



## ATOS EDUCATIVOS PARA O EMPODERAMENTO DE ADOLESCENTES ACERCA DA DEPRESSÃO

Danilo Paulo Lima da Silva<sup>1</sup>, Marcelo Costa Fernandes <sup>2</sup>

### RESUMO

O estudo teve como objetivo identificar as principais problemáticas vivenciadas por adolescentes que desencadeiam os transtornos depressivos. O Estudo se caracteriza como descritivo com abordagem qualitativa mediado pela pesquisa-ação, realizado com adolescentes matriculados no terceiro ano do ensino médio de uma Escola de Ensino Médio e Técnico situada na Cidade de Cajazeiras, sertão paraibano. A coleta e organização dos dados deu-se por meio de entrevistas individuais gravadas e transcritas e após analisadas tendo como técnica de análise dos dados o Discurso do Sujeito Coletivo. O presente trabalho foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Centro de Formação de Professores da Universidade Federal de Campina Grande. A depressão figura na atualidade como um grave problema de saúde pública que influencia múltiplos aspectos da vida dos indivíduos desde a variação de humor e emoções até o suicídio. Percebe-se a relevância das discussões sobre depressão e o papel dos variados fatores geradores do sofrimento mental presentes no processo do adolescer e cotidianamente vivenciados pelos adolescentes, como também se verifica a necessidade de estudos pautados em metodologias com abordagem social, que visem transformar a realidade objetiva dos indivíduos, empoderando-os e possibilitando a adoção de atitudes positivas frente a eventos adversos.

**Palavras-chave:** Depressão, Adolescente, Educação em Saúde.

---

<sup>1</sup>Graduando em Enfermagem, Unidade acadêmica de Enfermagem, UFCG, Cajazeiras, PB, e-mail: danilo.paulo.lima@outlook.com

<sup>2</sup>Doutorado-UECE, professor e coordenador do curso de Enfermagem, Unidade Acadêmica de Enfermagem, UFCG, Cajazeiras, PB, e-mail: celo\_cf@gmail.com



## ATOS EDUCATIVOS PARA O EMPODERAMENTO DE ADOLESCENTES ACERCA DA DEPRESSÃO

### ABSTRACT

The study aimed to identify the main problems experienced by adolescents that trigger depressive disorders. The study is characterized as descriptive with a qualitative approach mediated by research-action, conducted with adolescents enrolled in the third year of high school at a high school and technical school located in the city of cajazeiras, sertão paraibano. Data collection and organization took place through recorded and transcribed individual interviews and then analyzed using the collective subject discourse as the data analysis technique. This study was submitted and approved by the research ethics committee of the teacher training center of the federal university of campina grande. Depression is currently a serious public health problem that influences multiple aspects of individuals' lives ranging from mood swings and emotions to suicide. The relevance of the discussions about depression and the role of the various factors that generate mental distress present in the adolescent process and daily experienced by adolescents are observed, as well as the need for studies based on methodologies with a social approach aimed at transforming reality. Individuals, empowering them and enabling the adoption of positive attitudes towards adverse events.

**Keywords:** Depression, Adolescent, Health Education.



## INTRODUÇÃO

O crescente número de adolescentes em sofrimento mental, em especial aqueles acometidos por transtornos depressivos, e o aumento do temor destes indivíduos frente a múltiplas problemáticas sociais, demandam uma abordagem transformada acerca da investigação científica, que possa se fazer transdisciplinar e permita a partir de seu desenvolvimento uma contribuição mútua que objetive a compreensão e ressignificação de saberes prévios e o empoderamento dos sujeitos acerca do contexto no qual estão inseridos.

A metodologia da pesquisa-ação surge em um contexto de identificação da necessidade de investigações que perpassem a mera descrição da realidade e passem a interagir e intervir nestas de maneira significativa. Baseando-se em um levantamento de problemáticas fidedigno e resultando em ações propositivas e relevantes para a melhoria da realidade objetiva dos sujeitos.

A adolescência pode ser entendida como uma fase na qual as relações interpessoais apresentam grande relevância. Os relacionamentos e vínculos constituídos com familiares passam a ter um significado diferente daquele atribuído na infância (CAMPOS; PRETTE; PRETTE, 2014). Além disso, uma gama de fatores biopsicossociais passa a influir sobre o adolescer. As mudanças e experimentações ocorridas provocam sentimentos variados, associados a perda de seus padrões estabelecidos ainda na infância, consolidando a adolescência como um período de formação. Dessa maneira, o sujeito passa a viver em um estágio fluido de estruturação, buscando espaços de suporte que sustentem a construção de sua identidade (BIAZUS; RAMIRES, 2012).

Desta dinâmica de auto compreensão e autodescoberta, podem surgir diversas problemáticas geradoras de sofrimento mental e estas podem se desenvolver em transtornos depressivos. A conceituação dos transtornos depressivos se faz perante uma ampla verificação de características relacionadas ao humor triste, sentimento de vazio ou irritabilidade acentuada comumente acompanhado de alterações que afetam de forma significativa a qualidade de vida e o desempenho de atividades do indivíduo (APA, 2014). Essa definição evidencia o caráter limitador que a doença traz para a vida do adolescente, mesclam-se a ela o ritmo acelerado de mudanças hormonais, relacionais e situacionais que este



indivíduo vivencia, condicionando esta como uma fase repleta de vulnerabilidades e passível de atenção particular.

A pesquisa qualitativa em saúde surge em uma perspectiva de transformação, pois objetiva a partir destas vulnerabilidades e multidimensionalidade do processo saúde/doença nos adolescentes ampliar o escopo de análises para além de dados estritamente estatísticos compreendendo como relevantes os aspectos subjetivos inerentes aos participantes do processo investigativo, evidenciando a interação pesquisador-pesquisado como fundamental no planejamento de ações resolutivas e impactantes.

A metodologia da pesquisa-ação instrumentaliza esse processo de construção de saberes de forma a propiciar um caminho de consolidação de práticas fundamentado na realidade objetiva e abordando a transversalidade de temáticas colocando sob holofotes problemáticas percebidas como principais e urgentes para o público-alvo da investigação, possibilitando uma reflexão ampliada e significativa.

Desta forma, este trabalho teve como objetivo identificar as principais problemáticas vivenciadas por adolescentes que desencadeiam os transtornos depressivos.

## **MATERIAIS E MÉTODOS**

Estudo descritivo com abordagem qualitativa mediado pela pesquisa-ação no modelo metodológico de Thiollent (2011) que compreende três principais fases a saber o diagnóstico situacional, o seminário e a divulgação de resultados. Este estudo foi realizado com 17 adolescentes matriculados no terceiro ano do ensino médio de uma Escola de Ensino Médio e Técnico situada na Cidade de Cajazeiras, sertão paraibano, no transcorrer do ano de 2018. Após reunião com a coordenação e diretoria da escola foram expostos em sala de aula os objetivos da pesquisa culminando com o convite aos interessados a participarem da mesma. Este público foi escolhido devido à proximidade do ingresso no mercado de trabalho e a pressão que os mesmos vivenciam para a aprovação em vestibulares, seu ingresso iminente na vida adulta e a maior autonomia que estes apresentam ainda na adolescência, fatores condicionantes para o sofrimento mental.



A Coleta e organização dos dados deu-se por meio de entrevistas individuais gravadas e transcritas para posterior análise, norteada por meio de um roteiro semiestruturado construído com questões discursivas que permitissem a livre expressão dos participantes objetivando assim evidenciar as percepções destes acerca da depressão e posteriormente elencar problemáticas tidas pela amostra como relevantes e objeto de intervenções a posteriori. As entrevistas foram colhidas em lugar reservado e silencioso de forma a propiciar conforto e privacidade aos participantes.

Foram considerados como critérios de escolha da amostra para inclusão estar regularmente matriculados no terceiro ano do ensino médio e como exclusão, não manifestar interesse em participar do estudo, observando também a técnica de saturação teórica, de acordo com Nascimento (2018), a saturação teórica pode ser definida como o momento em que nenhum novo elemento é encontrado e o acréscimo de novas informações deixa de ser necessário, pois não altera de forma significativa a compreensão do fenômeno estudado, ou seja, quando observada a repetição de discursos sem agregação de novas informações ou conteúdos a coleta foi suspensa.

Utilizou-se para análise dos dados o Discurso do Sujeito Coletivo (DSC), O DSC viabiliza a expressão do pensamento de uma coletividade, por meio da agregação das ponderações com sentidos similares contidas em diferentes depoimentos, formando um depoimento representativo da ideia do grupo. O DSC pode ser entendido como um discurso-síntese redigido na primeira pessoa do singular e composto pelas expressões chaves (ECH) que apontam as ideias centrais (IC) semelhantes agrupadas formando uma categoria, tal processo metodológico é salutar pois almeja extrair do discurso dos sujeitos o significado social e subjetivo apresentado ao longo da discursividade (LEFÈVRE; LEFÈVRE, 2014; LEFÈVRE; LEFÈVRE, 2005).

Os dados das entrevistas foram transcritos e analisados objetivando encontrar nos discursos problemáticas observadas no contexto da coletividade que interferem no desenvolvimento da depressão. Dessa forma encontrando ideias-chaves representativas do entendimento do grupo acerca do tema, construindo a partir destas ideias categorias de análise.



O presente estudo foi submetido ao Comitê de Ética e Pesquisa do Centro de Formação de Professores da Universidade Federal de Campina Grande sendo aprovado sob o parecer nº2.606.394 de 18 de abril de 2018. As etapas da pesquisa observaram os princípios éticos preconizados pela Resolução 510/2016 do Conselho Nacional de Saúde, que se direciona a pesquisas em Ciências Humanas e Sociais, reconhecendo a liberdade e autonomia dos pesquisados, respeitando os valores culturais, sociais, morais e religiosos dos mesmos e garantindo a confidencialidade das informações colhidas através de anonimização dos dados, bem como da privacidade dos participantes e da proteção de sua identidade. (BRASIL, 2016). A coleta dos dados se iniciou a partir do entendimento dos termos. Os participantes receberam orientações e esclarecimentos acerca dos objetivos, natureza, métodos e benefícios envolvidos na pesquisa e em concordância assinaram o Termo de Assentimento e o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

## DESENVOLVIMENTO

Este estudo calca-se nos fundamentos da pesquisa social aplicada ao levantamento de problemáticas em saúde e busca a partir desta interface propor ações resolutivas e socialmente relevantes para os pesquisados assumindo uma postura crítica acerca da temática depressão. Desta forma, serão apresentados a seguir os DSC dos relatos dos participantes do estudo.

## RESULTADOS E DISCUSSÕES

### Temática 1 – O experienciar da depressão pelo adolescente

#### Tabela 01 – Categoria e número de participantes da temática 01.

Cajazeiras-PB, 2019.

| Categories   | Nº de adolescentes |
|--|--------------------|
| Categoria 01 – A dualidade envolta da depressão: implicações na mente e no corpo | 07                 |



### **Categoria 01 – A dualidade envolta da depressão: implicações na mente e no corpo**

A primeira categoria revela a multidimensionalidade envolta na depressão, depreende-se que a mesma se configura como uma doença psicossomática com expressões para além do aspecto psicológico.

*DSC01: A depressão é uma doença mental, de cunho psicológico e biológico, no qual há disfunções no organismo e na produção de hormônios da felicidade. Desse modo, essa condição patológica envolve tanto o emocional quanto o físico. Você entra em um estado de tristeza muito grande e não consegue tipo raciocinar direito, dentro da sua cabeça você gera motivos que não condizem com o real e a tristeza se prolonga, só que é tão grande que vai além do seu psicológico, que afeta o seu físico, podendo ser prejudicial em todas as áreas, no ramo educativo, na escola seu rendimento ser menor do que de outro colega, na saúde tipo pra você se alimentar, pra você fazer uma atividade, e por isso, ao contrário do que muitas pessoas pensam, não é só besteira e necessita ser tratada o mais antes possível.*

É possível perceber que o discurso apresentado pelos adolescentes está intimamente atrelado a descrever a depressão como uma doença predominantemente marcada pela tristeza, que irradia para os mais variados contextos da vida deste indivíduo, prejudicando a realização das suas atividades cotidianas e impactando negativamente em sua qualidade de vida.

A APA (2014), caracteriza o transtorno depressivo maior em episódios de alteração de afeto, cognição e funções neurovegetativas, existindo a prevalência do humor deprimido a maior parte do tempo, comumente manifestando a perda de interesse ou prazer em executar as atividades antes realizadas na rotina do indivíduos, incidência de episódio de insônia e/ou perturbação do sono, diminuição no estímulo e atividade psicomotora, e a redução progressiva do apetite provocando



alterações no peso do indivíduo e levando a quadros de subnutrição ou mesmo inanição.

Entretanto, o sentimento de tristeza não é o único sentimento presente na depressão, a doença pode ser descrita como sentimento de vazio, negação da vida e mesmo a adoção de comportamentos de risco a exemplo do consumo exacerbado de bebidas alcoólicas e drogas psicoativas. Na literatura é comum identificar queixas sobre manifestações corporais dos transtornos depressivos, tais como dores e tremores.

O adolescente por vivenciar uma fase de descobertas e mudanças e ao mesmo tempo começa a entrar no universo adulto, neste recebendo uma gama de pressões sociais que ligadas aos demais dilemas emocionais influenciam diversas alterações de comportamento, e o surgimento da depressão, manifesta a doença com acréscimo de sentimentos relacionados à apatia, desesperança e quando não diagnosticada de forma precoce e tratada de forma correta podem levar a ideações e tentativas de suicídio e automutilação (TEIXEIRA FILHO; RONDRINI, 2012; DIAZ RODRIGUEZ; GONZALEZ RAMIREZ, 2014).

A depressão figura na atualidade como um grave problema de saúde pública que influencia múltiplos aspectos da vida dos indivíduos desde a variação de humor e emoções até o suicídio. Dependendo de sua gravidade, a doença causa danos e sofrimentos que imprimem marcas permanentes na estrutura psíquica destes e atinge a rotina escolar, o trabalho e definitivamente o ambiente familiar (OMS, 2018).

Pode-se notar que o DSC01 não menciona o suicídio como uma complicação decorrente do sofrimento mental provocado pela doença, acredita-se que esta informação tenha sido suprimida pois existem tabus sobre o tema suicídio e esta problemática não é debatida com a devida atenção nos espaços de educação e saúde. No entanto o pensamento suicida é comum em indivíduos acometidos, que passam a compreender devido ao sofrimento psíquico que passam, a morte como uma libertação deste sentimento e buscam ativamente formas de alcançá-la sinais como a automutilação apresentam indícios destes pensamentos. Os motivos que podem levar alguém ao desejo de suicídio são muitos e requerem a atenção particular em cada caso devido sua íntima relação com a subjetividade destes sujeitos, citam-se a desistência frente às dificuldades vistas como insuperáveis, a



urgência em pôr fim ao sofrimento vivenciado, ao fato de se verem como um fardo e a quase total inabilidade em perceber prazer na própria vida (APA, 2014).

A partir do exposto é possível atentar que a depressão se manifesta de forma avassaladora na vida dos indivíduos. Além de atingir diretamente os aspectos emocionais/relacionais atua nos sentimentos e na percepção subjetiva do sujeito, e está intrinsecamente relacionada ao aspecto físico, provocando alterações no desenvolvimento das atividades cotidianas, nas rotinas e levando progressivamente ao surgimento de demais problemas interligados a mente e ao corpo, limitando e incapacitando os acometidos.

## **Temática 2 – As dificuldades experienciadas no cotidiano do adolescente: fagulhas que inflamam o surgimento do sofrimento mental**

**Tabela 02 – Categoria e número de participantes da temática 02.  
Cajazeiras-PB, 2019.**

| <b>Categorias</b>   | <b>Nº de adolescentes</b> |
|---|---------------------------|
| Categoria 02 – Obstáculos no vivenciar do ambiente escolar como geradoras de angústias nos adolescentes | 06                        |
| Categoria 03 – O bullying velado nas brincadeiras   | 04                        |

### **Categoria 02 – Obstáculos no vivenciar do ambiente escolar como geradoras de angústias nos adolescentes**

*DSC02: Aqui na escola eu vejo muitos alunos se torturando mesmo, porque tipo, por exemplo, não consegue tirar boas notas, não consegue atingir o objetivo, é muito difícil se adaptar a uma questão acadêmica, porque muito dos conteúdos são bem complicados, tipo lógico que é ensino médio, parte do aluno assim, se empenhar ou não numa matéria, mas o triste*



*daqui é que você estuda pra uma coisa, você se dedica, fica só estudando, só estudando, só estudando e acaba esquecendo de outras coisas que são mais importantes do que só estudar. Você pega na prova e você tenta fazer, não consegue e quando chega a nota ela é baixíssima. Isso faz você ficar triste, porque você realmente estudou, você está se dedicando e você vê seu futuro acabando, assim, e você acha que está, de certa forma, decepcionando seus pais ou então não suprindo as expectativas que você cria pra si mesmo. As discrepâncias de nota são normais, mas como a nossa escola é seletiva, as pessoas que vêm pra cá geralmente são acostumadas com notas altas, mas aqui o nível é bem mais avançado. Então é como uma quebra de expectativas de si mesmo e você acaba se encontrando numa situação tipo “nossa, eu nunca imaginava que eu fosse tirar uma nota tão baixa”, e dá uma sensação de tipo, você não é capaz, e isso pode desencadear sentimentos de depressão.*

O DSC02 relata a dualidade entre alcançar resultados acadêmicos satisfatórios e o quanto isso pode afetar emocionalmente a vida do adolescente ao ponto de surgirem sentimentos depressivos e sofrimento mental.

As problemáticas vivenciadas no âmbito escolar figuram como fatores geradores de estresse e ansiedade em adolescentes de forma significativa. Estes tornam-se promotores de angústias devido o processo exigente de atividades englobadas nos estudos de diferentes disciplinas, na realização de avaliações internas e externas, e no desejo e cobrança de aprovação em vestibulares. Os vestibulares tornam-se uma obsessão por parte destes jovens que se privam de atividades de lazer, e passam a destinar horas estudando, não incluindo em suas atividades momentos de relaxamento e/ou descanso o que acarreta riscos a sua qualidade de vida. Tendo em vista que o pleno desenvolvimento mental e a eficiência do processo de aprendizagem se fazem em consonância com o



planejamento saudável de tempo para lazer, atividades prazerosas e descanso (FARIA; WEBER; TON, 2012).

Estudo realizado por Camargo, Calais e Sartori (2015) aponta níveis elevados de sintomas depressivos em estudantes de diferentes graus e ressalta que a depressão não tem uma única causa definida, sendo, portanto, uma doença multifatorial que deve ser entendida no contexto formativo a partir de uma visão integrada de conhecimentos e práticas educacionais. A partir da reflexão proposta e correlacionando esta à literatura científica percebe-se que a depressão se caracteriza pela sua multicausalidade e multifatorialidade, no entanto, levanta-se um questionamento a respeito da responsabilidade das instituições educadoras e a falta de preocupação destas com aspectos relacionados ao desenvolvimento de competências socioemocionais, o que pode demonstrar a necessidade de análise nas metodologias empregadas, das propostas de ensino e da inserção de metodologias ativas e participativas que permitam maior eficiência no processo ensino-aprendizagem sem que este cause sofrimento mental nos sujeitos (LEÃO; DAYRELL; REIS, 2011).

Outro estudo realizado com graduandos, mostrou que o nível de satisfação com o desempenho acadêmico, a frequência de atividades destinadas ao lazer, a falta de apoio emocional e o estresse são fatores de risco para o desenvolvimento de depressão. Ao utilizar o instrumento nomeado Inventário de Depressão de Beck (do inglês BDI), os pesquisadores quantificaram que os participantes que empregavam de zero a duas horas semanais para a realização de atividades de lazer ou de cunho extracurricular apresentaram mais tendências e sinais relacionados à tristeza, insatisfação pessoal, angústia, estresse e ansiedade quando comparados aos que dedicavam maior quantitativo de horas para essas atividades (CYBULSKI; MANSANI, 2017)

Fica evidente na literatura, bem como no DSC02, a relação dos problemas escolares como possíveis fatores geradores de sofrimento mental e potencializadores para o aparecimento de transtornos depressivos nesse público, fazendo-se fundamental a inserção de atividades voltadas a promoção de saúde mental.

### **Categoria 03 – O *bullying* velado nas brincadeiras**



DSC03: *A questão de bullying eu já sofri muito por eu não se enquadrar no padrão da sociedade, porque querendo ou não sempre rola brincadeiras chatas que um determinado aluno não gosta, aí falam: “ah, você não tem senso de humor”, “ah, é um brincadeira”, mas nem todo mundo leva isso como uma brincadeira, vai que leva muito para o sentimental da pessoa e porque nem todo mundo é igual, tem uns que são diferentes, tanto parte por esse negócio de estética, também por identidade sexual, orientação sexual, e a questão da homofobia pode gerar o preconceito. Eu tenho colega que é gay, só que não era “aceito”, era muito criticado e sofreu muito, quase cometeu suicídio.*

No DSC03 percebe-se que *bullying* ainda figura como uma agressão presente na realidade escolar sendo em grande parte mascarado como brincadeiras, comentários e a exclusão do indivíduo do grupo de relacionamentos. Esta violência transforma-se em um acontecimento traumático para o adolescente, que além de estar passando pelas mudanças hormonais e emocionais comuns a esse estágio, atribui novos papéis e significados aos relacionamentos buscando aceitação pelo grupo de convívio.

O termo *bullying* não apresenta uma tradução específica na língua portuguesa. *Bully* vem da língua inglesa e é utilizado para “valentão”, desse modo se traduz *bullying* como “intimidação”. Para Saiz et al. (2019) o *bullying* pode ser definido como uma conduta agressiva intencionada e repetida exercida por indivíduos com alguma relação de convivência e caracterizada por um desequilíbrio de poder e múltiplas formas de violência, que afetam a saúde mental e física das vítimas.

A literatura revela que jovens vítimas de bullying apresentam grandes tendências de desenvolver comportamentos agressivos e isolamento social ou mesmo sentimentos de vingança para com os agressores e outros indivíduos. Cunha et al. (2017), evidenciam a intrínseca relação que existe entre adolescentes



que vivenciaram situações de humilhação e intimidação e desenvolveram sintomas depressivos, ansiedade e estresse em níveis incapacitantes de vida constituindo experiências traumáticas nestes jovens e tornando o desempenho normal de suas atividades diárias impensável (FORLIM; STELKO-PEREIRA; WILLIAMS, 2014).

Adolescentes vítimas de *bullying*, sofrem com os sentimentos negativos que são gerados a partir da experiência traumática. Tais sentimentos tornam-se fatores de risco para o desenvolvimento de transtornos mentais como a depressão e podem envolver: raiva; vergonha; medo e isolamento (SANTOS et al., 2013).

Para Saiz et al. (2019) existem dois principais fatores de proteção contra o *bullying*, o primeiro se refere a fatores pessoais relacionados a competências socioemocionais como a resiliência, e o segundo trata sobre o entorno social e contextual ao qual o adolescente está exposto, os vínculos que este desenvolve e a relações afetivas que o mesmo vivencia.

Segundo a educadora Devis-Rozental (2018), as competências socioemocionais compreendem um amplo espaço de desenvolvimento cognitivo e emocional que auxiliam na melhoria de qualidade de vida de indivíduos a medida que os ajudam a compreender e lidar de forma saudável com as emoções e as relações que os mesmos desenvolvem. Para ela o agressor “bully” é alguém com uma expressão violenta de insegurança e falta de competência de construir relações saudáveis não pautadas na manifestação de poder ou domínio.

Desta forma, por meio do desenvolvimento de competências emocionais é possível lançar bases para o enfrentamento salutar de questões vivenciadas no ambiente escolar e percebidas como geradoras de angustias que perpassam os variados aspectos da vida do adolescente e fundamentam a construção de relacionamentos interpessoais saudáveis e positivos.

### **Temática 3 – Espaços de produção do cuidar ao ser adolescente frente à depressão**

**Tabela 03 – Categoria e número de participantes da temática 03. Cajazeiras-PB, 2019.**

| <b>Categorias</b> | <b>Nº de adolescentes</b> |
|-------------------|---------------------------|
|-------------------|---------------------------|



---

Categoria 04 – Atividades lúdicas  
como estratégias para promoção da  
saúde mental

---

11

**Categoria 04 – Atividades lúdicas como estratégias para promoção da  
saúde mental**

*DSC06: Bom, acho que principalmente atividades de âmbito coletivo que a pessoa tem que se relacionar com as outras, mas não necessariamente uma atividade própria de sala, uma atividade lúdica que ela tenha que se envolver com as pessoas. Acho que gincanas, educação física, uma feira cultural, uma noite de música, um filme que tipo a gente goste, um bairro ter uma festa comunitária, esses eventos para que as pessoas se conhecessem, eu acho que o coletivo sempre é muito importante pra prevenir a depressão e se manter feliz. Eu acho que trazer um texto, por exemplo, com um tema específico pra ser debatido, atividades com a sala em conjunto pra até ter uma convivência melhor entre os alunos, promover mais a questão do conhecimento disso, acho que conta muito também propagandas, a mídia também pode ajudar, redes sociais, tipo um cartaz, falando sobre depressão, como a gente pode ajudar uma pessoa com depressão, poderia até ser tipo, palestras, mas eu acho que não é bem o foco, “ah, eu vou fazer uma palestra sobre depressão e vai sanar tudo, e todo mundo vai interagir com todo mundo e vai tirar a depressão”. Eu acho que as dinâmicas são uma chance da pessoa se sentir mais a vontade pra conversar sobre qualquer assunto que seja, pra não ter aquela visão meio robótica só de palestra, um profissional lá na frente falando, porque as palestras são boas, mas são meio fechadas, tipo o profissional buscar uma maneira*



*mais dinâmica de abordar. Assim, com as dinâmicas seria a melhor maneira para o diálogo, escutar o que a pessoa tem a dizer, é muito importante essa conexão com o outro.*

É notório no discurso dos participantes o desejo e engajamento em atividades educativas que apresentem ludicidade, que se desvinculem da educação bancária e vertical e passem a adotar o uso de jogos, dinâmicas e outras metodologias que permitam a colaboração e participação construtiva, com o intuito de estimular o diálogo e a construção de vínculos.

Segundo Cogo et al. (2016) é fundamental proporcionar ao sujeito a oportunidade de problematizar e praticar seus conhecimentos, no intuito de promover o desenvolvimento de habilidades e preparar o indivíduo para as diversas realidades que irá encontrar, consolidando posturas e respostas eficazes as problemáticas e possibilitando uma maior eficiência no processo ensino-aprendizagem.

Nesta perspectiva, a educação em saúde deve ser baseada em atitudes que promovam o diálogo e se utilizem de abordagens inovadoras, estratégias esclarecedoras que estimulem a ampliação e ressignificação de saberes prévios. O seguimento das ações educativas com a reintegração de assuntos já abordados mostra-se relevante para a construção do conhecimento, e sua atualização repetidas vezes. Tendo o facilitador/profissional o papel de orientar de forma criativa e reflexiva (SILVA et al., 2018).

Existem múltiplas dificuldades encontradas pelos profissionais de saúde para o desenvolvimento de ações de cunho educativo, destacando a falta de valorização e planejamento para as suas realizações, que quando unido ao desconhecimento do caminho pedagógico objetivado, tem prejudicado a eficácia destas atividades.

Os participantes demonstram desejo por atividades que promovam a melhora do diálogo entre os envolvidos, desse modo fica explícita a importância de ações educativas que envolvam atividades transformadoras que visem a ludicidade como meio para atingir a reflexão, e que sejam capazes de ressignificar e sensibilizar a compreensão dos adolescentes acerca da depressão e de outros geradores de



sofrimento mental fomentando a construção de novos saberes de maneira interativa, significativa, socialmente relevante e pautada na realidade objetiva dos indivíduos.

## CONCLUSÃO

Diante do apresentado pelo estudo percebe-se a relevância das discussões sobre depressão e o papel dos variados fatores geradores do sofrimento mental presentes no processo do adolecer e cotidianamente vivenciados pelos adolescentes, configurando a depressão como um problema de saúde pública cujo o enfrentamento deve ser assumido pelos entes públicos, pela família e pelos profissionais e estudantes da enfermagem e outros campos da saúde.

Depreende-se também o papel do fortalecimento de vínculos como forma de enfrentamento salutar da depressão a partir do desenvolvimento de competências socioemocionais. É notório o caráter multicausal da depressão e, portanto, vinculado a esta outras problemáticas devem ser combatidas, muitas dessas associadas ao baixo nível de inteligência emocional e relações interpessoais negativas ou deletérias.

No decorrer da pesquisa ficou evidente a importância de ações educativas voltadas a temática e a necessidade de uma abordagem diferenciada calcada na reflexão crítica acerca dos assuntos e que propicie a colaboração entre os indivíduos permitindo a estes um lugar de expressão e debate que respeite seus posicionamentos e permita a construção e ressignificação de saberes destes sujeitos.

Também se verifica a necessidade de estudos como este fundamentados em metodologias que busquem melhorar a realidade objetiva dos indivíduos, e que pautada na cientificidade permita o empoderamento de sujeitos acerca de diversas temáticas e leve em consideração o contexto em que este sujeito está inserido, transformando condutas e possibilitando a adoção de atitudes positivas frente a eventos adversos.

## AGRADECIMENTOS

O presente trabalho foi realizado com apoio do CNPq, Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico – Brasil. PIBIC/CNPq-UFPA.



## REFERÊNCIAS

- AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). **Manual Diagnóstico e Estatístico dos Transtornos Mentais – DSM-5**. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- BRASIL. Conselho Nacional de Saúde (Brasil). **Resolução nº 510, de 07 de Abril de 2016**. Brasília, 2016. Disponível em: <<http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2016/reso510.pdf>>. Acesso em: 20 ago. 2019.
- BIAZUS, C. B.; RAMIRES, V. R. R. Depressão na adolescência: uma problemática dos vínculos. **Psicol. estud.**, Maringá, v. 17, n. 1, p. 83-91, mar. 2012. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/pe/v17n1/v17n1a09.pdf>>. Acesso em: 25 ago. 2019.
- CAMARGO, V. C. V.; CALAIS, S. L.; SARTORI, M. M. P. Estresse, depressão e percepção de suporte familiar em estudantes de educação profissionalizante. **Estud. psicol.**, v.32, n.4, p.595-604, out./ dez. 2015. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v32n4/0103-166X-estpsi-32-04-00595.pdf>>. Acesso em: 21 ago. 2019.
- CAMPOS, J. R; PRETTE, A. D; PRETTE, Z. A. P. D. Depressão na adolescência: habilidades sociais e variáveis sociodemográficas como fatores de risco/proteção. **Estud. pesqui. psicol. (Impr.)**, v.14, n.2, p. 408-428, maio-ago.2014. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/epp/v14n2/v14n2a03.pdf>>. Acesso em: 22 ago. 2019.
- COGO, A. L. P. et al. Case studies and role play: learning strategies in nursing. **Rev. Bras. Enferm.**, v. 69, n. 6, p. 1163-7, 2016.
- CUNHA, M. I. V. A. et al. Avaliação do impacto de acontecimentos traumáticos na adolescência: validação da Impact of Event Scale-Revised. **Estud. psicol.**, Campinas, v. 34, n.2, p. 249-260, abr. – jun. 2017. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v34n2/0103-166X-estpsi-34-02-00249.pdf>>. Acesso em: 21 ago. 2019.
- CYBULSKI, C. A.; MANSANI, F. P. Análise da depressão, dos fatores de risco para sintomas depressivos e do uso de antidepressivos entre acadêmicos do curso de medicina da Universidade Estadual de Ponta Grossa. **Rev. bras. educ. med.**, Rio de



Janeiro, v.41, n.1, p.92 – 101, 2017. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/rbem/v41n1/1981-5271-rbem-41-1-0092.pdf>>. Acesso em: 22 ago. 2019.

DEVIS-ROZENTAL, C. **Developing Socio-Emotional Intelligence in Higher Education Scholars**. 1. Ed. – Gewerbestrasse: Palgrave Macmillan, 2018.

DIAZ RODRIGUEZ, Cecilia Lourdes; GONZALEZ RAMIREZ, Mónica Teresa. Conductas problema en adolescentes en la ciudad de Monterrey, México. **Enferm. glob.**, Murcia , v. 13, n. 33, p. 1-16, enero 2014. Disponible em: <[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1695-61412014000100001&lng=es&nrm=iso](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412014000100001&lng=es&nrm=iso)>. Acesso em: 22 ago. 2019.

FARIA, R. R.; WEBER, L. N. D.; TON, C. T. O estresse entre vestibulandos e suas relações com a família e a escolha profissional. **Psicol. Argum.**, v. 30, n.68, p. 43 - 52, jan./mar. 2012. Disponível em: <<http://www2.pucpr.br/reol/pb/index.php/pa?dd1=5883&dd99=view&dd98=pb>>. Acesso em: 22 ago. 2019.

FORLIM, B. G.; STELKO-PEREIRA, A. C.; WILLIAMS, L. C. A. Relação entre bullying e sintomas depressivos em estudantes do ensino fundamental. **Estud. Psicol.**, Campinas, v.31, n.3, p.367-375, jul./set. 2014. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/estpsi/v31n3/05.pdf>>. Acesso em: 22 ago. 2019.

LEAO, G.; DAYRELL, J. T.; REIS, J. B. Juventude, projetos de vida e ensino médio. **Educ. Soc.**, Campinas , v. 32, n. 117, p. 1067-1084, Dec. 2011. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0101-73302011000400010&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0101-73302011000400010&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 22 ago. 2019.

LEFÈVRE, F.; LEFÈVRE, A. M. C. **O discurso do sujeito coletivo**: um novo enfoque em pesquisa qualitativa (desdobramentos). Caxias do Sul: Educus, 2005.

LEFÈVRE, F.; LEFÈVRE, A. M. C. Discurso do sujeito coletivo: representações sociais e intervenções comunicativas. **Texto & contexto enferm.**, Florianópolis, v.23, n. 2, p. 502-507, abr/jun. 2014. Disponível em: <[http://www.scielo.br/pdf/tce/v23n2/pt\\_0104-0707-tce-23-02-00502.pdf](http://www.scielo.br/pdf/tce/v23n2/pt_0104-0707-tce-23-02-00502.pdf)>. Acesso em: 25 ago. 2019.



NASCIMENTO, L. C. N., et al. Theoretical saturation in qualitative research: na experience report in interview with schoolchildren. **Rev Bras Enferm** [Internet]. 2018,v. 71, n.1, p. 228-33.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Depresión. Ginebra: Organización Mundial de la Salud**, 2018. Disponível em: < <http://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/depression>>. Acesso em 20 ago. 2019.

SAIZ, M. J. S. et al. **Factores personales y sociales que protegen frente a la victimización por bullying. Enferm. glob.**, Murcia, n. 54, p. 1-12, Abril 2019. Disponível em: <<http://dx.doi.org/10.6018/eglobal.18.2.345931>>. Acesso em: 22 ago. 2019.

SANTOS, L. C. S. et al. A cultura *bullying* na escola a partir do olhar das vítimas. **Estud. pesqui. psicol. (Impr.)**, Rio de Janeiro, v. 13, n. 1, p. 27-40, 2013. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/epp/v13n1/v13n1a03.pdf>>. Acesso em: 20 ago. 2019.

SILVA, F. B. et al. Intervenção educativa com mães jovens: aquisição de saberes sobre cuidados da criança. **Acta paul. enferm.**, v. 31, n.1, p. 32-38, 2018. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/ape/v31n1/0103-2100-ape-31-01-0032.pdf>>. Acesso em: 24 ago. 2019.

TEIXEIRA FILHO, F. S.; RONDRINI, C. A. Ideações e tentativas de suicídio em adolescentes com práticas sexuais hetero e homoeróticas. **Saúde Soc.**, São Paulo, v.21, n.3, p.651-667, 2012. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-12902012000300011&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0104-12902012000300011&script=sci_abstract&tlng=pt)>. Acesso em: 20 ago. 2019.

THIOLLENT, M. **Metodologia da pesquisa-ação**. 18.ed. – São Paulo: Cortez, 2011.