

## **SAÚDE MENTAL DE ALUNOS DO ENSINO MÉDIO:**

### **Uma revisão narrativa**

**PEDRO GUSTAVO PIMENTEL PRATES<sup>1</sup>**  
**CAP-Coluni - UFV**

**LARA PASQUOTTO TEIXEIRA LELIS**  
**Colégio Modelo**

**WELTON CARDOSO JÚNIOR**  
**Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB)**

**BERTA LENI COSTA CARDOSO**  
**Universidade do Estado da Bahia (UNEB)**

### **Resumo**

Este estudo visa analisar a saúde mental dos alunos do ensino médio, investigando a existência de transtornos emocionais, a partir da análise das publicações com essa temática no Brasil. Utilizando de uma abordagem de revisão narrativa, foram realizadas pesquisas nas plataformas Periódico Capes, Scielo e BVS, aplicando filtros específicos para a seleção de artigos pertinentes. Foram identificados nove artigos no Periódico Capes que abordavam a temática e nenhum nas outras plataformas. A revisão teórica destacou a presença frequente de condições como ideação suicida, ansiedade e depressão entre adolescentes, sugerindo que o uso excessivo de redes sociais pode ser um fator agravante. Conclui-se que há uma necessidade urgente de apoio especializado para os alunos do ensino médio, destacando a importância de políticas públicas voltadas para a saúde mental dessa população. Medidas como o aumento da oferta de psicólogos nas escolas e a promoção de palestras visando conscientização e incentivo para buscar ajuda são essenciais. Portanto, é imperioso que sejam implementadas políticas públicas específicas para lidar com essa questão e superar os desafios enfrentados pelos alunos em relação à saúde mental durante o período escolar.

6100

**Palavras-chave:** Saúde Mental. Ensino Médio. Alunos.

### **Abstract**

This study aims to analyze the mental health of high school students, investigating the existence of emotional disorders, based on the analysis of publications on this topic in Brazil. Using a narrative review approach, searches were carried out on the Periódico Capes, Scielo and BVS platforms, applying specific filters to select relevant articles and nine articles were identified in Periódico Capes that addressed the topic and none on other platforms. The theoretical review highlighted the frequent presence of conditions such as suicidal ideation, anxiety and depression among adolescents, suggesting that excessive

---

<sup>1</sup> Os dados de cada autor/ra devem ser inseridos após as referências, como exemplificado ao final deste modelo/template.

use of social networks may be an aggravating factor. It is concluded that there is an urgent need for specialized support for high school students, highlighting the importance of public policies aimed at the mental health of this population. Measures such as increasing the supply of psychologists in schools and promoting lectures aimed at raising awareness and encouraging people to seek help are essential. Therefore, it is imperative that specific public policies are implemented to deal with this issue and overcome the challenges faced by students in relation to mental health during their school years.

**Keywords:** Mental Health. High School. Students.

## Introdução

Segundo dados da World Health Organization (WHO, 2022), cerca de 1 bilhão de pessoas, sendo destas, 14% adolescentes, viviam com um transtorno mental em 2019. Essa fase de baixa segurança emocional que é a adolescência se soma aos desafios que estão presentes no ensino médio, um período de extrema mudança de hábitos e mentalidade, e que se trata de uma faixa de transição para os adolescentes e jovens entre o ensino fundamental, sua fase “criança”, para a, muitas vezes temida, fase “adulta”.

Além dos desafios já mencionados, é crucial considerar outros fatores que podem influenciar a saúde mental dos alunos do ensino médio, tais como as pressões acadêmicas crescentes, conflitos familiares, casos de bullying e o uso nocivo de substâncias. Identificar e intervir previamente nessas questões não apenas pode mitigar os efeitos negativos a curto prazo, mas também prevenir possíveis complicações a longo prazo, destacando a necessidade urgente de um maior ímpeto para a promoção da saúde mental.

De acordo com a Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS, [s.d.]), a saúde mental e os transtornos mentais são influenciados por uma variedade de determinantes, que incluem desde atributos individuais, como a capacidade de administrar as emoções e os comportamentos, até a fatores sociais, culturais, econômicos, políticos e ambientais, como as políticas nacionais, a proteção social, padrões de vida, as condições de trabalho e o apoio comunitário. Compreender a interação complexa desses determinantes é essencial para abordar e prevenir efetivamente os problemas relacionados à saúde mental em diferentes contextos e populações.

É importante destacar que a saúde mental é um tema que não está tendo a relevância necessária, e se trata de um problema que não está sendo enfrentado de maneira eficiente em escala global, afinal, a depressão é a principal responsável por mortes por suicídio, com um número perto de 800.000 vidas perdidas por ano (WHO,

2017). Sob esse viés, a saúde mental dos alunos do ensino médio é uma temática relevante que deve ser tratada com muito cuidado e atenção por todas as esferas da educação, uma vez que se trata de uma fase de definição na vida dos jovens.

Nesse sentido, a presente pesquisa teve como questão norteadora como está a saúde mental dos alunos do ensino médio e a existência de transtornos emocionais, a partir da literatura publicada no Brasil? Essa pesquisa tem como objetivo analisar a saúde mental dos alunos do ensino médio e a existência de transtornos emocionais, a partir da literatura publicada no Brasil, por meio de uma revisão narrativa, com o intuito de obter dados relevantes que elucidem para as instituições de ensino uma possibilidade de compreensão desse tema.

É possível que a saúde mental dos adolescentes e jovens esteja comprometida nesse mundo moderno, principalmente devido à existência do contato com as redes sociais, as possíveis experiências traumáticas e o isolamento vividos durante a pandemia. Compreender a saúde mental dos alunos é de fundamental importância, não apenas para desenvolver estratégias eficazes de apoio, mas também para a intervenção por parte das instituições educacionais. Portanto, a investigação sobre esse tema se torna crucial para melhor entender e abordar as necessidades dos alunos.

## Metodologia

Foi realizada uma pesquisa eletrônica nas seguintes plataformas: Periódico Capes, Scielo e BVS. A pesquisa ocorreu entre agosto de 2023 e janeiro de 2024. Para que houvesse uma filtragem dos artigos que seriam trabalhados na fase de leitura, foi utilizado a pesquisa avançada, os operadores booleanos “AND” e “OR”, e os descritores: saúde mental, estudantes, alunos, ansiedade e depressão.

Os critérios de inclusão e exclusão definidos foram: abordar sobre estudantes do ensino médio, ter o foco centrado na saúde mental, recorte temporal entre 2018 e 2023, buscando publicações atuais, ter uma versão em português e ter o texto completo disponível.

A primeira consulta resultou em 505 artigos, sendo: 48 do BVS; 450 do Periódico Capes e 7 do Scielo.

Como primeiro procedimento de exclusão, foram descartadas as publicações que estavam duplicadas, fruto da indexação do periódico em mais de uma base de dados; na sequência, realizou-se a primeira triagem subjetiva, caracterizada pela adequação do título com o objetivo da pesquisa e, após a leitura dos resumos, restaram 38 artigos.

A seguir será apresentada a busca em cada base detalhada, sendo respeitadas suas especificidades e quantidade de textos encontrados, selecionados ou excluídos, bem como um fluxograma que melhor representa os caminhos percorridos, descrevendo os descritores utilizados, os booleanos e o recorte temporal.

Quantidade de artigos encontrados por etapa:

BVS:

“(saúde mental) AND (estudantes) OR (alunos) AND (ansiedade) AND (depressão)” = 844

Texto completo = 716

Português = 69

2018-2023 = 48

Nesses 48 artigos foi realizado o primeiro procedimento de exclusão, em que foram descartadas as publicações que estavam duplicadas, fruto da indexação do periódico em mais de uma base de dados; na sequência, realizou-se a primeira triagem subjetiva, caracterizada pela adequação do título com o objetivo da pesquisa e, após a leitura dos resumos, restou 1 artigo, o qual foi levado para a leitura completa.

Periódico Capes:

“Qualquer campo contém **Saúde Mental** E Qualquer campo contém **estudantes** OU Qualquer campo contém **alunos** E Qualquer campo contém **ansiedade** E Qualquer campo contém **depressão**” +Últimos 5 anos = 1202

Português = 598

Revisados por pares = 461

+” **NÃO** Qualquer campo contém **medicina** **NÃO** Qualquer campo contém **universitários**” = 450

Os 450 artigos foram levados para realização do primeiro procedimento de exclusão, em que foram descartadas as publicações que estavam duplicadas, fruto da indexação do periódico em mais de uma base de dados; na sequência, realizou-se a primeira triagem subjetiva, caracterizada pela adequação do título com o objetivo da pesquisa e, após a leitura dos resumos, restaram 30 artigos, os quais foram levados para a leitura completa.

Scielo:

Saúde mental = 5466

(2018-2023) = 2260

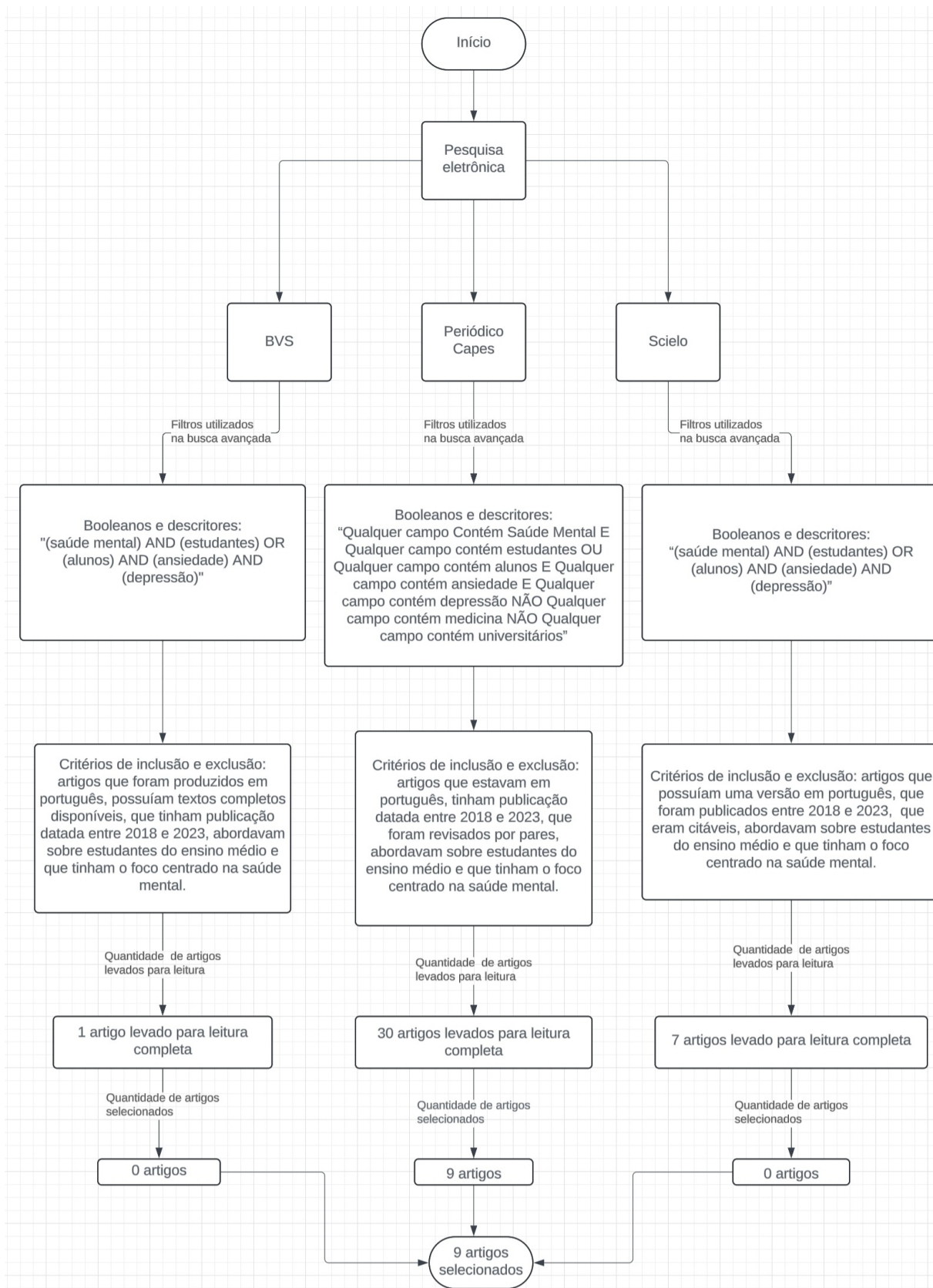
Citável = 2202

Português = 1744

AND (estudantes) OR (alunos) AND (ansiedade) AND (depressão) = 7

Esses 7 artigos foram levados para posterior leitura.

### Fluxograma 1- Procedimentos de coleta de dados: Busca dos artigos



Fonte: Dados da coleta (2024)

## Resultados

Na fase de leitura, não foram encontrados artigos que se encontravam nos critérios de inclusão nem no BVS e nem no Scielo. No entanto, no Periódico Capes, foram encontrados 9 artigos que se enquadraram. Eles foram organizados em um quadro onde foram detalhados em: título, plataforma, autores e ano, objetivo, metodologia e resultado. A partir da revisão teórica, foi possível verificar que condições como ideação suicida, ansiedade e depressão são frequentes em adolescentes e que há possibilidade de que uso excessivo de redes sociais seja um agravante para tal. No quadro abaixo será apresentado todos os artigos selecionados com: título, autor(es), ano, objetivo, metodologia e resultado, e, posteriormente, a descrição de cada resultado.

**Quadro 1 - Saúde mental de alunos do ensino médio (2018 a 2023)**

Título	Autores/Ano	Objetivo	Metodologia	Resultado
Vida sem escola e saúde mental dos estudantes de escolas públicas na pandemia de Covid-19	Daniel Arias Vazquez, Sheila C. Caetano, Rogerio Schlegel, Elaine Lourenço, Ana Nemi, Andréa Slemian, Zila M. Sanchez Andréa Slemian, Zila M. Sanchez (2022)	Avaliar os possíveis impactos e associações da pandemia sobre a saúde mental dos jovens.	Estudo transversal, realizado por meio de questionário on-line. Todos os estudantes matriculados do 9º ano do Ensino Fundamental ao 3º ano do Ensino Médio e que estavam em contato com a escola, a pesquisa contou com a participação de 21 escolas públicas do município de São Paulo.	O artigo sugere que estudantes do 9º ano do Ensino Fundamental e do Ensino Médio em escolas públicas estaduais e municipais, localizadas nas periferias dos municípios de São Paulo e Guarulhos, apresentaram triagem positiva em 10,5% para sintomas depressivos graves e 47,5% para sintomas ansiosos graves.
Prevalência e determinantes sociais da ideação suicida entre estudantes brasileiros em escolas públicas do ensino médio	Marcos Roberto Vieira Garcia, Cláudia Renata dos Santos Barros, Vera Silvia Facciola Paiva, Maria Carla Corrochano, Djalma Barbosa, Nathália de Souza Machado dos Reis, Diego Plácido Silva (2022)	Preencher uma lacuna sobre os determinantes sociais da ideação suicida entre jovens brasileiros, analisando fatores como orientação sexual, condição econômica, discriminação na escola e na internet.	Estudo transversal, utilizou uma amostra de conveniência de 475 alunos do ensino médio (16-17 anos) de nove escolas públicas do estado de São Paulo, Brasil.	Do total de entrevistados, 224 deles relataram ideação suicida ao longo da vida, uma prevalência inesperadamente alta (47,2%). Na análise múltipla com estimativa da razão de prevalência ajustada, atração por pessoas do mesmo sexo ou bissexual, estudar em escolas noturnas, indicativo de menor condição econômica, e ser discriminado em escola e na internet foram associados positivamente à ideação suicida ao longo da vida.

<p>Ideação suicida e fatores associados entre estudantes de ensino médio e superior: uma análise hierarquizada</p>	<p>Cássio de Almeida Lima, Romerson Brito Messias, Alexandre Botelho Brito, Thalita Bahia Ferreira, Mariane Silveira Barbosa, Lucinéia de Pinho, Maria Fernanda Santos Figueiredo Brito, Marise Fagundes Silveira (2021)</p>	<p>Estimar a prevalência e analisar os fatores associados à ideação suicida em estudantes de ensino médio e superior.</p>	<p>Estudo epidemiológico, transversal, analítico. Foi realizado na zona urbana de Montes Claros, Norte de Minas Gerais, MG, Brasil. De acordo com os censos escolares de 2012 e 2014, havia um total de 16.216 estudantes do ensino médio e 25.883 do ensino superior.</p>	<p>Este estudo evidenciou que parte expressiva dos estudantes nas modalidades analisadas apresentou ideação suicida, desfecho que esteve associado a fatores sociodemográficos, do estilo de vida, socioafetivos e psíquicos.</p>
<p>Self-perceived body image, dissatisfaction with body weight and nutritional status of Brazilian adolescents: a nationwide study</p>	<p>Milene Moehlecke, Carina Andriatta Blume, Felipe Vogt Cureau, Christian Kieling, Beatriz D. Schaan (2020)</p>	<p>Avaliar a concordância e os fatores de risco para subestimação e superestimação entre o estado nutricional e a autoimagem corporal e para avaliar a prevalência e os fatores associados à insatisfação com o peso corporal entre adolescentes brasileiros.</p>	<p>Estudo multicêntrico, transversal, nacional e de base escolar. Foi realizada com estudantes entre 12 e 17 anos que participavam do Estudo de Riscos Cardiovasculares em Adolescentes ("ERICA").</p>	<p>A maior parte da amostra associou corretamente sua imagem corporal de acordo com o índice de massa corporal. Estudantes com distorção da autoimagem corporal e aqueles insatisfeitos com seu peso foram mais propensos a apresentar rastreamento positivo para transtornos mentais comuns.</p>
<p>Excessive use of social media by high school students in southern Brazil</p>	<p>Yohana Pereira Vieira, Vanise dos Santos Ferreira Viero, Elizabeth Saes-Silva, Priscila Arruda da Silva, Laura Silva da Silva, Mirelle de Oliveira Saesa, Lauro Miranda Demenecha, Samuel Carvalho Dumitha (2022)</p>	<p>Avaliar a prevalência do uso excessivo de redes sociais e identificar os seus fatores associados em estudantes do ensino médio do Sul do Brasil.</p>	<p>Estudo transversal de base populacional. Foram elegíveis para esta pesquisa todos os estudantes que estavam cursando o ensino médio no Instituto Federal do Rio Grande do Sul, campus Rio Grande, no 2º semestre de 2019. No total, 513 alunos participaram do estudo. A variável dependente deste estudo foi o uso excessivo de redes sociais, definido como mais de cinco horas por dia.</p>	<p>Mais de um terço dos estudantes usava em excesso as redes sociais. Esse comportamento esteve associado com desfechos negativos em saúde.</p>

Transtorno mental comum na adolescência tardia e dependência de internet: possíveis associações	George Bueno, Maria Viana, & Edson Santos Neto (2021)	Verificar a associação entre a ansiedade, depressão, autoestima e dependência de Internet na adolescência tardia entre estudantes matriculados no ensino médio.	Inquérito epidemiológico transversal realizado com estudantes matriculados no ensino médio da Região Metropolitana da Grande Vitória – Espírito Santo (RMGV-ES).	Concluiu-se que a ansiedade, a depressão e a baixa autoestima são condições mentais cujos sintomas estão frequentemente presentes em adolescentes de 15 a 19 anos, estando associados à dependência de Internet.
Mental health as a dimension for the care of teenagers	Rosália Teixeira Luz, Edméia de Almeida Cardoso Coelho, Marizete Argolo Teixeira, Andiana Rodrigues Barros, Maria de Fátima Alves Aguiar Carvalho, Mariza Silva Almeida- (2018)	Analisar demandas no âmbito da saúde mental na perspectiva de adolescentes.	Estudo descritivo, com abordagem qualitativa, tendo integralidade como categoria analítica. Foi realizado com 21 adolescentes de ambos os sexos, estudantes de duas escolas públicas de um município do interior baiano.	Adolescentes valorizam a indissociabilidade entre corpo e mente, reconhecem carência de atenção à dimensão psicológica na rede de saúde, e apontam transtornos psíquicos como resultantes de contextos de vida e de falta de Atenção à Saúde.
Suicide risk in high school students: who are the most vulnerable groups?	Laura Silva da Silva, Priscila Arruda da Silva, Lauro Miranda Demenecha, Mariana Eduarda Centena Duarte Vieira, Lucas Neiva Silva, Samuel Carvalho Dumitha (2023)	Investigar a prevalência e os fatores associados ao risco de suicídio em estudantes do ensino médio de uma instituição federal de ensino do Rio Grande do Sul (IFRS).	Estudo transversal, realizado com base em um censo de estudantes (n=510) matriculados no IFRS, Campus Rio Grande, no segundo semestre de 2019.	Um em cada seis estudantes apresentou elevado risco de suicídio.
Riesgo de suicídio adolescente en localidades urbanas y rurales por género, región de Coquimbo, Chile	Rodrigo Alejandro Ardiles-Irarrázabal, Paola Andrea Alfaro-Robles, Ignacio Esteban Díaz-Mancilla, Violeta Victoria Martínez-Guzmán (2018)	Comparar o risco de suicídio de adolescentes por gênero, estudantes do ensino médio, residentes em áreas urbanas e rurais da Região de Coquimbo, Chile.	Quantitativo descritivo não experimental, numa amostra não probabilística. Em novembro de 2016, de forma anônima, aplicou-se um questionário sobre tendência suicida, a uma amostra de 349 adolescentes entre 14 e 19 anos (48,7 % homens e 51,3 % mulheres), que se estabelecimentos educativos urbanos e rurais da Região de Coquimbo.	O suicídio é um problema de saúde pública mundial, sobre o qual não se tem abordado adequadamente, no que se refere à prevenção e promoção em saúde; há diversidade de fatores que influenciam no risco suicida, e o fator associado ao gênero feminino apresenta maior risco, enquanto a localização geográfica de residência não o registra.

**Fonte:** Dados da pesquisa (2024)

Vazquez *et al.* (2022), com o objetivo de analisar os efeitos da pandemia de Covid 19 sobre a saúde mental dos estudantes durante parte do período de suspensão das aulas presenciais, fizeram uma pesquisa com alunos entre 13 e 20 anos do 9 ano do Ensino Fundamental e do Ensino Médio em 21 escolas públicas dos municípios de São Paulo e Guarulhos, em que obtiveram 401 repostas válidas e verificaram que o tempo de

exposição a telas, a inversão do sono, ser do sexo feminino, cor/raça e casos de Covid-19 em casa estão associados à sintomas de depressão e ansiedade e apresentaram 10,5% para sintomas depressivos e 47,5% para sintomas ansiosos graves.

Garcia *et al.* (2022), com o objetivo de mostrar um aumento de ideação e comportamentos suicidas entre jovens, fizeram uma pesquisa com 475 alunos do ensino médio de nove escolas públicas de São Paulo, verificaram que 224 alunos apresentaram ideação suicida ao longo da vida.

Lima *et al.* (2021) analisaram os fatores associados à ideação suicida em sua pesquisa com estudantes matriculados em instituições públicas e privadas do ensino médio e superior em Montes Claros, MG, em que obtiveram 2.512 respostas, sendo 963 do ensino médio e 1.549 do ensino superior. Verificaram que parte dos estudantes apresentou ideação suicida, sendo maior prevalência entre os alunos do ensino médio e que alguns dos fatores que estão associados são uso de drogas e álcool, sentimentos de raiva/hostilidade, síndrome de burnout e pessoas do sexo feminino.

Moehlecke *et al.* (2020) analisaram os fatores associados à insatisfação com o peso corporal entre adolescentes brasileiros. Os autores fizeram uma pesquisa com 71.740 estudantes que participavam do Estudo de Riscos Cardiovasculares em Adolescentes ("ERICA") e verificaram que 45% dos estudantes têm insatisfação com o peso corporal, sendo a maioria entre meninas e adolescentes mais velhos.

Vieira *et al.* (2022), com o objetivo de analisar o uso excessivo de redes sociais e identificar seus fatores, fizeram uma pesquisa com 513 estudantes do ensino médio do Instituto Federal do Rio Grande do Sul e verificaram que indivíduos do sexo feminino, mais velhos, com cor de pele preta/parda e que estavam no início do ensino médio tiveram maior probabilidade do uso exagerado de redes sociais, com características mais fortes para tabagismo, risco de depressão, ansiedade e estresse, risco elevado de suicídio e uso de drogas.

Bueno, Viana e Santos Neto (2021) analisaram os sintomas de depressão, ansiedade e autoestima com a dependência de Internet em 2.293 estudantes entre 15 a 19 anos matriculados no ensino médio da Região Metropolitana da Grande Vitória-Espírito Santo. Os autores verificaram que o sexo feminino apresentou sintomas ansiosos e baixa autoestima e os sintomas depressivos foram mais frequentes em alunos do primeiro ano do ensino médio.

Luz *et al.* (2018) analisaram cuidados no âmbito da saúde mental na visão dos adolescentes. Os autores realizaram uma pesquisa com 21 estudantes de duas escolas públicas de um município do interior baiano e verificaram que adolescentes valorizam a indissociabilidade entre corpo e mente, reconhecendo carência de atenção à dimensão psicológica na rede de saúde.

Silva *et al.* (2023), com objetivo de analisar os fatores associados ao risco de suicídio, realizaram uma pesquisa com 510 estudantes do ensino médio de uma instituição federal de ensino do Rio Grande do Sul e verificaram que um a cada seis estudantes teve alto risco de suicídio.

Ardiles-Irarrázabal *et al.* (2018), com o objetivo de comparar o risco de suicídio, fizeram uma pesquisa com 349 estudantes do ensino médio entre 14 e 19 anos da região de Coquimbo, Chile e verificaram que adolescentes do sexo feminino apresentam maior risco suicida.

## Discussão

Corroborando com os resultados de Garcia *et al.* (2022), Silva *et al.* (2019), estudantes universitários de Enfermagem do UDF-Centro Universitário, fizeram um relato de experiência com alunos do ensino médio envolvendo relações interpessoais, bullying e suicídio verificando que a maioria dos adolescentes que participou já teve ideação suicida.

Essa questão requer aprofundamento em sua discussão, uma vez que aspectos negativos que podem influenciar a saúde mental dos adolescentes se fazem presentes, tanto no ensino médio, quanto no ensino superior. Faz-se importante também averiguar se esses são aspectos característicos de cada fase, ou se, nas populações estudadas, foram fatos que se estenderam de uma fase para outra. Dessa forma, ações intervencionistas, a fim de minimizar ou erradicar consequências mais graves, poderiam ser tomadas mais precocemente.

Corroborando com os resultados de Vieira *et al.* (2021), Zinn-Souza *et al.* (2008) fizeram uma pesquisa com 724 estudantes do ensino médio no município de São Paulo e verificaram que ser do sexo feminino e consumir bebidas alcoólicas são fatores associados a distúrbios depressivos.

Sabemos que ainda vivemos em uma sociedade machista, que exige muito da mulher, tendo esta seu papel muitas vezes reduzidos ou marginalizados socialmente. À

mulher cabe desenvolver vários papéis e estar o tempo todo provando sua capacidade de produção e desenvolvimento, para assim, ser aceita e respeitada. Embora essa premissa esteja sendo combatida, em muitos campos da sociedade ela ainda não foi superada, podendo trazer, dessa forma, sofrimento mental e emocional às mulheres em questão. Essas experiências começam a ser vividas pelas mulheres desde muito cedo, podendo influenciar seu desenvolvimento afetando suas emoções e sentimentos em relação à percepção do seu papel e espaço na sociedade.

Grolli, Wagner e Dalbosco (2017) realizaram uma pesquisa com 70 estudantes entre 16 e 19 anos de idade concluintes do ensino médio de uma escola pública do Rio Grande do Sul e verificaram que existe uma maior taxa de sintomas mínimos de depressão e ansiedade em comparação com sintomas leves, moderados e graves

Carvalho *et al.* (2011), com o objetivo de identificar os fatores associados a indicadores negativo de saúde mental em adolescentes, realizaram uma pesquisa com 4.207 estudantes do ensino médio em Pernambuco e verificaram que sentimento de solidão, pensamento suicida, dificuldade para dormir devido à preocupação e planos de suicídio foram os fatores que mais se destacaram entre os estudantes.

Silva e Pires (2023), em sua revisão de literatura sobre a relevância da educação física escolar no ensino médio e seus benefícios em relação à saúde mental e o transtorno de ansiedade, verificaram, a partir dos estudos selecionados, que a pressão familiar, social e pessoal com a disponibilidade maior do transtorno se desenvolver em indivíduos do sexo feminino do que no sexo masculino são os fatores que contribuem para o desencadeamento do transtorno de ansiedade em alunos do ensino médio. Segundo as autoras, a prática de atividade física é uma importante ferramenta que contribui no combate da ansiedade e manutenção da saúde mental, destacando a importância do papel do professor de educação física como contribuição benéfica, para prevenção e intervenção em relação à saúde mental, como o transtorno de ansiedade, enquanto uma abordagem multidisciplinar.

## Considerações Finais

A saúde mental é muito importante para podermos ter uma boa convivência, um bom desempenho e sermos produtivos em nossas rotinas, mas existem alguns problemas psicológicos que dificultam nossa capacidade de fazermos algo. Algumas delas são

chamadas de: depressão, ansiedade e ideação suicida que geralmente começam na adolescência e, se não tratadas, podem acabar resultando em um fim inesperado.

A partir dos nove textos selecionados, três apresentaram que uso de drogas, consumo de bebida alcoólica, síndrome de burnout, sentimentos de raiva e tempo de exposição a telas foram fatores associados à depressão e a ansiedade; e cinco afirmaram que adolescentes do sexo feminino tem maior risco desses problemas psicológicos. Diante disso, faz-se necessário novas pesquisas ou políticas públicas que atendam adolescentes/jovens que precisam ou sintam a necessidade de serem tratados.

Ações como acompanhamento médico e psicológico por profissionais da área, motivação para hábitos saudáveis, como prática de atividade física, boa qualidade de sono, alimentação saudável e balanceada, são importantes para o bom desenvolvimento e para melhor educação dos adolescentes. Políticas públicas deveriam ser criadas a fim de garantir o acesso dessa população a essas ações e atendimentos bem como projetos nas escolas que visem a orientação e o cuidado com a saúde física, mental e emocional desses adolescentes.

## Referências

ARDILES-IRARRÁZABAL, Rodrigo Alejandro; ALFARO-ROBLES, Paola Andrea; DÍAZ-MANCILLA, Ignacio Esteban; MARTÍNEZ-GUZMÁN, Violeta Victoria. Riesgo de suicidio adolescente en localidades urbanas y rurales por género, región de Coquimbo, Chile. AÑO 18, vol. 18, n. 2 - **CHÍA**, COLOMBIA – ABRIL, 2018.

BUENO, George; VIANA, Maria; NETO, Edson Santos. Transtorno mental comum na adolescência tardia e dependência de internet: possíveis associações. **Revista Psicologia, Saúde & Doenças**, vol. 22, n. 3, 1061-1078, 2021.

CARVALHO, Priscila Diniz de; BARROS, Mauro Virgílio Gomes de; SANTOS, Carla Meneses; MELO, Edilânea Nunes; OLIVEIRA, Nilma Kelly Ribeiro de; LIMA, Rodrigo Antunes. Prevalência e fatores associados a indicadores negativos de saúde mental em adolescentes estudantes do ensino médio em Pernambuco, Brasil. **Rev. Bras. Saúde Matern. Infant.**, vol. 11, n. 3, Recife, 227-238 jul. / set., 2011.

GARCIA, Marcos Roberto Vieira; BARROS, Cláudia Renata dos Santos; PAIVA, Vera Silvia Facciola; CORROCHANO, Maria Carla; Barbosa, Djalma; Reis, Nathália de Souza Machado dos; PLÁCIDO, Diego Silva. Prevalência e determinantes sociais da ideação suicida entre estudantes brasileiros em escolas públicas do ensino médio. **RPICS**, vol. 2, n. 2, nov., 2022.

GROLLI, Verônica; WAGNER, Marcia Fortes; DALBOSCO, Simone Nenê Portela. Sintomas Depressivos e de Ansiedade em Adolescentes do Ensino Médio. **Revista de Psicologia da IMED**, Passo Fundo, vol. 9, n. 1 p. 87-103, Jan.-Jun. 2017.

LIMA, Cássio de Almeida; MESSIAS, Romerson Brito; BRITO, Alexandre Botelho; FERREIRA, Thalita Bahia; BARBOSA, Mariane Silveira; PINHO, Lucinéia de; BRITO, Maria Fernanda Santos Figueiredo; SILVEIRA, Marise Fagundes. Ideação suicida e fatores associados entre estudantes de ensino médio e superior: uma análise hierarquizada. **J Bras Psiquiatr.**, vol. 70, n. 3, 2021; 211-23.

LUZ, Rosália Teixeira; COELHO, Edméia de Almeida Cardoso; TEIXEIRA, Marizete Argolo; BARROS, Andiara Rodrigues; CARVALHO, Maria de Fátima Alves Aguiar; ALMEIDA, Mariza Silva. Mental health as a dimension for the care of teenagers. **Rev Bras Enferm [Internet]**. 2018; 71(suppl 5):2212-9.

MOEHLECKE, Milene; BLUME, Carina Andriatta; CUREAU, Felipe Vogt; KIELING, Christian; SCHAAN, Beatriz D. Self-perceived body image, dissatisfaction with body weight and nutritional status of Brazilian adolescents: a nationwide study. **J Pediatr (Rio J)**. vol. 96, 2020; 76-83.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DA SAÚDE. **Transtornos mentais**. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/topicos/transtornos-mentais>. Acesso em: 25 de abr. 2024.

SILVA, Andreza Cristina Almeida da; PIRES, Geane Carla de Souza. **A relevância da educação física escolar para a saúde mental de escolares do Ensino Médio**: uma revisão de literatura sobre o transtorno de ansiedade. TCC de Graduação (Licenciatura Plena em Educação Física) - Universidade Federal do Amazonas. 2023. 42 f.

SILVA, Gabriel Veloso da; SOARES, Jéssica Bezerra; SOUSA, Juliana Coêlho de; EVANGELISTA, Leila Akemi. Promoção de saúde mental para adolescente em uma escola de ensino médio - Um relato de experiência. **Rev. NUFEN**, vol.11, n. 2. Belém maio/ago, 2019.

SILVA, Laura Silva da; SILVA, Priscila Arruda da; DEMENECHA, Lauro Miranda; VIEIRA, Maria Eduarda Centena Duarte; SILVA, Lucas Neiva; DUMITHA, Samuel Carvalho. Suicide risk in high school students: who are the most vulnerable groups?. **Rev Paul Pediatr**. 2023; 41:e2021236

VAZQUEZ, Daniel Arias; CAETANO, Sheila C.; SCHLEGEL, Rogerio; LOURENÇO, Elaine; NEMI, Ana; SLEMIAN, Andréa; SAANCHEZ, Zila M. Vida sem escola e saúde mental dos estudantes de escolas públicas na pandemia de Covid-19. **SAÚDE DEBATE**. RIO DE JANEIRO, vol.46, n. 133, P. 304-317, Abr-Jun, 2022

VIEIRA, Yohana Pereira; VIERO, Vanise dos Santos Ferreira; SAES-SILVA, Elizabet; SILVA, Priscila Arruda da; SILVA, Laura Silva da; SAESA, Mirelle de Oliveira; DEMENECHA, Lauro Miranda; DUMITHA, Samuel Carvalho. Excessive use of social media by high school students in southern Brazil. **Rev Paul Pediatr**. 2022; 40:e2020420.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **World mental health report: transforming mental health for all**. Geneva: WHO, 2022. Disponível em: <https://www.who.int/publications-detail-redirect/9789240049338>. Acesso em: 24 de abr. de 2024.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Depression and Other Common Mental Disorders: Global Health Estimates.** Geneva: WHO, 2017. Disponível em: <https://iris.who.int/handle/10665/254610>. Acesso em: 25 abr. 2024.

ZINN-SOUZA, LC; Nagai, R; Teixeira, LR; Latorre, MRDO; Roberts, R; Cooper, SP; Fischer, FM. Factors associated with depression symptoms in high school students in São Paulo, Brazil. **Rev Saúde Pública**, vol. 42, n. 1, 2008; 34-40.

Autor 1:



Nome Completo: Pedro Gustavo Pimentel Prates  
Estudante do Colégio de Aplicação-CAP-COLUNI  
Universidade Federal de Viçosa.  
Email: pedrogcomputer@gmail.com  
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/0674076192226268>  
Orcid: <https://orcid.org/0009-0003-1548-2516>

Autora 2:



Nome Completo: Lara Pasquotto Teixeira Lelis  
Estudante do Colégio Modelo Luís Eduardo Magalhães  
(CMLEM).  
Email: [larapasquottolelis@gmail.com](mailto:larapasquottolelis@gmail.com)  
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/9807732898900367>  
Orcid: <https://orcid.org/0009-0002-2269-013X>

Autor 3:



Nome Completo: Welton Cardoso Júnior  
Doutorando em Educação pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB). Mestre em Educação pela Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB). Diretor Clínico do Instituto de Neurologia e Radiodiagnóstico de Guanambi. Médico pela Unimontes. Advogado pelo Centro Universitário FG. Graduado em Tecnologia em Análise e Desenvolvimento de Sistemas pela Universidade Norte do Paraná.  
Email: [weltoncardosojr@gmail.com](mailto:weltoncardosojr@gmail.com)  
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/8361557630697635>  
Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-5216-896X>

**Autora 4:**



Nome Completo: Berta Leni Costa Cardoso  
Graduada, mestra e doutora em Educação Física. Docente no Programa de Pós-Graduação em Educação (PPGED) da Universidade Estadual do Sudoeste da Bahia (UESB). Docente na Universidade do Estado da Bahia (UNEB), Campus XII.  
Email: bertacostacardoso@yahoo.com.br  
Lattes: <http://lattes.cnpq.br/3678984365375736>  
Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-7697-0423>