



DEPRESSÃO NA ADOLESCÊNCIA E SEUS REFLEXOS NO PROCESSO DE ENSINO E APRENDIZAGEM

CAVALCANTI, Arethusa Karla Amorim. **Depressão na adolescência e seus reflexos no processo de ensino e aprendizagem.** Florianópolis: Id Acadêmico, 2024.

RESUMO

Este artigo obteve o objetivo de evidenciar e analisar a depressão na adolescência e seus reflexos no processo de ensino e aprendizagem. O método documental, bibliográfico com uma abordagem qualitativa nortearam todos os estudos e coleta de dados relacionados à temática. A escola tem um papel fundamental na identificação e apoio aos adolescentes que enfrentam a depressão. Professores e funcionários devem estar atentos aos sinais de alerta, como mudanças bruscas de comportamento, queda no desempenho e isolamento social. Oferecer um ambiente seguro e acolhedor é essencial para que os jovens se sintam amparados. Além disso, atividades que promovam o bem-estar, como oficinas de expressão artística, palestras sobre saúde mental e acompanhamento psicológico, são recursos que podem contribuir para a melhoria da qualidade de vida dos estudantes. A depressão na adolescência é uma realidade crescente e preocupante, e seus impactos no processo de ensino e aprendizagem são profundos. Ignorar essa questão pode comprometer não apenas o futuro educacional, mas também a saúde e o desenvolvimento integral dos jovens. É essencial que pais, educadores e profissionais de saúde mental unam forças para oferecer o apoio necessário e desenvolver estratégias que promovam um ambiente de aprendizado inclusivo e acolhedor, garantindo que esses adolescentes tenham a oportunidade de superar suas dificuldades e alcançar todo o seu potencial.

Palavras-chave: Depressão; Adolescente; Ensino e aprendizagem.

SUMMARY

This article aimed to highlight and analyze depression in adolescence and its effects on the teaching and learning process. The documentary, bibliographic method with a qualitative approach guided all studies and data collection related to the theme. The school has a fundamental role in identifying and supporting adolescents facing depression. Teachers and staff must be aware of warning signs, such as sudden changes in behavior, drop in performance and social isolation. Providing a safe and welcoming environment is essential for young people to feel supported. Furthermore, activities that promote well-being, such as artistic expression workshops, lectures on mental health and psychological support, are resources that can contribute to improving students' quality of life. Depression in adolescence is a growing and worrying reality, and its impacts on the teaching and learning process are profound. Ignoring this issue can compromise not only the educational future, but also the health and integral development of young people. It is essential that parents, educators and mental health professionals join forces to offer the necessary support and develop strategies that promote an inclusive and welcoming learning environment, ensuring that these adolescents have the opportunity to overcome their difficulties and reach their full potential.

Keywords: Depression; Adolescent; Teaching and learning.

INTRODUÇÃO

A depressão é uma condição mental que afeta milhões de pessoas em todo o mundo e, infelizmente, tem se tornado cada vez mais comum entre adolescentes. A Organização Mundial da Saúde(OMS, 2022) já apontou a depressão como uma das principais causas de incapacitação em jovens, e seu impacto vai muito além da saúde emocional, atingindo diretamente o desempenho acadêmico. Durante a fase da adolescência, marcada por transformações físicas e emocionais intensas, a depressão pode interferir gravemente na capacidade de aprendizado e desenvolvimento dos jovens.

A adolescência é uma fase de descobertas e construção de identidade, mas também de vulnerabilidade psicológica. A depressão entre adolescentes pode se manifestar de diversas formas, incluindo tristeza persistente, perda de interesse por atividades antes prazerosas, alterações no sono e apetite, e dificuldades de concentração. Diferente de uma simples tristeza, a depressão é uma doença crônica que precisa ser diagnosticada e tratada, pois afeta o bem-estar e a qualidade de vida do jovem. Who(2000) sinaliza que a adolescência ocorre no período de 10 a 19 anos e divide-se em: adolescência inicial(entre 10 e 14 anos de idade) e adolescência final(na idade de 15 a 19 anos).

Os fatores que contribuem para a depressão na adolescência são variados e complexos. Influências genéticas, pressão social, bullying, traumas e até mesmo o uso excessivo de redes sociais podem contribuir para o desenvolvimento de transtornos emocionais. Além disso, o ambiente escolar, com exigências acadêmicas e interações sociais, pode aumentar o nível de estresse e contribuir para a vulnerabilidade psicológica dos jovens.

De acordo com Ranña(2001) se as conduções dos conflitos enfrentados na adolescência forem encaminhadas de forma errônea, elas podem contribuir para o surgimento de diversos transtornos relacionados ao humor, principalmente o da depressão.

Entretanto, a visão sobre a patogenicidade da adolescência, que aqui chamamos de SNA e que apresenta um viés, merece ser questionada. Pesquisas epidemiológicas mostram que a maioria dos jovens atravessa essa fase sem enfrentar distúrbios significativos. Offer e Schonert-Reichl(1992) argumentam que as mudanças de humor, a busca por novas experiências, a contestação e a tentativa

de superar limites são características típicas desse período da vida. Desequilíbrios duradouros não são a norma, e é fundamental diferenciar o desenvolvimento saudável do patológico(HAARASILTA, 2003).

Nesse sentido, durante a adolescência, a questão da depressão é frequentemente vista como comum, embora alguns estudiosos não a reconheçam dessa forma. Birmaher *et al.*(1996) observam que essa condição geralmente se revela debilitante e crônica, com repercussões negativas a longo prazo, principalmente se não houver tratamento adequado. Nesse contexto, Bahls(2002) argumenta que a depressão entre os adolescentes está aumentando no cotidiano escolar, configurando-se como um problema de saúde pública crescente e preocupante, apesar da escassez de estudos epidemiológicos sobre o tema nessa fase da vida.

O estudioso Bahls(2002) relata que crianças e adolescentes que apresentam depressão costumam demonstrar taxas enormes de comorbidade, isto é, a duplicidade de doenças relacionadas aos transtornos psiquiátricos. Este fato ocorre mais nesta faixa etária do que em adultos deprimidos. Neste contexto, Goodyer e Cooper(1993) evidenciam que os transtornos depressivos em crianças e adolescentes, em 40% dos casos, associam-se a morbididades como transtornos de ansiedade e, em 15% dos casos, como transtornos de conduta.

Em relação a esse assunto, Steinberg e Morris(2001) afirmaram que até agora nenhuma tentativa de estabelecer uma teoria abrangente sobre o desenvolvimento normal na adolescência obteve ampla aceitação. Por sua vez, Haarasilta(2003) observa que os estudos sobre o desenvolvimento natural dos adolescentes são ainda limitados, o que sugere a importância de aprofundar o entendimento das mudanças psíquicas que ocorrem nesse período da vida.

CONCEITO DE ADOLESCÊNCIA

Segundo o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), Lei nº 8.069, de 1990, um indivíduo é classificado como criança até os 12 anos. O Artigo 2º deste estatuto define que a adolescência se estende dos 12 aos 18 anos, com a possibilidade de prorrogação em situações excepcionais previstas pela lei, podendo chegar até os 21 anos (ARTIGOS 121 e 142).

Nesse cenário, o Estatuto(ECA) foi elaborado com o objetivo de detalhar os direitos e deveres de crianças e adolescentes, assim como de seus pais ou responsáveis, dos conselhos tutelares e dos profissionais de educação e saúde. Além disso, estabelece sanções para aqueles que cometem abusos contra essa faixa etária, implementando medidas de proteção e socioeducativas. Com a implementação do ECA, muitos agressores que fazem parte da nossa sociedade têm sido identificados e responsabilizados por maus-tratos a essas crianças e adolescentes. Nesse sentido, o artigo 13 do Estatuto da Criança e do Adolescente estabelece:

Art. 13º - Os casos de suspeita ou confirmação de castigo físico, de tratamento cruel ou degradante e de maus tratos contra criança ou adolescentes serão obrigatoriamente comunicados ao Conselho Tutelar da respectiva localidade, sem prejuízo de outras providências legais. (BRASIL, 1990)

No que diz respeito aos adolescentes, eles apresentam características que são próprias da sua fase de vida, como a busca constante por uma liberdade e independência ilusórias. Muitas vezes, demonstram comportamentos agressivos e passam por mudanças repentinas de humor. Ademais, estão frequentemente preocupados em excesso com a própria aparência, e os conflitos com pais e professores são bastante comuns.

Levisky (1998, *apud* LACERDA, 2014) afirma que encontrar-se consigo mesmo envolve a necessidade de deixar para trás a proteção dos pais, o que frequentemente requer uma rebelião contra eles. Ao atingir a adolescência, começa a surgir uma resistência às regras e orientações dos genitores, já que nesse período se percebe que os pais não são os heróis idealizados da infância, mas sim pessoas falíveis, que enfrentam dificuldades e não possuem todas as respostas. Nesse cenário, surge o luto pela desilusão em relação à imagem construída na infância.

Diante das incertezas que surgem nessa fase da vida, as famílias enfrentam crises cotidianas. Conflitos como rebeldia, desobediência e até mesmo a fuga de casa são frequentes, resultantes da diferença de idade e das visões opostas entre pais e filhos. Ao analisarmos o que se passa na mente dos adolescentes, percebemos uma série de dúvidas e questionamentos sobre tudo que envolve o universo adulto, do qual, um dia, farão parte. Reflexões como "ser ou não ser, eis a questão" geram confusão nesses jovens. Assim, é necessário que seus familiares exerçam reflexão, sabedoria e paciência para lidar com os conflitos existenciais dos

filhos e promover mudanças em seus pensamentos, crenças(mitos) e conceitos. Essa tarefa não é simples e frequentemente encontra resistência por parte deles.

As transformações que ocorrem nos corpos e organismos, tanto das garotas quanto dos rapazes, apresentam diversas características. O crescimento é notável em ambos os sexos, e a transição da infância para a adolescência, juntamente com o ganho de peso, provoca consideráveis tensões psicossociais nessas pessoas. Ademais, nos meninos, observa-se a alteração no timbre vocal, enquanto nas meninas ocorre a primeira menstruação. Segundo Netto, citado por Teixeira: “À medida que as mudanças físicas e fisiológicas ocorrem na adolescência, desaparecem no indivíduo as características corporais da criança que era e gradualmente vão-se definindo os traços do ser humano adulto”(NETTO 1976 apud TEIXEIRA, 1976, p.47).

Durante a adolescência, cada atitude é guiada pela emoção; ou seja, toda a existência é vivida com grande intensidade. Por exemplo, as experiências amorosas, a interpretação de uma canção, de um filme, entre outros, demonstram o quanto as emoções têm valor nesse estágio. Ao longo do processo de compreensão dos sentimentos do adolescente, é essencial considerar suas manifestações, suas condutas e suas transformações, além do que ele procura ocultar. Compreendendo esses aspectos, poderemos identificar um possível transtorno depressivo.

Na infância, as preocupações sobre carreira, emprego e autonomia financeira são inexistentes. O mundo se revela como um lugar mágico, cheio de fantasia e diversas brincadeiras. Entretanto, ao entrar na adolescência, além de buscar seu equilíbrio emocional e lidar com as regras e normas impostas pela sociedade, os jovens começam a enfrentar novas inquietações, como a escolha de sua trajetória profissional e a conquista da independência financeira; esses elementos se transformam em um grande desafio para esses jovens.

Em relação ao seu comportamento diário, eles sofrem modificações a todo o momento. Esperar que um adolescente tenha as mesmas ações no seu cotidiano é considerado, pelos especialistas, impossível, pois eles sofrem modificações emocionais dia a dia por causa da puberdade. Conforme Campos(1981) a medida da maturidade emocional oferece uma chave para a compreensão do comportamento em diferentes situações sociais anormais.

Pelo fato do jovem ainda não ter amadurecimento emocional para limitar seu sentimento, ele permite que todos, do seu convívio social, percebam as mudanças

repentinamente que ocorrem no seu cotidiano. Estas mudanças permeiam pelo egocentrismo, que é muito exacerbado entre os adolescentes, fuga da realidade, impaciência, agressividade entre outros. Estas atitudes demonstram que eles estão entre dois mundos, o da criança e o do adulto. Neste contexto Campos afirma:

Os adolescentes exibem uma ampla gama de emoções quase diariamente. Em um momento, podem mostrar grande alegria; como resultado de uma mudança de ambiente, uma interferência em seus planos, ou outra circunstância ameaçadora, podem passar a expressar grande raiva (CAMPOS, 1981, p. 61).

A partir deste cenário, compreendemos a intensidade emocional presente nos jovens. A ausência de estabilidade, frequentemente observada nesta fase da vida, é um dos elementos que contribuem para a depressão nesses jovens.

IMPACTOS DA DEPRESSÃO NO PROCESSO DE ENSINO E APRENDIZAGEM

A depressão impacta diretamente o processo de ensino e aprendizagem, pois interfere nas funções cognitivas e emocionais essenciais para o desempenho acadêmico. Um adolescente deprimido pode enfrentar dificuldades em se concentrar, memorizar conteúdos, e se engajar em atividades escolares. O aprendizado depende de atenção e motivação, e a falta desses elementos devido à depressão prejudica a aquisição de novos conhecimentos.

A seguir, destacamos alguns dos principais reflexos da depressão no processo educacional:

- ✓ **Dificuldade de Concentração:** A mente de um jovem com depressão tende a se voltar para pensamentos negativos, o que reduz a capacidade de se concentrar nas aulas e nos estudos;
- ✓ **Queda de Desempenho:** Com a falta de energia e a perda de interesse, o adolescente pode apresentar uma queda significativa em seu desempenho acadêmico;
- ✓ **Ausências Escolares:** A depressão pode gerar um comportamento de isolamento, levando o jovem a faltar constantemente às aulas, o que prejudica o aprendizado e o relacionamento com colegas e professores;

- ✓ **Baixa Autoestima e Desmotivação:** A sensação de fracasso constante e a baixa autoestima tornam a experiência escolar ainda mais desafiadora, fazendo com que o adolescente perca o interesse em buscar bons resultados.

Nesse cenário, diante do crescente número de casos de suicídio entre jovens, autoagressão, alterações no comportamento social, o transtorno depressivo está ganhando destaque nas discussões entre educadores e profissionais da área, assim como nas plataformas sociais. A exibição da série na Netflix, intitulada "13 Reasons Why", fomentou o diálogo entre adolescentes sobre a depressão, especialmente no ambiente escolar. Quando um jovem é acometido por essa condição, o primeiro reflexo ocorre na escola, pois seu comportamento se altera em função de tristeza, choro, reclusão e baixo rendimento acadêmico. Essa transformação comportamental impacta, sobretudo, a cognição do estudante.

A proposta de realizar capacitações que permitam ao educador identificar o jovem com depressão é constante, pois realizar um diagnóstico do adolescente deprimido no contexto escolar é crucial, já que isso auxiliará no tratamento apropriado e no suporte aos familiares. Assim que a condição que está causando conflitos na vida de um jovem específico é identificada, esse estudante, juntamente com sua família, deve ser direcionado a profissionais especialistas da área, enquanto a escola deve implementar intervenções pedagógicas que ajudarão a mitigar o déficit de aprendizagem desse aluno, além de facilitar as interações sociais no ambiente escolar.

A iniciativa de oferecer treinamentos que capacitem os educadores a reconhecer jovens enfrentando depressão é essencial, uma vez que diagnosticar um adolescente deprimido no ambiente escolar é fundamental. Isso contribuirá para um tratamento adequado e apoio às famílias. Assim que a causa que provoca turbulências na vida e no processo de ensino e aprendizagem de um jovem é identificada, esse aluno, junto com sua família, deve ser encaminhado a profissionais especializados na área, ao passo que a escola deve adotar intervenções pedagógicas que auxiliarão na redução do déficit de aprendizagem desse estudante, além de incentivar interações sociais no ambiente escolar.

Nesse sentido, Andriola; Cavalcante,(1999, apud NOGUEIRA, SANTOS, FONSECA, 2016, p. 7) corrobora que "O diagnóstico precoce se revela, assim,

imprescindível para que os comportamentos relacionados com a depressão possam ser mais facilmente tratados e/ou modificados”.

Nesse cenário, Hemery(2008 apud NOGUEIRA, SANTOS, FONSECA, 2016, p. 6) declara que:

Ao observar alguma manifestação de sintoma depressivo, o primeiro passo que o professor deve dar é conversar com os pais sugerindo que o adolescente passe por uma avaliação com um psicólogo. A situação de observação é de extrema importância, pois o professor pode fornecer ao aluno ajuda e motivação em suas necessidades específicas evitando o fracasso e a frustração, que pode agravar ainda mais seu quadro depressivo.

O relato dos colegas ao professor em relação às mudanças de comportamento de um determinado amigo de sala de aula são primordiais, pois irá auxiliar o docente em tomar medidas que irão ajudar no tratamento destes educandos.

Além disso, os pedagogos são essenciais no processo de descoberta desta doença em relação aos seus alunos, pois através de conversas informais e orientações cotidianas podem detectar um possível problema de depressão.

A partir daí podem informar aos pais e, estes, buscarem auxílio com profissionais dedicados aos transtornos mentais.

Diante do exposto o educador, ao perceber que seu aluno está depressivo, além de informar às famílias, viabilizar o encaminhamento aos profissionais da área, na escola, deve trabalhar práticas educativas que estimulem a autoestima, o sucesso no rendimento escolar, jogos, projetos e outras atividades que busquem, sempre, inserir o educando no grupo social da escola.

MÉTODO

A metodologia que foi empregada nesta pesquisa se respaldou nos fundamentos metodológicos das autoras Marconi e Lakatos(2011). Ambas defendem que a sistematização de uma investigação não pode ser realizada de forma aleatória, pois é indispensável o emprego de métodos adequados à coleta de dados e ao campo da pesquisa.

A partir da problemática definida, Marconi e Lakatos(2011, p. 90) assinalam que “[...] a tarefa não é contemplar o que ninguém ainda contemplou, mas meditar, como ninguém ainda meditou, sobre o que todo mundo tem diante dos olhos”.

Pautaram nesta investigação as observações, pesquisa documental e pesquisa bibliográfica. Neste sentido, as autoras Marconi e Lakatos(2003) assinalam que tanto a pesquisa documental quanto a bibliográfica trata sobre os diversos trabalhos relacionados à temática, estes aparatos teóricos são indispensáveis na abordagem da investigação.

Marconi e Lakatos(2003, p. 158) destacam que: “O conjunto do material coletado, aproveitável e adequado variará de acordo com a habilidade do investigador, de sua experiência e capacidade em descobrir indícios ou subsídios importantes para seu trabalho”.

Em relação ao tratamento com os dados, este estudo foi alicerçado em uma abordagem qualitativa. Em relação a pesquisa qualitativa o autor Neves(1996, p. 1), afirma que é “um conjunto de diferentes técnicas interpretativas, que visam a descrever e a decodificar os componentes de um sistema complexo de significados”.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Em resumo, a análise detalhada dessa questão ofereceu fundamentos teóricos e práticos que nos permitem apoiar educandos, professores, pedagogos, gestores e famílias na identificação dos sinais desta condição. Isso visa facilitar a busca por atendimento especializado, o uso de medicação apropriada, e a implementação de práticas educativas e intervenções pedagógicas que garantam o êxito na aprendizagem dos nossos alunos, além de restaurar a sociabilidade afetada devido a essa anomalia.

Com base nas informações obtidas, é possível identificar as principais razões para o surgimento dessa doença, que estão ligadas a uma desagregação familiar e à ocorrência de *bullying* e *cyberbullying* no ambiente escolar. Nesse cenário, o processo de ensino e aprendizagem se vê seriamente comprometido. Quanto aos sintomas, eles incluem tristeza, isolamento, episódios de choro, evasão da realidade e automutilação. As repercussões são variadas e incluem exclusão social, baixa autoestima, desempenho escolar insatisfatório e diversos tipos de complexos.

Os impactos da depressão têm um efeito significativo na aprendizagem, uma vez que os alunos não conseguem acompanhar as aulas, não realizam as tarefas escolares e não adquirem o conhecimento necessário ao longo do ano letivo. Muitos estudantes que enfrentam a depressão acabam reprovando ao final do ano escolar

ou abandonam os estudos, e, em algumas situações, chegam a pensar e cometer suicídio.

A questão da depressão impacta significativamente o processo de ensino e aprendizagem, e é fundamental que essa informação seja compartilhada com as famílias, educadores, a pedagogia e a administração da escola. Nesse contexto, podemos implementar novas metodologias que ajudem a engajar esses alunos, como rodas de conversa, projetos diversos, exposições de filmes, festivais de música e artes, gincanas escolares e culturais, entre outras iniciativas. O propósito é incentivar esses estudantes a se envolverem no ambiente escolar e a se conectarem com toda a comunidade. Assim, conseguiremos aumentar a participação e o interesse deles nas atividades educacionais, prevenindo a evasão escolar, a reprovação e, principalmente, as consequências mais severas, como o suicídio entre jovens.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BAHLS, S.; BAHLS, F. R. C. **Depressão da adolescência: características clínicas.** Paraná: Universidade Federal do Paraná, 2002. P. 9.

BIRMAHER, B.; RYAN, N.; WILLIAMSON, D.; BRENT, D.A.; KAUFMAN, J.; DAHL, R. E.; PEREL, J.; NELSON, B.; **Childhood and adolescent depression: a review of the past 10 years.** Part I. J Am Acad Child Adolescent Psychiatr, 35(11): 1427-1439, 1996.

BRASIL. Constituição (1998). **Estatuto da criança e do adolescente(ECA).** Brasília, 1990. P. 207.

CAMPOS, D. M. de S. **Psicologia da Adolescência.** 6. ed. Petrópolis: Vozes, 1981. P. 198.

GOODYER, I.; COOPER, P.J.A. **Community study of depression in adolescent girls II.** The clinical features of identified disorders. Br J Psychiatry, 163: 374-380, 1993.

HAARASILTA, L. M. **Depressive episode in adolescence and young adults – a nationwide epidemiological survey among 15-24 years old.** 2003. 95f. Academic Dissertation (Department of Psychiatry, Medical Faculty). Helsinki: University of Helsinki.

LACERDA, T. S. **O acolhimento institucional de jovens e as representações sociais de abrigo.** 2014. 131 f. Tese (Doutorado) - Curso de Psicologia, Universidade Federal de Pernambuco, Recife, 2014. Disponível em: <http://livrozilla.com/doc/1639898/dissertaçãothiago-silva-lacerda>. Acessado em 12 ago. de 2017.

MARCONI, M. A.; LAKATOS, E. M. **Fundamentos de Metodologia Científica.** 5ª; ed. São Paulo: Atlas, 2003.

_____. **Fundamentos de Metodologia Científica.** 7ª ed. São Paulo: Atlas, 2011.

NEVES, J. L. **Pesquisa qualitativa – características, uso e possibilidades.** Cadernos de pesquisa em administração, São Paulo. V. 1, nº 3, 2ºsem. 1996

NOGUEIRA, T. de B.; SANTOS, G. M. dos; FONSECA, G. C. **Implicações da depressão no rendimento escolar da criança.** 2016. Disponível em: http://www.unipacto.com.br/revista2/arquivos_dia_09-04/implicacoes.pdf. Acesso em 08 de out. de 2017.

OFFER, D.; SCHONERT-REICHL, K. A. **Debunking the myths of adolescence: findings from recent research.** J Am Acad Child Adolesc Psychiatry, 31:1003-1014, 1992.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Relatório sobre a saúde mental de crianças e adolescentes.** 2022.

RANÑA, W. **Infância e adolescência – enfoque psicodinâmico**. In: Fráguas RJ, Figueiró JAB. *Depressões em medicina interna e em outras condições médicas – depressões secundárias*. São Paulo: Atheneu 401-405, 2001.

STEINBERG, L.; MORRIS, A.S. Adolescent development. *Annu Rev Psychol*, 52: 83-110, 2001.

TEIXEIRA, E. S. **A questão da periodização do desenvolvimento psicológico em Wallon e em Vigotski**: alguns aspectos de duas teorias. 2003. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1517-7022003000200003. Acesso em 14 de out. de 2017.

WHO. *World Health Organization. What about boys? A literature review on the health and development of adolescent boys*. In: WHO. *Sexuality, reproductive health and fatherhood*. cap. 3, Genéve: WHO, p. 29-40, 2000.