



Educação em saúde no combate ao estigma social de doenças mentais

Health education in combating the social stigma of mental illness

La educación sanitaria en la lucha contra el estigma social de las enfermedades mentales

Ysla Maria Inácio de Lima¹, Raquel Cunha de Araújo², Mona Lisa Lopes dos Santos Caldas³, Yala Fabia Dias Lucena Lima⁴, Izabela Rayane Torres Liberalino Cristovão⁵ & Milena Nunes Alves de Sousa⁶

1- Acadêmica do curso de Medicina do Centro Universitário de Patos. Email: raquelaraujo@med.fiponline.edu.br. ORCID: 0009-0009-0767-2241

2- Acadêmica do curso de Medicina do Centro Universitário de Patos. Email: raquelaraujo@med.fiponline.edu.br. ORCID: 0009-0009-0767-2241

3 - Acadêmica do curso de Medicina do Centro Universitário de Patos. Email: monacaldas@med.fiponline.edu.br. ORCID: 0000-0002-7483-0862

4 - Acadêmica do curso de Medicina do Centro Universitário de Patos. Email: yalalima@med.fiponline.edu.br. ORCID: 0009-0002-3867-0379

5- Acadêmica do curso de Medicina do Centro Universitário de Patos. Email: izabelacristovao@med.fiponline.edu.br. ORCID: 0009-0003-0084-6786

6 - Doutora e Pós-Doutora em Promoção da Saúde. Pró-Reitora de Pós-graduação, Pesquisa e Extensão e Docente no Centro Universitário de Patos. E-mail: milenanunes@fiponline.edu.br. ORCID: 0000-0001-8327-9147

Autor Correspondente

Nome: Milena Nunes Alves de Sousa

E-mail: milenanunes@fiponline.edu.br

Resumo

A saúde mental, embora essencial, ainda é marcada por estigmas que dificultam o acesso ao cuidado e à inclusão social. A desinformação e os estereótipos geram barreiras à busca por ajuda e perpetuam exclusões. Diante desse cenário, este estudo teve como objetivos catalogar a importância da educação em saúde no combate ao estigma social decorrente das doenças mentais, bem como definir a quais grupos devem ser aplicadas as estratégias educativas e que ferramentas podem ser utilizadas para efetivar a prática da educação em saúde. Foi realizada uma revisão integrativa da literatura, utilizando as bases *National Library of Medicine*, *Biblioteca Virtual em Saúde* e *ZB MED Search Portal for Life Sciences*, com descritores "Mental health", "social stigma" e "health education" em inglês e critérios de inclusão que abrangeram publicações dos últimos dez anos, disponíveis gratuitamente e em inglês, espanhol ou português. Dos 542 artigos inicialmente identificados, 15 atenderam aos critérios e foram analisados. Os resultados revelaram que intervenções educacionais (7%), palestras (27%), programas de psicoeducação (14%), abordagem comunitária (7%) e programas de treinamento (7%), são eficazes na redução do estigma. Tais estratégias promovem maior empatia, conhecimento e aceitação social, especialmente entre profissionais da saúde (47%), jovens (47%) e públicos específicos como idosos (7%) e agentes de segurança (7%). A maioria dos estudos demonstrou impacto positivo na diminuição do estigma percebido, melhoria na busca por ajuda e atitudes mais inclusivas. Conclui-se que a educação em saúde é uma ferramenta poderosa na desconstrução de estereótipos e na promoção de uma cultura mais acolhedora e informada. Sua integração às políticas públicas e práticas profissionais é essencial para transformar contextos sociais e reduzir o preconceito associado às doenças mentais.

Palavras-chaves: Doenças mentais; Alfabetização em saúde; Discriminação social.

Abstract

Mental health, although essential, is still marked by stigmas that hinder access to care and social inclusion. Misinformation and stereotypes create barriers to seeking help and perpetuate exclusions. Given this scenario, this study aimed to catalog the importance of health education in combating the social stigma resulting from mental illness, as well as to define which groups educational strategies should be applied to and what tools can be used to make health education practice effective. An integrative literature review was carried out using the National Library of Medicine, the Virtual Health Library and the ZB MED Search Portal for Life Sciences, with the descriptors "Mental health", "social stigma" and "health education" in English and inclusion criteria that covered publications from the last ten years, freely available and in English, Spanish



or Portuguese. Of the 542 articles initially identified, 15 met the criteria and were analyzed. The results revealed that educational interventions (7%), lectures (27%), psychoeducation programs (14%), a community approach (7%) and training programs (7%) are effective in reducing stigma. These strategies promote greater empathy, knowledge and social acceptance, especially among health professionals (47%), young people (47%) and specific audiences such as the elderly (7%) and security agents (7%). Most of the studies showed a positive impact on reducing perceived stigma, improving help-seeking and more inclusive attitudes. It can be concluded that health education is a powerful tool in deconstructing stereotypes and promoting a more welcoming and informed culture. Its integration into public policies and professional practices is essential for transforming social contexts and reducing the prejudice associated with mental illness.

Keywords: Mental health; Health education; Social stigma.

Resumen

La salud mental, aunque esencial, sigue estando marcada por estigmas que dificultan el acceso a la atención y la inclusión social. La desinformación y los estereotipos generan barreras para buscar ayuda y perpetúan la exclusión. Ante este panorama, el objetivo de este estudio fue catalogar la importancia de la educación en salud para combatir el estigma social derivado de las enfermedades mentales, así como definir a qué grupos deben aplicarse las estrategias educativas y qué herramientas pueden utilizarse para llevar a cabo la práctica de la educación en salud. Se realizó una revisión integradora de la literatura, utilizando las bases de datos National Library of Medicine, Biblioteca Virtual en Salud y ZB MED Search Portal for Life Sciences, con los descriptores «Mental health», «social stigma» y «health education» en inglés y criterios de inclusión que abarcaban publicaciones de los últimos diez años, disponibles gratuitamente y en inglés, español o portugués. De los 542 artículos identificados inicialmente, 15 cumplieron los criterios y fueron analizados. Los resultados revelaron que las intervenciones educativas (7 %), las charlas (27 %), los programas de psicoeducación (14 %), el enfoque comunitario (7 %) y los programas de formación (7 %) son eficaces para reducir el estigma. Estas estrategias promueven una mayor empatía, conocimiento y aceptación social, especialmente entre los profesionales de la salud (47 %), los jóvenes (47 %) y públicos específicos como las personas mayores (7 %) y los agentes de seguridad (7 %). La mayoría de los estudios demostraron un impacto positivo en la disminución del estigma percibido, la mejora en la búsqueda de ayuda y actitudes más inclusivas. Se concluye que la educación en salud es una herramienta poderosa para desmontar estereotipos y promover una cultura más acogedora e informada. Su integración en las políticas públicas y las prácticas profesionales es esencial para transformar los contextos sociales y reducir los prejuicios asociados a las enfermedades mentales.

Palabras clave: Enfermedades mentales; Alfabetización en salud; Discriminación social.

INTRODUÇÃO

A saúde mental, embora tão essencial quanto a saúde física, historicamente foi cercada por estigmas que associavam transtornos mentais à fraqueza de caráter e instabilidade. Estigmas são características percebidas de forma negativa, levando à desvalorização e exclusão de um indivíduo ou grupo. Essa visão distorcida fomentou o medo, o julgamento e a marginalização das pessoas acometidas por essas condições, dificultando o acesso ao cuidado e à inclusão social. A desinformação e os estereótipos disseminados socialmente contribuíram para que muitos evitassem buscar ajuda por receio de serem rotulados ou excluídos. No entanto, esse cenário vem se transformando gradualmente, à medida que a educação em saúde mental se consolida como uma ferramenta poderosa de desconstrução (Menezes Neto *et al.*, 2021).

A educação em saúde mental tem como propósito combater o estigma associado às doenças mentais, promovendo a desconstrução de concepções errôneas que associam a vulnerabilidade



emocional à fraqueza ou que veem pessoas com transtornos mentais como ameaças. Essa abordagem valoriza o diálogo aberto e empático, reconhecendo a importância de ouvir aqueles que vivenciam essas condições e reforçando que a saúde mental é uma dimensão que pode impactar qualquer indivíduo (Nascimento; Leão, 2019).

Representa uma ferramenta estratégica essencial na luta contra o estigma social associado às doenças mentais. Ela não apenas dissemina informações confiáveis sobre os transtornos mentais, mas também promove um ambiente de conscientização coletiva, favorecendo a construção de atitudes mais empáticas e respeitadas. Ao incentivar o diálogo e a reflexão crítica, a educação contribui para a desconstrução de estereótipos negativos e crenças equivocadas possibilitando a transformação de contextos sociais, escolares e institucionais, tornando-os mais sensíveis às necessidades e atuando como um agente de mudança cultural, capaz de reduzir significativamente o preconceito, a exclusão e a desinformação (Rabelo *et al.*, 2024).

Além disso, desempenha um papel essencial ao capacitar as pessoas tanto para buscar ajuda em momentos de sofrimento emocional quanto para oferecer apoio a outros. Ao promover uma visão mais empática e abrangente das questões psicológicas, contribui-se para a construção de uma sociedade mais inclusiva e solidária, na qual a busca por cuidado em saúde mental ocorra sem receio de julgamento. Embora esse seja um processo contínuo, a educação surge como aliada fundamental na superação do estigma, promovendo uma cultura de acolhimento, respeito e seriedade diante das demandas emocionais (Viera; Torronté, 2022).

Em um contexto em que o aumento dos transtornos mentais tem se dado globalmente, pelo fato de o adoecimento psíquico afetar significativamente a qualidade de vida e a integração social dos indivíduos, bem como dificultar o acesso ao cuidado em decorrência do estigma ainda presente, torna-se urgente discutir estratégias eficazes de enfrentamento, compreensão, acolhimento e inclusão, entre elas, a educação em saúde surge como ferramenta de transformação social e promoção de saúde.

Dessa forma, torna-se imprescindível promover ações educativas voltadas à saúde mental como forma de enfrentamento ao estigma social, visto que a informação qualificada e o contato com pessoas em sofrimento psíquico contribuem para a mudança de atitudes e para a formação de uma cultura mais empática e menos excludente. A educação em saúde mental atua como um agente de transformação social, ao desmistificar crenças equivocadas e fomentar espaços de escuta e acolhimento, fundamentais para a integração de pessoas com transtornos mentais na sociedade (Rabelo *et al.*, 2024).



Diante dos aspectos apresentados, busca-se catalogar a importância da educação em saúde no combate ao estigma social decorrente das doenças mentais, bem como definir a quais grupos devem ser aplicadas as estratégias educativas e que ferramentas podem ser utilizadas para efetivar a prática da educação em saúde.

MÉTODO

Este estudo consiste em uma revisão integrativa, cujo objetivo central foi responder às seguintes perguntas norteadoras: “Qual é a importância da educação em saúde no combate ao estigma social decorrente das doenças mentais? Para quais grupos as estratégias educativas devem ser direcionadas? Que ferramentas podem ser usadas dentro da prática da educação em saúde?”. O método de revisão integrativa é caracterizado por um processo que permite a análise e síntese de estudos previamente realizados, possibilitando uma visão ampla do conhecimento científico existente sobre o tema em questão. A partir dessa abordagem, é possível gerar conclusões que contribuem para o entendimento e avanço da área investigada (Leite *et al.*, 2021; De Sousa; Bezerra; Do Egypto, 2023).

Segundo Fossatti, Mozzato e Moretto (2019), essa deve ser organizada em cinco etapas principais: 1) Escolha do tema e seleção de questão norteadora; 2) Determinação de critérios de inclusão e exclusão da pesquisa; 3) Identificação e localização das fontes fornecedoras de informações sobre o tema abordada; 4) Categorização do material selecionado; 5) Análise e interpretação dos resultados; 6) Revisão e síntese do conhecimento.

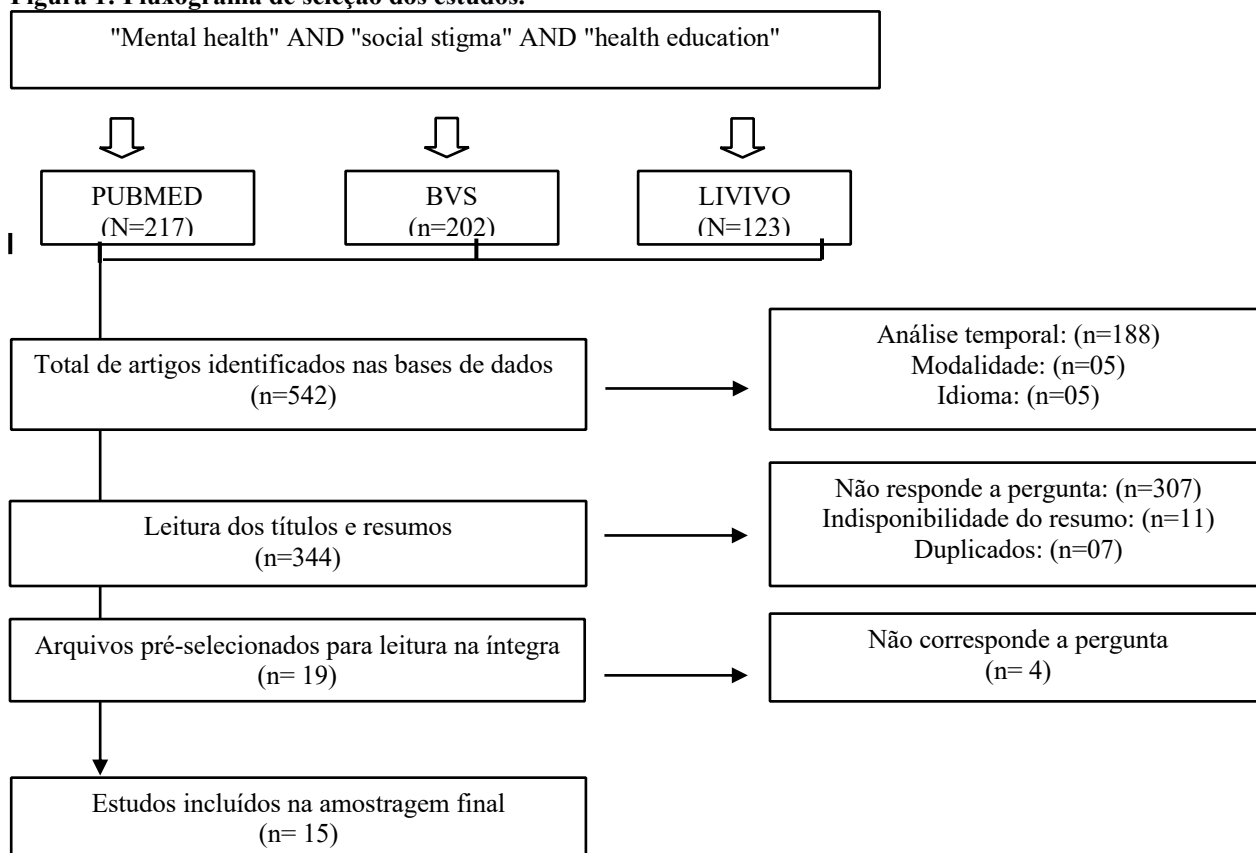
O estudo seguiu um método sistemático, iniciando com a definição do tema e da pergunta norteadora. Em seguida, foram selecionados descritores padronizados em Descritores em Ciências da Saúde (DeCS/MeSH), os artigos selecionados obedeceram aos seguintes critérios de inclusão: (I) publicações dos últimos 10 anos; (II) disponibilidade do texto completo de forma gratuita; e (III) artigos redigidos em inglês, espanhol ou português. Como critério de exclusão, foram desconsiderados estudos pertencentes à literatura cinzenta, que não respondem às perguntas e estudos duplicados.

O levantamento bibliográfico ocorreu nas bases de dados *National Library of Medicine* (PubMed Brasil), *Biblioteca Virtual em Saúde* (BVS) e *ZB MED Search Portal for Life Sciences* (LIVIVO), no período de fevereiro a maio de 2025. Para a busca, foram utilizados os DeCS "*Mental health*", "*social stigma*" e "*health education*", todos empregados no idioma inglês,

independentemente da plataforma. O operador booleano "AND" foi aplicado para refinar os resultados.

Para compilação dos estudos foram identificados inicialmente 542 artigos, a partir dos critérios de exclusão foram retirados 527 estudos e 15 documentos foram selecionados conforme identificado na figura 1.

Figura 1: Fluxograma de seleção dos estudos.



Fonte: Dados de pesquisa, 2025.

Os artigos foram selecionados por meio da leitura dos títulos e resumos, a fim de identificar aqueles alinhados à pergunta norteadora. Em seguida, os estudos que atenderam aos critérios iniciais passaram por leitura integral para verificar sua relevância em relação aos objetivos da pesquisa. Por fim, foram incluídos na análise dos resultados apenas os artigos que responderam diretamente ao questionamento proposto e forneceram bases adequadas para a discussão do tema.

Para a sistematização dos achados, foram registradas as seguintes informações: título do artigo, autores, periódicos, tipo de estudo, idioma, país e ano de publicação. Além disso, foram documentadas as evidências sobre as ferramentas utilizadas na educação em saúde para a redução do



estigma social relacionado às doenças mentais, permitindo a consolidação dos resultados em consonância com o objetivo do estudo.

RESULTADOS

No Quadro 1, observa-se que, entre os 15 artigos selecionados, os estudos de intervenção figuram entre os mais frequentes (40%; n=6). O ano com o maior número de publicações é 2020 (27%; n=4). O inglês predomina como idioma principal, presente em 87% das publicações (n=13). Em relação à origem dos estudos, Estados Unidos e Canadá lideram com 27% cada (n=4). Quanto aos periódicos, o *International Journal of Environmental Research and Public Health* se destacou como o mais recorrente, concentrando 20% dos artigos (n=3).

Quadro 1: Caracterização geral dos artigos selecionados para compor a RIL.

Autores (Ano)	Título	Idioma e País	Periódico	Tipo de Estudo
Chen <i>et al.</i> (2016)	Contact in the Classroom: Developing a Program Model for Youth Mental Health Contact-Based Anti-stigma Education.	Inglês (Canadá)	Community Mental Health Journal	Intervenção
Chung <i>et al.</i> (2020)	Changes in Stigma Experience Among Mental Health Service Users over Time: A Qualitative Study with Focus Groups	Inglês (Hong Kong)	Community Mental Health Journal	Qualitativo
Ferreira e Carvalho. (2020)	Educação para o enfrentamento do estigma: uma intervenção educacional com alunos de enfermagem	Português (Brasil)	Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental	Intervenção
Godoy <i>et al.</i> (2020).	Psicoeducación en salud mental: una herramienta para pacientes y familiares	Espanhol (Chile)	Revista Médica Clínica las condes	Intervenção
Hansson <i>et al.</i> (2016).	Changes in attitudes, intended behaviour, and mental health literacy in the Swedish population 2009–2014: an evaluation of a national antistigma programme.	Inglês (Suécia)	Acta Psychiatrica Scandinavica	Intervenção
Harris <i>et al.</i> (2019).	Developing Organizational Interventions to Address Stigma Among Mental Health Providers: A Pilot Study	Inglês (EUA)	Community Mental Health Journal	Intervenção
Lien <i>et al.</i> (2019).	Changes in Attitudes toward Mental Illness in Healthcare Professionals and Student	Inglês (Taiwan)	International Journal of Environmental Research and Public Health	Revisão
Maranzan. (2016).	Interprofessional education in mental health: An opportunity to reduce mental illness stigma	Inglês (Canadá)	Journal of Interprofessional Care	Intervenção
Marks <i>et al.</i> (2024).	Improving Mental Health Knowledge and Reducing Mental Health Stigma	Inglês (EUA)	International Journal of	Intervenção



	Among Public Safety Personnel: Comparison of Live vs. Online Psychoeducation Training Programs		Environmental Research and Public Health	
Mooll <i>et al.</i> (2015).	Beyond silence: protocol for a randomized parallel-group trial comparing two approaches to workplace mental health education for healthcare employees.	Inglês (Canadá)	BMC Medical Education	Multicêntrico randomizado
Riffel e Chen. (2019).	Exploring the Knowledge, Attitudes, and Behavioural Responses of Healthcare Students towards Mental Illnesses—A Qualitative Study	Inglês (Canadá)	International Journal of Environmental Research and Public Health	Qualitativo
Townsend, <i>et al.</i> (2017).	The Association of School Climate, Depression Literacy, and Mental Health Stigma Among High School Students*	Inglês (EUA)	Journal of school health	Ensaio controlado randomizado
Wakas <i>et al.</i> (2020).	Interventions to Reduce Stigma Related to Mental Illnesses in Educational Institutes: a Systematic Review	Inglês (Reino Unido)	Psychiatric Quarterly	Revisão sistemática
Yakushi <i>et al.</i> (2017).	Usefulness of an educational lecture focusing on improvement in public awareness of and attitudes toward depression and its treatments	Inglês (Japão)	BioMed Central Health Services Research	Intervenção
Yang <i>et al.</i> (2018).	Adolescent mental health education InSciEd Out: a case study of an alternative middle school population	Inglês (EUA)	Journal of Translational Medicine	Intervenção

Fonte: Dados de pesquisa, 2025.

No Quadro 2, os estudos foram organizados em três categorias principais. A categoria referente a “Importância da educação em saúde” abrangeu 100% (n=15) dos artigos selecionados, com a subcategoria “aumentar o conhecimento e reduzir estigmas” destacando-se com 100% (n=15) dos estudos.

A segunda intitulada de "Grupos", teve com destaque os "profissionais e estudantes da área da saúde" (47%, n=7) e "jovens/Estudantes" (47%, n=7). Quanto as “Ferramentas” (última categorização), a mais citada foi os "grupos operativos" (34%, n=5).



Quadro 2: Categorização dos estudos selecionados na pesquisa

Categorias	Subcategorias	Autores (Ano)	n	%
A importância da educação em saúde	Aumentar o conhecimento e reduzir estigmas	Chen <i>et al.</i> (2016). Chung <i>et al.</i> (2020). Ferreira e Carvalho (2020). Godoy <i>et al.</i> (2020). Hansson <i>et al.</i> (2016). Harris <i>et al.</i> (2019). Lien <i>et al.</i> (2019). Maranzan. (2016). Marks <i>et al.</i> (2024). Mooll <i>et al.</i> (2015). Riffel e Chen (2019). Townsend <i>et al.</i> (2017). Wakas <i>et al.</i> (2020). Yakushi <i>et al.</i> (2017). Yang <i>et al.</i> (2018).	15	100,0
	Conexão, engajamento e empoderamento	Chen <i>et al.</i> (2016).	01	7,0
Grupos	Profissionais e estudantes da área da saúde	Chung <i>et al.</i> (2020). Ferreira e Carvalho (2020). Harris <i>et al.</i> (2019). Lien <i>et al.</i> (2019). Maranzan. (2016). Mooll <i>et al.</i> (2015). Riffel e Chen (2019).	07	47,0
	Jovens/Estudantes	Chen <i>et al.</i> (2016). Ferreira e Carvalho (2020). Maranzan (2016). Riffel e Chen (2019). Townsend, <i>et al.</i> (2017). Wakas <i>et al.</i> (2020). Yang <i>et al.</i> (2018).	7	47,0
	Idosos	Yakushi <i>et al.</i> (2017).	1	7,0
	Família	Chung <i>et al.</i> (2020).	1	7,0
	Segurança pública	Marks <i>et al.</i> (2024).	1	7,0
Ferramentas	Grupos operativos	Chung <i>et al.</i> (2020). Godoy <i>et al.</i> (2020). Hansson <i>et al.</i> (2016). Lien <i>et al.</i> (2019). Mooll <i>et al.</i> (2015).	5	34,0
	Mídia e figuras públicas	Chung <i>et al.</i> (2020).	1	7,0
	Abordagem comunitária	Yang <i>et al.</i> (2018).	1	7,0
	Programas de treinamentos	Harris <i>et al.</i> (2019).	1	7,0
	Intervenções educacionais	Wakas <i>et al.</i> (2020).	1	7,0
	Cenários de caso	Wakas <i>et al.</i> (2020).	1	7,0
	Intervenções baseadas em contato	Wakas <i>et al.</i> , (2020).	1	7,0
	Pedagogia <i>Interprofessional Education class-room</i> (IPE)	Maranzan. (2016).	1	7,0
	Psicoeducação	Godoy <i>et al.</i> (2020). Marks <i>et al.</i> (2024).	2	14,0
	Palestras	Chen <i>et al.</i> (2016). Marks <i>et al.</i> (2024). Wakas <i>et al.</i> (2020). Yakushi <i>et al.</i> (2017).	4	27,0

Fonte: Dados de pesquisa, 2025.



DISCUSSÃO

A análise dos estudos selecionados (Chen *et al.*, 2016; Chung *et al.*, 2020; Ferreira e Carvalho, 2020; Godoy *et al.*, 2020; Hansson *et al.*, 2016; Harris *et al.*, 2019; Lien *et al.*, 2019; Maranzan, 2016; Marks *et al.*, 2024; Mooll *et al.*, 2015; Riffel e Chen, 2019; Townsend *et al.*, 2017; Wakas *et al.*, 2020; Yakushi *et al.*, 2017; Yang *et al.*, 2018) evidencia, de forma unânime, que a educação em saúde constitui uma estratégia eficaz na desconstrução de estereótipos e na promoção de atitudes mais positivas em relação à saúde mental. Esses achados corroboram o entendimento de que o conhecimento é um vetor fundamental na superação de crenças estigmatizantes e preconceituosas (Corrigan *et al.*, 2012).

Complementando essa perspectiva, Moreira *et al.* (2023) destacam que a disseminação de informações embasadas cientificamente contribui para romper com mitos culturalmente enraizados, promovendo ambientes mais inclusivos, empáticos e sensíveis às necessidades das pessoas com sofrimento psíquico. Nesse sentido, intervenções educativas, como palestras, oficinas e programas de formação continuada, têm demonstrado impacto significativo tanto na percepção do público quanto na postura de profissionais da saúde. Conforme destacam Koehler, Gonzales e Marpica (2023), a repetição de práticas educativas que favoreçam a escuta e o acolhimento contribui para o fortalecimento da empatia e a construção de vínculos, especialmente em ambientes escolares. Essas ações, ao promoverem o diálogo sobre saúde mental de forma sistemática, ajudam a reduzir o medo, desnaturalizar estigmas e consolidar uma cultura de cuidado mais humanizada.

Vale ressaltar que a eficácia da educação em saúde também está na escuta e no diálogo. Quando as ações educativas acolhem histórias reais e promovem espaços de troca, tornam-se mais significativas. Humanizar o conhecimento conectando teoria e vivência é essencial para romper barreiras, fortalecer vínculos e promover uma cultura de cuidado mais empática e respeitosa (Januário *et al.*, 2023).

A revisão dos estudos que abordaram o grupo dos profissionais e estudantes da área da saúde (Chung *et al.*, 2020; Ferreira; Carvalho, 2020; Harris *et al.*, 2019; Lien *et al.*, 2019; Maranzan, 2016; Mooll *et al.*, 2015; Riffel; Chen, 2019) destaca que intervenções educativas voltadas a esse público são especialmente relevantes na mitigação do estigma relacionado às doenças mentais. Esses trabalhos evidenciam que a formação técnico-científica, quando dissociada de uma abordagem humanística, tende a perpetuar práticas excludentes, reforçar a medicalização e favorecer atitudes discriminatórias, ainda que de forma inconsciente (Pereira *et al.*, 2022).



A implementação de estratégias como a educação interprofissional, oficinas reflexivas, metodologias baseadas em contato com usuários e simulações clínicas demonstrou-se eficaz na promoção de empatia, no reconhecimento da complexidade do sofrimento psíquico e na ressignificação das relações entre profissionais e pacientes, contribuem para que haja a redução do autoestigma e melhora da cultura institucional, sendo um importante instrumento transformador (Da Costa Lima, 2021).

A atuação educativa junto aos jovens e estudantes se mostra essencial no enfrentamento precoce ao estigma relacionado às doenças mentais, uma vez que essa fase da vida é marcada pela formação de valores, identidades e atitudes sociais. A avaliação dos estudos que contemplaram esse público (Chen *et al.*, 2016; Ferreira e Carvalho, 2020; Maranzan, 2016; Riffel e Chen, 2019; Townsend, *et al.*, 2017; Wakas *et al.*, 2020; Yang *et al.*, 2018) evidencia que ações educativas em ambientes escolares e universitários promovem mudanças significativas na percepção e nas atitudes dos jovens diante da saúde mental. Tais intervenções contribuem para a normalização do diálogo sobre sofrimento psíquico, promovem empatia entre pares e reduzem a tendência ao autoestigma — fenômeno comum na adolescência e juventude (Kaushik, Kostaki e Kyriakopoulos, 2016).

Apesar de aparecerem em menor proporção nos estudos analisados, os idosos constituem um grupo prioritário no enfrentamento ao estigma relacionado à saúde mental. Yakushi *et al.* (2017) destacaram que indivíduos mais velhos tendem a apresentar atitudes mais negativas em relação à depressão, frequentemente associando-a a fraqueza moral, solidão ou processo natural do envelhecimento. Essas crenças limitantes dificultam a identificação precoce dos transtornos e reduzem a procura por apoio especializado, além de alimentarem o autoestigma e a resistência à adesão ao tratamento. Segundo Giebel *et al.* (2020), muitos idosos expressam desconfiança em relação a intervenções psicossociais, preferindo o silêncio ou a somatização como formas de lidar com o sofrimento psíquico. Nesse contexto, ações educativas direcionadas a essa população, com linguagem clara, exemplos cotidianos e ênfase no cuidado comunitário, mostraram-se eficazes na promoção da empatia, na valorização da saúde mental como dimensão legítima do envelhecimento saudável e na superação de tabus.

Chung *et al.* (2020) evidenciaram a importância da rede de apoio familiar como elemento protetivo na redução do estigma relacionado às doenças mentais. Famílias informadas e envolvidas promovem maior aceitação do sofrimento psíquico, incentivam a busca por tratamento e contribuem para o enfrentamento do preconceito. A educação em saúde, nesse contexto, fortalece os vínculos afetivos, desconstrói crenças negativas e capacita os familiares para atuarem como aliados no



processo de cuidado, o que impacta positivamente tanto na recuperação dos indivíduos quanto na percepção social da saúde mental.

Marks *et al.* (2024) destacaram os profissionais da segurança pública como um grupo vulnerável ao estigma e ao adoecimento mental, muitas vezes agravados por uma cultura institucional de negação da fragilidade emocional. As intervenções psicoeducativas, especialmente por meio de treinamentos acessíveis e realistas, mostraram-se eficazes na promoção de conhecimento e na redução de atitudes estigmatizantes dentro desse contexto. A educação em saúde, ao abordar aspectos como autocuidado, prevenção do suicídio e empatia no trabalho, atua como ferramenta essencial para transformar ambientes tradicionalmente resistentes ao debate sobre saúde mental.

A diversidade de ferramentas utilizadas no contexto da educação em saúde reforça a versatilidade da educação em saúde na luta contra o estigma. Os grupos operativos, destacados por Chung *et al.* (2020), Godoy *et al.* (2020), Hansson *et al.* (2016), Lien *et al.* (2019) e Mooll *et al.* (2015), mostraram-se eficazes na promoção da escuta ativa, do vínculo interpessoal e do empoderamento dos participantes. Esses espaços coletivos permitem o compartilhamento de experiências e a construção conjunta de significados, favorecendo o rompimento de estereótipos e a valorização da subjetividade no cuidado em saúde mental.

Outras ferramentas, como palestras (Chen *et al.*, 2016; Marks *et al.*, 2024; Wakas *et al.*, 2020; Yakushi *et al.*, 2017), intervenções educacionais estruturadas, cenários de caso e intervenções baseadas em contato, também foram amplamente utilizadas. Essas estratégias combinam teoria e prática, promovendo reflexão crítica e favorecendo o contato direto ou simbólico com pessoas que vivenciam transtornos mentais, o que reduz a distância social e amplia a compreensão (Wakas *et al.*, 2020). A pedagogia interprofissional (IPE), analisada por Maranzan (2016), também se destacou ao integrar diferentes áreas da saúde em um ambiente colaborativo, estimulando empatia e práticas inclusivas desde a formação acadêmica.

Ainda, o uso da mídia e de figuras públicas (Chung *et al.*, 2020), a abordagem comunitária (Yang *et al.*, 2018) e os programas de treinamento organizacional (Harris *et al.*, 2019) foram eficazes ao ampliar o alcance das ações e influenciar percepções em contextos sociais mais amplos. A visibilidade de pessoas públicas com vivências em saúde mental e a atuação direta em comunidades locais contribuem para naturalizar o diálogo sobre o tema, enquanto os treinamentos institucionais atuam na transformação da cultura organizacional, especialmente em ambientes profissionais com alta carga de estigma.



Pesquisas apresentaram a psicoeducação como ferramenta relevante (Godoy *et al.*, 2020; Marks *et al.*, 2024). Tais autores constataram que esta é uma intervenção eficaz no contexto da saúde mental. Foi observado uma diminuição estatisticamente significativa no tempo de recuperação dos pacientes, além de melhorias relevantes na qualidade de vida, indicadores que sustentam a importância da psicoeducação como recurso terapêutico complementar aos tratamentos tradicionais.

Segundo Thornicroft *et al.* (2016), programas psicoeducacionais são eficazes para desconstruir crenças negativas e aumentar a aceitação social em torno das doenças mentais, sobretudo quando aplicados em populações específicas, como profissionais da linha de frente. Nesse sentido, o impacto positivo da intervenção sobre o estigma reforça a importância de incluir abordagens educativas no treinamento rotineiro dessas categorias profissionais. Outro aspecto relevante é que a utilização de plataformas digitais para a entrega de conteúdo psicoeducacional também responde à crescente demanda por soluções de saúde mental baseadas em evidências que possam ser implementadas em larga escala (Naslund *et al.*, 2017).

No entanto, é importante considerar que a aceitação e o engajamento com modalidades online podem variar conforme fatores como familiaridade tecnológica, preferências individuais e cultura organizacional (Venkatesh *et al.*, 2003). Os dados obtidos reforçam a relevância da psicoeducação como estratégia de intervenção psicossocial, contribuindo para a redução do tempo de recuperação e o aumento da qualidade de vida dos pacientes.

A ausência de métricas quantitativas limita a capacidade de avaliar o impacto real das estratégias educacionais na redução do estigma, prejudicando a análise estatística que aprofunda a eficácia das intervenções propostas. Os estudos analisados foram realizados em contextos específicos podendo restringir a generalização dos resultados para diferentes realidades culturais e sociais. Embora o estudo ofereça valiosas contribuições sobre a importância da educação em saúde no combate ao estigma das doenças mentais é importante reconhecer suas limitações para interpretar os resultados com cautela, futuras pesquisas agregarão abordagens mais abrangentes para fortalecer as evidências sobre a eficácia das intervenções propostas.

CONCLUSÃO

É possível concluir, nesta revisão, que os estudos analisados destacam, de forma consistente, a relevância da educação em saúde como estratégia central para promover conhecimento e combater estigmas, especialmente no contexto de saúde mental. Observa-se uma predominância de estudos de



intervenção, com ênfase em ações educativas voltadas a diferentes públicos, especialmente profissionais da saúde e jovens, refletindo um esforço direcionado à formação e sensibilização desses grupos-chave.

Iniciativas pedagógicas também têm mostrado impactos positivos, com uma diminuição significativa na resistência ao estigma e no aumento da aceitação das pessoas com doenças mentais. A implementação de intervenções educativas contínuas e adaptadas aos diferentes contextos sociais e profissionais pode criar um ambiente mais acolhedor e favorável à recuperação. Portanto, para o futuro, é fundamental que se amplie a conscientização sobre a importância da educação em saúde na superação de estigmas relacionados ao bem-estar mental, integrando-a nas políticas públicas de saúde e nas práticas profissionais, a fim de reduzir o preconceito e melhorar o bem-estar das pessoas afetadas.

REFERÊNCIAS

BRASIL. Ministério da Saúde. **SUS e a saúde mental**. Brasília: Ministério da Saúde, 2025.

CHEN, Shu-Ping *et al.* Contact in the classroom: Developing a program model for youth mental health contact-based anti-stigma education. **Community mental health journal**, v. 52, p. 281-293, 2016.

CHUNG, Ka-Fai *et al.* Changes in stigma experience among mental health service users over time: a qualitative study with focus groups. **Community Mental Health Journal**, v. 55, p. 1389-1394, 2019.

CORRIGAN, Patrick W.; WATSON, Amy C. Understanding the impact of stigma on people with mental illness. **World psychiatry**, v. 1, n. 1, p. 16, 2002.

DA COSTA LIMA, Deivson Wendell *et al.* Humanização no cuidado em saúde mental: compreensões dos enfermeiros. **SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas**, v. 17, n. 1, p. 58-65, 2021.

DE SOUSA, Milena Nunes Alves; BEZERRA, André Luiz Dantas; DO EGYPTO, Ilana Andrade Santos. Trilhando o caminho do conhecimento: o método de revisão integrativa para análise e síntese da literatura científica. **Observatorio de la Economía Latinoamericana**, v. 21, n. 10, p. 18448-18483, 2023.

FERREIRA, Marcela dos Santos; CARVALHO, Maria Cecília de Araújo. Educação Para o Enfrentamento do Estigma: Uma Intervenção Educacional com Alunos de Enfermagem. **Portuguese Journal of Mental Health Nursing/Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, v. 23, 2020.



FOSSATTI, Emanuele Canali; MOZZATO, Anelise Rebelato; MORETTO, Cleide Fátima. O uso da revisão integrativa na Administração: um método possível? **Revista Eletrônica Científica do CRA-PR-RECC**, v. 6, n. 1, p. 55-72, 2019. Acesso em: 09 abr. 2025.

GIEBEL, Clarissa *et al.* A systematic review on inequalities in accessing and using community-based social care in dementia. **International Psychogeriatrics**, v. 36, n. 7, p. 540-563, 2024.

GODOY, Daniela *et al.* Psicoeducación en salud mental: una herramienta para pacientes y familiares. **Revista Médica Clínica Las Condes**, v. 31, n.2: 169-173, 2020.

HANSSON, Lars; STJERNSWÄRD, Sigrid; SVENSSON, Bengt. Changes in attitudes, intended behaviour, and mental health literacy in the Swedish population 2009–2014: an evaluation of a national antistigma programme. **Acta Psychiatrica Scandinavica**, v. 134, p. 71-79, 2016.

HARMUCH, Camila. *et al.* Percepção de gestores municipais diante da implementação da política de saúde mental. **Ciênc. cuid. saúde**, p. e59472-e59472, 2022.

HARRIS, Irene *et al.* Developing organizational interventions to address stigma among mental health providers: A pilot study. **Community mental health journal**, v. 55, p. 924-931, 2019.

JANUÁRIO, Tacyla Geyce Freire Muniz *et al.* Escuta e valorização dos usuários: concepções e práticas na gestão do cuidado na Estratégia Saúde da Família. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 28, n. 8, p. 2283-2290, 2023.

KAUSHIK, Anya.; KOSTAKI, Evgenia.; KYRIAKOPOULOS, Marinos. The stigma of mental illness in children and adolescents: A systematic review. **Psychiatry Research**, v. 243, p. 469–494, 2016.

KOEHLER, Sonia Maria Ferreira; GONZALES, Nathália Garcia Panacioni; MARPICA, Júlia Barbeito. A escola como promotora da saúde mental e do bem-estar juvenil: oficinas pedagógicas com adolescentes. **DESIDADES: Revista Científica da Infância, Adolescência e Juventude**, n. 29, p. 168-185, 2021.

LEITE, Kamila Nethielly Souza *et al.* Utilização da metodologia ativa no ensino superior da saúde: revisão integrativa. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, v. 25, n. 2, 2021.

LIEN, Yin-Yi *et al.* Changes in attitudes toward mental illness in healthcare professionals and students. **International journal of environmental research and public health**, v. 16, n. 23, p. 4655, 2019.

MARANZAN, Amanda. Interprofessional education in mental health: An opportunity to reduce mental illness stigma. **Journal of interprofessional care**, v. 30, n. 3, p. 370-377, 2016.

MARKS, Madeline R. *et al.* Improving Mental Health Knowledge and Reducing Mental Health Stigma Among Public Safety Personnel: Comparison of Live vs. Online Psychoeducation Training Programs. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 21, n. 10, p. 1358, 2024.



MENEZES NETO, Joaquim Borges *et al.* O estigma da doença mental entre estudantes e profissionais de saúde. **Research, Society and Development**, v. 10, n. 3, p. e8310312899-e8310312899, 2021.

MOLL, Sandra *et al.* Beyond silence: protocol for a randomized parallel-group trial comparing two approaches to workplace mental health education for healthcare employees. **BMC medical education**, v. 15, p. 1-9, 2015.

MOREIRA, M. F. *et al.* Educação em saúde mental e enfrentamento do estigma: uma revisão crítica. **Revista Brasileira de Enfermagem**, 2023.

NASCIMENTO, Larissa Alves do; LEÃO, Adriana. Estigma social e estigma internalizado: a voz das pessoas com transtorno mental e os enfrentamentos necessários. **História, Ciências, Saúde-Manguinhos**, v. 26, p. 103-121, 2019.

NASLUND, J. A. *et al.* Digital technology for treating and preventing mental disorders in low-income and middle-income countries: a narrative review of the literature. **The Lancet Psychiatry**, v. 4, n. 6, p. 486–500, jun. 2017.

PEREIRA, Alexandre de Araújo *et al.* Estigma dirigido a pessoas com transtornos mentais: uma proposta para a formação médica do século XXI. **Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental**, v. 25, n. 2, p. 383-406, 2022.

RABELO, Evile *et al.* Educação em saúde mental: desmistificando o estigma. **Revista Formação em Terapia**, v.28, 2024.

RIFFEL, Taylor; CHEN, Shu-Ping. Exploring the knowledge, attitudes, and behavioural responses of healthcare students towards mental illnesses - A qualitative study. **International journal of environmental research and public health**, v. 17, n. 1, p. 25, 2020.

THORNICROFT, Graham *et al.* Evidence for effective interventions to reduce mental-health-related stigma and discrimination. **The Lancet**, v. 387, n. 10023, p. 1123-1132, 2016.

TOWNSEND, Lisa *et al.* The association of school climate, depression literacy, and mental health stigma among high school students. **Journal of school health**, v.87, n.8, p.567-574, 2017.

VENKATESH, Viswanath *et al.* User acceptance of information technology: Toward a unified view. **MIS quarterly**, p. 425-478, 2003.

VIEIRA, Vera Maria Sérgio de Abreu; TORRENTÉ, Mônica de Oliveira Nunes de. Saúde mental e interseccionalidade entre estudantes em uma universidade pública brasileira. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 26, p. e210674, 2022.

WAQAS, Ahmed *et al.* Interventions to reduce stigma related to mental illnesses in educational institutes: A systematic review. **Psychiatric Quarterly**, v.91, n.3, p.887-903, 2020.

YAKUSHI, Takashi *et al.* Usefulness of an educational lecture focusing on improvement in public awareness of and attitudes toward depression and its treatments. **BMC health services research**, v.17, p.1-9, 2017.



YANG, Joanna *et al.* Adolescent mental health education InSciEd Out: A case study of an alternative middle school population. **Journal of translational medicine**, v. 16, p. 1-10, 2018.