FOLHA DE S.PAULO
★★★ UM JORNAL A SERVIÇO DO BRASIL
Publicado em 01/06/2024 - 05:59

Ansiedade infantil e de jovens supera a de adultos pela 1ª vez

Ansiedade entre crianças e jovens supera a de adultos pela 1ª vez no país

Piora em indicadores de saúde mental reflete cenário constatado por best-seller, que culpa celular

FOLHATEEN
DELTAFOLHA

SÃO PAULO Pela primeira vez na história, os registros de ansiedade entre crianças e jovens superam os de adultos, mostra análise da **Folha** a partir da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) do SUS de 2013 a 2023, período com dados disponíveis.

Com um crescimento expressivo nos últimos anos, a taxa de pacientes de 10 a 14 anos atendidos pelo transtorno é de 125,8 a cada 100 mil, e a de adolescentes, de 157 a cada 100 mil. Já entre pessoas com mais de 20 anos a taxa é de 113,5 a cada 100 mil, considerando dados de 2023. A situação dos mais jovens passou a ficar mais crítica do que a dos adultos em 2022.

Não há apenas uma causa que motive esse aumento, mas alguns apontamentos são comuns para especialistas e citados em diferentes estudos: crises econômicas e climáticas, autodiagnósticos simplistas e uso excessivo de celulares e jogos.

"Estudos diversos e rigorosos mostram uma piora na depressão e na ansiedade, e a pandemia se mostrou muito pior do que os estudos previam", avalia Guilherme Polanczyk, psiquiatra da infância e adolescência e professor da Faculdade de Medicina da USP. "Mudanças culturais e sociais fortes aconteceram na última década, e muitas associadas às redes sociais, embora seja perigoso atribuir o problema só a elas".

Além da popularização dos transtornos e do maior acesso às informações, Polanczyk afirma que há também o aumento de discussões sobre esses transtornos. "Influenciadores têm simplificado esses transtornos cada vez mais nas redes sociais. Ansiedade é uma emoção que faz parte do repertório humano, todos nós sentiremos em algum nível, assim como a tristeza, que não significa depressão".

De modo geral, dados mostram que a piora em índices de saúde mental se acentua a partir da segunda década dos anos 2000. Além do maior acesso à informação pela internet, o período é marcado pela popularização do smartphone, com as câmeras frontais para selfies, das redes sociais e dos jogos online.

Há anos, estudiosos se debruçam sobre a relação entre a tecnologia e o comportamento humano, em especial entre crianças e adolescentes, que ainda não desenvolveram todo o sistema de autocontrole. Lá se sabe, por exemplo, como as redes sociais têm mecanismos designdos a viciar, e não à toa já existe lei para proibir o uso dessas plataformas antes dos 14 anos, caso da Flórida, nos Estados Unidos. Em São Paulo, deputados estaduais passaram a discutir a proibição de celulares nas escolas.

Um dos autores com este foco é o psicólogo americano Jonathan Haidt, que escreveu "A Geração Ansiosa: Como a Infância Hiperconectada Está Causando uma Epidemia de Transtornos Mentais" (Companhia das Letras, 440 págs., R$ 74,90). O livro chega no fim-de-semana mês e há semanas é um dos mais vendidos nos EUA. Na obra, Haidt propõe que a superproteção dos pais no meio offline, aliada à liberdade no mundo online, estaria ajudando a formar uma geração ansiosa e com padrões de comportamento muito diferentes dos estabelecidos por centenas de anos no convívio em sociedade.

Paciente no CAPS Bem-me-Quer, unidade de acolhimento em Aparecida de Goiânia (GO) Zanone Fraissat/Folhapress

Para comprovar sua tese principal, de que o celular é parte essencial da crise global de saúde mental entre menores, Haidt apresenta índices de transtornos psíquicos em diversos países — estes revelam uma piora significativa em casos de suicídio, ansiedade, depressão e nas emoções de forma geral. A partir dessa constatação, ele investiga as causas do fenômeno e as atribui ao uso de celulares.

O livro traz índices para Estados Unidos, Canadá, Reino Unido, Austrália, Nova Zelândia e países nórdicos. Não há dados para o Brasil; então, a **Folha** adaptou alguns levantamentos para a realidade local.

A incidência de transtornos e indicadores relativos à saúde mental foi investigada a partir de três bases de dados. A notícia não é boa: o Brasil segue a mesma tendência de piora para casos de suicídio, lesões autoinfligidas, ansiedade, depressão e sentimentos negativos de adolescentes no convívio escolar.

No caso do suicídio, problema historicamente mais masculino, um dado chama atenção. Há uma evolução do problema entre meninas de 10 a 14 anos, com alta de 220% de 2000 a 2022, contra aumento de 170% dos meninos.

Outra conclusão preocupante é uma queda no chamado senso de pertencimento escolar. No Brasil, 91,4% das crianças diziam fazer amigos com facilidade na escola no início do século, número que cai para 86,3% em 2012 e despenca para 69,6% em 2022. A informação vem do Pisa, programa internacional de avaliação de estudantes coordenado pela OCDE (Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Econômico).

A sensação de solidão também cresceu. Em 2000, 8,5% dos alunos afirmavam que se sentiam sozinhos. O número saltou para 26,6% em 2022. Além disso, no começo do século, só 1 em cada 20 estudantes se sentia estranho ou excluído. Em 2022, esse sentimento foi relatado por 1 em cada 10 alunos.

A Pesquisa Nacional de Saúde feita pelo IBGE mostra que a incidência de depressão cresceu em todas as faixas etárias entre 2013 e 2019, anos com dados disponíveis. Entre pessoas de 18 a 21 anos, a taxa de depressão passou de 2,47% para 6,23% (alta de 152,2%).

Para os indivíduos com 22 anos ou mais, a taxa aumentou de 8,12% para 12,57%, crescimento de 55,2%. Embora a depressão ainda seja menos comum entre os jovens do que nos adultos, essa aceleração está diminuindo a diferença.

O aumento de transtornos e do sentimento de solidão pode indicar dois caminhos: ou os jovens estão falando mais de suas emoções e procurando mais ajuda do que no passado, ou estão fazendo e recebendo diagnósticos errados.

"Embora o estigma sobre falar de saúde mental tenha diminuído, temos um novo risco, o do superdiagnóstico em um sistema de saúde que tem muitas fragilidades, como tempo escasso dos profissionais e uma simplificação excessiva. O risco é de um aumento expressivo, mas isso não significa que temos esse aumento tão grande de transtornos", diz Polanczyk, da USP.

É preciso ponderar que, mesmo que haja um excesso de diagnóstico, os índices mais graves, como de lesões físicas cometidas pela própria vítima e suicídio, também aumentaram mais entre os jovens do que entre os adultos.

Segundo o SUS, houve uma alta maior entre meninas de 12 a 14 anos em casos de suicídio e em internações de lesões do tipo, cujas notificações passaram a ser obrigatórias em 2011. Além disso, atendimentos de depressão tiveram alta de 66% nessa faixa etária contra alta de 30% para os meninos da mesma faixa etária. Em relação a ansiedade, o aumento foi de 398% para meninas dessa faixa, ante 251% dos meninos. Já no grupo de 15 a 19 anos, somente em casos de suicídio homens tiveram um aumento maior.

"Sabemos que as meninas vão sofrer um efeito maior, especialmente se estiverem consumindo conteúdos que vão mexer com a autoestima delas, com a questão corporal, ou se elas passam por violências dentro das redes sociais", afirma a psicóloga Karen Scavacini, fundadora do Instituto Vita Alere de Prevenção e Posvenção do Suicídio e mestre em saúde pública na área de saúde mental pelo Karolinska Institutet, na Suécia.

"A relação desse jovem com a tecnologia é diferente da nossa. Eles precisam dessa socialização, e essa sociabilização tem acontecido muito pelas redes. Mas, infelizmente, eles ainda não sabem lidar com o que acontece lá dentro."

Para ela, o uso de mídias sociais sem orientação ou conscientização, combinado ao tempo de exposição às telas, pode ser relacionado a comportamentos de autoagressão, sintomas depressivos e de ansiedade, estresse, baixa satisfação com a vida e baixa autoestima. Crianças também se espelham nos pais, que precisam se educar sobre o tempo de tela na frente dos filhos.

Caroline L. Odgers, professora de psicologia da UC Irvine, na Califórnia, discorda do papel central da tecnologia na piora da saúde mental e afirma que Haidt distorce estudos para adequá-los à sua tese, segundo publicação de sua autoria na revista Nature. Ela sugere outros fatores, como discriminação estrutural, dificuldades econômicas e a epidemia de opioides, no caso dos EUA, como verdadeiras causas.

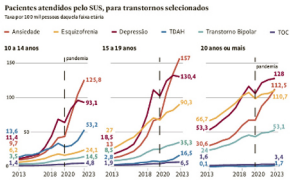
O autor contra-argumenta. Diz que as explicações de Odgers não se ajustam aos dados tão bem quanto a popularização dos smartphones e das redes sociais, que coincidem com a piora expressiva da saúde mental dos jovens em vários países.

"O ceticismo dos críticos seria mais convincente se tivessem uma explicação alternativa para o declínio global na saúde mental que ocorreu no início da década de 2010, mas eles não têm", disse. **Daniel Mariani, Paula Soprana, Nicholas Pretto e Marcella Franco**

Incidência de ansiedade no SUS entre crianças superou a dos adultos

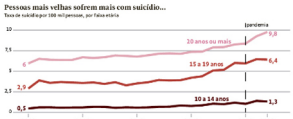
Taxa por 100 mil pessoas, segundo faixa etária

Pacientes atendidos pelo SUS, para transtornos selecionados



Pessoas mais velhas sofrem mais com suicídio...

Taxa de suicídio por 100 mil pessoas, por faixa etária



...mas o crescimento foi maior entre os mais jovens

Taxa de suicídio por 100 mil pessoas, por faixa etária e gênero

Fontes: RAPS (Rede de Atenção Psicossocial) via Sistema de Informações Ambulatoriais e SIM (Sistema de Informação de Mortalidade)/SUS

Veículo: Impresso -> Jornal -> Jornal Folha de S. Paulo

Seção: Saúde **Caderno:** B **Pagina:** 1

Copyright © Clipclap 2025.