

# A experiência de um grupo de saúde mental para adolescentes na Atenção Primária à Saúde

The experience of a mental health group for adolescents in primary health care

*La experiencia de un grupo de salud mental para adolescentes en la Atención Primaria de Salud*

Italo Dias de Sousa Paes Landim<sup>1</sup> , Rafael Alves Pinheiro Tannure<sup>2</sup> , Carolina Lopes de Lima Reigada<sup>2</sup> 

<sup>1</sup>Escola Superior de Ciências da Saúde – Distrito Federal (DF), Brasil.

<sup>2</sup>Secretaria de Estado de Saúde – Distrito Federal (DF), Brasil.

## Resumo

**Problema:** Os transtornos mentais estão cada vez mais prevalentes entre os adolescentes, principalmente após a pandemia de COVID-19. A escola é um ambiente de identificação desse sofrimento por parte de professores, orientadores e outros colegas. Identificou-se, por meio do Programa Saúde na Escola, a necessidade de intervenção na promoção da saúde mental de adolescentes em uma das escolas do território da Unidade Básica de Saúde (UBS) 1 Candangolândia. Foi construída uma intervenção interprofissional que ocorreu durante o ano letivo, descrita neste artigo. **Método:** Trata-se de um relato da experiência de profissionais de uma UBS do Distrito Federal na realização de um grupo de saúde mental para adolescentes em uma escola pública. **Resultados:** O grupo foi elaborado com alunos do 6º ao 9º ano, alguns indicados pela orientadora educacional e outros com interesse de forma voluntária, com encontros semanais. Alguns dos temas trabalhados foram: ansiedade, conflitos familiares, planos para o futuro, conflitos na escola, entre outros. No decorrer do ano, notou-se que alguns estudantes se encontravam em sofrimento mental importante e, em um dos encontros, foi realizada uma triagem por meio do instrumento *Patient Health Questionnaire 9* (PHQ-9). Por meio dessa ferramenta, foram identificados casos complexos que demandam acompanhamento individual e, a partir daí, foi possível convocar familiares e encaminhá-los para avaliação em suas UBS de referência. Ao fim do ano, a percepção dos profissionais envolvidos foi que o trabalho realizado no grupo surtiu efeito no comportamento dos estudantes, com diminuição das demandas levadas à orientadora e à coordenadora educacional. Entre as dificuldades, encontramos resistência no envolvimento de pais e responsáveis no plano de cuidado proposto pela equipe. **Conclusão:** Um espaço de escuta qualificado e interprofissional, no ambiente escolar, permitiu abordar os sentimentos dos estudantes nessa fase da vida, a autopercepção de suas limitações e qualidades, além de ter aproximado a UBS e a escola, facilitando o acesso ao cuidado em saúde.

**Palavras-chave:** Saúde mental; Adolescente; Pandemias.

### Autor correspondente:

Italo Landim

E-mail: italolandimm@gmail.com

### Fonte de financiamento:

não se aplica.

### Parecer CEP:

não se aplica.

### Procedência:

não encomendado.

### Avaliação por pares:

externa.

Recebido em: 18/06/2023.

Aprovado em: 07/09/2023.

### Editores convidados:

Maria Inez Padula Anderson e

Marcello Dala Bernardina Dalla.

**Como citar:** Landim IDSP, Tannure RAP, Reigada CLL. A experiência de um grupo de saúde mental para adolescentes na Atenção Primária à Saúde. Rev Bras Med Fam Comunidade. 2023;18(45):3812. [https://doi.org/10.5712/rbmfc18\(45\)3812](https://doi.org/10.5712/rbmfc18(45)3812)



## Abstract

**Problem:** Mental disorders are increasingly prevalent among adolescents, especially after the COVID-19 pandemic. School is an environment where teachers, counselors, and peers can identify this suffering. Through the School Health Program, the need for intervention in promoting the mental health of adolescents in one of the schools within the territory of UBS 1 Candangolândia was identified. An interprofessional intervention was developed, which took place during the school year and is described in this article. **Method:** This is an account of the experience of professionals from a Basic Health Unit (*Unidade Básica de Saúde – UBS*) in the Distrito Federal in conducting a mental health group for adolescents in a public school. **Results:** The group was composed of students from the 6<sup>th</sup> to the 9<sup>th</sup> grade, some of whom were referred by the educational counselor, while others volunteered to participate. The group met weekly, and topics such as anxiety, family conflicts, plans for the future, and conflicts at school were addressed. Throughout the year, it was noted that some students were experiencing significant mental distress and, during one of the sessions, a screening was conducted using the PHQ-9 instrument. Through this tool, complex cases requiring individual follow-up were identified, leading to the involvement of family members and referrals for evaluation at their respective UBSs. At the end of the year, the professionals involved perceived that the work done in the group had a positive effect on the students' behavior, resulting in a decrease in demands made to the educational counselor and coordinator. Among the challenges encountered was resistance from parents and guardians to the care plan proposed by the team. **Conclusion:** A qualified and interprofessional listening space in the school environment allowed for addressing the students' feelings during this phase of life, their self-perception of limitations and strengths, and facilitated closer collaboration between the UBS and the school, improving access to healthcare.

**Keywords:** Mental health; Adolescent; Pandemics.

## Resumen

**Problema:** Los trastornos mentales son cada vez más frecuentes entre los adolescentes, especialmente después de la pandemia de COVID-19. La escuela es un ambiente donde profesores, orientadores y otros compañeros identifican ese sufrimiento. Se identificó, por el Programa Salud en la Escuela, la necesidad de intervención en la promoción de la salud mental de los adolescentes en una de las escuelas del territorio de la UBS 1 Candangolândia. Se construyó una intervención interprofesional durante el año escolar, descrita en este artículo. **Método:** Es un relato de la experiencia de los profesionales de una unidad de atención primaria a la salud del Distrito Federal en la realización de un grupo de salud mental para adolescentes en una escuela pública. **Resultados:** En el grupo había estudiantes de 6° a 9° grado, algunos indicados por el asesor educativo y otros voluntarios, con reuniones semanales. Algunos de los temas trabajados fueron: ansiedad, conflictos familiares, planes de futuro, conflictos en la escuela, entre otros. Mientras el año, se notó que algunos estudiantes presentaban un sufrimiento mental significativo y, en una de las reuniones, se realizó una evaluación utilizando el instrumento PHQ-9. A través de esta herramienta, casos complejos fueron identificados y, a partir de ahí, fue posible convocar a los familiares y orientar el tratamiento en sus unidades de atención primaria de referencia. Al final del año, la percepción de los profesionales fue que el trabajo realizado en el grupo tuvo un efecto en el comportamiento de los estudiantes, con una disminución de las demandas al orientador y al coordinador educativo. Entre las dificultades, encontramos resistencias en la participación de los padres y tutores en el plan de cuidados propuesto por el equipo. **Conclusión:** Un espacio de escucha calificado e interprofesional, en el ámbito escolar, permitió abordar los sentimientos de los estudiantes en esa etapa de la vida, la autopercepción de sus limitaciones y cualidades, bien como acercar la atención primaria y la escuela, facilitando el acceso al cuidado de la salud.

**Palabras clave:** Salud mental; Adolescente; Pandemias.

## INTRODUÇÃO

O último Relatório Mundial de Saúde Mental da Organização Mundial da Saúde (OMS), publicado em 2022, constatou que cerca de 13% da população mundial sofre de algum transtorno psiquiátrico, e desse total 27,6% têm idade de dez a 19 anos.<sup>1</sup>

O conceito de transtorno mental é algo amplamente discutido e frequentemente passa por modificações. A versão mais recente do *Statistical Manual of Mental Disorders* (DSM), o DSM-V, definiu o transtorno mental como uma síndrome caracterizada por alterações clínicas significativas da cognição, do estado emocional ou do comportamento, que refletem uma disfunção psicológica, biológica ou de processos do funcionamento mental. Em geral, essas alterações estão associadas a um sofrimento significativo, com prejuízo nas atividades sociais e ocupacionais. Uma resposta esperada a um estresse ou perda, como a morte de um ente querido, não é considerado um transtorno mental, apesar de, muitas vezes, gerar sofrimento ou tristeza.<sup>2</sup>

Segundo essa compreensão, sabe-se que toda pessoa enfrenta crises durante seu ciclo de vida, algumas ditas normativas (por serem esperadas) e outras paranormativas (por serem imprevisíveis). Todas as crises apresentam desafios que podem ser manejados de forma funcional ou disfuncional. No segundo caso, podem aparecer manifestações comuns no cenário da Atenção Primária à Saúde (APS), muitas delas interferindo na saúde mental, apesar de não serem classificadas como transtornos mentais.<sup>3</sup>

Como dito, além das crises previsíveis, os indivíduos passam por crises acidentais ou inesperadas, que ocorrem por adoecimento, separação ou divórcio, perda de emprego, morte de membros da família. Essas crises exigem cuidados específicos. A pandemia de COVID-19 pode ter trazido crises inesperadas que contribuíram para uma piora na saúde mental da população, inclusive dos adolescentes, que apesar de não terem sido considerados um grupo de risco foram diretamente afetados pelas mudanças impostas pela pandemia de COVID-19, sendo submetidos a alterações drásticas na rotina diária: escolas foram fechadas, atividades extracurriculares foram canceladas e o convívio social tornou-se restrito ao núcleo familiar. Além disso, eles tiveram que lidar com o medo constante do adoecimento de familiares e com a instabilidade financeira pela qual muitas famílias passaram.<sup>4</sup>

Um estudo transversal realizado na China no período da quarentena aplicou um questionário a 1.036 crianças, identificando que 112 (11,78%) possuíam critérios para transtorno depressivo, 196 (18,92%) possuíam critérios para transtorno ansioso e 68 (6,56%) possuíam critérios para ambos.<sup>5</sup> Com o surgimento das vacinas e a diminuição do contágio e do número de mortes, as atividades escolares e extracurriculares começaram a ser retomadas gradativamente. Esses adolescentes que iniciaram um processo de sofrimento mental durante o período de isolamento retornaram às suas atividades fora de casa e ao convívio social apresentando sintomas desse adoecimento, o que impactou diretamente o cotidiano das escolas, locais em que os jovens passam boa parte dos seus dias.

Em muitas situações, foi no ambiente escolar que esse sofrimento se tornou mais visível, chamando a atenção dos professores, orientadores e coordenadores. Nesse contexto, a APS, por meio das Unidades Básicas de Saúde (UBS), passou a ser acionada pelas escolas para apoio e suporte à saúde psíquica desses indivíduos.

A importância da APS no cuidado da saúde mental já está bem estabelecida na literatura. A APS é o primeiro contato com o sistema de saúde, é responsável pelo cuidado integral do paciente e pela longitudinalidade da assistência, além de coordenar o cuidado no próprio sistema. Esses atributos são fundamentais no tratamento dos transtornos psiquiátricos.<sup>6,7</sup> Além disso, conforme reforçado no *Relatório Mundial de Saúde Mental de 2022* da OMS, a APS também pode elaborar intervenções psicossociais para o tratamento desses transtornos, o que vai muito além de apenas intervenções farmacológicas.<sup>1</sup>

E quando se trata do enfrentamento dos desafios do cuidado da saúde mental na APS, o papel do Núcleo de Apoio à Saúde da Família (NASF) torna-se mais significativo. O NASF, criado em 2008, tem a proposta de qualificar os atendimentos realizados pelas equipes de saúde da família e aumentar a capacidade de resolução dos casos. Algumas de suas atribuições são o apoio na abordagem de casos complexos, a elaboração de atividades coletivas e a criação de vínculos com a família. Todas são fundamentais para o cuidado dos usuários com problemas de saúde mental.<sup>8</sup>

Assim sendo, o objetivo deste artigo é relatar a experiência de um grupo de saúde mental com adolescentes realizado no ano de 2022 em uma escola de ensino fundamental dos anos finais (6º ao 9º ano). O grupo foi realizado por profissionais de uma UBS, com apoio do NASF.

## MÉTODOS

O método escolhido para a realização deste estudo foi o relato de experiência, que é um tipo de estudo descritivo qualitativo, caracterizado por valorizar a explicitação descritiva, interpretativa e compreensiva de fenômenos, em determinado tempo histórico.<sup>9</sup> A redação do relato foi realizada conforme as diretrizes *Standards for Quality Improvement Reporting Excellence* (SQUIRE).

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

### O surgimento da ideia

No início de 2022, a coordenação de uma escola de ensino fundamental da Candangolândia, no Distrito Federal, buscou a UBS de referência do território para solicitar apoio no cuidado de alguns alunos que estavam procurando, com frequência, a orientação pedagógica da escola com queixas de “ansiedade”, “tristeza”, “falta de vontade”, entre outras. Com base nessa demanda, a qual foi primeiramente recebida pela equipe do NASF, alguns profissionais da UBS reuniram-se para promover uma intervenção.

Uma das ideias foi a criação de um grupo de adolescentes com os alunos da escola, com a proposta inicial de uma roda de conversa entre os jovens e profissionais da UBS. Para facilitar a adesão, foi proposto que o grupo acontecesse na própria escola. Essa ideia foi acolhida pela direção da escola e foi dado início ao grupo. Para a participação no grupo, solicitou-se o preenchimento e assinatura de uma autorização por uma pessoa responsável pelo aluno, estando ciente da intervenção proposta.

### A escolha dos participantes

Os alunos que iriam participar do grupo foram selecionados pela orientadora educacional e pela coordenadora pedagógica da escola. Foram escolhidos alguns estudantes em que os próprios profissionais da escola conseguiram identificar algum tipo de sofrimento mental. O grupo foi ofertado como uma oportunidade de ajuda, sem obrigatoriedade de presença. Inicialmente, foram selecionados dez alunos, porém houve uma demanda maior identificada pela escola e, no total, 18 alunos frequentaram o grupo.

### As atividades realizadas

Inicialmente o grupo era realizado como uma roda de conversa em que eram discutidos temas levantados pelos estudantes conforme o que eles estavam passando no momento. Com o aumento do tamanho do grupo e a participação de mais alunos, os profissionais notaram que seria mais dinâmico se a escolha do tema fosse feita previamente. Dessa forma, no encontro anterior era decidido em conjunto entre profissionais e participantes o que seria trabalhado no encontro seguinte.

Foram eleitos temas como: ansiedade, conflitos familiares, planos para o futuro, amizade, conflitos na escola, autoestima, fofoca, entre outros. Com essa definição prévia, foi possível aos profissionais programarem uma abordagem conforme o tema da semana. De forma variada, foram realizadas dinâmicas em grupo, elaboração de desenhos, construção de narrativas e rodas de conversa.

## O cuidado de saúde mental

Ao longo dos encontros, os profissionais estavam atentos aos relatos, reclamações e comentários dos estudantes. Com base na escuta ativa e qualificada dos profissionais, notou-se que alguns adolescentes de fato estavam em sofrimento mental significativo. Tendo isso em vista, os profissionais decidiram realizar um questionário de triagem em saúde mental para quantificar o nível do sofrimento mental de cada um e verificar a necessidade de encaminhar esses adolescentes para atendimento individual em suas equipes de saúde da família de referência.

Após uma revisão sobre instrumentos que poderiam ser realizados para atingir o objetivo proposto, foi escolhido o *Patient Health Questionnaire 9* (PHQ-9), que é o instrumento mais estudado e validado para o rastreamento da depressão na população geral, possuindo acurácia validada para a detecção de transtorno depressivo maior, bem como para o monitoramento de resposta ao tratamento.<sup>10</sup> O questionário possui nove perguntas e quatro opções de respostas, as quais recebem a pontuação de 0 a 3. O ponto de corte para depressão é 10, sendo graduado em caso leve (10 a 14 pontos), moderado (15 a 19 pontos) e grave (20 a 27 pontos).

No encontro em que foi realizado o questionário com os adolescentes, havia 15 participantes. Destes, cinco (33,3%) tiveram triagem negativa para transtorno depressivo, dois (13,3%) tiveram triagem positiva para caso leve, cinco (33,3%) tiveram triagem positiva para caso moderado e três (20%) tiveram triagem positiva para caso grave.

Os profissionais de saúde do grupo convocaram as famílias das três crianças que foram classificadas como depressão grave pelo PHQ-9, para as quais foram passadas as orientações necessárias para iniciar um acompanhamento individual em suas UBS de referência. Uma dificuldade foi que nenhuma das famílias procurou atendimento na UBS, como foi orientado.

## A percepção dos profissionais envolvidos

Ao final do ano letivo, foi realizada uma reunião entre os profissionais de saúde e a coordenadora pedagógica para realizar um balanço final sobre o trabalho desempenhado pelo grupo.

Na percepção dos educadores, o grupo teve um impacto na diminuição das demandas de saúde mental que estavam chegando na orientadora e na coordenadora pedagógica. Além disso, para os educadores, o apoio dos profissionais de saúde foi uma ponte necessária entre a escola e as UBS.

Por parte dos profissionais de saúde, o grupo foi um espaço de acolhida, com escuta qualificada, no qual foi possível abordar os sentimentos dos estudantes nessa fase da vida, a autopercepção de suas limitações e qualidades. Ademais, proporcionou a aproximação entre a UBS e a escola, facilitando o acesso ao cuidado em saúde.

## Perspectivas

O impacto da pandemia na saúde dos adolescentes ainda será mais bem esclarecido com o tempo e com os estudos apropriados. No entanto, no cotidiano, sabe-se que a demanda do cuidado em saúde mental dessa população é urgente. Nesse sentido, a APS tem papel significativo na abordagem dos sentimentos e possíveis transtornos psiquiátricos desses indivíduos. Uma das formas de abordagem é a elaboração de grupos, que possibilita uma escuta qualificada e a identificação dos casos complexos

que necessitam de acompanhamento individual. Este trabalho visou relatar uma experiência positiva com adolescentes no campo da saúde mental, ampliar a discussão sobre o assunto e encorajar a atuação da APS neste problema.

## AGRADECIMENTOS

Os autores agradecem aos profissionais da UBS envolvidos, aos estudantes que participaram do grupo e à direção da escola.

## CONFLITOS DE INTERESSE

Nada a declarar.

## CONTRIBUIÇÕES DOS AUTORES

IDSPL: Administração do projeto, Análise formal, Curadoria de dados, Escrita – Primeira redação.  
RAPT: Escrita – revisão e edição. CLLR: Escrita – revisão e edição.

## REFERÊNCIAS

1. World Health Organization. World mental health report: transforming mental health for all [Internet]. 2022 [acessado em 09 jun. 2023]. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>
2. Stein DJ, Palk AC, Kendler KS. What is a mental disorder? An exemplar-focused approach. *Psychol Med* 2021;51(6):894-901. <https://doi.org/10.1017/S0033291721001185>
3. Asen E, Tomson D, Young V, Tomson P. Ten minutes for the family. New York : Routledge; 2004.
4. Meherali S, Punjani N, Louie-Poon S, Rahim KA, Das JK, Salam RA, et al. Mental health of children and adolescents amidst COVID-19 and past pandemics: a rapid systematic review. *Int J Environ Res Public Health* 2021;18(7):3432. <https://doi.org/10.3390/ijerph18073432>
5. Chen F, Zheng D, Liu J, Gong Y, Guan Z, Lou D. Depression and anxiety among adolescents during COVID-19: a cross-sectional study. *Brain Behav Immun* 2020;88:36-8. <https://doi.org/10.1016/j.bbi.2020.05.061>
6. Wenceslau LD, Ortega F. Saúde mental na atenção primária e Saúde Mental Global: perspectivas internacionais e cenário brasileiro. *Interface Comun Saúde Educ* 2015;19(55):1121-32. <https://doi.org/10.1590/1807-57622014.1152>
7. Ivbijaro G, Funk M. No mental health without primary care. *Ment Health Fam Med* 2008;5(3):127-8. PMID: 22477859
8. Brasil. Ministério da Saúde. Gabinete do Ministro. Portaria nº 154, de 24 de janeiro de 2008. Cria os Núcleos de Apoio à Saúde da Família–NASF [Internet]. 2008 [acessado em 11 jun. 2023]. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2008/prt0154\\_24\\_01\\_2008.html](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/saudelegis/gm/2008/prt0154_24_01_2008.html)
9. Daltro MR, de Faria AA. Relato de experiência: uma narrativa científica na pós-modernidade. *Estud Pesqui Psicol* 2019;19(1):223-37
10. Kroenke K, Spitzer RL, Williams JB. The PHQ-9: validity of a brief depression severity measure. *J Gen Intern Med* 2001;16(9):606-13. <https://doi.org/10.1046/j.1525-1497.2001.016009606.x>