

**INSTITUTO FEDERAL GOIANO – CAMPUS CERES**  
**LICENCIATURA EM CIÊNCIAS BIOLÓGICAS**  
**THAÍS FERREIRA DE JESUS**

**PENSANDO A SAÚDE MENTAL DOS ESCOLARES POR MEIO DA LUDICIDADE**

**CERES – GO**  
**2019**

**THAÍS FERREIRA DE JESUS**

**PENSANDO A SAÚDE MENTAL DOS ESCOLARES POR MEIO DA LUDICIDADE**

Trabalho de curso apresentado ao curso de Licenciatura em Ciências Biológicas do Instituto Federal Goiano – Campus Ceres, como requisito parcial para a obtenção do título de Licenciado em Ciências Biológicas, sob orientação do Prof. Ma. Renata Rolins da Silva Oliveira

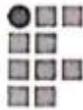
**CERES – GO  
2019**

Sistema desenvolvido pelo ICMC/USP  
Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)  
**Sistema Integrado de Bibliotecas - Instituto Federal Goiano**

JJ58p JESUS, Thais Ferreira de  
Pensando a saúde mental dos escolares por meio da  
ludicidade / Thais Ferreira de JESUS; orientadora  
Renata Rolins da Silva Oliveira. -- Ceres, 2019.  
15 p.

Monografia ( em Licenciatura em Ciências  
Biológicas) -- Instituto Federal Goiano, Campus  
Ceres, 2019.

1. Prevenção. 2. Lúdico. 3. Escola. I. Rolins da  
Silva Oliveira, Renata , orient. II. Título.



**INSTITUTO FEDERAL**  
Goiano

**Repositório Institucional do IF Goiano - RIIF Goiano**  
**Sistema Integrado de Bibliotecas**

**TERMO DE CIÊNCIA E DE AUTORIZAÇÃO PARA DISPONIBILIZAR PRODUÇÕES TÉCNICO-CIENTÍFICAS NO REPOSITÓRIO INSTITUCIONAL DO IF GOIANO**

Com base no disposto na Lei Federal nº 9.610/98, AUTORIZO o Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Goiano, a disponibilizar gratuitamente o documento no Repositório Institucional do IF Goiano (RIIF Goiano), sem ressarcimento de direitos autorais, conforme permissão assinada abaixo, em formato digital para fins de leitura, download e impressão, a título de divulgação da produção técnico-científica no IF Goiano.

**Identificação da Produção Técnico-Científica**

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Tese  | <input checked="" type="checkbox"/> Artigo Científico   |
| <input type="checkbox"/> Dissertação                                 | <input type="checkbox"/> Capítulo de Livro              |
| <input type="checkbox"/> Monografia – Especialização                 | <input type="checkbox"/> Livro                          |
| <input type="checkbox"/> TCC - Graduação                             | <input type="checkbox"/> Trabalho Apresentado em Evento |
| <input type="checkbox"/> Produto Técnico e Educacional - Tipo: _____ |   |

Nome Completo do Autor:

Matrícula:

Título do Trabalho:

**Restrições de Acesso ao Documento**

Documento confidencial:  Não  Sim, justifique: \_\_\_\_\_

Informe a data que poderá ser disponibilizado no RIIF Goiano: 05/12/19

O documento está sujeito a registro de patente?  Sim  Não

O documento pode vir a ser publicado como livro?  Sim  Não

**DECLARAÇÃO DE DISTRIBUIÇÃO NÃO-EXCLUSIVA**

O/A referido/a autor/a declara que:

- o documento é seu trabalho original, detém os direitos autorais da produção técnico-científica e não infringe os direitos de qualquer outra pessoa ou entidade;
- obteve autorização de quaisquer materiais inclusos no documento do qual não detém os direitos de autor/a, para conceder ao Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Goiano os direitos requeridos e que este material cujos direitos autorais são de terceiros, estão claramente identificados e reconhecidos no texto ou conteúdo do documento entregue;
- cumpriu quaisquer obrigações exigidas por contrato ou acordo, caso o documento entregue seja baseado em trabalho financiado ou apoiado por outra instituição que não o Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia Goiano.

Ceres 05/12/19  
Local Data

Thais Ferreira de Jesus

Assinatura do Autor e/ou Detentor dos Direitos Autorais

Ciente e de acordo:

Renata Rolins da Silva Oliveira  
Assinatura do(a) orientador(a)



INSTITUTO FEDERAL GOIANO – CÂMPUS CERES  
DIRETORIA DE ENSINO  
COORDENAÇÃO DE GRADUAÇÃO

### ATA DE DEFESA DE TRABALHO DE CURSO

Aos onze dias do mês de outubro do ano de dois mil e dezenove, realizou-se a defesa de Trabalho de Curso do(a) acadêmico(a) Thais Ferreira de Jesus, do Curso de licenciatura em Ciências Biológicas matrícula 2016103220510249, cuja monografia intitula-se "Pensando a saúde mental dos escolares com a ludicidade".

A defesa iniciou-se às três horas e trinta e cinco minutos, finalizando-se às três horas e cinquenta e seis minutos. A banca examinadora considerou o trabalho aprovado com média 8,6 no trabalho escrito, média 10,0 no trabalho oral apresentando assim, média aritmética final de 9,3 pontos, estando apto para fins de conclusão do Trabalho de Curso.

Após atender às considerações da banca e respeitando o prazo disposto em calendário acadêmico, o(a) acadêmico(a) deverá fazer a entrega da versão final corrigida em formato digital (PDF) gravado em CD, acompanhado do termo de autorização para publicação eletrônica (devidamente assinado pelo autor), para posterior inserção no Sistema de Gerenciamento do Acervo e acesso ao usuário via internet Os integrantes da banca examinadora assinam a presente.

Renata Rolins da Silva Oliveira  
Renata Rolins da Silva Oliveira

Heloísa Baleroni Rodrigues de Godoy  
Heloísa Baleroni Rodrigues de Godoy

Maria Lícia dos Santos  
Maria Lícia dos Santos

*Dedico este trabalho a meus pais que são o motivo de todas as minhas lutas, minha inspiração, minha fortaleza. As minhas avós que sempre me incentivaram em todas as decisões tomadas perante meus estudos. A minha irmã Thainá por cuidar de nossos pais na minha ausência, muito obrigada. Ao meu amor, por todo apoio, consolo, motivação e dedicação dada a mim durante esses últimos meses dedicados a este trabalho.*

## **AGRADECIMENTOS**

*Agradeço primeiramente a Deus, meu melhor amigo. Meu coração é imensamente grato por tanto.*

*Agradeço em especial a minha querida orientadora Renata, por toda paciência, dedicação, conselhos e amizade durante a execução deste trabalho.*

*Agradeço aos meus amigos, os melhores! Como foi bom por ter encontrado vocês nessa caminhada. Muito obrigada por tudo ao longo desses quatro anos.*

*Agradeço também a Professora Heloisa por quem tenho grande admiração e apreço, você foi luz quando pra mim tudo estava cinzento.*

*Agradeço ao Sr. Terson Moreira meu amigo, que sempre me ajudou em tudo que precisei nesses anos no IF Goiano Ceres.*

*Um muito obrigada para Dhecyeny, Raquel, Ana Cláudia, Daniel e Daise. Meus amigos/irmãos, vocês fizeram dessa trajetória mais leve, mais prazerosa. Amo vocês!*

*"O futuro da humanidade está nas mãos daqueles que são capazes de transmitir às  
gerações do amanhã razões de vida e esperança"*

*São João Paulo II*

## LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Quantidade de artigo por base de pesquisa.....	07
---	----

## SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	01
METODOLOGIA.....	06
RESULTADOS E DISCUSSÃO .....	07
CONCLUSÃO.....	11
REFERÊNCIAS.....	1

## **PENSANDO A SAÚDE MENTAL DOS ESCOLARES POR MEIO DA LUDICIDADE**

### THINKING SCHOOL MENTAL HEALTH THROUGH PLAY

#### **RESUMO**

Saúde Mental é a capacidade do indivíduo de lidar com suas emoções e atividades normais da vida e com o estresse diário. A utilização de jogos e brincadeiras em ambiente escolar permite ao aluno tenha um melhor desenvolvimento cognitivo e emocional. Portanto o objetivo desta revisão foi analisar através da literatura se os jogos e brincadeiras promovem saúde mental e previnem o adoecimento mental dos escolares. A metodologia empregada neste artigo está caracterizada como qualitativa de características exploratórias e bibliográfica. Com foco na análise dos benefícios dos jogos didáticos para o indivíduo. Concluímos que jogos e brincadeiras em ambiente escolar contribuem para o desenvolvimento social, intelectual e cognitivo do indivíduo, permitem ao escolar viver experiências de conquista, criatividade e aceitação, onde aprendem a lidar com suas emoções e stress de forma lúdica. A escola é o ambiente em que os seres humanos passam boa parte da vida e é onde os professores possuem um contato próximo com os alunos e liberdade para desenvolverem jogos e brincadeiras em suas aulas, desta forma com a melhora da saúde mental dos estudantes, também haverá melhora no rendimento escolar.

**Palavras-chave:** Prevenção; Lúdico; Escola.

#### **ABSTRACT**

Mental Health is the individual's ability to cope with their normal life emotions and activities and daily stress. The use of games and games in the school environment allows the student to have a better cognitive and emotional development. Therefore, the aim of this review was to analyze through literature whether games and games promote mental health and prevent mental illness in schoolchildren. The methodology used in this article is characterized as qualitative exploratory and bibliographic characteristics. Focusing on the analysis of the benefits of educational games for the individual. We conclude that games and games in the school environment contribute to the social, intellectual and cognitive development of the individual, allow the student to live experiences of achievement, creativity and acceptance, where they learn to deal with their emotions and stress in a playful way. The school is the environment in which human beings spend a good part of their lives and is where teachers have close contact with students and freedom to develop games and games in their classes, thus improving students' mental health. there will be improvement in school performance.

**Keywords:** Prevention; Ludic; School.

## INTRODUÇÃO

Saúde mental segundo a Organização Mundial de Saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social onde o indivíduo é capaz de lidar com os estresses normais da vida e trabalhar de forma produtiva, contribuindo para a comunidade (OMS, 2001). Contente (2012) a define como um termo usado para descrever o nível de qualidade de vida cognitiva ou emocional de um indivíduo. Entende-se a saúde mental como a capacidade de um sujeito de apreciar a vida e procurar um equilíbrio entre as atividades e os esforços para atingir sua resiliência psicológica (GARCIA, 2016; ALMEIDA, 2015).

Em todo o mundo mais de 400 milhões de pessoas em todo o mundo sofrem de algum transtorno mental. A estimativa é que em 2020 os transtornos neuropsiquiátricos serão responsáveis por 15% das incapacidades mundiais e a depressão será responsável por 5,7% da soma de anos potenciais de vida perdidos (OMS, 2004).

Um transtorno mental é uma síndrome caracterizada por perturbação clinicamente significativa na cognição, na regulação emocional ou no comportamento de um indivíduo que reflete uma disfunção nos processos psicológicos, biológicos ou de desenvolvimento subjacentes ao funcionamento mental. Transtornos mentais estão frequentemente associados a sofrimento ou incapacidade significativos que afetam atividades sociais, profissionais ou outras atividades importantes (DSM V, 2013; p. 20).

O novo relatório global ressalta que a depressão atinge 5,8% da população brasileira (11.548.577) e os distúrbios relacionados à ansiedade afetam 9,3% (18.657.943) dos brasileiros (OMS, 2017). Resultados de investigações epidemiológicas indicam que 10 a 25% das crianças e dos adolescentes no Brasil e no mundo vivenciam a experiência do sofrimento psíquico (FATORI, *et al.* 2016).

Outros estudos apontam dados em que crianças e adolescentes em sofrimento psíquico têm maior chance de apresentar dificuldades na escola e que esta situação está intimamente ligada à situação sócio emocional das crianças (D'ABREU; MARTURANO, 2010).

Estudos têm mostrado que os problemas em saúde mental e problemas comportamentais na infância, não prevenidos, podem levar a profundas e

duradouras consequências sociais e econômicas, como, por exemplo, problemas judiciais, desemprego e dificuldades de relacionamento (OLIVEIRA, 2012, p.29).

O termo 'prevenir' significa preparar, chegar antes de; dispor de maneira que evite, impedir que se realize. Promover tem o significado de dar impulso, fomentar, originar, gerar. Os primeiros conceitos de promoção da saúde foram definidos pelos autores Winslow, em 1920, e Sigerist, em 1946. As medidas para a promoção da saúde, em nível de prevenção primário, não são voltadas para determinada doença, mas destinadas a aumentar a saúde e o bem-estar gerais (SOUSA, 2008).

Dessa forma, o significado do termo Promoção da Saúde foi mudando ao longo do tempo e, atualmente, associa-se a valores como: vida, saúde, solidariedade, equidade, democracia, cidadania, desenvolvimento, participação e parceria (FARINATTI; FERREIRA, 2006). As ações preventivas, por sua vez, definem-se como intervenções orientadas a evitar o surgimento de doenças específicas, reduzindo sua incidência e prevalência nas populações. Para tanto, baseiam-se no conhecimento epidemiológico de doenças e de outros agravos específicos (CZERESNIA, 2003). A prevenção orienta-se às ações de detecção, controle e enfraquecimento dos fatores de risco de enfermidades, sendo o foco a doença e os mecanismos para atacá-la (BUSS, 2003).

A prevenção primária é a única estratégia efetiva de reduzir a futura incidência de problemas mentais e emocionais (Albee, 1998). Com essa frase, George Albee - um dos precursores da prevenção em saúde mental - enfatizou a relevância do papel da prevenção primária em saúde mental, baseando-se em resultados de aproximadamente 50 anos de pesquisa (LACERDA; v. 9, n. 2, 2005).

A prevenção em saúde mental têm se mostrado uma alternativa eficaz, de menor custo quanto comparado aos gastos com tratamento de transtornos mentais e com resultados confiáveis na diminuição da incidência de desfechos negativos em saúde mental em todo o mundo. Entretanto, estudos específicos sobre intervenções preventivas em saúde mental no Brasil são escassos (OLIVEIRA, 2012).

O ambiente escolar por meio do processo de socialização possibilita ao estudante entender seu papel na sociedade e enxergar formas de interagir e aprender junto com os colegas (RAMIRES *et al.* 2009). No entanto, estar na sala de

aula, inserido em um grupo social tão diverso quanto à escola, não garante que as crianças e adolescentes vivenciem somente experiências positivas. Muitos são os fatores que perpassam a criança em sala de aula, um deles, que parece ser fundamental, é a condição singular dessas crianças: sua constituição psíquica, emocional e social (SOUZA, 2007).

Segundo Negrine (1997) muitos pensadores pré-modernistas admitem que o terceiro milênio seja o da ludicidade, já que a humanidade vem mostrando que precisa de cuidados voltados à saúde mental devido à elevação de transtornos mentais atuais. Ao encontro com esta realidade os jogos tem sido uma importante ferramenta no cuidar da saúde mental, em ambiente clínico, social e escolar. É a escola possui condições privilegiadas na vida de um ser humano, pois esta é obrigatória para todo brasileiro e tem grande participação longitudinal e de muito impacto sobre os aspectos da vida de uma pessoa (GARCIA, 2006).

O jogo educativo envolve ações ativas e dinâmicas permitindo ações na esfera corporal, cognitiva, afetiva e social do estudante e o jogo didático é aquele que está diretamente relacionado ao ensino de conceitos e/ou conteúdos organizados com regras e atividades programadas e que mantém um equilíbrio entre a função lúdica e a função educativa do jogo (GRÜBEL, 2006).

Lúdico em ação. Proporciona contato com sentimentos de alegria, sucesso, realizações de seus desejos bem como sentimento de frustração, permitindo a estruturação da personalidade e auxiliando a lidar com angústias (ROLIM *et al.* 2008).

De acordo com Pellanda (2001) é comum a utilização de jogos didáticos para fixação de conteúdos no processo de ensino–aprendizagem, mas os benefícios de se jogar vão além-aprendizagem sobre determinado conteúdo. Os jogos são atividades de afetação das subjetividades, envolvem situações diretas, simulam situações de regras, e o estar com os amigos auxilia no estreitamento das relações sociais. Gomes *et al.* (2006) afirmam que o ato de brincar se encontra presente no ser humano desde o período fetal, quando algumas atividades como sugar o dedo, chutar, entre outras, coisas são realizadas. Na Psicanálise o ato de brincar tem sido

considerado por meio de estudos uma das possibilidades de diagnóstico e/ou terapêutica nos atendimentos (CONTI; SOUZA, 2010).

Huizinga (1999) argumenta que o jogo é uma categoria primária da vida, tão essencial quanto o raciocínio (*Homo sapiens*) e a fabricação de objetos (*Homo faber*), então a denominação (*Homo ludens*), quer dizer que o elemento lúdico está na base do surgimento e desenvolvimento da civilização, o que implica, portanto em dizer que o elemento lúdico está na base do surgimento e no desenvolvimento da civilização. O processo de confecção dos jogos também faz com que a criança tenha a oportunidade de errar, acertar, construir, criar, copiar, desenvolver planos aumentando sua autoestima, acreditando que é capaz de fazer muitas coisas para si.

Atividades assim desenvolvem a autonomia do estudante, proporcionando a ele a oportunidade de responsabilizar-se por suas escolhas e atos; amplia o raciocínio lógico, exigindo planejamento e estratégias para raciocinar. Teóricos da aprendizagem como Piaget, Vygotsky, Leontief, Wallon, enfatizam a importância dos jogos e brincadeiras para o desenvolvimento geral do indivíduo. Para eles os jogos são um caminho para que o tal consiga desempenhar os papéis que a sociedade exige (KIYA, 2014).

Esse trabalho tem por objetivo analisar por meio da literatura os benefícios dos jogos para a saúde mental dos escolares, como eles contribuem para o desenvolvimento saído do indivíduo.

## **METODOLOGIA**

A metodologia empregada neste artigo está caracterizada como qualitativa de características exploratória e bibliográfica. Seu foco foi a análise dos benefícios dos jogos didáticos como prevenção e promoção de saúde mental dos escolares. Para atingir o objetivo da presente pesquisa, sucedeu-se um período de estudo que compreendeu os meses de agosto a março de 2018. Durante, o desfecho foi analisado através da verificação e delimitação do tema de interesse, critérios de inclusão e exclusão, de estratégias de busca e seleção, análise e interpretação dos resultados.

O embasamento teórico foi feito por meio de obras publicadas em várias bases de dados científicos, sendo as principais: Google Acadêmico; *Scientific Eletronic Library Online* (SCIELO) e, *National Center for Biotechnology Information, U.S. National Library of Medicine* (PUBMED). Ademais, foram consultados e Portal de Periódicos da Capes.

Foram incluídas produções em língua Portuguesa e Inglesa que abordavam a temática sob uma perspectiva científica. O período escolhido compreende os anos de 1999 à 2018 que foi definido para assegurar a atualidade e, portanto, usabilidade da pesquisa. A abordagem dos textos admitidos focaliza especificamente em saúde mental dos escolares e jogos didáticos como meio de prevenção e tratamento de um possível adoecimento mental.

Para tanto, determinou-se os termos usados no Google Acadêmico: “saúde mental”, “jogos didáticos”, “bem-estar mental”, “saúde mental de escolares”, “materiais didáticos”, “benefícios dos jogos”, “jogos na escola”. Já para a plataforma Scielo a locução “saúde mental de escolares” e “jogos didáticos” foi adotada. Para a plataforma PUBMED adotaram-se “mental health”, “health games”. Portal Periódico da CAPES “Área de conhecimento: Multidisciplinar , Subcategoria: Interdisciplinar. Saúde e Biológicas”.

A técnica admitida para seletar os artigos de revisão, pela qual houve a apuração de relevância de cada uma das obras, foi empregada para garantir a inclusão dos artigos de impacto teórico (Tabela 1). De maneira similar, as publicações em duplicatas foram removidas manualmente.

Tabela 1-Quantidade de artigos por base de pesquisa.

Base de Pesquisa	Total de Artigos	Tema de Interesse	Outros Temas
Google Acadêmico	30	17	13
Scielo	48	15	33
PUMED	5	1	4
Porta de Periódicos da CAPES	2	1	1

Fonte: Autoria Própria.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Segundo Sá *et al.* (2006), a partir do ano 2000, estudos epidemiológicos na área de saúde mental da infância e adolescência, começaram a ser realizados em países em desenvolvimento, incluindo o Brasil e outros países da América Latina. Os resultados desses estudos mostram taxas de prevalência semelhantes as de países desenvolvidos, que sinalizam que uma entre quatro ou cinco crianças no mundo apresenta problemas de saúde mental.

Para Matioli, Falco e Barros (2007) por meio dos jogos é possível se diagnosticar na criança patologias. A importância dos jogos e do ato de brincar tem-se se mostrado nos estudos como sendo uma atividade que vem ao encontro para o desenvolvimento sadio do ser humano (GOMES *et al.* 2006). Comprovando essa importância ela se encontra prevista tanto em legislação internacional quanto no ordenamento jurídico nacional (DIAS, 2013).

Em 1959 a Assembleia Geral das Nações Unidas (ONU), redigiu a Declaração Universal dos Direitos Humanos que no artigo 7º afirma: “[...] A criança terá ampla oportunidade para brincar e divertir-se, visando os propósitos mesmos da sua educação; a sociedade e as autoridades públicas empenhar-se-ão em promover o gozo deste direito.” (ORGANIZAÇÃO DAS NAÇÕES UNIDAS, 1959).

A Constituição Federal de 1988 que em seu Art. 227 estabelece que:

É dever da família, da sociedade e do Estado assegurar à criança, ao adolescente e ao jovem, com absoluta prioridade, o direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, ao lazer, à profissionalização, à cultura, à dignidade, ao respeito, à liberdade e à convivência familiar e comunitária, além de colocá-los a salvo de toda forma de negligência, discriminação, exploração, violência, crueldade e opressão. (Redação dada Pela Emenda Constitucional nº 65, de 2010).

Este mesmo direito foi confirmado pelo Estatuto da Criança e do Adolescente – ECA (1990) que no art. 4º estabelece que é dever da família, da comunidade, da sociedade em geral e do poder público assegurar, com absoluta prioridade, a efetivação dos direitos referentes à vida, à saúde, à alimentação, à educação, ao

esporte, ao lazer, à profissionalização, à cultura, à dignidade, ao respeito, à liberdade e à convivência familiar e comunitária (DIAS, 2013).

O jogo é um dos caminhos para a promoção da saúde, não tendo somente a função do divertimento, pois tanto a criança como o adulto faz dele uma atividade significativa, algo cuja utilidade é proporcionar ao homem uma vida mais plena. Daí porque a atividade lúdica se faz necessária durante toda a vida do homem, pois ela não se esgota na infância (CUNHA, 2002). Quando se experimenta um maior número de jogos tem-se a possibilidade de desenvolver seus potenciais cognitivos, afetivos e motores, diferentes de estudantes que não vivenciaram essas atividades (CHATEAU, 1987).

O brincar faz parte da vida das pessoas desde a infância, e sob essa visão pode-se afirmar que este possui importância para o desenvolvimento global da criança, estando relacionado aos aspectos do desenvolvimento cognitivo, social, afetivo e físico (PIAGET, 1998).

Na Neuropsicologia, os jogos são usados como uma forma de abordagem em que o indivíduo pode sentir prazer fazendo algo para aumentar assim a sua autoconfiança e a criatividade, provocando também a diminuição da ansiedade e impulsividade. Por este motivo as atividades lúdicas como os jogos tem um papel importante para a formação e reabilitação das redes neurais durante a vida (ANTUNHA, 2006).

Segundo ainda Antunha (2006), através dos jogos, existe os centros de prazer, principalmente pelo *Nucleus accumbens*, que contém uma das maiores reservas de dopamina, primordial para a sensação de alegria. O septo, hipotálamo e *Nucleus accumbens* também liberam neurotransmissores como a encefalina e endorfina, ativando assim, as substâncias mais básicas das funções da subcorticalidade atingindo e ativando as funções corticais e do neocórtex.

Durante o jogo trabalha-se o pensamento, sentimento, emoção, gerando canais de comunicação, onde a linguagem cultural própria do ser humano se transforma, porque jogar é um meio de se chegar ao desenvolvimento humano (FONTES *et al.* 2010). Assim, o jogo e o brincar tornam-se meios de promoção de

saúde mental. E para alcançar o estado de bem-estar físico, mental e social, um indivíduo ou grupo deve ter capacidade de identificar aspirações, satisfazer necessidades e mudar ou lidar com seu ambiente (BRASIL, 2001; PACHECO; GARCEZ, 2012)

Segundo Cunha (1994) brincar é essencial à saúde física, emocional e intelectual. Brincando, o ser humano se reequilibra e recicla suas emoções e necessidades de conhecer e reinventar, desenvolvendo atenção, concentração e muitas outras habilidades. Ramalho (2000) mostra que, além de proporcionar o desenvolvimento físico, intelectual e afetivo, brincar propicia a preservação da cultura e favorece a socialização. A valorização do brincar garante uma possibilidade de desenvolver saúde, inclusão e interação harmoniosa, livre e feliz.

Diante disso, evidencia-se que a brincadeira se torna primordial para o desenvolvimento da criança e assim, é necessário que seja disponibilizado para a mesma o devido espaço e tempo para que ela brinque, contribuindo dessa forma para o seu desenvolvimento saudável. Por outro lado, é também fundamental que os adultos resgatem sua capacidade de brincar para que possam se disponibilizar para as crianças como parceiros e incentivadores do ato de brincar (MARQUES; EBERSOL, 2015).

A importância da brincadeira e do ato de brincar, tem-se se evidenciado cada vez mais em estudos como sendo uma atividade que vem ao encontro para o desenvolvimento sadio do ser humano (GOMES *et al.* 2006). O brincar terapêutico tem sido objeto de estudo nas diferentes linhas teóricas da Psicologia como a Psicanálise, Cognitivo Comportamental e o Humanismo, sendo considerada como mais uma possibilidade diagnóstica e/ou terapêutica nos atendimentos (CONTI; SOUZA, 2010).

Para Matioli, Falco e Barros (2007) através do brincar é possível se diagnosticar na criança patologias, bem como identificar doenças e verificar características saudáveis e dificuldades da criança. Nesse contexto, Santos (2015) ressalta que o brincar pode contribuir como um valioso instrumento no que concerne à observação e o atendimento do psicanalista, visto que as vivências das crianças surgem repletas de significados.

O ganho que se obtém brincando, seja na psicoterapia, na psicanálise ou no exame diagnóstico, indica, possivelmente, uma condição movida pelo princípio do prazer e a capacidade do ego em sustentar a relação entre o desejo e a sua forma de expressão pré-consciente (CONTI, 2010) O jogo é um dos caminhos para a promoção da saúde, não tendo somente a função do divertimento, pois tanto a criança como o adulto faz dele uma atividade significativa, algo cuja utilidade é proporcionar ao homem uma vida mais plena (PACHECO, 2012).

## **CONCLUSÃO**

Jogos e brincadeiras em ambiente escolar promovem saúde mental logo que os benefícios vão além-aprendizagem. Os efeitos no desenvolvimento humano e na saúde mental são positivos visto que os escolares se sentem mais felizes, aprendem a lidar com as frustrações, perdas e conquistas e se abrem a socialização. Com base nos pressupostos teóricos e conceituais. Espera-se que o entendimento desses conceitos e suas relações com a saúde mental e prevenção do adoecimento mental possam estimular os professores e unidades escolares a desenvolver mais estas ações já que a escola e os professores possuem condições privilegiadas na vida de seus alunos e podem gozar de sua criatividade no ambiente escolar.

De fato sendo a saúde mental primordial para qualquer ser humano, a utilização de jogos que são meios de promoção *in loco* de saúde mental, caracterizando-se não somente como a consolidação da promoção da saúde, mas também como a produção de conhecimento que relaciona as temáticas jogo/brincar e saúde mental. Como visto anteriormente é impossível negar a importância dos estudos que verificam como os jogos interferem nesse processo de forma positiva.

## REFERÊNCIAS

ALVES, Luciana; BIANCHIN, Maysa Alahmar. O jogo como recurso de aprendizagem. **Revista Psicopedagogia**, v. 27, n. 83, p. 282-287, 2010. Disponível em: <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt->. Acesso em 11 de Setembro de 2019.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **DSM 5 – Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais**. Porto Alegre: Artmed, 2013. Disponível em: <https://www.tdahmente.com/wp-content/uploads/2018/08/Manual-Diagn%C3%B3stico-e-Estat%C3%ADstico-de-Transtornos-Mentais-DSM-5.pdf>. Acesso em 11 de Setembro de 2019.

ANTUNHA, Elsa Lima Gonçalves. Brincadeiras infantis, funções cerebrais e alfabetização. Rio de Janeiro: Wak, 2006. Disponível em : <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-> . Acesso em 11 de Setembro de 2019.

BRASIL. **Estatuto da Criança e do adolescente**: 25 anos. Pub. L. No. Lei no 8069, Versão 1, 2015. Disponível em: <https://www2.camara.leg.br/a-camara/estruturaadm/gestao-na-camara-dos-deputados/responsabilidade-social-e-ambiental/acessibilidade/legislacao-pdf/estatuto-da-crianca-e-do-adolescente>. Acesso em 11 de Setembro de 2019.

BRASIL. **Estatuto da Criança e do Adolescente**. Lei nº 8.069 de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. Brasília, DF, 1990. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/l8069.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm). Acesso em 8 de Setembro de 2019.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Caminhos para uma Política de Saúde Mental Infante-Juvenil**, 2005. Disponível em : <https://portalarquivos2.saude.gov.br/images/pdf/2015/marco/10/Caminhos-para-uma-Politica-de-Sa--de-Mental-Infante-Juvenil--2005-.pdf>. Acesso em: 8 de Setembro de 2019.

BUSS, Paulo Machiori. Uma Introdução ao Conceito de Promoção da Saúde. In: CZERESNIA, Dina; FREITAS, Carlos Machado (org.) - Promoção da Saúde: conceitos, reflexões, tendências. **Editora Fiocruz**, Rio de Janeiro, RJ, 2003. Disponível em : <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-> . Acesso em 8 de Setembro de 2019.

CZERESNIA, Dina. **O conceito de saúde e a diferença entre promoção e prevenção (versão revisada e atualizada do artigo "The concept of health and**

the difference between promotion and prevention”. Cadernos de Saúde Pública, 1999. Disponível em : <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt->. Acesso em 8 de Setembro de 2019.

MARCONDES.Willer.Baumgarten. **A convergência de referências na promoção da saúde.Saúde e Sociedade** v.13, n.1, p.5-13, jan-abr, 2004. Disponível em : <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt->. Acesso em 8 de Setembro de 2019.

CERISARA, Ana Beatriz. **De como o papai do céu, o coelhinho da páscoa, os anjos e o papai Noel foram viver juntos no céu.** In: KISHIMOTO, Tizuko. O brincar e suas teorias. São Paulo: 23 Pioneira, 1998. Disponível em: <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt->. Acesso em 8 de Setembro de 2019.

CHATEAU, Jean. **O jogo e a Criança.** São Paulo: Summus, 1987.

CONTENTE, Paulo Frederico de Melo Quadros Vieira. Bem-estar, qualidade de vida e saúde mental: estudo descritivo na cidade da horta. Lisboa: **Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias Faculdade de Psicologia**, 2012. Disponível em: <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt->. Acesso em 8 de Setembro de 2019.

CONTI, Fábio Donni; SOUZA, Andrey Setton Lopes de. O momento do brincar no Ato de Contar Histórias: Uma modalidade diagnóstica. **Psicologia Ciência e Profissão**, v. 30, n. 1,2010, p. 98-113. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-98932010000100008&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-98932010000100008&script=sci_abstract&tlng=pt) . Acesso em 4 de Agosto de 2019.

COUTO, Maria Cristina Ventura; DUARTE, Cristiane ; DELGADO, Pedro Gabriel Gondinho. A saúde Mental infantil na saúde pública brasileira: situação atual e desafios. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, Rio de Janeiro, v. 30, n. 4, p. 390-398. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbp/v30n4/a15v30n4.pdf>. Acesso em 4 Agosto de 2019.

CUNHA, Nylse Helena Silva. A brincadeira brasileira. In: SANTOS, Santa Marli Pires dos. Brinquedoteca: o lúdico em diferentes contextos. 2. ed. Petrópolis. Rio de Janeiro: **Vozes**, 1997. Disponível em: <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt->. Acesso em 25 de Julho de 2019.

D'ABREU, Lylla Cysne Frota; MARTURANO, Edna Maria. Associação entre comportamentos externalizantes e baixo desempenho escolar: uma revisão de estudos prospectivos e longitudinais. **Estudos de Psicologia**, 2010. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-294X2010000100006&script=sci\\_abstract&tlng=pt](http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-294X2010000100006&script=sci_abstract&tlng=pt). Acesso em 25 de julho de 2019.

DIAS, Stefania Germano; OLIVEIRA, Flávio Pereira de; SOUZA, Josefa Nandara Pereira De; SILVA, Larissa Brito da; SUASSUNA, Maria Aparecida Ferreira Menezes. A importância da participação dos pais na educação dos filhos no contexto escolar. **Congresso Nacional de Educação**, 2015. Disponível em: <https://www.periodicos.capes.gov.br/>. Acesso em 12 de Julho de 2019.

FARINATTI, Paulo de Tarso Veras; FERREIRA, Marcos Santos. Saúde, promoção da saúde e educação física: conceitos, princípios e aplicações. Rio de Janeiro: **EdUERJ**, 2006. Disponível em: <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt->. Acesso em 25 de Julho de 2019.

FATORI, Daniel; BRENTANI, Alexandra; GRISI, Sandra Josefina Ferraz Ellero; MIGUEL, Euripedes Constantino; GRAEFF-MARTINS, Ana Soledade. Prevalência de problemas de saúde mental na infância na atenção primária. **Ciência & Saúde Coletiva**, 2018. Disponível em: <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt->. Acesso em 25 de Julho de 2019.

FONTES, Cassiana Mendes Bartocello; MONDINI, Cleide Carolina da Silva Demoro; MORAES, Márcia Cristina Almendros Fernandes; BACHEGA, Maria Irene; MAXIMINO, Natália Patrisi. Utilização do brinquedo terapêutico na assistência à criança hospitalizada. **Revista Brasileira de Educação Especial**, Marília, n. 1, v. 16, jan./abr., 2010. Disponível em: <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt->. Acesso em 25 de Julho de 2019.

GARCIA, Janaína Mandra. Saúde Mental na Escola: O que os Educadores Devem Saber. **Psico-USF**, Bragança Paulista, v. 21, n. 2, p. 423-425, 2016. Disponível em: <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt->. Acesso em 25 de Julho de 2019.

GOMES, Ana Carolina Laet. **Atividades lúdicas: distração ou promoção do desenvolvimento cognitivo e afetivo?**.2006. Disponível em: <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt->. Acesso em 2 de Julho de 2019.

GRÜBEL, Joceline; PACHECO, Fernanda Pimentel; GARCEZ, Eliane Maria Stuart. O jogo e o brincar: Uma ação estratégica na promoção da saúde mental. *Revista de Saúde Pública de Santa Catarina*, v. 5, n. 1, p. 87-142, 2012. Mausolf; BEZ, Marta Rosecler. Jogos educativos. **Renote**, v. 4, n. 2, 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbp/v30n4/a15v30n4.pdf>. Acesso em 4 Agosto de 2019.

HUIZINGA, Johan. **Homo ludens: o jogo como elemento da cultura**. Perspectiva: São Paulo, 1999. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbp/v30n4/a15v30n4.pdf>. Acesso em 4 Agosto de 2019.

JÚNIOR, Fernando Lacerda; GUZZO, Raquel Souza Lobo. Prevenção primária: análise de um movimento e possibilidades para o Brasil. **Interação em psicologia**, v. 9, n. 2, 2005. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbp/v30n4/a15v30n4.pdf>. Acesso em 4 Agosto de 2019.

KIYA, Marcia C. da Silveira. **O uso de Jogos e de atividades lúdicas como recurso pedagógico facilitador da aprendizagem**. Ortigueira, 2014. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbp/v30n4/a15v30n4.pdf>. Acesso em 4 Agosto de 2019.

MARQUES, Fernanda Martins; EBERSOL, Helenise Lopes. **A Importância do Brincar para o Desenvolvimento Infantil**. Disponível em: <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt->. Acesso em 25 de Julho de 2019..

BACHCHINI, Isabela Furtado. O lugar do brincar no desenvolvimento infantil: diálogos com a aliança pela infância. 2017 In: MATIOLI, A. S.; FALCO, A. M. C.; BARROS, M. S. F. O lugar do brincar: onde e como se brinca na atualidade. **Revista indexada no Periódico, índice de revistas Latino Americanas em Ciências**, 2007. Disponível em: <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt->. Acesso em 25 de Julho de 2019.

MOYLES, Janet R. Só Brincar? O papel do brincar na educação infantil. Porto Alegre: **Artmed**, 2002. Disponível em: <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt->. Acesso em 25 de Julho de 2019.

NEGRINE, Airton. Brinquedoteca: teoria e prática. En Santos, Santa Marli Pires (org.). Brinquedoteca: o lúdico em diferentes contextos (pp. 83-92). Petrópolis, RJ: **Vozes**, 1997. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbp/v30n4/a15v30n4.pdf>. Acesso em 4 Agosto de 2019.

OLIVEIRA, Max Moura de; CAMPOS, Maryane Oliveira; ANDREAZZI, Marco Antonio Ratzsch de; MALTA, Deborah Carvalho. Características da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar- PeNSE. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília, v. 26, n. 3, p. 605-616, 2017. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbp/v30n4/a15v30n4.pdf>. Acesso em 4 Agosto de 2019.

OLIVEIRA, Samia Abreu. **Prevenção em saúde mental no Brasil na perspectiva da literatura e de especialistas da área**, 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbp/v30n4/a15v30n4.pdf>. Acesso em 4 Agosto de 2019.

ONU. Convenção sobre os Direitos da Criança, 2012.

PACHECO, Fernanda Pimentel; GARCEZ, Eliane Maria Stuart. O Jogo e o Brincar: uma Ação Estratégica na Promoção da Saúde Mental. **Revista de Saúde Pública, Santa Catarina**, v. 42, n. 3, 2008. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbp/v30n4/a15v30n4.pdf>. Acesso em 4 Agosto de 2019.

PELLANDA, Nize Maria Campos. Um jogo chamado vida. **Cinergia**, Santa Cruz do Sul, v. 2, n. 2, jul./dez., p. 51-57, 2001. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbp/v30n4/a15v30n4.pdf>. Acesso em 4 Agosto de 2019.

PIAGET, Jean. **A psicologia da criança**. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1998.

RAMALHO, Márcia Terezinha de Borja. A brinquedoteca e o desenvolvimento infantil. 2000. Disponível em : <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt->. Acesso em 8 de Setembro de 2019.

RAMIRES, Vera Regina Rohnelt; PASSARINE, Daniele Simone; FLORES, Gustavo Gazzana; SANTOS, Lasissa Goulart . Fatores de risco e problemas de saúde mental de crianças. **Arquivos brasileiros de psicologia**, Rio de Janeiro, v. 61, n. 2, p. 341-343, 2009. Disponível em : <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt->. Acesso em 8 de Setembro de 2019.

SÁ, Daniel Graça Fatori de; BORDIN, Isabela A. Santos; MARTIN, Denisede; PAULA, Cristiane de. Fatores de risco para problemas de saúde mental na

infância/adolescência. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**, 2010. Disponível em : <https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt->. Acesso em 8 de Setembro de 2019.

SANTOS, Maria do Carmo. Problemas de Saúde Mental em Crianças e Adolescentes: Identificar, Avaliar e Intervir. Lisboa: **Edições Sílabo**, 2015. Disponível em : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/31576942>. Acesso em 8 de Setembro de 2019.

SOUZA, Cirlana Rodrigues. A criança em atendimento em saúde mental na sala de aula do Ensino Regular. **Triângulo Mineiro: Universidade Federal do Triângulo Mineiro**, 2007. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbp/v30n4/a15v30n4.pdf>. Acesso em 4 Agosto de 2019.

SOUZA, Rosane Marques. **Iniciativas de promoção da saúde e desenvolvimento social no Rio de Janeiro**: reflexões a partir da experiência de Vila Paciência, 2008. Tese de Doutorado. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/rbp/v30n4/a15v30n4.pdf>. Acesso em 4 Agosto de 2019.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Relatório Mundial da Saúde**. Genebra: WHO, 2001. Disponível em: <https://www.who.int/eportuguese/publications/pt/>. Acesso em 20 de Junho de 2019.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Relatório Mundial da Saúde**. Genebra: WHO, 2004. Disponível em: <https://www.who.int/eportuguese/publications/pt/>. Acesso em 20 de Junho de 2019.