

PAPEL DA ESCOLA NA PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Ambiente Escolar

As escolas funcionam como um contexto chave para a promoção da saúde mental e para prevenção de doenças mentais devido às suas características.

O ambiente escolar permite um contacto acessível, direto e diário com os alunos, crianças e adolescentes, e, muitas vezes, com as famílias dos alunos. A infância e a adolescência são períodos do desenvolvimento fundamentais para a criação de bases para a saúde mental (Stewart, 2008).

É nas escolas que as crianças e adolescentes passam a maior parte do seu dia uma vez que têm carácter obrigatório. As escolas funcionam como um espaço onde é permitida a socialização, o estabelecimento de relações afetivas e, neste meio, os alunos podem ser influenciados por vários modelos dos adultos (Stewart, 2008). Assim, para além do desenvolvimento académico e ensino de competências de aprendizagem, as escolas têm um papel essencial no desenvolvimento

social e emocional das crianças e adolescentes (Geenberg et al., 2003). As escolas podem promover um ambiente positivo e protetor. Nomeadamente, criam resiliência (Weare & Nind, 2011), melhoram a regulação emocional, desenvolvem estratégias de coping e de resolução de problemas (Clarke & Barry, 2010), oferecem oportunidade para a procura de ajuda (Slade, 2002) e diminuem o impacto económico da falta de saúde mental (Santor et al., 2009), entre outras.

Dado o contexto privilegiado que a escola representa, a saúde mental pode ser promovida através de programas preventivos que impliquem governo, comunidade, família e escolas (Tomé, Matos, Gomes, Camacho, & Gaspar, 2017).

Papel de Docentes e não Docentes

Os professores revelam ter um papel fundamental na saúde mental dos seus alunos. Devido ao tempo que as crianças e adolescentes passam nas escolas os professores representam um papel vital e único na identificação precoce de sinais de sofrimento mental e ainda na intervenção, através da prestação de ajuda ou encaminhamento dos alunos para a rede de suporte adequado (Maclean & Law, 2021).

A participação dos professores é um dos fatores principais no que diz respeito à eficácia das intervenções em saúde mental em meio escolar pois, estes potenciam a sustentabilidade e eficácia a longo prazo das intervenções (McLaughlin, Green, Alegría, Costello, Gruber, Sampson, & Kessler, 2012).

No entanto, as crenças e motivações dos professores são fatores importantes quando falamos do papel da escola na identificação precoce de problemas de saúde mental (Maclean & Law, 2021).

Quando o docente apresenta atitudes negativas e estigma perante as doenças mentais este cria uma barreira à identificação de sinais de sofrimento. (Maclean & Law, 2021)

Estas atitudes negativas podem, no entanto, ser resultantes da falta de formação específica na área da saúde mental e do sentimento de incapacidade perante as necessidades dos alunos. (Maclean & Law, 2021)

Papel de Pais e Encarregados de Educação

Nos últimos anos, a família passa a ser encarada pelo seu papel fundamental na identificação de sinais de sofrimento mental, tal como na sua intensificação (Ferriollil, Marturano, & Puntel, 2007).

Um ambiente familiar instável, isto é, ambientes onde prevalece a discórdia conjugal, desvantagem socioeconómica, famílias compostas por um elevado agregado familiar e/ou criminalidade é um ambiente de risco, prejudicial ao desenvolvimento infantil, afetando sobretudo a saúde mental.

Por outro lado, famílias com limites e regras bem estabelecidas, cujos pais são presentes e apoiam os filhos são fatores de proteção ao normal desenvolvimento da criança (Ferriollil, Marturano, & Puntel, 2007).

De facto, o envolvimento dos pais de crianças e adolescentes nos programas de saúde mental tem um impacto muito positivo nos resultados dos jovens tanto no ambiente escolar como na

comunidade (Korht, et al., 2018).

A escola tenta promover o envolvimento dos pais nos programas de saúde mental através do incentivo à sua participação nas reuniões da escola e grupos de pais. Não obstante aos esforços das escolas, a adesão por parte dos pais é tendencialmente baixa (Kurian, Murray, Kuhn, & LaForett, 2021).

Outra das formas que a escola encontra para potencializar a participação dos pais é através do envolvimento dos mesmos no trabalho de casa das terapias ou telefonemas diretos, dos professores e terapeutas para os pais (Kurian, Murray, Kuhn, & LaForett, 2021).

Pais envolvidos, que providenciam apoio e suporte através do reforço de competências específicas, ensinadas na escola, e que encorajam os filhos a participar nos programas de saúde mental, beneficiam os filhos e simultaneamente melhoram a colaboração família-escola (Kurian, Murray, Kuhn, & LaForett, 2021).

Papel de Profissionais de Saúde

Cada vez mais as escolas promovem serviços de saúde mental. Os serviços de saúde mental quando promovidos pela escola reduzem barreiras financeiras e de transporte para famílias com baixa capacidade económica e simultaneamente reduz o estigma associado aos serviços clínicos.

No entanto, também existem barreiras a este tipo de intervenção. Torna-se mais difícil para os profissionais de saúde das escolas o contacto com os pais e o seu envolvimento na intervenção do filho.

Muitas vezes os terapeutas optam por prescrever trabalhos de casa, numa tentativa de envolver também os pais da criança/jovem. Este tipo de atividades tem resultados muito positivos tanto nos pais, como nos filhos.

Papel da Comunidade

A incidência, prevalência e prognóstico de perturbações mentais estão diretamente ligadas com fatores da comunidade. A integração de serviços de saúde mental, a possibilidade de acesso remoto, aceitação e acessibilidade dos mesmos, bem como, a promoção da adesão aos serviços, podem promover melhores resultados clínicos.

A comunidade tem ainda outro papel fundamental na promoção de saúde mental, nomeadamente ao nível da prevenção através do alerta, redução de estigma social e discriminação e na intervenção por meio de suporte durante a recuperação e a inclusão social (Korht, et al, 2018).

As orientações da Associação Mundial Psiquiátrica sobre os cuidados de saúde mental comunitários caracterizam-se pelo foco na

saúde pública, isto é, serviços ao acesso e na proximidade da população, participação da comunidade nas tomadas de decisão, auto-ajuda, apoio entre os pares, serviços nos centros de saúde e supervisão por especialistas (Korht, et al, 2018).

No que diz respeito à comunidade escolar, intervenções que incluam a toda a escola, que visem incentivar a participação dos alunos e que durem ao longo de vários anos, parecem ser mais eficazes, tornando-se mesmo, cultura da própria escola. Intervenções em meio escolar, devem ter como objetivo a promoção de competências sociais e educação entre pares (Lhopis-Jané, Barry, Hosman, & Patel, 2005).

Revela-se importante a integração de estruturas da comunidade nestes programas para resultados mais eficazes, bem como, a criação

Referências:

Clark, A., & Barry, M. (2010).

Na evaluation of the Zippy's Friends emotional wellbeing programme for primary schools in Ireland.

Greenberg, M., Weissberg, R., O'Brien, M., Zins, J., Fredericks, L., Resnik, H., & Elias, M. (2003).

Enhancing School-Based Prevention and Youth Development Through Coordinated Social, Emotional, and Academic Learning. *American Psychologist*, 58 (67), 466-474. DOI:10.1037/0003-066X.58.6-7.466

Jennifer Kurian, Desiree W. Murray, Laura Kuhn & Doré R. LaForett (2021).

Examining frequency and modality of parent engagement in an elementary school mental health intervention, *Journal of Applied School Psychology*, DOI: 10.1080/15377903.2021.1911896

Santos, D., Short, K., & Ferguson, B. (2009).

Talking Mental Health to School: A policy-oriented paper on school-based mental health for Ontario. The Provincial Centre of Excellence for Child and Youth Mental Health at CHEO.

Slade, E. (2002).

Efect of School-Based Mental Health Programs on Mental Health Services by Adolescents at School and in the Community. *Mental Health Services Research*, 4, 151-166.

Stewart, D. E. (2008).

Implementing mental health promotion in schools: A process evaluation. *International Journal of Mental Health Promotion*, 10(1), 32-41.

Weare, K., & Nind, M. (2011).

Promoting Mental Health of Children and Adolescents Through Schools and Schools Based Interventions - Evidence Outcomes.

Ferriollil, S. H., Marturano, M. E., & Puntel, L. P. (2007).

Contexto Familiar e problemas de saude mental infantil no programa de saúde da família . *Rev Saúde Pública* 2007;41(2):251-9, pp. 251-9.

Kurian, J., Murray, D. W., Kuhn, L., & LaForett, D. R. (22 de Abril de 2021).

Examining frequency and modality of parent engagement in an elementary school mental. DOI:10.1080/15377903.2021.1911896. *Journal of Applied School Psychology*, pp. 74-93.

Maclean, L., & Law, J. M. (14 de Dezembro de 2021).

ARTICLESupporting primary school students' mental-health needs: Teachers' perceptions of roles,barriers, and abilities. *WILEY- Psychology in the Schools*. 2022;1-19. DOI: 10.1002/pits.22648, pp. 1-19.

Tomé, G. Q., Matos, M. G., Gomes, P., Camacho, I. N., & Gaspar, T. (2017).

Promoção da saúde mental nas escolas : Projeto ES+COOL. *Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente*, 8:1. <https://doi.org/10.34628/rhaq-3f06>.

Lhopis-Jané, E Barry, M; Hosman, C; Patel, V.(2005).

What makes mental health promotion effective? *IUHPE, Promotion and education supplement*, 2, 9-25.

McLaughlin, K., Green, J., Alegría, M., Costello, E., Gruber, M., Sampson, N., & Kessler, R. (2012).

Food Insecurity and Mental Disorders in a National Sample of U.S. Adolescents. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 51(12), 1293-1303 doi: 10.1016/j.jaac.2012.09.009

Kohrt BA, Asher L, Bhardwaj A, Fazel M, Jordans MJD, Mutamba BB, Nadkarni A, Pedersen GA, Singla DR, Patel V.

The Role of Communities in Mental Health Care in Low - and Middle-Income Countries: A Meta-Review of Components and Competencies. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2018; 15(6):1279. <https://doi.org/10.3390/ijerph15061279>

Tomé, G. Q., Matos, M. G., Gomes, P., Camacho, I. N., & Gaspar, T. (2017).

Promoção da saúde mental nas escolas : Projeto ES+COOL. *Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente*, 8:1. <https://doi.org/10.34628/rhaq-3f06>