

Ansiedade no Ensino Médio Integrado: um produto educacional construído junto aos estudantes

*Anxiety in integrated high school: an educational product built with
students*

Recebido: 30/03/2023 | **Revisado:**
03/07/2023 | **Aceito:** 29/07/2024 |
Publicado: 20/22/2024

Weysla Paula Dutra

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9875-1547>

Instituto Federal de Educação, Ciência e
Tecnologia do Acre
e-mail: weysla.lopes@ifac.edu.br

Cledir Araujo Amaral

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7221-5364>

Instituto Federal de Educação, Ciência e
Tecnologia do Acre
e-mail: cledir.amaral@ifac.edu.br

Como citar: DUTRA, W. P.; AMARAL, C. A.
Ansiedade no Ensino Médio Integrado: um
produto educacional construído junto aos
estudantes. **Revista Brasileira da
Educação Profissional e Tecnológica**,
[S.l.], v. 3, n. 24, p.1-18 e15245, nov. 2024.
ISSN 2447-1801. Disponível em: <Endereço
eletronico>.



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 Unported License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Resumo

Este artigo apresenta e discute as contribuições dos estudantes de Ensino Médio Integrado (EMI) na construção de uma proposta de intervenção educacional com foco na ansiedade no Instituto Federal do Acre (IFAC). Os estudantes apontaram a necessidade de um espaço que congregasse além de conhecimentos sobre a ansiedade, com informações técnico-científicas em linguagem voltadas ao público adolescente de modo a subsidiar maior conhecimento para a sua prevenção e enfrentamento. Assim, foi criado o Jovem Ansiedade (Joan), um *site* e aplicativo, que obteve uma avaliação positiva dos discentes e profissionais, configurando-se como uma proposta para a prevenção e enfrentamento da ansiedade por adolescentes do EMI e, potencialmente, por demais estudantes do ensino médio.

Palavras-chave: Ansiedade; Adolescentes; Educação Profissional.

Abstract

This article introduces and discusses the contributions of Integrated High School (EMI, as per its Portuguese acronym) students in the construction of a proposal for an educational intervention focused on anxiety at the Federal Institute of Acre (Ifac, as per its Portuguese acronym). Among other things, students pointed to the need for a space that could bring together not only knowledge about anxiety, but also technical-scientific information in a language directed to the adolescent audience, in order to provide a greater knowledge for its prevention and coping. Accordingly, the Jovem Ansiedade (Joan) was designed, a website and application, obtained a positive evaluation from both students and professionals, configuring itself as a proposal for the prevention and coping of anxiety by EMI adolescents and, potentially, other high school students.

Keywords: Anxiety; Adolescents; Vocational Education.

1 INTRODUÇÃO

O conceito de Promoção da saúde foi oficialmente apresentado pela Organização Mundial de Saúde (1998) e se refere ao “processo de permitir que as pessoas aumentem o controle e melhorem sua saúde”. As ações de promoção da saúde visam estimular o desenvolvimento das potencialidades dos indivíduos no intuito de fortalecer aspectos de vida saudável e bem-estar. Já as condutas de prevenção buscam controlar ou mitigar fatores de riscos que podem levar ao surgimento de uma determinada doença ou problema (Estanislau; Bressan, 2014; Faria; Rodrigues, 2020).

Estanislau e Bressan (2014) citam que tal concepção amplia a visão de saúde e englobam determinantes sociais, culturais e políticos. A OMS pontua os sete princípios da promoção da saúde que são: empoderamento, concepção holística, intersetorialidade, participação social, equidade, sustentabilidade e ações multiestratégicas (World Health Organization, 1988).

A promoção da saúde está prevista na Constituição Federal de 1988, assim como o direito à educação com o objetivo de garantir o pleno desenvolvimento dos cidadãos (Brasil, 1988). A Lei de Diretrizes e Bases da Educação (LDB) traz nesse sentido de formação ampliada a visão de que o ensino médio deverá considerar a formação integral, inclusive observando os aspectos físicos, cognitivos e socioemocionais (Brasil, 1996).

A escola é vista como o espaço privilegiado e estratégico para as ações de promoção da saúde de crianças e adolescentes, principalmente em questões de saúde mental, tendo em vista, suas características de difusão do conhecimento e formação dos indivíduos, bem como a grande quantidade de jovens que reúne e considerando o tempo de permanência deles em seu espaço. (Estanislau; Bressan, 2014).

Os Institutos Federais de Educação, Ciência e Tecnologia tornam-se ambiente ainda mais oportuno considerando a sua visão progressista e suas concepções de criação, tais como: formação humana integral; cidadania; trabalho, ciência, tecnologia e cultura; e trabalho como princípio educativo. Pacheco (2015) assevera uma das atribuições da educação de forma geral é,

além de possibilitar o acesso aos conhecimentos específicos, promover a reflexão crítica sobre os padrões culturais vigentes e as formas de desenvolvimento progressista das forças produtivas, possibilitando o estabelecimento de relações sociais cada vez mais justas e igualitárias. (p. 33).

Amaral *et al.* (2020) reforçam que investir em promoção da saúde mental dos jovens “é investir no presente e no futuro, uma vez que os benefícios de prevenir e promover a saúde mental nos primeiros anos de vida sentir-se-ão no futuro (p. 6)”. A Organização Pan-Americana em Saúde (Opas, 2022) reforça esse entendimento ao frisar que os problemas de saúde mental nos adolescentes, afetam diversas dimensões do cotidiano, como as questões escolares e futuramente, quando não trabalhados podem afetar o trabalho e demais oportunidades prejudicando a vida

adulta. A entidade cita que a ansiedade é a oitava maior causa de incapacidade entre os adolescentes de todo o mundo.

O manuscrito apresenta e discute as sugestões trazidas pelos estudantes do Ensino Médio Integrado (EMI) do Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia do Acre (Ifac), *Campus* Rio Branco no intuito de fomentar a construção de uma proposta de intervenção educacional visando a prevenção e a promoção da saúde mental com foco na ansiedade entre adolescentes.

2 METODOLOGIA

Trata-se de um estudo que empregou a abordagem qualitativa, cujo percurso metodológico utilizou os procedimentos da pesquisa-ação baseados em Thiollent (1986), que considera a pesquisa-ação como:

tipo de pesquisa social com base empírica que é concebida e realizada em estreita associação com uma ação ou com a resolução de um problema coletivo e no qual os pesquisadores e os participantes representativos da situação ou do problema estão envolvidos de modo cooperativo ou participativo (Thiollent, 1986, p. 14)

Para a coleta de dados empregamos as técnicas de grupos focais *online* (GF) em dois momentos, tal prática realiza a junção de um grupo de pessoas para debater a respeito de um tema específico. O aprofundamento se dá na troca e interação entre eles permitindo a imersão em vivências, conhecimentos e crenças permitindo entender processos de construção da realidade (Gatti, 2005).

A análise dos dados foi realizada usando como base no Discurso do Sujeito Coletivo (DSC), que, segundo Figueiredo, Chiari e Goulart (2013), representa um discurso-síntese das manifestações dos participantes reunidos pelo sentido semelhante com base em procedimentos sistemáticos, possibilitando ao pesquisador conhecer pensamento, representações, valores e crenças de uma coletividade.

A pesquisa foi autorizada pelo Comitê de Ética em Pesquisa (CEP). O universo do estudo foi composto pelos estudantes dos três cursos técnicos integrados ao ensino médio do Instituto Federal do Acre, *campus* Rio Branco. Portanto, cerca de 450 alunos, distribuídos nas 14 turmas existentes no ano letivo de 2021, em três séries do ensino médio integrado. A participação dos discentes ocorreu em três momentos: duas rodadas de grupos focais e o preenchimento de formulário virtual para avaliação do Produto Educacional (PE).

A primeira rodada de GF, contou com a participação efetiva de 19 dos 26 selecionados, que foram divididos em quatro grupos e buscou identificar o conhecimento dos discentes a respeito da ansiedade, sua sintomatologia, existência ou não de fatores associados ao ambiente escolar e, por fim, buscar sugestões de como auxiliar na promoção da saúde mental dos discentes com foco na ansiedade. A segunda rodada contou com a participação efetiva de 10 estudantes divididos em dois grupos focais, cujo o objetivo era apresentar a proposta de intervenção educacional oriunda das análises da primeira rodada, bem como, receber propostas de adequação

e alterações. Pontuamos que em ambas as rodadas houve representantes de todos os cursos, bem como, de ambos os sexos.

No terceiro momento de participação dos discentes buscou-se a avaliação e validação da proposta de produto educacional, contou com a participação efetiva de 16 estudantes, foi enviado um formulário, via *Google* Formulários, contendo, respectivamente, 11 questões fechadas e quatro abertas. Tais questões versavam sobre: a adequação do conteúdo, das informações e da linguagem voltada para os jovens; sobre a apresentação de novos conhecimentos a respeito da ansiedade, bem como sua utilidade para auxiliar no enfrentamento; se por algum motivo o conteúdo causava algum desconforto, se a ferramenta promoveu uma aproximação no acesso ao Naes e se os estudantes indicariam o *site* para outras pessoas.

Além dos participantes supramencionados, que denominamos Grupo 01, também convidados, via líderes de turmas, novos estudantes, os quais ainda não possuíam conhecimento do projeto, para que também pudessem avaliar o *site*, os quais denominamos Grupo 2.

2 RESULTADOS E DISCUSSÃO

3.1 O QUE PROPÕEM OS ESTUDANTES

Como citamos anteriormente, este artigo é parte do estudo sobre a “Ansiedade entre adolescentes”, cujo os resultados da primeira rodada de grupos focais demonstraram que os estudantes possuem compreensão do que é a ansiedade e, inclusive, citam alguns sintomas da sua manifestação patológica em alinhamento com o que descreve a literatura científica. Entretanto, é possível observar certa generalização e predomínio da forma de ansiedade tida como transtorno ou problema mental.

Os estudantes ainda apontaram alguns fatores associados ao ambiente escolar que podem favorecer um possível surgimento ou agravamento de uma situação de ansiedade, tais como: adaptação ao ambiente escolar, considerando o ingresso no EMI, bem como, suas peculiaridades em relação às escolas ditas “regulares”; a vergonha ou o medo de ser julgado pelos colegas e professores; a cobrança pelo bom desempenho escolar; a quantidade de componentes curriculares dos cursos técnicos integrados; a exigência do corpo docente; o ENEM e os planejamentos para a vida adulta, além disso, as questões sociais, as cobranças familiares e os padrões impostos pelas redes sociais também foram relacionados.

Buscando construir uma proposta de promoção da saúde mental juntamente com os estudantes, foi indagado: “O que você acha que o IFAC podia fazer para ajudar os estudantes que tem ansiedade, para auxiliar no enfrentamento?”. Após analisadas, as respostas foram distribuídas no Quadro 1, representando os Discursos do Sujeito Coletivo, cujas ideias centrais foram: criação de rodas de conversa, atendimento psicológico, utilização de recursos digitais, outros métodos para enfrentamento e ações contínuas, e, por fim, formação docente.

Quadro 1: Apresentação dos DSCs sobre sugestões de ações e ideias para promover a saúde mental dos estudantes

Ideias Centrais (IC)	Discurso do Sujeito Coletivo (DSC)
Criação de rodas de conversa	<p>Uma coisa que pro Ifac seria muito importante é ter locais para gente poder se abrir, às vezes a única coisa que a gente tá precisando de uma conversa, você parar ali e vê se tem realmente alguém e que se importa ali com o que você tá falando, é bom ser escutado e ser aconselhado. Ouvir alguém é muito importante, isso gera para mim uma importância muito grande, por conta de que eu não tive isso, tá entendendo. Imagina quantas pessoas a gente poderia ajudar que não tão tendo ajuda que até dentro de casa as pessoas negam essa ajuda porque ver a pessoa com os outros olhos.</p> <p>Eu acho que criar rodas de bate-papo, como essa, porque quando você compartilha sua vivência com outras pessoas e saber que a pessoa não tá sozinha, que eu acho que é um ponto positivo, quando a pessoa está passando por isso, ela acha que ela tá sozinha, mas na verdade ela não tá, eu acho que você tira um peso das suas costas, você cria uma certa vivência com a pessoa ali, você escuta que ela passa e você conta o que você passa e pode até criar um círculo de amizade bom. Eu acho isso que deveria aumentar porque só tem as rodas de bate-papo em projetos ou dias especiais, podia ser pelo menos uma vez por semana entre os alunos que se sentem ansiosos ou algo do tipo para meio que desabafar. Eu acho que poderia, a questão de clube, eu até falei com um amigo meu sobre a criação de clubes, clubes de conversa, clube de jogos, clube de artes, clube de música.</p> <p>Respondentes: P2; P3; P4; P7; P16; P19.</p>
Atendimento psicológico.	<p>Poderiam ter pessoas específicas para ajudar os alunos que tem ansiedade, pessoas que estão passando por muita dificuldade. Eu, no meu primeiro ano, sempre pedia ajuda, mais pros alunos não tinha uma pessoa específica para mim pedir ajuda, e um psicólogo seria algo muito mais sério, seria no caso a etapa 2, a pessoa que não conseguiu se adaptar.</p> <p>O fulano perguntou “o Ifac tem psicólogo?” aí é um ponto muito importante, os alunos não sabem disso, entendeu, tem gente que tá no segundo ano e ainda tem essa dúvida, eu sei justamente porque eu sou líder de turma, então sou mais envolvido com a coordenação e essas coisas a gente sabe, só que a grande maioria dos alunos não tem esse conhecimento porque não é divulgado. É preciso maior divulgação em</p>

	<p>questão dos psicólogos que estão lá para nos servir né, porque muitos, muitos alunos que têm, essa ansiedade, tem depressão e nem sabe que, que existe várias pessoas que estão lá para ajudar eles. E ainda tem muitas pessoas que tem vergonha de ir no psicólogo ou timidez de ir no psicólogo.</p> <p>Respondentes: P1; P2; P7; P18.</p>
Utilização de recursos digitais	<p>Eu acho que só ir lá na turma, passar aqui avisando que o Ifac tem, é algo mais generalizado o aluno ele não vai se sentir acolhido com aquilo, vai sentir "a pow aquilo é para mim!", ele não vai sentir dessa forma, ele vai, penso isso, é só para todo mundo, entendeu, só geral. Uma forma que eu vejo de poder chegar até o aluno se fosse algo mais particular, por exemplo, ter aplicativos ou algo relacionado ao Ifac no próprio Sigaa para pessoas que estão passando por isso que estão se sentindo desconfortável com alguma coisa ou algum professor.</p> <p>Respondentes: P1; P2; P3.</p>
Outros métodos para enfrentamento e ações contínuas	<p>Quanto mais a gente incentivar, quanto mais mostrar que aquilo é natural que todo mundo tem. Eu acho que seria bom ter outros métodos, não só conversa, mas sei lá, outros métodos, o método que você sinta à vontade, pode escrever, criar um diário, um caderno, alguma coisa, uma agenda, para você liberar toda essa ansiedade você tá sentindo. O cinema no almoço que a gente tinha que era maravilhoso, tinha um projeto de ensinar violão erudito. Um exemplo muito bom seria, por exemplo, outros alunos poder ajudar porque tem muitos alunos com ansiedade em si que conseguem, conseguem né estudar e consegue controlar essa ansiedade, aprenderam né, a sobreviver a essa ansiedade. Uma coisa boa que o Ifac poderia implementar seriam os jogos, esses clubes eles, eles poderiam ajudar na interação social, principalmente para a galerinha que é tímida e que ele por mais, por exemplo, artesanato, eu gosto de artesanato, mas sou uma pessoa tímida, quando eu, tipo, quando essa pessoa for fazer artesanato, ela vai querendo ou não interagir com a pessoa e vai aprendendo e perdendo um pouquinho da timidez né, eu acho que os clubes poderiam ajudar também na interação e na questão da ansiedade porque quando você começa a focar, tipo, aquilo da canalização que eu falei quando você começa a pensar em outra coisa. Precisa ser algo contínuo, porque faz esse negócio de "Setembro Amarelo", mas depois que passa setembro acaba esquecendo a pessoa, não tá mais nem aí, sendo que a gente não se sente assim só no setembro né, sente, isso acontece várias vezes ao decorrer do ano.</p>

	Respondentes: P2; P3; P4; P7.
Formação docente	<p>Os professores do Ifac são extremamente preparados e fiquei chocada são ótimos, mas nessa metodologia de entender o que o aluno tá passando, alguns deles estão bem assim, é antiquados. O Ifac, tipo, podia ajudar os professores em uma nova metodologia que não coloque tanta pressão nos alunos. Às vezes, eles são os que mais botam pressão, tem professor que além de ficar passando atividade fala: “aí se vocês vão fazer no Enem, só que isso aqui, é, esse aqui não é nada comparado ao Enem” ou até mesmo que você fazer um concurso aí é muito, aí “isso aqui no concurso que é brincadeira”, tem muito professor que eles não, assim, não tenta enxergar o lado do aluno, que eles já foram alunos, mas não tenta enxergar o lado do aluno em si.</p> <p>Eu entendo que os professores estão em sala para ensinar e tal, mas eles são quem passam mais tempo com a gente, então acho que um professor, é, observar, por exemplo os sinais de falta de atenção no aluno, baixo desenvolvimento seria importante para ele passar isso para coordenação porque são eles que tã lá com a gente 90% do tempo que a gente tá no Ifac. Se eles tivessem um minicurso, não sei, assim, uma especialização algo do tipo, assim, pelo menos um pouco de aprendizagem deles, é, e direcionada aos alunos que tem essa ansiedade para quando tivesse essas crises no meio da aula ajudar o aluno porque às vezes tem professor que diz “Ah, isso é frescura ele quer chamar atenção!”.</p> <p>Respondentes: P13; P14; P17; P19.</p>

P = participante

Fonte: Elaboração própria (2022)

Os estudantes manifestam a relevância de serem ouvidos, de possuir um espaço adequado e com pessoas disponíveis para que eles possam “desabafar”. Sugerem também a criação de rodas de conversas recorrentes que possuam duração ao longo do ano, local propício para que a pessoa em sofrimento possa perceber que não está sozinha e inclusive, até fazer vínculos de amizade e apoio.

Conforme a literatura científica, as rodas de conversa já são um método comum utilizado pela área da saúde, além de se constituírem um espaço para escuta e desabafo, também possibilitam a troca de informações, a partilha de experiências e sentimentos permitindo a reflexão, avaliação e quem sabe até a mudança de hábitos (Costa *et al*, 2014), além disso, devemos lembrar que no ambiente escolar as rodas de conversa também podem ser utilizadas de forma interdisciplinar e com múltiplos focos.

Apesar de reconhecido como um fator positivo no Instituto, a existência do psicólogo figura como algo não conhecido por todos os discentes, situação que enseja ações de divulgação e conscientização junto ao corpo estudantil. Outro fator a ser trabalhado é a vergonha ou o medo de ir ao psicólogo. Observou-se, durante os grupos focais, uma concepção generalizada de que o atendimento do profissional em psicologia seria algo específico para certas pessoas, ou mesmo diante do reconhecimento da necessidade de ajuda, o medo e o estigma se mostrariam superior.

Pontuamos ainda que o psicólogo não realiza atendimento clínico, mas sim apoio psicológico e encaminhamentos quando necessário. Conforme destacam Soares e Amaral (2002), partindo de uma perspectiva universal, algumas Políticas de Assistência Estudantil dos Institutos Federal abrangem ações como: “serviço psicológico educacional: busca o desenvolvimento humano, como foco na qualidade de vida do estudante;” (Soares; Amaral, 2022, p. 12).

Na sequência, os discentes expõem sugestões de divulgação, abordagem e acolhimento mais individualizado, sugerindo inclusive que se agregam funcionalidades ou se criem opções utilizando as tecnologias digitais.

Argumentam sobre a criação de projetos e ações contínuas que possam auxiliar na socialização, integração e canalização das questões de ansiedade, inclusive, recordaram projetos como o cinema no intervalo e aulas de violão. Vale destacar tais projetos não estão mais disponíveis no momento, inclusive por conta das questões de isolamento decorrentes da pandemia de Covid-19, mas que em pesquisa no *site* do Ifac observamos a existências de diversos projetos de extensão que promovem ações de esporte, arte, cultura e bem-estar, entretanto, devemos ponderar conforme citado pelos participantes que algumas vezes a divulgação não atinge a maior parte dos estudantes.

Por fim, o último ponto destacado diz respeito a formação docente sobre as questões de saúde mental dos estudantes. Autores apontam a importância da atuação do professor na identificação e prevenção de problemas de saúde mental, bem como, na promoção da saúde, justamente por questões como a experiência com a faixa etária, o tempo de permanência, sua influência sobre os discentes e a possibilidade de estar abordando tais assuntos em sala de aula (Estanislau; Bressan, 2014; Jorge, 2019). Reconhecemos que é imprescindível a existência de processos de formação sobre as questões de saúde mental, entretanto, advogamos por uma visão mais ampla de que todos os atores envolvidos no ambiente escolar deveriam receber tal tipo de formação.

Diante dessa gama de sugestões dos estudantes e considerando fatores como a complexidade do tema, possibilidades de atuação dos pesquisadores, ingerência sobre ações de cunho institucional e ocorrência da pandemia da Covid-19, buscamos construir uma proposta que pudesse contribuir com as questões de enfrentamento dos problemas de ansiedade e promoção da saúde e que estivesse alinhada com as demandas apresentadas.

3.2 A CONSTRUÇÃO DA FERRAMENTA EDUCACIONAL JOVEM ANSIEDADE

O mestrado profissional em Educação Profissional e Tecnológica (ProfEPT) possui como requisito o desenvolvimento de um Produto Educacional como forma de solução ao problema identificado a fim de aplicação na realidade investigada. Desta forma, seguindo os passos sugeridos por Rizzatti *et al.* (2020), após processo investigativo foi realizada a prototipação de um *site* como produto educacional, o qual foi apresentado aos participantes durante a segunda rodada de grupos focais a partir dos quais pudemos realizar ajustes quanto ao *menu*, inclusão de conteúdos, disposição de *layout*, cores e *design*.

Assim, desenvolvemos o *site* Jovem Ansiedade, cujo acrônimo é Joan e seu correspondente aplicativo disponível nas plataformas Android e iOS, levando em conta a necessária adequação de seu conteúdo o mais próximo dos estudantes, de modo a gerar conhecimento e apresentar possibilidades existentes no contexto educacional.

A escolha pela utilização de um recurso de tecnologia digital se deu em razão deste ser elemento de grande importância nas comunicações na atualidade, principalmente devido ao período pandêmico que restringiu a ações presenciais, tornando os recursos digitais cada vez mais próximos e acessíveis aos estudantes no dia a dia. Pretendeu-se, com esse recurso, possibilitar a aproximação da instituição com o estudante, favorecendo o atendimento mais individualizado e personalizado, atendendo o que foi identificado nos DSCs “[...]se fosse algo mais particular, por exemplo, ter aplicativos...”, “Quanto mais a gente incentivar, quanto mais mostrar que aquilo é natural que todo mundo tem. Eu acho que seria bom ter outros métodos, não só conversa...”.

Nessa esteira, nossa proposta coaduna com o contexto atual apresentado por Bruno *et al.* (2021) em que destacam que no Brasil, o uso de aplicativos do tipo “saúde e fitness”, tiveram um aumento de até 226% nas instalações impulsionadas por anúncios e 116% nos aplicativos não promovidos via anúncios durante o início da pandemia em março de 2020. Barba *et al.* (2018) relataram que os jovens tinham o costume de buscar informações de saúde através da internet, principalmente utilizando o *Google*.

Cabe destacar que o IFAC, por meio da Diretoria Sistêmica de Assistência Estudantil, realizou um levantamento sobre as condições de acesso à internet pelos estudantes da instituição a fim de balizar as decisões sobre a retomada do ensino de forma remota e, particularmente entre os estudantes do EMI do *campus* Rio Branco, foi observado que cerca de 14% não possuía qualquer conexão, o que levou o IFAC disponibilizar ao alunos *Chromebook* e chip com pacotes de internet para inserção de todos os estudantes no ensino remoto emergencial como política institucional de enfrentamento à pandemia no ano de 2020 e 2021, permitindo-nos inferir que senão a totalidade, mas grande parte dos estudantes possuem acesso à internet, tornando o produto educacional com viabilidade abrangente do seu público-alvo inicial.

Embora tenha sido desenvolvido com foco nos estudantes do EMI do *campus* Rio Branco, o produto educacional cujo objetivo principal é prover conhecimentos e difundir informações sobre prevenção e enfrentamento da ansiedade na adolescência, concebemos o mesmo de forma aberta a alterações, podendo ser adaptado para

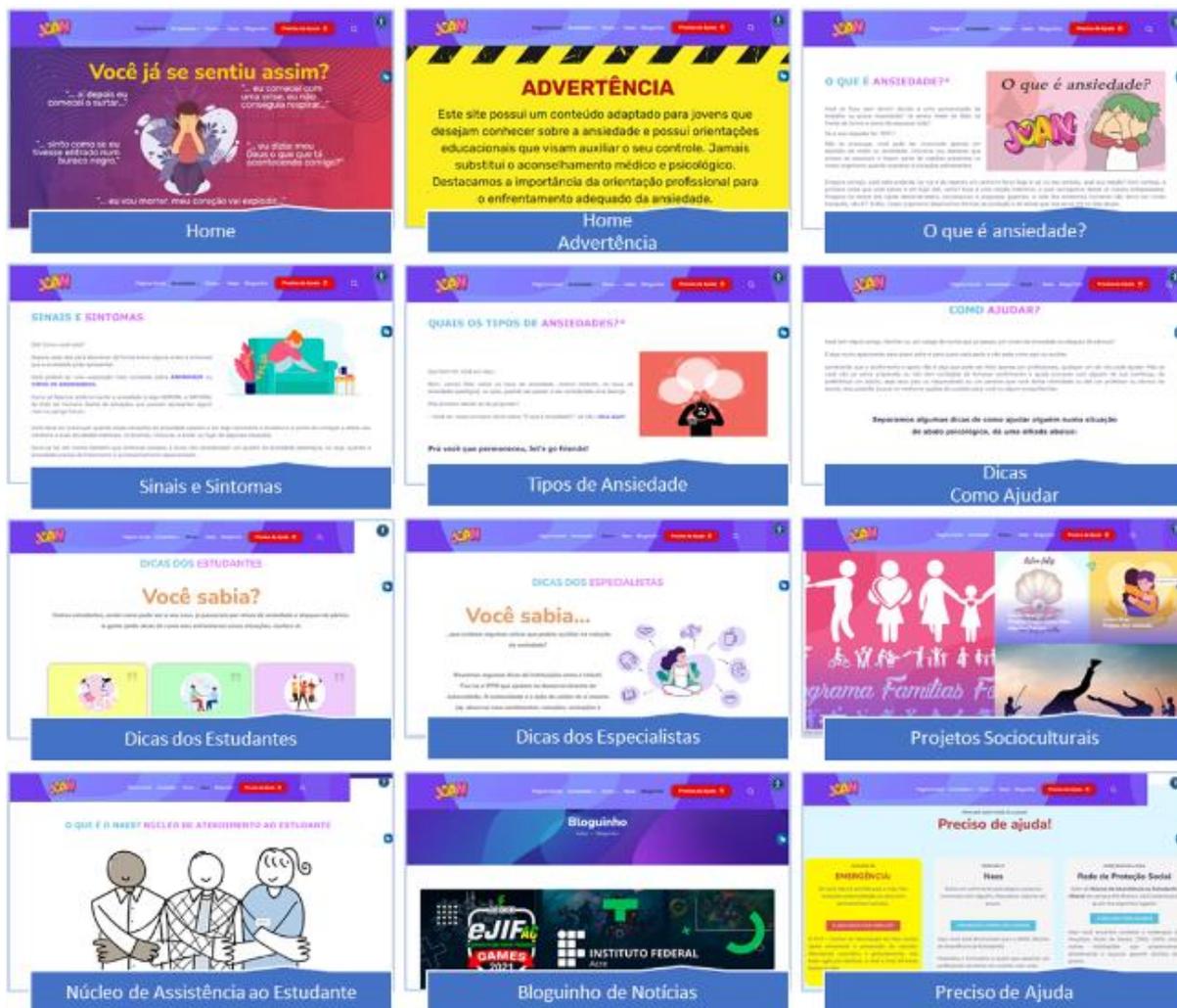
abranger potencialmente outras instituições da Rede Federal de Educação Profissional e Tecnológica ou mesmo as Redes Estaduais de Ensino Médio públicas e privadas. Vale destacar que o *site*/aplicativo oferta o serviço de contato direto, via e-mail, com o Núcleo de Assistência Estudantil (NAES) de todos os *campi* do IFAC.

Desta forma, o *site* e aplicativo Jovem Ansiedade, atualmente é constituído por 16 páginas distribuídas entre página inicial, *menus* e submenus:

- Ansiedade:
 - O que é ansiedade?;
 - Sinais e sintomas;
 - Tipos de ansiedades;
- Dicas:
 - Como ajudar;
 - Dicas dos estudantes;
 - Dicas dos especialistas;
 - Projetos socioculturais;
- NAES;
- Bloguinho;
- Preciso de ajuda:
 - Em caso de emergência – Centro de Valorização da Vida
 - Procure o NAES – Formulário;
 - Onde buscar ajuda – Rede de Proteção Social;
- Quem somos;
- Políticas de privacidade e Termos de uso.

Abaixo destacamos algumas das telas do Joan (Figura 1).

Figura 1: Telas do site Jovem Ansiedade



Fonte: Elaboração própria (2022)

A página principal, possui dois *banners*, o primeiro apresenta frases dos estudantes que participaram da pesquisa e o segundo representa uma advertência de que o *site* não possui o intuito de substituir o acompanhamento médico e psicológico, mas sim, apresenta um objetivo educacional informativo. O *menu* Ansiedade, busca promover uma contextualização a respeito da temática. O *menu* Dicas e seus submenus apresentam sugestões de como auxiliar uma pessoa no momento de crise, como enfrentar momentos de ansiedade, dicas de autocuidado e projetos existentes na instituição. O Bloguinho possibilita a divulgação de ações da Instituição voltada para os estudantes. Há ainda o *menu* Naes, o qual divulga o Núcleo e seus serviços aos estudantes. Por fim, o botão “Preciso de Ajuda”, apresenta três recursos: a busca por auxílio imediato, que direciona o usuário para a página do Centro de Valorização da Vida (CVV); o contato com o NAES através de formulário e a rede de Proteção Social da capital acreana, exibindo os serviços de instituições públicas, privadas e ONGs.

Buscamos utilizar linguagem voltada para jovens, inclusive fazendo uso de marcações comuns da linguagem falada, bem como, apresentar figuras, GIFs e vídeo, este produzido pelos próprios estudantes do EMI da instituição de modo a ilustrar e/ou chamar a atenção para o conteúdo. Outra importante funcionalidade do *site* é seu

caráter inclusivo onde disponibilizamos a ferramenta “*menu de acessibilidade*” para atender pessoas com deficiência visual e com dislexia que, entre outras opções, disponibiliza a descrição das imagens e o controle dislexia amigável, contando, ainda, com um assistente virtual para leitura em LIBRAS visando a inclusão de pessoas com deficiência auditiva.

Aludimos que após o segundo grupo focal e o ajuste das alterações sugeridas pelos estudantes o PE foi apreciado por profissionais de dois setores do *campus* Rio Branco, o Departamento dos Cursos Técnicos Integrados e do Núcleo de Assistência Estudantil (NAES), tais setores formados por profissionais pedagogos, psicólogos, assistentes sociais e docentes que puderam contribuir com propostas de melhorias, como: alterações na disposição, *layout* e conteúdo. Podemos citar também as contribuições individuais de outros servidores, inclusive, uma pessoa com deficiência visual, especialista em tecnologia assistiva e egresso do ProfEPT que apontou importantes refinamentos ao recurso de acessibilidade.

Na sequência, após a realização das alterações sugeridas, convidamos dois grupos de estudantes para avaliarem a proposta de *site*. O primeiro grupo foi composto pelos participantes dos grupos focais, totalizando 16 respondentes nesta etapa e o segundo grupo contou com a participação de 13 estudantes que ainda não haviam participado do projeto. O roteiro de perguntas está amparado na proposta de Ruiz *et al.* (2014) com o intuito de validação de materiais educativos vislumbrando cinco componentes: atração, compreensão, envolvimento, aceitação e a mudança de ação (Quadro 2).

Quadro 2: Apresentação dos resultados dos formulários

Questões	Grupo 1			Grupo 2		
	Sim	Talvez/ Em parte	Não	Sim	Talvez/ Em parte	Não
Você acredita que a linguagem do site está adequada para os jovens?	93,8%	6,2%	-	100%	-	-
Você se sentiu de alguma forma envolvido/contemplado/interessado (a) pelo site?	93,8%	-	6,2%	84,6%	15,4%	-
Você indicaria esse site para algum amigo (a)?	100%	-	-	76,9%	23,1%	-
O conteúdo do site te deixou incomodado ou mexeu com suas emoções e sentimentos, de alguma forma?	62,5%	25%	12,5%	23,1%	-	76,9%

Você considera que as informações apresentadas nas páginas do site estão adequadas?	100%	-	-	100%	-	-
Você considera que o site apresenta algum novo conhecimento/informação sobre ansiedade?	87,5%	12,5%	-	76,9%	23,1%	-
Considera que as dicas para auxiliar no enfrentamento da ansiedade são úteis?	93,8%	6,2%	-	100%	-	-
Caso, uma pessoa próxima tenha uma crise de ansiedade, você se sente mais seguro (a) para ajudar depois das dicas repassadas pelo site?	87,5%	12,5%	-	62,8%	30,8%	-
Acredita que este canal (site) pode facilitar o acesso dos estudantes do Ifac aos serviços da Assistência Estudantil?	87,5%	12,5%	-	92,3%	7,7%	-
Você considera útil a possibilidade de enviar pelo site um pedido de ajuda através do relato sobre uma situação de sofrimento pessoal ou de outro colega diretamente ao Naes (Núcleo de Assistência Estudantil) para atendimento profissional, posterior, em sigilo/segredo?	81,3%	12,5%	6,2%	92,3%	-	7,7%
Você que participou das etapas anteriores da pesquisa, nos grupos focais (bate-papo) sobre a ansiedade, considera que o site conseguiu "traduzir as discussões" realizadas?	93,8%	6,2%	-	-	-	-

Fonte: Elaboração própria (2022).

Conforme demonstrado no Quadro 2, ao questionarmos sobre a adequação da linguagem do *site* para os jovens, 93,8% do grupo 1 considerou adequada, enquanto no grupo 2, 100% considerou a adequada. Quando questionados sobre a informações apresentadas, ambos os grupos foram unânimes em considerar como adequadas.

Observamos que 93,8% do grupo 1 respondeu afirmativamente quanto ao seu envolvimento ou interesse pelo *site*, já 84,6% do grupo de estudantes que estavam tendo contato pela primeira vez com o projeto respondeu afirmativamente, sendo 15,4% respostas de que seus envolvimento ou interesse pelo *site* era “em parte”, evidenciando que um maior interesse pode estar relacionado com a participação na

construção do PE desde a fase inicial da pesquisa, contudo, não identificamos qualquer rejeição de nossa proposta por nenhum estudante dos grupos investigados.

Perguntamos ainda se os estudantes indicariam o *site* a algum (a) amigo (a) e todos do grupo 1 responderam que indicariam enquanto que 76,9% do grupo 2 faria a indicação e os demais 23,1% disseram que “Talvez”. Estava associada a essa questão uma pergunta aberta indagando o motivo da resposta anterior, sendo as respostas compiladas e ilustradas a seguir (Quadro 3).

Quadro 3: Motivo da resposta à pergunta sobre indicação do *site* a algum(a) amigo(a)

Grupo 1
“pq ficou incrível e acessível, ficou envolvente para o público jovem”
“Muito informativo, focado no assunto e tira mt bem as dúvidas a respeito da ansiedade e de como se prevenir”
“Eu me senti bem vinda e acredito que outras pessoas se sentiriam assim tbm. O site é bem atrativo”
“Indicaria porque o site trás informações interessantes que faz a pessoa ter além de uma auto análise saber se precisa ou não de ajuda.”
“Tenho vários amigos com ansiedade, e saber que pude participar desse projeto pra ajudar eles, me deixa feliz.”
“Pela linguagem simples e pelo envolvimento de jovens”
“Eu amei a forma que foi apresentado sobre a ansiedade e como ajudar”
“Porque é algo útil, e bastante, pois como a ansiedade já me machucou muito, eu lendo o site, me senti de certa forma... acolhido.”
“Instigante. Gostei da forma que aborda acerca do tema, de forma plausível e politizada.
“Por além de ter dicas de especialistas no assunto, tem de pessoas que viveram isso, inclusive eu, e muitas pessoas podem acabar se indentificando e usando algum método dali, além da explicação de ansiedade sem parecer um site genérico, como o wikipédia, realmente foi feito e pensado pra ajudar.”
Grupo 2
“Mesmo com todo acesso, que temos a internet, poucas pessoas sabem como reagir, ou como ajudar, quando uma pessoa passa por uma crise, e ter um site com informações corretas, e confiáveis, é de extrema importância”

“Percebo que muito dos meus amigos passam por episódios de ansiedade e mesmo que eu saiba sobre assunto, já que convivo com isso, não sou a pessoa mais adequada a falar sobre. Lendo o site percebi que as informações contidas nele são perfeitas e ótimas para entender mais sobre o assunto, trazendo uma linguagem mais acolhedora e não aqueles termos complicados e mais assustadores que vemos em outros sites.”

“Acabei de explorar o site, e achei incrível... Por mais que eu tenha analisado de maneira mais crítica, não peca nos dados. Já que, a maioria dos sites que tratam desse assunto não mostram uma maneira eficiente de lidar com isso e de como reconhecer as pessoas que passam por isso ao nosso entorno. O visual do site está muito agradável, e atalhos estão muito acessíveis. Achei impressionante a maneira em que construíram tudo, e não vejo a hora de ver quando estiver 100% pronto!”

“Ele expressa de forma objetiva o conteúdo sem enrolação explica sobre e apresenta formas de solução para o problema, é bem acessível então pessoas de todos os tipos podem acessar, as dicas tanto de profissionais como de estudantes deixa a pessoa que visitou o site mais acolhida e confortável.”

Fonte: Elaboração própria (2022)

Também questionamos os alunos se o *site* apresenta algum novo conhecimento ou informação sobre ansiedade aos participantes do grupo 1 e observamos que 87,5% responderam que “Sim”, enquanto que 12,5% respondeu “Talvez”. Quando a mesma questão foi dirigida ao grupo 2, obtivemos 76,9% dos estudantes afirmando que “Sim”, o *site* apresenta novos conhecimentos ou informações sobre o tema, sendo 23,1% se posicionando como “Talvez”. Ao indagarmos se as dicas apresentadas poderiam auxiliar no enfrentamento da ansiedade, as respostas foram 100% afirmativas no grupo 2 e 93,8% no grupo 1.

Foi perquirido se o *site* poderia facilitar o acesso aos serviços do NAES, as respostas foram: 87,5% para “Sim” e 12,5% “Talvez” no grupo 1 e 92,3% “Sim” e 7,7% “Talvez” no grupo 2. Ainda relacionado ao Núcleo de Assistência ao Estudante, indagamos se os participantes consideram útil a possibilidade de enviar pelo *site* um pedido de ajuda para atendimento profissional posterior, apresentando os resultados: 81,3%, 12,5% e 6,3% para o grupo 1, representando respectivamente: sim, talvez e não. Já o grupo 2 apresentou os valores 92,3% afirmativamente e 7,7% negativamente.

Foi realizada uma pergunta exclusiva ao grupo 1 que buscava saber se os participantes consideravam que o *site* conseguiu traduzir o que foi debatido nos grupos focais, sendo respondido afirmativamente por 93,8% dos estudantes, apenas 6,3% responderam “em parte”.

Desta forma, observamos que a avaliação do PE foi positiva tanto na opinião dos estudantes que possuíram ligação com o projeto desde o início quanto daqueles que não conheciam a proposta, bem como dos servidores que atuam nos setores diretamente ligados aos estudantes do EMI. É imprescindível destacar na fala dos estudantes que o objetivo de propiciar informação e ao mesmo tempo ser acolhedor foi atingindo perante o público-alvo.

É necessário ponderar que algumas sugestões no processo não puderam ser contempladas no *site*, tais como a incorporação do PE ao portal oficial da Instituição onde foi desenvolvida a pesquisa, justificada pela equipe técnica de TI em virtude de outras demandas prioritárias, o que nos levou a proceder com a hospedagem privada dele.

Após discussão com a equipe técnica do NAES sobre a demanda apresentada para inclusão de testes online a fim de medir a ansiedade, chegamos à conclusão de que não seria um instrumento adequado em razão de que potencialmente viesse a funcionar como um “gatilho” para crises, ensejando situações que não fossem possíveis de controlar e reverter.

Também não foi possível a inserção de um espaço para fóruns ou bate-papo, como sugerido por alguns estudantes, pois consideramos a impossibilidade de mediação constante e o receio de existirem situações de *bullying* ou atitudes depreciativas que não pudessem ser contornadas em tempo hábil e pudessem gerar dano psicológico maior aos estudantes, motivos pelos quais também contribuíram para a não criação de contas do Joan nas redes sociais no momento.

Há que cogitar a possibilidade de expansão do PE tanto para outros *campi* do IFAC quanto para outros Institutos, como também para instituições de ensino estadual ou municipal, desde que seja precedido das adequações necessárias. Outrossim, também é possível utilizar o bloguinho como espaço de divulgações de ações voltadas para os estudantes.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo buscou apresentar as sugestões dos estudantes do Ensino Médio Integrado de uma instituição federal de educação profissional e tecnológica, no intuito de construir uma proposta de intervenção educacional de prevenção e promoção da saúde mental discente, com foco na ansiedade. A intenção não foi apresentar uma proposta pronta e acabada, mas sim captar as necessidades, os interesses e os conhecimentos dos discentes, sistematizando-os em conjunto com conteúdo técnico em linguagem acessível e passível de expansão e alterações de conteúdos e nos serviços disponibilizados.

Uma preocupação constante dos pesquisadores foi que a proposta de produto educacional não se perdesse num viés reducionista de “tratamento” de uma doença ou de responsabilização do estudante pela sua condição, mas sim, apresentar possibilidades e alternativas, bem como trazer informações, possibilitando o autoconhecimento, sempre primando pelo cuidado no conteúdo exposto, coadunando com os pressupostos teóricos de uma educação crítica e emancipadora que defendemos.

Vale reconhecer os desafios impostos pela pandemia da Covid-19, causada pelo SARS-CoV-2 que intervieram na pesquisa e nos levou a realizar delimitações na presente proposta, inclusive, o produto educacional em sua proposta inicial estava muito interligado com o contexto pandêmico, entretanto, devido as alterações e amadurecimentos sua amplitude se estende e se mostrou relevante também para períodos pós-pandêmicos. Outro importante fator que destacamos é a falta de

governabilidade sobre as decisões de gestão, cabendo-nos singularmente apresentar os resultados da pesquisa para orientar tais decisões como aquelas que identificadas no processo investigativo, que não caberiam no escopo da presente proposta de PE, bem como as estritamente relacionadas ao PE como a sua incorporação ao portal institucional e a gestão do *site* pelo NAES quanto às demandas específicas que se apresentarem, bem como a necessidade de monitoramento para melhorias.

Observamos que outros fatores ainda precisam ser trabalhados para o alcance de um ambiente escolar promotor de saúde mental, tais como: formação de docentes e técnicos, criação de rodas de conversas permanentes, aprimoramento na divulgação dos programas e ações ofertados, contudo, baseados nos apontamentos dos próprios discentes consideramos que o primeiro passo foi dado e o presente produto educacional contribui para o conhecimento, prevenção e enfrentamento da ansiedade entre os adolescentes do EMI, e se configura como uma ação educativa pautada no princípio do desenvolvimento de uma formação omnilateral.

REFERÊNCIAS

- BRASIL. **Lei nº 9.394, de 20 de dezembro de 1996**. Estabelece as diretrizes e bases da educação nacional. Brasília, 1996. Disponível em: http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l9394.htm. Acesso em: 08 jun. 2020.
- COSTA, R. R. O. *et al*, 2014. As rodas de conversa como espaço de cuidado e promoção da saúde mental. **Revista de Atenção à Saúde**. Disponível em: <https://doi.org/10.13037/rbcs.vol13n43.2675>. Acesso em: 05 fev. 2022.
- ESTANISLAU, G. M.; BRESSAN, R. A. (orgs). **Saúde mental na escola: o que os educadores devem saber**. Porto Alegre: Artmed, 2014.
- FARIA, N. C.; RODRIGUES, M. C. Promoção e prevenção em saúde mental na infância: implicações educacionais. **Psicologia da Educação**, n. 51, p. 85-96, 2020. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/psicoeduca/article/view/51421>. Acesso em: 10 jan. 2022.
- FIGUEIREDO, M. Z. A.; CHIARI, B. M.; G., B. N. G. Discurso do Sujeito Coletivo: uma breve introdução à ferramenta de pesquisa qualiquantitativa. **Distúrbios da Comunicação**, v. 25, n. 1, 2013. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/dic/article/view/14931>. Acesso em: 03 mar. 2021.
- GATTI, B. A. **Grupo focal na pesquisa em Ciências Sociais e Humanas**. Brasília: Liber Livro, 2005.
- JORGE, J. de P. **Proposta para promoção da saúde mental discente no contexto da educação profissional e tecnológica**. Dissertação (Mestrado) – Programa de Pós-graduação em Educação, Profissional e Tecnológica em Rede Nacional (ProfEPT). Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de São Paulo, 2019.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Promoción de la salud: glosario**. Genebra: Organização Mundial da Saúde, 1998.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. **Saúde mental dos adolescentes**. OPAS/OMS, 2022. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/saude-mental-dos-adolescentes>. Acesso em: 10 jan. 2022.

PACHECO, E. Fundamentos político-pedagógicos dos Institutos Federais diretrizes para uma educação profissional e tecnológica transformadora. Natal: IFRN, 2015.

RIZZATTI, I. M. *et al.* Os produtos e processos educacionais dos programas de pós-graduação profissionais: proposições de um grupo de colaboradores. **ACTIO: Docência em Ciências**. Curitiba, 2020. Disponível em: <http://edubase.sbu.unicamp.br:8080/jspui/handle/EDBASE/3062>. Acesso em: 03 out. 2020.

RUIZ, L. *et al.* **Producción de materiales de comunicación y educación popular**. Departamento de Publicaciones de la Facultad de Derecho y Ciencias Sociales de la Universidad de Buenos Aires. Buenos Aires, 2014. Disponível em: <http://www.sociales.uba.ar/wp-content/blogs.dir/219/files/2015/07/2-Prod-Materiales-B.pdf>. Acesso em: 10 out. 2021.

SOARES, P. da S.; AMARAL, C. de A. A assistência estudantil no processo educacional: possibilidades de atuação. **Educação e Pesquisa** [online]. 2022, v. 48 Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1678-4634202248238181>. Acesso em: 13 abr. 2022.

THIOLLENT, M. **Metodologia da Pesquisa-Ação**. São Paulo: Cortez, 1986.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Health promotion evaluation: recommendations to policymakers**. Copenhagen: European Working Group on Health Promotion Evaluation, 1998.