

OS IMPACTOS DO BULLYING NA SAÚDE MENTAL DAS VÍTIMAS – UMA REVISÃO DE LITERATURA

Maria Eduarda Leão Barbosa ¹
Sandra Patrícia Ataíde Ferreira ²

INTRODUÇÃO

O bullying é um tipo de violência e agressão que compromete a saúde mental das pessoas, não só pelo isolamento sofrido, mas também pelos estigmas imputados. Essa prática agressiva se difere de brincadeiras; se manifesta com condutas de ódio, rancor, ironia, disputa, dentre outros sentimentos (Marques et al., 2019). A alta predominância do bullying e as consequências negativas por ele causadas, configuram um problema de saúde pública (Sampaio et al., 2015). Essa agressão vem sendo considerada um problema mundial, podendo ocorrer em qualquer contexto, principalmente no ambiente escolar. A manifestação do bullying repercute psicológica e pedagogicamente. Transtornos emocionais, baixo rendimento, adultos agressivos e intolerantes são algumas dessas consequências (Silva, 2014).

Nas escolas brasileiras, esta prática vem sendo associada à saúde, no entanto, os estudos no Brasil sobre essa temática são recentes e escassos. O ambiente escolar brasileiro tem sido um espaço de reprodução da violência, através de atitudes que geram consequências às vítimas no curto ou longo prazo, sendo necessário que o fenômeno bullying seja entendido como um problema social, que traz sofrimento e interfere na qualidade de vida das pessoas (Brito, et al).

O fenômeno bullying categoriza-se como direto, indireto e cyberbullying. O bullying direto inclui ataques de um ou mais estudantes contra outros, apelidos pejorativos, gestos, expressões faciais e ações que chegam ao contato físico, já o indireto implica comportamentos de exclusão da vítima do grupo de pares, ocasionando dificuldades para a constituição de novos vínculos (Olweus, 1993).

Os envolvidos no bullying são classificados como: ativos – tem pouca empatia com as vítimas, necessidade de poder e dominação de situações, são contestadores,

¹ Graduanda do Curso de Pedagogia da Universidade Federal de Pernambuco – UFPE, eduarda.leao@ufpe.br;

² Professora orientadora: doutora em Psicologia Cognitiva, Universidade Federal de Pernambuco – UFPE, sandra.aferreira@ufpe.br.



desobedientes a regulamentos da escola, são filhos de pais violentos, sem afeto e sofrem violência física; passivos – possuem autoestima baixa, ansiedade, insegurança, infelicidade, depressão, poucos amigos, isolamento social, são avessos a se defenderem das agressões, sofrem de sintomas físicos, os pais são super protetores; neutros – não participam do processo; ativo/passivo – são os envolvidos nos dois tipos de comportamento, maior probabilidade de acometimento psiquiátrico futuro, principalmente os relacionados com hiperatividade (Almeida, Silva e Campos, 2008).

A agressão verbal é o tipo de violência mais velada, mais difícil de identificar e, conseqüentemente, de intervir; além disso, em muitos casos, é entendida como uma forma de brincadeira. Cabe ressaltar que ela não deve ser encarada como um comportamento de menor risco, ou seja, não deve ser minimizada, pois causa intenso sofrimento à vítima (Cavalcanti et al., 2018).

Além de ressaltar a importância dessa temática, promovendo uma perspectiva de promoção à saúde mental, na prática educativa baseada na ética do cuidado, o presente estudo surge para responder a seguinte pergunta de pesquisa: como o bullying impacta na saúde mental de suas vítimas? Esta reflexão teórica tem como objetivo geral identificar os danos à saúde do estudante causados pelo bullying. Objetivando especificamente: conceituar o bullying; versar sobre os tipos de bullying; mostrar como o bullying pode acometer a saúde das vítimas dessa violência.

METODOLOGIA (OU MATERIAIS E MÉTODOS)

Este estudo se trata de uma revisão integrativa da literatura, utilizando uma abordagem qualitativa descritiva. A revisão integrativa se caracteriza por uma ampla análise da literatura com o propósito inicial de obter um profundo entendimento sobre um fenômeno específico com base em estudos anteriores. Este tipo de revisão bibliográfica pode ser utilizado para diferentes finalidades, já que permite tanto a inclusão de pesquisa experimental e quase-experimental, como a combinação de dados de literatura teórica e empírica (Mendes, Silveira e Galvão, 2008).

Para tal, foi realizado entre janeiro e outubro de 2024, o levantamento bibliográfico da literatura acerca do tema nas seguintes bases de dados: Periódicos Capes, Google Acadêmico, Revista Sociedade Científica, revista Linguagem em (Dis)curso dentre outras. Os descritores utilizados foram: bullying, saúde mental, consequências do bullying. A seleção dos estudos que estavam em consonância com o objeto do trabalho



se deu através da leitura dos títulos, resumos e palavras-chaves. Posteriormente, foi realizada a leitura integral do material. A análise se deu com base na frequência de publicação, área de conhecimento em que foram elaborados e temas que abordam.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Foram selecionados 8 estudos relacionados à temática do bullying e saúde mental. Tais se encontram entre o período temporal de 2010 e 2018, havendo um aumento na frequência de publicação no ano de 2018. No que concerne às áreas de pesquisa, os estudos encontrados estão relacionados às áreas da saúde, educação e psicologia. Os estudos selecionados foram categorizados nas 6 (seis) categorias: Categoria 1 – Bullying, infância e adolescência; Categoria 2 – Bullying e ansiedade; Categoria 3 – Bullying, doenças e transtornos; Categoria 4 – Cyberbullying; Categoria 5 – bullying, traumatização e intensidade do assédio; Categoria 6 - Danos físicos e psicológicos do bullying na vida adulta.

Categoria 1 – Bullying, infância e adolescência: A exposição ao bullying na infância por período prolongado, pode gerar problemas psicológicos na criança ou adolescente, podendo chegar ao desenvolvimento de depressão, baixa autoestima, além de instabilidade nos relacionamentos (Silva, 2010; Sampaio et al., 2015). Quanto menos idade tiver a vítima, maior será o risco de desenvolver problemas de comportamento antissociais na fase adulta, instabilidade no trabalho e relacionamentos afetivos de curta duração (Camargos, dos Reis e Carvalho, 2021). A infância e adolescência são fases fundamentais do desenvolvimento físico e psíquico do indivíduo, a proteção e o cuidado durante essas fases são essenciais para que a exposição à situações de violência e/ou traumas ocorram com menor frequência, pois estes podem trazer prejuízos na estrutura psíquica da vítima, podendo persistir até a fase adulta (Marques, et al, 2019).

Categoria 2 – Bullying e ansiedade: O nível de ansiedade em adolescentes envolvidos com o bullying é maior do que os que não estão envolvidos com tal prática. Já com relação ao cyberbullying, quando envolvidos, os adolescentes tem alterações psicológicas, além da ansiedade, também há a depressão e a redução do nível de empatia (Pigozi e Machado, 2015).

Categoria 3 – Bullying, doenças e transtornos: Pereira (2012), cita em seu



artigo as principais doenças e transtornos decorrentes do sofrimento por bullying e dentre elas estão:

[...] Transtorno do pânico que é um medo intenso, sem motivo aparente, que aparece sem aviso prévio, provoca sintomas físicos; Depressão que afeta diretamente o humor, o paciente apresenta pensamentos e comportamentos negativos, vetando drasticamente a saúde do adolescente; Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), sensação de medo e insegurança com intensidade, preocupação exagerada pelas situações que não se podem controlar; Anorexia que é um transtorno alimentar que pode estar associado ao *bullying* e, atinge principalmente as mulheres, em geral adolescentes ou jovens adultas; Bulimia também caracterizada por um distúrbio alimentar, a bulimia se desenvolve pela ingestão exagerada e compulsiva de alimentos em especial de escolares, e posteriormente na tentativa de se livrar da culpa e eliminar os excessos consumidos, a pessoa bulímica provoca vômito várias vezes ao dia e abusa do uso de laxantes diuréticos, além de todas essas citadas, a fobia social e a fobia escolar também podem aparecer, ambas relacionadas ao medo excessivo e está diretamente no convívio social (p.5).

Categoria 4 – Cyberbullying: com relação ao cyberbullying, quando envolvidos, os adolescentes tem alterações psicológicas, além da ansiedade, também há a depressão e a redução do nível de empatia (Pigozi e Machado, 2015). As vítimas ainda são acometidas por depressão, síndrome de Burnout, uso e abuso de substâncias, insatisfação no trabalho, insônia, diminuição do bem-estar e podem desencadear problemas cardíacos e diabetes (Marques *et al.*, 2019). Silva e Borges (2018), apontam que o bullying pode desencadear sentimentos negativos nas vítimas, tais como agressividade e o sentimento de vingança, tendo como consequências os distúrbios emocionais e descontrole da personalidade, fazendo com que as vítimas reproduzem essa violência e mais tarde, em casos mais graves a vítima pode cometer homicídio ou suicídio.

Categoria 5 – bullying, traumatização e intensidade do assédio: os traumas ocasionados pelo fenômeno bullying podem ter consequências em toda a vida, variando de acordo com a frequência e intensidade do assédio, bem como das características da vítima, impactando várias esferas da vida da vítima (Marques *et al.*, 2019).

Categoria 6 - Danos físicos e psicológicos do bullying na vida adulta: danos físicos e psicológicos para a vida adulta, até mesmo das vítimas do bullying na forma indireta, que podem apresentar enurese noturna, alterações do sono, cefaleia, dor epigástrica, desmaios, vômitos, paralisias, queixas visuais, anorexia, bulimia, consumo de álcool e drogas, agressividade, criminalidade, traumas, baixa autoestima, baixa



confiança nas pessoas, ansiedade, insegurança, depressão, dificuldades de socialização, pânico e maior tendência ao suicídio (Reisen e Neto, 2018).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Partindo da análise dos estudos revisados, evidencia-se que o bullying impacta significativamente na saúde mental de suas vítimas, pois estas estão mais propícias a manifestar problemas relacionados à ansiedade, depressão, ideações suicidas, baixa autoestima e dificuldades no relacionamento pessoal.

Além disso, observa-se também que estes efeitos não acompanham o sujeito apenas durante o período escolar, como costuma-se pensar, mas pode se estender à vida adulta, influenciando muitas áreas da vida, incluindo a acadêmica e profissional. Ficou evidente também que o bullying é uma questão multifatorial, que afeta o ambiente, visto que, não só as vítimas estão expostas as suas consequências, mas ops agressores e testemunhas também. No mais, a literatura reconhece a importância de ações de prevenção e intervenção, com escolas, famílias e profissionais de saúde, para que seja possível oportunizar um ambiente mais acolhedor, diverso, democrático e respeitoso.

Portanto, conclui-se que o bullying deve ser compreendido como um problema de saúde pública, pois impacta direta e indiretamente os envolvidos nessa prática, principalmente se a exposição se dá na fase da infância e adolescência, o que aumenta o risco do desenvolvimento de ansiedade, doenças e transtornos mentais, além de danos físicos e propensão a comportamentos de risco, como abuso de substâncias e suicídio. Problemas sociais, emocionais e doenças psicossomáticas também são apontados. Por isso, urge a necessidade de ampliar os conhecimentos sobre o bullying e seus impactos na saúde mental, de maneira que, seja possível minimizar os impactos na saúde e promover bem-estar de um modo geral.

Palavras-chave: Bullying; Cyberbullying; Saúde mental.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, K. L; SILVA A. C; CAMPOS, J. S. **Importância da identificação precoce da ocorrência do bullying: uma revisão de literatura.** Revista de Pediatria, v. 9, p. 8-



16, 2008.

BRITO, Maria da Conceição Coelho, et al. **Bullying e saúde nas escolas brasileiras: uma revisão de literatura**. Sanare, Sobral, v.14, n.01, p.116-120, jan./jun, 2015.

CAMARGOS, Nataniely Neves; DOS REIS, Simone; CARVALHO, Angélica Maria Silva. **O bullying na infância e seus efeitos na vida adulta**. 2021.

MARQUES, Emília de Rodar Ribeiro, et al. **O bullying e os danos à saúde mental**. Revista Temas em Saúde, João Pessoa, v. 19, n. 4, p. 290-321, 2019.

MENDES, K. D. S.; SILVEIRA, R. C. C. P.; GALVÃO C. M. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. Texto Contexto Enferm, Florianópolis, v. 17, n. 4, p. 758-64, Out-Dez 2008.

OLWEUS, Dan. **Bullying at school: what we know and what we can do**.
PEREIRA, K. K. **Consequências e implicações do bullying nos envolvidos e no ambiente escolar**. 2012.

PIGOZI, P.L.; MACHADO, A.L. **Bullying na adolescência: visão panorâmica no Brasil**. Ciência & Saúde Coletiva, v. 20, n. 11, p. 3509-3522, 2015.

REISEN, Andressa; NETO, Edson. Bullying e Saúde Pública. Verista brasileira de pesquisa em saúde. Vitória, 20 (4): 4-6, out-dez, 2018.

SAMPAIO, Julliane Messias Cordeiro, et al. **Prevalência de bullying e emoções de estudantes envolvidos**. Texto Contexto Enfermagem, Florianópolis, v. 24, n. 2, p. 344-52, abr/jun. 2015.

SILVA, L. O; BORGES, B. S. **Bullying nas escolas**. Direito & Realidade, v.6, n.5, p.27-40, 2018.

