

A QUÍMICA DA ANSIEDADE

ODS (3)

O Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS) constitui-se enquanto grave problema de saúde pública a nível mundial, trazendo essa realidade para o nosso país, o número de pessoas que sofre de ansiedade é altíssimo. Pesquisas mostram que o Brasil é o país com mais pessoas ansiosas no mundo. Associando essa problemática ao contexto das escolas brasileiras, a nossa prática docente na escola nos faz perceber a seriedade dessa questão, lidamos com estudantes que apresentam sintomas característicos de pessoas com transtorno de ansiedade, ou mesmo outros tipos de transtornos que afetam a sua vida. A intensificação da ansiedade no contexto escolar é uma realidade que vem impactando a vida de muitos alunos. Os sintomas dessa condição repercutem negativamente nas funções cognitivas (com prejuízos atencionais e de memória), na qualidade do sono, na autoestima e nas relações sociais, evidenciando, portanto, uma problemática relevante. O objetivo do presente estudo foi conhecer as emoções e analisar a ansiedade como um fator intrínseco da equipe escolar. Os dados foram obtidos através de entrevistas com 126 professores, alunos e funcionários, foi utilizada a análise do discurso com posterior avaliação estatística de frequências utilizando o teste G. A maioria dos entrevistados (N=41; 33%) sentiu alegria (N=20; 16%) ansiedade, (N=20; 16%) raiva, (N=26; 21%) tédio, (N=7; 6%) inveja, (N=4; 3% nojo, (N=3; 2% medo), (N=3; 2%) tristeza e (N=2; 1%) vergonha. Foi possível verificar pelo emocionômetro dos personagens do filme Divertidamente, que a alegria foi a emoção que prevaleceu entre as pessoas, e a vergonha foi a emoção com menor sentimento. Como conclusão, a alegria foi a emoção que prevaleceu, contudo observamos que a ansiedade está presente, sugerindo que a unidade escolar promova aulas de arteterapia para promover a saúde e o bem-estar de todos.

Palavras-chave: Ansiedade; Aprendizagem Ativa.