



Congresso de Interdisciplinaridade
do Noroeste Fluminense

IFFluminense Itaperuna

PSICOEDUCAÇÃO EM SAÚDE MENTAL COMO ESTRATÉGIA DE TRANSFORMAÇÃO SOCIAL

Érica Moreira de Oliveira (OLIVEIRA, É. M.) - ericamor22@gmail.com¹

Sabrina Swellen Farias Bittencourt (BITTENCOURT, S. S. F.) - sabrinaswellenpsico@gmail.com²

Mariana F. Ramos dos Santos (SANTOS, M. F. R.) - marianaramos@fsj.edu.br³

¹Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário São José de Itaperuna

²Discente do Curso de Psicologia do Centro Universitário São José de Itaperuna

³Docente do Centro Universitário São José de Itaperuna

Área do Conhecimento: Ciências Biológicas, Ciências da Saúde e Psicologia
Projeto de Pesquisa (Graduação)

Resumo

A psicoeducação é uma intervenção psicoterapêutica que consiste no ato de informar, ensinar e orientar pacientes com transtornos mentais, cuidadores e população em geral sobre temas específicos com o objetivo de promover educação em saúde mental. Segundo o Relatório Mundial de Saúde Mental da Organização Mundial da Saúde (OMS), divulgado em 2022, cerca de um bilhão de pessoas em todo o mundo - incluindo 14% dos adolescentes - viviam com algum tipo de transtorno mental em 2019. No Brasil, 18,6% da população sofre com transtornos mentais. O país ocupa o 1º lugar mundial em prevalência de transtornos de ansiedade e o 3º lugar em transtornos depressivos (com cerca de 18 e 12 milhões de pessoas afetadas, respectivamente). Para 2025, o Ministério da Saúde estima um gasto de 2,6 bilhões de reais na rede de atenção aos transtornos mentais. Frente a isso, o presente projeto tem como objetivo a psicoeducação em saúde mental, abordando temas diversos, como: prevenção ao suicídio e valorização da vida, promoção da saúde mental, conscientização sobre transtornos mentais, violência sexual na infância e adolescência e psicoeducação das emoções. As ações ocorrem por meio de palestras, rodas de conversa, produção de conteúdo informativo e distribuição de panfletos, sendo aplicadas em diversos contextos: empresas, escolas, clínicas terapêuticas multidisciplinares e serviços de convivência e fortalecimento de vínculos, localizados em Itaperuna e região. Pesquisas indicam que a psicoeducação contribui para a melhoria da qualidade de vida e do bem-estar, além de promover autonomia, empoderamento dos pacientes e redução do estigma e da discriminação relacionados aos transtornos mentais. Nesse cenário de adoecimento coletivo, a psicoeducação surge como uma ferramenta eficaz na prevenção e promoção da saúde mental, favorecendo a construção de uma sociedade mais consciente, empática, justa, inclusiva e com melhores níveis de qualidade de vida e de bem-estar individual e coletivo.

Palavras-chave: Psicoeducação; Saúde Mental; Transformação Social.

Instituição de Fomento: Fundação São José de Itaperuna.