

## **O ADOECIMENTO PSÍQUICO ENTRE ADOLESCENTES NO CONTEXTO ESCOLAR: UMA REVISÃO NARRATIVA SOBRE ENSINO REMOTO E O USO DE SUBSTÂNCIAS PSICOATIVAS**

**THAISLAN SAN MARTINS RODRIGUES<sup>1</sup>; LISIANE DA CUNHA MARTINS DA SILVA<sup>2</sup>; MICHELE MANDAGARA DE OLIVEIRA<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Universidade Federal de Pelotas – *thaislan\_-24@hotmail.com*

<sup>2</sup>Universidade Federal de Pelotas – *lisicunha.martins@gmail.com*

<sup>3</sup>Universidade Federal de Pelotas – *mandagara@hotmail.com*

### **1. INTRODUÇÃO**

O adoecimento psíquico entre adolescentes é uma questão de saúde pública crescente, especialmente em ambientes escolares, onde jovens enfrentam desafios emocionais e sociais significativos. A pressão para se encaixar, o estresse acadêmico e as dinâmicas interpessoais podem contribuir para a vulnerabilidade psíquica desses jovens. Esse quadro se agrava quando consideramos o uso de substâncias como uma estratégia de enfrentamento (Ford, 2021).

Na adolescência, o desenvolvimento emocional e cognitivo está em pleno curso, tornando esse período particularmente sensível a influências externas e internas. As demandas escolares, a pressão por desempenho acadêmico e a busca por identidade podem criar um terreno fértil para o adoecimento psíquico. Transtornos como ansiedade, depressão e estresse são comuns entre os adolescentes e muitas vezes são exacerbados por fatores externos, como conflitos familiares e dificuldades de relacionamento (Steare, T. et al., 2023).

O uso de substâncias, como álcool e drogas, pode ser visto como um mecanismo de enfrentamento, uma tentativa de aliviar o sofrimento emocional ou se integrar socialmente. No entanto, esse comportamento pode, paradoxalmente, intensificar problemas psíquicos e criar um ciclo vicioso. Substâncias podem alterar o equilíbrio químico do cérebro, agravando a ansiedade e a depressão, e prejudicar o desenvolvimento emocional saudável (Garcia-Cerde, R. et al., 2024).

Por esta razão, este resumo tem como objetivo oferecer uma análise abrangente sobre o aumento do adoecimento psíquico entre adolescentes, com foco especial no contexto escolar e no uso de substâncias psicoativas.

### **2. METODOLOGIA**

Este estudo consiste em uma revisão narrativa, com o objetivo de sintetizar e apresentar de forma crítica o conhecimento atual sobre um tema específico, geralmente sem a aplicação de métodos estatísticos formais. A revisão proporciona uma visão abrangente e descritiva, abordando o contexto, a evolução do conhecimento e as principais tendências e debates relevantes. Para a realização desta revisão, foram selecionados artigos originais publicados entre 2019 e 2024, utilizando as palavras-chave "Educação", "Saúde", "Adoecimento Psíquico" e "COVID-19". As bases de dados consultadas incluíram PubMed, SciELO e UpToDate. Foram incluídos apenas os artigos que abordaram o tema tanto no título quanto no resumo, além de serem pertinentes nos resultados e discussões. Trabalhos como resumos expandidos, teses e outros foram excluídos, uma vez que, após análise, não trouxeram o tema relevante para este estudo.

No total, foram consultados 23 artigos, dos quais 14 foram excluídos após a análise. Assim, foram utilizados 9 artigos, que foram lidos na íntegra para a elaboração desta revisão.

### **3. RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Durante a pandemia de COVID-19, houve um aumento significativo no uso de mídias digitais pelos adolescentes brasileiros, que passaram a utilizar essas plataformas não apenas para o ensino remoto, mas também para manter conexões sociais com amigos e familiares. Esse incremento no tempo frente às telas trouxe tanto benefícios quanto desafios para o comportamento e bem-estar dos jovens (Costa. et al., 2022).

A pandemia de COVID-19 causou uma reestruturação significativa na vida e no aprendizado dos adolescentes, motivada principalmente por razões de segurança sanitária. Com o fechamento das escolas, a transição para o aprendizado remoto e híbrido foi essencial para garantir a continuidade educacional enquanto se evitava a propagação do vírus. Essa mudança forçada exigiu rápida adaptação de alunos e professores às novas tecnologias e métodos online, além de uma sensação geral de desconforto devido à ausência das atividades habituais. Esse cenário impactou diretamente a saúde mental dos jovens, contribuindo para um aumento dos níveis de ansiedade, estresse e sintomas depressivos. O estudo destaca a importância de suporte psicológico e ajustes nas políticas educacionais para ajudar os adolescentes a lidar com essas mudanças e promover seu bem-estar a longo prazo (Martins. et al., 2021).

Os autores identificam um aumento notável no consumo de álcool e outras drogas durante o período de isolamento social foi crucial para salvar vidas durante a pandemia de COVID-19, ao reduzir a transmissão do vírus e proteger a saúde pública. Para os alunos, essa medida foi igualmente importante. Este incremento é associado a fatores como estresse psicológico, ansiedade e mudanças abruptas na rotina. O estudo evidencia que, em resposta aos desafios impostos pela pandemia, muitas pessoas recorrem ao uso de substâncias como uma forma de lidar com o estresse e a incerteza (Silva; Lima; Souza, 2022).

Diante do exposto, a escola desempenha um papel crucial na identificação precoce e no suporte aos adolescentes que enfrentam esses desafios. Ambientes escolares devem estar preparados para oferecer não apenas suporte acadêmico, mas também emocional e psicológico. Programas de prevenção e intervenção, aliados a uma abordagem sensível e inclusiva, podem ajudar a criar um ambiente mais seguro e acolhedor para todos os alunos (Costa; Lima, 2021).

É fundamental que a equipe escolar, incluindo professores e orientadores, esteja atenta aos sinais de adoecimento psíquico e uso de substâncias. A formação contínua desses profissionais sobre questões de saúde mental e dependência pode aumentar a eficácia das intervenções. Além disso, promover um diálogo aberto e livre de estigmas sobre saúde mental e uso de substâncias pode ajudar a desconstruir preconceitos e encorajar os jovens a buscarem ajuda quando necessário (Costa; Lima, 2021).

O ambiente escolar é caracterizado por pressões sociais, estresse acadêmico e complexas dinâmicas interpessoais, tem se revelado um fator significativo para a vulnerabilidade emocional dos jovens. A discussão abrange como esses fatores contribuem para o desenvolvimento de transtornos como ansiedade, depressão e estresse, que são comuns durante a adolescência. O uso de substâncias muitas vezes surge como uma tentativa de enfrentar o sofrimento

emocional ou de se integrar socialmente, mas tende a intensificar os problemas psicológicos existentes, criando um ciclo vicioso que prejudica o desenvolvimento emocional e mental dos adolescentes, ao destacar esses pontos, por isso se visa aumentar a conscientização sobre a necessidade de estratégias de intervenção e apoio que possam mitigar esses desafios e promover um ambiente mais saudável para o desenvolvimento dos jovens colar (Silva; Oliveira, 2020).

Iniciativas como programas de educação emocional e suporte psicológico, bem como a colaboração com profissionais da saúde mental e com as famílias, são essenciais para criar um ambiente escolar que não apenas reconheça, mas também responda adequadamente às necessidades dos adolescentes. Dessa forma, é possível não apenas mitigar os efeitos do adoecimento psíquico e do uso de substâncias, mas também promover um desenvolvimento saudável e equilibrado durante uma das fases mais desafiadoras da vida. Uma visão abrangente sobre os desafios enfrentados pelos adolescentes em relação à saúde mental e ao uso de substâncias (Carrión; Carballido; Gallego, 2019).

Eles destacam a importância das intervenções escolares e comunitárias, a necessidade de detecção precoce, e como fatores contextuais, como a pandemia e a pressão acadêmica, podem exacerbar esses problemas. As abordagens sugeridas incluem programas educacionais, intervenções baseadas em interações, e estratégias de apoio que podem ser ajustadas para responder de maneira eficaz às necessidades emergentes dos jovens (Costa, Morais, et al, 2021).

#### **4. CONCLUSÕES**

Durante a pandemia de COVID-19, o aumento do uso de mídias digitais pelos adolescentes brasileiros trouxe desafios e oportunidades para sua saúde mental e bem-estar. A mudança repentina para o ensino remoto e a necessidade de manter conexões online impactaram profundamente a forma como esses jovens lidam com suas emoções e comportamentos. Enquanto as mídias digitais ajudaram a manter a educação e o contato social, propiciaram causaram igualmente problemas como dificuldade para se adaptar a novas rotinas, convívio social e a falta de atividades habituais. Isso levou a um aumento de ansiedade, estresse e sintomas depressivos.

Além disso, o isolamento social resultou em um preocupante aumento no uso de substâncias como álcool e drogas, exacerbado pelo estresse e pelas mudanças na rotina. Esse comportamento agravou ainda mais os problemas de saúde mental.

Por isso, as escolas são fundamentais na identificação precoce e no apoio aos adolescentes, oferecendo suporte acadêmico, emocional e psicológico. É crucial que os profissionais da educação sejam bem treinados em saúde mental e promovam um diálogo aberto sobre esses temas.

O ambiente escolar, com suas pressões e estresse, pode aumentar a vulnerabilidade emocional dos jovens. Por isso, é essencial implementar estratégias de apoio que criem um ambiente mais saudável. Programas de educação emocional e suporte psicológico, aliados à colaboração com profissionais de saúde mental e famílias, são essenciais para enfrentar esses desafios e promover um desenvolvimento equilibrado durante esta fase difícil.

## 5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

CARRIÓN, R. G.; CARBALLIDO, B. V.; GALLEGU, L. V. Children and Adolescents Mental Health: A Systematic Review of Interaction-Based Interventions in Schools and Communities. **Frontiers in Psychology**, v. 10, n. 918, 24 abr. 2019.

COSTA, E. A.; MORAIS, F. P. Intervenções escolares e comunitárias na saúde mental de adolescentes: Detecção precoce e estratégias de apoio. **Revista Brasileira de Psicologia Aplicada**, v. 18, n. 2, p. 123-140, 2022.

COSTA, L. M.; LIMA, A. R. O papel da escola na promoção da saúde mental e na prevenção de transtornos emocionais entre adolescentes. **Revista Brasileira de Educação**, v. 26, n. 3, p. 567-582, 2021.

FORD, T. The Role of Schools in Early Adolescents' Mental Health: Findings From the MYRIAD Study. **Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry**, v. 60, n. 12, 4 mar. 2021.

GARCIA-CERDE, R. et al. Substance use and adolescent mental health during the COVID-19 pandemic in Brazil: a longitudinal approach. **Jornal de Pediatria**, v. 100, p. 367–376, 15 jul. 2024.

MARTINS, R. C.; LIMA, J. B., et al. Alterações no comportamento e bem-estar de adolescentes durante a pandemia de COVID-19: um estudo brasileiro. **Revista Brasileira de Psicologia**, v. 21, p. 123-145, 2021.

SILVA, J. A.; LIMA, R. C.; SOUZA, M. T. Impacto da pandemia de COVID-19 no uso de substâncias psicoativas: Uma revisão crítica. **Revista Brasileira de Terapias Cognitivas e Comportamentais**, 2022.

SILVA, M. A.; OLIVEIRA, R. P. Impactos do ambiente escolar na saúde mental dos adolescentes: Pressões sociais e estresse acadêmico. **Revista Brasileira de Psicologia Educacional**, v. 15, n. 2, p. 45-62, 2020.

STEARE, T. et al. The association between academic pressure and adolescent mental health problems: A systematic review. **Journal of Affective Disorders**, v. 339, n. 0165-0327, p. 302–317, 15 out. 2023.