
TRANSTORNOS MENTAIS, ESQUECIMENTO E A DIFICULDADE EM SE ABRIR E DESABAFAR

GRUPO 2

ARTHUR FERREIRA LEÃO CHAGAS

arthurfleao@gmail.com

RA: 2016012768

BRUNO GUILHERME LUNARDI

brunoguilhermelunardi@hotmail.com

RA: 2016003830

KELLY COSTA DE SOUZA

keeellysouza@gmail.com

RA: 33752

LUCAS DE CARVALHO MELLO

lucasmello40@gmail.com

RA: 29825

13 de março de 2020

1 Introdução

Em uma sociedade cada vez mais ágil e tecnológica, onde trabalhos que demoravam meses no passado são entregues em dias, e mudanças são constantes no dia-a-dia, surge um novo desafio: a saúde mental das pessoas não está acompanhando toda essa pressão.

"Problemas de saúde mental têm se tornado cada vez mais comuns em todo o mundo. A ansiedade, por exemplo, atinge mais de 260 milhões de pessoas. Aliás, o Brasil é o país com o maior número de pessoas ansiosas: 9,3% da população, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS). E não para por aí. Novos dados mostram que 86% dos brasileiros sofrem com algum transtorno mental, como ansiedade e depressão." [1]

"O levantamento feito pela Vittude, plataforma on-line voltada para a saúde mental, aponta que 37% das pessoas estão com stress extremamente severo, enquanto 59% se encontram em estado extremamente severo de depressão. A ansiedade extremamente severa atinge níveis ainda mais altos: 63%." [1]

Esses dados demonstram o quão preocupante é o estado da saúde mental na sociedade atual, e os impactos que estes transtornos vêm causando na vida pessoal e profissional das pessoas são certamente alarmantes.

2 Impactos do problema nos ambientes de trabalho

"Algumas das pressões mais fortes podem vir do ambiente de trabalho: 20% dos funcionários ativos estão trabalhando sob forte pressão emocional, o que compromete a saúde física e psíquica, resultando em queda na produtividade, absenteísmo (faltas) e maiores taxas de contratação e demissão (troca de funcionário)." [1] "Outros dados recentes mostram que 49% dos trabalhadores no Brasil já tiveram crises de ansiedade, enquanto 44% dizem ter sofrido com o esgotamento mental devido ao stress profissional (burnout), segundo pesquisa realizada pela Talenses, uma empresa de recrutamento." [1]

Os efeitos dos transtornos mentais no ambiente de trabalho são inegáveis. Além de toda a adversidade passada pelos funcionários que sofrem de um transtorno mental, o absenteísmo e a rotatividade atingem diretamente a produção e custos de contratação de qualquer negócio. Isso mostra que investir em uma solução para esse problema pode ser interessante para empresa; não só pelo bem estar dos funcionários, mas também para a melhoria dos resultados financeiros.

3 Impactos do problema no ambiente universitário

"O que a literatura (nacional e internacional) indica, é que a população universitária está vulnerável ao desenvolvimento de alguns transtornos mentais, como por exemplo, a depressão, a ansiedade e o stress (Almeida, 2014; Bohry, 2007; Bayram & Bilgel, 2008; Eisenberg et al., 2007). Os estudos vêm apontando uma prevalência elevada destes transtornos dentre universitários, sendo previsto que cerca de 15 a 25% dos universitários irão apresentar algum transtorno mental durante sua formação (Junior, Braga, Marques, Silva, Vieira, Coelho, Gobira, & Regazzoni, 2015; Vasconcelos et al., 2015; Victoria et. al., 2013). Alguns estudos epidemiológicos e de prevalência indicam, inclusive, que a presença de transtornos mentais não psicóticos neste público é significativamente maior que na população geral e em adultos jovens não universitários (Ibrahim et al., 2013; Eisenberg et al., 2007). A partir destes indicadores, a hipótese é de que aspectos relacionados à vida acadêmica e à carreira podem impactar na saúde mental desta população e explicar, parcialmente, a alta prevalência de transtornos mentais na mesma." [2]

No ambiente universitário, os transtornos mentais estão se tornando o maior motivador de desistências, trancamentos e desligamentos. Quando um aluno se desliga no meio do processo letivo, todo o tempo investido nele e seu conhecimento agregado são praticamente perdidos. Melhorar a sanidade mental de seus alunos é um caminho direto para que a faculdade melhore os índices de aprovação e os resultados nos exames de desempenho, além de diminuir a quantidade de desligamentos.

4 O escopo

Dado o estado global de insalubridade mental, o escopo para resolver esse problema torna-se muito grande. O Grupo 2 se propõe a explorar uma solução para uma pequena parte desse espectro, que se refere ao momento em que um indivíduo já percebeu o problema e decidiu iniciar um tratamento. Percebemos as seguintes dificuldades no processo de tratamento desses transtornos mentais:

1. A dificuldade em se abrir sobre o problema, principalmente pois esse tipo de conversa pode desencadear uma crise ansiosa, ou depressiva.
2. A impossibilidade do profissional de psicologia estar presente durante uma crise do dia-dia, para diagnosticar e auxiliar o ocorrido. E é difícil para o paciente repassar todos os detalhes sobre suas crises.
3. A dificuldade do paciente em lembrar do seu histórico de humor, assim como a quantidade/intensidade de eventos que abalaram-no durante o espaço entre as consultas.
4. A falta de um acompanhamento em tempo real do paciente, e o risco de que uma crise severa aconteça sem que ninguém saiba, algo que pode levar ao suicídio nos piores casos.

5 Benefícios da solução do escopo no ambiente de trabalho

Se houvesse uma maneira de monitorar quais funcionários estão passando por dificuldades e crises, ou com o humor abalado, providências poderiam ser tomadas antes que esses funcionários não estivessem mais em condições de trabalhar e evitar que deixem a empresa pelo excesso de stress. O aumento da rotatividade pode ser freado, e as faltas podem ser diminuídas, melhorando os resultados financeiros.

6 Benefícios da solução do escopo no ambiente universitário

Se houvesse um sistema de informação que permitisse à uma faculdade identificar os alunos que não estão suportando a carga letiva, assim como no caso dos ambientes de trabalho, poderiam ser tomadas medidas de acompanhamento aos alunos que mais precisam, focando assim o alvo de investimento da faculdade e aumentando a eficiência dos programas de apoio psicológico.

7 Conclusão

Tendo tudo isso em mente, o Grupo 2 pretende encontrar uma sistema de informação que resolva as dificuldades citadas na Seção 4 - O escopo. A ideia inicial é um aplicativo onde o paciente possa realizar um desabafo por voz durante uma crise, e que registre essa conversa em formato de texto para leituras e classificações automáticas. Se for detectado um discurso suicida, essa aplicação poderia emitir alertas aos conhecidos, por exemplo. Outra ideia é um registro diário de humor que pode gerar um histórico para avaliar momentos de crise e suas correlações com o dia-a-dia. Pretendemos

explorar mais essa ideia, e entender as nuances desse problema para o desenvolvimento de nosso projeto ao longo desse semestre.

Referências

- [1] Pesquisa mostra que 86% dos brasileiros têm algum transtorno mental. *Revista Veja*, <https://veja.abril.com.br/saude/pesquisa-indica-que-86-dos-brasileiros-tem-algum-transtorno-mental/>.
- [2] Daniela Ornellas Ariño and Marúcia Patta Bardagi. Relação entre fatores acadêmicos e a saúde mental de estudantes universitários. *Revista Psicologia em Pesquisa*, 12(3), 2018.