

Intervenções psicossociais em saúde mental para professores: uma revisão narrativa

Psychosocial intervention in mental health for teachers: a narrative review

Intervenciones psicosociales en salud mental para docentes: una revisión narrativa

Recebido: 03/10/2022 | Revisado: 11/10/2022 | Aceitado: 12/10/2022 | Publicado: 17/10/2022

Magliane Soares Trindade

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2067-6310>
Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Brasil
E-mail: magliane.soares@gmail.com

Adriane Xavier Arteche

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2586-4900>
Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul, Brasil
E-mail: adriane.artechepucrs.br

Kátia Bones Rocha

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7603-1709>
Universidad Autónoma de Barcelona, Espanha
E-mail: katiabonesrocha@gmail.com

Resumo

O conhecimento em saúde mental por professores é essencial para identificar fatores de risco e proteção, as vulnerabilidades mentais, o desenvolvimento das habilidades de ajuda e apoio, a desmistificação de estigmas e, sobretudo, a aproximação com os serviços de saúde para encaminhamento e tratamento precoce. No entanto, são escassos os estudos que compilam achados de intervenções psicossociais em saúde mental para professores. O presente estudo busca suprir esta lacuna através de uma revisão narrativa de literatura com o objetivo de analisar as características das intervenções conduzidas em diferentes países para aumentar o conhecimento e sensibilizar a comunidade. As intervenções selecionadas na literatura nacional e internacional têm como público alvo, os professores, e utilizam tanto abordagens virtuais como presenciais no processo de construção do saber. Os estudos apontam resultados positivos para a promoção da saúde mental e emocional, a melhora no conhecimento dos professores e a redução do estigma. Ao considerar a posição estratégica dos educadores de observação e de convívio diário com os estudantes, este estudo pode contribuir para a educação contínua e a atualização acerca de intervenções psicossociais em um curto espaço de tempo.

Palavras-chave: Intervenção psicossocial; Saúde mental; Educação.

Abstract

Knowledge in mental health for teachers is essential to identify risk and protection factors, mental vulnerabilities, the development of help and support skills, the demystification of stigmas and, above all, the approach to health services for referral and treatment. precocious. However, there are few studies that compile findings from psychosocial interventions in mental health for teachers. The present study seeks to fill this gap through a narrative literature review with the objective of analyzing the characteristics of interventions carried out in different countries to increase knowledge and sensitize the community. The interventions selected in the national and international literature have teachers as their target audience and use both virtual and face-to-face approaches in the knowledge construction process. The studies point to positive results for the promotion of mental and emotional health, the improvement of teachers' knowledge and the reduction of stigma. When considering the strategic position of observation educators and daily contact with students, this study can contribute to continuing education and updating about psychosocial interventions in a short period of time.

Keywords: Psychosocial intervention; Mental health; Education.

Resumen

El conocimiento en salud mental de los docentes es fundamental para identificar factores de riesgo y protección, vulnerabilidades mentales, el desarrollo de habilidades de ayuda y apoyo, la desmitificación de estigmas y, sobre todo, el acercamiento a los servicios de salud para la derivación y tratamiento precoz. Sin embargo, existen pocos estudios que recopilen hallazgos de intervenciones psicosociales en salud mental para docentes. El presente estudio busca llenar este vacío a través de una revisión narrativa de la literatura con el objetivo de analizar las características de las intervenciones realizadas en diferentes países para aumentar el conocimiento y sensibilizar a la comunidad. Las intervenciones seleccionadas en la literatura nacional e internacional tienen como público objetivo a los docentes y utilizan enfoques tanto virtuales como presenciales en el proceso de construcción del conocimiento. Los estudios

apuntan resultados positivos para la promoción de la salud mental y emocional, la mejora del conocimiento de los docentes y la reducción del estigma. Al considerar la posición estratégica de los educadores de observación y el contacto diario con los estudiantes, este estudio puede contribuir a la educación continua y actualización sobre las intervenciones psicosociales en un corto período de tiempo.

Palabras clave: Intervención psicosocial; Salud mental; Educación.

1. Introdução

O funcionamento saudável de famílias, comunidades e sociedade dependem do cuidado e da promoção de uma boa saúde mental. Esta, por sua vez, pode ser definida como o estado de bem-estar que permite aos indivíduos desempenharem suas habilidades, lidarem com as tensões típicas da vida, trabalharem de forma produtiva e frutífera e, contribuir para sua comunidade. Deve-se notar que os transtornos mentais são doenças muito prevalentes e constituem um problema de saúde pública com grande impacto em termos de dependência, incapacidade, custos econômicos e de saúde (World Health Organization [WHO], 2002). De acordo com essa perspectiva, a saúde mental deveria ser considerada um bem público e global tanto em países de alta, média ou baixa renda, pois é fundamental para o desenvolvimento sustentável dos países e alinha-se aos objetivos propostos na agenda 2030 da Organização das Nações Unidas [ONU]. Segundo Patel et al. (2018) trata-se de uma oportunidade de ampliar a agenda de saúde mental, reduzindo a lacuna de tratamento para pessoas com transtornos mentais, promovendo a saúde da população e compreendendo-a como um direito humano e universal. Assim sendo, identificar as barreiras e as ameaças para essas conquistas, é recomendado; e isso inclui atentar-se para a falta de consciência sobre o valor da saúde mental no avanço social e econômico, o impacto dos determinantes sociais da saúde no desenvolvimento de crianças e adolescentes e os principais riscos e fatores protetivos durante esta fase do curso da vida (Patel et al., 2018).

Nesta direção, pensar e propor ações voltadas a períodos sensíveis do crescimento humano, como a adolescência, tendo em vista os determinantes sociais em seus diversos domínios e sua estreita relação com a integralidade e indivisibilidade dos Objetivos do Desenvolvimento Sustentável [ODS], se faz necessário. Entre os 17 objetivos propostos na agenda pela ONU para alcance até 2030, o ODS 3 é o que objetiva esforços específicos para a saúde mental e o bem-estar, entretanto, o progresso e a expansão dos cuidados em saúde mental somente serão possíveis dada a devida inclusão e tratativa também aos demais objetivos presentes na agenda. A literatura aponta que uma democracia funcional, uma capacidade avançada do Estado e um sistema de proteção social abrangente promovem o bem-estar e contribuem para comunidades mais resilientes diante de crises econômicas; além de atenuar o efeito do desemprego sobre a saúde e as possíveis consequências relacionadas ao estresse (Cronert & Hadenius, 2021). Importante ressaltar que assim como as crises econômicas e sanitárias podem ter efeito na saúde mental, os problemas de vulnerabilidade e adoecimento também impactam na economia, motivando afastamentos e perda de produtividade (Cronert & Hadenius, 2021). Em face à pandemia vivenciada, cuidar da saúde mental é uma prioridade de todos para o fortalecimento da resiliência e enfrentamento de uma sociedade da informação sustentada pela produtividade e consumo.

O contexto nacional e internacional apresenta uma alta prevalência de transtornos de ansiedade e depressão em crianças e adolescentes e um uso abusivo e excessivo dos ambientes sociais virtuais; em adição, segundo United Nations Children's Fund [UNICEF] o suicídio continua sendo uma das principais causas de morte nessa população em todo o mundo (UNICEF, 2021). No Brasil, registra-se um aumento crescente de casos de tentativa de suicídio, automutilações e ideação suicida, entre jovens de 15 a 29 anos (Ministério da Saúde, 2019). Nesta perspectiva, a saúde precisa ser vista como parte da escola que tem o potencial de influenciar de maneira positiva, por meio de ações cotidianas, a qualidade de vida de todas e todos integrantes desse espaço. Posto isso, um dos aspectos fundamentais da promoção da saúde na escola, é ajudar aos membros que a integram sensibilizar-se para essas potencialidades. Soma-se a isso, a relação estreita entre educação e saúde, que além de possibilitar o acesso dos adolescentes à escola e à conquista de um futuro digno, sobretudo, desenvolve

competências e conhecimentos para realizar melhores escolhas para a sua saúde, sua vida e a comunidade na qual está inserido (Arango et al., 2018).

De acordo com Arango et al. (2018) a adolescência é um período sensível para o desenvolvimento de relações seguras, autoestima e integridade pessoal, portanto, alerta pesquisadores, focar na promoção do conhecimento de saúde mental nesse período, em ambientes educacionais, pode ser mais eficaz e trazer benefícios de longa duração não somente no escopo biopsicossocial, mas também, no econômico. Além disso, abordar os fatores de risco para transtornos mentais, também pode ajudar a prevenir outras doenças na vida adulta, vista a relação bidirecional entre saúde mental e física. Por conseguinte, implica na redução desses transtornos que tendem a começar precocemente, antes dos 14 anos de idade, impedindo o indivíduo de enfrentar os estressores da vida, de produzir no trabalho e contribuir à comunidade em que vive (Arango et al., 2018).

Levando em consideração que uma das formas de responder às vulnerabilidades, é a resiliência ou a suscetibilidade, surge a seguinte questão: quais as características de uma intervenção em saúde mental para professores podem contribuir para a prevenção e promoção da saúde mental dos adolescentes? E ainda, como os professores, em posição estratégica de convívio diário com os alunos, podem auxiliar nesse processo? O conhecimento em saúde mental para os professores é essencial para identificar fatores de risco e proteção, as vulnerabilidades mentais, o desenvolvimento das habilidades de ajuda e apoio, a desmistificação de estigmas e, sobretudo, a aproximação com os serviços de saúde para encaminhamento e tratamento precoce.

Há uma janela de oportunidades, visto que estudos revelam um conhecimento limitado por parte dos educadores, evidenciando a necessidade de reflexão e debate sobre o tema (Walter et al., 2006; Yamaguchi et al., 2021). Portanto, a revisão narrativa sobre intervenções psicossociais para professores, oferece ao leitor, a possibilidade de conhecer e avaliar diferentes estudos para futuras adaptações e aplicações necessárias. Assim sendo, objetiva-se com este estudo identificar e analisar as características das intervenções psicossociais em saúde mental para professores em diferentes países. Trata-se de sensibilizar e mobilizar ações políticas para uma estratégia ampla de saúde pública na prevenção e promoção do cuidado pela vida. Além de atender as diretrizes impulsionadas pela WHO (2019) para ajudar os adolescentes a prosperarem, intervenções na escola, baseadas em evidências, apresentam vantagens, especialmente para países de média e baixa renda. Dentre elas estão, o fácil acesso, uma maior frequência à escola em relação a outros ambientes como os comunitários e as unidades de saúde, custo-benefício na alocação dos recursos humanos e econômicos.

2. Metodologia

Trata-se de uma revisão narrativa da literatura. Para Rother (2007) o método de revisão narrativa propõe descrever e discutir o estado da arte de um determinado assunto, proporcionando um estudo teórico crítico e reflexivo sobre determinado tema. Em complementariedade, o estudo em questão busca fomentar a elaboração ou a adaptação de programas em saúde mental para professores que visem à prevenção e à promoção de saúde da comunidade escolar. Além de propiciar a reflexão crítica na escolha das características contempladas em um programa para que levem em consideração os aspectos sociais, econômicos e culturais de uma população bem como a rede de atenção do sistema de saúde de um país.

De acordo com Gregory e Denniss (2018) uma revisão narrativa apresenta um resumo (não sistemático) e análise da literatura disponível sobre um tópico de interesse específico; como a abordagem não é sistemática, não há diretrizes formais reconhecidas para escrever esse tipo de revisão. Entretanto, esses autores sugerem quatro etapas para o processo de escrita: a etapa 1- é definir um tópico e o público-alvo para a revisão. Uma dica é selecionar um tópico que não apenas desperte seu interesse, mas que também seja de interesse de outros (editores, leitores e pesquisadores) porque é claramente relevante para a prática clínica ou política contemporânea de alguma forma; a etapa 2- é pesquisar e “re-pesquisar” a literatura. A tarefa é

identificar a literatura mais relevante em sua área de tópico selecionada, geralmente por meio de pesquisas por palavras-chave em bancos de dados eletrônicos.

Nesse sentido, as estratégias de busca ocorreram nos seguintes bancos de dados: ERIC, Scopus, PubMed, PsycInfo e Google Scholar por meio de palavras-chaves, a partir de termos usados no Medical Subject Heading (MeSH): ('educação (MeSH)' AND 'psicologia (MeSH)') AND ('escola*' OR 'baseado na escola') AND ('professor*' OU 'programas de treinamento de professores') AND ('saúde mental' OR 'transtornos mentais'). Como o uso dos termos MeSH não é compatível com o Google Scholar, a pesquisa foi realizada a partir de uma combinação das palavras-chaves. Os estudos avaliados correspondem ao período de 2010 a 2020 e atendem a sugestão de ter em mente que, exceto por artigos de referência seminais, a literatura mais recente provavelmente será a literatura mais relevante; ou seja, até 5 a 10 anos, podendo depender da quantidade de material disponível ao longo do tempo (Gregory & Denniss, 2018).

Em relação à terceira etapa, Gregory e Denniss (2018) revelam a importância da criticidade ao ler a literatura selecionada, pois é a análise que pode determinar um propósito útil para a revisão, como identificar um novo *insight*. E por fim, a quarta etapa, que trata de encontrar uma estrutura lógica para a revisão narrativa. O propósito é redigir a revisão de maneira direta e eficaz.

3. Resultados e Discussão

Na sequência do texto, apresenta-se o Quadro 1 com um compilado de estudos investigados acerca de intervenções psicossociais em saúde mental para professores. Por meio de uma abordagem virtual ou presencial, os estudos quantitativos e qualitativos objetivaram promover a saúde mental e emocional, capacitando os professores para melhorar conhecimento, atitude e comportamento de ajuda para consigo, os colegas de trabalho e alunos. Contribuir para a redução do estigma e desenvolver habilidades para a vida, também estão entre os objetivos de algumas intervenções, tendo como foco principal incidir na prevenção e promoção da saúde dos estudantes.

Quadro1. Intervenções psicossociais em saúde mental para professores.

Autor / Ano	País	Objetivo	Participantes	Intervenção	Duração	Instrumentos de avaliação	Resultados
Long, Albright, McMillan, Shockley e Price (2018)	EUA	Avaliar o impacto “At-Risk for Elementary School Educators” simulação de dramatização em saúde mental online para confrontar alunos com estresse psicológico.	Professores (n= 18.896); Grupo de intervenção (n= 9427); Grupo de controle (n= 9469).	At-Risk for Elementary School Educators, uma simulação individualizada online	Um encontro de 45 a 90 minutos com Simulação online de dramatização	A Escala de Comportamento do Gatekeeper: pré-teste; pós-teste. Acompanhamento de 3 meses	Resultados eficazes em preparação do professor, probabilidade, e autoeficácia; comportamentos positivos para lidar com alunos com estresse psicológico.
Pereira, Wen, Miguel e Polanczyk (2015)	Brasil	Desenvolver e avaliar programa de teleducação sobre os principais problemas de saúde mental.	Professores (n=115) Interativo baseado na web: (n= 52) Texto-baseado em vídeo: (n= 32); Lista de espera (n = 31).	Vídeos educacionais; Fórum de discussão na Internet; Webconferência; cartilha de orientação.	9 h de treinamento (três horas sessão / semana para 3 semanas)	Questionários de conhecimento, crenças e atitudes: na fase de pré-intervenção, imediatamente após a intervenção	No grupo WEB houve maior conhecimento. O grupo de videoconferências ganhou mais conhecimento que o baseado em vídeo.
Barnett, Corkum e Elik (2012)	Canadá	Determinar se um meio baseado na web é uma ferramenta eficaz para apoiar conhecimento, atitude e mudanças de comportamento.	Professores (n= 19)	Fórum de discussão; E-mail do intrasistema; Links da web	7 sessões: 1 sessão / semana	Medidas de autorrelato depois da intervenção	Maior conhecimento sobre gerenciamento de TDAH na sala de aula.

Amaral et al. (2020)	Portugal	Promover a saúde mental nas escolas através da (in)formação e capacitação de professores.	Professores (n= 13)	Consumo e dependências; sono; comportamento alimentar; comportamentos internalizantes e externalizantes; relações interpessoais.	Total de 25 horas de capacitação.	Um estudo não-experimental, transversal analítico e de intervenção pre/pos. O instrumento de Literacia em Saúde Mental (LSMq) e questões de avaliação de conhecimentos de saúde mental. Para avaliação da eficácia utilizou-se o LSMq.	Nas amostras pre/pos não foram encontradas diferenças significativas quanto à eficácia do programa. Houve aumento nos conhecimentos de saúde mental, consumos e dependências e importância da higiene do sono.
Jorm, Kitchener, Sawyer, Scales e Cvetkovski (2010)	Austrália	Melhorar as habilidades dos professores em relação aos primeiros socorros em saúde mental.	Professores (n= 327) Grupo de intervenção: 221 Controle: 106 Ensaio Controlado Randomizado Medido em: Linha de base (Tempo 0); Logo após treinamento (Tempo 1) 6 meses depois (Tempo 2)	Transtornos depressivos e de ansiedade, suicídio e autolesão; plano de ação de saúde mental para ajudar o aluno; Tópicos sobre transtorno alimentar, psicótico ou uso indevido de substâncias. Estigma e confiança em ajudar aos alunos ou colegas.	O curso foi organizado em duas partes de um dia de sete horas cada.	Conhecimento de saúde mental: 21 questões; uso de vinhetas para reconhecimento dos transtornos mentais; questionário sobre estigma e crenças sobre depressão, e confiança em fornecer ajuda. Escala K6.	Melhorias no conhecimento em saúde mental, redução de atitudes estigmatizantes, aumento na confiança em fornecer ajuda.
Eustache et al. (2017)	Haiti	Desenvolver habilidades e conhecimentos sobre saúde mental e emocional.	Professores (n=22) Pré / Pós / acompanhamento. Nenhum controle Todos receberam o treinamento. Medido em: Linha de base (Tempo 0); Logo após treinamento (Tempo 1); 6-9 semanas depois. (Tempo 2)	Apresentações didáticas, interativas, e dramatizações. Temas: Desenvolvimento da criança e adolescente; Sinais, sintomas e tratamento de transtornos mentais; encaminhamento. Gerenciamento de estresse; resiliência.	2,5 dias de treinamento.	Conhecimento SM: 48 Itens Estigma SM: 40 itens Avaliação qualitativa do participante na experiência de Treinamento. Análise do treinamento: Grupos focais para discussão.	As descobertas apoiam a viabilidade, aceitabilidade e um escopo limitado de eficácia do treinamento. Foi sugerido estender a duração e o número de sessões de treinamento.
Kutcher, Wei, McLuckie e Bullock (2013)	Canadá	Aprimorar o conhecimento em saúde mental e contribuir para redução do estigma.	Professores (n= 89) Pré / Pós. Todos receberam treinamento. Medido em: Linha de base (Tempo 0); Logo após o treinamento. (Tempo 1)	Conhecimento básico de SM. Módulos: estigma, Meios de ajuda, SM positiva e problemas de SM. A Oficina ocorreu através de seis módulos online. Videoclipes e debate em grupo.	1 x 7 h de treinamento.	Conhecimento SM: 21 itens; 9 itens relacionados ao uso do guia; Estigma e SM; 8 itens. Avaliação qualitativa do treinamento.	Melhora no conhecimento e atitudes em relação à saúde mental, gerando um impacto positivo.
Wei e Kutcher (2014)	Canadá	Atender à necessidade de identificação, apoio, triagem e encaminhamento informados e liderados pelo	Professores (n= 134)	6 sessões: Epidemiologia da saúde mental, estigma, desafios na escola, transtornos mais comuns,	1 x 7 h de treinamento.	Conhecimento SM: 30 e Itens de como acessar os profissionais de saúde	Melhora no conhecimento em saúde mental, desmistificação de estigmas e busca por ajuda após a intervenção.

		professor.		tratamento e suporte. Referência de como lidar com a família. Vídeos, Jogos e workshops.		Estigma: 8 itens Avaliação da oficina: 6 itens	
Vieira, Gadelha, Moriyama, Bressan e Bordin (2014)	Brasil	Desenvolver conhecimentos sobre saúde mental identificar, ajudar e encaminhar alunos em vulnerabilidade mental.	Professores (n= 32) Avaliação da saúde mental pré/pós o treinamento; Avaliação qualitativa do treinamento.	Transtornos mentais; comportamentos de risco; impacto na adolescência. Habilidades sociais.	4 horas de treinamento: duas sessões de 2 horas entregues em duas semanas consecutivas.	Questionário sociodemográfico dos professores; Perguntas sobre transtornos mentais apresentados em vinhetas.	A estratégia foi parcialmente eficaz. Sugere-se aumentar a duração, e incluir discussão de casos reais.

Fonte: Elaboração das autoras com base nos estudos pesquisados.

A partir da análise do Quadro 1 é possível verificar as características das intervenções psicossociais em saúde mental destinadas aos professores em diferentes países quanto à forma de abordagem, conteúdo, tempo de duração, instrumentos utilizados e principais resultados. Em relação aos conteúdos são incluídos temas como saúde mental positiva, desenvolvimento saudável na adolescência, principais fatores de risco e proteção para transtornos mentais, estilo de vida, estigma, manejo do estresse e do Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDHA) em sala de aula. De maneira geral, os estudos mediram o conhecimento dos professores acerca de saúde mental por meio de questionários que resgatavam o conteúdo ministrado durante o treinamento. Os primeiros programas citados no Quadro 1 fizeram uso de uma abordagem virtual através de plataformas para web conferências e fóruns de discussão (Barnett et al., 2012; Long et al., 2018, Pereira et al., 2015). O estudo de Long et al. (2018) fez uma simulação online de dramatização sobre estresse psicológico. Os demais estudos foram pautados em abordagens presenciais com a inclusão, por exemplo, de recursos como vídeos e jogos durante as oficinas (Wei & Kutcher, 2014).

Alguns estudos utilizaram vinhetas que traziam casos específicos de transtornos de ansiedade e depressão (Jorm et al., 2010; Pereira et al., 2015) o que é de suma importância, já que a depressão e a ansiedade quando não tratadas na adolescência, tendem a implicar em problemas de saúde mental na vida adulta, com um risco aumentado de suicídio e problemas relacionados com abuso de substâncias (O'Neil et al., 2011; Papandrea & Winefield, 2011). Em complementariedade, esses transtornos também estão associados a deficiências cognitivas, como problemas de desatenção e concentração, levando a um desempenho acadêmico precário, abandono escolar e déficit ocupacional em longo prazo (Moon et al., 2017; Papandrea & Winefield, 2011). Por conseguinte, identificar e intervir precocemente para o tratamento da depressão e da ansiedade reverbera na saúde do adolescente e na redução de custos individuais, sociais e econômicos. Salienta-se que sem o devido cuidado para transtornos mentais emergentes, os adolescentes enfrentam prejuízos de curto e longo prazo, impactando e impedindo o curso de uma vida saudável (Wei et al., 2014).

Dada a importância da prevenção e da orientação, alguns programas incluíram temas relacionados ao autocuidado e ao estilo de vida, abordando questões como alimentação, atividade física, regulação do sono e das emoções (Amaral et al., 2020). Tópicos relacionados a Habilidades para a Vida também estão presentes. Essas habilidades são consideradas destrezas psicossociais necessárias para enfrentar com êxito as exigências e desafios cotidianos. Um tanto pertinente ao considerar um estudo de Viner et al. (2011) sobre tendências de mortalidade de crianças e jovens em um período de 50 anos nos países de alta, média e baixa renda. Para os autores, é durante a adolescência que começa a mudar os padrões de mortalidade de acordo com o sexo e os fatores ambientais e comportamentais, os quais exercem um papel central. Por esse motivo, é preciso levar em conta a comunidade e o entorno em que o adolescente está inserido, pois podem influenciar comportamentos violentos, já que

as taxas de criminalidade dos países estão correlacionadas com o aumento das mortes violentas entre esse público jovem. Nessa classificação, a América Latina e a África aparecem como a região do mundo mais violenta (Aleman et al., 2018). São cenários marcados por desigualdades sociais, pobreza e marginalização que implicam em fatores preditores para condutas de risco.

Assim, incluir o tema Habilidade para a Vida em um programa de saúde mental, funcionará como um fator protetor, visto que os adolescentes em geral, não possuem serviços que atendam às necessidades específicas dessa faixa etária. Assim, é importante que os adultos com os quais se relacionem e cuidadores possam ser capazes de reconhecer quando precisam de ajuda e apoio. Nesse sentido, os professores assumem um lugar privilegiado pela convivência diária e pela possibilidade de observação inicial de possíveis mudanças comportamentais. Logo, garantir que os professores adquiram conhecimentos relacionados aos transtornos e à proteção da saúde mental é essencial, assim como desenvolver habilidades de confiança e comportamento de ajuda também o é, já que a falta de que elas podem servir de barreiras para acessar o estudante quando necessitar de apoio. Segundo McLuckie et al., (2014) os professores podem facilitar o comportamento de busca de ajuda entre os alunos, reduzindo o estigma e sensibilizando para as vulnerabilidades mentais. A redução do estigma é abordada na maioria dos treinamentos elencados, por ser um fator crítico na prevenção e no início da intervenção para transtornos mentais. Atribui-se à estigmatização da doença mental, a exclusão social, a potencialização do sofrimento, a demora em procurar apoio e aderir ao tratamento (Collins et al., 2012).

Nesse sentido, a maioria das intervenções mediou as atitudes e as crenças relacionadas à saúde mental por meio de instrumentos variados que buscavam identificar as atitudes em relação ao tratamento, às pessoas com vulnerabilidades mentais e às percepções de pessoas com transtornos específicos bem como ao estigma atribuído. O estudo de Jorm et al. (2010), considerado um dos mais consistentes por ser um ensaio clínico randomizado e pela quantidade de 327 participantes, também avaliou a confiança e o comportamento de ajuda por parte dos professores; o que resultou em melhora no processo de autoconfiança. Somente este estudo avaliou a saúde mental dos professores através da Escala K6 de angústia psicológica. Uma limitação apresentada nos demais estudos, vista a importância de incluir a saúde dos professores no rol de cuidados. Um estudo sobre indicadores de saúde mental em professores de uma instituição de educação infanto-juvenil na região sul do Brasil, durante a pandemia Covid-19, apontou a ansiedade e a depressão como alterações mais comuns nos docentes e ressaltaram a necessidade de promover o retorno às atividades laborais com segurança e responsabilidade (Cruz et al., 2020).

De forma geral, os resultados apontados quanto ao tempo de duração do treinamento sugerem que seja ministrado em várias sessões em vez de ocorrer em uma única sessão. Um ponto desafiador diante da sobrecarga e diminuição da autonomia no trabalho docente, embora necessário em face aos resultados de piora na saúde mental dos professores nos últimos tempos (Campos & Viegas, 2021); e ao compromisso real com o salto qualitativo que a educação brasileira demanda (Martinez, 2009). Como uma limitação, os estudos indicam que ainda há poucas evidências para sugerir que melhores conhecimentos e atitudes dos professores podem levar a resultados mais eficazes para os alunos ou para os próprios professores. Assim sendo, outras pesquisas que investiguem o comportamento de ajuda dos professores para com os alunos bem como os cuidados e os fatores protetivos da saúde mental de alunos e professores contribuirão para o acolhimento e encaminhamento adequados (Jorm et al., 2010; O'Reilly et al., 2017). E assim, mediar uma aproximação entre as áreas da saúde e educação para o acesso aos serviços e tratamentos oferecidos.

Dada a complexidade e multidimensionalidade que envolve o constructo de uma boa saúde mental para a saúde e qualidade de vida dos indivíduos, a educação para a saúde necessita promover a reflexão e a análise crítica entre a comunidade educativa. Visto que fatores de risco e proteção são influenciados por políticas e associados às desigualdades sociais, operando em vários setores e níveis em diferentes fases do curso da vida. Por isso, despertar para a sensibilização desse processo sistêmico, requer por parte dos atores sociais de uma comunidade escolar: a escuta, o debate e a participação.

4. Considerações Finais

Ao buscar compreender as principais características que compõem as intervenções psicossociais sobre saúde mental na escola, é preciso partir antes do pressuposto de que uma instituição educativa para ser considerada saudável, necessita olhar para dentro de suas paredes. E, sobremaneira, para além dos muros que lhe rodeiam, considerando o entorno que a constitui e estabelecendo cuidados com a saúde baseados em evidências e na comunidade. Quanto aos professores é fundamental adquirir conhecimento e criticidade sobre como acolher, encaminhar um aluno em sofrimento e as formas mais eficazes de auxílio para combater o estigma associado à vulnerabilidade.

Em última análise, uma prática pautada no exercício da cidadania e nos princípios da promoção da saúde. Para tal, as intervenções em saúde mental para professores quando adaptadas precisam considerar a diversidade regional, incluindo as demandas e anseios da comunidade local; e, sobretudo, envolver os alunos adolescentes nesse processo, com o intuito de transformar os modelos tradicionais de prestação de cuidados de saúde em sistemas de saúde responsivos a essa população.

Para trabalhos futuros, sugere-se um levantamento de estudos sobre intervenções em saúde mental a partir de uma abordagem híbrida, presencial e virtual, pela capacidade de atingir um grande número de pessoas e aumentar o acesso a recursos de saúde baseados em evidências. Como ressalva, atentar-se às capacitações que incluam no processo de aprendizagem a resolução de problemas baseados em casos reais trazidos pelos professores, com as devidas considerações éticas; além da inclusão dos temas Habilidades para a Vida e o Cuidado com a saúde mental do professor; bem como, manuais de orientação para consulta quando necessário. Por fim, que as informações fornecidas na literatura, possam contribuir para a educação contínua e a atualização do conhecimento sobre capacitação para professores em um curto espaço de tempo. Em complementariedade, fomentar por meio das informações levantadas, a elaboração e a implementação de políticas sociais e normativas escolares pautadas na saúde mental e na qualidade de vida dos adolescentes e da comunidade educativa.

Referências

- Aleman, A., Colistro, V., Colomar, M., Cavalleri, F., Alegretti, M., & Buglioli, M. (2018). Carga de enfermedad de los adolescentes en Uruguay y su comparación con la de América Latina y el Caribe. *Ciência & Saúde Coletiva*, 23(9), 2813-2820. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018239.13702018>
- Amaral, M. O. P., Silva, D. M., Costa, M. G. A., Gonçalves, A. M., Pires, S. M. C. S., Cruz, C. M. V. M., & Gil, N. C. S. P. (2020). ProMenteSã: Formação de professores para promoção da saúde mental na escola. *Acta Paulista de Enfermagem*, 33. <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2020AO02246>
- Arango, C., Díaz-Caneja, C. M., McGorry, P. D., Rapoport, J., Sommer, I. E., Vorstman, J. A., & Carpenter, W. (2018). Preventive strategies for mental health. *The Lancet Psychiatry*, 5(7), 591-604. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(18\)30057-9](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(18)30057-9)
- Barnett, B., Corkum, P., & Elik, N. (2012). A web-based intervention for elementary school teachers of students with attention-deficit/hyperactivity disorder (ADHD). *Psychological Services*, 9(2), 227-230. <https://doi.org/10.1037/a0026001>
- Campos, M. F., & Viegas, M. F. (2021). Saúde mental no trabalho docente: um estudo sobre autonomia, intensificação e sobrecarga. *Cadernos de Pesquisa*, 28(2), 417-437. <https://doi.org/10.18764/2178-2229.v28n2.202132>
- Collins, R. L., Wong, E. C., Cerully, J. L., Schultz, D., & Eberhart, N. K. (2012). *Interventions to reduce mental health stigma and discrimination: A literature review to guide evaluation of California's mental health prevention and early intervention initiative*. Santa Monica: RAND Corporation. Recuperado de: https://www.rand.org/pubs/technical_reports/TR1318.html
- Cronert, A., & Hadenius, A. (2021). Institutional foundations of global well-being: Democracy, state capacity and social protection. *International Political Science Review*, 42(5), 705-724. <https://doi.org/10.1177/0192512120917186>
- Cruz, R. M., Rocha, R. E. R., Andreoni, S., & Pesca, A. D. (2020). Retorno ao trabalho? Indicadores de saúde mental em professores durante a pandemia da COVID-19. *Revista Polyphonia*, 31(1), 325-344. <https://doi.org/10.5216/rp.v31i1.66964>
- Eustache, E., Gerbasi, M. E., Fawzi, M. C. S., Fils-Aimé, J. R., Severe, J., Raviola, G. J., & Becker, A. E. (2017). Mental health training for secondary school teachers in Haiti: A mixed methods, prospective, formative research study of feasibility, acceptability, and effectiveness in knowledge acquisition. *Global Mental Health*, 4, 1-16. <https://doi.org/10.1017/gmh.2016.29>. eCollection 2017
- Gregory, A. T., & Denniss, A. R. (2018). An introduction to writing narrative and systematic reviews—Tasks, tips and traps for aspiring authors. *Heart, Lung and Circulation*, 27(7), 893-898. Jorm, A. F., Kitchener, B. A., Sawyer, M. G., Scales, H., & Cvetkovski, S. (2010). Mental health first aid training for high school teachers: A cluster randomized trial. *BMC Psychiatry*, 10, 1-12. <https://doi.org/10.1186/1471-244X-10-51>

- Jorm, A. F., Kitchener, B. A., Sawyer, M. G., Scales, H., & Cvetkovski, S. (2010). Mental health first aid training for high school teachers: a cluster randomized trial. *BMC psychiatry*, *10*(1), 1-12.
- Kutcher, S., Wei, Y., McLuckie, A., & Bullock, L. (2013). Educator mental health literacy: A programme evaluation of the teacher training education on the mental health & high school curriculum guide. *Advances in School Mental Health Promotion*, *6*(2), 83-93. <https://doi.org/10.1080/1754730X.2013.784615>
- Long, M. W., Albright, G., McMillan, J., Shockley, K. M., & Price, O. A. (2018). Enhancing educator engagement in school mental health care through digital simulation professional development. *Journal of School Health*, *88*(9), 651-659. <https://doi.org/10.1111/josh.12670>
- Martinez, A. M. (2009). Psicologia escolar e educacional: Compromissos com a educação brasileira. *Psicologia Escolar e Educacional*, *13*(1), 169-177.
- Mcluckie, A., Kutcher, S., Wei, Y., & Weaver, C. (2014). Sustained improvements in students' mental health literacy with use of a mental health curriculum in Canadian schools. *BMC Psychiatry*, *14*, 1-6. <https://doi.org/10.1186/s12888-014-0379-4>
- Ministério da Saúde. (2019). *Boletim epidemiológico* (vol. 50). Brasília: Secretária de Vigilância em Saúde.
- Moon, J., Williford, A., & Mendenhall, A. (2017). Educators' perceptions of youth mental health: Implications for training and the promotion of mental health services in schools. *Children and Youth Services Review*, *73*, 384-391. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2017.01.006>
- O'Reilly, M., Sviryzdenka, N., Adams, S., & Dogra, N. (2017). Review of mental health promotion interventions in schools. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, *53*(7), 647-662. <https://doi.org/10.1007/s00127-018-1530-1>
- O'Neil, K. A., Conner, B. T., & Kendall, P. C. (2011). Internalizing disorders and substance use disorders in youth: Comorbidity, risk, temporal order, and implications for intervention. *Clinical Psychology Review*, *31*(1), 104-112. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.08.002>
- Papandrea, K., & Winefield, H. (2011). It's not just the squeaky wheels that need the oil: Examining teachers' views on the disparity between referral rates for students with internalizing versus externalizing problems. *School Mental Health*, *3*(4), 222-235. <https://doi.org/10.1007/s12310-011-9063-8>
- Patel, V., Saxena, S., Lund, C., Thornicroft, G., Baingana, F., Bolton, P., & Unützer, J. (2018). The Lancet Commission on global mental health and sustainable development. *The Lancet*, *392*(10157), 1553-1598. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(18\)31612-X](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(18)31612-X)
- Pereira, C. A., Wen, C. L., Miguel, E. C., & Polanczyk, G. V. (2015). A randomised controlled trial of a web-based educational program in child mental health for schoolteachers. *European Child & Adolescent Psychiatry*, *24*(8), 931-940. <https://doi.org/10.1007/s00787-014-0642-8>
- Rother, E. T. (2007). Revisão sistemática X revisão narrativa. *Acta paulista de enfermagem*, *20*(2), v-vi.
- United Nations Children's Fund, The State of the World's Children 2021: On My Mind – Promoting, protecting and caring for children's mental health, UNICEF, New York, October 2021.
- Vieira, M. A., Gadelha, A. A., Moriyama, T. S., Bressan, R. A., & Bordin, I. A. (2014). Evaluating the effectiveness of a training program that builds teachers' capability to identify and appropriately refer middle and high school students with mental health problems in Brazil: An exploratory study. *BMC Public Health*, *14*, 1-12. <https://doi.org/10.1186/1471-2458-14-210>
- Viner, R. M., Coffey, C., Mathers, C., Bloem, P., Costello, A., Santelli, J., & Patton, G. C. (2011). 50-year mortality trends in children and young people: A study of 50 low-income, middle-income, and high-income countries. *The Lancet*, *377*(9772), 1162-1174. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(11\)60106-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(11)60106-2)
- Walter, H. J., Gouze, K., & Lim, K. G. (2006). Teachers' beliefs about mental health needs in inner city elementary schools. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, *45*(1), 61-68. <https://doi.org/10.1097/01.chi.0000187243.17824.6c>
- Wei, Y., & Kutcher, S. (2014). Innovations in Practice: 'Go-to' Educator Training on the mental health competencies of educators in the secondary school setting: A program evaluation. *Child and Adolescent Mental Health*, *19*(3), 219-222. <https://doi.org/10.1111/camh.12056>
- Wei, Y., Kutcher, S., Hines, H., & MacKay, A. (2014). Successfully embedding mental health literacy into Canadian classroom curriculum by building on existing educator competencies and school structures: The mental health and high school curriculum guide for secondary schools in Nova Scotia. *Literacy Information and Computer Education Journal*, *5*(3), 1649-1654. <https://doi.org/10.20533/licej.2040.2589.2014.0220>
- World Health Organization (2002). *Meeting on evidence for prevention and promotion in mental health: Conceptual and measurement issues*. Geneva: WHO.
- World Health Organization. (2019). The WHO special initiative for mental health (2019-2023): universal health coverage for mental health. World Health Organization. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/310981>. Licença: CC BY-NC-SA 3.0 IGO
- Yamaguchi, S., Foo, J. C., Kitagawa, Y., Togo, F., & Sasaki, T. (2021). A survey of mental health literacy in Japanese high school teachers. *BMC Psychiatry*, *21*(1), 1-9. <https://doi.org/10.1186/s12888-021-03481-y>