



# Saúde Mental na Escola em Tempos de Pandemia

Guia Prático para Professoras e Professores

**Apoio**



**Realização**



Março de 2021

# Créditos

2021

Comitê Estadual de Promoção da Vida e Prevenção do Suicídio do Estado do Rio Grande do Sul / Comissão da Criança, do/a Adolescente e do/a Jovem

Grupo de Trabalho em Saúde Mental Infantojuvenil/ Política Estadual de Saúde Mental, Álcool e Outras Drogas/ Divisão de Políticas Transversais/ Departamento de Atenção Primária e Políticas de Saúde/ Secretaria de Saúde do Estado do Rio Grande do Sul

Todos os direitos reservados. É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte e que não seja para venda ou qualquer fim comercial.

## *Equipe responsável pela elaboração do Guia*

- **Camila Rodrigues de Oliveira** (Núcleo Regional de Ações em Saúde (NUREAS) - 1ºCRS/ Secretaria Estadual de Saúde/RS)
- **Bruno Moraes da Silva** (Programa Primeira Infância Melhor/Secretaria Estadual de Saúde/RS)
- **Fernanda Barreto Mielke** (Política Estadual de Saúde Mental, Álcool e Outras Drogas/Divisão de Políticas Transversais/ Departamento de Atenção Primária e Políticas de Saúde/Secretaria Estadual de Saúde/RS)
- **Patrícia Ziani Benites** (Escola de Saúde Pública/ Secretaria Estadual de Saúde/ RS)
- **Rosângela Machado Moreira** (Política de Saúde de Adolescentes/ Divisão das Políticas dos Ciclos de Vida/Departamento de Atenção Primária e Políticas de Saúde/Secretaria Estadual de Saúde/RS)
- **Simone Poletto** (Psicóloga. Especialista em Saúde Mental Coletiva/ Escola de Saúde Pública/RS).
- **Winilda Nunes Cunha** (Núcleo Regional de Ações em Saúde (NUREAS) - Saúde Mental da 1ºCRS/ Secretaria Estadual de Saúde/RS)

## *Equipe colaboradora*

- **Alpheu Ferreira do Amaral Junior** (Política de Práticas Integrativas/ Departamento de Atenção Primária e Políticas de Saúde/ Secretaria Estadual de Saúde/RS)
- **Ana Luiza Tonietto Lovato** (Política de Saúde de Adolescentes/

- Divisão das Políticas dos Ciclos de Vida/ Departamento de Atenção Primária e Políticas de Saúde/ Secretaria Estadual de Saúde/RS)
- **Andréia Novo Volkmer** (Centro Estadual de Vigilância em Saúde - CEVS/SES-RS)
  - **Anniciele da Silva Andrade Gameiro** (Política de Saúde de Adolescentes/ Divisão das Políticas dos Ciclos de Vida/ Departamento de Atenção Primária e Políticas de Saúde/ Secretaria Estadual de Saúde/RS)
  - **Anelise Fraga de Souza** (Professora Séries Iniciais e Coordenadora da EJA / EMEF Vereador Martim Aranha / Prefeitura Municipal de Porto Alegre)
  - **Claudia Flores Rodrigues** (Deplan/Proser/Secretaria Estadual de Educação/RS)
  - **Marilise Fraga de Souza** (Chefe da Divisão de Políticas Transversais/ Departamento de Atenção Primária e Políticas de Saúde/ Secretaria Estadual de Saúde/RS)
  - **Marcia Adriana de Carvalho** (Presidente do Conselho Estadual de Educação - CEEEd/RS)
  - **Sílvia Regina de Oliveira Santos** (Professora / EMEF Boa Esperança / EEEF Professora Amália Germano de Paula / Prefeitura Municipal de São Luiz Gonzaga)
  - **Vinícius Tavares Guimarães** (Professor do Instituto Federal Sul-Rio-Grandense - Campus Charqueadas)

## **Revisão**

- **Ana Luiza Tonietto Lovato** (Política de Saúde de Adolescentes/ Divisão das Políticas dos Ciclos de Vida/ Departamento de Atenção Primária e Políticas de Saúde/ Secretaria Estadual de Saúde/RS)

## **Capa e diagramação**

- **André Selbach Nasi** (Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre - UFCSPA)

# Sumário

<i>Apresentação .....</i>	<i>5</i>
<i>Questões para ter em mente .....</i>	<i>6</i>
<i>Impactos da Pandemia na Saúde Mental de Professores e Professoras.....</i>	<i>9</i>
<i>Impactos da Pandemia na Saúde Mental de Crianças, Adolescentes e Jovens.....</i>	<i>12</i>
<i>A Escola e a Rede Intersetorial.....</i>	<i>15</i>
<i>Voltando para a escola: ferramentas práticas, estratégias e atividades .....</i>	<i>22</i>
<i>Documentos Importantes e Web-links .....</i>	<i>26</i>
<i>Referências.....</i>	<i>28</i>

# Apresentação

Este guia, dirigido às equipes diretivas e professores/as, tem como objetivo apresentar possíveis estratégias de como lidar com os impactos da pandemia na saúde mental de todos.

No atual contexto gerado pelo novo coronavírus, cabe atualizar as reflexões acerca do já conhecido papel da escola na sociedade. Por constituir-se como um espaço humanizador, de proteção e de acolhimento a crianças, adolescentes e jovens, é instituição primordial para o desenvolvimento socioafetivo e para a formação da cidadania. No retorno às aulas presenciais, e frente às diversas mudanças e desafios esperados, será demandada também a fornecer apoio à comunidade escolar.

A adoção de modelos híbridos de aprendizagem, convergindo aulas presenciais e à distância; de protocolos sanitários que não permitirão o contato físico entre os estudantes nem a livre circulação nos espaços da escola; de mudanças na vida de educadores e estudantes, incluindo perdas familiares e financeiras, intensificaram as violências e sentimentos de insegurança, medo, tristeza, solidão, entre outros. Isto requer o reconhecimento dos sentimentos e comportamentos de cada um e o acolhimento das emoções através de solidariedade, empatia, respeito e convivência democrática. O planejamento de ações embasado em tais valores propiciará o fortalecimento da rede de apoio e de proteção, tão necessária a todos neste tempo de calamidade pública.

A construção deste Guia foi possível graças à integração de diversos atores e serviços que atuam direta ou indiretamente nas escolas e compreendem as mudanças e inseguranças trazidas pela COVID-19, sobretudo para professores e estudantes das classes populares, há muito afetadas pela desigualdade social brasileira. Identificar as potencialidades de professores e demais funcionários, estudantes, pais e todo o entorno escolar, e conhecer projetos vigentes e serviços disponíveis à escola, são algumas das formas para proteger a saúde mental e potencializar o bem-estar de todos.

# Questões para ter em mente

## *A mesma abordagem não serve para todos*

Os estudantes, na mesma sala de aula, terão níveis diferentes de habilidades e resiliência, não havendo uma resposta emocional única ou constante no enfrentamento da pandemia. Sendo assim, estratégias e abordagens específicas deverão ser pensadas junto a cada criança/adolescente/família, buscando formas lúdicas de aproximação e de expressão dos sentimentos.

## *Você faz parte de uma equipe*

Embora o mundo inteiro esteja enfrentando os mesmos problemas, cada pessoa tem as suas peculiaridades diante da pandemia. Observando os limites de confidencialidade que envolve a comunidade escolar, convide outros professores/as e líderes escolares para apoio e orientação. E compartilhe com eles/as o que você está aprendendo.

## *Sua equipe é mais ampla do que a comunidade escolar*

A escola está inserida em um território onde existem outros serviços e equipamentos. Você e os demais membros da comunidade escolar podem estabelecer fluxos e parcerias para a realização de ações intersetoriais. O Capítulo 05 aborda esse tópico.

## *Não ignore os sinais*

Nem tudo está relacionado à pandemia e não devem ser ignorados sinais de que algo mais sério está impactando a saúde mental da comunidade escolar.

Se você perceber alguma das situações abaixo em adultos, crianças, adolescentes e jovens, aproxime-se, escute e procure apoio na rede de saúde e intersetorial:

- Mudança significativa de humor que dure mais que alguns dias, acompanhada ou não de fadiga, afastamento do contato social/virtual com amigos, dificuldade de concentração nas aulas, choro;
- Aumento ou diminuição significativos no peso;

- Cansaço persistente, podendo indicar mudanças nos padrões de sono;
- Explosões de raiva que pareçam incomuns ou desproporcionais;
- Comportamento reservado, evitando, de uma forma incomum, que o corpo ‘seja visto’ (por exemplo, na hora das refeições ou aulas de educação física);
- Quaisquer sinais de comportamento autolesivo, como cortes ou hematomas na pele.

### *Talvez o aprendizado tenha que esperar*

A mudança no ritmo de aprendizagem pode causar um comportamento agitado, aumentando a dificuldade de concentração, comum em crianças, adolescentes e jovens que sofreram luto ou trauma.

Pode ser necessário encontrar tempo e permitir que os/as estudantes trabalhem com suas experiências, organizando-se para a aprendizagem. No entanto, também é importante reconhecer que alguns, especialmente os/as do final do ensino médio, podem estar ansiosos/as para recuperar o tempo e os conteúdos perdidos.

Além do tempo de aula propriamente dito, em que há exigência de concentração e produtividade, é importante lembrar que os intervalos, o horário de almoço, a entrada e saída da escola também podem ser momentos de dificuldade para os alunos, o que requer atenção e apoio, inclusive aos familiares.

### *Trauma*

A situação da pandemia da COVID-19 tem sido uma experiência de trauma tanto individual quanto coletiva, compartilhada pelas comunidades. Entender exatamente o que aconteceu, lamentar as perdas e trabalhar em conjunto são etapas necessárias para o processamento das situações e para a busca de maneiras de seguir em frente.

Crianças, adolescentes e jovens que passaram por luto ou violência precisarão acolhimento e apoio da comunidade escolar, que deverá compreender cada situação e responder da maneira apropriada.

## ***Relacionamentos***

O apego é um conceito relevante para todas as etapas da vida e, por conta das medidas de distanciamento social preconizadas durante a pandemia, muitos relacionamentos foram fragilizados, interrompidos ou completamente suspensos, o que provoca diferentes níveis de angústia em crianças, adolescentes e jovens.

## ***Distanciamento x Isolamento***

As medidas de distanciamento social praticadas durante a pandemia nos colocaram a pensar sobre esses conceitos. Afinal, estamos distanciados ou isolados uns dos outros?

Conversar com os/as estudantes sobre o que entendem sobre estes conceitos e construir, coletivamente, a diferença entre cada um, pode se configurar como estratégia interessante para fazer emergir novas formas de interação social e interpessoal.



# *Impactos da Pandemia na Saúde Mental de Professores e Professoras*

## *Desafios encontrados pelos/as professores/as*

O distanciamento social afetou todas as pessoas, de diferentes formas, mas no caso de professores e professoras as vivências acumularam desafios específicos, como:

- Necessidade de adaptar seu material e didática ao ensino à distância, situação a que muitos não estavam familiarizados;
- Transformação da casa em sala de aula;
- Dificuldade em se desligar do trabalho;
- Ausência de finais de semana, e todos os dias parecendo segunda-feira;
- Sensação de “muita coisa para lidar ao mesmo tempo”, por não existir mais uma delimitação física entre trabalho e vida pessoal;
- Necessidade de conciliar o trabalho com o cuidado de suas próprias crianças e adolescentes, que também ficaram sem acesso à escola; – A evidência da precariedade de vida de muitos alunos.

## *Sentimentos gerados*

Emoções como tristeza, solidão, angústia, raiva, ansiedade e frustração têm sido comuns. Cabe lembrar que essas reações são adequadas ao contexto da pandemia, mas se estiverem alcançando níveis muito altos e difíceis de controlar, atrapalhando a realização do trabalho, os cuidados com a casa, o tempo para a família e o tempo pessoal, não hesite em procurar ajuda na rede de atenção à saúde.

## *A importância do apoio*

Os professores e as professoras, em conjunto com a direção das escolas, têm se mobilizado, de maneira inovadora e ágil, para facilitar o ensino à distância de qualidade para seus estudantes frente às medidas de distanciamento social impostas, com ou sem o uso de tecnologias digitais.

Além dos conteúdos didáticos e pedagógicos, estão desempenhando um papel fundamental na prevenção do alastramento do vírus, garantindo o acesso às informações corretas, mantendo a segurança de todo(a)s. Isso tem exigido a busca constante por conhecimento sobre o novo coronavírus, o que pode causar uma avalanche de informações e também uma sobrecarga de angústia.

Por isso, é fundamental que professores e professoras possam receber apoio socioemocional de modo a aliviar suas demandas, para, então, proporcionar aprendizagem neste momento de crise, bem como para se sentirem fortalecidos para auxiliarem seus estudantes em situações de ansiedade.

### *Para não esquecer:*

1. O papel do professor e da professora diante de uma situação trazida pelo/a estudante é de acolhimento, ou seja, escutar o que ele/ela têm a dizer, e buscar o recurso adequado para seu acompanhamento.
2. Só é possível executar bem seu trabalho se estiver com a saúde mental equilibrada. Por isso, ao se sentir sobrecarregado/a, procure ajuda.

## *Ações para garantir proteção, apoio e reconhecimento aos/às professores/as durante a pandemia da COVID-19*

### Ações governamentais e da sociedade civil

- Preservar o emprego, os salários e os benefícios de toda a equipe de ensino e de apoio à educação;
- Priorizar a saúde, a segurança e o bem-estar de professores/as e estudantes;
- Incluir e capacitar professores/as para o desenvolvimento de respostas educacionais à COVID-19;
- Fornecer suporte e treinamento profissional adequados para garantir a continuidade da aprendizagem;
- Apoiar e dar flexibilidade para os/as professores/as que trabalham em áreas de difícil acesso, com comunidades de baixa renda e com minorias;
- Apoiar os sistemas educacionais, particularmente o desenvolvimento profissional da força de trabalho docente.

### Ações locais/ equipe diretiva

- Realizar reuniões e rodas de conversa para acolhimento e escuta dos professores/as;
- Possibilitar espaços de escuta individual aos/às professores/as que necessitarem, orientando-os/as a buscar ajuda de profissionais da saúde mental, se necessário;
- Capacitação de professores/as sobre a COVID-19, para que se sintam seguros para orientar os estudantes;
- Capacitação de professores/as para o reconhecimento da Violência Baseada no Gênero (VBG), prevenção da exploração e violência sexual e s práticas seguras de proteção e encaminhamento de casos.

### Ações individuais/ professor(a)

- Quando da realização de aulas remotas, procure organizar a rotina, dividindo tempos e espaços específicos para cada tarefa. Sugere-se a criação de um planner virtual, uma ferramenta que ajuda na organização e planejamento;
- Outra estratégia pode ser a divisão do espaço da casa, destinando cômodos diferentes para cada função;
- Combine com pais e estudantes os horários que estará disponível para responder perguntas;
- Busque manter uma rede de apoio social, inclusive com outros professores da escola;
- Em alguns casos, pode ser necessário buscar ajuda de profissional da saúde mental, quando persistirem sinais como tristeza, desesperança, desamparo, desespero, agressividade.

# *Impactos da Pandemia na Saúde Mental de Crianças, Adolescentes e Jovens*

## *1. Contexto individual*

### *1.1 Solidão*

A solidão gerada pela necessidade de distanciamento físico é considerada um fator de risco para crianças, adolescentes e jovens. A interação afetiva e social entre os pares é importante para o desenvolvimento cognitivo, para a construção do autoconceito e para a saúde mental e bem-estar geral. Assim, é importante estimular os/as estudantes a manterem contato regular com a família e amigos por meio de chamadas de vídeo, além de praticarem exercícios físicos regulares.

### *1.2 Preocupações com a escola e o futuro*

As preocupações e inquietações emocionais variam com a faixa etária. Em todas as idades, há o sofrimento pelos danos à educação e pela impossibilidade de ir à escola; estudantes da educação infantil são prejudicados pela interrupção da socialização; para os/as estudantes do ensino fundamental o maior prejuízo recai na falta de convívio com os colegas e professores; estudantes do ensino médio sofrem pressões acadêmicas e a expectativa pelo encerramento do ciclo escolar, enquanto os adultos jovens têm preocupações com a entrada ou manutenção no mundo do trabalho e incertezas sobre o futuro em geral.

Para os estudantes responsáveis pelo cuidado de algum ente da família, o aprendizado pode ficar prejudicado em decorrência do aumento das responsabilidades e estresses associados.

Da mesma forma, para adolescentes em cumprimento de medidas socioeducativas, a falta de contato com os familiares, o tédio, o fato de não poderem ir à escola, as preocupações financeiras e a incerteza geral sobre o futuro são fatores de impacto sobre a saúde mental e o bem-estar.

## **2. Contexto social/interpessoal/familiar**

### **2.1 Grupos mais afetados pela pandemia**

Comunidades pobres, pessoas com deficiência, população negra e outras minorias étnicas, pessoas que vivem em situação de rua, vítimas de violência, pessoas idosas e equipes de saúde e de atendimento na linha de frente são os grupos populacionais que sofreram com maior intensidade os impactos das medidas de distanciamento social. Destaca-se, também, o aumento da violência doméstica e o impacto desse evento na saúde mental de todos os que a vivenciam. É importante que professores/ as estejam atentos a estudantes que possam estar vivendo situações violentas.

### **2.2 Preocupações dos pais com a segurança financeira, vida doméstica e o futuro**

Pesquisas realizadas durante a pandemia sugerem que, em geral, muitos adultos estão ansiosos e preocupados com o futuro, principalmente quem está desempregado. Para os pais que trabalham, as dificuldades se concentram em conciliar as necessidades dos/as filhos/as com as demandas do trabalho.


Além disso, os pais de crianças, adolescentes e jovens com necessidades educativas especiais ou transtornos do desenvolvimento podem experimentar níveis mais elevados de estresse e precisam de mais apoio para lidar com as mudanças de comportamento de seus filhos/as.

## **3 Contexto escolar**

### **3.1 Ensino não presencial – mediado ou não por tecnologias da informação e comunicação**

A pandemia provocou uma mudança na prática pedagógica da Educação Básica, fazendo com que o ensino não presencial fosse o meio para a continuidade do vínculo escolar, com mediação ou não de tecnologias da informação e comunicação. Assim, os sistemas de ensino, as redes e instituições buscaram estratégias distintas para manter o processo educativo, a escolarização obrigatória, de acordo com suas realidades e possibilidades.

Essa mudança, somada à vulnerabilidade socioeconômica e à falta de ferramentas digitais de acesso universal, terão diferentes impactos no desenvolvimento e na saúde mental dos/as estudantes no retorno à escola. Além disso, muitas crianças, adolescentes e jovens, que dependem da merenda escolar, podem ter sofrido com a falta das refeições. **3.2 Respostas da escola**



A escola se constitui como uma das principais instituições de apoio aos estudantes, famílias e comunidades e o contexto da pandemia demonstra a importância do seu papel na resposta a crises como a da COVID-19.

Com a reabertura física das escolas, é necessário o resgate e fortalecimento dos laços de confiança, por meio de comunicações e atividades que envolvam toda a comunidade escolar, buscando minimizar os desafios do retorno às aulas, seja no modo presencial ou no sistema híbrido.

# A Escola e a Rede Intersetorial

## 1 Para além da Escola

A escola está inserida na comunidade, fazendo parte da rede intersectorial que atende as demandas da população. Portanto, a escola não está sozinha no enfrentamento das adversidades relativas ao cenário da pandemia e outros.

Nesse sentido, é importante identificar os demais serviços do território, sejam eles de saúde, de assistência social, de cultura e arte, de esporte e lazer, associação de moradores, centros comunitários, instituição religiosa, ONG, dentre outros.

A partir do mapeamento da rede intersectorial em que a escola está inserida, o próximo passo é realizar o contato, presencial ou virtual, ou colocar-se à disposição para construir estratégias conjuntas para o apoio e suporte à comunidade escolar no retorno às aulas.



## 2 Rede de Saúde

### 2.1 Atenção Básica à Saúde

A **atenção básica à saúde é o principal ponto de acolhimento** da rede de saúde para as demandas do território. É composta pelas Unidades Básicas de Saúde (UBS) e pelas Estratégias de Saúde da Família (ESF), os conhecidos “postos de saúde”. Ali é realizada a primeira avaliação das questões de saúde, incluindo os aspectos psicossociais e emocionais.

A atenção básica possui um “cardápio” de ações de promoção de saúde que podem ser potencializadas através da parceria com a escola, contemplando tanto grupo de estudantes e pais, quanto de professores/as e equipe diretiva:

- Grupos de conversa sobre a COVID-19, para dúvidas e esclarecimentos;
- Rodas de conversa que tratem dos sentimentos e emoções no período do distanciamento social;

- Oficinas de sensibilização para o novo momento na escola: novas formas de afeto (diante da impossibilidade do beijo e abraço), como manter o vínculo interpessoal, a adaptação da rotina escolar aos cuidados exigidos pelo coronavírus;
- Quando necessário, a equipe da atenção básica pode contar com participação de profissionais da área de saúde mental.

Assim, é fundamental que a escola possa conhecer a equipe do serviço de saúde de seu território, articulando ações para a promoção do cuidado em saúde da comunidade em geral e, especialmente, da comunidade escolar.

## ***2.2 Saúde Mental***

Os serviços especializados em saúde mental fazem parte da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS), que conta, ainda, com a atenção básica à saúde, com os serviços de urgência e emergência e com as estratégias de reinserção social.

Dentre os dispositivos da RAPS, destacamos os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) e as Equipes Multiprofissionais de Atenção Especializada em Saúde Mental, potenciais parceiros nos territórios.

Os CAPS são voltados ao atendimento de pessoas com sofrimento psíquico e transtorno mental severos e persistentes, que necessitam de acompanhamento intensivo ou semi-intensivo da equipe multiprofissional em saúde mental. Outra atribuição deste serviço é auxiliar a rede básica de saúde no atendimento de casos leves.

Também pode ser um importante parceiro no sentido de promover dinâmicas, rodas de conversa, oficinas e espaços de escuta coletiva a partir da pactuação entre as equipes do CAPS e da escola.

Outra estratégia importante e viável é a orientação aos professores/as e equipe diretiva sobre como lidar com situações especiais na escola e quais os fluxos de encaminhamentos estabelecidos em cada município.

As Equipes Multiprofissionais de Atenção Especializada em Saúde Mental são serviços destinados ao atendimento de pessoas com sofrimento psíquico e transtorno mental moderados, atendendo os casos intermediários entre atenção básica e os CAPS. Este serviço



também pode desenvolver atividades fundamentais em parceria com a escola, na mesma lógica que o CAPS.

### ***2.3 Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS)***

As Práticas Integrativas e Complementares em Saúde (PICS) destinam-se à promoção, proteção e recuperação da saúde, levando em conta a integralidade física, mental, emocional, social, ambiental e espiritual da pessoa, em sua singularidade e integrado à sua coletividade.

As PICS consistem em práticas corporais integrativas, aromaterapia, cromoterapia, fitoterapia, homeopatia, massoterapia, meditação, Medicina Tradicional Chinesa, Medicina Ayurvédica, musicoterapia, Reiki, terapia floral, termalismo social e crenoterapia.

No retorno às aulas, as PICS podem auxiliar na promoção de saúde mental de toda a comunidade escolar, bem como se configurarem em dispositivos estratégicos no enfrentamento das dificuldades advindas da pandemia da COVID-19.



### ***2.4 Rede de Assistência Social***

A Proteção Social Básica tem como objetivo a prevenção de situações de riscos sociais e pessoais por meio da oferta gratuita de programas, projetos, serviços e benefícios para indivíduos e famílias em situação de vulnerabilidade social, a partir de diferentes unidades:

- Centros de Referência de Assistência Social (CRAS)- unidade pública;
- Centros de Convivência para crianças, adolescentes e jovens - rede de serviços socioeducativos;
- Centro de Referência Especializada em Assistência Social (CREAS) - unidade pública, que oferece serviços da Proteção Social Especial, especializados e continuados, a famílias e indivíduos em situação de ameaça ou violação de direitos.
- Esses serviços são potentes parceiros da escola na organização de estratégias de promoção de assistência social no território, além de fornecerem orientações e informações que contribuem no desenvolvimento social dos/ as estudantes, especialmente daqueles em situação de vulnerabilidade.

Outra ação estratégica que a assistência social pode desenvolver em parceria com a escola é a busca ativa dos estudantes, tratada melhor no Capítulo 6.

A aproximação com esses serviços é um passo importante para articular a rede intersetorial do território em que a escola está inserida.

### ***2.5 Programa Saúde na Escola (PSE)***

O Programa Saúde na Escola, criado pelo Decreto nº 6.286, de 5 de dezembro de 2007, é desenvolvido pelas equipes de saúde em parceria com a educação e reconhece a escola como um espaço de promoção da saúde e prevenção de doenças, potencializando o conceito de saúde na perspectiva de ação intersetorial.

Contribui para o pleno desenvolvimento dos estudantes da rede pública de ensino, por meio de 13 ações:

1. Saúde ambiental;
2. Promoção das práticas corporais, da atividade física e do lazer nas escolas;
3. Prevenção ao uso de álcool, tabaco, crack e outras drogas;
4. Promoção da cultura de paz, cidadania e direitos humanos;
5. Prevenção das violências e dos acidentes;
6. Identificação de educandos com possíveis sinais de agravos de doenças em eliminação;
7. Promoção e avaliação de saúde bucal e aplicação tópica de flúor;
8. Verificação da situação vacinal;
9. Promoção da segurança alimentar e nutricional e da alimentação saudável e prevenção da obesidade infantil;
10. Promoção da saúde auditiva e identificação de educandos com possíveis sinais de alteração.
11. Direito sexual e reprodutivo e prevenção de IST/AIDS;

12. Promoção da saúde ocular e identificação de educandos com possíveis sinais de alteração.
13. Prevenção à COVID-19 nas escolas.

Esta última ação foi inserida no programa pela Portaria nº 1.857, de 28 de julho de 2020, que reiterou a importância do PSE como principal estratégia da Atenção Básica à Saúde junto à educação pública, garantindo o acolhimento e o diálogo com os estudantes e profissionais de educação e saúde no retorno às aulas. Esta ação, assim como as demais, deve estar inserida na proposta pedagógica da escola, considerando o contexto social e epidemiológico.

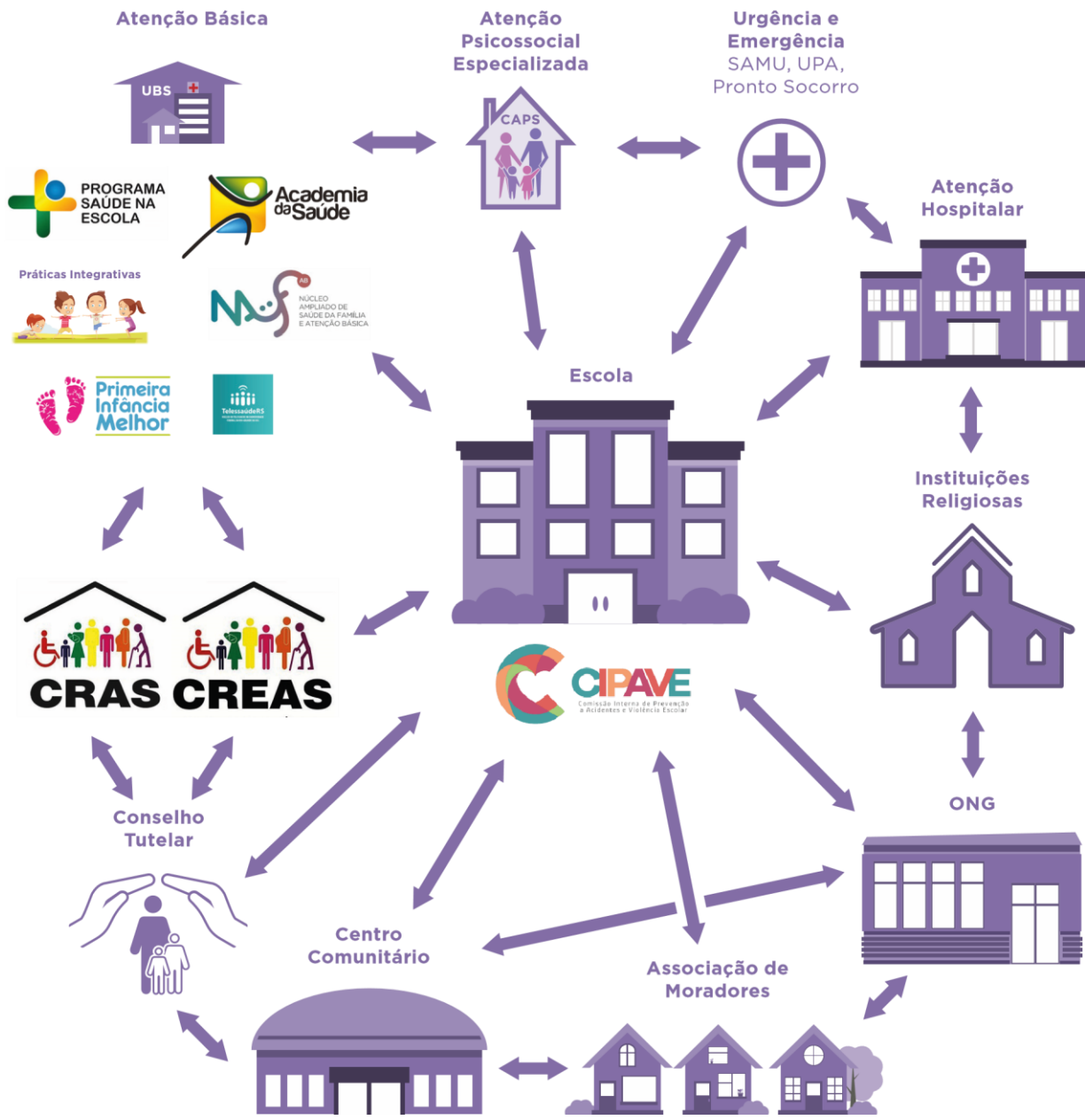
### ***2.6 Comissão Interna de Prevenção a Acidentes e Violência Escolar (CIPAVE)***

A CIPAVE busca orientar a comunidade escolar sobre as mais diversas situações que podem ocorrer no ambiente escolar, para que juntos possam:

- Identificar situações de violência e de acidentes, bem como suas causas;
- Definir a frequência e a gravidade com que ocorrem;
- Averiguar a circunstância em que ocorrem estas situações;
- Planejar e recomendar formas de prevenção;
- Formar parcerias com entidades públicas e privadas para auxiliar no trabalho preventivo;
- Estimular a fiscalização por parte da própria comunidade escolar, fazendo com que zele pelo ambiente escolar;
- Realizar estudos, coletar dados e mapear os casos ocorridos que envolvam violência e acidentes, para que sejam apresentados à comunidade e às autoridades, proporcionando que estas parcerias auxiliem no trabalho de combate e prevenção dos acidentes e violência na escola.

A CIPAVE estabeleceu uma rede de apoio para a resolução de problemas que afetam o processo educacional dos estudantes. Uso de drogas no entorno da escola e violência nas comunidades são questões abordadas pela Guarda Municipal, Polícia Civil, Brigada Militar, Corpo de Bombeiros, Conselho Tutelar, Polícia Federal e Ministério Público. Esses parceiros passaram a atuar junto às escolas do município, com palestras e ações concretas.

*Rede Intersetorial do território integrada, em que todos os serviços se articulam entre si*



# ***Voltando para a escola: ferramentas práticas, estratégias e atividades***

Dada a natureza emergente da pandemia da COVID-19, ainda faltam evidências de mecanismos eficazes de apoio aos estudantes e à comunidade escolar. Contudo, a partir do que foi discutido até aqui, destacam-se algumas necessidades previsíveis diante do retorno à escola, enfatizando a importância de ações multidisciplinares e multissetoriais.

## ***1 Apoio à saúde mental e bem-estar de crianças, adolescentes e jovens***

### ***1.1 Valorização das experiências***

Proporcionar espaços para escuta e troca de experiências pode contribuir para amenizar os efeitos do distanciamento social, perdas e traumas decorrentes da pandemia.

Alguns sugestões de atividades, que podem ser desenvolvidas em parceria com as equipes de saúde, assistência social e outras:

- Encontros em pequenos grupos para atividades psicoeducativas e de interação entre os pares;
- Criação de grupos de teatro;
- Formação de multiplicadores jovens para abordagem de conteúdos de interesse da comunidade escolar; – Gincanas virtuais.

### ***1.2 Comunicação contínua sobre COVID-19***

É importante o fornecimento contínuo de informações de fácil compreensão sobre as medidas de prevenção à COVID-19, com linguagem adequada à faixa etária de cada grupo de estudantes.

Recomenda-se que tal comunicação continue mesmo após a flexibilização das medidas de distanciamento social e no retorno híbrido das aulas. No final deste Guia, há a citação de links que trazem informações acessíveis sobre a COVID-19.

### ***1.3 Reinventando a expressão afetiva***

Promover espaços coletivos para a criação de novas expressões de afeto, em substituição ao toque, abraço, aperto de mão e beijo, as formas mais conhecidas de troca afetiva entre familiares e amigos.

Muitas descobertas estão sendo feitas através da música, dança, teatro, fala, escrita, desenho, arte, entre tantas outras formas criativas para reinventar a expressão da afetividade, sem perder a delicadeza do apego e garantindo a sensação de pertencimento.

## ***2 Identificar e apoiar grupos vulneráveis de crianças, adolescentes e jovens***

O sofrimento psíquico de crianças, adolescentes e jovens pode ser mais intenso em contextos familiares com problemas de saúde física ou mental de longa duração, baixa renda ou desemprego, pais que atuam como profissionais da saúde ou que tiveram uma experiência estressante relacionada à COVID-19. Tais situações podem requerer apoio adicional, aos estudantes e aos familiares.

Cabe destacar a importância de envolver toda a comunidade escolar no plano de enfrentamento à pandemia: incluir as opiniões e percepções dos diferentes membros, especialmente dos mais vulneráveis; identificar e desenvolver respostas que sejam inovadoras e flexíveis às realidades locais e que possibilitem a integração social e reforçar as potencialidades da própria comunidade para melhorar a saúde mental e o bem-estar coletivo.

### ***2.1 Busca ativa de escolares***

O agravamento da vulnerabilidade socioeconômica de muitas famílias pode levar ao aumento dos índices de evasão escolar.

Para enfrentar este problema, a comunidade escolar, em conjunto com os demais órgãos da rede de proteção social, deve planejar ações de busca ativa, tanto dos estudantes evadidos quanto dos que estão em risco de abandono escolar.

#### ***2.1.1 Como organizar a busca ativa escolar***

- Mapear os serviços da rede de proteção social do território;

- Definir fluxo interno nas escolas, bem como externos, descrevendo as instâncias a serem acionadas para resgatar os/as estudantes que, independente dos motivos, se afastaram do ambiente escolar;
- Fazer contato constante com as famílias por meio de telefonemas ou mensagens;
- Quando os protocolos sanitários permitirem, estabelecer parcerias com os serviços da Assistência Social ou da Saúde para a realização de visitas domiciliares;
- Identificar os motivos da evasão escolar;
- Solicitar auxílio ao Ministério Público e ao Conselho Tutelar, para a construção de ferramentas de controle da infrequência e do abandono escolar de crianças e adolescentes. (Porto Alegre, por exemplo, possui a FICAI - Ficha de Comunicação de Aluno Infrequente, instituída através de parceria entre o Ministério Público, a Secretaria Estadual de Educação, a Secretaria Municipal de Educação de Porto Alegre e Conselhos Tutelares);
- Elaborar um Plano de Ação de busca ativa escolar, que conte com membros da rede intersetorial além de representantes da escola, com atribuições previamente definidas, reuniões sistemáticas e prazos delimitados para a execução de tarefas.

## ***3 Voltando para a escola***


### ***3.1 Comunicação clara sobre o retorno à escola***

A comunicação sobre o processo de retorno às aulas deve ser clara e precisa, com a divulgação dos protocolos oficiais para a reabertura segura das escolas.

Deve contemplar os procedimentos de higiene, distanciamento social e a organização dos espaços físicos para o modelo híbrido de ensino, além de informar como será o ano letivo e o desenvolvimento dos componentes curriculares.

Os jovens também expressam preocupação sobre como as medidas de segurança afetarão suas perspectivas de formação educacional e profissional. Portanto, é importante oferecer suporte para que os estudantes continuem seu processo de formação, tanto para a constância na vida acadêmica (por exemplo, passagem do ensino fundamental para o ensino médio ou ingresso no ensino superior), como para a inserção no mundo do trabalho. ***3.2 Apoiar os/as estudantes que tiveram mais obstáculos para acompanhar o processo de construção do conhecimento***





Para algumas crianças, adolescentes e jovens, o distanciamento social tem sido particularmente desafiador em termos de envolvimento com a aprendizagem virtual, incluindo aqueles sem acesso a tecnologias digitais e espaço físico para fazer trabalhos escolares, ou estudantes com necessidades educativas especiais. Assim, será necessário o planejamento de ações específicas para esses grupos, que envolvam intervenções multidisciplinares.

# Documentos Importantes e Web-links

## Informações acessíveis sobre o coronavírus

- GOVERNO DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL. Informações sobre o Coronavírus, Orientações Técnicas e Legislações. Disponível em: <https://coronavirus.rs.gov.br/inicial>
- UNICEF. Coronavírus (Covid-19): O que você precisa saber. Como proteger você e suas crianças. <https://www.unicef.org/brazil/coronavirus-o-que-voce-precisa-saber#evitar-risco-infeccao>

## Orientações técnicas e pedagógicas às instituições de ensino

- BRASIL. MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO. Atos normativos do Conselho Nacional de Educação na pandemia. Disponível em: <http://portal.mec.gov.br/pec-g/33371-cne-conselho-nacional-de-educacao/90771-covid19#:~:text=Resolu%C3%A7%C3%A3o%20CNE%2FCP%20n%C2%BA%202,redes%20escolares%2C%20p%C3%BAblicas%2C%20privadas%2C>
- COALIZÃO APRENDENDO SEMPRE. Curadoria de conteúdos e soluções gratuitas e úteis para promover aprendizagem durante a pandemia. Disponível em: <https://aprendendosempre.org/>
- CONSELHO ESTADUAL DE EDUCAÇÃO/RS. Documento “INDICATIVOS PEDAGÓGICOS PARA A REABERTURA DAS INSTITUIÇÕES DE ENSINO NO RS”. Disponível em: <https://ceed.rs.gov.br/upload/arquivos/202008/14122645-1591814482-documento-gerado-pelo-gt-pandemia-final-08-de-junho-2020.pdf>
- CONSELHO ESTADUAL DE EDUCAÇÃO/RS. Legislação, lives e documentos com orientações para a reabertura das instituições de ensino no RS. Disponível em: <https://ceed.rs.gov.br/>
- GOVERNO DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL. Guia para Implantação das Medidas de Prevenção e Controle da COVID-19 nas Instituições de Ensino. Disponível em: <https://coronavirus-admin.rs.gov.br/upload/arquivos/202011/10133553-guia-instituicoes-de-ensino.pdf>

- GOVERNO DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL. Orientações Técnicas às Instituições de Ensino. Disponível em: <https://coronavirus.rs.gov.br/ensino>
- UNICEF. Busca ativa escolar em crises e emergências, 2020. Disponível em: <https://buscaativaescolar.org.br/criseseemergencias/>

### *Espaços de Atendimento virtual para a comunidade escolar*

- REDE VIRTUAL DE APRENDIZAGEM EM SAÚDE COLETIVA. REVIRA SAÚDE. Teleatendimento em saúde, com oferta de PICS, de forma online e gratuita. Disponível em: <https://sites.google.com/site/revirasaudecoletiva/>
- TELEPSI COVID-19. Oferta de psicoterapia online gratuita. Disponível em: <https://telepsi.hcpa.edu.br/>
- TELESSAÚDE/RS. Ambulatório Digital oferece teleconsultas para profissionais da rede estadual de ensino. Disponível em: [https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSe2a6eZHfWDZetbHvteljLBI1S2Hy\\_HTMpjPMdsbonfnjsJQ/viewform](https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSe2a6eZHfWDZetbHvteljLBI1S2Hy_HTMpjPMdsbonfnjsJQ/viewform)

# Referências

1. BRASIL. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Programa Saúde na Escola. Disponível em: <https://aps.saude.gov.br/ape/pse>
2. GOVERNO DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL. SECRETARIA DA EDUCAÇÃO. Comissão Interna de Prevenção a Acidentes e Violência Escolar. Disponível em: <https://cipave.rs.gov.br/inicial>
3. GOVERNO DO ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL. SECRETARIA ESTADUAL DA SAÚDE. Política Estadual de Práticas Integrativas e Complementares. Disponível em: <https://atencaobasica.saude.rs.gov.br/politica-estadual-de-praticas-integrativas-e-complementares>
4. MENTAL HEALTH FOUNDATION. Supporting pupils to return to school, 2021. Disponível em: <https://www.mentalhealth.org.uk/coronavirus/returning-school-after-lockdown/support-pupils-return-to-school>
5. MENTAL HEALTH FOUNDATION. Impacts of lockdown on the mental health of children and young people, 2020. Disponível em: <https://www.mentalhealth.org.uk/publications/impacts-lockdown-mental-health-children-and-young-people>
6. UNESCO. Força-tarefa para Professores pede apoio a 63 milhões de professores afetados pela crise da COVID-19, 2020. Disponível em: <https://pt.unesco.org/news/forca-tarefa-professores-pede-apoio-63-milhoes-professores-afetados-pela-crise-da-covid-19>
7. UNICEF. Busca ativa escolar em crises e emergências, 2020. Disponível em: <https://buscaativaescolar.org.br/criseseemergencias/>
8. UNICEF. Orientação para a prevenção e o controle da COVID-19 nas escolas. Conteúdo suplementar E: Proteção das crianças e adolescentes dentro e fora da escola no contexto da pandemia por COVID-19, 2020. Disponível em: <https://www.unicef.org/brazil/media/10236/file/conteudo-suplementar-e-protacao-criancas-e-adolescentes.pdf>

9. ZANO, Karolaine Moreira; NEIS, André Takahashi Maçanário; NEIS, Natalliê Maçanário. Cartilha de apoio à saúde mental do(a) professor(a) durante a pandemia de covid-19. Universidade de São Paulo, 2020. Disponível em: [https://www.sinesp.org.br/images/2020/Julho-2020/Cartilha\\_sa%C3%BAde\\_mental\\_professores\\_1.pdf](https://www.sinesp.org.br/images/2020/Julho-2020/Cartilha_sa%C3%BAde_mental_professores_1.pdf)



### Apoio



### Realização

