



**SAÚDE MENTAL
NA ESCOLA**

**PRECISAMOS
CONTINUAR
FALANDO
SOBRE ISSO**

Edição II



**Assembleia
Legislativa**

Estado do Rio Grande do Sul

ISSUR
DEPUTADO ESTADUAL - RS

A pandemia da covid-19 causou implicações em diversas áreas da sociedade, principalmente na Educação, acarretando grandes transformações no individual e no coletivo.

A suspensão das aulas presenciais e o isolamento social trouxeram à escola uma sobrecarga emocional, agravando nos estudantes e professores problemas como depressão, ansiedade, pânico e fobias.

Acontecimentos globais exigiram mudanças repentinas e alterações na rotina da comunidade escolar.



Edição II

SAÚDE MENTAL NA ESCOLA PRECISAMOS CONTINUAR FALANDO SOBRE ISSO

Setembro de 2021
EXPEDIENTE

*Produzido pelo gabinete do deputado estadual Issur Koch.

Textos:

Denise Dutra
Gustavo Rubert
Helenise Juchem

Revisão:

Gustavo Rubert
Luana Wasgem
Lutiene Cobalchini
Mário Selbach

Apoio Técnico:

Pablo Rodrigues
Mariana Bandeira

Projeto Gráfico:

Daniel Hanauer

Imagens:

freepik.com
rawphotos.com
unsplash.com

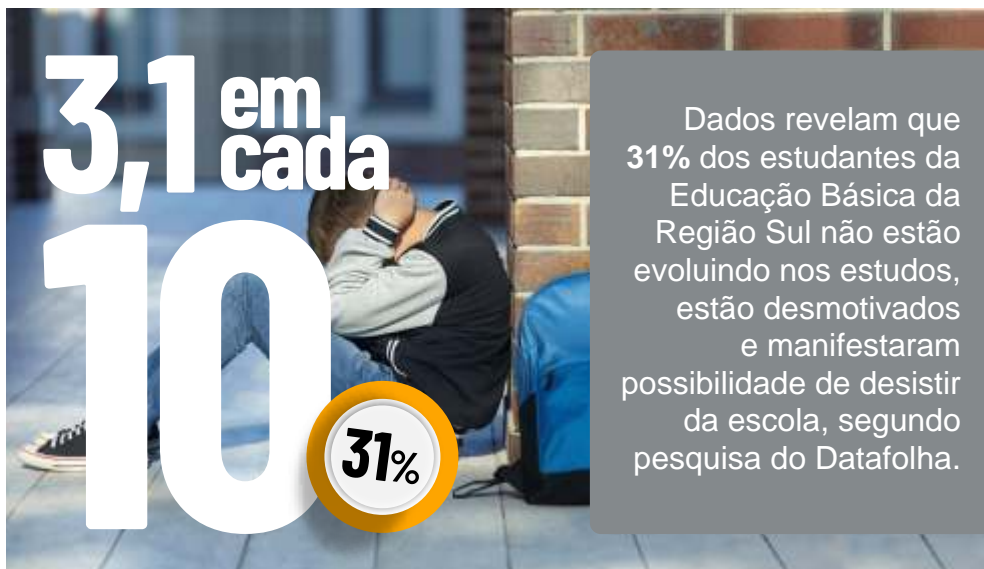
O QUE ESTÁ ACONTECENDO NO CONTEXTO ESCOLAR?

A adaptação obrigatória ao ensino remoto em curto espaço de tempo desencadeou situações estressantes para todos.

A falta de estrutura somou-se à dificuldade de aprendizagem por parte de estudantes e a excessiva carga horária de professores, com novos desafios para a Educação.

Cada estudante reage de maneira diferente, dependendo de sua história, contexto familiar e meio social. Todos precisam ser ouvidos e acolhidos.





Dados revelam que **31%** dos estudantes da Educação Básica da Região Sul não estão evoluindo nos estudos, estão desmotivados e manifestaram possibilidade de desistir da escola, segundo pesquisa do Datafolha.

Uma pesquisa realizada pela Coordenação Estadual de Saúde Mental da Secretaria de Saúde (SES) apontou aumento da busca por atendimento em saúde mental nos postos de saúde e nos serviços de atenção especializada.

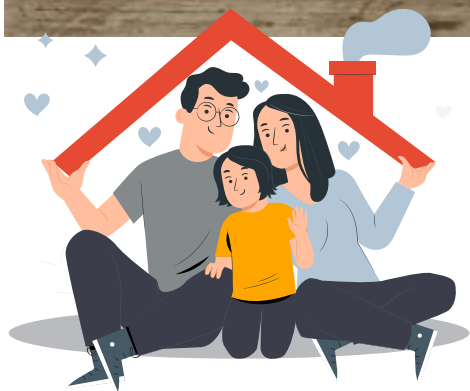
No Brasil, segundo o Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada (IPEA), apenas **26%** dos estudantes contam com boa conexão à internet. Outros **40%** não tiveram acesso às aulas remotas em 2020.

Dados da UNICEF indicam que **4,8 milhões** de crianças e adolescentes, de 9 a 17 anos (17% da população nesta faixa etária), vivem em domicílios sem acesso à internet no Brasil.

Fonte: TIC Kids Online 2019



Considerando que os jovens passam a maior parte do tempo com a família e a escola, estes núcleos são responsáveis e desempenham importante papel na promoção da saúde mental.



Em relação à saúde mental, a família é protagonista, exercendo forte impacto no comportamento de seus integrantes.

É FUNDAMENTAL QUE A ESCOLA ESTEJA PREPARADA PARA:

Reconhecer os sinais ou alterações nos alunos

Fazer a abordagem necessária

Dar o encaminhamento adequado



O governo também tem papel fundamental, cabendo aos gestores assegurar condições básicas por meio de políticas públicas permanentes.

UM NOVO ELEMENTO

Todos os pontos de atenção se voltaram à Educação remota, mas mais um elemento se soma a esse cenário: o cyberbullying. Termo de origem inglesa, utilizado para caracterizar a prática agressiva de intimidações e perseguições na internet.

Se o caso não for descoberto e os traumas não forem tratados, as vítimas de cyberbullying podem carregar sintomas de sofrimento, angústia e tristeza pelo resto de suas vidas.



Cyberbullying



Acesse o
QR Code
e baixe a versão
digital da cartilha.
Compartilhe!

É LEI NO RIO GRANDE DO SUL

O deputado Issur Koch é autor da Lei 15.628, que institui a **Semana Estadual de Promoção da Saúde Mental na Escola** na segunda semana de outubro, dedicada a promover eventos, palestras e campanhas, incluindo o tema nos conteúdos escolares com o objetivo de gerar reflexão e conscientização.



LEI FEDERAL DEVE SER APLICADA

É imprescindível a aplicação pelos estados da Lei Federal 13.935, sancionada em 2019, que dispõe sobre a prestação de serviços de psicologia e serviço social nas redes públicas de ensino.

A escola é o lugar onde identificamos as principais mudanças de comportamento

nos estudantes. Assim, é fundamental que esteja preparada para reconhecer sinais, fazer a abordagem necessária e o encaminhamento adequado, como: prestar atenção, ouvir, conversar com o estudante e/ou junto da família, buscar a rede de saúde.

NOVA REALIDADE X ENSINO REMOTO

Segundo pesquisa recente realizada pelo Instituto Datafolha, em junho de 2021, no Brasil **64%** dos estudantes das escolas públicas estão ansiosos, **45%** irritados e **37%** estão tristes com a rotina de estudos remotos.



COMO DESENVOLVER UMA PROTEÇÃO EFICAZ?

NA FAMÍLIA

INCENTIVAR:

Comunicação

Autoconfiança

Senso de pertencimento

Fortalecimento da autoestima

Expressão das emoções

NA ESCOLA

PROPORCIONAR:

Encontros em pequenos grupos para trocas de experiências

Criação de atividades culturais para reinventar a expressão de afetividade

Formação de multiplicadores para discutir conteúdos de interesse da escola

EMPATIA:

"Saber se colocar no lugar do outro. Ouvir e compreender situações"



#para_ discutir_e _desenrolar

**A Educação
nunca mais
será igual.**

**Escolas
oferecerão ensino
híbrido - presencial
e virtual.**

**Professores
e estudantes
acumularam
desafios.**

**Grandes mudanças
no estilo de vida
ampliam as doenças
de ordem mental.**

**Cada um pode
estudar o
que precisar.**

**Estudar offline e
online será normal.**

DICAS PARA CUIDAR DA SAÚDE MENTAL



Focar a atenção
nas prioridades

Criar uma rotina de trabalho

Saber dividir as dificuldades

Praticar exercícios físicos

Manter rotina
saudável de sono

Ter alimentação saudável

Cuidar dos outros
também faz bem

Manter contato com
familiares e amigos
frequentemente

Auxiliar as crianças a se
expressarem através de
atividades criativas e lúdicas

Procurar ajuda especializada,
quando necessário

Obter equilíbrio entre
trabalho e vida pessoal

Reservar períodos para lazer

EDUCAÇÃO INCLUSIVA



Efeitos e Consequências

O período de isolamento social e o contexto da pandemia afetam de maneira desproporcional os estudantes com deficiência, considerados os mais vulneráveis. Eles não entendem o porquê do isolamento, ampliando a sensação do não pertencimento, causando impacto na saúde mental.

É muito importante que as famílias conversem com seus filhos e expliquem o que está acontecendo de maneira simples e compreensível.

A escola precisa cuidar de cada estudante, tanto no aspecto intelectual como nas habilidades sociais.

**"A educação inclusiva
não pode tornar todos
estudantes iguais.
Deve respeitar e
valorizar as diferenças".**



Referências Bibliográficas

1. Brasil: Ministério da Saúde

Programa Saúde na Escola

<https://aps.saude.gov.br/ape/pse>

2. Governo do Estado do Rio Grande do Sul Secretaria da Educação.

Comissão interna de Prevenção de Acidentes e Violência Escolar.

<https://cipave.rs.gov.br/inicial>

3. Governo do Estado do Rio Grande do Sul Secretaria Estadual da Saúde.

Política Estadual de Práticas Integrativas e Complementares.

<https://atencaobasica.saude.rs.gov.br>

4. Mental Health Foundation

Impacts of Lockdown on the Mental Health of children and young people 2020.

<https://www.mentalhealth.org.uk>

5. UNICEF

Busca Ativa Escolar em Crises e Emergências 2020

<https://buscaativaescolar.org.br/criseseemergencias/>

6. Observatório Nacional da Família

O Papel da Família na Promoção da Saúde Mental

7. Pesquisa C6 Bank e Datafolha

Estudante e os efeitos da pandemia.

Onde buscar ajuda:

Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) ou Unidade de Saúde Básica mais próxima (UBS).

Conselho Tutelar
(Atende crianças e adolescentes e presta aconselhamento aos pais).

Portal do Ministério da Saúde.

Portal da ASEC - Associação pela Saúde Emocional de Crianças.

Sistema Único de Assistência Social.

SAMU - 192

<https://podefalar.org.br>



COMO VAIOCÊ?
LIGUE 188

Contato, dúvidas ou sugestões:

Aponte a câmera do celular para o QR Code e acesse nossos canais digitais



-  (51) 3210.1952
-  (51) 99642.8135 - Whatsapp
-  professor.issurkoch@al.rs.gov.br
-  /deputadoissur
-  @oissur
-  @issurkoch
-  www.issur.com.br

ISSUR
DEPUTADO ESTADUAL - RS

