

AUTOESTIMA E PREVENÇÃO AO SUICÍDIO: UMA ABORDAGEM DO TEMA NO PROGRAMA SAÚDE NA ESCOLA

Isadora Flores ¹

Isadora Brum Flores ²

Natália Capra Borges ³

Bruna Huppes ⁴

Letícia Beal Dill ⁵

Vanessa Alvez Mora da Silva ⁶

Resumo:

Trata-se de um relato de experiência elaborado a partir da vivência proporcionada pelo componente curricular de Práticas de Integração Ensino/ Serviço/ Comunidade IV. As atividades foram desenvolvidas em parceria da Estratégia Saúde da Família com o PSE. Essa experiência foi realizada em um município de médio porte localizado na região da fronteira oeste do Rio Grande do Sul. A atividade sobre autoestima e prevenção ao suicídio foi realizada em um único encontro no mês de julho de 2018 e se deu de forma dinâmica a fim de permitir que eles participassem de forma ativa da discussão. A metodologia utilizada foi roda de conversa, realizada por quatro estudantes e o tema discutido foi autoestima e prevenção ao suicídio, participaram 37 alunos na faixa etária de quatorze a dezesseis anos matriculados no nono ano da escola municipal. Ao longo da dinâmica os alunos foram questionados quanto a questões sobre autoestima, os quais ficaram muito instigados e realizaram várias perguntas e tentaram sanar dúvidas a respeito do tema. Percebeu-se que os alunos conheciam os principais grupos de risco para cometer suicídio, pois citaram exemplos como a depressão e o bullying. Após as respostas, as acadêmicas esclareceram outros grupos em situação de risco, como pessoas com transtornos psiquiátricos (foi usado como exemplo o transtorno borderline, anorexia e bulimia), com perdas recentes e com doenças crônicas e debilitantes. Os estudantes foram instigados a refletir sobre como agir com uma pessoa com risco de suicídio e esclareceu-se sobre a importância de não praticar o bullying com os colegas, pois estudos comprovam que há implicações do bullying na autoestima, o que pode levar o adolescente a cometer o suicídio. Além das discussões, as acadêmicas procuraram de forma teórica desmistificar alguns tabus relacionados ao tema. Por fim, foi solicitado àqueles que julgassem pertinente que escrevessem em uma folha sua opinião a respeito da dinâmica, de dúvidas ou desabafos. Vários alunos utilizaram aquele momento como uma forma de confessar algumas questões sobre eles mesmos, familiares e colegas. Nesse sentido, mostra-se de suma importância que os profissionais de saúde e educadores estejam atentos a saúde física e mental dos escolares, com atenção e sensibilidade aos acontecimentos pode-se perceber e interferir para que acontecimentos como o suicídio não ocorram.

Palavras-chave: autoestima; prevenção ao suicídio; grupos de risco; tabus; saúde física e mental

Modalidade de Participação: Iniciação Científica

AUTOESTIMA E PREVENÇÃO AO SUICÍDIO: UMA ABORDAGEM DO TEMA NO PROGRAMA SAÚDE NA ESCOLA

¹ Aluno de graduação. dorinhabf14@gmail.com. Autor principal

² Aluno de graduação. dorinhabf14@gmail.com. Apresentador

³ Acadêmica do curso de Medicina da UNIPAMPA. nataliacapraborges@gmail.com. Co-autor

⁴ Acadêmica do curso de Medicina da UNIPAMPA. brunahuppes95@gmail.com. Co-autor

⁵ Acadêmica do curso de Medicina da UNIPAMPA. leticiabdill@gmail.com. Co-autor

⁶ Docente. valvez_enfermagem@hotmail.com. Orientador

AUTOESTIMA E PREVENÇÃO AO SUICÍDIO: UMA ABORDAGEM DO TEMA NO PROGRAMA SAÚDE NA ESCOLA

1. INTRODUÇÃO

O Sistema Único de Saúde (SUS) começou a ser implementado a partir da Constituição Federal de 1988 e consolidou-se com a Lei Orgânica da Saúde de Número 8080/90. O SUS tem como princípios a universalidade, equidade e integralidade, conceitos que juntos denotam a interligação entre o cuidado físico, mental e social do indivíduo a fim de tratá-lo de acordo com suas especificidades (BRASIL, 1990). Como porta de entrada no SUS tem-se a Estratégia Saúde da Família (ESF) responsável pela promoção de saúde e pela intervenção da Unidade Básica para minimizar os fatores de risco da população (BRASIL, 2012).

Desta forma, com a finalidade de promover saúde a população conta-se com o Programa Saúde na Escola (PSE) que foi instituído pelo decreto presidencial nº 6286, de 5 de dezembro. Este visa a integração e a articulação permanente da educação e da saúde, proporcionando melhoria da qualidade de vida da população brasileira (BRASIL, 2012). Esses atributos tornam o programa essencial para a informação sobre a saúde do jovem em idade escolar e o auxiliam a desenvolver capacidade crítica quanto integridade do seu corpo e mente.

As ações realizadas pelo programa devem abranger pontos de vulnerabilidade previamente apontados pelos estados e municípios e integralizados pelo Grupo de Trabalho Intersetorial (BRASIL, 2018).

Tendo em vista que a realidade local de suicídios e tentativas do mesmo é superior em relação à média nacional de 1,94 óbitos/100 mil pessoas no ano de 2013, a abrangência do tema de prevenção ao suicídio torna-se de total importância para ser trabalhado nas oficinas do PSE (BRASIL, 2013). De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS) o suicídio constitui-se, atualmente, em um problema de saúde pública mundial, pois está, em muitos países, entre as três principais causas de morte entre indivíduos de 15 a 44 anos e é a segunda principal causa de morte entre indivíduos de 10 a 24 anos (OMS, 2010).

Diante do exposto este trabalho relata a experiência de estudantes de graduação em Medicina no que se refere a atividades de prevenção ao suicídio realizadas em conjunto com o PSE.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um relato de experiência elaborado por acadêmicas do curso de graduação em medicina da Universidade Federal do Pampa, no primeiro semestre de 2018, a partir da vivência proporcionada pelo componente curricular de Práticas de Integração Ensino/ Serviço/ Comunidade IV, que tem por objetivo estimular os acadêmicos a vislumbrarem ações de prevenção, promoção e educação em saúde no território de abrangência de uma Estratégia de saúde da Família (ESF). As atividades foram desenvolvidas em parceria da ESF com o Programa Saúde na Escola (PSE). Essa experiência foi realizada em um município de médio porte localizado na região da fronteira oeste do Rio Grande do Sul.

A ESF abrange aproximadamente 10 mil habitantes divididos em 14 microáreas, possui 10 funcionários, sendo 2 enfermeiros, 1 médico da família, 1 dentista, 1 auxiliar da saúde bucal, 4 técnicos de enfermagem e 1 higienista. A escola na qual ocorreu a atividade é municipal, possui aproximadamente 980 alunos e 95 funcionários, atende apenas alunos do ensino fundamental - do 1º ao 9º ano, segundo informações da própria escola.

A atividade sobre autoestima e prevenção ao suicídio em um único encontro no mês de julho de 2018, se deu de forma dinâmica a fim de criar vínculo com os alunos e permitir que eles participassem de forma ativa da discussão. A metodologia utilizada foi roda de conversa, sendo esta realizada por quatro estudantes e o tema discutido foi autoestima e prevenção ao suicídio, participaram 37 alunos na faixa etária de quatorze a dezesseis anos matriculados no nono ano da escola municipal.

Segundo SAMPAIO et. al. (2014) o método de roda de conversa baseia-se na horizontalização das relações de poder, onde os sujeitos que as compõem se implicam como atores históricos e sociais críticos e reflexivos diante da realidade, o que permitiu que os alunos participassem ativamente do processo de aprendizagem ao relatar suas experiências, saberes, dúvidas e opiniões.

Previamente, foram elaboradas perguntas sobre o tema já citado, as quais os alunos foram instigados a responder. Após os discentes responderem cada pergunta, as acadêmicas completavam com uma base teórica. Cabe ressaltar que toda atividade foi acompanhada por uma professora e pela coordenadora pedagógica da escola.

A partir da análise da atividade na escola, elencou-se os aspectos mais relevantes para buscar referenciais teóricos pertinentes e assim apresentar os resultados e a discussão.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

As práticas de educação em saúde são inerentes ao trabalho em saúde, mas muitas vezes são deixadas em um segundo plano no planejamento e organização dos serviços, na execução das ações de cuidado e na própria gestão (FALKENBERG et. al., 2014).

Desta forma os estudantes de diversos cursos da saúde passam a ter papel fundamental como agentes de cuidado e promoção a saúde tanto para a equipe quanto para a comunidade onde estão realizando suas atividades práticas.

Compreendendo que a relação entre os adolescentes e os profissionais de saúde muitas vezes é limitada, as acadêmicas ao realizarem a atividade na escola, procuraram estimular a participação de todos os estudantes, para isso entregaram brindes a quem se dispusesse a responder as questões, sendo assim conseguiram alcançar o objetivo da atividade proposta na escola.

A proposta do PSE torna-se uma oportunidade para estabelecer e manter um vínculo pautado na co-responsabilização e em uma postura de confiança entre adolescentes e ESF e permite que os profissionais de saúde percebam seu papel de educador social, aumentando o vínculo e contato com os adolescentes escolares (SANTIAGO et al, 2012).

Com o intuito de diminuir um possível constrangimento por parte dos alunos, foi realizada uma conversa para “quebrar o gelo”, onde eles foram questionados sobre a carreira que pretendiam seguir, neste momento as acadêmicas falaram um pouco sobre os cursos ofertados pela universidade.

Após este momento de descontração os alunos foram questionados quanto a questões sobre autoestima, os quais ficaram muito instigados e realizaram várias perguntas e tentaram sanar dúvidas a respeito do tema.

Segundo Andrade et al. (2009), a autoestima diz respeito a forma como o indivíduo elenca suas metas e projeta suas expectativas em relação a si.

Em consonância Sviech (2008) ressalta que o aluno que possui baixa autoestima tende a fracassar, tem baixa expectativa de sucesso, pouca persistência na realização das tarefas e consequentemente, tem pouca motivação e nutre sentimentos negativos em relação à escola, às tarefas e em relação a si próprio.

Ao longo do diálogo surgiram outros temas, pois se percebeu que os alunos conheciam os principais grupos de risco para cometer suicídio, pois citaram exemplos como a depressão e o bullying. Após as respostas, as acadêmicas esclareceram outros grupos em situação de risco, como pessoas com transtornos psiquiátricos (foi usado como exemplo o transtorno borderline, anorexia e bulimia), com perdas recentes e com doenças crônicas e debilitantes.

Em um estudo realizado por Moura (2011), ele afirma que a maior prevalência de bullying está entre os meninos, o que talvez se dê ao fato de que os meninos sofrem bullying de uma forma física mais direta, enquanto que as meninas, de forma verbal e exclusão, o que é menos visível e percebido.

A maioria das vítimas de bullying encontra-se em estado de pressão psicológica, o que pode levar o indivíduo que sofre deste a se estressar e não suportar mais tal pressão sofrida e cometer suicídio (BARBOSA et.al.,2016).

De acordo com a OMS (2006), apesar de o suicídio ser um ato individual, ele pode ser analisado como um processo multidimensional, resultado de uma interação complexa entre fatores ambientais, sociais, fisiológicos e genéticos.

Os estudantes foram instigados a refletir sobre como agir com uma pessoa com risco de suicídio. Eles foram proativos ao responder, citando palavras e frases e falaram que deveriam ter respeito, ouvir, se preocupar com os colegas e dar amor ao próximo, deve-se ter um cuidado maior com pessoas que ficam isoladas e dizem frases de desvalia. Ao longo da conversa foi esclarecido sobre a importância de não praticar o bullying com os colegas, de não minimizar o problema do outro e reforçou-se a necessidade de apoiar a quem precisa.

Percebe-se que há implicações do bullying na autoestima, o que pode levar o adolescente a cometer o suicídio. Consonante Barbosa (2016) relata que o adolescente em crise se encontra no meio de uma luta entre si e o meio social em que vive e, se esse equilíbrio entre ambos for alterado, a morte seria sua única saída.

Tendo em vista todas as razões citadas acima o MS (2006) ressalta que se deve apoiar a quem necessita com o objetivo preencher uma lacuna, esta por vezes, pode ter sido criada pela desconfiança, desespero e perda de esperança na vida das pessoas que sofrem com baixa autoestima.

Além das discussões, as acadêmicas procuraram de forma teórica desmistificar alguns tabus relacionados ao tema.

Considerando os pontos emergidos, perguntou-se, se sabiam como ajudar uma pessoa com risco de suicídio.

Na sequência, foi questionado aos alunos se eles conheciam o Centro de Valorização da Vida (CVV), muitos relataram que já conheciam e sabiam para que servia, sendo assim foi reforçada a importância deste centro.

Ressalta-se que o CVV presta apoio emocional e prevenção do suicídio, atendendo de forma voluntária e gratuita todas as pessoas que querem e precisam conversar, sob sigilo por vários meios de comunicação (CVV, 2003).

Por fim, foi solicitado àqueles que julgassem pertinente que escrevessem em uma folha sua opinião a respeito da dinâmica, de dúvidas ou desabafos. Para a surpresa do grupo, o feedback foi muito positivo. Vários alunos utilizaram aquele momento como uma forma de confessar algumas questões sobre eles mesmos, familiares e colegas.

É de suma importância que os profissionais de saúde e educadores estejam atentos a saúde física e mental dos escolares, com atenção e sensibilidade aos acontecimentos pode-se perceber e interferir para que acontecimentos como o suicídio não ocorram.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Percebendo como os alunos da escola se empenharam e participaram do processo do PSE, expondo seus sentimentos, dúvidas e experiências sobre autoestima e prevenção ao suicídio, elucida-se a importância de trabalhar o tema em escolas. Ao final da atividade, receber pedidos de ajuda individuais ou para amigos evidenciou o impacto que o PSE pode ter e a necessidade que os adolescentes têm de conversar sobre um tema tão delicado como esse.

Além disso, essa experiência se mostrou relevante na formação acadêmica em Medicina por permitir a confirmação da importância da participação do profissional médico nas ações de educação em saúde, o que poderá deixá-lo mais atento durante as consultas sobre os aspectos psicológicos e sociais que envolvem um indivíduo, suprimindo o modelo biomédico e progredindo no modelo médico centrado na pessoa.

Muitos indivíduos sob risco de suicídio não recebem apoio dos seus familiares e/ou amigos, sendo imprescindível que os profissionais de saúde fiquem atentos aos aspectos psicológicos para detectarem essa situação e dar o suporte necessário.

Diante disso, conclui-se que o PSE é um potente agente para facilitar o diálogo com adolescentes sobre assuntos delicados e relevantes como o suicídio e tem potencial para contribuir com a diminuição dos índices de suicídio no país. Considera-se necessária uma continuação das abordagens e estudos sobre o tema.

5. REFERÊNCIAS

ANDRADE, Edson Ribeiro; SOUSA, Edinilsa Ramos de; MINAYO, Maria Cecília de Souza. Intervenção visando a auto-estima e qualidade de vida dos policiais civis do Rio de Janeiro. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 1, p. 275-285, Fev. 2009. Disponível em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232009000100034&lng=en&nrm=iso. Acesso em: 23 Junho 2018.

BARBOSA, Ana Karoline Lôbo et al. Bullying e sua relação com o suicídio na adolescência. **Id on Line Revista de psicologia**, v. 10, n. 31, p. 202-220, 2016. Disponível em <https://idonline.emnuvens.com.br/id/article/view/501/667>. Acesso em: 23 Jun. 2018.

BRAGA, L. L.; DELL'AGLIO, D. D. Suicídio na adolescência: fatores de risco, depressão e gênero. **Contextos Clínicos**, v. 6, n. 1, p. 2-14, 2013. Disponível em <http://revistas.unisinos.br/index.php/contextosclinicos/article/view/ctc.2013.61.01/1533>. Acesso em: 23 Jun. 2018.

BRASIL. Lei n. 8.080, de 19 de setembro de 1990. Dispõe sobre as condições para a promoção, proteção e recuperação da saúde, a organização e o funcionamento dos serviços correspondentes e dá outras providências. **Diário Oficial da União**, Brasília, DF, 19 set. 1990. p. 18055.

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2012. (Série E. Legislação em Saúde)

BRASIL. Ministério da Saúde (Ed.). **Saúde na escola**: Cadernos de Atenção Básica. 24. ed. Brasília: Ministério da Saúde, 2009. (Atenção Básica. Atenção Primária à Saúde. Promoção em Saúde. Saúde da Família. Programa Saúde na Escola.)

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Coordenação geral de Alimentação e Nutrição. Ministério da Educação. Secretaria de Atenção Básica. Diretoria de Currículos. Coordenação de Temas Transversais. **Manual técnico de adesão e desenvolvimento das ações do programa saúde na escola**. Brasília, 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde (Org.). Estratégia nacional de prevenção do suicídio; **Prevenção de suicídio**: manual dirigido a profissionais das equipes de saúde mental. Campinas, SP: Universidade Estadual de Campinas. 2017.

FALKENBERG, Mirian Benites et al. Educação em saúde e educação na saúde: conceitos e implicações para a saúde coletiva. **Ciênc. Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 3, p.847-852, mar. 2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-81232014000300847&lng=pt&nrm=iso&tlng=pt>. Acesso em: 23 jun. 2018.

MOURA, Danilo Rolim de; CRUZ, Ana Catarina Nova; QUEVEDO, Luciana de Ávila. Prevalência e características de escolares vítimas de bullying. **J. Pediatr. (Rio J.)**. Porto Alegre, v. 87, n. 1, p. 19-23, Feb. 2011. Disponível em: <http://scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S002175572011000100004&lng=en&nrm=iso>. acesso em 24 Jun. 2018.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Prevenção de Suicídio: Um recurso para conselheiros**. Geneva: OMS, 2006. 27 p.

PONTAROLO, R. S. **A relação da auto-estima com o fracasso escolar**. 2009.

SAMPAIO, Juliana et al. Limites e potencialidades das rodas de conversa no cuidado em saúde: uma experiência com jovens no sertão pernambucano. **Interface (Botucatu)**, Botucatu, v. 18, supl. 2, p. 1299-1311, 2014. Disponível em: <http://scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141432832014000601299&lng=en&nrm=iso>. Acesso em 24 Jun. 2018.

SANTIAGO, Lindelvania Matias de et al. Implantação do Programa Saúde na Escola em Fortaleza-CE: atuação da equipe de Estratégia Saúde da Família. **Revista Brasileira de Enfermagem**, Brasília, v. 65, n. 6, p.1026-2019, nov. 2012.