SAÚDE MENTAL:
especialistas falam
sobre os desafios no
cuidado de jovens e
adolescentes

Gabriel, Taina e Vitória

Pela primeira vez, em 2021, a Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP) incluiu o tema da saúde mental entre crianças e jovens no Tratado de Pediatria, principal publicação direcionada aos médicos que cuidam de pessoas até 18 anos em todo o país. Segundo as últimas estimativas disponíveis pela pesquisa da Unicef, pelo menos uma a cada sete crianças e jovens de 10 a 19 anos convive com algum transtorno mental diagnosticado em todo mundo. Além disso, também mundialmente, cerca de 46 adolescentes morrem por suicídio a cada ano, uma das cinco principais causas de morte nessa faixa etária.

Em 'Nota de Alerta' direcionada aos pediatras, a SBP informa diversos fatores, como o estresse da pandemia, o pânico disseminado, a desinformação, a desorganização das atividades pedagógicas e de convívio familiar e social, a impossibilidade de encontros presenciais com os amigos e parentes, a interrupção dos esportes coletivos e a incapacidade dos adultos de atender às necessidades emocionais fundamentais para o seu desenvolvimento saudável. Após a pandemia famílias descrevem o surgimento de insônia, anorexia, crises de ansiedade ou depressão em seus filhos. Algumas vezes, podem reaparecer comportamentos já superados pela criança, como urinar na cama ou pedir para dormir com os pais. Mesmo crianças bem pequenas podem ser afetadas pela quebra na rotina, devido ao fechamento das creches e escolas, e pelas mudanças no comportamento dos adultos e no ritmo da casa.

Promovida pela Escola Nacional de Saúde Pública da Fundação Oswaldo Cruz (Ensp/Fiocruz), a pesquisa Violência autoprovocada na infância e na adolescência identificou 15,7 mil notificações de atendimento ao comportamento suicida entre adolescentes nos serviços de saúde no período de 2011 a 2014. O perfil que mais se destacou foi do sexo feminino, de 15 a 19 anos.

Fatores como violência doméstica, falta de cuidado e diálogo afetam diretamente a chegada a esse limite. De acordo com dados do estudo, as famílias pesquisadas têm histórias de rejeições, maus-tratos físicos, agressões verbais, violência sexual, uso de álcool e drogas. A história pregressa de entes próximos, como amigos, familiares e vizinhos, também foi fator detectado na pesquisa. "A grande maioria dos casos estudados têm histórico de problemas psiquiátricos na família, com destaque para ansiedade e depressão, inclusive em gerações anteriores, e praticamente a metade dos adolescentes pesquisados têm familiares que abusaram do uso de álcool".

De acordo com Roberto Santoro, da SBP, as aulas online deixaram o aprendizado e a troca interpessoal muito prejudicadas. "Tem um grande sofrimento, muitas queixas dos adolescentes sobre o acompanhamento das aulas online. E isso de fato é muito ruim mesmo. Mas pior do que isso foram as crianças e adolescentes de escolas públicas, que ficaram um longo período sem aula. Isso foi uma catástrofe, só aumentou o abismo social". Roberto Santoro alerta ainda que apesar de algumas iniciativas isoladas, ainda não houve uma preparação estrutural das escolas para lidar com temas relacionados à saúde mental. "Precisaria, sim, de um programa em muitas escolas para incentivar os professores, os funcionários, as famílias, as crianças e os adolescentes sobre essa questão da saúde mental, mostrando como isso é importante, como a questão da saúde mental está presente e como é essencial também a gente abrir as portas para incluir pessoas que, por conta do problema de saúde mental, antes eram isoladas e excluídas", incentiva.

Maria*, 14 anos, não passa mais de duas horas fora do quarto há quase um ano. Sai para ir ao banheiro, comer e mais nada. Não se sente estimulada para conversar com as pessoas que moram em sua casa e começou a perder o contato com os amigos da escola. Hoje, segundo ela, prefere ver séries no celular do que gente. Maria é uma das mais de 10 milhões jovens e adolescentes brasileiros que foram impactadas pelo isolamento social e que hoje tem buscado ajuda para voltar à rotina que vai sendo retomada aos poucos. O caso dela não é isolado. E instituições de pesquisa e saúde ligaram o alerta colocando como prioridade o debate sobre saúde mental das crianças e jovens.

Achamos esse assunto importante, pois retrata a realidade de muitas crianças e adolescentes, abordando situações vividas na pandemias e que deixaram "sequelas" nos dias atuais, trazendo também assuntos que talvez muitos de nós vivemos.