# CAPÍTULO 01

# O Conceito de Saúde Mental na Contemporaneidade

*The Concept of Mental Health in Contemporary Times*

Sidiane Sirley Nunes Silva Boneth; Paula Viana Egypto

[1]Upap / Paraguai revalidado pela UFMT
sidyani@hotmail.com

[2] UNIG
paulaegypto@gmail.com

**RESUMO**

Este estudo analisou o conceito de saúde mental na contemporaneidade, explorando sua evolução de uma visão clínica para uma abordagem sistêmica e multifacetada. Por meio de uma revisão sistemática de literatura de 2017 a 2025, utilizando bases de dados como PubMed e Scopus, foi evidenciado que a saúde mental é influenciada por determinantes sociais, fatores tecnológicos e aspectos biológicos. Os resultados demonstram que a concepção atual enfatiza o bem-estar, a resiliência e a prevenção, exigindo uma abordagem interdisciplinar. O estudo conclui que a saúde mental é uma responsabilidade coletiva e que sua promoção depende de políticas públicas, educação e uma atuação integrada que vá além da clínica.

**Palavra-chave**: Saúde Mental; Conceito; Bem-Estar; Determinantes Sociais

**RESUMO**

This study analyzed the contemporary concept of mental health, exploring its evolution from a clinical perspective to a systemic and multifaceted approach. Through a systematic review of the literature from 2017 to 2025, using databases such as PubMed and Scopus, it was demonstrated that mental health is influenced by social determinants, technological factors, and biological aspects. The results demonstrate that the current conception emphasizes well-being, resilience, and prevention, requiring an interdisciplinary approach. The study concludes that mental health is a collective responsibility and that its promotion depends on public policies, education, and integrated action that goes beyond the clinical setting.

**Palavra-chave**: Mental Health; Concept; Well-Being; Social Determinants

## INTRODUÇÃO

O conceito de saúde mental tem evoluído significativamente ao longo das últimas décadas, transcendendo a mera ausência de doença mental (Rufato, 2024). Se, historicamente, a saúde mental era compreendida majoritariamente pela ótica de patologias específicas e desajustes clínicos, na contemporaneidade, a sua definição se expandiu para abarcar uma visão holística e positiva do bem-estar (Ferreira, 2017). A Organização Mundial da Saúde (OMS), por exemplo, define-a como um estado de bem-estar no qual o indivíduo é capaz de realizar suas próprias habilidades, lidar com os estresses normais da vida, trabalhar de forma produtiva e contribuir para a sua comunidade. Essa perspectiva multidimensional reconhece a interconexão entre os aspectos biológicos, psicológicos e sociais na constituição da saúde.

A transição paradigmática da compreensão da saúde mental foi impulsionada por uma série de fatores sociais e científicos. O avanço das neurociências e da psicologia permitiu um entendimento mais aprofundado dos mecanismos biológicos e cognitivos por trás das emoções e comportamentos humanos (Da Silva Costa; De Alencar; Farias Silva, 2024). Ao mesmo tempo, o crescimento da sociologia da saúde e de estudos culturais demonstrou a influência determinante do contexto social, das desigualdades e das relações interpessoais na manifestação e no manejo das condições mentais (Da Costa, 2019). A vulnerabilidade de grupos sociais específicos, como a população LGBTQIA+, pessoas com deficiência e comunidades marginalizadas, evidencia que a saúde mental não é um fenômeno individual, mas uma questão de justiça social e equidade.

A incorporação de novos conceitos como resiliência, inteligência emocional e autocuidado reflete essa visão mais ampla (Leão, 2022). A saúde mental deixou de ser tratada exclusivamente por especialistas e passou a ser vista como um campo de atuação que envolve a educação, o ambiente de trabalho e as políticas públicas (Machado *et al*., 2018). O desenvolvimento da resiliência, por exemplo, é a capacidade de um indivíduo de se adaptar e se recuperar frente às adversidades. Essa competência não é inata, mas pode ser fortalecida por meio de intervenções e de um ambiente social favorável. O autocuidado, por sua vez, é um pilar de ação que capacita o indivíduo a gerenciar seu próprio bem-estar de forma proativa.

Segundo Nogueira (2017) em um mundo marcado pela globalização, pelas transformações tecnológicas e pela intensificação das relações virtuais, o conceito de saúde mental precisa ser dinâmico e adaptável. Já para Araújo (2024) a era digital, abordada em nosso trabalho anterior, trouxe consigo novos desafios, como o *cyberbullying* e a cultura da comparação, mas também ofereceu ferramentas para o cuidado, como a telepsicologia. Essa dualidade reforça a necessidade de uma abordagem sistêmica que considere as interações do indivíduo com o seu ambiente, seja ele físico ou virtual.

O presente estudo se propõe a analisar o conceito de saúde mental na contemporaneidade, investigando como a sua definição tem se expandido e as implicações dessa mudança para a prática clínica, as políticas de saúde e a percepção social. A partir de uma revisão sistemática da literatura, buscaremos sintetizar as principais perspectivas teóricas e empíricas, evidenciando a complexidade do tema e a urgência de uma abordagem que seja, ao mesmo tempo, científica e humanizada.

## METODOLOGIA

Este estudo caracteriza-se como uma revisão sistemática de literatura, com o objetivo de analisar a evolução e a amplitude do conceito de saúde mental na produção científica. A pesquisa bibliográfica abrangeu um período de nove anos, de 2017 a 2025, per-

mitindo a inclusão de publicações recentes e representativas. As bases de dados eletrônicas utilizadas foram a PubMed, a Scopus, a Web of Science e a PsycINFO, selecionadas por sua relevância e abrangência no campo da saúde e das ciências sociais.

Para a busca, foram empregados descritores padronizados e suas combinações, incluindo termos como "saúde mental", "conceito", "bem-estar psicológico", "determinantes sociais", "resiliência", "políticas de saúde mental", "estigma" e "era digital". Os resultados foram filtrados para incluir somente artigos originais, revisões, teses e dissertações publicados em periódicos com revisão por pares, no idioma português.

Os critérios de inclusão estabelecidos foram: publicações que discutem o conceito e as diferentes dimensões da saúde mental; estudos que abordam os fatores sociais, culturais e tecnológicos que a influenciam; pesquisas que analisam a evolução histórica do conceito; e trabalhos que se enquadram no recorte temporal delimitado.
Os critérios de exclusão foram: artigos, resumos de congressos, capítulo de livros, teses, dissertações. Além disso, foram excluídos estudos que se concentravam em um único transtorno mental sem discutir o conceito de saúde mental de forma mais ampla, ou que se limitavam a descrever a eficácia de tratamentos específicos sem abordar a sua conceituação.

**RESULTADOS e DISCUSSÃO**

A literatura científica analisada demonstra que a definição contemporânea de saúde mental é multifacetada e se distancia de uma visão puramente biomédica, sendo que em alguns achados recorrentes é o reconhecimento dos determinantes sociais como fatores cruciais para o bem-estar mental (Dos Santos; Zambenedetti, 2019). De acordo com Da Silva (2021) a pobreza, a falta de acesso à educação, a moradia precária e a discriminação social são citados como elementos que aumentam significativamente o risco de desenvolvimento de transtornos mentais. Essa perspectiva sociológica complementa a abordagem clínica e exige que as políticas de saúde considerem a intersecção entre saúde e justiça social.

A sobrecarga do cuidador, tema discutido em nosso trabalho anterior, é um exemplo prático dessa interconexão (Sena Carvalho *et al.,* 2025). O bem-estar mental do cuidador informal não depende apenas de sua capacidade de resiliência individual, mas também do apoio social e dos recursos disponíveis (De Lima Pedrosa; Fontes, 2024). A falta de amparo por parte do Estado e da sociedade, combinada com o isolamento, impacta diretamente a saúde mental desses indivíduos, evidenciando que o cuidado não é um fenômeno isolado, mas uma responsabilidade social compartilhada.

A discussão sobre o estigma associado aos transtornos mentais é outro ponto central na literatura, onde a forma como a sociedade percebe a saúde mental influencia a busca por ajuda, onde os estigmas, muitas vezes enraizado em conceitos ultrapassados e na falta de informação, impede que indivíduos em sofrimento procurem tratamento, perpetuando o ciclo de angústia e isolamento (Dassoler; Palombini, 2020). A mudança conceitual de "doença mental" para "saúde mental" busca justamente desestigmatizar o tema, incentivando um diálogo mais aberto e uma cultura de cuidado.

A interdisciplinaridade, abordada em um de nossos trabalhos, também é um componente vital na nova concepção de saúde mental, sendo que o tratamento de um transtorno mental não pode se limitar à prescrição de medicamentos ou à psicoterapia (Ferreira, 2024). A abordagem contemporânea exige a colaboração de diferentes profissionais, como psicólogos, psiquiatras, assistentes sociais e terapeutas ocupacionais, para um plano de cuidados que considere todas as di-

mensões da vida do paciente: física, emocional, social e ocupacional. A articulação entre esses saberes é o que permite uma intervenção completa e eficaz (Esperidião; Saidel; Rodrigues, 2020).

A tecnologia digital, como mencionado, é um fator de influência tanto positivo quanto negativo. O acesso a informações sobre saúde mental via internet tem o potencial de educar a população e encorajar a busca por ajuda (Wen, 2019). Contudo, a exposição a conteúdos que promovem padrões de beleza inatingíveis ou que trivializam o sofrimento mental pode ter um efeito nocivo, especialmente em jovens (Silva *et al.,* 2021). A mediação tecnológica deve, portanto, ser vista com cautela e responsabilidade, com a exigência de que as ferramentas digitais sejam baseadas em evidências científicas e submetidas a rigorosos padrões éticos.

Outro aspecto da concepção contemporânea é o foco na prevenção e na promoção da saúde mental, pois a literatura destaca a importância de intervenções em ambientes como escolas e locais de trabalho, que podem fortalecer a resiliência dos indivíduos e criar um ambiente psicologicamente mais seguro (Souza *et al*., 2021). A promoção de hábitos saudáveis, como a prática de exercícios físicos e o sono de qualidade, também é reconhecida como um pilar fundamental para o bem-estar mental, demonstrando a interconexão entre saúde física e mental.

A ênfase na perspectiva do paciente também se tornou mais proeminente. O conceito de recuperação em saúde mental, por exemplo, vai além da remissão dos sintomas (Vasconcelos, 2017). A recuperação é vista como um processo de viver uma vida significativa e satisfatória, com autonomia e autodeterminação, mesmo que os sintomas persistam. Essa abordagem centrada na pessoa reconhece a experiência vivida do paciente e o coloca como protagonista de seu próprio processo de cura, em oposição a uma visão paternalista e patologizante.

Em resumo, a revisão sistemática revela que o conceito de saúde mental na contemporaneidade é dinâmico e sistêmico. Ele integra as descobertas da neurociência com as perspectivas das ciências sociais e da psicologia, exigindo uma abordagem holística que considere os múltiplos fatores que influenciam o bem-estar. A transição de um modelo reativo para um modelo proativo, que se concentra na prevenção e na promoção, é uma tendência clara. A interconexão com as discussões anteriores sobre a interdisciplinaridade, o cuidado com o cuidador e o papel da era digital reforça a visão de que a saúde mental é uma questão de responsabilidade compartilhada e que exige uma resposta integrada da sociedade.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A evolução do conceito de saúde mental para uma definição mais ampla e sistêmica marca um avanço fundamental na forma como a sociedade compreende e lida com o bem-estar psicológico. Essa nova perspectiva, que transcende a ausência de patologias para abarcar o bem-estar em suas múltiplas dimensões, exige uma abordagem integrada que considere os determinantes sociais, as interações com a tecnologia e a importância do autocuidado. A saúde mental contemporânea não é um fenômeno isolado, mas um reflexo da complexa rede de fatores que moldam a vida do indivíduo.

A adoção dessa visão ampliada tem implicações diretas para a prática clínica e para as políticas públicas. É imperativo que os sistemas de saúde invistam em abordagens interdisciplinares, que as políticas públicas combatam as desigualdades sociais e que a educação em saúde mental seja uma prioridade desde a infância. Somente assim será possível criar um ambiente que favoreça a resiliência e promova o bem-estar de forma equitativa.

Em última análise, a compreensão da saúde mental na contemporaneidade é um convite a repensar nossa responsabilidade coletiva. Ao reconhecer que o bem-estar psicológico é uma construção social, e não apenas uma questão individual, podemos criar sociedades mais justas, empáticas e resilientes. O futuro do cuidado em saúde mental está na capacidade de agir em todas as frentes, da clínica ao social, para garantir que cada indivíduo possa viver uma vida plena e com dignidade.

**REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

Araujo, João Henrique Anghebem De. Responsabilidade Civil No Âmbito Do Cyberbullying: Desafios Da Era Digital. 2024.

Da Costa, Tereza Cristina Ribeiro. A Política De Saúde Mental Na Atualidade e o Avanço Do Conservadorismo. **Argumentum**, v. 11, n. 2, p. 163-178, 2019.

Da Silva Costa, Luis Henrique; De Alencar, Helena Côrtes; Farias Silva, Ana Beatriz. Saúde Mental e Suas Várias Narrativas Pós Reforma Psiquiátrica. **Revista Cedigma**, *[s. L.]*, v. 2, n. 4, p. 100–110, 2024.

Da Silva, Adriana Souza. Desigualdade Socioeconômica Na Saúde Pública Brasileira e Sua Influência No Desenvolvimento De Transtornos Mentais. **Revista Ibero-Americana De Humanidades, Ciências e Educação**, v. 7, n. 11, p. 1612-1624, 2021.

Dassoler, Volnei Antonio; Palombini, Analice De Lima. Atenção à Crise Na Contemporaneidade: Desafios à Reforma Psiquiátrica Brasileira. **Saúde Em Debate**, v. 44, n. Spe 3, p. 278-291, 2020.

De Lima Pedrosa, Rúbia Eliza; Fontes, Márcia Barroso. Considerações Acerca Do Bem Estar Do Cuidador Famíliar Da Pessoa Com Transtorno Mental. **Brazilian Journal Of Development**, v. 7, n. 2, p. 20093-20105, 2021.

Dos Santos, Rayssa Becchi; Zambenedetti, Gustavo. Compreendo o Processo De Medicalização Contemporânea No Contexto Da Saúde Mental. Salud & Sociedad, v. 10, n. 1, p. 22-37, 2019.

Esperidião, Elizabeth; Saidel, Maria Giovana Borges; Rodrigues, Jeferson. Saúde Mental: Foco Nos Profissionais De Saúde. Revista Brasileira De Enfermagem, v. 73, p. e73supl01, 2020.

Ferreira, Jonatas. Saúde Mental, Subjetividade e o Dispositivo Psicofarmacológico Contemporaneo. **Revista Latinoamericana De Estudios Sobre Cuerpos, Emociones y Sociedad**, v. 9, n. 25, 2017.

Ferreira, H. G. Saúde Mental. **Dicionário De Avaliação Psicológica**, p. 270-272, 2021.

Leão, Thiago Marques. **Loucura, Psiquiatria e Sociedade: o Campo Da Saúde Mental Coletiva e o Processo De Individualização No Brasil**. 2022. Tese De Doutorado. Universidade De São Paulo.

Machado, Ana Lúcia Et Al. **Saúde Mental: Cuidado e Subjetividade**. Difusão Editora, 2018.

Nogueira, Maria José Carvalho. **Saúde Mental Em Estudantes Do Ensino Superior: Fatores Protetores e Fatores De Vulnerabilidade**. 2017. Tese De Doutorado. Universidade De Lisboa (Portugal).

Rufato, Fabrício Duim. **Saúde Mental e Adoecimento Psíquico Na Contemporaneidade: Um Diálogo Entre a Psicanálise e a Psicologia Histórico-Cultural**. Editora Crv, 2024.

Sena Carvalho, D. B., Silva Dos Santos , D., Rocha Soares, R., & Da Silva Costa, L. H. (2025). Um Olhar Ampliado Sobre o Cuidado Em Saúde Mental Em Uma Clínica Psiquiátrica: Relato De Experiência. *Revista Cedigma*, *3*(7), 5-12.

Silva, Heloisa Toledo Da Et Al. Fontes De Informação Sobre Saúde Mental: Revisão Sistemática Da Literatura. **Psicología, Conocimiento y Sociedad**, v. 11, n. 3, p. 115-138, 2021.

Souza, Thaís Thaler Et Al. Promoção Em Saúde Mental De Adolescentes Em Países Da América Latina: Uma Revisão Integrativa Da Literatura. Ciência & Saúde Coletiva, v. 26, p. 2575-2586, 2021.

Vasconcelos, Eduardo Mourão. As Abordagens Anglo-Saxônicas De Empoderamento e Recovery (Recuperação, Restabelecimento) Em Saúde Mental Ii: Uma Avaliação Crítica Para Uma Apropriação Criteriosa No Cenário Brasileiro. Cadernos Brasileiros De Saúde Mental/Brazilian Journal Of Mental Health, v. 9, n. 21, p. 48-65, 2017.

Wen, Chao Lung. Educação Para Saúde Mental No Cotidiano Do Mundo Digital. Construção Psicopedagógica, v. 27, n. 28, p. 5-18, 2019.