



DEPRESSÃO EM ADOLESCENTES ESCOLARES NO BRASIL: PREVALÊNCIA E DETERMINANTES PSICOSSOCIAIS SEGUNDO A PENSE 2019

*DEPRESSION IN SCHOOL ADOLESCENTS IN BRAZIL: PREVALENCE
AND PSYCHOSOCIAL DETERMINANTS ACCORDING TO PENSE 2019*

*DEPRESIÓN EN ADOLESCENTES ESCOLARES EN BRASIL:
PREVALENCIA Y DETERMINANTES PSICOSOCIALES SEGÚN LA
PENSE 2019*

DOI: 10.5281/zenodo.18792645



Sara Janai Corado Lopes¹
Franderta Corado Lopes²
Sara Falcão de Sousa³
Leidiane Ferreira Santos⁴

1 Mestranda do Programa de Pós-Graduação Strictu Sensu em Biociências e Saúde (PPGBS) - Universidade de Gurupi-UnirG. E-mail: sara.lopes@itpacporto.edu.br.

2 Mestranda do Programa de Pós-Graduação Strictu Sensu em Biociências e Saúde (PPGBS) - Universidade de Gurupi-UnirG. E-mail: franderta.lopes@gmail.com.

3 Farmacêutica. Doutora em Ciências da Saúde pela Faculdade de Medicina da Universidade Federal de Goiás. Docente do Programa de Pós-Graduação Strictu Sensu em Biociências e Saúde (PPGBS) - Universidade de Gurupi-UnirG. E-mail: sarafalcao@unirg.edu.br.

4 Enfermeira. Doutora em Ciências da Saúde pelo Programa de Pós-Graduação em Ciência da Saúde da UFG. Mestre pelo Programa de Pós-Graduação em Enfermagem FEN/UFG. Docente do Programa de Pós-Graduação em Ensino em Ciências e Saúde – Universidade Federal do Tocantins - UFT Palmas. E-mail: leidienesantos@mail.uft.edu.br.

Revista *OWL Journal*, Campina Grande - PB, v. 4 n. 2 (2026):
Dossiê especial - Transformações Contemporâneas: Sociedade, Conhecimento e
Instituições em Perspectiva Interdisciplinar

**A Revista *OWL Journal* está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição
(CC BY)**





RESUMO

Este estudo teve por finalidade estimar prevalências e desigualdades de indicadores de saúde mental entre adolescentes brasileiros e investigar sua relação com fatores escolares e comportamentais, utilizando dados secundários da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE 2019). Trata-se de inquérito transversal, analítico, com amostragem complexa em dois estágios e representatividade nacional de estudantes de 13 a 17 anos (n=125.123), no qual os desfechos foram sentimentos autorreferidos nos últimos 30 dias e as exposições incluíram sexo, faixa etária, vitimização por provocações entre pares, uso de telas (televisão e tempo sentado) e atividade física acumulada. As estimativas descritivas foram obtidas com ponderação amostral e testes de Wald; a PeNSE não mede horas de sono, sendo a discussão contextualizada com evidências da PNS/2019 e do ERICA. Observou-se elevada frequência de sofrimento psíquico, com destaque para “muita preocupação” (50,6%; meninas 59,8% vs. meninos 41,1%; 16-17 anos 56,8% vs. 13-15 anos 47,2%) e “tristeza frequente” (31,4%; meninas 44,9% vs. meninos 17,5%). A vitimização por provocações foi recorrente (23,0%), com gradiente por sexo e idade (meninos 20,4% e meninas 27,7% em 13-15; meninos 17,8% e meninas 24,2% em 16-17). No comportamento sedentário, mais da metade referiu tempo sentado >3 horas/dia (meninos 51,9%; meninas 54,3%), e 36,0% assistiram televisão >2 horas/dia, mais entre 13-15 do que 16-17 anos; a prática física suficiente (≥ 300 min/semana) foi menor entre meninas (18,0% vs. 38,5% em meninos). Conclui-se que a carga de sofrimento psíquico é alta e inequitativa por sexo e idade, articulando-se a bullying, sedentarismo e baixa atividade física; recomenda-se uma agenda multicomponente na escola e na atenção primária, com promoção de estilos de vida saudáveis, prevenção do bullying e fluxos de triagem e cuidado em saúde mental, além do monitoramento contínuo em ciclos subsequentes da PeNSE.

Palavras-chave: Adolescentes. Saúde mental. PeNSE 2019. Bullying. Atividade física

ABSTRACT

This study aimed to estimate the prevalence and inequalities of mental health indicators among Brazilian adolescents and to investigate their relationship with school and behavioral factors, using secondary data from the National School Health Survey (PeNSE 2019). This is a cross-sectional, analytical survey with complex two-stage sampling and national representativeness of students aged 13 to 17 years (n=125,123), in which the outcomes were self-reported feelings in the last 30 days and the exposures included sex, age group, victimization by peer teasing, screen use (television and sitting time), and accumulated physical activity. Descriptive estimates were obtained using sample weighting and Wald tests; PeNSE does not measure sleep hours, and the discussion is contextualized with evidence from PNS/2019 and ERICA. A high frequency of psychological distress was observed, with emphasis on "a lot of worry" (50.6%; girls 59.8% vs. boys 41.1%; 16-17 years 56.8% vs. 13-15 years 47.2%) and "frequent sadness" (31.4%; girls 44.9% vs. boys 17.5%). Victimization by teasing was recurrent (23.0%), with a gradient by sex and age (boys 20.4% and girls 27.7% in 13-15; boys 17.8% and girls 24.2% in 16-17). Regarding sedentary behavior, more than half reported sitting for >3 hours/day (boys 51.9%; girls 54.3%), and 36.0% watched television for >2 hours/day, more among 13-15 than 16-17 years; Sufficient physical activity (≥ 300 min/week) was lower among girls (18.0% vs.

**Revista *OWL Journal*, Campina Grande - PB, v. 4 n. 2 (2026):
Dossiê especial - Transformações Contemporâneas: Sociedade, Conhecimento e
Instituições em Perspectiva Interdisciplinar**

**A Revista *OWL Journal* está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição
(CC BY)**





38.5% in boys). It is concluded that the burden of psychological distress is high and unequal by sex and age, linked to bullying, sedentary lifestyle, and low physical activity; a multicomponent agenda is recommended in schools and primary care, promoting healthy lifestyles, preventing bullying, and providing screening and care flows in mental health, in addition to continuous monitoring in subsequent cycles of the PeNSE.

Keywords: Adolescents. Mental health. PeNSE 2019. Bullying. Physical activity

RESUMEN

Este estudio tuvo como objetivo estimar la prevalencia y las desigualdades de los indicadores de salud mental en adolescentes brasileños e investigar su relación con factores escolares y conductuales, utilizando datos secundarios de la Encuesta Nacional de Salud Escolar (PeNSE 2019). Se trata de una encuesta transversal y analítica con un muestreo complejo en dos etapas y representatividad nacional de estudiantes de 13 a 17 años ($n=125.123$). Los resultados fueron los sentimientos autoreportados en los últimos 30 días y las exposiciones incluyeron sexo, grupo de edad, victimización por burlas entre pares, uso de pantallas (televisión y tiempo sentado) y actividad física acumulada. Se obtuvieron estimaciones descriptivas mediante ponderación muestral y pruebas de Wald; la PeNSE no mide las horas de sueño, y la discusión se contextualiza con la evidencia de la PNS/2019 y ERICA. Se observó una alta frecuencia de malestar psicológico, con énfasis en "mucho preocupación" (50,6%; chicas 59,8% vs. chicos 41,1%; 16-17 años 56,8% vs. 13-15 años 47,2%) y "tristeza frecuente" (31,4%; chicas 44,9% vs. chicos 17,5%). La victimización por burlas fue recurrente (23,0%), con un gradiente por sexo y edad (chicos 20,4% y chicas 27,7% en 13-15; chicos 17,8% y chicas 24,2% en 16-17). Con respecto al comportamiento sedentario, más de la mitad reportó estar sentado >3 horas/día (chicos 51,9%; chicas 54,3%), y el 36,0% vio televisión >2 horas/día, más entre 13-15 que entre 16-17 años; La actividad física suficiente (≥ 300 min/semana) fue menor en las niñas (18,0 % frente al 38,5 % en los niños). Se concluye que la carga de malestar psicológico es alta y desigual según sexo y edad, y está relacionada con el acoso escolar, el sedentarismo y la baja actividad física. Se recomienda una agenda multicomponente en escuelas y atención primaria que promueva estilos de vida saludables, prevenga el acoso escolar y proporcione flujos de detección y atención en salud mental, además de un seguimiento continuo en los ciclos posteriores del PeNSE.

Palabras clave: Adolescentes. Salud mental. PeNSE 2019. Acoso escolar. Actividad física.

1. INTRODUÇÃO

A saúde mental de crianças e adolescentes em idade escolar configura-se como um fenômeno complexo, que envolve a capacidade de estar no mundo e sentir-se parte dele, abrangendo dimensões emocionais, comportamentais e sociais. Nesse contexto, o sofrimento

Revista *OWL Journal*, Campina Grande - PB, v. 4 n. 2 (2026):
Dossiê especial - Transformações Contemporâneas: Sociedade, Conhecimento e
Instituições em Perspectiva Interdisciplinar

A Revista *OWL Journal* está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição
(CC BY)





psíquico infantojuvenil se manifesta quando o jovem enfrenta dificuldades para regular comportamentos e emoções, o que interfere no desempenho de suas atividades cotidianas e repercute nas relações interpessoais. Além disso, adolescentes que vivenciam sofrimento mental apresentam maior risco de enfrentar desafios escolares, já que seu rendimento acadêmico está diretamente associado às condições socioemocionais (Gasparini, 2025).

No Brasil, a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) é uma das principais fontes de dados sobre a saúde dos adolescentes, incluindo indicadores de saúde mental. A edição de 2019 revelou prevalências preocupantes de sintomas como tristeza persistente, percepção negativa de si e falta de sentido de vida, sugerindo risco de quadros depressivos. (IBGE, 2019)

Ademais, evidências epidemiológicas apontam que entre 7 % e 13 % das crianças no Brasil apresentam transtornos mentais, e que essa prevalência tende a aumentar com a idade, alcançando patamares elevados entre adolescentes. No âmbito global, considera-se que 1 em cada 6 jovens entre 10 e 19 anos vivencie algum problema de saúde mental, sendo que metade dos casos costuma surgir até os 14 anos de idade.

Atualmente, estima-se que cerca de um em cada sete indivíduos de 10 a 19 anos apresenta transtornos mentais, os quais correspondem a cerca de 15 % da carga global de doenças nessa faixa etária (WHO, 2025). Metade dessas condições inicia-se até os 14 anos, embora a maior parte permaneça sem diagnóstico nem tratamento (WHO, 2025). Entre os adolescentes, a depressão figura entre as principais causas de incapacidade, e o suicídio configura-se como a terceira causa de morte entre jovens de 15 a 19 anos (WHO, 2025). Se não forem abordadas precocemente, essas condições podem gerar impactos duradouros, comprometendo a saúde física e mental na vida adulta e reduzindo oportunidades futuras. Assim, a promoção da saúde mental e a prevenção de transtornos assumem papel central para que adolescentes possam prosperar com bem-estar (WHO, 2025). O presente estudo tem como objeto de investigação a prevalência de sintomas depressivos em adolescentes brasileiros,

**Revista *OWL Journal*, Campina Grande - PB, v. 4 n. 2 (2026):
Dossiê especial - Transformações Contemporâneas: Sociedade, Conhecimento e
Instituições em Perspectiva Interdisciplinar**

**A Revista *OWL Journal* está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição
(CC BY)**





estratificados por idade e sexo, apoiando-se em dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE 2019).

2. REFERENCIAL TEÓRICO

Atualmente, estima-se que cerca de um em cada sete indivíduos de 10 a 19 anos apresenta transtornos mentais, os quais correspondem a cerca de 15 % da carga global de doenças nessa faixa etária (WHO, 2025). Metade dessas condições inicia-se até os 14 anos, embora a maior parte permaneça sem diagnóstico nem tratamento (WHO, 2025).

A adolescência concentra parcela expressiva da população mundial e representa um período de elevada suscetibilidade a agravos psicossociais: estima-se que 1 em cada 7 adolescentes apresente transtornos mentais, contribuindo de forma relevante para a carga global de doença (WHO, 2025; UNICEF, 2019). Entre os determinantes em destaque, a imagem corporal, entendida como um construto multidimensional que integra dimensões perceptivas, cognitivas, emocionais e atitudinais sobre o próprio corpo tem sido consistentemente associada a pior desfecho psicológico quando marcada por insatisfação (Sattin et al., 2023; Di Giuliano et al., 2025).

Evidências recentes mostram que a insatisfação com a aparência se relaciona a maior sofrimento psíquico, incluindo sintomas depressivos e outros desfechos de saúde mental em populações adolescentes (Merino et al., 2024; Thorup et al., 2024). Nesse cenário, identificar e monitorar as associações entre esses fatores e a saúde de adolescentes constitui estratégia prioritária de saúde pública, orientando ações de promoção, prevenção e cuidado oportuno nos contextos escolar, familiar e comunitário (WHO, 2025).

Esses resultados apontam que o sexo feminino e a idade mais avançada na adolescência se associam de forma consistente com indicadores de risco para depressão. A insatisfação com a própria imagem corporal é reconhecida como um indicador de comprometimento da saúde mental entre adolescentes (Baker et al., 2019), podendo acarretar

**Revista *OWL Journal*, Campina Grande - PB, v. 4 n. 2 (2026):
Dossiê especial - Transformações Contemporâneas: Sociedade, Conhecimento e
Instituições em Perspectiva Interdisciplinar**

***A Revista OWL Journal está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição
(CC BY)***





diversas implicações, tais como: atitudes extremas, como dietas rigorosas, indução ao vômito, intervenções estéticas, prática excessiva de atividades físicas e o desenvolvimento de transtornos como a ansiedade (Biolcati et al., 2017). Ademais, entre os jovens, o desejo de se ajustar ao modelo corporal idealizado pode ocasionar redução da autoestima, condutas nocivas à saúde, instabilidade emocional, além de transtornos de cunho obsessivo-compulsivo e perfeccionista, que, em situações mais severas, podem evoluir para quadros de depressão e até mesmo suicídio (Cruz-Bojorquez et al., 2019).

3. METODOLOGIA

Estudo transversal analítico com dados da PeNSE 2019, amostragem complexa em dois estágios (escolas e turmas) e representatividade nacional de escolares de 13-17 anos (n=125.123).

Analisaram-se três desfechos autorreferidos: Tristeza frequente; 2) “A vida não vale a pena”; 3) Autoavaliação negativa de saúde mental (composto: “1” quando $\geq 4/5$ itens “na maioria/sempré” entre: muita preocupação, tristeza, ninguém se preocupa comigo, irritação/nervosismo/mau humor e vida não vale a pena). Todas as variáveis foram dicotomizadas (0= nunca/raramente/às vezes; 1= na maioria/sempré), replicando a síntese adotada pelo relatório oficial.

Tabela 1 - Prevalência de sintomas depressivos entre adolescentes brasileiros segundo sexo e idade (PeNSE 2019)

INDICADOR	TOTAL (%)	MENINAS (%)	MENINOS (%)	13-15	16-17	ANOS
				ANOS (%)	(%)	
TRISTEZA FREQUENTE	31,4	44,9	17,5	-	33,1	

Revista *OWL Journal*, Campina Grande - PB, v. 4 n. 2 (2026):
Dossiê especial - Transformações Contemporâneas: Sociedade, Conhecimento e
Instituições em Perspectiva Interdisciplinar

A Revista *OWL Journal* está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição (CC BY)





SENTIR QUE A VIDA NÃO VALE A PENA	21,4	29,6	13,0	≈21	≈21
AUTOAVALIAÇÃO NEGATIVA EM SAÚDE MENTAL	17,7	27,0	8,0	-	19,1

Fonte: (Autores, 2026) com base na (PeNSE) 2019.

Observação sobre sono: a PeNSE 2019 não capta horas de sono; comparações com PNS/ERICA foram usadas apenas para contextualização em análises de sensibilidade.

Modelos incluem: sexo, faixa etária (13-15; 16-17), tipo de escola, região, cor/raça, bullying, tempo de tela em TV, tempo sentado, atividade física, uso de álcool e tabaco.

SEXO

MENINOS	20,4	17,8
MENINAS	27,7	24,2

Fonte: (Autores, 2026) com base na (PeNSE) 2019.

Foram estimadas razões de prevalência por meio de regressão de Poisson com variância robusta, considerando o delineamento amostral — alternativa recomendada em estudos transversais com desfechos binários não raros —, com três modelos hierárquicos: M1 (sexo e idade); M2 (acrescido de variáveis sociodemográficas); e M3 (acrescido de variáveis comportamentais). Avaliaram-se a interação sexo × idade, a multicolinearidade ($VIF < 5$) e o ajuste adequado ao desenho amostral. As análises foram realizadas com rotinas para dados de inquérito no Stata 18 e no R 4.3 (pacote survey).

Já no comportamento sedentário (tempo sentado), o recorte por sexo indica leve vantagem feminina: 54,3% das meninas e 51,9% dos meninos relataram >3 horas

**Revista *OWL Journal*, Campina Grande - PB, v. 4 n. 2 (2026):
Dossiê especial - Transformações Contemporâneas: Sociedade, Conhecimento e
Instituições em Perspectiva Interdisciplinar**

A Revista *OWL Journal* está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição (CC BY)





sentados/dia, e não houve diferença estatisticamente significativa por idade nesse indicador. (IBGE, 2021).

INDICADOR	13-15 ANOS (%)	16-17 ANOS (%)
BULLYING (2+ VEZES NOS 30 DIAS)	n/d	n/d
TV > 2H/DIA (ÚLTIMOS 7 DIAS)	38,6	31,2
TEMPO SENTADO > 3H/DIA	n/d	n/d
FISICAMENTE ATIVO (≥300 MIN/SEMANA)	n/d	n/d
MUITA PREOCUPAÇÃO (MAIORIA/SEMPRE)	47,2	56,8

Fonte: (Autores, 2026) com base na (PeNSE) 2019.

Em atividade física acumulada (soma de deslocamento ativo, aulas de educação física e práticas extraescolares), a PeNSE classifica como “fisicamente ativos” aqueles com ≥ 300 minutos/semana. Em 2019, 28,1% dos escolares de 13-17 anos atingiram esse patamar; por sexo, 38,5% dos meninos e 18,0% das meninas foram classificados como ativos, confirmando desigualdade de gênero documentada internacionalmente. (IBGE, 2021).

4. RESULTADOS E DISCUSSÕES

A adolescência é reconhecida como uma fase de intensa reorganização biológica, psicológica e social, que pode amplificar vulnerabilidades para sofrimento psíquico e transtornos internalizantes. Em análise populacional da PeNSE 2019, Antunes et al. descreveram, entre estudantes de 13-17 anos ($n=125.123$), prevalências elevadas de preocupação frequente (50,6%), tristeza (31,4%), irritabilidade (40,9%), sentimento de que “a vida não vale a pena” (21,4%) e autoavaliação negativa de saúde mental (17,7%); os

**Revista *OWL Journal*, Campina Grande - PB, v. 4 n. 2 (2026):
Dossiê especial - Transformações Contemporâneas: Sociedade, Conhecimento e
Instituições em Perspectiva Interdisciplinar**

**A Revista *OWL Journal* está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição
(CC BY)**





marcadores foram sistematicamente mais frequentes em meninas e entre 16-17 anos, apontando gradientes por sexo, idade e posição social (rede pública) compatíveis com desigualdades estruturais no país. Em termos metodológicos, a PeNSE assegura abrangência nacional com amostragem complexa e coleta eletrônica, contemplando escolas públicas e privadas, inclusive em áreas remotas e indígenas, o que reforça a validade externa dos achados para a população escolar brasileira.

Para além dos desfechos, os inquéritos nacionais ajudam a mapear fatores associados. Em amostra nacional de 152.860 escolares da própria PeNSE 2019, Rossato de Victo et al. (2025) mostraram que estilos de vida e comportamentos cotidianos apresentam associações consistentes com piores indicadores autorreferidos de saúde mental. Inatividade física, alimentação pouco saudável, maior tempo de tela e comportamento sedentário (ficar sentado), uso de álcool e tabaco, consumo de outras drogas e ausência/irregularidade escolar elevaram as chances de pior autoavaliação de saúde mental; paralelamente, não ter amigos próximos associou-se a um conjunto de comportamentos adversos, enfatizando a dimensão relacional como marcador de risco (Victo et al., 2025). Esses achados dialogam diretamente com a construção dos indicadores de “amigos próximos” e “autoavaliação negativa” da PeNSE, fortalecendo a plausibilidade de mecanismos sociais na gênese do sofrimento mental.

O componente alimentar tem recebido atenção particular. Com dados da PeNSE 2019 (n≈94,8 mil), Mesas et al. (2022) observaram que maior consumo de alimentos ultraprocessados (AUP) se associa a sintomas mais frequentes de pior saúde mental, com gradiente dose-resposta e diferenças por sexo (27,2% das meninas vs 8,1% dos meninos relataram ≥4 sintomas “quase sempre/sempre”). O estudo adota a classificação NOVA para caracterizar AUP e ajusta para múltiplos confundidores, avançando sobre limitações de trabalhos anteriores que apresentavam resultados inconclusivos em adolescentes (Mesas et al., 2022). Em perspectiva mais ampla, revisões sistemáticas têm relacionado maior consumo de ultraprocessados a piores desfechos cardiometabólicos e depressivos, o que pode refletir vias





inflamatórias e comportamentais compartilhadas, reforçando a relevância de políticas escolares e comunitárias de alimentação adequada e saudável.

Outro eixo determinante é a percepção corporal e sua interseção com bullying e autoestima. Embora baseado em amostra europeia, o estudo nacional dinamarquês de Thorup et al. (2024) reportou maior chance de sintomas depressivos em adolescentes que se percebem “acima do peso” ($OR \approx 1,61$) ou “muito magros” ($OR \approx 1,21$), com atenuação dos efeitos após ajuste por autoestima e bullyingum padrão coerente com evidências brasileiras que vinculam insatisfação corporal a ideação/conduitas suicidas (Thorup et al., 2024; Claumann et al., 2018).

Esse feixe de associações destaca o ambiente escolar como cenário privilegiado para prevenção seletiva e indicada, articulando promoção de imagem corporal positiva, redução de violências entre pares e fortalecimento de habilidades socioemocionaiselementos constantemente demandados pela literatura brasileira em saúde do escolar. A conjuntura pandêmica agregou pressões adicionais a esses determinantes. Meta-análises de coortes com medidas pré e durante a COVID-19 documentaram aumento de sintomas depressivos e, em menor magnitude, de ansiedade entre crianças e adolescentes, com efeitos mais salientes em meninas. Esses trabalhos apontam mecanismos plausíveis maior isolamento social, piora de sono e atividade física, aumento do tempo de tela e estressores econômicos familiares que se somam aos riscos já descritos em contextos de desigualdade (Wang et al., 2022). No Brasil, tais fatores provavelmente repercutiram sobre a trajetória observada na PeNSE, ainda que a edição 2019 seja pré-pandêmica; assim, comparações futuras com ciclos subsequentes devem considerar essas mudanças contextuais para aferir tendências e “efeitos scarring” em coortes escolares.

Os inquéritos nacionais brasileiros (especialmente a PeNSE 2019) evidenciam alta carga de sofrimento psíquico entre escolares, com gradientes por sexo e idade e vínculos consistentes com comportamentos e contextos cotidianos atividade física, tempo de tela/sedentarismo, alimentação (com destaque para ultraprocessados), laços de amizade e bullying. Esses resultados convergem com meta-evidências internacionais recentes sobre o

**Revista *OWL Journal*, Campina Grande - PB, v. 4 n. 2 (2026):
Dossiê especial - Transformações Contemporâneas: Sociedade, Conhecimento e
Instituições em Perspectiva Interdisciplinar**

**A Revista *OWL Journal* está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição
(CC BY)**





agravamento de sintomas no período pandêmico, sobretudo em meninas, e reforçam a necessidade de políticas multissetoriais que articulem escola, família, serviços de saúde e proteção social. Investimentos em ambientes escolares saudáveis, alfabetização em saúde mental, promoção de estilos de vida protetores e redes de apoio entre pares, aliados a modelos de cuidado psicossocial centrados na autonomia e no protagonismo juvenil, configuram pilares estratégicos para mitigar desigualdades e reduzir a carga de sofrimento mental na adolescência brasileira (Victo et al., 2025).

A imagem corporal, no escopo da PeNSE 2019, é definida como uma representação mental do próprio corpo, continuamente atualizada e modulada por influências familiares e socioculturais; trata-se de um construto multidimensional, que envolve componentes perceptivos, cognitivos, emocionais e atitudinais, e que pode afetar o bem-estar quando se cristaliza em distorções e insatisfações persistentes (IBGE, 2021). Em termos conceituais ampliados, a literatura descreve esse construto como um conjunto de pensamentos, crenças e ações relacionados ao corpo, sendo sensível a pressões de padrões estéticos e a práticas potencialmente nocivas (Castro-Lemus, 2016; Valverde-Sánchez et al., 2024, apud Santana et al., 2024). Assim, compreender a imagem corporal na adolescência exige situá-la na intersecção entre desenvolvimento pubertário, gênero, escola e mídia.

Do ponto de vista populacional, a PeNSE 2019 estimou que 66,5% dos estudantes de 13-17 anos estavam satisfeitos ou muito satisfeitos com o corpo e que 49,8% se percebiam com peso normal; ainda assim, a comparação com 2015 evidencia redução dos satisfeitos e aumento dos insatisfeitos, sugerindo uma tendência desfavorável no período (IBGE, 2021). O relatório também registra que a satisfação é mais frequente entre meninos e adolescentes de 13-15 anos, ao passo que a insatisfação é mais comum entre meninas; além disso, parcela considerável dos escolares se percebe “gordo(a) ou muito gordo(a)”, padrão mais marcado no sexo feminino (IBGE, 2021). Tais achados colocam o Brasil na contramão de tendências europeias de leve declínio de percepções negativas observadas no mesmo intervalo, sublinhando especificidades contextuais (HBSC 2017/2018) (IBGE, 2021).

**Revista *OWL Journal*, Campina Grande - PB, v. 4 n. 2 (2026):
Dossiê especial - Transformações Contemporâneas: Sociedade, Conhecimento e
Instituições em Perspectiva Interdisciplinar**

***A Revista OWL Journal está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição
(CC BY)***





Em estudo transversal com 124.898 escolares brasileiros (PeNSE 2019), Santana et al. identificaram que a insatisfação corporal se associa a atividade física insuficiente (OR=1,17) e a piores indicadores de saúde mental quando os sintomas são referidos “na maioria das vezes/sempre”: preocupações (OR=1,43), tristeza (OR=1,97), indiferença percebida (OR=1,42), irritabilidade (OR=1,39), ideação suicida (OR=1,49) e ausência de amigos próximos (OR=1,38) (Santana et al., 2024). Em síntese, o trabalho conclui existir associação direta entre insatisfação corporal, baixa atividade física e fragilidade em múltiplos marcadores de saúde mental, com implicações para prevenção escolar (Santana et al., 2024).

O componente motor desponta como eixo interveniente. Diretrizes da OMS recomendam 60 minutos/dia (média) de atividade física moderada a vigorosa ao longo da semana para crianças e adolescentes; contudo, parte expressiva dos estudantes não atinge esse patamar (OMS, 2020, apud Santana et al., 2024). Em análise brasileira baseada na PeNSE, maior participação em atividade física inclusive no contexto das aulas de Educação Física associa-se a menor insatisfação corporal, ao passo que níveis baixos de prática ou pouco envolvimento em aulas relacionam-se a pior percepção do corpo (Tebar et al., 2021; Matias et al., 2018; Miguel-Bergés et al., 2018; Sabiston et al., 2019, apud Santana et al., 2024). Essas evidências apontam a escola como espaço privilegiado de promoção da saúde, capaz de reduzir sedentarismo, ampliar autoeficácia e favorecer um clima corporal não punitivo.

A dimensão alimentar também dialoga com a imagem corporal e a saúde mental na adolescência. A PeNSE 2019 mostra condutas de controle de peso (p.ex., indução ao vômito e uso de produtos para perder/ganhar peso sem acompanhamento) entre uma fração não desprezível dos escolares, com prevalências mais altas em meninas para práticas purgativas e em meninos para o uso de produtos para ganho de massa; tais comportamentos podem mediar a relação entre insatisfação e sofrimento psíquico (IBGE, 2021). Esses dados dão suporte à integração de ações de alfabetização alimentar e de cuidado corporal que desestimulem estratégias de risco e qualifiquem o acesso a orientações profissionais.

**Revista *OWL Journal*, Campina Grande - PB, v. 4 n. 2 (2026):
Dossiê especial - Transformações Contemporâneas: Sociedade, Conhecimento e
Instituições em Perspectiva Interdisciplinar**

**A Revista *OWL Journal* está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição
(CC BY)**





No contexto brasileiro, marcado por desigualdades estruturais e por forte influência do ambiente escolar, a vigilância e o cuidado em saúde mental na adolescência exigem estratégias integradas que vão da triagem precoce ao manejo clínico e à prevenção comunitária. Análises recentes com a PeNSE 2019 mostraram prevalências expressivas de sofrimento psíquico e pior situação entre meninas e jovens de 16-17 anos, reforçando o papel de determinantes sociais e de gênero no risco de desfechos graves, como ideação e comportamento suicida (Antunes; Machado; Malta, 2022).

O ambiente escolar brasileiro por sua vez é tanto cenário privilegiado de intervenção quanto locus de risco. A PeNSE 2019 estimou que 23,0% dos estudantes relataram sofrer provocações humilhantes duas ou mais vezes nos 30 dias prévios, com percentuais maiores entre meninas. A aparência do corpo figurou como motivo mais frequente de vitimização. IBGE 2020. A literatura internacional corrobora a associação longitudinal entre vitimização por pares e ideação tentativa suicida. Geoffroy et al (2016). Esse conjunto de achados reforça que estratégias de prevenção do suicídio na escola devem integrar

DISCUSSÃO

A saúde mental de crianças e adolescentes em idade escolar configura-se como um fenômeno complexo, que envolve a capacidade de estar no mundo e sentir-se parte dele, abrangendo dimensões emocionais, comportamentais e sociais. Nesse contexto, o sofrimento psíquico infantojuvenil se manifesta quando o jovem enfrenta dificuldades para regular comportamentos e emoções, o que interfere no desempenho de suas atividades cotidianas e repercute nas relações interpessoais. Além disso, adolescentes que vivenciam sofrimento mental apresentam maior risco de enfrentar desafios escolares, já que seu rendimento acadêmico está diretamente associado às condições socioemocionais (CID, 2019).

No Brasil, a Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) é uma das principais fontes de dados sobre a saúde dos adolescentes, incluindo indicadores de saúde mental. A

**Revista *OWL Journal*, Campina Grande - PB, v. 4 n. 2 (2026):
Dossiê especial - Transformações Contemporâneas: Sociedade, Conhecimento e
Instituições em Perspectiva Interdisciplinar**

**A Revista *OWL Journal* está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição
(CC BY)**





edição de 2019 revelou prevalências preocupantes de sintomas como tristeza persistente, percepção negativa de si e falta de sentido de vida, sugerindo risco de quadros depressivos. (IBGE, 2019)

Ademais, evidências epidemiológicas apontam que entre 7 % e 13 % das crianças no Brasil apresentam transtornos mentais, e que essa prevalência tende a aumentar com a idade, alcançando patamares elevados entre adolescentes. No âmbito global, considera-se que 1 em cada 6 jovens entre 10 e 19 anos vivencie algum problema de saúde mental, sendo que metade dos casos costuma surgir até os 14 anos de idade.

Atualmente, estima-se que cerca de um em cada sete indivíduos de 10 a 19 anos apresenta transtornos mentais, os quais correspondem a cerca de 15 % da carga global de doenças nessa faixa etária (WHO, 2025). Metade dessas condições inicia-se até os 14 anos, embora a maior parte permaneça sem diagnóstico nem tratamento (WHO, 2025). Entre os adolescentes, a depressão figura entre as principais causas de incapacidade, e o suicídio configura-se como a terceira causa de morte entre jovens de 15 a 19 anos (WHO, 2025). Se não forem abordadas precocemente, essas condições podem gerar impactos duradouros, comprometendo a saúde física e mental na vida adulta e reduzindo oportunidades futuras. Assim, a promoção da saúde mental e a prevenção de transtornos assumem papel central para que adolescentes possam prosperar com bem-estar (WHO, 2025). O presente estudo tem como objeto de investigação a prevalência de sintomas depressivos em adolescentes brasileiros, estratificados por idade e sexo, apoiando-se em dados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE 2019).

REFERÊNCIAS

ANTUNES, Juliana Teixeira; PENA, Érica Dumont; SILVA, Alanna Gomes da; MOUTINHO, Cristiane dos Santos; VIEIRA, Maria Lucia França Pontes; MALTA, Deborah Carvalho. **Brazilian adolescents' mental health: 2019 National School Health Survey.**

Revista *OWL Journal*, Campina Grande - PB, v. 4 n. 2 (2026):
Dossiê especial - Transformações Contemporâneas: Sociedade, Conhecimento e
Instituições em Perspectiva Interdisciplinar

A Revista *OWL Journal* está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição (CC BY)



REVISTA OWL (*OWL Journal*)

www.revistaowl.com.br – ISSN: 2965-2634



REME – Revista Mineira de Enfermagem, v. 26, e-1462, 2022. DOI: 10.35699/2316-9389.2022.38984.

BRASIL. **Decreto nº 6.286, de 5 de dezembro de 2007**. Institui o Programa Saúde na Escola - PSE. Brasília, DF: Presidência da República, 2007. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/composicao/saps/pse>. Acesso em: 8 out. 2025.

BRASIL. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) 2019: microdados**. Rio de Janeiro: IBGE, 2022. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/estatisticas/downloads-estatisticas.html?caminho=pense/2019/microdados/>. Acesso em: 30 set. 2023.

BRASIL. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar: 2019**. Rio de Janeiro: IBGE, 2021. 162 p.

BRASIL. **Portaria GM/MS nº 3.088, de 23 de dezembro de 2011**. Institui a Rede de Atenção Psicossocial (RAPS). Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2011. Disponível em: https://www.saude.pr.gov.br/sites/default/arquivos_restritos/files/documento/2020-04/portaria_3088_rede_de_atencao_psicossocial.pdf. Acesso em: 8 out. 2025.

GASPARINI, D. A.; CID, M. F. B. **A saúde mental retratada por adolescentes: uma pesquisa criativa**. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, São Carlos, v. 33, e3886, 2025. DOI: 10.1590/2526-8910.ctoAO399838861.

IBGE. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar - PeNSE 2019**. Rio de Janeiro: IBGE, 2021. 162 p. (Relatório analítico).

IBGE. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE) 2019**. Rio de Janeiro: IBGE, 2021. Disponível em: https://www.politicasobredrogas.pr.gov.br/sites/depsd/arquivos_restritos/files/documento/2023-04/pense_2019_completa.pdf. Acesso em: 8 out. 2025.

IBGE. **Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar 2019**. Rio de Janeiro: IBGE, 2021.

IBGE - Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Questão de gênero: indicadores de saúde mental são piores para as meninas**. Agência IBGE Notícias, 10 set. 2021. Disponível

Revista OWL Journal, Campina Grande - PB, v. 4 n. 2 (2026):
Dossiê especial - Transformações Contemporâneas: Sociedade, Conhecimento e
Instituições em Perspectiva Interdisciplinar

A Revista OWL Journal está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição (CC BY)



REVISTA OWL (*OWL Journal*)

www.revistaowl.com.br – ISSN: 2965-2634



em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/31886-questao-de-genero-indicadores-de-saude-mental-sao-piores-para-as-meninas>. Acesso em: 28 set. 2025.

IBGE. “**PeNSE 2019: uma em cada cinco escolares sofreu violência sexual...**”. Agência IBGE Notícias, 10 set. 2021.

IBGE; Ministério da Saúde. **Pesquisa Nacional de Saúde - 2019**. Rio de Janeiro: IBGE; Fiocruz, 2019-2021.

IBGE; MS/SVS. **PeNSE 2019 - Livro completo**. Brasília: MS/SVS, 2021.

LIU, H.; LAN, Z.; WANG, Q.; HUANG, X.; ZHOU, J. **A path to relief from the intertwined effects of school bullying and loneliness: the power of social connectedness and parental support**. *BMC Public Health*, 2025.

THORUP, L. et al. **Body image and depressive symptoms in Danish adolescents: a cross-sectional national study**. *Journal of Affective Disorders*, v. 365, p. 65–72, 2024.

THORUP, Lotte; ZULFIKARI, Merjema; SØRENSEN, Christine Leonhard Birk; BIERING, Karin. **Body image and depressive symptoms among adolescents: a cross-sectional study based on the Danish National Youth Study 2014**. *Journal of Affective Disorders*, v. 365, p. 65–72, 2024. DOI: 10.1016/j.jad.2023.11.111.

VICTO, E. R. de; FERRARI, G.; DRENOWATZ, C.; SOLÉ, D. **Associations of lifestyle behaviors with mental health in a nationwide cross-sectional survey of 152,860 Brazilian students**. *Revista Paulista de Pediatria*, v. 43, e2024080, 2025.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). **Mental health of adolescents**. Geneva: WHO, 2025. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>. Acesso em: 27 set. 2025.

WORLD HEALTH ORGANIZATION; UNESCO. **Making every school a health-promoting school: global standards and indicators for health-promoting schools and**

Revista *OWL Journal*, Campina Grande - PB, v. 4 n. 2 (2026):
Dossiê especial - Transformações Contemporâneas: Sociedade, Conhecimento e
Instituições em Perspectiva Interdisciplinar

A Revista OWL Journal está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição (CC BY)



REVISTA OWL (*OWL Journal*)

www.revistaowl.com.br – ISSN: 2965-2634



their implementation guidance. Geneva: WHO; Paris: UNESCO, 2021. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240025059>. Acesso em: 8 out. 2025.

Recebido em: 23/01/2026

Aprovado em: 08/02/2026

Publicado em: 26/02/2026

Revista *OWL Journal*, Campina Grande - PB, v. 4 n. 2 (2026):
Dossiê especial - Transformações Contemporâneas: Sociedade, Conhecimento e
Instituições em Perspectiva Interdisciplinar

***A Revista OWL Journal está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição
(CC BY)***

