



# ORIENTAÇÃO PARA A PREVENÇÃO E O CONTROLE DA COVID-19 NAS ESCOLAS

**Conteúdo suplementar C:  
Saúde mental e apoio  
psicossocial**

**As mensagens-chave** para este suplemento foram adaptadas, em grande parte, da nota informativa do Comitê Permanente Interagências (IASC, por suas iniciais em inglês) sobre saúde mental e apoio psicossocial.

As escolas são plataformas integradas que apoiam os esforços intersetoriais essenciais para a resposta à COVID-19. Enquanto as intervenções em saúde mental e apoio psicossocial são realizadas através de serviços gerais de saúde e de proteção à infância, escolas e outras estruturas sociais também fornecem um apoio crucial às comunidades escolares, incluindo os agentes de proteção à infância. Além disso, as escolas podem abordar a questão do preconceito social e da discriminação e apoiar as crianças e adolescentes e

suas famílias, que podem sofrer impactos psicológicos negativos devido a problemas como a perda da escolaridade, o medo, a ansiedade ou por ter membros da família em isolamento.

Os líderes escolares, incluindo professores, desempenham um papel importante no apoio às atividades comunitárias de promoção da saúde mental e apoio psicossocial, tais como trocar mensagens-chave sobre fatos verdadeiros com os estudantes e suas famílias; manter a comunicação com os estudantes que possam estar isolados, através de chamadas telefônicas, mensagens de texto ou outras plataformas virtuais e oferecer atenção e apoio a indivíduos que tenham sido separados das suas famílias e cuidadores.

## Considerações-chave



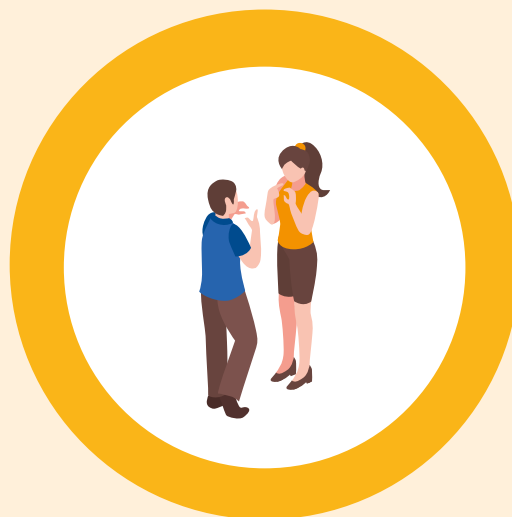
- ▶ Oferecer respostas no campo da saúde mental e apoio psicossocial, segundo o contexto. As questões preexistentes e em curso dentro da escola/comunidade não podem ser separadas das medidas frente à COVID-19.



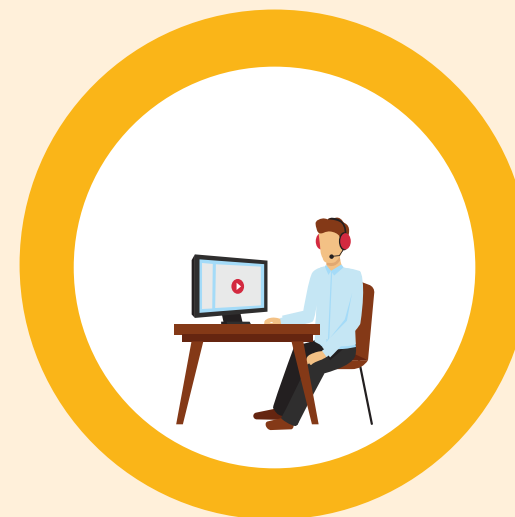
- ▶ Trabalhar com as comunidades para identificar e alcançar proativamente crianças e adolescentes que possam ter sido marginalizados do contexto social comunitário, como redes de pessoas com deficiência, filhos de trabalhadores migrantes e refugiados e grupos que trabalham pelas minorias.



- ▶ Assegurar que os serviços de saúde mental e apoio psicossocial sejam acessíveis e se adaptem adequadamente às necessidades específicas das crianças e adolescentes; aqueles que prestam serviços de saúde mental e apoio psicossocial devem estar cientes dos diferentes riscos e experiências baseadas no gênero enfrentados por meninas e meninos, bem como dos desafios para a infância com condições médicas preexistentes.



- ▶ Assegurar a inclusão. Alguns grupos da população podem encontrar barreiras no acesso à informação e ao cuidado e apoio, se esta assistência não for oferecida em formatos múltiplos e acessíveis e através de canais inclusivos.
  - ▶ Isto significa divulgar informações em formatos de fácil leitura para pessoas de baixa escolaridade, em braile, em letras grandes, em linguagem de sinais, em vídeo com legendas e conteúdos de internet acessíveis.
  - ▶ Para grupos étnicos e sociolinguísticos minoritários, as informações devem estar disponíveis nos idiomas pertinentes.



- ▶ Assegurar que os mecanismos de aprendizagem a distância não exponham as crianças e adolescentes a situações de violência online, tais como o assédio pela internet. Considerar que, para sessões de acompanhamento individual entre professor e aluno, é necessária a supervisão de um responsável/adulto.



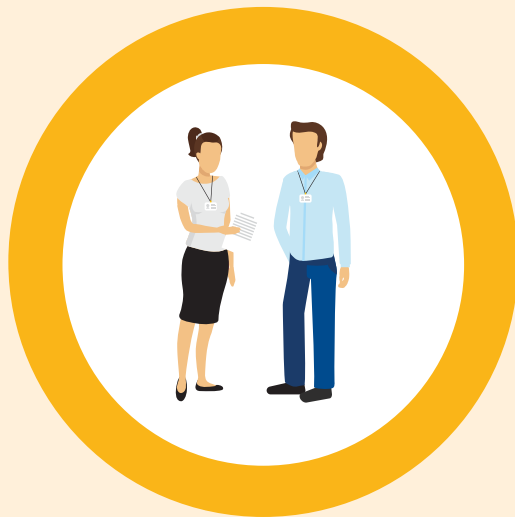
- ▶ Capacitar e acompanhar trabalhadores que prestam serviços de saúde mental e apoio psicossocial a crianças e adolescentes em escolas e outros ambientes comunitários, sobre os princípios fundamentais de proteção contra a Violência Baseada no Gênero (VBG), a exploração e o abuso sexual, com relatórios e encaminhamentos aos respectivos especialistas (ver nota abaixo sobre proteção contra a violência sexual durante a COVID-19).



- ▶ Abordar aspectos relacionados à saúde mental e o bem-estar dos professores e demais profissionais da educação.
  - ▶ Os grupos de apoio a docentes podem oferecer um suporte social durante a resposta, enquanto compartilham informações sobre cuidado, dirigidas e esses profissionais.



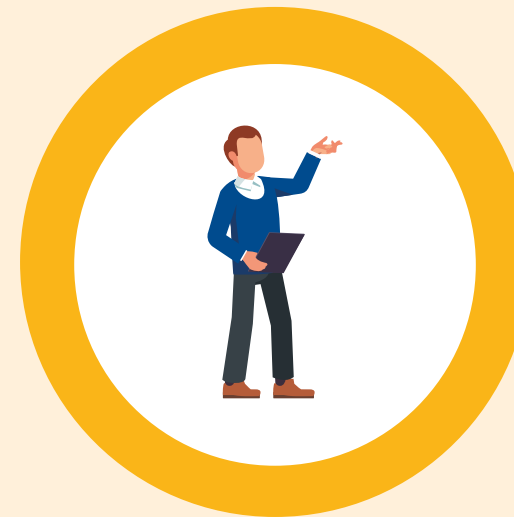
- ▶ Mapear conhecimentos especializados e estruturas de serviços em saúde mental e apoio psicossocial existentes nos sistemas de educação pública e privada, como mecanismo para reunir, mobilizar e coordenar recursos (conselheiros escolares e enfermeiros, profissionais dos departamentos de saúde locais, entre outros).



- ▶ Revisar e fortalecer os sistemas de encaminhamento de pacientes, especialmente em casos graves.
  - ▶ Assegurar que os provedores estejam cientes dos vários serviços de atendimento, incluindo os de encaminhamento e cuidados em casos de VBG, assim como exploração e abuso sexual de crianças e adolescentes.



- ▶ Comunicar mensagens sobre hábitos positivos de saúde mental e incluir outras mensagens sobre o cuidado, como parte de campanhas abrangentes de conscientização da população para combater o preconceito, lidar com o medo excessivo de contágio e encorajar as pessoas a valorizarem e apoiarem os profissionais da saúde.
  - ▶ Trabalhar em colaboração com os agentes de Proteção à Infância, Saúde e Comunicação para o Desenvolvimento (C4D, por sua sigla em inglês).



- ▶ A partir da abordagem “a sociedade como um todo”, recomenda-se que as escolas promovam as seguintes atividades em saúde mental e apoio psicossocial:
  - ▶ Estratégias de cuidado pessoal, tais como exercícios de respiração profunda ou outras formas de relaxamento culturalmente relevantes.
  - ▶ Mensagens tranquilizadoras sobre a normalidade de abrigar sentimentos de medo e ansiedade, bem como as formas como uma pessoa pode ajudar a outra.
  - ▶ Informações claras, concisas e precisas sobre a COVID-19.

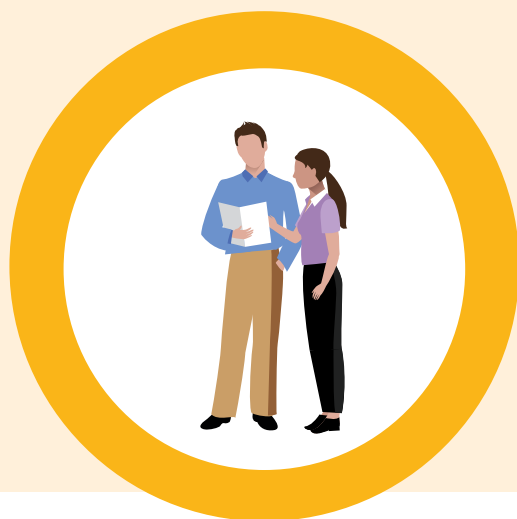
# Ajuda a crianças e adolescentes para lidar com o estresse durante o surto da COVID-19



- ▶ Professores e responsáveis devem se empenhar em uma escuta ativa e cultivar uma atitude de compreensão para com as crianças e adolescentes.



- ▶ Colaborar com os agentes de Proteção à Infância para fornecer mensagens de conscientização apropriadas à idade e gênero das crianças e adolescentes. As mensagens devem incluir a disponibilidade dos serviços de cuidado, proteção contra a VBG, a exploração e o abuso sexual infantil e encorajar as crianças e adolescentes a expressar suas necessidades e buscar apoio de uma maneira ética e segura.



- ▶ Revisar as [Seis formas de apoiar crianças e adolescentes durante o surto de coronavírus/Covid-19](#) do UNICEF, conselhos de uma psicóloga sobre como ajudar os filhos a lidar com as muitas emoções que podem estar afetando-os agora.



- ▶ Revisar as [Oito dicas para ajudar a confortar e proteger as crianças](#), do UNICEF.

# Recursos

IASC - Guia preliminar sobre como lidar com os aspectos psicossociais e de saúde mental referentes ao surto de Covid-19

IASC - Diretrizes do IASC sobre Saúde Mental e Apoio Psicossocial em Emergências Humanitárias

INEE - Documento de Referência da INEE sobre Apoio Psicossocial e Aprendizagem Social e Emocional de Crianças e Jovens em contextos de Emergência

A Aliança para a Proteção da Criança em Ação Humanitária - Nota técnica: Proteção da criança durante a pandemia do coronavírus