

Nesta edição:

Boletim
Epidemiológico

• Conversando

sobre saúde
mental com
alunos da EJA e
do PNAJA**CONVERSANDO SOBRE SAÚDE MENTAL COM ALUNOS DA EJA E DO PNAJA**

A **Educação de Jovens e Adultos (EJA)** é uma modalidade de ensino prevista na **Lei de Diretrizes e Bases da Educação Nacional (LDB 9394/96)**, destinada a indivíduos que não deram continuidade em seus estudos e para aqueles que não tiveram o acesso ao Ensino Fundamental e/ou Médio na idade regular. **Essa modalidade** pode oferecer benefícios que vão além de melhores oportunidades de trabalho. Ela também permite o resgate da **autoestima**, a construção de novos **laços sociais** e até mesmo **previne doenças** que levam à demência.

Na mesma direção, em tempos atuais, o mercado de trabalho exige redimensionar a própria formação, de modo que a discussão acerca da identidade “trabalhador” precisa ser matizada por outros aspectos da vida, tais como a religiosidade, a família, a participação social etc. Para tanto, é inegável a importância do bem-estar físico e mental para o pleno desenvolvimento de atividades cotidianas, sejam elas coletivas ou individuais, inclusive o estudo e o trabalho.

O conceito de saúde mental deve envolver o homem no seu todo biopsicossocial, o contexto social em que está inserido, assim como a fase de desenvolvimento em que se encontra. Neste sentido, pode-se considerar a saúde mental como um equilíbrio dinâmico que resulta da interação do indivíduo com os seus vários aspectos e condições gerais de vida: individual, familiar, social, profissional, financeiro, estudos.

Considerando essa abordagem, a saúde mental deixou de ser a ausência de doença, problemas mentais e psíquicos, para abranger a percepção e a consciência dos mesmos, e a possibilidade pessoal e/ou coletiva de os solucionar, de os modificar, de intervir sobre eles. Por isso, o processo de cuidado da saúde mental deve valorizar os espaços de convívio e socialização.

Pesquisas revelam que alunos da EJA têm carência de informações sobre saúde mental. Não identificar problemas mentais é um dos principais obstáculos enfrentados para promover o acesso à assistência eficaz, uma vez que impede a admissão precoce aos cuidados necessários por parte dos jovens.

Por outro lado, muitos estudos também comprovam que a execução de atividades intervencionistas no âmbito escolar representa um impacto significativo na promoção da saúde mental dos estudantes que compõem o programa EJA. Lembrando que a prevenção primária na saúde mental deve ser estabelecida por meio de uma abordagem educativa e reguladora, com o objetivo de evitar hábitos que possam favorecer o aparecimento de alguns transtornos mentais.

Diante dessas evidências, as psicólogas do Programa Saúde Escolar

(PSE) da Secretaria Municipal de Saúde da Prefeitura de Uberlândia realizaram uma intervenção educativa na Escola Municipal Prof. Leôncio do Carmo Chaves com turmas da EJA (Educação de Jovens e Adultos) e do PNAJA (Programa Nacional de Alfabetização de Jovens Adultos), conforme demanda apresentada pela própria direção da escola e do Agente Saúde Escolar (ASE). As atividades foram realizadas no período noturno, utilizando o próprio horário e espaço de aula dos alunos. O tema abordado foi "Rodas de Conversa sobre Saúde Mental".

Essa ação visa contribuir com a construção de conhecimento sobre o conceito e as várias facetas que envolvem a saúde mental, bem como sobre a importância da integralidade de seu cuidado. Afinal, a educação em saúde mental ajuda a reduzir estigmas e melhora o acesso aos serviços.

Para isso, foram planejados dois encontros com atividades lúdicas para abordagem da temática. Basicamente, cada encontro foi organizado para acontecer da seguinte forma:

1) Apresentação: Plaquinha do pensamento – ao som de uma música animada, o grupo foi passando a plaquinha do pensamento, de modo que quando a música parava, os participantes que estavam com a plaquinha se apresentavam e falavam sobre o que sabiam a respeito de saúde mental.

2) Dinâmica Central: Termômetro de Satisfação com a vida/Saúde Mental – as moderadoras levaram para cada participante uma tabela com três colunas – contendo os emoji de tristeza, de confusão e de alegria, simbolizando respectivamente o que está insatisfatório, não tão satisfatório e o que está muito satisfatório – e 6 linhas, representando as várias áreas da vida: familiar, individual, profissional, estudos, financeiro e relacionamentos sociais. Também foi anexado na parede uma cartolina contendo a mesma tabela em tamanho grande para melhor visualização e explicação da atividade. As moderadoras conduziram a dinâmica mostrando na cartolina que os participantes, para cada área da vida, deveriam assinalar com X o emoji que mais representa seu nível de satisfação com vida, sua saúde mental referente a cada aspecto. Cada área foi discutida com todos juntos, uma por vez, trazendo reflexão sobre a satisfação/insatisfação dos participantes nos vários aspectos de suas vidas, e como estão cuidando de sua saúde mental.

3) Palavra-encerramento: para encerrar as atividades, as moderadoras solicitaram que cada participante dissesse, em uma palavra, o que o encontro representou para cada um.

No dia 30/09/2024, as atividades foram realizadas com uma turma do PNAJA e uma da EJA, em 50 minutos com cada uma, abrangendo um total de 23 alunos com faixa etária entre 14 e 68 anos. A primeira turma continha uma quantidade menor de alunos (nove) e com idade mais alta e, talvez por isso, percebemos mais maturidade, interatividade, participação, atenção e, assim, maior aproveitamento nas discussões sobre o tema. Alguns alunos compartilharam, de forma bem emocionada, experiências particulares de suas vidas e famílias.

Na segunda turma, tinham 14 alunos, com faixa etária menor. Os alunos estavam mais apáticos, calados, dispersos e pouco interativos e participativos, com a maioria demonstrando não estar interessada nem envolvida com a atividade proposta. Apenas alguns alunos participaram, compartilhando experiências pessoais com a turma toda a respeito do tema. A maioria estava com conversas paralelas e risadinhas entre pequenos grupos.

No geral, notamos que as duas turmas tinham pouco conhecimento sobre a temática, além da dificuldade de articular frases e de se expressar. As atividades suscitaram discussões, as quais foram enriquecidas pelas opiniões dos estudantes, por alguns esclarecimentos pontuais feitos pelas psicólogas e pela conclusão sobre a importância de se falar e valorizar a saúde mental, na mesma medida em que se fala e se valoriza a saúde física, pois ambas fazem parte de um todo que compõe as pessoas. Por fim, tanto o diretor do turno da noite quanto os alunos agradeceram a presença das psicólogas do PSE e a oportunidade de terem participado de tão importante atividade.

No dia 02/09/2024, utilizando-se da mesma metodologia, as atividades foram realizadas com outras turmas da EJA e do PNAJA, em 50 minutos com cada uma, abrangendo um total de 23 alunos com faixa etária entre 15 e 67 anos. Nas duas turmas, havia uma quantidade menor de alunos e com faixa etária mais alta. No geral, percebemos que a maioria, apesar da simplicidade e pouco conhecimento técnico sobre o assunto, apresentou maturidade, interatividade, participação, interesse, atenção e, assim, um bom aproveitamento nas discussões levantadas. Alguns alunos compartilharam suas experiências particulares e familiares envolvendo a temática.



Considerações Finais:

Nos dias 30/09 e 02/10, foram realizadas rodas de conversa e dinâmicas de grupo sobre Saúde Mental com duas turmas da EJA e do PNAJA, em 50 minutos com cada uma, na Escola Municipal Prof. Leônicio do Carmo Chaves. No total, foram contemplados 46 alunos com faixa etária entre 14 e 68 anos. De modo geral, foi discutido sobre os vários aspectos de vida que a saúde mental engloba, e quão importante é manter o equilíbrio entre eles, cuidando de cada área de nossa vida: familiar, individual, profissional, estudos, financeiro e relacionamentos sociais.

A proposta inicial da intervenção foi discutir com os alunos sobre saúde mental direcionada ao seu dia-a-dia, a respeito do conhecimento que os mesmos têm sobre problemas mentais, ansiedade, nervosismo, entre outros. Os alunos foram bem participativos, citando exemplos do seu ambiente familiar, contando experiências vividas em relação ao tema.

Para o compartilhamento dos conhecimentos, além de se utilizar uma linguagem simples e objetiva, a interação social foi encorajada com a aplicação da atividade lúdica, facilitando a absorção do assunto por meio da aproximação empática e da prática. O desenvolvimento do aspecto lúdico facilita a aprendizagem, o desenvolvimento pessoal, social e cultural, colabora com uma boa saúde mental e prepara para um estado fértil, facilitando, assim, os processos de comunicação, expressão, construção de conhecimento e socialização.

De fato, os encontros foram bem proveitosos, esclarecendo as principais dúvidas relacionadas ao tema e auxiliando na resignificação de crenças e atitudes sobre a saúde mental. De modo geral, os alunos foram bem receptivos e ficaram gratos pela ação realizada. Essas experiências presididas pelo PSE, em diálogo com os pressupostos referenciais dos programas de educação para jovens e adultos, contribuem para a sensibilização de escolas acerca da inclusão de atividades educativas em saúde mental no ensino de jovens e adultos.

Nesse sentido, indicam a necessidade de ampliar seus limites, tendo como horizonte a universalização da educação básica, aliada à formação para o mundo do trabalho, com acolhimento específico a estudantes da EJA com trajetórias escolares descontínuas.

Sendo assim, o que realmente se pretende é a formação humana, possibilitando acesso ao universo humanizador da educação, integrada a uma formação profissional que permita compreender o mundo, compreender-se no mundo e nele atuar na busca de melhoria das próprias condições de vida. A perspectiva precisa ser, portanto, de formação na vida e para a vida, e não apenas de qualificação do mercado ou para ele.

Sugere-se, então, a realização de novas intervenções em saúde mental, envolvendo tanto estudantes da EJA quanto o corpo docente dessa modalidade de ensino.

Referências:

BRASIL. Presidência da República. **Lei 9.394, de 20 de dezembro de 1996**. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. Brasília, DF: [s. n.], 1996. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/Leis/L9394.htm. Acesso em: 16 dez. 2024.

MOREIRA, A. L.; FARIAS, A. B. S.; ROMANO, R. N.; SANTOS, F. M. M.; SOUZA, A. R. F. Reflexões sobre saúde mental na escola: uma experiência com alunos do EJA. In: **CONGRESSO NACIONAL DE PESQUISA E ENSINO EM CIÊNCIAS CONAPESC**, IV, 2019, Santa Teresinha-PB.

OLIVEIRA, F. B.; COSTA, A. L.; ARAUJO, D. A. M.; CARVALHO, J. A. R.; SILVA, M. M. S.; SILVA, P. et al. Promoção da saúde mental de jovens e adultos: ações extensionistas. **Revista de Enfermagem UFPE on line**, v. 15, n. 1, p. 1-10, jan. 2021.

Colaboradores:

Sérgio Vieira de Queiroz – Coordenador do Programa Saúde Escolar

Clarissa O. Macedo Acerbi – Psicóloga

Elisa Rodrigues da Silva – Psicóloga

Revisão:

Elaize Maria Gomes de Paula – Coordenadora da Vigilância Epidemiológica (VIGEP)

Rejane da Silva Melo – Medica Veterinária