aconteceria se você tentasse?"

Tal estratégia, possibilita um preparo para o desenvolvimento do enlutado, pois, nesse estado que se encontra, sente com frequência a grande vontade de isolar-se e de não ter contatos sociais com outros indivíduos. Como consequência disso, acaba não conseguindo realizar certas ações que precisa vivenciar diariamente, e com o treinamento de habilidades sociais, nota-se que a prática a ser executada para a solução das coisas, pode ser repetida com base no que foi praticado na psicoterapia com o psicólogo.

Outra estratégia muito utilizada inclusive pela Terapia Cognitiva Comportamental, é a reestruturação cognitiva. De acordo com Basso e Wainer (2019, p. 21), a reestruturação cognitiva, permiti que:

> numa colaboração entre paciente e terapeuta, identifica-se pensamentos irracionais e catastróficos, exame das evidências favoráveis e contrárias aos pensamentos distorcidos, a fim de avaliar e perceber outros pensamentos mais adaptativos (Beck, 1997). Nesse momento, pode ser usado o modelo A-B-C (A=situação, B=pensamento, C=consequência) para auxiliar o paciente a iden-

> tificar a situação perturbadora e o pensamento automático: “O que aconteceu para eu me sentir assim?”; “O que passou pela minha cabeça?”. Identificado esse pensamento, o segundo passo é avaliar a veracidade desse pensamento: “Que evidências eu tenho para comprovar esse pensamento?”; “Esse pensamento é realista?”. Num último momento, orienta-se o paciente a desafiar e substituir o pensamento por afirmações mais racionais: “Qual vantagem tenho em manter esse pensamento irracional?”; “Qual seria o pensamento saudável nessa situação?”.

Em outras palavras, por conta do enfrentamento do luto que está sendo vivenciado, a pessoa acaba que tendo somente pensamentos negativos, em decorrência da partida do seu ente querido e dependendo do grau de proximidade com o falecido, isso ainda se torna o mais grave, pois, a pessoa enlutada chega a se perceber como sem sentido, sem norte, pois sentia uma dependência com o indivíduo que morreu.

E a intenção da reestruturação cognitiva é permitir que o indivíduo consiga ter um ajustamento cognitivo, compreendendo a sua situação e permitindo modificar o seu quadro que se encontra e isso será possível ao longo das sessões de terapia, onde o terapeuta compreende o estado mental do indivíduo e o ajuda a perceber a situação presente e problematiza se deseja continuar vivendo o presente estado ou se deseja mudar a situação vivida por decorrência do luto.

Ademais, outra estratégia muito utilizada é a de *coping*. De acordo com Basso e Wainer (2019, p. 27), o *coping* é:

> o conjunto das estratégias utilizadas pelas pessoas para adaptarem-se a circunstâncias adversas, ou seja, uma resposta cognitiva e comportamental ao estresse, com objetivo de suavizar características aversivas. É preciso que os pacientes busquem novas estratégias de enfrentamento, frente às anteriormente internalizadas (Lisboa et al., 2005; Folkman & Lazarus, 1980). Indica-se o levantamento de outros eventos adversos na vida dos enlutados e quais estratégias foram úteis para amenizar os sintomas gerados: “Quando você se encontrou numa situação difícil, como você lidou com ela?”; “Se uma pessoa amiga estivesse na mesma situação na qual você se encontra, que conselho daria a ela?”.

Nesse sentido, o coping é uma estratégia utilizada com o paciente enlutado a partir do momento em que o terapeuta consegue perceber uma falta de controle do paciente em relação as atividades diárias, ou seja, naquele momento em que por conta do luto, as atividades diárias estão fora de controle ou apresentam situações adversas de descontrole (LIGÓRIO, 2021).

A grande intenção dessa estratégia do coping é fazer com que o paciente reestabeleça o controle pessoal, consiga ter um ajustamento emocional evitando stress e consiga ter um bom repertório social e cultural ao longo do tempo de luto vivido.

Outra estratégia que ajuda nesse processo é a prevenção e recaída. Para os autores Basso e Wainer (2019, p. 36):

> psicoeducar o enlutado quanto ao seu funcionamento, suas dificuldades e também sua autoeficácia (Beck, et al., 1979). No decorrer do processo psicoterapêutico, foi lhe orientado a utilizar estratégias e habilidades para lidar de maneira eficaz com o problema percebido. Ao se deparar com outras situações, terá recursos para enfrentar possíveis problemas: “Quais os pródromos

> de um evento adverso?"; "Que situações são consideradas como situação de risco?"; "Que estratégicas disponíveis me auxiliariam neste momento?".

Trabalhar o pós luto também é de suma importância para a compreensão do enlutado e para a sua saúde mental, pois, ao longo da sua vida, pode haver gatilhos que possibilite uma recaída devido a falta da pessoa que morreu e isso uma vez que não esteja sendo acompanhado ou tenha sido aceito, pode prejudicar diretamente a saúde mental do indivíduo e toda a sua conjuntura social e emocional.

Por isso, a necessidade de um acompanhamento psicológico, onde na psicoterapia, inicialmente o psicólogo irá proporcionar um acolhimento, um vínculo empático com o enlutado, levando em conta as crenças que o paciente enlutado tem acerca da morte e seus pensamentos disfuncionais (LIGÓRIO, 2021).

Nesse sentido, o auxílio terapêutico se apresenta como recurso benéfico e com grande potencial para a readequação e restauro do equilíbrio mental e emocional do indivíduo. De acordo com Basso e Winer (2011, p. 57):

> É recomendável que possam diminuir as alterações emocionais, pois o enlutado encontra-se num estado frágil, vulnerável e desorganizado, tanto em níveis cognitivos como fisiológicos, motores e comportamentais. As alterações são fatores que podem dificultar o bom andamento do tratamento, prejudicando o funcionamento da terapia e sua meta principal, que é servir como uma facilitadora no processo de readaptação do indivíduo.

A grande questão do enlutado, é não vivenciar a dor sozinho e entender que a ajuda de um profissional, de um psicólogo, pode ajudar de forma mais rápida na compreensão do luto, evitando assim uma evolução de um quadro mais frágil, tanto de forma física como mental.

Contudo, o psicólogo visa ajudar a pessoa enlutada a lidar com a perda de forma adaptativa e ajustada, reorganizando as suas crenças acerca de si mesmo e do mundo, possibilitando com que o indivíduo estabeleça um novo equilíbrio que lhe permita, não propriamente ultrapassar a perda, mas aprender a viver com ela.

3. CONCLUSÃO

Muito se ouviu falar que quando o indivíduo perde um ente querido, pode-se falar o que for, pode-se externar forças através de palavras que parece que nada fará efeito diante da grande sofrida. Porém, requer grande atenção para o enlutado, pois, na maioria das vezes vivencia um sofrimento tão grande e angustiante, não conseguindo viver e não conseguindo perceber que a vida precisa continuar, que a partida do ente querido é algo natural e por isso deve ser entendido e aceito.

Mas, na maior parte das vezes, vemos os indivíduos enlutados em um sofrimento tão grande, querendo apenas se recolher e não manter contato com nada mais a sua volta, perdendo o interessante totalmente sobre as demais coisas que estão a sua volta, apresentando crises de choro de forma constante, se recusando a manter interação, vivendo uma vida totalmente preta e branca.

Sendo assim, o indivíduo quando apresenta um processo vivenciado de luto prolongado, de forma individual e sozinha não conseguirá vencer as etapas e por consequência

acabará acarretando outros problemas de saúde, tanto físicos como mentais. Por isso, a necessidade de ter um acompanhamento profissional que ajude a compreender o presente vivido e assim consiga de forma lenta e gradual ir avançando para bons resultados.

Essa ajuda profissional consiste em um enfrentamento contínuo do terapeuta com o enlutado, onde o psicólogo será visto como um suporte para o seu paciente, possibilitando com o que o mesmo possa ter um apoio e ajude na ressignificação de sua vida, evitando assim o processo de luto prolongado possa piorar e se tornar assim um luto complicado.

Contudo, nota-se que a psicologia possui um amplo repertório sobre a maneira de abordar a temática do luto, buscando sempre meios e estratégias que facilite para o enlutado compreender o presente e assim permitir mudar a situação viva, além do que, possibilita contribuir com o paciente enlutado, oferecendo a ele ferramentas para aceitar o processo e assim transformar o luto doloroso em um luto saudável.

Referências

ARANTES, Ana Cláudia Quintana. **A morte é um dia que vale a pena viver**. – 1. ed. – Rio de Janeiro: Casa da Palavra, 2016.

BASSO, Lissia Ana. Wainer, Ricardo. **Luto e perdas repentinas**: contribuições da Terapia Cognitivo-Comportamental. Vol. 07. Rio de Janeiro, 2017.

Beck, J. **Terapia Cognitiva:** Teoria e Prática. Porto Alegre: Artes Médicas. (1997) -(Original publicado em 1995).

BRAZ, M. S. et al. **Profissionais Paliativistas e suas Contribuições na Prevenção de Luto Complicado.** Psicol. cienc. prof., Brasília, v. 37, n. 1, pág. 90-105, 2017. Disponível em: Acesso em: 21/08/2023 BULSING, R. S. et al. Envelhecimento e morte: percepção de idosas de um grupo de convivência. Psicologia em Estudo, vol. 21.

Caballo, V. E. **Manual de Avaliação e Treinamento das Habilidades Sociais**. São Paulo: Santos, 2019.

FILHO, J. F. C. et al. **Luto parental e construção identitária**: compreendendo o processo após a perda do filho. Psicologia Argumento. v. 35, n. 88, dez. 2017. ISSN 1980-5942. Disponível em: 20 . Acesso em: 23/08/2023.

Flavell, J. **Metacognition and cognitive monitoring**. American Psychologist, 34, EUA – 1979.

LIGÓRIO, Juliana Hirata. **Finitude, morte e luto**: aspectos psicológicos e estratégias de enfrentamento. 2021. 27 páginas. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – Faculdade Anhanguera, Taubaté, 2021.

Lisboa, C., Koller, S. H., Ribas, F. F., Bitencourt, K., Oliveira, L., Porciuncula, L. P., et al. **Estratégias de coping de crianças vítimas e não vítimas de violência doméstica**. Psicologia: Reflexão e Crítica, 2002.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

25

A TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL E SUAS CONTRIBUIÇÕES NO MANEJO CLÍNICO DO TRANSTORNO DE ANSIEDADE GENERALIZADA

COGNITIVE-BEHAVIORAL THERAPY AND ITS CONTRIBUTIONS TO THE CLINICAL MANAGEMENT OF GENERALIZED ANXIETY DISORDER

Daniel Luanderson dos Santos Silva
Alice Parentes da Silva Santos

Resumo

De acordo com a Classificação Internacional de Doenças (CID-10) O Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG) constitui uma patologia, sendo esta oriunda do contexto da modernidade. O presente artigo constitui uma pesquisa de revisão bibliográfica a bancos de dados do tipo Lilacs e Medline - feita através de um cruzamento basicamente dos termos Terapia Cognitiva (TC) e Transtorno de Ansiedade Generalizada – a artigos científicos bem como livros e materiais afins. A pesquisa norteou-se por alguns objetivos traçados no intuito de selecionar referenciais teóricos existentes na temática dando não somente a devida importância aos mesmos, mas, também, excluindo aqueles que não tivessem relação com o tema proposto nesta pesquisa. Assim os objetivos do trabalho consistiram em: enumerar os pressupostos teóricos e práticos que compõem a Terapia Cognitiva no TAG; evidenciar as razões que norteiam a estrutura da TC para que esta estruture o seu processo terapêutico no TAG; e por fim, demonstrar a eficácia de tal modelo no TAG. A Terapia Cognitiva constitui uma possibilidade de tratamento com eficácia comprovada, sendo o seu processo terapêutico limitado no tempo e construído juntamente com a pessoa que apresenta tal transtorno. As intervenções terapêuticas da TC são estruturadas em pressupostos teóricos e práticos do modelo cognitivo-comportamental e em um planejamento criativo e flexível por parte do terapeuta onde o plano terapêutico é individual e restrito a cada caso.

Palavras-chave: Ansiedade, Transtorno de ansiedade generalizada, Terapia Cognitiva-comportamental

Abstract

According to the International Classification of Diseases (ICD-10), Generalized Anxiety Disorder (GAD) is a pathology. According to the International Classification of Diseases (ICD-10), Generalized Anxiety Disorder (GAD) is a pathology arising from the context of modernity. This article constitutes a bibliographical review of databases such as Lilacs and Medline - basically by cross-referencing the terms Cognitive Therapy (CT) and Generalized Anxiety Disorder - and scientific articles as well as books and related materials. The research was guided by objectives outlined in order to select existing theoretical references on the subject not only giving them due importance, but also excluding those that were unrelated to the topic proposed in this research. The objectives of the theoretical and practical assumptions that make up Cognitive Therapy in Cognitive Therapy in GAD; to highlight the reasons that guide the structure of CT so that it can be a therapeutic process in GAD; and finally, to demonstrate the efficacy of this model in GAD. Cognitive Therapy is a treatment option with proven effectiveness. With proven efficacy, with its therapeutic process being limited in time and together with the person with the disorder. The therapeutic interventions are structured on the theoretical and practical assumptions of the cognitive-behavioral cognitive-behavioral model and creative and flexible planning on the part of the therapist. therapist, where the therapeutic plan is individual and restricted to each case.

Keywords: Anxiety, Generalized anxiety disorder, Cognitive-behavioral therapy

1. INTRODUÇÃO

Conforme dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), cerca de 264 milhões de pessoas no mundo são diagnosticadas com transtornos de ansiedade. O transtorno de ansiedade generalizada tem sido o mais notificado entre eles. Sabe-se que a ansiedade, em si, é uma emoção básica dos sistemas de alerta do corpo. É disparada por gatilhos internos ou externos que são interpretados como ameaçadores. É o estímulo que faz o sujeito estudar para um teste de conhecimento, se preparar para a defesa de um trabalho de conclusão de curso e dar uma resposta imediata de socorro a alguém atropelado na rua (HOFFMANN, 2022).

Atualmente, entretanto, vê-se indivíduos com desregulação nesse sistema de defesa. O TAG, um dos tipos de transtorno de ansiedade, vem ganhando destaque por causa de sua prevalência. Um dos sintomas é a manifestação de uma preocupação excessiva com relação à vida e ao futuro. A preocupação e a ansiedade são emoções adaptativas e funcionais, mas se tomam proporções exageradas, afetam o funcionamento saudável do indivíduo.

O problema da presente pesquisa, então, é descrever de que formas a Terapia Cognitivo-Comportamental, executada no manejo clínico do Transtorno de Ansiedade Generalizada, pode contribuir para o tratamento do paciente com tal psicopatologia.

Desse modo, o objetivo geral da pesquisa é destacar a aplicação da abordagem cognitivo-comportamental e sua eficácia no tratamento a pacientes com transtorno de ansiedade generalizada, entendendo o transtorno e a contribuição da abordagem para seu tratamento. Também objetiva evidenciar técnicas da terapia cognitivo-comportamental no tratamento do TAG. Para isso, foram realizadas pesquisas de artigos que abordam o tema e, a partir delas, os resultados foram contextualizados.

O tema desta pesquisa tem sido muito discutido atualmente, e com o aumento de casos dessa psicopatologia, surge a necessidade indispensável da realização de pesquisas sobre tal temática. Para isso, propõe-se a Terapia Cognitivo-Comportamental como uma abordagem comprovadamente eficaz em seu tratamento. Os sintomas do Transtorno de Ansiedade Generalizada têm prejudicado o funcionamento saudável do ser humano.

Sintomas como preocupações e medos exagerados, agitação, angústia, irritabilidade, problemas no sono, dificuldade em relaxar, dificuldade na concentração, taquicardia, formigamento e dores musculares são só alguns destes sintomas. Tal sofrimento não se restringe apenas ao aspecto físico, mas causa um sofrimento emocional para o indivíduo (KNAPP, 2004).

Uma forma eficaz de intervenção nesse transtorno, portanto, faz-se fundamental nos dias atuais, posto que ele se tornou um grave problema de saúde pública no mundo e, fortemente, no Brasil. A descrição desta pesquisa é de grande relevância para a sociedade e para a comunidade científica, visto que o conhecimento construído e divulgado sobre a temática, esclarecendo sua problemática, abre caminho para o diálogo acerca do problema. A Terapia Cognitivo-Comportamental, especificamente, é um modelo de terapia estruturada e que trabalha de forma colaborativa entre terapeuta e paciente. Para Cordioli (1998, p. 29) “é indispensável uma boa relação terapêutica, na qual o terapeuta é ativo e o paciente um colaborador”. A adesão ao tratamento por parte do paciente é um pilar fortificado no modo como a abordagem trabalha desde as primeiras sessões, conscientizando o paciente, psicoeducando, explicando brevemente o funcionamento da terapia, desmis-

tificando seu diagnóstico caso tenha um, e estabelecendo o vínculo necessário para que o processo terapêutico ocorra. Essa abordagem, especificamente, parte do entendimento de que sentimentos, emoções e comportamentos decorrem dos pensamentos do sujeito e são influenciados por crenças, ou seja, a interpretação feita dos eventos externos a partir das experiências é capaz de moldar seus comportamentos. Tais emoções e sentimentos são capazes, até mesmo, de gerar reações fisiológicas, como é o caso do que ocorre em pessoas com transtorno de ansiedade generalizada. Quando os pensamentos são disfuncionais e o sujeito possui crenças também disfuncionais, os comportamentos gerados a partir disso são prejudiciais. Sendo assim, esse modelo de terapia trabalha, no paciente com transtorno de ansiedade generalizada, suas crenças e pensamentos, tornando-o participativo nesse processo a partir de diversas técnicas que trabalhem os pensamentos e modulem comportamentos, tornando ambos mais funcionais.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

Este trabalho foi realizado através da pesquisa de revisão de literatura na temática sobre o Transtorno de Ansiedade Generalizada atrelada as contribuições da terapia Cognitiva-comportamental para seu tratamento. Ocorreu a revisão em artigos científicos, levantamento bibliográfico, bem como no portal de pesquisa.

Os dados foram coletados no Google acadêmico, assim como pesquisas que cruzaram com a abordagem escolhida e o transtorno propriamente dito. O critério de pesquisa se deu pela especificidade da abordagem escolhida e do transtorno. Foram encontrados 98 artigos, reduzidos para 21, com uma amostra final de 6 artigos.

A escolha dos artigos foi baseada em critérios inclusão, tais como o tema, as palavras-chave, idioma em português e a data de publicação, com recorte aos textos publicados entre os anos de 2006 e 2022, cujas palavras de busca foram: transtorno de ansiedade, terapia cognitivo-comportamental, tratamento e psicoterapia.

As publicações científicas selecionadas foram lidas e analisadas, com o objetivo de formar um nicho de títulos que apresentam informações relevantes para a construção desse trabalho.

Foi achado e analisado um número considerável de artigos que trouxeram uma interação entre as técnicas da TCC e a TAG. Apesar de haver pesquisas sobre isso, ainda se faz necessário mais estudos sobre tal temática para sua melhor compreensão.

2.2 Resultados e Discussão

Após a realização da leitura e o estudo dos 6 artigos selecionados, foi elaborado um quadro com o objetivo de sintetizar as principais informações dos artigos.

Ano	Autores	Título	Objetivo	Método
2006	REY, G. J. F.; PANCINE, C. A.	Terapia cognitivo-comportamental da fobia social: modelos e técnicas	Avaliar a eficácia da TCC no tratamento da fobia social	Revisão bibliográfica

2011	OLIVEIRA, M. I. S.	Intervenção cognitivo-comportamental em transtorno de ansiedade: Relato de Caso	Mostrar o manejo do transtorno de ansiedade no serviço público, como uma possibilidade real de promoção da autonomia do sujeito	Estudo de caso
2019	GAMA, C. L. D. S.	Terapia cognitivo-comportamental no transtorno de ansiedade generalizada	Revisar bibliograficamente o (TAG), suas características e impactos na vida do indivíduo, a forma como a TCC o aborda	Revisão bibliográfica
2020	MELO, A. L. C.; LOURENÇO, L. M.	Terapia cognitivo-comportamental no tratamento de um caso de transtorno de ansiedade generalizada: um relato de caso	Apresentar o manejo de um caso clínico de uma adolescente do sexo feminino, com hipótese diagnóstica de TAG ocorrido em uma clínica-escola, conduzido sob a perspectiva da TCC	Estudo de caso
2021	HONÓRIO, A. P. et al.	O manejo da terapia cognitivo-comportamental frente ao transtorno de ansiedade no contexto da pandemia da covid-19	Descrever situações que podem intensificar sentimentos negativos, apresentar possíveis técnicas de intervenções através da TCC	Revisão bibliográfica
2022	MARQUES, A. L. T.; NOGUEIRA, B. C.; FERREIRA, K. M.	O transtorno de ansiedade generalizada pela perspectiva da teoria cognitivo- comportamental.	Compreender o TAG), a partir da perspectiva da (TCC), apresentando como a abordagem cognitiva o concebe e quais são as técnicas de intervenção empregadas	Revisão bibliográfica

Quadro 1. Disposição das publicações estudadas.

Na análise dos 6 artigos publicados, foi possível constatar que todos foram realizados no Brasil. Acerca da distribuição das publicações ao longo do tempo, notou-se que há uma carência de estudos em relação à temática em questão. Pôde-se observar que em 2007, 2008, 2009, 2010, 2012, 2013, 2014, 2015, 2016, 2017 e 2018 não foram encontrados estudos publicados. Já nos anos de 2006, 2011, 2019, 2020, 2021 e 2022, constatou-se que artigos foram publicados, um em cada ano. Para análise dos dados, 4 autores empregaram a metodologia de revisão bibliográfica e 2 realizaram estudo de caso.

As informações encontradas nos artigos foram associadas conforme suas similaridades, originando as seguintes categorias: Terapia Cognitivo-Comportamental no manejo de sintomas ansiosos; Papel do terapeuta cognitivo-comportamental no atendimento a pacientes com transtorno de ansiedade generalizada.

2.2.1 Terapia Cognitivo-Comportamental no manejo de sintomas ansiosos.

O manejo realizado em Terapia Cognitivo-Comportamental, de modo geral, é norteado por um entendimento prévio de como funciona a dinâmica entre pensamento, emoção, comportamento e reações físicas (BECK, 2013). Esse entendimento consiste no

modelo cognitivo e norteia a compreensão acerca de como pensamentos disfuncionais influenciam o surgimento de sintomas dos mais variados transtornos.

Na psicoterapia dessa abordagem, o modelo cognitivo é apresentado ao paciente de modo simplificado para fácil compreensão. Também é partilhado com o paciente a conceitualização cognitiva do caso, seu plano de tratamento, toma-se decisões junto a ele, envolvendo-o no processo e enfatizando a importância de sua participação colaborativa com o terapeuta e ativa no processo de alívio dos sintomas no dia a dia.

Sabendo-se disso, tendo em vista que sintomas ansiosos apresentam-se acompanhados de uma série de pensamentos automáticos e negativos, a abordagem Cognitivo-Comportamental apresenta uma visão e modo de trabalho que inclui o paciente no processo de, além de compreender fatores que, juntos, são estímulos que podem gerar mais ansiedade em seu contexto, também o apresenta técnicas para lidar com sintomas ansiosos que possam surgir.

O estudo de Melo e Lourenço (2020) aborda a Terapia Cognitivo-Comportamental enquanto tratamento para fobia social, outro transtorno, o qual também é marcado por sintomas ansiosos. Trata-se de uma revisão de literatura e aborda aspectos muito presentes, tanto nesse transtorno como no transtorno de ansiedade generalizada. Os aspectos citados são crenças irracionais, que levam o sujeito a cobrar-se excessivamente, além da vulnerabilidade cognitiva, que torna as interpretações dos pacientes errôneas acerca de situações sociais e do desempenho próprio (BECK; EMERY; GREENBERG, 1985).

O artigo traz, então, técnicas usadas na Terapia Cognitivo-Comportamental para casos de sintomas ansiosos decorrentes da fobia social. Vale pontuar que as técnicas trazidas são igualmente eficazes no tratamento de pacientes com transtorno de ansiedade generalizada, e por esse motivo são frequentemente utilizadas no atendimento clínico a pacientes com esse transtorno, sobretudo as técnicas de relaxamento, exposição e reestruturação cognitiva.

2.2.2 Papel do terapeuta cognitivo-comportamental no atendimento a pacientes com transtorno de ansiedade generalizada

Tendo como base o que diz Bock (2001), “trabalhar para aliviar o sofrimento psicológico das pessoas exigirá do psicólogo um posicionamento ético e político sobre o mundo social e psicológico” (p. 260)**.** Trabalhar a demanda de transtorno de ansiedade generalizada, sendo assim, requer do profissional um olhar além das técnicas da abordagem com a qual atua, enxergando – e ajudando o paciente a também enxergar – o que, no seu contexto social e nos seus hábitos, são geradores de sintomas ansiosos. A presente pesquisa trouxe estudos que se assimilam na ênfase a respeito da eficácia da Terapia Cognitivo-Comportamental ao tratar o transtorno de ansiedade generalizada. Um deles, o estudo de Rey e Pancine (2006) trata-se de um relato de caso em que a paciente apresenta uma série de sintomas que levantam a hipótese diagnóstica de transtorno de ansiedade generalizada, e recebeu acompanhamento em sessões de terapia cognitivo-comportamental. Uma observação comum e, ao mesmo tempo, relevante nesse estudo, é o fato de a paciente apresentar crenças e pensamentos muito comuns em pacientes com esse transtorno: autocrítica e autocobrança exacerbadas, crença central de desvalor, medo e angústia em situações cotidianas e comuns, dentre outras manifestações de ansiedade que caracterizam o transtorno. Os terapeutas responsáveis pelo processo dessa paciente a apresentaram o modelo cognitivo na etapa inicial do tratamento, fizeram uso de técnicas como questionamento socrático e registros de pensamentos automáticos, além de trabalharem

a reestruturação cognitiva, tão necessária tendo em vista a catastrofização que se fazia presente nas demandas trazidas por ela. O trabalho em questão aponta algumas técnicas as quais podem ser utilizadas pelos terapeutas da abordagem cognitivo-comportamental para reestruturação cognitiva em pacientes com transtorno de ansiedade generalizada. Dentre elas, consta-se a apresentação de uma lista com os principais erros cognitivos e a psicoeducação sobre eles, a descatastrofização e o exame de evidências. Além disso, era separado um tempo durante as sessões para se trabalhar a respiração da paciente, o que a ajudava a relaxar desde o momento da sessão, sendo estimulada a fazer uso da técnica em seu dia a dia. Também foram ensinadas a técnica Mindfulness e estratégia A.C.A.L.M.E.S.E, as quais são comprovadamente eficientes para a amenização de sintomas ansiosos, desde os que se apresentam apenas em pensamentos, aos que se manifestam fisicamente, dificultando a rotina do paciente. Todo esse manejo feito de forma personalizada para atender às demandas da paciente reduziu consideravelmente os sintomas apresentados no início desse processo, além de demonstrar como a paciente teve suas crenças e pensamentos flexibilizados ao passo que evoluía com o tratamento. O papel do profissional, então, consiste em apresentar às técnicas da Terapia Cognitivo-Comportamental que se adequem ao caso do paciente com transtorno de ansiedade generalizada, e para isso, conta com um olhar para além do diagnóstico, enxergando toda a história e os contextos dos quais o sujeito faz parte, identificando pensamentos disfuncionais e crenças a serem trabalhadas para que o paciente caminhe rumo à remissão dos sintomas do transtorno.

3. CONCLUSÃO

Ao término deste artigo cabe pontuar que todo estudo foi extremamente relevante. Cada experiência de pesquisa serviu para maior ampliação de desenvolvimento e esclarecimento a respeito de como lidar com a TAG neste contexto tão desafiador. Apesar dos desafios e limitações, os objetivos foram alcançados na proporção do esclarecimento das técnicas, conceituações e descrição da comprovação teórica da eficácia da Teoria Cognitiva-comportamental no manejo clínico do transtorno de ansiedade generalizada. Conclui-se, portanto, que a TCC enquanto abordagem mostrou ser uma intervenção eficaz diminuindo os sintomas da ansiedade generalizada. Espera-se que tais resultados sejam ampliados mais ainda rumo a um manejo clínico cada vez mais efetivo. Por fim, apesar do empenho em discorrer sobre o assunto, sugere-se como direções para pesquisas futuras uma boa investigação nas novas ramificações que vêm surgido da TCC, posto que é uma abordagem que vem evoluindo e que irá produzir novos *insiths* sobre os fenômenos estudados. Isto permitirá uma análise cada vez mais completa.

Referências

Beck, A. T., Emery, G. & Greenberg, R. L. (1985). Anxiety disorders and phobias: **A cognitive perspective.** New York: Basic Books.

BECK, JUDITH S. Terapia cognitivo-comportamental: teoria e prática. **2 Porto Alegre: Artmed,** 2013, 413 p.

BOCK, A. M. B. BOCK, M. G. M. Gonçalves, & O. Furtado (Orgs.), Psicologia sócio-histórica: uma perspectiva clínica em Psicologia (pp. 15-35). São Paulo: Cortez.

CORDIOLI, A. VOLPATO. **Psicoterapias:** abordagens atuais. Porto Alegre: Artmed, 2008.

HOFMANN, STEFAN G. Lidando com a ansiedade – estratégias de TCC e Mindfulness para superar o medo e a preocupação. **Ed. Porto Alegre: Artmed**, 2022.

KNAPP, P. Principais técnicas. In P. Knapp (Org.), **Terapia cognitivo-comportamental na prática psiquiátri-**

ca (pp. 133-158). Porto Alegre: Artmed. 2004.

MELO, A. L. C.; LOURENÇO, L. M. Terapia cognitivo-comportamental no tratamento de um caso de transtorno de ansiedade generalizada: um relato de caso. **Portal dos Psicólogos ISSN 1646-6977. 2020.** Disponível em: < file:///C:/Users/User/Downloads/A1408%20(1).pdf>. Acesso 25 Set 2023.

OMS. Classificação de transtornos mentais e de comportamento da CID-10: Descrições clínicas e diretrizes diagnósticas**. Porto Alegre: Artmed**, 1993.

REY, G. J. F.; PANCINE, C. A. Terapia cognitivo-comportamental da fobia social: modelos e técnicas. **Psicologia em Estudo, Maringá, v. 11, n. 2, p. 269-275, mai./ago. 2006.** Disponível em: < file:///C:/Users/User/Downloads/download%20(2)%20(1).pdf>. Acesso 24 Set 2022.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

26

OS IMPACTOS DE UMA FAMÍLIA DISFUNCIONAL NO DESENVOLVIMENTO INFANTO-JUVENIL

THE IMPACTS OF A DYSFUNCTIONAL FAMILY ON CHILD AND YOUTH DEVELOPMENT

Maria Emília Soares Barbosa Serra

Elizabeth Silva Dias

Reijane de Fátima Ribeiro da Silva

Resumo

O presente trabalho tem por finalidade apresentar os impactos de uma família disfuncional no desenvolvimento infanto-juvenil. Onde a falta de comunicação, negligência, conflitos constantes, instabilidades emocionais, pode ter impactos significativos no desenvolvimento do indivíduo. É importante reconhecer os impactos negativos como problemas emocionais, comportamentais, baixo desempenho escolar, risco de abuso e negligência, problemas de relacionamento, autoimagem prejudicadas, ciclos de disfunção e buscar por ajuda, por meio de aconselhamento, terapia familiar ou apoio de serviços sociais para ajudar a criar um ambiente mais saudável, e estável para o desenvolvimento. Uma família é caracterizada disfuncional por disrupção crônicas nas dinâmicas familiares, como conflitos intensos, comunicação ineficaz, abuso, negligência ou instabilidade emocional. O impacto de tal ambiente no desenvolvimento juvenil é de grande relevância e preocupação no campo da psicologia infantil, vários aspectos incluem, problemas de saúde mental, desenvolvimento sócio emocionais prejudicado, atraso no desenvolvimento cognitivo e acadêmico, modelo de relacionamento distorcidos, ciclo de disfunção geracional. É fundamental reconhecer esses impactos e buscar por intervenções adequadas, pois o apoio de profissionais de saúde mental para mitigar os efeitos negativos e criar um ambiente mais saudável para o crescimento das crianças.

Palavras-chave: Vulnerabilidade. Intervenção. Bem-estar. Criança e Adolescente. Sócio Emocionais.

Abstract

The purpose of this work is to present the impacts of a dysfunctional family on child and adolescent development. Where lack of communication, neglect, constant conflicts, emotional instabilities can have significant impacts on the individual's development. It is important to recognize negative impacts such as emotional and behavioral problems, poor academic performance, risk of abuse and neglect, relationship problems, damaged self-image, cycles of dysfunction and seek help, through counseling, family therapy or support from social services to help create a healthier, more stable environment for development. A dysfunctional family is characterized by chronic disruptions in family dynamics, such as intense conflicts, ineffective communication, abuse, neglect, or emotional instability. The impact of such an environment on youth development is of great relevance and concern in the field of child psychology, various aspects include, mental health problems, impaired socio-emotional development, delay in cognitive and academic development, distorted relationship model, cycle of generational dysfunction. It is essential to recognize these impacts and seek appropriate interventions, as well as the support of mental health professionals to mitigate the negative effects and create a healthier environment for children to grow.

Keywords: Vulnerability. Intervention. Well-being. Child and teenager. Emotional Partner.

1. INTRODUÇÃO

O objetivo deste trabalho é destacar os impactos da disfunção familiar e ressaltar, sua concepção que está em constante evolução, adaptando-se as mudanças sociais e culturais, também enfatiza a necessidade de compreender a diversidade de arranjos familiares e reconhecer o papel fundamental da mesma na proteção e no desenvolvimento saudável de criança e adolescentes. Ao abordar a relevância da família como um local seguro e acolhedor, bem como as transformações pelas quais tem passado, este trabalho tem o intuito de deixar a reflexão sobre a importância de valorizar e fortalecer a instituição família em meio a um contexto de constante mudança.

Durante a investigação, buscou-se explorar os efeitos que uma família desestruturada pode ter no desenvolvimento de crianças e adolescentes, com um foco especial nas possíveis implicações para sua saúde mental e emocional. Além disso, apura essas experiências familiares desreguladas, podem impactar a vida adulta dos indivíduos envolvidos. É fundamental destacar que elas enfrentam problemas como a violência, negligência e abuso podem prejudicar o desenvolvimento saudável das crianças. Esta revisão desempenha um papel importante para profissionais da área de saúde, educação, pais e comunidade, uma vez que contribui para a compreensão dos efeitos dessas situações nas crianças e para a formulação de estratégias de intervenção.

Além disso, as descobertas ajudam a identificar os fatores subjacentes às disfunções familiares, permitindo o desenvolvimento de políticas públicas preventivas. Em meio a esta pesquisa que enriquece o conhecimento acadêmico no campo do desenvolvimento sócio emocionais, abrindo caminho para novas abordagens e intervenções, ou seja, ao abordar esse tópico, busca-se aumentar a conscientização sobre a importância de um ambiente seguro e acolhedor na vida das crianças e adolescentes na qual promove uma sociedade mais saudável.

Esse processo dar reconhecido como um refúgio familiar, tem uma garantia de estabilidade que acarreta fatores de ordem social e mental. É importante ressaltar, que o conceito de família deve ser avaliado em relação às funções desempenhadas por seus membros. Conforme destacado por Isadora Irineu Vasconcelos (2018), o conceito de família tem passado por mudanças ao longo do tempo, especialmente no que diz respeito aos seus membros e às formas de relacionamento. Na sociedade romana antiga, os membros da família eram unidos por um elemento mais significativo do que o simples laço consanguíneo. Embora houvesse uma ligação natural entre eles, isso não era suficiente para estabelecer um vínculo familiar.

Esse agravamento dos impactos de uma família disfuncional na evolução das crianças e adolescentes, se monstra relevante especialmente por esses indivíduos se serem vulneráveis e dependentes do ambiente familiar para seu processo saudável. Quando expostos a um contexto desestruturado, esses indivíduos enfrentam uma série de desafios emocionais, sociais e cognitivos, que comprometem o bem-estar e potencial do indivíduo. Dessa forma, as questões relacionadas aos impactos de uma família problemática, compreende os efeitos negativos, na qual decorrem as disfunções e onde sugerem estratégias de intervenção e prevenção efetivas para minimizar os danos causados em situações de risco.

Os impactos do indivíduo se baseiam na importância da família como um ambiente de proteção e cuidado, na prevalência da sociedade atual e necessidade de desenvolver planejamento de ações e prevenção eficazes. Os autores apontam que compreender os efeitos negativos é fundamental para proporcionar suporte adequado e promover o equi-

líbrio saudável, garantindo-lhes melhores oportunidades de realização pessoal e social. O conhecimento sobre essa temática permite a discursão de estratégias adequadas de intervenção, visando promover o bem-estar, evolução desses indivíduos e prevenir situações de risco e desvantagem social.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

A pesquisa a ser realizada será uma revisão bibliográfica, com o objetivo de analisar os impactos de uma família disfuncional no desenvolvimento infanto-juvenil. Será pesquisado artigos científicos selecionados por meio de busca em bases de dados eletrônicos, como Scielo e Google Acadêmico. O período dos artigos pesquisados é de 2010 até o presente momento. As palavras-chave utilizadas para a busca é: família disfuncional, desenvolvimento infanto-juvenil, criança, adolescente, saúde mental, relações familiares, comportamento, violência doméstica, abuso emocional e negligência. A pesquisa incluí artigos que abordam a relação entre uma família disfuncional e o desenvolvimento infanto-juvenil, com foco em aspectos como saúde mental, comportamento e relações familiares. Iram ser excluídos os artigos que não abordarem diretamente temas, que apresentem metodologias inadequadas ou que não estejam disponíveis na íntegra. A análise dos dados será realizada por meio da revisão qualitativa e descritiva dos artigos selecionados, buscando identificar os principais resultados encontrados e as conclusões dos autores. É apresentado os resultados obtidos na revisão bibliográfica, buscando demonstrar uma visão abrangente dos impactos de uma família disfuncional no desenvolvimento infanto-juvenil, contribuindo para a compreensão e prevenção desse problema.

2.2 Resultados e Discussão

2.2.1 Conceitualização de Família e Sua Evolução

A família não se restringe apenas a um vínculo biológico, mas é também o resultado de diversas formas de organização entre os seres humanos. A mesma não é apenas um grupo, mas um acontecimento social. A Constituição Federal de 1988 ampliou o conceito de família para além do casamento, abarcando possibilidades que antes eram negligenciadas e, muitas vezes, anuladas. Essas possibilidades incluem a união entre pessoas do mesmo sexo, a liberdade e a pluralidade familiar, bem como a igualdade jurídica entre os cônjuges (SILVA; MIRANDA, 2011).

Portanto, as formas de organização têm o potencial de promover uma maior socialização da criança e adolescente, influenciando suas habilidades, comportamentos e valores adequados para cada cultura (FERNANDES, 2005). É nesse contexto que o indivíduo expressa seus talentos, como conhecimento de amar e conviver de maneira saudável ou manifestar intolerância, ódio e até mesmo indiferença. Nesse ambiente, surgem suas primeiras emoções como suas paixões, alegrias e tristezas intensas. Além disso, a família desempenha um papel crucial como o primeiro ambiente no qual se desenvolve suas capacidades, desejos e fraquezas.

2.1.2 A Vulnerabilidade Causada pelo Impacto de Famílias Disfuncionais

A família está propensa a alterar sua rotina devido às demandas de trabalho e ao cuidado com as crianças (FIOCRUZ, 2020a). Durante essa pandemia, os episódios de violência contra crianças e adolescentes se tornar mais frequentes devido ao aumento do tempo de convivência e das tensões nas relações interpessoais. Além disso, é importante considerar que a capacidade de lidar com conflitos e a supervisão parental é reduzida devido a doenças mentais pré-existentes e ao seu agravamento (MARQUES *et al*., 2020). A permanência em casa pode ser exaustiva para toda a família, e os filhos frequentemente desejam a companhia dos pais o tempo todo, o que pode impedir os adultos de realizar suas atividades e levar ao estresse e ao esgotamento parental (FIOCRUZ, 2020b).

O aumento da violência pode ser atribuído a uma série de fatores, incluindo o distanciamento social, que afasta pessoas importantes da vida de pais e filhos, como impacto negativo nas finanças familiares que gera estresse, e o aumento do uso de drogas e álcool, que pode prejudicar a capacidade de os adultos pensarem antes de agir (FIOCRUZ, 2020c). Além disso, a quarentena, assim como qualquer período de crise, intensificou os sentimentos como poder, desejo, dominação, ódio, estresse, obediência e submissão (Maranhão, 2020). Como resultado, há evidências e estudos que confirmam um aumento da violência em crianças, adolescentes e mulheres (MARQUES *et al*., 2020).

É importante observar que a violência infantil é um problema que tem se agravado ao longo dos anos (MALTA *et al*., 2015). Em termos gerais, a violência pode ser caracterizada como o uso da força física, psicológica ou do poder contra si mesmo ou contra outra pessoa, resultando em dano psicológico, lesões, atraso no desenvolvimento ou privação, e até mesmo morte (NUNES; SALES, 2016). Dessa forma, compreende-se que não há uma única forma de violência, mas uma série de comportamentos que dado um contexto específico poderá acarretar em danos.

Ao analisarmos os dados, uma pesquisa realizada em 96 países revela que mais de 50% das crianças brasileiras sofrem ou já sofreram algum tipo de violência, seja ela física, sexual ou psicológica. Além disso, a violência muitas vezes é ocultada, tanto por parte dos perpetradores quanto das vítimas (OMS, 2018). A maioria dos casos de violência, independentemente da classe social, é cometida por pessoas que deveriam proteger as crianças, como pais ou responsáveis. As pesquisas indicam que as crianças de cinco a 12 anos são as mais afetadas por esses abusos. Em relação ao tipo de violência, as meninas geralmente são vítimas de violência sexual, enquanto os meninos enfrentam violência física (NUNES; SALES, 2016).

As causas da violência infantil são diversas, incluindo fatores individuais, como educação, renda e histórico comportamental, bem como fatores sociais, como práticas parentais inadequadas e casamentos forçados. No entanto, é importante ressaltar que em situações de crise, como guerras, desastres ou surtos de doenças, a tendência é que a violência aumente (OMS, 2018). Também é crucial mencionar que algumas crianças, devido ao contexto de isolamento social, estão mais expostas e passam mais tempo nas redes sociais, tornando-se alvos mais fáceis para pedófilos e pessoas mal-intencionadas. Portanto, a supervisão dos pais em relação ao tempo e ao conteúdo acessado pelas crianças é fundamental para evitar esse tipo de violência (FIOCRUZ, 2020c). Em algumas situações, a supervisão parental é impossibilitada devido ao adoecimento de alguém próximo (MARQUES *et al*., 2020).

Para mitigar esses problemas, várias medidas estão sendo adotadas, incluindo a criação de cartilhas, a divulgação de números de denúncia e campanhas de conscientização (FIOCRUZ, 2020c). Dois anos antes da pandemia, já havia sido desenvolvida uma cartilha com sete estratégias para erradicar a violência infantil. Isso inclui a implementação e fisca-

lização das leis de proteção contra a violência, a modificação de normas e valores para promover atitudes não violentas, o fornecimento de apoio aos pais e cuidadores para eliminar gradualmente a violência na vida da criança, o aumento da renda e do fortalecimento econômico, a melhoria dos serviços de saúde e a educação para desenvolver habilidades para a vida (OMS, 2018).

Uma família violenta é caracterizada pela presença generalizada de impotência, o que, por sua vez, gera violência, na qual é aquela em que não há legitimidade do poder, ou quando algum membro acredita que alguém usurpou o seu lugar de poder por direito ou mérito (SOARES; CARLOS, 2011). Assim, a casa deveria ser o lugar mais seguro para uma criança, porém, aquelas que sofrem agressões nesse ambiente se veem em uma situação de profundo desamparo. O conflito existente em conviver com o agressor e permanecer em silêncio, bem como a presença de estilos parentais disfuncionais ou redes de apoio ineficazes, são fatores de risco para a criança, com consequências significativas, como baixo desempenho escolar e dificuldades no desenvolvimento e nas relações sociais (DIAS, 2013).

Segundo Reppeti (2002), é possível observar em uma família saudável um ambiente que não apenas garante a segurança e as necessidades materiais das crianças, mas também proporciona segurança emocional e integração social, permitindo-lhes enfrentar situações importantes para o desenvolvimento das habilidades necessárias para se adaptar ao mundo. Esse conteúdo também é abordado no artigo 4º do Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), bem como no artigo 227º da Constituição Federal de 1988, que estabelecem como base da proteção estabelece segundo a lei, que a família, sociedade e o estado assegurem, com mais ata prioridade, aos direitos a vida, saúde, alimentação, educação, recreação, formação profissional, cultural, dignidade, consideração, liberdade e convivência familiar e comunitária às crianças, adolescentes e jovens, protegendo-os de qualquer forma de displicência, preconceito, exploração, violência, crueldade e opressão.

Shencker e Minayo (2003) destacam que a família é uma das principais fontes de socialização primária para os adolescentes, sendo uma instituição privada que pode assumir diferentes arranjos e desempenha a função fundamental de socialização dos indivíduos, a mesma, ao inserir seus membros na cultura e ser responsável pelas relações primárias, exerce influência sobre a forma como os adolescentes que lidam com a ampla oferta de drogas na sociedade atual. Desde o nascimento da criança, relações familiares saudáveis atuam como fatores de proteção ao longo da vida, especialmente durante a adolescência (SCHENKER; MINAYO, 2005, p. 708).

Auad (2017), no Brasil, enfrentamos uma realidade marcada por graves violações dos direitos fundamentais, especialmente no que diz respeito às questões sociais. Nesse contexto, crianças e adolescentes, devido à sua vulnerabilidade inerente à idade e à constituição física e emocional, constituem um dos grupos mais afetados. A autora cita uma pesquisa realizada pela Secretaria Nacional dos Direitos Humanos no período de 2012 a 2013, que identificou a negligência como a principal causa de denúncias de violência, seguida pela violência psicológica, física, sexual e exploração do trabalho infantil.

O alto índice de denúncias relacionadas à negligência revela a enorme discrepância entre a realidade vivenciada pelas famílias e as previsões contidas na Constituição Federal de 1988, na Convenção da Organização das Nações Unidas sobre os Direitos da Criança e na Lei nº 8.069/90, que garantem proteção integral às crianças e aos adolescentes, incluindo a prioridade absoluta (AUAD, 2017, p. 364). Conforme ressalta Sani (2002), a experiência de violência traz um impacto extremamente negativo no indivíduo, especialmente nas crianças, dada a sua maior vulnerabilidade.

De acordo com Strecht (1999), no caso de pais e mães disfuncionais nas relações com

seus filhos, incapazes de desempenhar um papel contendor, protetor e transformador no funcionamento psíquico das crianças, persistindo em um papel exclusivamente frustrante, persecutório, desconhecido, inacessível ou funcionalmente ausente, é fundamental e necessário trabalhar com esses pais para tentar reduzir o peso de seus próprios conflitos que recaem sobre as crianças, auxiliando-os a estabelecer vínculos afetivos com os filhos e apreciar a reciprocidade do amor das crianças. A detecção precoce e a intervenção eficaz diante das perturbações na relação pais-filhos podem evitar a repetição dessas continuidades mal adaptativas.

Ao compreender as histórias dessas crianças, identificam-se alguns fatores de risco potenciais. Nos pais, ocorrem com mais frequência situações de perturbação mental, comportamentos desviantes, imaturidade, impulsividade, desamparo, perturbação do vínculo e maus-tratos em suas próprias infâncias. Observam-se histórias e padrões transgeracionais que se repetem, como negligência, abandono, abusos emocionais, físicos e sexuais, perdas, disfunção familiar e incapacidade de contenção e proteção. Nas crianças, destacam-se perturbações mentais, doenças físicas, dificuldades de adaptação ao temperamento dos pais e baixa resiliência. No contexto familiar, encontram-se situações de violência doméstica, morte, divórcio, famílias desestruturadas, problemas socioeconômicos e falta de suporte familiar. Além de todos esses fatores, há o contexto sociocultural, que é adverso para a família (VASCONCELOS, 2018).

Assim, observa-se um impacto significativo nas crianças, tanto em nível comportamental, emocional quanto cognitivo. No entanto, muitas dessas crianças buscam, por meio desses comportamentos de risco, recuperar o objeto amado, em uma tentativa de estabelecer limites que lhes permitam uma maior reorganização interna, um sentimento de contenção e proteção (STRECHT, 1999). A concepção da instituição familiar está passando por transformações significativas, adaptando-se às mudanças sociais e culturais. Essas evoluções refletem a importância de compreender e valorizar as diversas formas de família que existem atualmente. Reconhecer a vitalidade e o vigor da família é fundamental para promover um ambiente seguro e acolhedor para crianças e adolescentes. É crucial estar atento a essas transformações e entender que a concepção de família vai além dos laços consanguíneos, abrangendo diferentes arranjos e funções desempenhadas por seus membros.

A proteção e o cuidado das crianças e adolescentes são uma responsabilidade compartilhada pela família, sociedade e Estado. Garantir o pleno desenvolvimento e o bem-estar desses jovens é um objetivo fundamental. Nesse contexto, é essencial reconhecer que a violência e a negligência representam desafios que precisam ser enfrentados de forma aberta e efetiva. O apoio a pais e mães, a promoção de vínculos afetivos saudáveis e a identificação precoce de situações de risco são estratégias cruciais para proteger as crianças e ajudá-las a superar adversidades. O impacto positivo de uma família saudável e acolhedora na vida dos menores é inegável Auad (2017).

Ao promover um ambiente de segurança emocional, apoio e integração social, a família desempenha um papel essencial no desenvolvimento desses jovens. É necessário reconhecer a importância de investir em políticas e ações que fortaleçam a instituição familiar, garantindo que ela seja um refúgio seguro e protetor para as novas gerações. Através do apoio contínuo às famílias e da valorização de suas diferentes configurações, podemos contribuir para a construção de um futuro promissor para as crianças e adolescentes (VASCONCELOS, 2018).

3. CONCLUSÃO

O objetivo dessa revisão foi identificar os elementos que contribuem no impacto de uma família disfuncional no desenvolvimento infanto-juvenil. A família segundo a OMS - organização mundial de saúde, é um grupo de indivíduos que tem certo grau de parentesco por sangue, adoção ou casamento, onde destaca a evolução constante da instituição familiar, adaptando-se às mudanças sociais e culturais. Este trabalho convida à reflexão sobre as necessidades de valorizar e fortalecer a instituição familiar em um contexto de mudança constante. A importância de reconhecer a diversidade de arranjos familiares e o papel fundamental da família na proteção e desenvolvimento saudável de crianças e adolescentes. Ao abordar a relevância e fortalecimento de laços, como um local seguro, acolhedor, sendo, assim, destacar a importância de compreender as necessidades particulares no desenvolvimento dos indivíduos, tem como estratégia de intervenção e prevenção eficazes para minimizar os danos causados.

Esse impacto na criança dependerá de diversos fatores, incluindo características individuais e a predisposição da vítima, como gênero, idade e níveis de recursos emocionais e cognitivos capazes de mediar a ansiedade associada ao perigo objetivo ou fantasioso. Além disso, outros mediadores importantes do impacto estão relacionados à própria natureza do incidente, como o tipo de crime, frequência, previsibilidade, experiências anteriores, proximidade física com o evento e familiaridade da vítima com o agressor. Os maus-tratos a crianças e adolescentes constituem um problema social grave e de enorme complexidade. A violência contra os menores se manifesta de diversas formas, como maus-tratos físicos, abuso emocional ou psicológico, abuso sexual, negligência, abandono, exploração no trabalho e abuso da autoridade.

O conhecimento nessa área é crucial para fortalecer suporte adequado e promover o bem-estar desse indivíduo, garantindo-lhes oportunidades de realização pessoal e social. Assim, este trabalho contribui para o campo da psicologia, assistência social e áreas afins, oferecendo uma base teórica e prática para profissionais que lidam com famílias em desenvolvimento. Valorizar a instituição familiar e seu papel fundamental na sociedade é essencial para o progresso e equilíbrio saudável de nossas comunidades, promovendo o bem-estar de gerações presentes e futuras.

Por fim, este trabalho ressalta a continua evolução da instituição familiar, adaptando-se às mudanças sociais, na qual é amplamente reconhecida como refúgio de estabilidade e ordem social. Embora reconhecida como amparo de constâncias e ordem social, é vital compreender que a reflexão sobre a importância de valorizar e fortalecer o laço familiar é essencial na sociedade, visto que o fornece um suporte emocional, segurança e ambiente propício ao crescimento saudável para seus membros. Valorizar e nutrir esse alicerce é fundamental para o bem-estar da sociedade.

Referências

APOSTÓLICO, Maíra Rosa et al. Características da violência contra a criança em uma capital brasileira. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, v. 20, p. 266-273, 2012.

Brasil 2011. **Ciência saúde coletiva**, 20 (3), 655-666. Doi: 10.1590/1413-81232015203.15242014.

BRITO, Thais Pereira; PAULO, Bruna Alves de Ataíde Melo. **MUNDO IMAGINÁRIO:** A IDEALIZAÇÃO FAMILIAR NA OBRA A BOLSA AMARELA DE LYGIA BOJUNGA. 2021. MCKINNEY, Laura. Sigmund Freud: a súa vida, obra e teorias.

CENTRO DE ESTUDOS E PESQUISAS EM EMERGÊNCIAS E DESASTRES HUMANOS. Fundação Oswaldo Cruz. (2020a). **Saúde mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19:** A quarentena na COVID-19: orien-

tações e estratégias de cuidado.

CENTRO DE ESTUDOS E PESQUISAS EM EMERGÊNCIAS E DESASTRES HUMANOS. Fundação Oswaldo Cruz. (2020b). **Saúde mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19:** Crianças na Pandemia COVID-19. Disponível em: <https://www.fiocruzbrasilia.fiocruz.br/criancas-e-pandemia-como-abordar-as-reacoes-emocionais-ecomportamentais/> Acessado em: 13 de maio de 2023.

CENTRO DE ESTUDOS E PESQUISAS EM EMERGÊNCIAS E DESASTRES HUMANOS. Fundação Oswaldo Cruz. (2020c). **Saúde mental e Atenção Psicossocial na Pandemia COVID-19:** Violência Doméstica e Familiar na COVID-19. Disponível em: <https://www.arca.fiocruz.br/bitstream/icict/41121/2/Sa%c3%bade-Mental-eAten%c3%a7%c3%a3o-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19-viol%c3%aancia-dom%c3%a9stica-e-familiar-na-Covid-19.pdf> Acessado em: 13 de maio de 2023.

DA COSTA, Susana Ferreira; TEIXEIRA, Sandra. "A história não tem de ser o destino": o risco psicossocial em crianças com famílias disfuncionais. **Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente**, v. 7, n. 1-2, p. 193-203, 2016.

DA SILVA, Ana Claudia Pinto et al. Efeitos da pandemia da COVID-19 e suas repercussões no desenvolvimento infantil: Uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 4, p. e50810414320-e50810414320, 2021.

FIOCRUZ BRASÍLIA. **SUS:** Disponível em: <https://www.fiocruzbrasilia.fiocruz.br/wp-content/uploads/2020/04/Sa%c3%bade-Mental-e-Aten%c3%a7%c3%a3o-Psicossocial-na-Pandemia-Covid-19-A-quarentena-na-Covid-19- orienta%c3%a7%c3%b5es-e-estrat%c3%a9gias-de-cuidado.pdf> Acessado em: 13 de maio de 2023.

LINS E SILVA, José Bruno; DA SILVA BARBOSA, Priscila. **Os impactos da família nuclear disfuncional no desenvolvimento infanto-juvenil**. 2021.

MANGUEIRA, Suzana de Oliveira; LOPES, Marcos Venícios de Oliveira. Família disfuncional no contexto do alcoolismo: análise de conceito. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 67, p. 149-154, 2014.

MARANHÃO, R. A. (2020). A violência doméstica durante a quarentena da COVID-19: entre romances, feminicídios e prevenção. **Brazilian Journal of Health Review**, 3 (2), 3197-3211. Doi: 10.34119/bjhrv3n2-161.

MARQUES, E. S., Moraes, C. L. D., Hasselmann, M. H., Deslandes, F. S., & Reichenheim, M. H. (2020). A violência contra mulheres, crianças e adolescentes em tempos de pandemia pela COVID-19: panorama, motivações e formas de enfrentamento. **Cadernos de Saúde Pública**, 36(4), 1-6. Doi: 10.1590/0102311X00074420.

NUNES, A. J., & Sales, M. C. V. (2016). Violência contra crianças no cenário brasileiro. **Ciência & Saúde Coletiva**, 21(3),871-880. Doi: 10.1590/1413-81232015213.08182014

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. (2018). **Cartilha inspire:** sete estratégias para pôr fim à Violência contra crianças. Disponível em: <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/207717/9789241565356-por.pdf?ua=1> Acessado em: 13 de maio de 2023.

RAMOS, Flávia Silva. A relação entre o vínculo afetivo familiar e uso de álcool e drogas na infância e na adolescência. **Caderno de Direito da Criança e do Adolescente**, v. 1, p. 10-10, 2019.

RATES, S. M. M., Melo, E. M. D., Mascarenhas, M. D. M., & Malta, D. C. (2015). **Violence Against children:** an analysis of mandatory reporting of violence,

SANTOS, Natália De Toni Guimarães dos; FORTES, Isabel. Desamparo e alteridade: o sujeito e a dupla face do outro. **Psicologia USP**, v. 22, p. 747-770, 2011.

SCHENKER, Miriam; MINAYO, Maria Cecília de Souza. A implicação da família no uso abusivo de drogas: uma revisão crítica. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 8, p. 299-306, 2003.

SCHENKER, Miriam; MINAYO, Maria Cecília de Souza. Fatores de risco e de proteção para o uso de drogas na adolescência. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 10, p. 707-717, 2005.

SILVA, José Bruno; DA SILVA BARBOSA, Priscila. **Os impactos da família nuclear disfuncional no desenvolvimento infanto-juvenil**. 2021.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

27

OS IMPACTOS DAS REDES SOCIAIS NO TRANSTORNO DE ANSIEDADE DURANTE A COVID-19

OS IMPACTOS DAS REDES SOCIAIS NO TRANSTORNO DE ANSIEDADE DURANTE A COVID-19

Beatriz Figueredo Pinto
Elizabeth Silva Dias
Kellen Moraes de Oliveira

Resumo

As redes sociais, inegavelmente, desempenharam um papel significativo durante a pandemia de Covid-19, tanto como uma ferramenta de conexão como uma fonte potencial de ansiedade. Por um lado, essas plataformas permitiram que as pessoas se mantivessem conectadas, compartilhassem informações e se apoiassem em um período de isolamento físico, no entanto, os impactos negativos também se tornaram evidentes. O acesso constante a notícias alarmantes e informações conflitantes sobre a pandemia pode contribuir para níveis elevados de ansiedade, além disso, a disseminação de notícias falsas e teorias da conspiração nas redes sociais pode aumentar o medo e a incerteza. O uso excessivo das redes sociais, muitas vezes envolvendo comparações com a aparente felicidade e sucesso de outros, pode levar a sentimentos de inadequação e ansiedade. Portanto, é crucial reconhecer e gerenciar os impactos das redes sociais na saúde mental durante a Covid-19, isso envolve a busca de informações de fontes confiáveis, a definição de limites no uso das redes sociais e o foco na promoção de interações positivas e apoio mútuo online, com a conscientização e a utilização equilibrada das redes sociais, é possível mitigar os impactos negativos e transformá-las em ferramentas de apoio e conexão durante esse período desafiador.

Palavras-chave: Uso da internet. Pandemia. Utilidade Consciente. Bem-Estar. Saúde Mental.

Abstract

Social media has undeniably played a significant role during the Covid-19 pandemic, both as a tool for connection and a potential source of anxiety. On the one hand, these platforms allowed people to stay connected, share information and support each other during a period of physical isolation, however, the negative impacts also became evident. Constant access to alarming news and conflicting information about the pandemic can contribute to high levels of anxiety, and the spread of fake news and conspiracy theories on social media can increase fear and uncertainty. Excessive use of social media, often involving comparisons with the apparent happiness and success of others, can lead to feelings of inadequacy and anxiety. It is therefore crucial to recognize and manage the impacts of social media on mental health during Covid-19. This involves seeking information from trusted sources, setting limits on social media use and focusing on promoting positive interactions and support. mutual online, with awareness and balanced use of social networks, it is possible to mitigate negative impacts and transform them into support and connection tools during this challenging period.

Keywords: Use of the internet. Pandemic. Conscious Utility. Well-being. Mental health.

1. INTRODUÇÃO

O presente trabalho levanta como problemática a influência das redes sociais nos níveis de ansiedade em indivíduos durante a pandemia e como essa relação pode ser melhor compreendida e gerenciada. Demonstrando em evidência a compreensão dos impactos do uso das redes sociais durante a pandemia da Covid-19 nos Transtorno de Ansiedade, a fim de discutir como essa relação afeta a saúde mental e descrever estratégias para minimizar esses efeitos negativos através da investigação dos estudos selecionados, a fim de apresentar uma visão de vários autores sobre a problemática. A pandemia de Covid-19 provocou mudanças profundas nas vidas humanas, com o isolamento social e a interrupção da rotina diária afetando emocionalmente as pessoas em todo o mundo. O aumento do uso das redes sociais como meio de conexão, trabalho e estudo durante esse período trouxe consigo o risco de impactos negativos na saúde mental, particularmente no desenvolvimento de transtornos de ansiedade. Essa pesquisa é crucial para identificar grupos de risco e orientar políticas públicas e intervenções terapêuticas visando promover um uso mais consciente e saudável das redes sociais em momentos de crise, como a pandemia da COVID-19, beneficiando a sociedade e a academia.

A pandemia de Covid-19 trouxe mudanças significativas em nossa forma de viver e nos relacionar, sendo um evento sem precedentes que afetou drasticamente a vida das pessoas ao redor do mundo. O isolamento social necessário e as abruptas mudanças na rotina diária resultaram em uma série de impactos emocionais, como resultado, muitas pessoas passaram a depender ainda mais das tecnologias de comunicação para se conectar com outras pessoas, estudar, trabalhar, entre outros. No entanto, o uso excessivo das redes sociais pode acarretar consequências negativas para a saúde mental, especialmente no que diz respeito ao transtorno de ansiedade, esta pesquisa se mostra de extrema importância porque destaca os efeitos das redes sociais e a influência nos níveis de ansiedade em indivíduos durante a pandemia, e como essa relação é melhor compreendida.

Neste contexto, essa crescente dependência das redes sociais também trouxe consigo consequências preocupantes, como o aumento dos níveis de ansiedade entre os indivíduos, a constante exposição a notícias alarmantes, informações contraditórias e pressões sociais virtuais levam muitas pessoas a experimentarem sintomas de ansiedade, afetando sua saúde mental e bem-estar geral. Compreender e gerenciar essa relação complexa entre as redes sociais e a ansiedade torna-se crucial para promover um ambiente online mais saudável, isso requer um esforço conjunto das plataformas de mídia social, dos usuários e profissionais da saúde mental, visando promover o uso consciente das redes sociais, durante períodos pandêmicos, como o vivenciado recentemente, a necessidade de cuidar da saúde mental se tornou ainda mais evidente um impacto significativo no bem-estar emocional das pessoas. O uso frequente da tecnologia pode, de fato, levar ao vício, influenciando os níveis de dopamina que geram prazer e criando uma necessidade de repetir o estímulo, geralmente, é preciso um estímulo cada vez mais intenso para alcançar a mesma satisfação, as consequências disso para a saúde podem ser significativas.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

A pesquisa a ser realizada será uma Revisão Bibliográfica, que consiste em princípios e conclusões do estudo que apresenta a sistemática da literatura disponível sobre o tema. Para isso, serão pesquisados artigos científicos selecionados, como em artigos, livros, trabalhos acadêmicos e outros. Os artigos utilizados com embasamento teórico nestes trabalhos serão pesquisados nos sites científicos Google Acadêmico e Scielo. Utilizando-se as palavras-chave: “redes sociais”, “transtornos de ansiedade” e “COVID-19”.

Será pesquisado os artigos científicos selecionados e publicados nos últimos cinco anos, considerando-se o período de 2018 a 2023, com o objetivo de obter informações atualizadas e relevantes sobre o tema. Neste contexto, os estudos que abordam temas relacionados à saúde mental, especificamente a relação entre as redes sociais e os transtornos de ansiedade durante a pandemia da COVID-19.

Para compreender os artigos selecionados, será utilizado de leitura aprofundada, com o objetivo de descrever a qualidade metodológica dos estudos e identificar possíveis vieses ou limitações. Demonstrando os resultados encontrados, com o objetivo de responder à pergunta de pesquisa proposta, a revisão bibliográfica traz qualidade de informações atualizadas e relevantes sobre o tema.

2.2 Resultados e Discussão

A partir do final de 2019, uma nova cepa viral começou a se propagar em Wuhan, China, resultando em uma pandemia global que afetou drasticamente a saúde mental das pessoas. O surto inicial do SARS-CoV-2, um coronavírus altamente contagioso, foi inicialmente controlado pelas autoridades chinesas, mas logo ficou claro que uma crise de proporções significativas estava se desenrolando. Em 11 de março de 2020, a Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou a COVID-19 como uma pandemia global, inaugurando uma crise sem precedentes na era moderna, com o intuito de conter a propagação, adotaram-se extensivamente medidas de isolamento e distanciamento social, acarretando no crescimento de sentimentos de solidão, ansiedade e desafios associados à saúde mental.

De acordo com Wilder-Smith e Freedman (2020, p. 2), o distanciamento social e a quarentena foram implementados para reduzir a circulação e a interação entre as pessoas. Essa abordagem de distanciamento acabou por fortalecer a aprendizagem mediada por tecnologias, abrindo novos paradigmas para a produção de conhecimento por meio do uso de ferramentas digitais e interações sociais não presenciais, a pandemia trouxe consigo desafios multifacetados que demandam esforços colaborativos e contínuos em escala global para serem superados.

Silva e Silva (2017) destacaram que o uso diário da internet tem gerado conflitos familiares devido à falta de diálogo, além de resultar em relações superficiais, dificuldades de aprendizagem, transtorno de ansiedade e déficit de atenção. Atualmente, as redes sociais se tornaram um poderoso instrumento de comunicação na era da sociedade da informação, substituindo a correspondência escrita e as chamadas telefônicas convencionais. Embora as redes sociais ofereçam benefícios em várias áreas, o uso inapropriado dessas plataformas tem levado à dependência e impactado negativamente as relações sociais, causando consequências para a saúde mental dos indivíduos.

O entretenimento, por exemplo, tem sido utilizado de forma excessiva, levando à alie-

nação e à falta de conexão emocional, podendo demonstrar que o excesso esconde um vazio experienciado. Momentos desafiadores como a pandemia podem levar as pessoas a buscarem refúgio em formas de alienação e distração, o entretenimento, quando utilizado adequadamente, pode ser uma ferramenta poderosa, no entanto, o problema surge quando é usado como um anestésico para evitar o enfrentamento de emoções e essa fuga não resultará em cura. Segundo Levy (1996) a informática é a última até a data dessas invenções que tem ritmado o desenvolvimento da espécie humana, reorganizando sua cultura e abrindo-lhe uma nova temporalidade.

A ansiedade é uma reação completamente natural do corpo ao lidar com situações desafiadoras, no entanto, quando se torna excessiva e persistente, interferindo nas atividades diárias e no bem-estar geral, pode ser classificada como um transtorno de ansiedade. Existem vários tipos de transtornos de ansiedade, incluindo transtorno de ansiedade generalizada (TAG), transtorno do pânico, fobias específicas e transtorno de estresse pós-traumático (TEPT) (AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION *et al*., 2014, p. 189). A falta de interação social face a face e o contato humano direto têm sido desafiadores para muitos indivíduos, especialmente aqueles que já têm predisposição a transtornos de ansiedade. Além de transtornos depressivos, o país está no topo de casos de ansiedade (SAMP, 2021).

O uso excessivo das redes sociais pode resultar em uma sobrecarga de informações, os usuários são constantemente bombardeados com atualizações, notícias, mensagens e notificações. Essa sobrecarga de informações pode ser avassaladora e contribuir para sentimentos de ansiedade e estresse. Também têm sido associados ao aumento dos níveis de ansiedade. Embora as plataformas digitais tenham proporcionado meios de comunicação e conexão durante a pandemia, o uso inadequado dessas ferramentas pode levar a comparação social, exposição a notícias negativas e sensação de estar sempre "conectado", o que pode aumentar a ansiedade e o estresse (FORTIM, 2013).

O autor Griffiths (2005) ressalta no contexto do uso excessivo de tecnologia, presença de alterações no sono, no apetite, bem como lesões por esforço repetitivo e fadiga física e mental refletem a influência negativa do uso intensivo de dispositivos eletrônicos, especialmente computadores. Além disso, as queixas relacionadas ao excesso de tempo diante da tela, como dores no corpo e problemas visuais, estão alinhadas com a literatura sobre os efeitos prejudiciais da exposição prolongada às telas.

Ao fornecer acesso rápido e fácil a diversas informações e possibilitar a aproximação entre as pessoas, a internet tornou-se uma ferramenta indispensável. As redes sociais, especialmente durante a pandemia de Covid-19, foram a principal forma de conexão entre as pessoas, além de servir como fonte de informação e uma maneira de distrair-se e compartilhar sentimentos durante o período de isolamento. No entanto, o uso descontrolado das redes sociais pode levar ao vício em internet, caracterizado por um padrão de comportamento desregulado que resulta em prejuízos clinicamente significativos ou sofrimento emocional (MOROMIZATO *et al*., 2017).

Hanaver (2005) é bem persuasivo ao afirmar que as tecnologias estão fazendo com que os adolescentes não saiam de casa, para ficar na frente do computador. Morris e Steinberg (2001) ressaltam que o aumento entre os conflitos afetivos está associado à diminuição da proximidade entre os entes familiares, esta lacuna existente entre os integrantes da família pode ser devido ao excesso de tempo gasto nas tecnologias digitais.

Essas observações lançam luz sobre uma questão crucial: como encontrar um equilíbrio entre o mundo digital e a vida real, o desafio está em reconhecer os benefícios das tecnologias, ao mesmo tempo em que se estabelecem limites saudáveis para o seu uso, incentivando atividades ao ar livre, interações familiares significativas e a manutenção de

conexões interpessoais offline. A reflexão sobre as palavras de Hanaver (2005) e Morris e Steinberg (2001) nos leva a considerar a importância de uma abordagem equilibrada no uso das tecnologias digitais, para preservar tanto a saúde quanto as relações familiares e sociais dos adolescentes.

Leitão e Costa (2005) e Rosen (2013) mostram que a internet, quando usada de forma inadequada, está criando uma geração que acredita poder ignorar os limites do mundo real, manter seu anonimato, sentindo a sensação de poder fazer tudo. O texto destaca a importância de tomar decisões que promovam o desenvolvimento social, cognitivo e emocional, enfatizando a necessidade de criar um ambiente propício ao diálogo. Segundo Fasciani (1998), nenhum instrumento ou tecnologia in- ventada pelo homem pode ser intrinsecamente positivo ou negativo, certo ou errado, útil ou perigoso. É só a utilização que dele se faz, que pode ser julgada com regras éticas.

Com efeito, os resultados advindos das palestras ministradas demonstram que o uso da Internet sem conhecimento da forma devida e dos dispositivos legais que o regulamentam não reflete a efetivação do exercício da cidadania conforme apresentado por Bobbio (1999). Conscientizar as pessoas sobre o uso da Internet e seus aspectos legais, relacionando isso à efetivação do exercício da cidadania, seja plenamente exercida, é fundamental que os indivíduos compreendam como a Internet funciona e as regulamentações que a envolvem, também a participação informada e responsável na sociedade. Portanto, a educação sobre a Internet e suas leis é um elemento importante para capacitar os cidadãos a navegarem no mundo digital de forma consciente e cidadã.

Nathan (2016), pesquisadora norte-americana, propõe a conscientização sobre o uso das ferramentas digitais através de palestras formuladas considerando os principais aplicativos, redes sociais e plataformas usadas pelo público-alvo. Nesta declaração é importante promover a conscientização, que ofereçam orientações práticas para um relacionamento mais saudável com o mundo digital, isso destaca a psicoeducação da sociedade sobre como navegar no ambiente online de maneira responsável, equilibrando os benefícios e riscos das tecnologias. Como havia anunciado McLuhan (1964), assistimos ao desenvolvimento progressivo de uma consciência coletiva global, fruto principalmente de todas as formas de interconexão, razão pela qual é fundamental não só a existência de uma legislação específica capaz de regulamentar o uso das ferramentas digitas, mas também que essa seja esclarecida a todos os usuários.

Assim, podemos buscar um equilíbrio saudável entre os benefícios da tecnologia e a proteção da saúde mental e do bem-estar de todos. Ainda que a Internet seja, incontestavelmente, uma ferramenta que oferece vários benefícios à sociedade (KIRMAYER; RAIKHEL; RAHIMI, 2013), existe um risco associado à sua utilização, podendo esta ter um cariz desadaptativo e problemático, com consequências no campo biológico, psicológico e social dos indivíduos (BOUBETA *et al*., 2015).

É imperativo que busquemos atingir um equilíbrio saudável entre os inegáveis benefícios da tecnologia, conforme evidenciado por Kirmayer, Raikhel e Rahimi em 2013, e a proteção da saúde mental e do bem-estar de todos. Embora a Internet seja uma ferramenta valiosa para a sociedade, não podemos ignorar o risco associado à sua utilização, como apontado por Boubeta *et al*. (2015). Este equilíbrio envolve a conscientização dos potenciais efeitos adversos do uso excessivo da Internet, bem como a promoção de práticas saudáveis e a implementação de estratégias de educação digital que permitam às pessoas aproveitarem os benefícios da tecnologia sem comprometer seu bem-estar físico, mental e social.

O presente estudo realça a importância do uso descontrolado das redes sociais e seus

efeitos negativos na saúde mental, é necessário compreender e conscientizar sobre os impactos psicológicos e emocionais dessa forma de interação digital, estudos mostram que estratégias de prevenção e intervenção adequadas são de suma importância para entender melhor os efeitos negativos e promover o uso saudável das redes sociais e educar as pessoas sobre a importância de equilibrar o tempo online e offline para preservar sua saúde mental e bem-estar.

Portanto, desenvolver estratégias preventivas e intervenções adequadas para lidar com os impactos negativos na saúde mental, pode envolver a colocação de programas de educação digital, nos quais as pessoas são informadas sobre os efeitos negativos do uso excessivo das redes sociais e são ensinadas a estabelecer limites saudáveis em seu tempo de tela.

3. CONCLUSÃO

A análise dos impactos das redes sociais no transtorno de ansiedade durante a Covid-19 revela uma dualidade de efeitos, por um lado, as redes sociais emergiram como uma poderosa ferramenta de conexão em um momento de isolamento físico, permitindo que as pessoas se mantivessem socialmente engajadas. No entanto, por outro lado, essas plataformas também se tornaram fontes significativas de ansiedade devido à disseminação de informações alarmantes, notícias falsas e o cultivo de comparações prejudiciais. O uso excessivo e a exposição constante a conteúdo estressante desempenharam um papel na elevação dos níveis de ansiedade, a influência das redes sociais no transtorno de ansiedade emergiu como um tema de grande importância, esta análise profunda destaca a interação multifacetada entre as redes sociais e a saúde mental, sobreleva tanto os aspectos benéficos quanto os desafiadores.

As redes sociais demonstraram ser um instrumento valioso para manter a conexão social em um tempo de isolamento físico, elas permitiram que as pessoas se apoiassem mutuamente, compartilhassem informações e, em certa medida, aliviassem a solidão. Contudo, o lado sombrio das redes sociais também se revelou, à medida que a difusão de informações alarmantes e notícias falsas gerou instabilidades emocionais, uso excessivo das redes sociais e a propensão à comparação com a vida de outros, acentuaram ainda mais os níveis de ansiedade.

Ainda assim, a pouquidade premente de equilíbrio e consciência no uso das redes sociais durante crises como a pandemia, é contundente que as pessoas busquem informações de fontes confiáveis, estabeleçam limites claros em seu tempo online e priorizem interações saudáveis e positivas, clarificar sobre o potencial impacto negativo das redes sociais na saúde mental é primordial, as redes sociais, quando usadas com discernimento, podem ser uma ferramenta valiosa de apoio, mas devem ser gerenciadas com responsabilidade para proteger o bem-estar mental em tempos desafiadores. Durante a pandemia de Covid-19, as redes sociais, proporcionaram um espaço vital para compartilhar informações sobre a doença, medidas de prevenção, e um senso de comunidade em tempos de distanciamento social, as pessoas encontraram apoio emocional online e puderam se manter conectadas com entes queridos, reduzindo assim o isolamento social.

No entanto, é igualmente importante reconhecer que as redes sociais frequentemente contribuíram para o aumento dos níveis de ansiedade, a proliferação de informações imprecisas ou alarmantes alimentou o medo e a incerteza, desencadeando ansiedade e preocupações, a incessante rolagem por feeds e o consumo constante de notícias também podem causar estresse e exaustão mental. O uso excessivo, muitas vezes tarde da noi-

te, pode prejudicar o padrão de sono, o que, por sua vez, está intimamente ligado à saúde mental, ansiedade pode ser exacerbada pela privação de sono, criando um ciclo prejudicial.

Portanto, é imprescindível abordar esses desafios de forma holística, os benefícios das redes sociais na manutenção da conexão social e na disseminação de informações importantes não podem ser desconsiderados. Não obstante, para minimizar os impactos negativos, é fundamental promover a literacia digital, estimular o uso consciente das redes sociais e a busca de apoio psicológico quando necessário, a pandemia revelou a necessidade de equilibrar a vida online com a saúde mental, o que é uma lição valiosa que devemos levar adiante.

Referências

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

BIZARRO, Adriana Semedo. Relação entre o uso problemático da internet, autoestima e comportamentos suicidários em jovens universitários. 2021. Dissertação de Mestrado. Universidade de Évora.

DE ANDRADE CARNEIRO, Leonardo et al. Uso de tecnologias no ensino superior público brasileiro em tempos de pandemia COVID-19. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 8, p. e267985485-e267985485, 2020.

DOS REIS RODRIGUES, Sânia Lucio; SOBREIRA, Maria Francisca Moreira; DE OLIVEIRA, Camila Pereira. A ESCRITA NA INTERNET: BENEFÍCIOS E MALEFÍCIOS.

DOS SANTOS REISEN[1], Gabriely et al. O IMPACTO DAS REDES SOCIAIS NA SAÚDE MENTAL.

DOS SANTOS, CLARA ALEXANDRINA; ALTRAN, FERNANDO; ARANTES, ALISSON RABELO. UMA NOVA REFLEXÃO SOBRE O USO CONSCIENTE DAS FERRAMENTAS DIGITAIS. **Sinapse Múltipla**, v. 8, n. 2, p. 226-229, 2019.

FORTIM, Ivelise et al. **Aspectos psicológicos do uso patológico de internet**. 2013.

MOROMIZATO, Maíra Sandes et al. O uso de internet e redes sociais e a relação com indícios de ansiedade e depressão em estudantes de medicina. **Revista Brasileira de Educação Médica**, v. 41, p. 497-504, 2017.

SILVA, Thayse de Oliveira. **Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais**. 2016.

SOUZA, Karlla; DA CUNHA, Mônica Ximenes Carneiro. Impactos do uso das redes sociais virtuais na saúde mental dos adolescentes: uma revisão sistemática da literatura. **Revista Educação, Psicologia e Interfaces**, v. 3, n. 3, p. 204-2017, 2019.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

28

O IMPACTO QUE AS REDES SOCIAIS PODEM CAUSAR NA AUTOESTIMA E NO DESENVOLVIMENTO DO TRANSTORNO DISMÓRFICO CORPORAL

THE IMPACT THAT SOCIAL MEDIA CAN HAVE ON SELF-ESTEEM AND THE DEVELOPMENT OF BODY DYSMORPHIC DISORDER

José Roberto Mendes Cantanhede

Resumo

O texto abordou a importância de examinar os efeitos das redes sociais na formação da identidade dos jovens, especialmente devido ao acesso precoce a essas plataformas. As redes sociais frequentemente promovem uma representação idealizada da vida, o que leva os jovens a tentarem reproduzir esse padrão, muitas vezes resultando em insatisfação. A relação entre as redes sociais e a autoestima é complexa, com a cultura de comparação desempenhando um papel fundamental. Além disso, o culto à beleza e ao corpo ideal é uma tendência histórica que persiste na sociedade atual, sendo amplamente impulsionado pelas redes sociais. O texto também enfatizou a ligação entre o uso excessivo das redes sociais e o Transtorno Dismórfico Corporal (TDC), destacando a importância de compreender o TDC e suas características. Este trabalho descreve um estudo que se concentra na investigação das consequências do uso das redes sociais na autoestima, com ênfase em sua interação com o Transtorno Dismórfico Corporal (TDC), um transtorno multifatorial. A pesquisa baseou-se em uma revisão bibliográfica qualitativa e descritiva, abordando o que é o TDC, suas características, a influência das redes sociais no TDC, os impactos das redes sociais na autoestima dos jovens e o papel do psicólogo nesse contexto. Observa-se a conexão entre o uso excessivo das redes sociais e seu impacto na autoestima e na insatisfação corporal entre os jovens, resultando em consequências para a saúde mental dos indivíduos.

Palavras-chave: Autoimagem, Beleza idealizada, Idealização, Insatisfação, Mídia.

Abstract

The text addressed the importance of examining the effects of social networks on the formation of young people's identities, especially due to early access to these platforms. Social networks often promote an idealized representation of life, which leads young people to try to reproduce this pattern, often resulting in dissatisfaction. The relationship between social media and self-esteem is complex, with comparison culture playing a key role. Furthermore, the cult of beauty and the ideal body is a historical trend that persists in today's society, being largely driven by social media. The text also emphasized the link between excessive use of social media and Body Dysmorphic Disorder (BDD), highlighting the importance of understanding BDD and its characteristics. This work describes a study that focuses on investigating the consequences of the use of social networks on self-esteem, with an emphasis on its interaction with Body Dysmorphic Disorder (BDD), a multifactorial disorder. The research was based on a qualitative and descriptive literature review, addressing what BDD is, its characteristics, the influence of social networks on BDD, the impacts of social networks on young people's self-esteem and the role of the psychologist in this context. There is a connection between the excessive use of social networks and its impact on self-esteem and body dissatisfaction among young people, resulting in consequences for the mental health of individuals.

Keywords: Self-image, Idealized beauty, Idealization, Dissatisfaction, Media.

1. INTRODUÇÃO

Compreende-se a importância de abordar as mídias sociais e o impacto que podem ter na formação da identidade dos jovens. À medida que as pessoas têm acesso à tecnologia em idades cada vez mais precoces, elas também são expostas mais cedo ao uso de plataformas de redes sociais, como Instagram, TikTok e Twitter. É crucial discutir a influência dessas redes sociais no processo de desenvolvimento dos jovens, uma vez que essa fase da vida está intimamente ligada à formação da personalidade. A busca por um padrão estético de corpo perfeito é o principal ponto a ser observado, estes aplicativos mostram um recorte da vida das pessoas e muitas vezes é uma visão idealizada. Um termo que surgiu na internet é o *lifestyle* que tem como intuito os indivíduos compartilharem as suas rotinas na internet, muitos jovens tentam replicar essa vida perfeita sem perceber que aquilo é apenas um recorte da vida de outra pessoa e quando não conseguem atingir esses padrões impostos por essa cultura de vida perfeita acabam se sentindo insatisfeitos e deprimidos, gerando uma busca por aprovação e validação social, essa validação vem por meio de *likes* e engajamento e quando o indivíduo não recebe esses estímulos reforçadores acaba gerando mais angustia fazendo assim com que as redes sociais possam se tornar um agente de adoecimento da saúde mental. A relação entre as mídias sociais e a autoestima é um assunto de grande relevância atualmente, à medida que a influência das plataformas digitais se torna cada vez mais presente nas nossas vidas. Esse relacionamento é complexo e multifacetado, impactando as percepções que as pessoas têm de si mesmas de várias maneiras. Um dos principais aspectos dessa relação é a cultura de comparação que as mídias sociais muitas vezes promovem. As pessoas frequentemente comparam as suas vidas, aparências e conquistas com as de outros que apresentam uma versão idealizada de si online.

O culto pela beleza e corpo ideal está atrelada a história humana e a sua evolução como sociedade, sendo muitas vezes feito um paralelo entre beleza e sucesso, atualmente não é muito diferente, com as redes sociais e a cultura de divulgar a própria vida na internet com objetivo de gerar engajamento os indivíduos buscam se enquadrar naquilo que está em mais evidência gerando assim um comportamento reforçado por *likes*. As redes sociais tornaram-se uma ferramenta que influenciam a vida das pessoas, a exposição a propagandas e imagens idealizadas levam o indivíduo a enxergar defeitos muitas vezes imaginários na própria imagem, é importante observar o impacto que essa cultura digital pode causar como um dos elementos multifatorial do possível desenvolvimento do Transtorno Dismórfico Corporal (TDC) uma vez que esse transtorno está atrelado a uma preocupação excessiva da aparência sendo influenciado e influenciando a autoestima e a percepção de autoimagem dos indivíduos, e para isso é preciso compreender o que é o TDC e quais as suas características, também é importante compreender as redes sociais como um estímulo que pode trazer tanto benefícios quanto malefícios para a saúde mental do indivíduo principalmente no período de desenvolvimento humano da adolescência como também, é importante analisar qual o papel do psicólogo neste cenário. A questão central se torna evidente quando consideramos a influência das redes sociais na busca incessante pela representação de uma vida perfeita. Esse fenômeno pode acarretar uma série de impactos significativos na autoestima dos jovens. É fundamental compreender a extensão dessa angústia gerada pela busca da perfeição e o quanto ela influencia o agravamento das características do Transtorno Dismórfico Corporal (TDC). A pergunta que surge é: a busca pela vida perfeita nas redes sociais realmente afeta a autoestima dos jovens? Quais são as consequências dessa cultura perfeccionista como um fator no desenvolvimento do

TDC e como os psicólogos podem intervir nesse cenário?

O foco do trabalho realizado foi direcionado para uma exploração da literatura em busca das consequências do uso das redes sociais na autoestima, destacando sua interação com o TDC. Compreendendo o transtorno como multifatorial, e, em particular, examinar como o advento e a disseminação das mídias sociais inauguraram uma nova era na promoção de imagens idealizadas de beleza e do corpo, destacando a importância de entender como as redes sociais podem funcionar como um fator de risco significativo na saúde mental dos usuários, particularmente em relação ao TDC. Isso ilustra a necessidade de abordagens de prevenção e intervenção sensíveis ao contexto digital.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

O presente estudo é uma pesquisa de revisão bibliográfica qualitativa e descritiva a respeito do impacto das redes sociais na autoestima e no desenvolvimento do Transtorno Dismórfico Corporal, onde foi discorrido sobre o que é o TDC e suas características, a influência das redes sociais no TDC os impactos das redes sociais nos jovens e como o psicólogo pode agir nesse cenário. Os locais de pesquisas foram como base artigos com relevância do Google acadêmico, focando em sites com valor científico como: Periódicos Eletrônicos em Psicologia (PePsic), Scientific Eletronic Library On-Line (SciELO), Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais (DSM-5-TR) e revistas cientificas. Sendo selecionado artigos de 2010 a 2022. Palavras-chave: “redes sociais”, “autoestima”, “transtorno dismórfico corporal”, “adolescentes”

2.2 Resultados e Discussão

A cultura da beleza é um aspecto central e profundamente enraizado na sociedade, Medeiros et al. (2022) fazem uma breve retomada histórica sobre o surgimento da beleza, identificando que a sociedade sempre buscou uma beleza ideal, cada época e cultura apresenta uma perspectiva de padrão de beleza, sendo assim a compreensão de beleza não é algo estático. Atualmente não é diferente, as propagandas e comerciais se tornaram uma janela para a divulgação de um padrão de beleza que com tempo passou a ser idealizada, durante a história as mulheres sempre sofreram pressões sociais para se adequar a nesse padrão (Bastos *et al*., 2022) afirma que sempre é atribuída as mulheres essa divinização por aspectos considerados belos sendo compelidas a buscar sempre um corpo ideal. Durante o antigo Egito, no período romano ou nos mitos gregos as mulheres sempre são vistas como figuras associadas a beleza, o que permanece no imaginário popular até atualmente, alguns autores afirmam que as mulheres são as que mais sofrem com a pressão social (Medeiros *et al*., 2022). Com o capitalismo, a propaganda e as mídias sociais o culto pela beleza permanece, sendo um grande agente na divulgação e propagação de padrões de beleza, o que leva a conceber um paralelo entre a idealização de beleza propagada pelas redes sociais, a autoestima e percepção do próprio corpo.

Silva (2021) faz um correlato entre a autoestima e as redes sociais, na pesquisa feita com jovens do ensino médio a autora percebe uma relação da rede social com uma possível felicidade momentânea e passageira, situando as redes sociais como um estímulo que pode causar riscos à saúde mental visto que tem o poder de influenciar a percepção que o indivíduo tem da própria imagem desestimulando o contato físico e reforçando a constru-

ção de uma vida digital “perfeita”, gerando assim uma preocupação sobre o que as outras pessoas vão pensar ou se vão gostar da sua vida, tornando o indivíduo dependente dos likes e engajamentos sociais para validar essa “felicidade”. Essas ideias corroboram com os pensamentos de Silva e Silva (2017) em relação à proliferação das tecnologias, sobretudo entre os jovens, e o seu potencial para cultivar uma dependência das redes sociais, resultando num isolamento social decorrente do vício. Esse quadro se revela especialmente preocupante quando consideramos que a adolescência é uma fase marcada pela exploração de novas ideias e descobertas. A socialização predominantemente virtual pode, ao longo do tempo, desencadear déficits comportamentais e cognitivos incluindo a escassez de habilidades sociais e a ansiedade em relação às interações face a face. Isso, por sua vez, pode reforçar a tendência do indivíduo a permanecer cada vez mais envolvido nas redes sociais.

O uso desmedido das redes sociais tem o potencial de impactar os jovens em múltiplos aspectos. Embora a tecnologia possa oferecer benefícios, não podemos ignorar a sua associação preocupante com problemas de saúde mental, especialmente entre o público adolescente. Isso pode culminar em consequências sérias, como depressão e uma diminuição da autoestima. Conforme a pesquisa de Silva e Silva (2017), a exposição excessiva a uma abundância de informações através das redes sociais pode acarretar danos cognitivos que, por sua vez, aumentam o risco de desenvolver patologias psicológicas.

As mídias sociais frequentemente promovem padrões de beleza irreais e ideais de corpo que podem levar as pessoas a se preocuparem excessivamente com a sua própria aparência física. Bastos *et al*. (2022) também abordam a influência das redes sociais no desenvolvimento da autoestima e na formação da autoimagem. Isso nos permite perceber as redes sociais como uma ferramenta de disseminação de imagens e ideais de ‘corpos perfeitos’. Os autores estabelecem uma conexão entre o padrão estético promovido pelas redes sociais e o impacto na saúde mental, especialmente ao relacionar a idealização de determinados corpos e a busca por aprovação nas redes sociais com transtornos relacionados à autoimagem.

Percebemos que o corpo é um elemento importante na idealização de beleza propagada pela mídia, o que leva a retomar as questões relacionadas ao Transtorno Dismórfico Corporal (TDC). Segundo Laurindo *et al*. (2022) o TDC inicialmente chamado “dismorfobia”, que posteriormente teve o seu nome alterado para TDC, é caracterizado pela preocupação excessiva com detalhes relacionados à aparência. Esses detalhes muitas vezes consistem em falhas mínimas que passam despercebidas pelas outras pessoas, mas que têm um impacto significativo na vida da pessoa afetada pelo transtorno.

Os indivíduos com esse transtorno apresentam comportamentos repetitivos e apresenta elementos obsessivos, o TDC está descrito no Manual Diagnostico e Estatísticos de Transtornos Mentais V revisado (DSM-V-TR) (2022) na sessão do transtorno obsessivo-compulsivo e transtornos relacionados apresentando alguns critérios diagnósticos como preocupação com defeitos ou falhas na aparência que não são observáveis ou parecem leves para os outros, comportamentos repetitivos ou atos mentais na tentativa de responder as suas preocupações e prejuízo em áreas importantes da vida como o funcionamento social, o manual ainda traz informação sobre o nível de consciência que a pessoa tem em relação às crenças do transtorno, ou seja, o nível de insight bom a pessoa compreende que as crenças que ela tem sobre o seu corpo não são verdadeiras ou são duvidosas, já a ausência de insight determina que o sujeito acredita fielmente nas crenças ligadas ao transtorno, sendo dividido pelo manual em três níveis, com insight bom ou razoável, insight pobre e insight ausente.

Medeiros *et al*. (2022) afirmam que esse transtorno foi relatado inicialmente por Enrico Morselli, sendo apresentado em homens e mulheres, comumente os sintomas começam a surgir durante a adolescência, é comum apresentar insatisfação em qualquer área do corpo como, por exemplo, pele, pelos ou formato do nariz, o comportamento de buscar alívio mental acabam sendo repetitivos e apresentam pensamentos intrusivos. Bastos *et al*. (2022) relatam a influência das mídias com os critérios relatados no DSM-V fazendo uma ponte dos efeitos negativos causados pela mídia na percepção corporal e os critérios trazidos pelo DSM do TDC.

Lira *et al*. (2017) realizaram um estudo em São Paulo com adolescentes do sexo feminino, com idades entre 10 e 19 anos, revelou que o uso diário das redes sociais, como Facebook, Twitter, Instagram e Snapchat, está associado a uma maior probabilidade de insatisfação com a própria imagem corporal. Notavelmente, aqueles que faziam uso mais frequente dessas plataformas apresentavam níveis mais elevados de insatisfação. As redes sociais desempenham o papel de mais uma influência na pressão pela busca do corpo ideal, e quando esse ideal não é alcançado, isso pode gerar significativa angústia e insatisfação. Podemos perceber a influência da mídia na construção do conceito de corpo, Bastos *et al*. (2022) levanta um importante ponto, ao longo da história o corpo humano sempre foi influenciado pela cultura e sempre foi ponto de questionamento, sendo assim, compreender a idealização do corpo no contexto contemporâneo é compreender a nossa própria construção cultural, cultura essa que está fortemente relacionada com surgimento dos novos meios de tecnologia e formas de comunicação.

A busca pelo corpo perfeito propagado pela mídia vai muito além de se inspirar em outra pessoa, o uso excessivo de filtros de realidade aumentada provoca o fenômeno que alguns autores chamam de “dismorfia do Snapchat” Campos (2021) fala sobre como a insatisfação dos indivíduos com o próprio corpo fazem eles buscarem procedimentos estéticos, alguns pacientes buscam ficar parecidos com as suas versões com filtro, essa condição psicológica ocorre quando os indivíduos desenvolvem uma percepção distorcida da própria aparência física, devido à exposição constante a imagens editadas e filtradas nas redes sociais. Yung et al. (2022) discorre que a insatisfação com o próprio corpo principalmente entre as mulheres leva os indivíduos a buscar procedimentos estéticos, o que pode gerar transtorno como o TDC.

Lauriano *et al*. (2022) discutem também sobre a pressão social para a busca do corpo perfeito e o desenvolvimento do TDC e de distúrbios alimentares na tentativa de atingir o corpo idealizado, os autores analisa esses comportamentos pelo modelo tripartite de Thompson, *Tripartite Influence Model*, esse modelo considera três esferas, a influência da família, a influência da mídia e das redes sociais e fatores relacionados ao sexo, em relação a influência dos meios digitais os autores afirmam que os efeitos da mídia, como influenciar o comportamento, as atitudes ou as crenças das pessoas, geralmente não são unidimensionais, ou seja, não podemos simplesmente dizer que a mídia causa algo de forma direta e simples, mas são moldados e influenciados pelo contexto, este inclui fatores como a cultura, o ambiente social, as experiências pessoais como características individuais das pessoas que podem torná-las mais ou menos suscetíveis aos efeitos da mídia.

Silva e Silva (2017) afirmam que é preciso buscar medidas de uso saudável das redes sociais principalmente o público dos jovem, essas medidas devem ser numa perspectiva de conscientização dos efeitos negativos da busca pelo “corpo perfeito” nas redes sociais e não baseado numa perspectiva de proibição, nesse sentido, a produção de conhecimento científico desempenha um papel fundamental na orientação de medidas conscientes para o uso das redes sociais, ou seja, se faz necessário a presença de um profissional da saúde mental.

O Transtorno Dismórfico Corporal não é apenas sobre a percepção distorcida da aparência física, mas também está profundamente ligado a fatores psicológicos e é influenciado pela cultura do corpo belo propagada pela mídia. Menezes *et al*. (2013) relatam que o tratamento do TDC ocorre com medicamento e a psicoterapia, os autores ressaltam contraindicação de cirurgias plásticas para indivíduos com esse transtorno. Compreendendo as características do TDC e a influências das redes sociais na autoestima é possível perceber a existência de questões abrangentes sobre esse tema.

3. CONCLUSÃO

É evidente que a discussão sobre a idealização de corpos nas redes sociais está intrinsecamente ligada à cultura contemporânea. Afinal, quando se aborda as redes sociais, estamos explorando um elemento profundamente enraizado no zeitgeist, ou espírito do nosso tempo. Ao longo do curso do desenvolvimento humano, a relação entre o ser humano e a concepção de beleza tem sido uma constante. Esta conexão histórica entre a busca pela perfeição estética e a evolução da sociedade é uma narrativa que atravessa séculos, moldando as aspirações e os ideais de cada era, e agora, encontra sua expressão mais proeminente nas plataformas digitais e nas redes sociais. É possível observar a relação entre a evolução do conceito de beleza, a interseção entre o capitalismo e as plataformas digitais, a conexão entre redes sociais e autoestima, bem como o impacto desses fatores no desenvolvimento do transtorno dismórfico corporal conforme destacado pelos autores abordados ao longo deste texto, foi evidente a possibilidade de estabelecer uma correlação entre as características diagnósticas do Transtorno Dismórfico Corporal e os potenciais malefícios decorrentes do uso contínuo das redes sociais, especialmente quando focalizamos a perspectiva dos jovens. Isso se deve, em grande parte, ao fato de que a cultura das redes sociais está intrinsecamente ligada a essa geração. A constante exposição a propagandas e à representação digital 'perfeita' compartilhada por outros usuários leva os indivíduos a direcionarem seu olhar para si mesmos e a buscarem padrões que considerem ideais, impactando assim a percepção e as características de seus próprios corpos. Nota-se que a busca incessante pelo corpo perfeito pode levar à chamada "dismorfia do Snapchat", onde indivíduos procuram intervenções estéticas para se assemelharem aos padrões criados por filtros de aplicativos.

Alguns dos comportamentos associados a essa autopercepção distorcida podem, de fato, coincidir com critérios encontrados no DSM-5-TR. Entretanto, ao explorar a conexão entre a influência das redes sociais e o desenvolvimento do Transtorno Dismórfico Corporal, é importante ressaltar que estamos abordando apenas um dos fatores contribuintes. Os transtornos mentais descritos no DSM-5-TR, em sua maioria, são de natureza multifatorial, ou seja, não podemos atribuir exclusivamente às redes sociais a origem do transtorno. No entanto, a literatura de diversos outros autores nos permite compreender que há uma relação entre comportamentos disfuncionais decorrentes do uso excessivo das redes sociais e traços do Transtorno Dismórfico Corporal.

É fundamental reconhecer que muitos dos comportamentos relacionados às redes sociais são, de certa forma, relativamente recentes na sociedade. Portanto, é crucial manter um olhar atento e compreensivo em relação aos indivíduos, situando-os no contexto de sua cultura. Os jovens, em particular, têm uma forte ligação com o mundo digital, e é imperativo abordar esse tema de uma maneira que não o torne aversivo para esse público. Nesse sentido, os profissionais da psicologia desempenham um papel essencial ao promover discussões sobre o uso excessivo das redes sociais e os impactos que ele pode gerar nos indivíduos em diversos aspectos. É necessário abordar essa questão de forma sensível

e informativa, levando em consideração a realidade digital na qual os jovens estão imersos, e oferecer apoio e orientação para lidar com os desafios associados ao uso das redes sociais.

Referências

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition, Text Revision.** Washington, DC, Associação Psiquiátrica Americana, 2022**.**

BASTOS. A. P. S. O. et al. A influência das mídias sociais no Transtorno Dismórfico Corporal: Uma doença da era digital? **Revista Científica do Tocantins**, v. 2, n. 1, p. 1-18, 2022. Disponível em: https://itpacporto.emnuvens.com.br/revista/article/view/48. Acesso em: 19 set. 2023.

CAMPOS, J. H. Transtorno dimórfico corporal - Insatisfação patológica com autoimagem e a busca por procedimentos estéticos. **Aesthetic Orofacial Science**, [S. l.], v. 2, n. 1, p. 1–6, 2021. DOI:10.51670/ahof.v2i1.37. Disponível em: https://ahof.emnuvens.com.br/ahof/article/view/37. Acesso em: 19 set. 2023.

LAURINDO, M. R. T. et al. Insatisfação corporal e disturbios de imagem corporal repercutidas a partir de mídias e redes sociais. **RECIMA21 - Revista Científica Multidisciplinar - ISSN 2675-6218**, *[S. l.]*, v. 3, n. 6, p. e361623, 2022. DOI: 10.47820/recima21.v3i6.1623. Disponível em: https://recima21.com.br/index.php/recima21/article/view/1623. Acesso em: 19 set. 2023.

LIRA. A. G. et al. Uso de redes sociais, influência da mídia e insatisfação com a imagem corporal de adolescentes brasileiras. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 66, p. 164-171, 2017. Disponível em: https://www.scielo.br/j/jbpsiq/a/6NrPypcRchnc35RH9GLSYwK/?format=pdf&lang=pt. Acesso em: 19 set. 2023.

MEDEIROS. L. P. et al. Transtorno dismórfico corporal: relação com os padrões de beleza. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 15, n. 3, p. e9930, 2022. Disponível em: https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/9930. Acesso em: 19 set. 2022.

MENEZES, J. A. de. et al. Dismorfofobia: o olhar do outro. **Revista Brasileira de Cirurgia Plástica**,-v.29,p.468-473,2014. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rbcp/a/Zq9P6MFVS5kFh3xLrMbmxCm/?lang=pt#. Acesso em: 19 set. 2023.

QUEIROGA-YUNG, A. L. et al. Transtorno dismórfico corporal–a mente que mente: uma revisão integrativa da literatura. **Revista UNISAN ciências humanas** Ano 17, Número 41, 2022, Disponível em: https://unisanuni.edu.br/wpcontent/uploads/2022/10/Revista-UNISAN-41-092022-1.pdf#page=6 . Acesso em: 19 set. 2023.

SILVA, M. da C. A relação entre redes sociais e autoestima. **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, [S. l.], v. 7, n. 4, p. 417–439, 2021. DOI: 10.51891/rease.v7i4.976. Disponível em: https://www.periodicorease.pro.br/rease/article/view/976. Acesso em: 19 set. 2023.

SILVA. T. O; SILVA. L. T. G. Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais. **Rev. psicopedag.** São Paulo, v. 34, n. 103, p. 87-97, 2017. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psicoped/v34n103/09.pdf. Acesso em: 19 set. 2023.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

29

A DESVALORIZAÇÃO DA ORIENTAÇÃO PROFISSIONAL NAS ESCOLAS PÚBLICAS BRASILEIRAS

THE DEVALUATION OF PROFESSIONAL GUIDANCE IN BRAZILIAN PUBLIC SCHOOLS

Bianca Chaves Costa
Marco Aurélio Fernandes
Elizabeth Silva Dias

Resumo

Esta análise teve como objetivo desenvolver pesquisas realizadas de forma bibliográfica cuja o tema a desvalorização da orientação profissional nas escolas públicas brasileiras, torna-se evidente que esta questão é de extrema importância, pois a mesma desempenha um papel fundamental na vida dos estudantes, auxiliando na tomada de decisões de carreira informadas e no desenvolvimento de suas identidades profissionais. No entanto, o cenário atual mostra uma carência preocupante de apoio efetivo na área de (OP) orientação profissional, particularmente nas escolas públicas. A ausência de programas estruturados e de profissionais devidamente capacitados prejudica as oportunidades dos estudantes e limita o pleno desenvolvimento de seu potencial, essa deficiência se estende a áreas como a formação cultural, científica e social, que são fundamentais para a preparação de jovens para o mercado de trabalho e para a vida em sociedade. É incontornável que a desvalorização demanda uma ação imediata e efetiva, na qual essa ação deve envolver não apenas o fortalecimento de programas de orientação profissional, mas também a conscientização. A sugestão para o ensino futuro envolve a realização de pesquisas aprofundadas, para avaliar o impacto da falta de uma política de sobre jovens estudantes, particularmente aqueles de baixa renda, e sua formação profissional, é fundamental que essa questão seja priorizada para garantir que todos os estudantes, independentemente de seu contexto socioeconômico, tenham acesso a OP de qualidade, somente por meio desse investimento e reconhecimento poderemos proporcionar aos jovens as ferramentas necessárias para fazer escolhas de carreira informadas e alcançar um futuro profissional de sucesso.

Palavras-chave: Ensino Médio. Escolha de Profissão. Universidade. Psicologia Escolar. Formação do Indivíduo.

Abstract

This analysis aimed to develop research carried out in a bibliographical form whose theme is the devaluation of professional guidance in Brazilian public schools. It becomes clear that this issue is extremely important, as it plays a fundamental role in the lives of students, helping to making informed career decisions and developing their professional identities. However, the current scenario shows a worrying lack of effective support in the area of professional guidance (OP), particularly in public schools. The absence of structured programs and properly trained professionals harms students' opportunities and limits the full development of their potential. This deficiency extends to areas such as cultural, scientific and social training, which are fundamental for preparing young people for the market work and life in society. It is unavoidable that devaluation demands immediate and effective action, and this action must involve not only strengthening professional guidance programs, but also raising awareness. The suggestion for future education involves carrying out in-depth research to assess the impact of the lack of a policy on young students, particularly those from low-income backgrounds, and their professional training. It is essential that this issue is prioritized to ensure that all students, regardless of their socioeconomic background, have access to quality OP, only through this investment and recognition can we provide young people with the tools they need to make informed career choices and achieve a successful professional future.

Keywords: High school. Choice of Profession. University. School Psychology. Individual Training.

1. INTRODUÇÃO

O presente trabalho propôs abordar a problemática da desvalorização da orientação profissional nas escolas públicas brasileiras. Nesse contexto, é observada uma redução de recursos financeiros destinados a esse campo, com ênfase maior na preparação acadêmica e falta de reconhecimento da importância da orientação profissional. Além disso, a ausência de profissionais especializados e a escassez de orientação e apresentação de carreiras aos alunos contribuem para a desvalorização dessa área. A carência de compreensão sobre o papel e a relevância da OP no desenvolvimento dos alunos também é um fator que impacta negativamente sua valorização, uma vez que as escolas, responsáveis pela tomada de decisões, não a consideram essencial para o sucesso dos estudantes no futuro.

Por outro lado, o receio de fazer uma escolha errada é também influenciado pela convivência com diversos jovens que ingressaram na universidade e a abandonaram. De fato, várias pesquisas indicam altas taxas de evasão nas instituições de ensino superior no Brasil, devido à desmotivação dos estudantes ao longo de sua jornada acadêmica ou em suas carreiras, já que escolhas imaturas geram o medo de ter que substituir. Mudar é difícil, e muitos optam pela universidade pública, a mais acessível financeiramente, para evitar os custos das instituições privadas. A falta de oportunidades ou recursos para se envolver gera ansiedade e tensão nos estudantes, que ainda não têm as habilidades necessárias para lidar com essas situações. O ambiente acadêmico impõe uma série de decisões sobre o futuro, mas, frequentemente, apresenta obstáculos que dificultam a realização de muitos de seus projetos.

Diante desse contexto, é necessário promover a conscientização sobre a importância da orientação profissional nas instituições públicas brasileiras. É fundamental compreender que essa orientação desempenha um papel crucial no desenvolvimento dos estudantes, auxiliando-os a tomar decisões informadas sobre carreiras e aumentando suas chances de sucesso no mercado de trabalho. No entanto, no Brasil, há uma tendência cultural de valorizar certas profissões consideradas mais prestigiosas, o que pode levar à desvalorização de outras áreas e à redução da importância atribuída à orientação profissional. Assim, é necessário que a OP contribua para que os alunos compreendam que a escolha adequada de uma profissão é crucial para o seu sucesso e realização pessoal no futuro.

A desvalorização da OP abrange uma série de aspectos negativos que afetam tanto os estudantes quanto o sistema educacional como um todo. Isso inclui a falta de conexão entre as habilidades e interesses dos orientandos, o aumento da evasão escolar e da reprovação, a falta de preparação para o mercado de trabalho, o aumento da desigualdade socioeconômica e a subutilização do potencial dos alunos. É essencial garantir que os indivíduos tenham o suporte necessário para fazer escolhas profissionais conscientes e desenvolver todo o seu potencial, contribuindo assim para o sucesso pessoal e profissional. Cada estudante possui habilidades, talentos e interesses únicos, e a orientação profissional permite explorar esse potencial e encontrar o suporte necessário. Quando os estudantes escolhem carreiras que não são adequadas ao seu perfil ou que não os motivam, ocorre um desperdício de talento e capacidade individuais.

De acordo com Paulo Freire (1988), quando se trata de orientação profissional, é essencial analisar a realidade em que o sujeito está inserido, a fim de compreender o significado da proposta de escolha. A orientação profissional é um trabalho oferecido para possibilitar a reflexão que resultará em intervenções concretas na realidade, construindo compromissos e escolhas. Além disso, contribui para o desenvolvimento do autoconhecimento, uma

vez que muitos jovens enfrentam dificuldades ao escolher uma carreira ou até mesmo não têm interesse em seguir uma ocupação específica. Dessa forma, a orientação profissional desempenha um papel importante no processo de auxiliar os jovens a explorarem.

Como a desvalorização da orientação profissional impactar negativamente as escolas públicas brasileiras?

Nesse estudo, consiste em investigar a desvalorização da OP, que afeta de forma adversa as escolas públicas brasileiras. Isso engloba a análise das implicações da mesma sobre os recursos disponíveis, a motivação dos profissionais da educação, a qualidade do aconselhamento aos alunos e, consequentemente, o desempenho acadêmico e o bem-estar dos estudantes. Essa pesquisa busca identificar os fatores que contribuem para a desvalorização da mesma nas escolas públicas e como esses fatores impactam o ambiente educacional, visando fornecer insights para possíveis melhorias nesse sistema de ensino. Tendo em vista que a falta da OP afeta o desenvolvimento de aptidões e poder decisório dos jovens no momento da escolha pela profissão escolhida, durante a educação básica.

Será abordada a importância da orientação profissional auxiliando os jovens a identificar suas habilidades, interesses, vocação e valores, além de fornecer informações sobre as diferentes carreiras e as possibilidades de atuação em cada uma delas, além disso serão discutidos os desafios enfrentados pelos jovens nesse processo de escolha, como a pressão familiar e social, a falta de informação sobre as profissões, a dificuldade em lidar com incertezas e a indecisão diante de tantas opções, conhecer a evolução histórica da orientação profissional no Brasil e no mundo, destacando os principais modelos teóricos e as abordagens utilizadas na área, apontar as principais dificuldades enfrentadas pelos jovens na hora de escolher uma carreira, comparar as estratégias mais eficazes para promover a OP, considerando aspectos como a utilização de testes vocacional, a orientação profissional especializada, o acesso a informações sobre as profissões e mercado de trabalho.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

Para a realização da pesquisa “A Desvalorização da Orientação Profissional nas Escolas Públicas Brasileiras”, a metodologia por revisão bibliográfica qualitativa e descritiva foi realizada em diferentes etapas: Seleção dos principais bancos de dados de pesquisas científica, como Scielo, Pubmed, Google Scholar, para identificar artigos, teses, dissertações e outros documentos relevantes sobre o tema. O período dos artigos pesquisados serão os trabalhos publicados nos últimos 15 anos.

Definição dos principais termos de busca, com orientação profissional, aconselhamento vocacional, escolas públicas, escolha de profissão, formação do indivíduo, profissões no Brasil, continuidade da vida acadêmica, perfil profissional, interferência financeira, medo de escolher. Literatura e análise crítica dos artigos e documentos selecionados, identificando seus principais conceitos, teorias, metodologia e resultados. Sistematização dos principais resultados da revisão literária, identificando os principais consensos, divergências e lacunas na literatura sobre o tema.

Elaboração de um relatório de pesquisa que apresente os principais resultados da revisão literária, incluindo as principais conclusões, recomendações e sugestões para futuras pesquisas. Vale ressaltar que a revisão literária é uma abordagem metodológica que não envolve coleta de dados primários, mas sim a análise crítica e integrada de dados secundários já disponíveis na literatura.

2.1 Resultados e Discussão

No Brasil, a aplicação da Psicologia nas relações de trabalho começou a se desenvolver na década de 1920, principalmente devido à regulamentação de cursos de profissionalização para setores como comércio, indústria e agricultura. A primeira experiência prática sistemática de aplicação da Psicologia à organização do trabalho ocorreu em 1924 no Liceu de Artes e Ofícios de São Paulo, sob a liderança do engenheiro suíço Roberto Mange. Essa experiência envolveu a seleção de alunos para o Curso de Mecânica Prática da escola (ABADE, 2005).

Após essa pioneira iniciativa, muitas outras experiências semelhantes surgiram, com destaque para aquelas relacionadas às empresas ferroviárias. Em 1930, foram estabelecidos o Curso de Ferroviários de Sorocaba e o Serviço de Ensino e Seleção Profissional da Estrada de Ferro Sorocabana, o que impulsionou ainda mais o desenvolvimento da aplicação da Psicologia ao trabalho em diversas empresas (ANTUNES *apud* ABADE, 2005). Nesse período, o Brasil estava sob o governo ditatorial de Getúlio Vargas (1930-1945) e passava por uma transição de uma economia agrário-exportadora para uma economia urbano-industrial.

Na década de 1980, a Psicologia estava passando por uma fase de redefinição, assim como as práticas de Orientação Profissional. A transição do regime militar para a democracia estava promovendo questionamentos nesse campo. Alguns, como Bosi (1982), defendiam que a Psicologia deveria sair dos consultórios e envolver os alunos de Psicologia na educação popular, incluindo escolas públicas. Artigos publicados em periódicos de Psicologia da época questionavam os fatores determinantes e a liberdade de escolha profissional, enquanto pesquisas se concentravam na validação e adaptação de testes vocacionais para a realidade brasileira (ABADE, 2005).

Já na década de 1990, as publicações revelaram a diversidade de referenciais teóricos e metodológicos na Orientação Profissional, com uma predominância das abordagens clínica e psicométrica. Nesse período, o mundo do trabalho estava passando por mudanças significativas, como a transição do paradigma industrial e tecnológico para a era da microeletrônica, o avanço das telecomunicações e a automação crescente. Além disso, houve uma reestruturação do capital mundial, com foco na dominância financeira em vez da produção (LISBOA *apud* ABADE, 2005).

Essas transformações no mundo do trabalho tiveram um impacto direto na Orientação Profissional, afetando a formação técnica e teórica dos orientadores. Nessa perspectiva, acreditamos que a Orientação Profissional não deve ignorar os aspectos psicossociais, ou seja, o orientador deve basear sua prática em referenciais teórico-metodológicos que levem em conta tanto os fatores sociais quanto os psicológicos no processo de orientação (ABADE, 2005).

De acordo com Jenschke (2002), a orientação profissional tem o papel de preparar as pessoas para lidar com as constantes transformações sociais e situações da vida individual. Essa abordagem reconhece que o mundo está em constante mudança, tanto em termos sociais quanto nas demandas profissionais, e que é essencial que os indivíduos estejam preparados para enfrentar essas transformações. A orientação profissional, nesse contexto, não se limita apenas a ajudar os indivíduos a escolherem uma carreira específica, mas também busca fornecer-lhes habilidades, conhecimentos e recursos necessários para se adaptarem e se desenvolverem ao longo de suas vidas profissionais. A ênfase está em capacitar os indivíduos a lidar com as incertezas e desafios que podem surgir ao longo do caminho, seja por mudanças no mercado de trabalho, avanços tecnológicos ou outras transformações sociais.

Conforme mencionado por Abade (2005), as perspectivas atuais da orientação profissional são caracterizadas pela pluralidade teórica e metodológica, com a presença de três vertentes principais a partir da década de 1990, a psicométrica, a clínica e a psicossocial, sendo os dois primeiros enfoques predominantes. A vertente psicossocial engloba elementos das duas vertentes anteriores, integrando fatores individuais e contextuais no processo de orientação profissional. Nessa perspectiva, considera-se a influência dos aspectos sociais, culturais e econômicos na construção da identidade e das escolhas profissionais dos indivíduos. É importante ressaltar que essas vertentes não são excludentes, e muitas vezes há uma combinação de abordagens na prática da orientação profissional. A diversidade teórica e metodológica proporciona uma visão ampla e enriquecedora do processo de orientação, possibilitando uma abordagem mais abrangente e personalizada para atender às necessidades dos orientandos.

Segundo Cabral, Carvalho e Ramos (2004). O ambiente escolar desempenha um papel significativo na vida dos jovens, uma vez que eles passam a maior parte do tempo nesse espaço durante sua fase de desenvolvimento. As experiências vivenciadas na escola têm um impacto profundo na formação e na constituição dos indivíduos. A escola não apenas transmite conhecimentos acadêmicos, mas também desempenha um papel importante na socialização, no desenvolvimento de habilidades socioemocionais e no estabelecimento de valores. No ambiente escolar, os jovens têm a oportunidade de interagir com colegas de diferentes origens, culturas e perspectivas. Essa diversidade promove a compreensão mútua, o respeito à diferença e o desenvolvimento da empatia.

Durante a adolescência, os indivíduos são confrontados com a transição da vida escolar para o mundo do trabalho, o que pode ser uma fonte de pressão e ansiedade. Além disso, ao observar os adultos trabalhadores ao seu redor, os adolescentes percebem uma crescente idealização da adolescência, o que pode ser confuso e contraditório. Essa idealização leva à expectativa de que os adolescentes devem aproveitar ao máximo essa fase da vida e experimentar tudo o que puderem, o que pode ser oposto às pressões para decidir sobre a escolha profissional e se preparar para o futuro. A essa complexidade se acrescenta a influência de fatores sociais e culturais na formação das subjetividades adolescentes (CALLIGARIS, 2000). Além disso, a escola oferece um espaço para os jovens desenvolverem habilidades de comunicação, colaboração, pensamento crítico e resolução de problemas, que são essenciais para sua participação ativa na sociedade, a mesma também desempenha um papel na transmissão de valores e normas sociais.

A este pano de fundo de constituição das subjetividades, quando se trata da adolescência, acrescenta um novo elemento. Lado a lado à condição de ser o próximo da fila a adentrar o mundo do trabalho acima descrito, ao focar o universo dos adultos trabalhadores que o cerca, os indivíduos deparam-se com uma outra condição: a da crescente idealização, nesse mesmo universo, em relação à adolescência (CALLIGARIS, 2000).

A proposta de Bohaslavski (1997), denominada “Alianças Educativas”, tinha como objetivo estabelecer parcerias entre universidades e escolas de ensino médio, sejam elas públicas ou privadas. Essa iniciativa buscava alcançar dois principais objetivos. Em primeiro lugar, o programa visava aumentar a visibilidade e o reconhecimento da instituição de ensino superior dentro da comunidade. Através dessa parceria com as escolas de ensino médio, a universidade poderia se tornar mais acessível e presente na vida dos jovens, fornecendo informações sobre seus cursos, programas, oportunidades acadêmicas e profissionais. A proposta visa fornecer um trabalho psicoprofilático de qualidade para os jovens. Isso significa que, por meio dessa parceria, os estudantes teriam acesso a um serviço de orientação profissional que os auxiliaria na construção de uma carreira bem-sucedida e na busca pela realização pessoal.

Oliveira e Neiva (2013) conduziram um estudo com o propósito de avaliar um projeto piloto de orientação vocacional que se concentrava na questão da maturidade para a escolha profissional. O estudo foi realizado em uma instituição pública de educação profissional e envolveu um grupo de estudantes do ensino médio. Durante a aplicação do projeto, os pesquisadores buscaram investigar o nível de maturidade dos alunos em relação à escolha de suas futuras carreiras. Isso envolveu a análise de diferentes aspectos, como autoconhecimento, compreensão das habilidades e interesses pessoais, conhecimento sobre o mercado de trabalho e conscientização das demandas e tendências profissionais. A OP proporciona uma compreensão mais aprofundada sobre a maturidade dos alunos em relação às escolhas profissionais, além de fornecer insights valiosos para o aprimoramento do projeto de orientação vocacional. Isso contribui para o desenvolvimento de estratégias mais eficazes de orientação e apoio aos estudantes na tomada de decisões relacionadas às suas carreiras futuras.

Diversas pesquisas realizadas com base na realidade brasileira apontam para uma realidade preocupante em relação à escolha de carreira dos jovens. Estudos como Avancini (1998) e Zanella (1999) revelam que apenas 5% dos jovens que ingressam em cursos superiores têm certeza em relação à sua escolha profissional. Além disso, de acordo com Soares (1993, p. 12), entre 25% e 30% dos alunos que ingressam em universidades públicas brasileiras já haviam iniciado anteriormente outro curso superior, do qual acabaram se afastando. Essa falta de segurança e de afinidade com a primeira escolha acadêmica evidencia a necessidade de uma orientação profissional mais efetiva e abrangente. Essas ações têm o objetivo de popularizar a orientação profissional, tornando-a amplamente disponível para todos os jovens, a fim de auxiliá-los na construção de trajetórias acadêmicas e profissionais mais coerentes com seus interesses, habilidades e aptidões.

Outra pesquisa relevante realizada por Silva (2003, p. 314) mostra que apenas 12% de um grupo de 357 estudantes universitários iniciantes havia recebido algum tipo de trabalho orientador para a escolha de carreira. Esses dados reforçam a importância de mobilizar orientadores profissionais, professores e estudantes experientes, a fim de tornar a orientação profissional uma atividade acessível e disseminada para todos os jovens. Essas constatações apontam para a necessidade urgente de investir em programas de orientação profissional mais abrangentes e acessíveis no contexto brasileiro. É fundamental que haja uma maior conscientização sobre a importância desse tipo de suporte na tomada de decisões sobre a carreira, promovendo a participação de profissionais qualificados, bem como o envolvimento de professores e estudantes mais experientes.

Nesse contexto, considera-se que a consciência dos fatores que influenciam a tomada de decisão é um dos elementos fundamentais na orientação profissional. Além disso, é essencial buscar o autoconhecimento e obter informações sobre as áreas profissionais de interesse. O autoconhecimento envolve entender os próprios interesses e valores, imaginar como seria desempenhar determinado trabalho no futuro, considerar as expectativas familiares em contraste com as expectativas pessoais, entre outros aspectos. Por outro lado, o conhecimento sobre as profissões leva os adolescentes a se aproximarem do mundo do trabalho, explorando as diversas possibilidades de atuação e compreendendo o que cada profissão envolve e o que se faz em determinadas áreas (LUCCHIARI, 1993).

3. CONCLUSÃO

A vida é transpassada por decisões, e a habilidade de escolher na qual é adquirida, desde que haja empenho e desejo de aprender. Mediar e facilitar esse processo de apren-

dizagem não é apenas uma responsabilidade, mas também um direito dos indivíduos. Nesse contexto, os psicólogos orientadores desempenham um papel fundamental ao oferecer orientação profissional a estudantes que enfrentam dilemas relacionados à escolha de uma carreira ou ocupação. Esse processo não apenas promove o desenvolvimento da maturidade profissional, permitindo aos alunos uma escolha mais embasada sobre o curso a seguir e a futura carreira, mas também reduz os custos financeiros associados à evasão universitária e os ônus emocionais decorrentes da insatisfação com suas escolhas.

É importante ressaltar a importância dos indivíduos receberem orientação profissional, pois a mesma promove auxilio na escolha da carreira almejada, melhora a autoconsciência, fornece informação sobre o mercado de trabalho, reduz a indecisão, auxilia na adaptação à mudança de carreira, autoconhecimento, escolha de carreira consciente, melhoria da tomada de decisão, maior satisfação no trabalho, melhoria do desempenho profissional, suporte na transição de carreira. Além disso a constituição Federal 1988, onde no artigo 205 diz: “A educação, direito de todos e dever do Estado e da família, será promovida e incentivada com a colaboração da sociedade, visando ao pleno desenvolvimento da pessoa, seu preparo para o exercício da cidadania e sua qualificação para o trabalho.” Sendo assim, a mesma traz inúmeros benefícios para o governo, como: aumento da retenção escolar, melhoria no desempenho acadêmico, melhoria da satisfação dos estudantes, melhoria da imagem da escola ou cidade, maior engajamento dos pais, redução de desemprego, aumento da produtividade, redução dos custos sociais, melhoria da economia. Pois trabalhar é uma condição essencial, não somente pela situação financeira, mas pela dignidade humana, o mesmo é uma parte da vida, afinal é onde os indivíduo mais perpassam os seus dias, vai além do ganha pão, tem a ver com realização pessoal, como sentir-se útil e encontrar sentindo para os seus dias.

Este estudo denotou a relevância da orientação profissional na vida dos jovens estudantes, e na sua formação como futuros profissionais. O mesmo permitiu uma análise aprofundada do estado atual do tema e a compreensão da diversidade de conceitos e abordagens oferecidos pelos profissionais nessa área. Ao responder à pergunta inicial sobre a necessidade sentida pelos jovens, ficou evidente que a ausência de programas de apoio para estudantes e iniciantes no mercado de trabalho não apenas prejudica suas chances de tomar decisões de carreira informadas, mas também impede a definição do estilo de vida e direção futura que poderiam seguir. É relevante ressaltar a importância do treinamento inicial de todos os envolvidos no programa. Quando a orientação profissional é implementada de maneira eficaz, ela proporciona um caminho mais equitativo e oportuno para o desenvolvimento do indivíduo na sociedade. É imprescritível que a educação seja reconhecida como um fator fundamental na formação abrangente do orientando, contribuindo para seu desenvolvimento cultural, conhecimento, competência científica, profissional e social.

Nessa perspectiva, é fundamental reiterar a relevância e o papel social da orientação profissional oferecida nas instituições de ensino público e ensino superior. Trata-se de um processo de atividades fundamentado em análises psicológicas, capazes de promover o amadurecimento das escolhas de carreira. É evidente que a OP é adotada como uma iniciativa que justifica a implementação de políticas públicas coordenadas nos âmbitos municipal, estadual e federal, uma vez que cada estágio de formação é sujeito à aprovação dessas instâncias governamentais. Essas ações são combinadas com esforços de organizações públicas, visando à criação de programas educacionais na qual os indivíduos descobrem, se preparar, aprimorar e desenvolver suas habilidades, conhecimentos e competências de forma pessoal, profissional e social.

É oportuno sublinhar que os orientadores mencionem as dúvidas que surgem ao

tomar decisões de carreira. Em geral, o medo está relacionado a cometer erros na escolha e à perspectiva de infelicidade, bem como à necessidade de fazer alterações. Além disso, é identificado pressões internas e externas que complicam a tomada de decisão após a escolha ter sido feita. Portanto, é importante abordar os aspectos psicossociais do grupo envolvido e sua influência no processo, ou seja, esclarecer como a formação e a falta de políticas de orientação profissional afetam a situação. Os resultados obtidos neste estudo sugerem a necessidade de investigações futuras nas áreas de ensino público, com o intuito de avaliar o impacto da ausência de políticas de OP sobre jovens estudantes, sobretudo aqueles de baixa renda, e como isso afeta sua formação pessoal e profissional.

Referências

ABADE, Flávia Lemos. Orientação profissional no Brasil: uma revisão histórica da produção científica. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 6, n. 1, p. 15-24, 2005.

AGUIAR, Fernando Henrique Rezende; CONCEIÇÃO, Maria Inês Gandolfo. Expectativas de futuro e escolha vocacional em estudantes na transição para o ensino médio. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 10, n. 2, p. 105-115, 2009.

CONSTITUIÇÃO DA REPÚBLICA FEDERATIVA DO BRASIL. Texto constitucional promulgado em 5 de outubro de 1988, com as alterações determinadas pelas Emendas Constitucionais de Revisão nos 1 a 6/94, pelas Emendas Constitucionais nos 1/92 a 91/2016 e pelo Decreto Legislativo no 186/2008. Disponível em: <https://www2.senado.leg.br/bdsf/bitstream/handle/id/518231/CF88_Livro_EC91_2016.pdf> Acessado em: 20 de outubro de 2023.

COSTA, Janaina Moutinho. Orientação profissional: um outro olhar. **Psicologia USP**, v. 18, p. 79-87, 2007.

ESTEVES, Cristiano et al. Um estudo sobre a maturidade para a escolha profissional de alunos do ensino médio. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 6, n. 1, p. 1-14, 2005.

GONÇALVES, Érica Cristina Vieira. A orientação profissional enquanto promotora de saúde mental na adolescência: um relato de experiência. 2019.

LUCCHIARI, Dulce Helena Penna Soares. **Pensando e vivendo a orientação profissional**. Grupo Editorial Summus, 1992.

SPARTA, Mônica; BARDAGI, Marúcia P.; DE ANDRADE, Ana Maria Jung. Exploração vocacional e informação profissional percebida em estudantes carentes. **Aletheia**, n. 22, p. 79-88, 2005.

SOUZA, Luiz Gustavo Silva et al. Oficina de orientação profissional em uma escola pública: Uma abordagem psicossocial. **Psicologia: ciência e profissão**, v. 29, p. 416-427, 2009.

SPARTA, Mônica. O desenvolvimento da orientação profissional no Brasil. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 4, n. 1-2, p. 1-11, 2003.

SPARTA, Mônica; GOMES, William B. Importância atribuída ao ingresso na educação superior por alunos do ensino médio. **Revista brasileira de orientação profissional**, v. 6, n. 2, p. 45-53, 2005.

VALORE, Luciana Albanese; VIARO, Renee Volpato. Profissão e sociedade no projeto de vida de adolescentes em orientação profissional. **Revista Brasileira de Orientação Profissional**, v. 8, n. 2, p. 57-70, 2007.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

30

O IMPACTO QUE AS REDES SOCIAIS CAUSAM NA SAÚDE MENTAL DO ADOLESCENTE

THE IMPACT THAT SOCIAL NETWORKS CAUSE ON ADOLESCENTS' MENTAL HEALTH

Luzyany Fernandes da Costa
Elizabeth Silva Dias

Resumo

O impacto das redes sociais na saúde mental dos adolescentes é evidente, com implicações negativas como ansiedade, depressão e baixa autoestima. O mesmo resulta, o uso excessivo dessas plataformas, onde a busca por validação virtual se torna uma medida crítica do valor pessoal. Esta pesquisa visou explorar e abordar os efeitos prejudiciais das redes sociais na saúde mental dos adolescentes. Pois compreender as razões por trás do desenvolvimento de problemas como ansiedade e depressão, destacando a importância da moderação no uso dessas plataformas e propondo estratégias para tais impactos. A mesma se baseou-se em análises qualitativas e quantitativas, examinando casos de adolescentes que experimentaram problemas de saúde mental relacionados ao uso excessivo de redes sociais. Além disso, são consideradas abordagens de moderação e conscientização, explorando como a educação e o apoio emocional de pais e educadores que influencia positivamente o relacionamento dos adolescentes com as redes sociais. No entanto, o uso dessas plataformas, estabelecendo limites de tempo e promovendo uma abordagem equilibrada, emerge como uma estratégia eficaz para reduzir impactos adversos. A conscientização dos riscos, aliada à educação sobre identificação e gestão de situações de cyberbullying, é crucial. Neste cenário, os pais e educadores desempenham um papel crucial, oferecendo apoio emocional, promovendo um ambiente aberto para discussão de desafios *online e offline*, e orientando sobre o uso saudável e seguro das redes sociais. Ao adotar medidas educativas, de moderação, é possível minimizar os efeitos negativos e cultivar um relacionamento mais saudável dos adolescentes com as mídias sociais.

Palavras-chave: Riscos de Cyberbullying. Apoio Emocional. Aceitação Virtual. Problemas. Aplicativos.

Abstract

The impact of social networks on adolescents' mental health is evident, with negative implications such as anxiety, depression and low self-esteem. The same results, the excessive use of these platforms, where the search for virtual validation becomes a critical measure of personal worth. This research aimed to explore and address the harmful effects of social media on adolescent mental health. To understand the reasons behind the development of problems such as anxiety and depression, highlighting the importance of moderation in the use of these platforms and proposing strategies for such impacts. It was based on qualitative and quantitative analyses, examining cases of adolescents who experienced mental health problems related to excessive use of social networks. Furthermore, moderation and awareness approaches are considered, exploring how education and emotional support from parents and educators positively influences adolescents' relationships with social networks. However, using these platforms, setting time limits and promoting a balanced approach, emerges as an effective strategy to reduce adverse impacts. Awareness of the risks, combined with education on identifying and managing cyberbullying situations, is crucial. In this scenario, parents and educators play a crucial role, offering emotional support, promoting an open environment for discussing online and offline challenges, and providing guidance on the healthy and safe use of social networks. By adopting educational and moderation measures, it is possible to minimize negative effects and cultivate a healthier relationship between teenagers and social media.

Keywords: Risks of Cyberbullying. Emotional Support. Virtual Acceptance. Problems. Applications.

1. INTRODUÇÃO

Este trabalho tem por finalidade apresentar experiências desenvolvidas ao aumento expressivo do uso das redes sociais por adolescentes e jovens nas últimas década. Há uma crescente preocupação em relação ao impacto dessas plataformas na saúde mental dos indivíduos, que também contribui para a relevância da pesquisa. O impacto que as redes sociais causam na saúde mental, demostra que os profissionais preocupam-se com o aumento de casos de autoflagelação, suicídio, ansiedade e depressão dentre os indivíduos, devido à apresentação às mídias sociais.

Os aplicativos de mídias sociais estão cada vez mais presentes na vida dos indivíduos, e isso acarreta consequências significativas para a saúde mental. Nessa fase da vida, os adolescentes estão em processo de desenvolvimento da identidade, das relações sociais e emocionais, e da visão de mundo. O uso excessivo de mídia sociais, traz um impacto negativo nesses processos e contribuir para o surgimento de transtornos mentais, como ansiedade e depressão.

A investigação desse tema é fundamental devido à existência de dúvidas e lacunas no conhecimento sobre como a internet afeta o psicológico dos indivíduos. Apesar de haver algumas pesquisas sobre o assunto, ainda não há consenso em relação às conclusões, e muitas questões demandam uma exploração mais aprofundada.

Portanto, é essencial aumentar a conscientização sobre os efeitos da internet na saúde mental dos jovens, fornecer informações precisas baseadas em evidências e, potencialmente, contribuir para o desenvolvimento de políticas públicas e estratégias de prevenção e intervenção eficazes nessa área. Os objetivos deste trabalho incluem discutir esses impactos, compreender os fatores que contribuem para problemas emocionais e comportamentais nessa faixa etária, bem como propor estratégias preventivas e debater o papel dos pais, educadores e profissionais de saúde no cuidado do bem-estar mental em relação ao uso das redes sociais.

Quais são os impactos que o uso das redes sociais traz na saúde mental dos adolescentes?

Ao construir esta pesquisa explorou-se, analisar e compreender os danos que as redes sociais provocam na saúde psicológica dos indivíduos. Com o aumento da conscientização de como repercute na cognição dos jovens. Ao pesquisar demonstrou essencial fornecer informações úteis no auxílio de implementação de medidas de prevenção e na intervenção que protegem e promover bem-estar psicológico. O impacto que as mídias sociais causam na saúde é baseado na crescente no uso da internet onde a vulnerabilidade dos jovens, demonstra os consequências significativas que o acesso constante traz nas interações sociais, como o aumento da pressão social, na comparação.

A mesma envolvem uma série de questões preocupante e uso frequente da mesma, ainda tem a chance de interferir no padrão de sono, podendo acarretar em distúrbios do sono, fadiga e problemas de saúde mental relacionada a falta de descanso adequado. Nesse sentido, autores, destacam a educação para os jovens sobre o uso saudável das redes sociais, promoção de uma cultura de respeito e empatia online, e o suporte adequado para lidar com os desafios emocionais e psicológicos que surgem no contexto digital.

A visão de Piaget sobre o “ser social” destaca a capacidade de se relacionar de forma equilibrada com os outros. No entanto, o uso excessivo e contínuo da internet interferi nesse processo de desenvolvimento saudável. A dependência da mesma e o isolamento

social resultante limita as oportunidades de interação face a face, prejudicando o desenvolvimento de habilidades sociais importantes Nardon (2006).

Discutir o impacto das redes sociais no bem estar psicológico do indivíduo, compreende os principais fatores que contribuem para o surgimento de problemas emocionais e comportamentais nessa faixa etária, a fim de fornecer subsídios para a prevenção e o tratamento desses transtornos. Discutir as estratégias e intervenções preventivas para minimizar os efeitos negativos, debate o papel dos pais, educadores e profissionais de saúde no cuidado da saúde mental em relação ao uso das redes sociais. Elaborar os estudos selecionados a fim de identificar os fatores mais comuns associados ao uso excessivo das mídias sociais, como a necessidade de aprovação social, a falta de atividades e lazer, o acesso fácil e rápido da mesma.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

A pesquisa a ser realizada foi uma revisão bibliográfica qualitativa e descritiva, que consistiu na análise crítica e sistemática da literatura já existente sobre o impacto das redes sociais na saúde mental dos adolescentes. Para realizar a busca dos artigos, foram utilizados sites de banco de dados científicos, como Google Acadêmico e Scielo, além de pesquisa em bibliotecas virtuais de universidades renomadas.

O período dos artigos pesquisados foram restritos aos últimos 10 anos, a fim de garantir que as informações encontradas sejam as mais atualizadas possíveis. Além disso, foram utilizados descritores e palavras-chave relacionados ao tema, tais como “redes sociais”, “adolescentes”, “saúde mental”, “transtornos mentais”, “ansiedade”, “depressão”, “uso excessivo de tecnologia” e “comportamento virtual”.

Foram incluídos na revisão bibliográfica artigos científicos, revisões sistemáticas e meta-análises publicados em periódicos de alto impacto e livros especializados na área de psicologia e saúde mental. A seleção dos artigos foi realizada por meio de um processo de triagem inicial, em que serão excluídos os estudos que não atenderem aos critérios de inclusão, tais como estudos que não foram realizados em adolescentes, estudos que não abordam o tema principal da pesquisa e estudos com metodologia inadequada.

A análise dos artigos foi realizada por meio da técnica de análise temática, que consiste em identificar as principais categorias e temas que emergem dos dados, de modo a sintetizar as informações encontradas. Foi realizado uma análise qualitativa dos dados, buscando identificar padrões, tendências e lacunas na literatura. Por fim, foram apresentadas conclusões e recomendações para futuras pesquisas e intervenções na área.

2.2 Resultados e Discussão

2.1.1 Exploração do Impactos do Espaço Virtual no Comportamento

O Brasil ocupa a quarta posição em número de usuários de internet, de acordo com uma pesquisa da (ONU) Organização das Nações Unidas realizada em 2017. Com um total de 120 milhões de pessoas conectadas, o país fica atrás apenas dos Estados Unidos, Índia e China. Segundo Silva e Silva (2017), o uso diário da web acarretar problemas, como conflitos familiares, relações superficiais, dificuldades de aprendizagem, transtornos de ansiedade e déficit de atenção. Esses efeitos negativos são especialmente observados entre os ado-

lescentes, que lideram o uso de celulares e internet. Dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) referentes ao último censo realizado em 2010 e do Comitê Gestor da Internet no Brasil realizado em 2014 indicam que cerca de 81% dos jovens entre 10 e 19 anos utilizam a internet diariamente.

Com o avanço da tecnologia nas últimas décadas, que possibilitou progressos notáveis em diversas áreas, como educação e saúde (CERNIGLIA *apud* LIMA, 2020), e à medida que o uso da internet se tornou cada vez mais constante na sociedade, tornando-se uma ferramenta essencial tanto para fins profissionais quanto pessoais, para manter contato com amigos e familiares, as possibilidades de utilização da internet se tornaram praticamente infinitas. No entanto, Cerniglia (*apud* LIMA, 2020) destaca em seu artigo sobre o uso abusivo de jogos e o vício em redes sociais que tal uso excessivo da tecnologia estar associado a efeitos negativos, que variam desde estresse subjetivo até outros sintomas psicopatológicos.

Com base no estudo de Silva (2016), observa-se que o uso do espaço virtual, se tornar uma dependência para os jovens. Nessas plataformas é comum que as relações virtuais estabelecidas têm como objetivo alcançar o maior número possível de seguidores, curtidas e comentários em suas postagens nas redes sociais, como forma de validação e reconhecimento social. É importante destacar que essas conclusões se baseiam no estudo específico de Silva (2016) e que as dinâmicas e comportamentos nas redes sociais variam ao longo do tempo à medida que novas plataformas e tendências surgem. Portanto, é fundamental estar atento a pesquisas mais recentes para entender a realidade atual em relação ao uso das redes sociais pelos jovens.

Esse cenário também ocorre porque a tecnologia, incluindo os jogos eletrônicos e as mídias sociais, se apresenta como uma fuga para compreender as relações virtuais que estão se tornando cada vez mais predominantes no convívio social das pessoas. Essa perspectiva é explorada por Le Breton (2015), que sugere que o sujeito moderno busca formas de escapar das demandas impostas pela sociedade, e os ambientes virtuais ser uma dessas formas de escape, semelhantes ao consumo de drogas ou ao uso das redes sociais e outras ferramentas virtuais como meios para estabelecer conexões.

Destaca-se um importante aspecto do uso de aplicativos pelos jovens de que o espaço virtual se tornar uma dependência para eles. Muitos veem essas métricas como uma forma de medir sua aceitação e popularidade. Isso levar a comportamentos específicos, como a criação de conteúdo voltado para a obtenção da mesma, em detrimento de uma experiência autêntica nas redes sociais.

Yen *et al*. (2019) estabelecem uma correlação entre sintomas psiquiátricos, como depressão, resiliência e estresse, e o vício em jogos, sugerindo que o mesmo serve como uma maneira de lidar com dificuldades emocionais. Le Breton (2015), em seu trabalho sobre “desaparecer de si”, descreve esses momentos de busca por isolamento, comuns no tratamento, quando recorrem a ações que os desconectam do mundo externo e os transportam para um estado em que deixam de ser identificáveis e se tornam enigmas.

Nesse contexto, o entorpecimento da consciência não é alcançado por meio do uso de substâncias ou ações físicas que causem a perda dos sentidos, mas sim pelo ato de se conectar a um dispositivo eletrônico e se transportar para uma realidade virtual. No mundo da internet, é possível atuar como uma outra pessoa sem a necessidade de fornecer “provas de veracidade da pessoa que declaramos ser” (Le Breton, 2015, p. 40).

O uso excessivo da Internet pelos indivíduos revelar o surgimento de comportamentos agressivos, como o cyberbullying e as agressões verbais. Estudos como os de Sampasa-Kanyinga e Hamilton (2015), Blachnio (2015) e Radoviv *et al*. (2017) têm apontado que o

cyberbullying e as agressões verbais nas redes sociais estão associados ao aumento dos índices de depressão. Os conflitos online e ataques constantes afetam negativamente o bem-estar emocional, levando ao desenvolvimento de problemas psicológicos como a depressão. É crucial destacar a importância de conscientizar os jovens sobre as consequências negativas das agressões virtuais.

2.1.2. Modificação da Comunicação Social Causada pelas Tecnologias Digitais

Conforme Gonçalves e Nuemberg (2012) destacaram, a rede mundial de computadores amplifica a deficiência de interação face a face entre os adolescentes, ao disponibilizar uma plataforma que propicia maior conforto e sensação de segurança, permitindo-lhes evitar os desafios e obstáculos inerentes às interações presenciais. Todavia, essa excessiva dependência da internet é considerada uma forma de escapismo da realidade, acarretando impactos adversos na qualidade de vida do indivíduo. Quando o uso da internet passa a interferir de maneira direta nas relações interpessoais, no desenvolvimento social, nas atividades diárias e no bem-estar global, torna-se imperativo abordar essa questão. É essencial reconhecer a necessidade de equilíbrio entre o mundo virtual e o mundo real, promovendo entre os adolescentes a formação de conexões saudáveis tanto no ambiente online quanto off-line.

Segundo Fonte (2008) observou a utilização da internet pelos adolescentes possibilita o estabelecimento de conexões pessoais que, de outra forma, seriam inacessíveis. Entretanto, essas conexões frequentemente se caracterizam por uma “falsa intimidade” e superficialidade, o que promove o afastamento social. Ao longo da vida, os indivíduos são moldados pelo ambiente que os cerca e também exercem influência sobre ele. Laços familiares, profissionais e amizades constituem a base da construção da identidade e auxiliam na distinção entre o correto e o incorreto. O excessivo foco na vida virtual leva os adolescentes a negligenciarem interações e diálogos com a família, resultando em um distanciamento emocional e uma redução da compreensão mútua. Leitão e Costa (2005) argumentam que a internet gera a sensação de que se pode controlar tudo, inclusive ignorar os limites do mundo real, devido ao anonimato, à fácil acessibilidade às informações e à realização de diversas atividades. Isso, por sua vez, estimula o narcisismo entre os adolescentes, que se tornam cativos do mundo virtual e sentem a necessidade constante de estar conectados à tecnologia.

O avanço contínuo e a crescente onipresença da tecnologia digital, emergem novos desafios sociais e comportamentais, notadamente a problemática da dependência digital. Conforme Schwartz (2005 *apud* NARDON, 2006), a internet tornou-se uma presença cada vez mais arraigada no cotidiano, sobretudo na vivência dos jovens, os quais demonstram uma notável susceptibilidade às metamorfoses das tecnologias digitais, desenvolvendo comportamentos aditivos relacionados ao seu emprego. A dependência digital se configura quando ocorre um acesso desimpedido e irracional às ferramentas tecnológicas, resultando em um uso compulsivo e desregulado de mídias e dispositivos eletrônicos. Esse padrão comportamental vicioso acarreta implicações adversas para os adolescentes, minando sua capacidade de interação social e comprometendo a distinção entre o mundo real e o virtual.

De acordo com a perspectiva de Piaget, o convívio social é essencial para o desenvolvimento saudável dos seres humanos. Ele defende que os indivíduos se tornam “sociais” quando são capazes de estabelecer relações equilibradas com seus semelhantes. Isso res-

salta a importância do convívio social na vida das pessoas. Nardon (2006) destaca que os indivíduos desenvolvem boas relações sociais têm maiores chances de ter um desenvolvimento psicossocial saudável. No entanto, o uso contínuo da mesma impede que as pessoas se desenvolvam plenamente nesse aspecto, o que acarreta dificuldades na vida adulta. Desde meados de 2008, o tempo gasto na vida online tem sido objeto de discussões e debates relacionados à chamada "hiperconexão ininterrupta".

Essas discussões variam desde a hipótese de possíveis diferenças no funcionamento cerebral das pessoas que passam muito tempo na internet, como descrito no livro "Geração Superficial" de Nicholas Carr (2010), até a ideia de "iDisorder" apresentada por Larry Rosen (2012), que argumenta que a obsessão por dispositivos tecnológicos causa transtornos psiquiátricos em nível global. Esses debates destacam a preocupação com os efeitos negativos do uso excessivo da internet e da tecnologia digital, especialmente no que diz respeito ao bem-estar mental e ao equilíbrio emocional. O uso descontrolado da internet interferi nas relações sociais, no desenvolvimento saudável e na capacidade de interação pessoal dos adolescentes.

Essa mudança no convívio familiar geram consequências negativas, como dificuldades de comunicação, falta de apoio emocional e redução da coesão familiar. É fundamental que os pais estejam atentos ao uso adequado das tecnologias digitais pelos adolescentes e incentivem uma comunicação aberta e saudável dentro da família (BURGOS, 2013 *apud* NETO, 2013, p. 95). É necessário promover a consciência sobre os impactos negativos do isolamento digital e incentivar a participação em atividades presenciais, interações sociais e o desenvolvimento de habilidades de enfrentamento para lidar com os desafios do mundo real.

3. CONCLUSÃO

O impacto que as redes sociais causam na saúde mental do adolescente, examina formas de como a mesma afetam a saúde mental dos indivíduos, é claro que as mídias digitais têm um efeito significativo e amplo nesse aspecto. Sem dúvida, elas proporcionam uma maneira de se expressarem, conectarem e explorarem o mundo, trazendo benefícios evidentes. Durante a adolescência, onde ocorre a absorção da cultura e a integração social, e a mesma é um dos meios que permite que as pessoas interajam com diferentes culturas e conheçam novas pessoas. No âmbito público, as redes sociais se tornaram um veículo poderoso na moldagem da opinião coletiva. A disseminação rápida de informações e a viralização de conteúdos contribuem para a dinâmica da esfera pública, desafiando os meios tradicionais de comunicação, contudo, tais transformações não ocorrem sem desafios.

O Brasil, ao ocupar a quarta posição em número de usuários de internet, reflete uma sociedade cada vez mais conectada, os impactos do espaço virtual no comportamento são notáveis, abrangendo desde mudanças na forma de se comunicar até a influência nas relações sociais. A disseminação de informações, o acesso à diversidade cultural e o surgimento de novas dinâmicas de trabalho são alguns dos aspectos que moldam a maneira como os indivíduos interagem e se relacionam no cenário digital. Entretanto, é crucial analisar de forma crítica os desafios, como o aumento da desinformação e a necessidade de equilíbrio entre o mundo virtual e o real para compreender plenamente os impactos dessa transformação na sociedade.

A necessidade de obter validação na forma de curtidas e seguidores frequentemente leva a uma busca constante por aprovação, o que prejudicam a autoestima. Portanto, é

possível concluir que as redes sociais exercem um impacto considerável e diversificado na saúde mental. Para mitigar os impactos negativos, é fundamental promover a alfabetização digital, ensinar competências de autocontrole, inteligência emocional e fomentar a comunicação aberta entre pais, educadores e adolescentes. Essa abordagem equilibrada possibilita que os jovens utilizem as redes sociais de maneira mais saudável e segura. A mudança nas interações sociais, que agora podem migrar do mundo *offline* para o *online*, suscita reflexões sobre as nuances das relações pessoais e familiares. Além disso, há crescentes preocupações relacionadas à saúde mental, destacando questões como comparação social, cyberbullying e dependência digital.

As redes sociais têm moldado profundamente a sociedade contemporânea, introduzindo modificações substanciais no comportamento da população. A instantaneidade na comunicação se tornou uma marca característica, possibilitando conexões em tempo real e encurtando distâncias geográficas. Além disso, as mídias sociais ampliaram atitudes individuais, proporcionando interações que transcendem fronteiras. O compartilhamento de experiências atingiu um novo patamar, com usuários documentando desde momentos simples do cotidiano até eventos marcantes por meio de fotos, vídeos e atualizações de status. Esse fenômeno não apenas redefiniu a maneira como construímos nossas narrativas pessoais, mas também influenciou a percepção de realidade e a formação de laços sociais predominantemente virtual, reduzindo o contato interpessoal. A busca constante determina se o uso excessivo da internet, sobretudo das redes sociais, tem implicações reais, uma vez que alguns usuários tentam apresentar uma versão distorcida de suas vidas, no entanto, a análise também destaca os riscos significativos associados ao uso inadequado e em excesso das redes sociais.

É interessante que seja promovido orientação sobre a conscientização de navegações consciente no mundo digital, com o intuito de fortalecer bem-estar emocional. As redes sociais é uma plataforma para expressão e conexão, onde é vital zelar pela saúde mental, essa conscientização leva ao indivíduo a buscar apoio e ajuda quando necessário, diminuindo o estigma em torno das questões de estafo mental, além disso, pais e educadores desempenham um papel essencial no apoio aos adolescentes nesse ambiente digital. Dessa forma, o objetivo deve ser, criar um ambiente online que seja não apenas um espaço de expressão e conexão, mas também um lugar que promova o bem-estar emocional, equilibrando o uso das redes sociais com a conscientização sobre a importância da saúde mental.

As redes sociais representam uma revolução no modo como nos conectamos, comunicamos e percebemos o mundo ao nosso redor. Enquanto oferecem benefícios notáveis, é imperativo enfrentar os desafios associados a essa transformação digital para garantir um uso saudável e equilibrado dessas plataformas. O artigo teve como objetivo retratar o crescimento contínuo da internet, onde a comunicação se tornou predominantemente virtual, reduzindo o contato interpessoal. A busca constante determina se o uso excessivo da internet, sobretudo das redes sociais, tem implicações reais, uma vez que alguns usuários tentam apresentar uma versão distorcida de suas vidas, no entanto, a análise também destaca os riscos significativos associados ao uso inadequado e em excesso das redes sociais.

É interessante que seja promovido orientação sobre a conscientização de navegações consciente no mundo digital, com o intuito de fortalecer bem-estar emocional. As redes sociais é uma plataforma para expressão e conexão, onde é vital zelar pela saúde mental, essa conscientização leva ao indivíduo a buscar apoio e ajuda quando necessário, diminuindo o estigma em torno das questões de estafo mental, além disso, pais e educadores desempenham um papel essencial no apoio aos adolescentes nesse ambiente digital.

Dessa forma, o objetivo deve ser, criar um ambiente online que seja não apenas um espaço de expressão e conexão, mas também um lugar que promova o bem-estar emocional, equilibrando o uso das redes sociais com a conscientização sobre a importância da saúde mental.

Referências

ANDRADE, Lorena et al. A utilização das redes sociais digitais no cuidado psicossocial infanto-juvenil, diante da pandemia por Covid-19. **Health Residencies Journal-HRJ**, v. 1, n. 2, p. 44-61, 2020.

BŁACHNIO, Ágata; PRZEPIORKA, Aneta; PÂNTICO, Igor. Uso da Internet, intrusão no Facebook e depressão: resultados de um estudo transversal. **Psiquiatria Europeia**, v. 30, n. 6, pág. 681-684, 2015.

CIRIBELI, João Paulo; PAIVA, Victor Hugo Pereira. Redes e mídias sociais na internet: realidades e perspectivas de um mundo conectado. **Revista Mediação**, 2011.

CRISPIM, Emille Aparecida Botelho et al. O uso da internet e das mídias sociais pela população adolescente e suas interferências na saúde mental: revisão dos impactos biopsicossociais. 2022.

DA GAMA NETO, Edilberto Marcelino et al. Pensar, fazer e compartilhar: a construção colaborativa entre aluno e professor no Facebook. **EDUCAÇÃO**, v. 2, n. 1, p. 93-101, 2013.

DE SALES RONDON, Maria Clara et al. O impacto das redes sociais na saúde dos jovens durante o período de isolamento: uma revisão integrativa. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 4, p. e5310413747-e5310413747, 2021.

FECCHIO, THAMIRIS TEODORO; SANTOS, JOSÉ ROBERTO OLIVEIRA. Impactos Psicossociais Decorrentes do Uso Excessivo das Mídias Sociais: Uma Análise a Partir da Teoria de Bauman. **Uningá Review**, v. 25, n. 1, 2016.

FONTE, Liliana. A influência das novas formas de comunicação no desenvolvimento sócio-emocional das crianças. **Recuperado em**, v. 24, 2008.

GONÇALVES, B. G.; NUEMBERG, D. (2012) A dependência dos adolescentes ao mundo virtual. **Revista de Ciências Humanas,** Florianópolis, v. 46, nº 1, p.165-182.

GUIMARÃES, Águita da Mota; ALEIXO, Lívia da Silva. REDES SOCIAIS: INFLUÊNCIAS NA CONSTRUÇÃO DA IDENTIDADE DOS ADOLESCENTES. 2020.

LE BRETON, David. (2018). Desaparecer de si – Uma tentação contemporanea. Editora Vozes Ltda. 2018.

LEITÃO, Carla Faria; NICOLACI-DA-COSTA, Ana Maria. Impactos da internet sobre pacientes: a visão de psicoterapeutas. **Psicologia em estudo**, v. 10, p. 441-450, 2005.

LIMA, Heitor Azevedo Albuquerque de et al. Vício em jogos eletrônicos e psicologia uma revisão de literatura. 2020.

NARDON, F. A relação interpessoal dos adolescentes no mundo virtual e no mundo concreto [Trabalho de Conclusão de Curso]. **Criciúma: Universidade do Extremo Sul Ca tarinense**, 2006.

RADOVIC, Ana et al. Uso positivo e negativo das mídias sociais por adolescentes deprimidos. **Revista da adolescência**, v. 55, p. 5-15, 2017.

SAMPASA-KANYINGA, Hamilton; HAMILTON, H. A. Social networking sites and mental health problems in adolescents: The mediating role of cyberbullying victimization. **European psychiatry**, v. 30, n. 8, p. 1021-1027, 2015.

SILVA, Thayse de Oliveira. Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais. 2016.

SOUZA, Karlla; CUNHA, Mônica. Impactos das redes sociais digitais na saúde mental de adolescentes e jovens. In: **Anais do I Workshop sobre as Implicações da Computação na Sociedade**. SBC, 2020. p. 49-60.

STOPPA VAZ, Lara Cristina; PEREIRA VASSOLER FERNANDES, Natane Cristina. Redes Sociais e as Distorções da Autoimagem: Um olhar Atento Sobre o Impacto que os Influenciadores Digitais Provocam na Autoestima das Mulheres. Is. 2021.

VALÊNCIO, Clara Lídia Giudice. A depressão em adolescentes como consequência do impacto das redes sociais. 2022.

YEN, Ju-Yu et al. Associations among resilience, stress, depression, and internet gaming disorder in young adults. **International journal of environmental research and public health**, v. 16, n. 17, p. 3181, 2019. Disponivel em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6747224/> Acessado em: de 13 de maio de 2023.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

31

A RELAÇÃO ENTRE O USO EXCESSIVO DA INTERNET E O DESENVOLVIMENTO DE TRANSTORNOS PSICOLÓGICOS

THE RELATIONSHIP BETWEEN EXCESSIVE INTERNET USE AND THE DEVELOPMENT OF PSYCHOLOGICAL DISORDERS

Emilly Caroline Martins Moraes

Resumo

O artigo abordou o uso excessivo da internet, destacando seu papel como principal meio de comunicação na sociedade contemporânea, principalmente entre crianças e adolescentes. Ele ressaltou os benefícios da internet, como o acesso à informação e a expressão individual, mas também abordou as preocupações relacionadas ao uso excessivo das redes sociais. A pesquisa utilizou uma revisão bibliográfica qualitativa e descritiva, realizada em fontes confiáveis, e destaca a relação entre o uso excessivo da internet e o desenvolvimento de transtornos psicológicos. O texto também mencionou os critérios de diagnóstico da dependência da internet e as consequências negativas desse comportamento, incluindo o impacto nas relações sociais e a prevalência entre os jovens. A dependência da internet é abordada como um fenômeno complexo, com sintomas psicológicos, comportamentais e emocionais, que podem afetar significativamente a vida das pessoas. O artigo enfatizou a importância de compreender e tratar esse problema, bem como a necessidade de políticas públicas preventivas. Portanto, a pesquisa contribuiu para a compreensão mais profunda das implicações do uso excessivo da internet na saúde mental da população.

Palavras-chave: Dependência. Sociedade. Impacto. Comportamento.

Abstract

The article addressed the excessive use of the internet, highlighting its role as the main means of communication in contemporary society, especially among children and adolescents. He highlighted the benefits of the internet, such as access to information and individual expression, but also addressed concerns related to excessive use of social media. The research used a qualitative and descriptive bibliographic review, carried out in reliable sources, and highlights the relationship between excessive internet use and the development of psychological disorders. The text also mentioned the diagnostic criteria for internet addiction and the negative consequences of this behavior, including the impact on social relationships and prevalence among young people. Internet addiction is approached as a complex phenomenon, with psychological, behavioral and emotional symptoms, which can significantly affect people's lives. The article emphasized the importance of understanding and treating this problem, as well as the need for preventive public policies. Therefore, the research contributed to a deeper understanding of the implications of excessive internet use on the mental health of the population.

Keywords: Dependence. Society. Impact. Behavior.

1. INTRODUÇÃO

A internet emerge como o principal meio de comunicação na contemporaneidade, valendo-se de conectar diversos mundos paralelos, sendo a principal via de sociabilidade e crescimento da comunidade global, proporcionando a democracia do acesso à informação a todas as faixas etárias, e decerto que devido a esse ingresso ativo acaba por se inserir precocemente na rotina de crianças e adolescentes. Sob essa ótica, de acordo com autores como Lima *et al*. (2012), a internet trouxe benefícios à sociedade, proporcionando acesso instantâneo a informações e servindo como plataforma para a expressão das singularidades dos jovens, moldando suas personalidades e contribuindo para o desenvolvimento do caráter, reflexão e senso crítico.

Diante desse cenário, é crucial salientar que devido a expansão das rotinas de trabalho e inovação nos meios educacionais o uso frequente das redes sociais se tornou uma prática comum entre os cidadãos, sendo um meio no qual se valem tanto para práticas didáticas, quanto para o uso pessoal e de expressa socialização de opiniões. Dessa forma, a comunidade global, em especial a juventude, recebe e reflete muitas informações que circulam livremente (com escassez de um filtro autenticado de averiguações) nas mídias, que quando aliado ao seu estágio de desenvolvimento físico e cognitivo, se tornam particularmente vulnerável às consequências da exposição excessiva a essas mídias sociais. Tal excerto expõe de maneira simplificada que a natureza dos conteúdos nas redes sociais, muitas vezes, leva a comparações entre a colônia infanto-juvenil, gerando insegurança relacionada à autoimagem e a autoconfiança (REIS *et al*., 2013), ampliando assim a suscetibilidade a transtornos psicológicos.

Com efeito, o uso desmedido da tecnologia expõe os indivíduos a riscos de saúde mental, contribuindo para o surgimento de transtornos psicológicos. Ademais, nesse cenário, convém analisar que a dependência da internet está ligada à necessidade de compreender os efeitos negativos dessa rede que impactam na sociabilidade e no bem-estar psicológico dos seres humanos, pois devido ao seu caráter altamente popular e transmissível de informações, os seus filtros mostram-se ineficientes para a preservação da saúde íntegra populacional. Sob esse prisma, a problemática transparece na maneira a qual o uso excessivo do espaço cibernético influencia negativamente no processo de desenvolvimento de transtornos psicológicos. Consequentemente, um dos fatores que contribui para a manutenção desse distúrbio, advém da falta de equilíbrio nas relações virtuais, o que acaba por amplificar o campo dos diagnósticos de condições como a ansiedade e a depressão na contemporaneidade.

Assim, portanto, diante desse panorama e considerando os impactos gerados e a necessidade de orientar políticas públicas preventivas, tornou-se essencial realizar uma revisão de literatura que analise, de forma qualitativa e descritiva, os aspectos sociais relacionados ao uso excessivo da internet. Nesse viés, tal estudo teve como objetivo identificar os fatores que frequentemente tornam as pessoas suscetíveis a transtornos psicológicos na comunidade globalizada. Dessa maneira, se faz essencial compreender de que maneira o uso excessivo do espaço virtual pode contribuir para o desenvolvimento de transtornos psicológicos a fim de identificar os principais impactos psicológicos causados pelo uso frequente das tecnologias digitais. Ao debater essas ideias, é fulcral conhecer os principais transtornos psicológicos relacionados ao uso excessivo da internet, bem como assimilar a forma que esse mau uso pode levar a uma série de comportamentos compulsivos, uma vez que os fatores que potencializam os efeitos negativos do uso excessivo da internet, se mostram diluídos no espectro civil.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

A pesquisa realizada consistiu em uma revisão bibliográfica de caráter qualitativo e descritivo. Nesse contexto, foram conduzidas buscas em diversas fontes confiáveis de literatura acadêmica, incluindo bases de dados de artigos científicos como o Scielo e o Google Acadêmico. A seleção dos artigos teve como critério a inclusão daqueles publicados nos últimos vinte anos, garantindo a relevância dos achados.

Para orientar a busca, foram utilizados os seguintes descritores e palavras-chave: “uso excessivo da internet”, “transtornos psicológicos”, “dependência da internet”, “comportamento online compulsivo” e “saúde mental”. Além das buscas eletrônicas, foram realizadas buscas manuais nas referências dos artigos selecionados, com o objetivo de ampliar a compreensão do tema.

A análise dos artigos seguiu uma abordagem qualitativa e descritiva, com ênfase na identificação de padrões e tendências relacionados à relação entre o uso excessivo da internet e os transtornos psicológicos. Os dados foram organizados e sintetizados para servirem como base para o trabalho de revisão da literatura.

Portanto, as informações coletadas foram utilizadas para fornecer uma revisão aprofundada da relação entre o uso excessivo da internet e o desenvolvimento de transtornos psicológicos. Outrossim, este trabalho teve como objetivo também oferecer insights relevantes para análises científicas futuras e debates sobre essa questão, contribuindo assim para a compreensão e abordagem dessa problemática.

2.1 Resultados e Discussão

2.1.1 Reconhecimento da Internet como Meio de Comunicação e Impacto nas Relações Sociais

No âmbito da pesquisa, é fundamental destacar o amplo reconhecimento atual da internet como um dos principais meios de comunicação. Esse reconhecimento, por sua vez, é resultado da crescente capacidade de interação social à distância proporcionada pelas redes sociais, um fenômeno de particular interesse, especialmente entre os adolescentes. Conforme dados de 2018 do Comitê Gestor da Internet no Brasil (CGI.BR), observou-se que o acesso frequente a essa tecnologia digital tornou-se um hábito comum entre jovens na faixa etária de 15 a 17 anos, com 81% deles afirmando utilizar a internet diariamente.

Nesse contexto, a literatura acadêmica categorizou os principais sintomas do que chamamos de “vício em internet”. Estes sintomas abrangem dependência psicológica, consequências negativas, tolerância, abstinência e outros aspectos. Conforme relato de Sanchez-Carbonell, Beranuy et al. (2008), a atividade na internet muitas vezes se torna o elemento mais dominante na vida do indivíduo, passando a influenciar seus pensamentos e sentimentos. O usuário pode chegar a acreditar que nada é possível sem a internet e que tudo gira em torno dela. Isso pode levar ao prejuízo nas atividades que não envolvem o uso do computador, como interações sociais, resultando em isolamento e preferência por interações virtuais. Este comportamento persiste, mesmo quando o usuário deseja controlá-lo ou modificá-lo. Uma vez conectado, é comum enfrentar dificuldades para interromper a conexão, levando a um aumento do tempo gasto online.

Essa utilização excessiva da internet pode ter impactos significativos na negligência

de relacionamentos familiares importantes, como o casamento e as relações entre pais e filhos, além de aumentar os sintomas de abstinência, tais como mudanças de humor, irritabilidade, impaciência, inquietude, tristeza e ansiedade. Em casos mais extremos, podem ocorrer agitação motora, agressividade ou irritabilidade quando a conexão com a internet não é possível.

É crucial considerar que a comunicação pela internet difere substancialmente da comunicação face a face. Ela permite conversas simultâneas com um grande número de pessoas, está disponível 24 horas por dia, 7 dias por semana, e facilita a busca de companhia virtual em momentos de solidão ou crise. Amigos virtuais podem oferecer uma sensação de preenchimento do vazio emocional. A solidão é um estado complexo da psique, e a dependência dessa forma de comunicação pode, na verdade, ser uma estratégia para lidar com esses sentimentos (FORTIM, 2013).

A dependência da internet, como descrita por Griffiths (1995), é considerada uma dependência comportamental, não química, envolvendo interações entre o indivíduo e o computador. Young (1996), por sua vez, a compara ao jogo patológico, caracterizando-a como um transtorno de controle dos impulsos sem a presença de uma substância.

2.1.2 Consequências e Desafios da Dependência da Internet

Tonioni *et al*. (2012) destacam a importância de avaliar o uso excessivo da internet, que se manifesta pelo tempo dedicado online e pela evitação de interações sociais com pessoas reais, como um critério importante a ser considerado em entrevistas clínicas para o diagnóstico da dependência da internet. Além disso, a relação entre a perda de interesse em se comunicar com pessoas reais e os sintomas psicológicos, como ansiedade e depressão, é relevante para a detecção desses pacientes.

A utilização intensiva da internet pode levar a comportamentos associados à angústia, sofrimento, incapacidade ou perda significativa de liberdade (Young, 2011). O desenvolvimento da dependência da internet ocorre de maneira gradual, à medida que o indivíduo incorpora novos hábitos em sua rotina, muitas vezes sem perceber. O isolamento social é uma das consequências do uso excessivo, ocorrendo de maneira gradual e quase natural (SIBILIA, 2008).

Seguindo as definições de Young (2011) e Caplan (2002), a dependência da internet pode ser caracterizada por modificações de humor, tolerância, saliência, conflito e recaída, que são características centrais entre os usuários dependentes.

É relevante ressaltar a distinção entre dependência na internet e dependência da internet, conforme diversos autores (Young, 1998; Kesici; Sahin, 2009). A primeira refere-se ao uso da internet como meio para atingir uma dependência específica, como pornografia, enquanto a segunda diz respeito à dependência da internet em geral, simplesmente porque estar online é agradável (PONTES; PATRÃO; GRIFFITHS, 2014).

É também importante reconhecer que existem indivíduos que fazem uso excessivo da internet, mas não são dependentes dela (PONTES; PATRÃO; GRIFFITHS, 2014). Esses indivíduos utilizam a internet com um propósito específico, conseguindo controlar seu uso e apresentando comportamentos considerados normais quando privados do acesso à internet.

Uma pesquisa conduzida por Kuss, Griffiths e Binder (2013) analisou os hábitos de 2257 estudantes usuários da internet e identificou a presença de dependência da internet entre os jovens, sendo as redes sociais e os sites de visualização de vídeos os serviços mais

utilizados na rede.

É importante destacar que o tempo gasto pelo usuário na internet não pode ser considerado isoladamente como um fator para identificar a existência de dependência. O usuário pode passar longos períodos de tempo online para trabalhar, estudar ou realizar pesquisas, o que caracteriza um uso normal da internet (SÁ, 2012). No entanto, a análise do conteúdo acessado na internet torna-se um fator relevante para o diagnóstico da dependência (YOUNG, 2011).

Para a avaliação da dependência da internet, o questionário desenvolvido por Young (2011) é amplamente utilizado como instrumento para obter informações relevantes. O conceito de dependência da internet tem sido reconhecido como uma perturbação mental legítima, sujeita a tratamento. Hospitais e clínicas já oferecem tratamentos para essa forma de dependência (YOUNG, 2007).

No contexto das gerações mais jovens, que cresceram em meio à era digital, o ambiente tecnológico é geralmente considerado um habitat natural, às vezes até preferível aos contatos presenciais. A comunicação pela internet faz parte da rotina de um número significativo de indivíduos (BARAK; SADOVSKY, 2008).

O advento da internet alterou de forma radical as condições convencionais de produção e reprodução identitária, ao introduzir a possibilidade de desenvolver interações sociais desmaterializadas e, nesse sentido, não sujeitas aos constrangimentos cara-a-cara (BARGH *et al*., 2002). Além disso, surgiram novas formas de entretenimento e lazer (CHEN, 2006), e até mesmo uma nova modalidade de terapia, conhecida como ciberterapia (SULER, 2008).

Em conjunto com a American Psychiatric Association (1994), a identificação clínica do uso excessivo da internet é frequentemente comparada aos critérios estabelecidos para outras formas de dependência. Nesse sentido, foi desenvolvido o Internet Addiction Diagnostic Questionnaire (IADQ), a primeira medida de avaliação criada para diagnosticar a dependência da internet (YOUNG, 1998).

Como mencionado anteriormente, a maioria dos casos de dependência da internet está associada a comorbidades, principalmente transtornos afetivos e de ansiedade. Portanto, a farmacoterapia para essa dependência segue princípios semelhantes aos utilizados no tratamento desses transtornos como quadros primários. Alguns estudos relataram a eficácia do citalopram no tratamento dos sintomas depressivos, assim como dos estabilizadores de humor.

É notável que o uso excessivo da tecnologia por adolescentes pode resultar no desenvolvimento de características narcisistas, comportamento antissocial, tendências agressivas, manias, distúrbios do sono, ansiedade, depressão, problemas na linguagem escrita, transtornos de atenção e aprendizagem. Essas disfunções são comumente observadas entre os usuários, como indicado na pesquisa realizada pelo Dr. Larry Rosen com mais de 1.000 adolescentes entrevistados.

Essa interferência da tecnologia no cotidiano dos adolescentes pode influenciar negativamente seu desenvolvimento educacional, alterando a cognição, que se refere aos processos mentais individuais e coletivos envolvidos em atividades colaborativas, como percepção, atenção, memória, linguagem e raciocínio. Tais atividades têm origens culturais (TOMASELLO, 1999; CALL, 1997).

A dependência tecnológica é classificada como um transtorno obsessivo-compulsivo pelo Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5). Quando o uso excessivo da tecnologia dura mais de uma hora por dia, pode causar danos significativos nas

áreas sociais, profissionais ou em outras áreas importantes da vida pessoal.

Além disso, como destacado por Silva (2018), é necessário estudar os impactos psicológicos e sociais do uso indevido dessas tecnologias, uma vez que o avanço tecnológico continua e a tendência é que ele progrida cada vez mais, afetando um número crescente de pessoas. O espaço virtual se torna cada vez mais imersivo e uma parte cada vez mais presente no dia a dia das pessoas. Portanto, é essencial identificar, informar, tratar e mitigar os efeitos negativos do desenvolvimento tecnológico, para que a sociedade possa utilizar a tecnologia de forma saudável, aproveitando seus benefícios e minimizando os danos. A tecnologia em si não é intrinsecamente má; o dano ocorre devido ao seu uso abusivo.

Em resumo, a dependência da internet é um fenômeno complexo e multifacetado que afeta indivíduos de diferentes faixas etárias. Ela envolve sintomas psicológicos, comportamentais e emocionais que podem ter impactos significativos nas vidas das pessoas. A compreensão desse fenômeno requer uma análise cuidadosa dos sintomas, causas e consequências, bem como a identificação de estratégias de prevenção e tratamento adequadas. A pesquisa e a literatura acadêmica desempenham um papel crucial na disseminação do conhecimento sobre a dependência da internet e na busca por soluções eficazes para esse problema crescente.

3. CONCLUSÃO

Portanto, em vista do apresentado, a relação entre o uso excessivo da internet, alinhado ao desenvolvimento de transtornos psicológicos, apresentou como finalidade a maneira de analisar como essa descrição interdependente afeta a dinâmica social do pleno acesso à cidadania. Para isso, foi definido que a resposta ao problema apresentado, ocorre em vista da presença de um déficit durante o processo de sapiência no que cerne ao vínculo entre o uso demasiado da internet e as doenças psíquicas. Sob essa óptica, tais problemas foram investigados, à medida em que, diversas lacunas como o isolamento social, a busca por aprovação, e o aparecimento das enfermidades, se delinearam nas relações culturais. Assim, se fez importante entender mais sobre o impacto desse tema, bem como a jurisprudência que o seu efeito causa, e as soluções que poderiam minimizar essa chaga na busca pelo retorno do equilíbrio mental.

Diante do exposto, este artigo teve como objetivo compreender de forma abrangente o uso excessivo da internet e seus impactos nos aspectos psicológicos e sociais. Isso se deve pelo fato de que o estudo permitiu identificar os fatores que tornam as pessoas suscetíveis a transtornos psicológicos devido ao uso desmedido da tecnologia, por meio da conclusão de que a internet se tornou um meio de comunicação essencial na contemporaneidade, ao mesmo passo, entretanto que esse progresso evoluiu para o seu uso descontrolado, fortificando casos de dependência no cenário social, o que gerou uma série de consequências negativas para a saúde mental. Desse modo, a mesma maneira em que o benefício das comunicações digitais se apresentava ao ideário coletivo, invisibilidades de problemas foram instituídas, ocorridas, geralmente, pelo mau uso dessa rede, podendo até, suprimir as vantagens do pré estabelecido e potencializando esses efeitos.

Dessarte, a fim de que sejam promovidas ações de combate a essa interdependência, é fundamental considerar abordagens de prevenção e tratamento mais eficazes, bem como estratégias de educação digital que promovam um uso saudável da tecnologia, a exemplo o letramento digital e projetos de sites sapientes que promovam a busca pelo equilíbrio emocional no meio cibernético. Mediante a isso, a sociedade deve estar ciente dos desafios que a era digital apresenta e recorrer a balancear os benefícios da tecnologia

com a preservação da saúde mental e do bem-estar, através das propostas citadas anteriormente.

Referências

ABREU, Cristiano Nabuco de *et al.* **Dependência de Internet e de jogos eletrônicos:** uma revisão**.** Brazilian Journal of Psychiatry, v. 30, p. 156-167, 2008.

ARRUDA, Ana Carolina Medeiros. **O Uso Excessivo da Internet e a sua relação com Sintomatologia Psicopatológica**. 2016. Tese de Doutorado. Disponível em: https://www.proquest.com/openview/0b26bc01e60a9ba4d5bb309c30b98540/1?pq-origsite=gscholar&cbl=2026366&diss=y. Acesso em 28 de maio de 2023.

CAPLAN, S. (2002). **Uso problemático da Internet e bem-estar psicossocial: desenvolvimento de um instrumento de medição cognitivo-comportamental baseado em teoria**. Computadores no comportamento humano, 18(5), 553-575

DA COSTA MARQUES, Christopher; et al**. A dependência da tecnologia na saúde mental dos adolescentes The dependence of technology in the mental health of adolescents**. Brazilian Journal of Health Review, v. 4, n. 5, p. 23077-23096, 2021.

DEL DUCA, Rosângela Mendes; LIMA, Vera Helena Barbosa. **A influência das mídias na adolescência.** Cadernos de Psicologia, v. 1, n. 1, 2019. Disponível em: https://seer.uniacademia.edu.br/index.php/cadernospsicologia/article/view/2000. Acessado em 15 de abril de 2023.

EISENSTEIN, Evelyn; DA SILVA, Eduardo Jorge Custódio**. Crianças, adolescentes e o uso intensivo das tecnologias de informação e comunicação:** desafios para a saúde. KIDS ONLINE BRASIL, p. 117, 2016.

FORTIM, Ivelise de *et al.* **Aspectos psicológicos do uso patológico de internet.** 2013. Disponível em: https://repositorio.pucsp.br/jspui/handle/handle/15253. Acesso em 28 de maio de 2023.

Griffiths, M. (2005**). Um modelo de 'componentes' de dependência dentro de uma estrutura biopsicossocial** Journal of Substance Use - J SUBST USE, 10(4), pp.191-197.

LIMA, N. L; et al. **Os adolescentes na rede: uma reflexão sobre as comunidades virtuais**. Arquivos Brasileiros de Psicologia, Rio de Janeiro, 64, n. 3. 2012. p. 2-18.

MEGGIOLARO, Yasmim Matsuda. **Reflexos das novas tecnologias na adolescência: o desenvolvimento a partir da dependência de internet**. 2020. Disponível em: https://repositorio.pucsp.br/jspui/handle/handle/26196. Acesso em 23 de maio de 2023.

PONTES, H., PATRÃO, I. & GRIFFITHS, M. (2014). **Validação portuguesa da internet teste de dependência: Um estudo empírico**. Jornal de vícios comportamentais, 3(2), 107- 114

REIS, D. C; et al. **Vulnerabilidades à saúde na adolescência: condições socioeconômicas, redes sociais, drogas e violência**. Revista Latino-Americana de Enfermagem, Ribeirão Preto, 21, n. 2, 2013. 1-9.

SANCHEZ-CARBONELL, et al (2008). **Vício em internet e celular: moda passageira ou desordem?** Adições, 20(2), pp.149-159.

SILVA, A**. Dependência de Internet e Redes Sociais: Um Olhar CognitivoComportamental**. Trabalho de conclusão de curso (especialização) - Centro de Estudos em Terapia Cognitivo-Comportamental (CETCC). – São Paulo, 2018.

SILVA, Thayse de Oliveira. **Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais**. 2016. Disponível em: https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/1867. Acesso em 28 de maio de 2023.

SOUZA, Karlla; DA CUNHA, Mônica Ximenes Carneiro. **Impactos do uso das redes sociais virtuais na saúde mental dos adolescentes:** uma revisão sistemática da literatura. Revista Educação, Psicologia e Interfaces, v. 3, n. 3, p. 204-2017, 2019.

SULER, J. (2004). **O efeito de desinibição online**. CiberPsicologia e Comportamento, 7(3), 321- 325

TOMASELLO, M; Call, J, (1997), **Cognição Primata.** Nova York, Imprensa da Universidade de Oxford.

TONIONI, F., et al. (2012). **Vício em Internet: horas gastas online, comportamentos e sintomas psicológicos.** Psiquiatria Hospitalar Geral, 34, 80-87.

YOUNG, K. S. Dependência **de internet: Manual e guia de avaliação e tratamento.** Porto Alegre: Artmed, 2011.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

32

A INFLUÊNCIA DAS REDES SOCIAIS NA AUTOESTIMA

THE INFLUENCE OF SOCIAL NETWORKS ON SELF-ESTEEM

Jaildson Rafael Dourado Sousa

Resumo

Este estudo investigou o impacto das redes sociais na autoestima e saúde mental dos usuários, com foco especial nos jovens. No contexto atual, a exposição à vida pessoal virtual e aos padrões de beleza tornou-se uma prática comum, gerando insegurança e busca por validação externa. O objetivo central é compreender como o uso frequente das redes sociais afeta a autoestima e como essa influência pode comprometer a saúde mental. A metodologia deste estudo baseou-se em uma revisão bibliográfica qualitativa e descritiva, examinando pesquisas recentes, estudos de casos e suas implicações práticas. Destacam-se as descobertas de uma pesquisa de Mestrado em Psicologia realizada na PUC-RJ, que revelou uma relação direta entre o tempo de exposição às redes sociais e a redução da autoestima. Quanto mais tempo os usuários passam nas redes, maior é a tendência de comparação com os outros, levando a uma insatisfação com o corpo e contribuindo para transtornos alimentares, como bulimia e anorexia. Além disso, o uso prolongado das redes sociais está associado a problemas como angústia, depressão e ansiedade. Os resultados destacam a importância de abordar essa questão complexa em um mundo digital e interconectado. Concluiu-se que a exposição constante aos padrões de beleza e a busca por validação social nas redes sociais podem ter consequências significativas na autoestima e saúde mental dos usuários, particularmente os jovens. Isso destaca a necessidade de promover um uso saudável e equilibrado das redes sociais e estimula o debate sobre seu papel na formação da autoestima.

Palavras-chave: Redes Sociais. Autoestima. Saúde Mental. Padrões de Beleza

Abstract

This study investigated the impact of social networks on users' self-esteem and mental health, with a particular focus on young people. In the current context, exposure to one's virtual personal life and beauty standards has become a common practice, generating insecurity and a search for external validation. The central objective is to understand how the frequent use of social networks affects self-esteem and how this influence can compromise mental health. The methodology of this study was based on a qualitative and descriptive literature review, examining recent research, case studies and their practical implications. The findings of a Master's research in Psychology carried out at PUC-RJ stand out which revealed a direct relationship between exposure to social networks and lower self-esteem. The more time users spend on social media, the greater the tendency tocompare themselves with others, leading to body dissatisfaction and contributing to eating disorders such as bulimia and anorexia. In addition, prolonged use of social networks is associated with problems such as distress, depression and anxiety. The results highlight the importance of addressing this complex issue in a digital and interconnected world. It was concluded that the constant exposure to beauty standards and the search for social validation on social networks can have significant consequences on the self-esteem and mental health of users, particularly young people. This highlights the need to promote a healthy and balanced use of social networks and stimulates debate about their role in shaping self-esteem.

Keywords: Social networks. Self-esteem. Mental Health. Beauty Standards

1. INTRODUÇÃO

No contexto atual vivido pela sociedade, tornou-se frequente o compartilhamento da vida pessoal por meio da internet. Com isso, é uma realidade crescente a exposição de fotos, vídeos, reflexões e estilo de vida no meio virtual. Nesse cenário, muitas vezes, os padrões de beleza são postos a prova, causando em alguns casos, insegurança e busca por validação externa.

Examinando as complexas interações entre a exposição a padrões de beleza, a busca incessante por validação social, a comparação com outros e as consequências para a saúde mental dos usuários, especialmente os jovens. Ter a compreensão dessas dinâmicas é essencial para uma análise completa do impacto das redes sociais na sociedade contemporânea e para a formulação de estratégias que promovam um uso saudável e equilibrado dessas plataformas.

Uma pesquisa de Mestrado em Psicologia realizada na PUC-RJ mostrou uma relação entre o tempo de uso das redes sociais e a autoestima. Segundo o estudo, quanto mais tempo as pessoas passam expostas às redes sociais, mais elas se comparam às outras e maior é o impacto na redução da autoestima. A insatisfação com o próprio corpo, exacerbada pela comparação com os padrões exibidos nas redes, pode levar a transtornos alimentares, como a bulimia e a anorexia. Pessoas que utiliza por horas as redes sociais, por exemplo, têm maior propensão a ter problemas como angústia, depressão e ansiedade.

Dessa forma, ao longo deste trabalho, investigaremos os resultados de pesquisas recentes, analisaremos estudos de casos e exploraremos as implicações práticas dessas descobertas. Em última análise, almejamos contribuir para o diálogo em curso sobre o papel das redes sociais na formação da autoestima, destacando a importância de abordar essa questão complexa em um mundo cada vez mais digital e interconectado.

Frente a tais considerações, a problemática que irá nortear a construção do presente estudo caracteriza-se por compreender como o uso frequente das redes sociais afetam a autoestima, e como tal influência pode comprometer a saúde mental e autoestima? Diante dessa indagação, o objetivo central do estudo em questão é investigar e compreender a influência das redes sociais na autoestima, efetivando uma análise sobre a exposição dessas plataformas e como afeta a percepção da autoestima e como contribui para os problemas de saúde e transtornos mentais.

2. DESENVOLVIMENTO

A autoestima, segundo as palavras de Acácio (2021), possui quatro pilares fundamentais, que se constituem através do autoconceito, da autopercepção, do auto reforço e da autoeficácia. Quando esses pilares se encontram robustos, a estabilidade da autoestima é mantida. O autoconceito diz respeito à maneira como alguém encara a própria existência, influenciando a escolha da forma como gostaria de ser tratado, compreendendo seus limites e requisitos, e tomando consciência da decisão de se amar ou não. Além disso, busca-se cultivar a máxima flexibilidade consigo mesmo, concentrando-se nas conquistas e não se restringindo unicamente aos erros.

A autopercepção envolve a análise que empreendemos de nossa própria corporalidade, permitindo-nos, assim, estabelecer nosso próprio critério de atratividade. Todavia, ao distinguir devidamente entre o belo e a estética, e ao nutrir uma apreciação constante de

nosso ser, independentemente das dificuldades inerentes, construir esse comportamento torna-se imprescindível, uma vez que a autopercepção vai além da simples imagem física. A autoafirmação compreende o ato de sustentar a nós mesmos no que diz respeito ao que somos capazes, ou seja, demonstrar mais clemência para conosco. A carência de autoafirmação resulta em desapontamentos e torna o indivíduo suscetível à infelicidade ou à incapacidade de reconhecer suas próprias virtudes (CREMES LAURENT, 2015).

A autoconfiança é a convicção de que se pode atingir os resultados desejados, baseada na confiança em si mesmo. Daí a importância de reforçar essa autossuficiência, pois ao sentir-se mais seguro, é possível alcançar metas ou lutar para alcançá-las. Nesse contexto, a autossuficiência representa uma opinião otimista sobre si mesmo e a confiança necessária para conquistar os objetivos almejados. A autoestima mantém uma conexão direta com o estado emocional, social e psicológico de uma pessoa, sendo, por esse motivo, considerada um indicador de saúde mental. Além disso, a saúde mental de um indivíduo está intimamente vinculada à sua autopercepção (COSTA, 2018).

No universo da mídia contemporânea, as principais redes sociais surgidas no século XXI, a exemplo do Facebook, Youtube, Twitter e Instagram, facultam a interação global com indivíduos de variadas localizações geográficas. No entanto, existe uma funcionalidade suplementar que permite a publicação de autorretratos, imagens e textos, e essa função, juntamente com outras conveniências, tem gerado diferentes perspectivas. Especificamente, alguns conteúdos, notadamente aqueles direcionados ao público feminino, incentivam uma exploração excessiva da autopercepção, bem como estimulam o consumo desenfreado, ao mesmo tempo em que contribuem para a construção de um padrão de vida e de status que se revelam inalcançáveis (JUNIOR, 2014).

A existência de critérios de atratividade é amplamente aceita e valorizada em diversas culturas, persistindo como uma característica atual. Essa incessante busca por padrões de beleza, portanto, se torna uma pressão social constante. Um exemplo notório dessa realidade na sociedade contemporânea é a forma como os meios de comunicação reforçam a busca incansável pela satisfação das próprias aspirações, ancorada na imposição de padrões específicos que se alinham com a sociedade atual (SANTOS, 2016).

A disseminação desse padrão socialmente aceite tem início através dos canais de comunicação e leva os utilizadores a almejarem, de alguma maneira, esse ideal, seja ele de caráter estético ou social. Contudo, frequentemente essa aspiração se torna inatingível, sobretudo quando os utilizadores percebem que esse modelo é incongruente com a realidade. À medida que esse fenômeno ocorre, desencadeiam-se conflitos internos nos indivíduos, que ultrapassam o âmbito psicológico e impactam diretamente na esfera física, ou seja, a relação entre as imposições dos padrões e sua natureza prejudicial causa um impacto direto na saúde mental (AMARAL, 2016).

A interferência das mídias sociais no cotidiano das pessoas é uma ocorrência relativamente nova, embora, de acordo com a pesquisa conduzida por Fagundes (2019), seja evidente a influência delas em diversas demografias, sobretudo no público feminino. Esse fenômeno parece estar intensificando discussões relativas aos padrões de beleza contemporâneos e as consequências que eles têm sobre a autopercepção do corpo.

Nesse contexto, conforme o autor anteriormente mencionado, todas as ações, pensamentos e percepções ligados ao próprio corpo exercem um impacto crucial na formação da autoimagem corporal. Essa representação pode ser considerada deturpada quando uma avaliação desfavorável do corpo emerge devido à discrepância entre a imagem real e a idealizada, caracterizando, em sua essência, uma avaliação pessoal subjetiva do corpo. Acredita-se que a internalização do padrão de corpo ideal possa influenciar a adoção de

comportamentos individuais relacionados a distúrbios psicológicos associados à insatisfação com a imagem corporal (LIMA, 2019).

Costa (2018) conduziu uma análise abrangente de vários estudos que se dedicaram a explorar a ligação entre as redes sociais e os distúrbios relacionados à imagem corporal nas mulheres. Essas investigações apontam que esses transtornos afetam diversas faixas etárias do público feminino, uma vez que mesmo em desenhos animados e brinquedos contemporâneos (por exemplo, a boneca Barbie), são representadas imagens corporais quase perfeitas. Entretanto, são as mulheres adultas que sofrem o impacto mais significativo desse fenômeno. Nessa perspectiva,

> Segundo uma pesquisa elaboradora por Petterle e Maletta (2010), feita com 3,5 mil mulheres em todo o território nacional, nove entre dez brasileiras acham que as outras pessoas reparam nos seus "defeitos". Ao todo, 21% estão insatisfeitas com sua autoimagem, e apenas 8% mostram-se satisfeitas com a aparência que possuem (LIMA, 2019, p. 01).

Pereira (2017) realça a maneira como a mídia, especialmente por meio de plataformas online, promove a busca incessante pelo corpo ideal. Esse fenômeno desencadeou uma profusão de estratégias, que vão desde regimes alimentares e rotinas de exercícios até a utilização de produtos cosméticos e procedimentos estéticos, todos concebidos com o intuito de atingir o tão ansiado padrão de beleza corporal. No entanto, a incessante busca por esse padrão estético está intrinsecamente ligada às emoções relacionadas à autoestima, ao mesmo tempo em que frequentemente resulta em comportamentos que negligenciam a saúde, contribuindo de forma significativa para o aumento de diversos transtornos psicossomáticos.

A percepção de uma autoestima enfraquecida torna-se aparente quando se constata que, na maioria das vezes, a realidade está em oposição ao ideal desejado. A exibição frequente de corpos magros e atléticos em diversas campanhas publicitárias afeta diretamente o público feminino, dando origem a comparações constantes. Isso culmina na idealização de um padrão de perfeição inatingível, resultando, por conseguinte, em desilusão e frustração. Importante ressaltar que, embora comumente confundida com a autoestima, a autoimagem possui uma definição separada e distinta (JUNIOR, 2014).

A autopercepção está associada à maneira como um indivíduo enxerga a si mesmo e se percebe, estando, assim, vinculada à sua imagem física. Por contrapartida, a autoestima está relacionada com os sentimentos que uma pessoa nutre em relação à sua autopercepção. Desse modo, a autopercepção exerce influência sobre a autoestima, desempenhando um papel essencial na formação da relação que um indivíduo estabelece consigo próprio (ACÁCIO, 2021).

Na atualidade, a sociedade tem sido moldada por uma cultura que busca a padronização como uma forma de identidade. Principalmente por meio das mídias digitais, que divulgam anúncios com imagens de corpos inalcançáveis e direcionam sua atenção, sobretudo, aos jovens que almejam alcançar uma perfeição estética, isso leva as pessoas a se afastarem progressivamente da aceitação de suas verdadeiras formas corporais (LIMA, 2019).

A internet se transformou em uma ferramenta absolutamente indispensável na sociedade contemporânea. Nos últimos tempos, a ampla disponibilidade de informações, a comunicação instantânea e as opções de entretenimento conduziram a um aumento substancial no número de usuários da rede mundial, que atualmente ultrapassa os 2,5

bilhões em âmbito global, sendo os adolescentes e jovens adultos o grupo majoritário. Apesar dos benefícios oferecidos, também se manifestaram questões relacionadas ao uso desregulado e aos impactos prejudiciais da era digital, uma característica inerente ao século XXI e, ao mesmo tempo, uma preocupação generalizada no contexto da saúde mental (AMARAL, 2016).

A cibercultura, que engloba a linguagem da internet, é caracterizada pelo uso inadequado que pode causar danos de relevância clínica ou angústia emocional significativa. Muitas vezes, as pessoas simplesmente identificam o excesso de tempo gasto na internet, incluindo o uso desenfreado e a negligência de atividades pessoais. Conforme salientado por Santos (2016), os distúrbios da saúde mental associados à utilização excessiva das redes sociais são descritos de forma pormenorizada, explorando como essas modificações afetam os utilizadores e podem estar ligados a padrões de comportamento patológico.

As redes sociais têm o potencial de projetar a ideia de que a vida de todos está indo bem, exceto a sua, o que pode suscitar inquietação nos usuários. Comparar suas próprias realizações com o que os outros consideram conquistas pode desencadear essa sensação. O indivíduo pode começar a acreditar que está em um ponto morto ou que seus esforços foram insuficientes para alcançar a vida dos seus sonhos (FAGUNDES, 2019).

A exposição contínua a notícias negativas e comentários desfavoráveis também pode criar tensões, uma vez que o cérebro enfrenta dificuldades em assimilar o grande volume de informações recebidas diariamente. Isso leva a uma sobrecarga mental que passa a ser um fardo. Como resultado, a pessoa pode começar a questionar o estado atual do mundo e da sociedade, o que gera apreensão em relação ao futuro (CREMES LAURENT, 2015).

2.1 Metodologia

A metodologia utilizada no presente estudo caracterizou-se por um estudo bibliográfico. A revisão bibliográfica caracterizou-se como uma pesquisa holística de estudos, de modo a serem rastreadas as pesquisas mais pertinentes para extração de dados, interpretação de resultados, análise e apresentação de conteúdo. Dessa forma, a revisão, sendo um método bibliográfico, objetiva, sobretudo, identificar, selecionar, avaliar e sintetizar as evidências colhidas no decorrer da pesquisa.

Com isso, a revisão bibliográfica pode ser conceituada como a modalidade de pesquisa que busca protocolos e entendimentos acerca da logicidade de documentos, possuindo um caráter de reprodutibilidade de outras pesquisa analisadas. Além disso, a revisão abordou e debateu as limitações de cada artigo e pesquisa analisada, avaliando conjuntos de dados advindos de distintas análises e coletando fatos empíricos para embasar seus critérios e análises, de modo que seja solucionada a problemática norteadora de um trabalho. Assim, afirma-se que esse tipo de metodologia se caracterizou como o principal método de busca e apuração de evidências.

Posteriormente, foram buscados artigos que adentrassem na temática abordada de maneira abrangente, no qual realizaram-se a procura dos assuntos conforme os títulos e resumos dos estudos. Por meio da concretização da revisão bibliográfica, a pesquisa resumiu diversos conteúdos relacionados ao estudo de maneira imparcial e holística. Aliado a isso, a pesquisa foi realizada de maneira formal e meticulosa, como forma de tornar concreta e efetiva a análise acerca do impacto da liderança para a gestão hospitalar. Além disso, o período dos artigos pesquisados serão os trabalhos publicados nos últimos entre 2018 a 2023 e as palavras-chave utilizados na busca serão:

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Com o avanço da tecnologia com o passar de épocas, vem se tornando uma parte essencial para o cotidiano com a sua praticidade em diversas áreas de interesse, em destaque a utilização das redes sociais como um meio de comunicação, onde compartilham informações e constroem relacionamentos no mundo contemporâneo. A sociedade revolucionou a maneira como os indivíduos interagem, não apenas com seu ambiente imediato, mas também com um vasto espectro de conexões globais. Em meio a essa transformação, surge uma preocupação crescente: qual é o impacto das redes sociais na autoestima das pessoas? (COSTA, 2018)

Autoestima se caracteriza como um conjunto de sentimentos e pensamentos do indivíduo sobre seu próprio valor, competência e adequação, que se reflete em uma atitude positiva ou negativa com relação a si mesmo, de acordo com Rosenberg, um pioneiro no estudo deste tema, a teoria da autoestima, desenvolvida por Morris Rosenberg, sustenta que a autoestima é a avaliação subjetiva que uma pessoa faz de si mesma. Ela pode ser influenciada por fatores intrínsecos e extrínsecos, como a forma como os outros a percebem (FAGUNDES, 2019).

A exposição constante a padrões de beleza, conquistas e validação nas redes sociais pode afetar a autoestima dos usuários, uma vez que essas plataformas se tornaram uma arena importante para a autorreflexão e a comparação social é entendida como avaliação subjetiva que a pessoa faz de si próprio, desempenhando um papel crucial na saúde mental e bem-estar psicológica. Nesse contexto, as redes sociais emergem como um ambiente que pode tanto enriquecer quanto desafiar a autoestima dos usuários, dependendo de como são utilizadas e das interações que nelas ocorrem (ACÁCIO, 2021).

A teoria da comparação social, proposta por Leon Festinger, sugere que as pessoas têm uma tendência natural de se comparar com os outros como um meio de avaliar sua própria posição e autoestima. Nas redes sociais, essa comparação ocorre de forma intensa, já que as pessoas frequentemente expõem suas vidas e conquistas online. Isso pode levar a uma comparação desfavorável e à diminuição da autoestima quando os jovens se percebem como menos bem-sucedidos ou atraentes em comparação com seus pares e então a validação social explora o desejo humano de ser aceito e validado pelos outros, esse desejo é muitas vezes satisfeito por meio de curtidas, comentários e compartilhamentos (LIMA, 2019).

Em média o usuário global médio da Internet passa sete horas online todos os dias entrando em um ciclo vicioso causando dependência e outros transtorno psicológicos como ansiedade, depressão, sensação de isolamento e perda de acontecimentos, pressão, esgotamento e obsessão com o corpo. A Sensação de isolamento e de perda dos acontecimentos também pode impactar negativamente a saúde mental do usuário. Com a facilidade de encontrar pessoas com interesses idênticos e construir amizades nas redes sociais, o indivíduo acaba concentrando muito tempo de sua vida na internet.

Este excesso de interações virtuais pode aumentar a sensação de solidão, fazendo com que o indivíduo se isole socialmente cada vez mais para viver as “relações virtuais perfeitas” então o indivíduo também tem a sensação de que está perdendo diversos acontecimentos, ou “perdendo algo”. Ao observar a vida das outras pessoas decolar através das redes sociais, o indivíduo tem medo de estar perdendo vivências importantes ou de não estar aproveitando a fase da vida em que se encontra essa sensação é propícia para o surgimento da depressão (ACÁCIO, 2021).

Outro impacto negativo do uso das redes sociais é na relação do indivíduo com a sua

autoimagem. Nas redes sociais, as pessoas costumam postar suas melhores fotos e um padrão estético é estabelecido, essas fotos perfeitas e o compartilhamento de dietas e resultados de cirurgias afetam muitos dos usuários das redes sociais, faz com que o indivíduo entre em uma busca incessante pelo físico perfeito. É comum que essa obsessão com o corpo resulte em transtornos alimentares, que afetam tanto a saúde física quanto mental do indivíduo.

Uma questão que se torna impactante para os usuários é o "Cyberbullying": O cyberbullying é uma nova forma de violência sistemática que se configura como um "problema social", constituindo tema e preocupação de diversos campos disciplinares, além de ser representado por alguns autores como uma questão de saúde pública. As distintas configurações do Cyberbullying podem ser reconhecidas como atos de violência psicológica e sistemática contra crianças e adolescentes perpetrados nas ambiências das redes de sociabilidade digital, podendo ocorrer a qualquer momento e sem um espaço circunscrito e demarcado fisicamente (COSTA, 2018).

O papel do psicólogo é fundamental quando se trata da influência das redes sociais na autoestima dos indivíduos. Os psicólogos desempenham diversas funções relevantes para ajudar as pessoas a lidarem de maneira saudável com os desafios que as redes sociais podem apresentar nesse contexto. Encorajar os usuários a valorizar suas próprias conquistas e progressos pessoais, independentemente das comparações com outros nas redes sociais e compartilhar e celebrar realizações individuais são ações que os psicólogos atuam junto a esses indivíduos (FAGUNDES, 2019).

Assim, em um mundo cada vez mais digital e conectado, a influência das redes sociais na autoestima é uma preocupação legítima, o psicólogo desempenha um papel vital na promoção da saúde mental e da autoestima saudável em um contexto de uso de redes sociais. Eles oferecem suporte emocional, educação, intervenção e recursos para ajudar as pessoas a enfrentar os desafios que as redes sociais podem apresentar, enquanto capacitam os indivíduos a construir uma relação mais positiva com essas plataformas, em um mundo cada vez mais digital e conectado, a influência das redes sociais na autoestima é uma preocupação legítima (ACÁCIO, 2021.

Em resumo, o entendimento da influência das redes sociais na autoestima é uma área em constante evolução, é um papel crucial entender, estudar, e apoiar para que as pessoas cultivem uma relação positiva com essas plataformas, ao mesmo tempo em que mantêm uma autoestima saudável e equilibrada (COSTA, 2018).

4. CONCLUSÃO

Buscou analisar a influência das redes sociais na autoestima das pessoas, identificando tanto os impactos positivos quanto os desafios enfrentados nesse cenário dinâmico. O objetivo principal era destacar a importância da promoção de uma cultura online mais saudável, focada em autenticidade, empatia e aceitação.

Os dados mostram uma correlação significativa entre o tempo médio gasto nas redes sociais pelas pessoas e a sua autoestima, observamos que a busca por validação social online, medida pelo número de curtidas e comentários em postagens, desempenha um papel significante para a construção de uma imagem, onde afeta diretamente na saúde mental dos que relatam quadros de ansiedade e quadros depressivos.

Foi possível destacar tanto os benefícios, como a expressão pessoal e a construção de comunidades de apoio, quanto os desafios, representados pela exposição a padrões de be-

leza irreais e a pressão por validação social. Embora tenhamos avançado na compreensão dos desafios, a promoção efetiva de uma cultura online mais saudável requer um esforço contínuo.

Este trabalho serve como ponto de partida para futuras pesquisas e iniciativas que possam abordar as complexidades dessa interação entre redes sociais e autoestima, visando criar um ambiente online mais positivo e capacitador, numa promoção de uma cultura de aceitação e autenticidade nas plataformas para a preservação da saúde mental e diminuição de quadros de transtornos psicológicos.

Portanto, é fundamental desenvolver estratégias educacionais e de conscientização para promover uma relação mais saudável e equilibrada com as redes sociais, especialmente entre os jovens, inserindo programas educacionais sobre o uso responsável das redes sociais nas escolas desde o fundamental até o ensino médio pode fornecer aos alunos habilidades críticas para entender a influência das plataformas online em sua autoestima e bem-estar.

Referências

ACÁCIO, Miguel Luis Fernandes. **Relação entre o Uso problemático da internet, sintomas psicopatológicos e autoestima em jovens adultos.** 2021. Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade de Évora - Escola de Ciências Sociais, Espírito Santo, 2021.

AMARAL, I. **Redes Sociais na Internet: Sociabilidades Emergentes.** Labcom – IFP, Universidade de Beira Interior. Covilhã. Portugal. 2016.

COSTA, Bruna Marangoni Brancaleone Costa, JUNIOR, Irineu Francisco Barreto. **Hiperexposição pessoal nas redes sociais e seus reflexos no direito.** Revista de Direito, Governança e Novas Tecnologias | e-ISSN: 2526-0049 | Salvador | v. 4 | n. 1 | p. 92 – 108 | Jan/Jun. 2018.

CREMERS-LAURENT, A. J. **A importância da autoestima para um desenvolvimento harmonioso: "Sinto-me amada e capaz, vou alcançar as estrelas!".** 2015. Dissertação (mestrado em educação) Universidade do Algarve – Escola Superior de Educação e Comunicação. Algarve, 2015.

FAGUNDES, L. S. **Autoestima e Bem-Estar Subjetivo no Instagram: O Impacto da Comparação Social e da Personalidade.** Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica. PUC-RJ. Rio de Janeiro - RJ. 2019.

JUNIOR, Eduardo Da Silva; SILVA, Osni Oliveira Noberto Da. **A influência da mídia com a autoimagem de adolescentes.** Efdeportes, Buenos aires, argentina, v. 19, n. 195, p. 1, ago. 2014.

LIMA, R. A. R. de e MAYNARD, D. da C. **Relação entre Mídias Sociais e Transtornos de Autoimagem em Mulheres.** TCC – Graduação em Nutrição. UniCEUB, Brasília – DF. 2019.

PEREIRA, S. C. G. **Digital Influencers e o Comportamento dos Seguidores no Instagram: Um estudo Exploratório.** Dissertação de Mestrado em Marketing Digital. Instituto Politécnico do Porto. Porto. Portugal. 2017.

SANTOS, S. G. dos. **Era do espelho: A captura do olhar nas redes sociais.** 2016. 20f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) - Universidade Estadual da Paraíba, Campina Grande, 2016. Disponível em:< http://dspace.bc.uepb.edu.br/jspui/handle/123456789/11696>. Acesos e: 30 de outubro de 2023.

COLETÂNEA LUDOVICENSE DE PSICOLOGIA

33

A IMPORTÂNCIA DO PSICÓLOGO ESCOLAR PARA SAÚDE MENTAL DURANTE A ADOLESCÊNCIA

THE IMPORTANCE OF THE SCHOOL PSYCHOLOGIST FOR MENTAL HEALTH DURING ADOLESCENCE

Maynara Henriqueta da Cruz Sousa

Resumo

Este trabalho tem como objetivo compreender a necessidade da presença de psicólogos no âmbito escolar. Tal pesquisa está fundamentada na relevância desse tema para a sociedade, já a problemática consiste em explicar a forma pela qual o psicólogo atua nas instituições de ensino e como o mesmo pode trabalhar a identificação precoce de problemas de saúde mental, a oferta de apoio emocional, aprimoramento do desempenho acadêmico e a prevenção do abuso de substâncias entre os adolescentes. Diante do exposto, pressupõe-se que a atuação psicológica na instituição escolar favorece o desenvolvimento acadêmico e oferece um ambiente seguro para os alunos expressarem seus sentimentos, preocupações e ansiedades, com o objetivo de minimizar o fracasso escolar. Além de fornecer suporte emocional, ensinam habilidades de enfrentamento e colaboram com pais e professores para criar um ambiente escolar mais saudável, o que contribui para o bem-estar mental dos adolescentes durante essa fase desafiadora de suas vidas. A pesquisa também aborda como a orientação psicológica pode reorganizar meios que propiciem de forma menos árdua o processo de lidar com desafios típicos dessa fase, para que ocorra de fato evoluções positivas nas condições de ensinar e aprender, com esse intuito buscou-se a importância e contribuições que a psicologia trás no âmbito escolar para os educandos e demais profissionais nele inseridos.

Palavras-chave: Psicólogo escolar, Adolescência, Saúde mental, Intervenção, Bem-estar.

Abstract

This work aims to understand the need for the presence of psychologists in the school environment. This research is based on the relevance of this topic to society, with the problem being to explain how psychologists operate in educational institutions and how they can work on the early identification of mental health problems, providing emotional support, improving academic performance, and preventing substance abuse among adolescents. In light of the above, it is assumed that psychological intervention in the school setting promotes academic development and provides a safe environment for students to express their feelings, concerns, and anxieties, aiming to minimize academic failure. In addition to providing emotional support, psychologists teach coping skills and collaborate with parents and teachers to create a healthier school environment, contributing to the mental well-being of adolescents during this challenging phase of their lives. The research also addresses how psychological guidance can reorganize means to facilitate the process of dealing with typical challenges of this phase, seeking positive developments in teaching and learning conditions. With this in mind, the study highlights the importance and contributions that psychology brings to the school environment for students and other professionals involved.

Keywords: School psychologist, Adolescence, Mental health, Intervention, Well-being.

1. INTRODUÇÃO

A adolescência é uma fase de transição tumultuada, marcada por desafios físicos, emocionais e cognitivos significativos. Durante esse período de transformação, os jovens enfrentam uma série de questões e pressões que podem impactar profundamente sua saúde mental e bem-estar. A saúde mental dos adolescentes é uma preocupação global, e a intervenção precoce e adequada desempenha um papel crucial na prevenção de problemas mais graves no futuro.

O papel do psicólogo na sociedade contemporânea vai muito além do tradicional atendimento terapêutico. Os psicólogos têm uma variedade de estratégias à sua disposição para lidar com esse importante aspecto da saúde humana. Diante desse desafio multifacetado, quais maneiras o psicólogo pode atuar frente a prevenção e a promoção de saúde mental?

Dessa forma, justifica-se que o psicólogo escolar deve imergir como um profissional capacitado para fornecer suporte vital aos adolescentes. Sua presença nas escolas permite a identificação precoce de problemas de saúde mental, a criação de estratégias de prevenção eficazes e a oferta de suporte emocional quando necessário. No entanto, a eficácia desse papel depende da compreensão da complexidade das questões de saúde mental enfrentadas pelos adolescentes e da adaptação das práticas à realidade escolar.

O presente estudo objetiva-se em compreender, através do levantamento bibliográfico, a importância do psicólogo escolar estar inserido na rede de ensino, a fim de trazer a reflexão acerca da percepção necessária para identificar a crescente preocupação com a saúde mental dos adolescentes e o ambiente escolar como um local propício para a detecção precoce e o tratamento de problemas psicológicos.

No entanto, a relevância desta pesquisa se dá pela perspectiva de que quando a escola está aberta e atenta ao tema, as chances de identificar problemas de saúde mental são maiores. E, com isso, aumentam também as possibilidades de ajudar os estudantes que estiverem precisando de apoio. Pensando dentre todas as medidas que podem ser tomadas, o presente estudo busca mostrar o quanto é necessário que o ambiente escolar seja acolhedor e de confiança, para que os estudantes possam contar com o auxílio da instituição para o enfrentamento de dificuldades.

2. DESENVOLVIMENTO

2.1 Metodologia

Foram utilizados para este artigo, pesquisas qualitativas, baseadas no método, de revisão bibliográfica. Os dados se fundamentaram em artigos, teses, dissertações e livros, foram levantados, através de bibliotecas, e sites acadêmicos, que serviram de instrumentos para a coleta de dados, a partir dos seguintes descritores: A importância do psicólogo escolar para saúde mental durante a adolescência; Assistência à saúde mental; A promoção de saúde mental para os estudantes durante a adolescência. Foi realizada a seleção somente das literaturas de interesse de estudo, publicadas nos últimos 10 anos. Assim, ocorreu uma análise descritiva, que visou a compreensão da problemática acerca do tema, para desenvolvimento e realização da pesquisa.

2.2 Resultados e Discussão

O estudo do desenvolvimento humano permite ao profissional e ao pesquisador analisar as mudanças e evolução do comportamento no transcorrer da idade: como as pessoas mudam, diferenciam-se uma das outras ou como podem manter características do nascimento até o final da vida adulta. A divisão do ciclo da vida em períodos pré-estabelecidos é uma construção social. Como tais conceitos são construções sociais, a forma em que as etapas do desenvolvimento são caracterizadas também varia entre as culturas (MARTORELL; PAPALIA; FELDMAN, 2020).

Dando aprofundamento, três principais domínios devem ser citados: desenvolvimento físico, cognitivo e psicossocial. Bem como, o crescimento do corpo, cérebro, capacidades motoras, e sensoriais; no âmbito cognitivo, tem-se a aprendizagem, atenção, memória, raciocínio e por fim, o desenvolvimento psicossocial abarca as emoções, personalidade e relações sociais (PAPALIA, 2022). Percebe-se que, inicialmente, este conceito de adolescência vincula-se estritamente a idade cronológica, referindo-se principalmente às mudanças do corpo físico, ou seja, a adolescência se mostra vinculada à puberdade. Todavia, não são apenas as mudanças corporais que irão transformar determinada pessoa em um adulto. Diante desta perspectiva, distingue-se conceitualmente puberdade de adolescência; esta primeira compreende as mudanças corporais e hormonais, universalmente existentes, enquanto a adolescência diz respeito aos componentes físicos, cognitivos e psicossociais e a adaptação a essas novas estruturas no período de vida (FERREIRA; FARIAS; SILVARES, 2010).

Considera-se que neste período haja o desenvolvimento da autoestima, autocrítica, questionamentos diversos (valores, busca da própria identidade, vivência da sexualidade, interesses etc.), além da busca pela autonomia. Entre os desafios enfrentados estão as dificuldades socioeconômicas da família, brigas e conflitos familiares, violência intrafamiliar, relações por vezes disfuncionais. Acrescenta-se ainda as incertezas quanto aos relacionamentos afetivos, futuro profissional e as cobranças pessoais, acerca da vida e maturidade (BRASIL, 2019).

Por vezes, o público adolescente desconhece a necessidade de acesso aos serviços de saúde, ou não sabe onde estão tais serviços disponíveis, agrega-se que as situações e fatores de risco não são facilmente percebidas pelo adolescente e nem mesmo pela família, e consequentemente, não são tratados devidamente. De acordo com Pinto (2014) os fatores de risco em saúde mental incluem:

> Abusos sexuais e físicos vivenciados durante a infância; violência na família, na escola e na comunidade; assim como pobreza, exclusão social e desvantagem educacional. Doenças psiquiátricas, abuso de drogas por parte dos pais e violência conjugal também aumentam os riscos para o adolescente, assim como a exposição às alterações sociais e angústia psicológica que acompanham conflitos armados, desastres naturais e outras crises humanitárias. O estigma dirigido ao adolescente com transtornos mentais e as violações aos direitos humanos a que estão sujeitos amplificam as consequências adversas (PINTO *et al*., 2014, p.2).

Portanto, a adolescência é uma fase extremamente dinâmica e complexa, exigindo atenção especial pelo sistema de saúde, considerando que, aqui se definem padrões biológicos e comportamentais que se manifestarão ao longo da vida do indivíduo. Diante deste contexto, é perceptível que a adolescência é uma fase de conflitos e inquietações. A escola, local de convivência diária e de maior período que em outros ambientes, pode ser palco de

manifestações de angústia sofrimento, Paralelo aos obstáculos da etapa de vida, é relevante destacar as potencialidades de crescimento saudável (BRASIL, 1990, p.16).

A ideia de que a escola seja um espaço multiprofissional não é recente, pois é notório que há implicações práticas entre a psicologia e a educação quando se trata do ambiente escolar por isso um importante elemento para a preservação e promoção da saúde mental no ambiente escolar é o psicólogo escolar, o qual tem uma participação ativa na prevenção e promoção da saúde mental no estabelecimento de ensino, pois neste espaço podem surgir situações que produzam sofrimento psíquico no aluno, afetando a sua qualidade cognitiva e emocional, área em que o psicólogo é o profissional mais indicado para atuar (SILVA CARVALHO *et al*., 2021).

A psicologia escolar é uma das áreas da psicologia que objetiva contribuir para o desenvolvimento humano no contexto educacional. A psicologia escolar esteve restrita aos ambientes particulares de ensino ou aos centros especializados, porém, a prática escolar muito se difere da clínica, pois em grande parte do trabalho clínico, envolve na maioria das vezes, investigação, diagnóstico e intervenções direcionadas em um período acordado. Já no contexto escolar, as intervenções assumem caráter coletivo, a fim de alcançar todos os participantes do universo escolar, isso significa que o psicólogo escolar não nega escuta clínica e nem mesmo momentos individualizados, mas sim dependendo das demandas cuja suas complexidades, cada uma terá seu encaminhamento para psicoterapias pertinentes (CFP, 2019).

Cabe ressaltar que a presença deste profissional no ambiente escolar tem um papel fundamental na promoção da saúde mental. Aquino (2019) comenta que o psicólogo, no contexto escolar, estrutura ações e planos para realizar intervenções com alunos, professores, famílias e gestores, traçando metas em prol dos cuidados da saúde mental. Lima (2018, p.4) agrega como o argumento de que o psicólogo escolar é responsável pela promoção e prevenção da saúde no ambiente escolar e atua juntamente com os demais educadores.

Além disso, para atuar em prol da saúde mental do aluno e comunidade escolar, seja na promoção, prevenção e intervenção, o psicólogo escolar possui ferramentas como a avaliação psicológica que podem identificar o adoecimento psíquico. Outra maneira de contribuir para a saúde mental no contexto citado é capacitar os educadores na identificação de comportamento que indique sinais de fragilidade ou adoecimento do aluno e a sensibilização dos responsáveis quanto à saúde mental, seja da criança ou do adolescente (MELCHIORS *et al*., 2021).

Exclusivamente com a participação dos pais, educadores e os demais colaboradores do ambiente escolar é que se estabelecerá um ambiente sadio para os adolescentes. Dias (2017), comenta que o psicólogo escolar atuará junto com a comunidade escolar a fim de sensibilizar o grupo quanto a sua responsabilidade para a preservação do bem-estar daquele ambiente.

É de se pensar que, inicialmente, as intervenções em saúde mental no contexto escolar, tem um caráter psicoeducativo. A psicoeducação é, portanto, uma técnica psicoterapêutica que permite auxiliar no tratamento e manejo de possíveis transtornos mentais, pelo viés das mudanças comportamentais, emocionais e sociais do indivíduo.

Pensar no modelo psicoeducacional requer considerar a multidisciplinaridade de saberes, isso quer dizer juntar os conhecimentos psicológicos e educativos, no que se refere a área da saúde, será cada vez mais evidente que outras disciplinas terão muito a agregar para discussões e reflexões sobre a qualidade de vida e bem-estar. Dentro desta perspectiva, abrirá espaço para se pensar intervenções de maneiras diversas e criativas, sejam manifestas em campanhas, programas, rodas de conversas, comunidades de apoio, entre

outras possibilidades tecnológicas sadias, que servirão de intermediadores da psicologia e demais áreas do conhecimento que virão a contribuir para a saúde mental dos adolescentes dentro do ambiente escolar (LEMES; NETO, 2017).

2.2.1 Papel do Psicólogo Escolar na Promoção da Saúde Mental dos Adolescentes

Os resultados desta pesquisa destacam claramente o papel crucial do psicólogo escolar na promoção da saúde mental dos adolescentes. As informações demonstram que a presença de um profissional de psicologia nas instituições de ensino pode ter um impacto significativo na identificação precoce de problemas de saúde mental e no fornecimento de suporte emocional necessário. Com base na pesquisa aprofundada, é possível confirmar que os adolescentes se sentem mais confortáveis ao discutir questões emocionais com o psicólogo escolar em comparação com outros adultos, evidenciando a importância desse relacionamento de confiança. A literatura existente, que destaca o papel fundamental do psicólogo escolar como um agente de prevenção e intervenção em questões de saúde mental durante a adolescência. A presença desse profissional nas escolas não apenas ajuda na identificação de problemas, mas também na criação de estratégias educacionais e de apoio que visam ao bem-estar emocional dos adolescentes (YAMAMOTO, 1990).

2.2.2 Desafios Específicos Enfrentados pelos Adolescentes em Relação à Saúde Mental

Os resultados também apontam para os desafios específicos enfrentados pelos adolescentes em relação à saúde mental. Os dados deste, destacam que as pressões acadêmicas, a busca por identidade e a exposição a problemas sociais são fatores que contribuem significativamente para o estresse e a ansiedade entre os adolescentes. Eles indicam que a adolescência é uma fase em que a autoimagem e a aceitação pelos colegas desempenham um papel crucial em seu desenvolvimento emocional. O psicólogo escolar, ao compreender os desafios únicos enfrentados pelos adolescentes, pode desenvolver estratégias de apoio que visem a fortalecer a resiliência emocional e o enfrentamento eficaz dessas pressões (ERICKSON, 1976, p.128).

2.2.3 Eficácia das Intervenções do Psicólogo Escolar

A eficácia das intervenções do psicólogo escolar na prevenção e no tratamento de problemas de saúde mental durante a adolescência é um tópico de grande relevância. Os resultados desta pesquisa sugerem que as intervenções do psicólogo escolar são geralmente bem recebidas pelos adolescentes e suas famílias e com isso uma melhora significativa no bem-estar emocional dos adolescentes que participaram de programas de apoio psicológico nas escolas. No entanto, é importante destacar que a eficácia das intervenções pode variar dependendo da qualidade e do alcance dos programas oferecidos pelas instituições (ANDRADA, 2018).

2.2.4 Interseção entre o Ambiente Escolar e a Saúde Mental dos Adolescentes

A análise da interseção entre o ambiente escolar e a saúde mental dos adolescentes revela que as escolas desempenham um papel central na promoção do bem-estar emocional. Os resultados indicam que a implementação de práticas educacionais que levam em consideração a saúde mental dos alunos contribui para um ambiente mais acolhedor e favorável ao desenvolvimento emocional saudável e da comunidade onde se inserem (PARDAL,1990).

A importância do psicólogo escolar na promoção da saúde mental durante a adolescência é um tema de extrema relevância. Trata-se de uma fase da vida repleta de desafios emocionais e de desenvolvimento, e é nesse contexto que o psicólogo escolar desempenha um papel crucial. Sua presença nas escolas contribui para o acompanhamento dos aspectos psicológicos dos estudantes, auxiliando-os a lidar com as pressões acadêmicas, as questões de identidade, relacionamentos e outras questões que afetam sua saúde mental (CASSINS 2007, p. 126).

Além disso, conforme o Conselho Federal de Psicologia (CFP, 1992) reforça essa ideia em um trecho, de que o psicólogo escolar desempenha um papel fundamental na prevenção e detecção precoce de problemas de saúde mental. Muitos estudantes enfrentam transtornos como ansiedade, depressão e distúrbios alimentares, e o psicólogo escolar está bem posicionado para identificar esses problemas e encaminhá-los para tratamento adequado. Isso pode fazer uma grande diferença na vida desses jovens, evitando que os problemas se agravem.

Cabe destacar, entretanto, que a promoção e prevenção são ações complementares compreendendo estratégias e objetivos diferentes. A prevenção tem a incumbência de evitar o surgimento de uma patologia específica e direciona-se principalmente às pessoas ou a grupos de pessoas. A promoção, por sua vez, é mais abrangente e “consiste em proporcionar à população as condições necessárias para melhorar e exercer o controle sobre sua saúde, envolvendo: paz, educação, moradia, alimentação, renda, ecossistema estável, justiça social e equidade” (GONÇALVES *et al*., 2008, p. 182).

Essas fontes demonstram como a presença do psicólogo escolar é um investimento valioso no bem-estar emocional dos adolescentes. Em resumo, o papel do psicólogo escolar na promoção da saúde mental durante a adolescência é inestimável. Sua presença nas escolas não apenas ajuda na prevenção e identificação de problemas de saúde mental, mas também fornece apoio emocional e orientação necessárias para que os adolescentes enfrentem os desafios dessa fase de maneira mais saudável. A pesquisa reforça a importância desse profissional como um recurso vital no sistema educacional.

3. CONCLUSÃO

Este trabalho priorizou a todo tempo confirmar o quão importante é a atuação do psicólogo escolar para promoção da saúde mental durante a adolescência, pois o profissional pode educar indivíduos e comunidades sobre a importância do bem-estar físico e mental, isso pode incluir aconselhamento breve, apoio emocional e estratégias de enfrentamento, colaborar com instituições para criar ambientes que promovam inclusão, onde todos os alunos se sintam valorizados, independentemente de suas diferenças.

Isso envolve o respeito pela diversidade em todas as suas formas, incluindo aspectos

como raça, gênero e orientação sexual. Essas habilidades podem ser desenvolvidas por meio de programas educativos, discussões abertas e políticas escolares que proíbam qualquer forma de discriminação. Introduzir o ensino da empatia no currículo ajuda os alunos a desenvolverem habilidades interpessoais cruciais.

Atividades que incentivam os alunos a adotarem o ponto de vista alheio e a praticar a compaixão podem ser incorporadas ao ambiente escolar. Contudo, foi possível evidenciar que a intervenção precoce e o apoio emocional fornecidos por esse profissional desempenham um papel significativo no tratamento de questões psicológicas entre os adolescentes enquanto estão inseridos na rede de ensino. Nesse processo, é importante que o psicólogo construa uma postura crítica e criativa e esteja aberto aos múltiplos desafios e possibilidades presentes nos contextos educacionais.

A principal contribuição deste trabalho foi sinalizar a necessidade de se pensar em novas práticas advindas da Psicologia Escolar, bem como em um maior aprofundamento teórico acerca da atuação do psicólogo com o tema da saúde mental durante a adolescência. Faz-se necessário que o psicólogo amplie seu foco de trabalho na escola, valorizando os processos evolutivos do sujeito, tanto em nível cognitivo quanto afetivo. É bem verdade que o estudo e o aprofundamento destas questões por parte do psicólogo escolar não se esgotaram, mas certamente contribuíram para fomentar ainda mais discussões neste fértil terreno de diálogos possíveis entre a Psicologia e a Educação.

Referências

AGILAR, Karla Jessica da Silva. **Novas intervenções psicológicas na saúde mental**. 2018. 40f. Trabalho de Conclusão de Curso (graduação em psicologia) –Faculdade da Amazônia, Vilhena/RO, 2018.

ANDRADA, Paula Costa de et al. **Possibilidades de intervenção do psicólogo escolar na educação inclusiva**. Belo Horizonte, v. 11, n. 1, p. 123-141, 2018. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?

AQUINO, Alexandre Ribeiro. Trabalho da (o) Psicóloga (o) e a Educação Inclusiva. **Revista Anais da Semana de Licenciatura**, Jataí, v. 1, n.1, p.130-142. 2019.

BRASIL. Lei n° 8.069 de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. **Diário Oficial da República Federativa do Brasil**: Brasília/DF, 1990.

BRASIL, Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. **Saúde do Adolescente:** competências e habilidades. Brasília/Distrito Federal: 2019. Disponívelem:<http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/saude_adolescente_competencias_habilidades.pdf. Acesso em: 08 de out de 2023.

CASSINS, Ana Maria et al. **Manual de Psicologia escolar – educacional**. Curitiba: Gráfica e Editora Unificada, 2007. Disponível em. Acesso em 21 out. 2023.

CFP, Conselho Federal de Psicologia. Referências técnicas para atuação de psicólogas(os) na educação básica. Brasília: Conselho Federal de Psicologia, 2019.

CFP. Atribuições Profissionais do Psicólogo no Brasil. **Contribuição do Conselho Federal de Psicologia ao Ministério do Trabalho para integrar o catálogo brasileiro de ocupações**. Enviada em 17 de outubro de 1992. Disponível em. Acesso em 12 out. 2023.

DIAS, Carolina Nascimento. et al. **Psicologia na escola e rede de proteção à infância e adolescência: enfrentando vulnerabilidades**. 2017. 185 f. Dissertação (mestrado em psicologia) – Pontifícia Universidade Católica, Campinas, 2017.

ERIKSON, Erik Homburger (1976). **Identidade, juventude e crise**. Rio de Janeiro: Zahar.

FERREIRA, Teresa Helena Schoen; FARIAS, Maria Aznar; SILVARES, Edwiges Ferreira de Mattos. Adolescência através dos séculos. São Paulo: **Revista Psicologia**: Teoria e Pesquisa, Universidade Federal de São Paulo, 2010.

GONÇALVES, Fernanda Denardin, CATRIB, Ana Maria Fontinele, VIEIRA Neiva Francenely Cunha, & VIEIRA, Luiza Jane Eyre de Sousa (2008). A promoção da saúde na educação infantil. **Interface – comunicação, saú-**

de, educação, 12(24), 181-192.

LEMES, Carina Belomé; NETO, Jorge Ondere. Aplicações da Psicoeducação no contexto da saúde. **Revista Temas em Psicologia**: Porto Alegre/RS, 2017.

LIMA, Maysa dos Santos de. **Psicologia escolar: a promoção da saúde mental na escola**. 2018. 27 f. Trabalho de conclusão de curso (licenciatura em Pedagogia) - Instituto de Biociências, Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho, Rio Claro. 2018.

MARTORELL, Gabriela; PAPALIA, Diane E. FELDMAN, Ruth D. **O mundo da Criança:** da infância à adolescência. Porto Alegre: Artmed, 2020.

MELCHIORS, Luciane et al... **Psicologia no contexto escolar: possíveis intervenções com adolescentes na prevenção ao suicídio**. p.176-185. 2021.

PAPALIA, Diane E.; FELDMAN, Ruth D. Desenvolvimento físico e cognitivo na adolescência. In:_____(org). **Desenvolvimento humano**. 12ª ed. Porto Alegre: Artmed, 2013. Cap.5, pag. 384-419.

PARDAL, EM. Educação para a saúde – conceitos e perspectivas. **Saúde e Escola**, v.6, p. 11-14, 1990.

PINTO, Agnes Caroline Souza; LUNA, Izaildo Tavares; SILVA, Adna de Araújo; PINHEIRO, Patrícia Neyva da Costa; BRAGA, Violante Augusta Batista; SOUZA, Angela Maria Alves e. Fatores de risco associados a problemas de saúde mental em adolescentes: revisão integrativa. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**: São Paulo/SP, 2014.

SOUZA, Daniel Ramos. **Adolescência e Intervenções em saúde mental no contexto escolar:** uma revisão sistemática de literatura. 2022. 57 f. Dissertação (Mestrado) - Universidade Federal de São Paulo. Escola de Filosofia, Letras e Ciências Humanas, São Paulo, 2022.

SILVA CARVALHO, Gabrieli et al... A saúde mental dos adolescentes em contexto escolar. In: CONGRESSO INTERNACIONAL DE PSICOLOGIA, I, Cachoeiro do Itapemirim. **Anais [...]**. Cachoeiro do Itapemirim: UNIFACIG, 2021. do I Congresso Internacional de Psicologia da Faculdade América. 2021.p. 1-5.

TOMÉ, Gina Maria Quinás. Promoção de saúde mental nas escolas: Projeto ES´COOL. **Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente**, Lisboa/Portugal, v.8, n.1, p. 173-184. 2017.

YAMAMOTO, Oswaldo Hajime. **A psicologia escolar em Natal:** características e perspectivas Psicologia, Ciência e profissão, Brasília, DF, v. 10, n. 2/4, p. 40-9, 1990.

O presente livro possui importantes reflexões acerca dos fundamentos que permeiam os principais debates da Psicologia na contemporaneidade. Nele, os autores analisam com argúcia temas emergentes na conjuntura da atuação profissional, protagonizando análises indispensáveis ao cotidiano do(a) psicólogo. Sabe-se que a conjuntura atual requer esforços numerosos no que concerne a produção do conhecimento com a rigorosidade que o percurso científico pleiteia. No entanto, por se compreender a imprescindibilidade do papel na Psicologia na sociabilidade dos indivíduos, faz-se necessário entendê-la a partir de seu processo metodológico e, por sua inventividade, na aproximação com os profusos feitos da psique humana e seus rebatimentos à sociedade.

ISBN: 978-65-6068-082-1

Pascal
Editora