

 10.70430/bz16mh15

SAÚDE MENTAL NO SÉCULO XXI: DESAFIOS, IMPACTOS E CAMINHOS PARA O CUIDADO

SAÚDE MENTAL NO SÉCULO XXI: DESAFIOS, IMPACTOS E CAMINHOS PARA O CUIDADO

1. Marcelo do Nascimento dos Santos; 2. Luana Almeida dos Santos; 3. Erli Marta Reis da Silva

1. Graduado em Enfermagem pelo
Centro Universitário Brasileiro -
UNIBRA 
E-mail: marcelosantosft@gmail.com

2. Graduada em Enfermagem pelo
Sensa 
E-mail: luanah.orix@gmail.com

3. Mestrado em Ciências da Saúde
pela Universidade de São Paulo -
USP 
E-mail: erlimartareis@hotmail.com

Direitos autorais:

Copyright © 2024 Marcelo do Nascimento, Luana
Almeida dos Santos, Erli Marta Reis da Silva

Licença

Este capítulo de livro é distribuído em acesso aberto
sob os termos da Creative Commons Atribuição 4.0
internacional (CC BY SA)



RESUMO

A saúde mental tem se tornado um tema importante no debate sobre qualidade de vida no século XXI. Alterações sociais, econômicas e tecnológicas impactaram significativamente o bem-estar psicológico, ampliando os índices de transtornos mentais. Objetivo: Analisar os principais desafios relacionados à saúde mental no século XXI. Metodologia: Trata-se de uma revisão bibliográfica qualitativa baseada em publicações dos últimos 5 anos, consultadas em bases como Scielo, Lilacs e Google Acadêmico. Foram selecionados 20 artigos, considerando critérios de inclusão como relevância temática e metodologias robustas. Os critérios de exclusão englobaram estudos sem revisão por pares ou com escopo limitado. Resultados e Discussões: O aumento global nos casos de depressão, ansiedade e suicídio, especialmente em jovens e idosos. Fatores como estresse ocupacional, uso excessivo de tecnologias digitais e desigualdades sociais emergiram como principais causas. Estratégias de cuidado, incluindo terapias, políticas públicas de inclusão e programas de atenção básica em saúde mental, têm mostrado resultados positivos, mas ainda enfrentam barreiras, como o estigma associado a transtornos mentais e a escassez de profissionais especializados. Considerações Finais: A saúde mental no século XXI exige atenção prioritária, tanto no nível individual quanto coletivo. É imprescindível investir em políticas públicas que favoreçam a equidade no acesso a cuidados, bem como em intervenções comunitárias que promovam a resiliência. Somente por meio da conscientização e da integração de esforços será possível enfrentar os desafios contemporâneos, minimizando os impactos e proporcionando caminhos efetivos para o cuidado e o bem-estar.

Palavras chaves: Cuidados; Saúde Mental; Qualidade; Desafios.

INTRODUÇÃO

A saúde mental é um componente essencial para a qualidade de vida e bem-estar das pessoas, desempenhando um papel fundamental na capacidade de lidar com os desafios cotidianos, estabelecer relações saudáveis e contribuir ativamente na sociedade (Moraes *et al.*, 2024). No entanto, no cenário contemporâneo, a crescente complexidade das demandas sociais, econômicas e tecnológicas tem imposto desafios significativos à manutenção da saúde mental. Esses desafios são amplificados por fatores como desigualdades sociais, estigmas associados aos transtornos mentais e o impacto de crises globais, como a pandemia de COVID-19 (Lima *et al.*, 2024).

O cuidado com a saúde mental é, portanto, uma questão prioritária, exigindo abordagens integradas e eficazes que contemplem tanto a prevenção quanto o tratamento. Investir em estratégias de cuidado baseadas em evidências, fortalecendo redes de apoio e ampliando o acesso aos serviços de saúde mental, é fundamental para mitigar os impactos negativos sobre os indivíduos e as comunidades (Costa; De Alencar, 2024). Além disso, a sensibilização e educação da sociedade quanto à importância da saúde mental são passos cruciais para reduzir barreiras relacionadas ao estigma e à desinformação.

“A saúde mental é essencial para o bem-estar, mas enfrenta desafios crescentes devido a desigualdades, estigmas e crises globais. Para mitigar impactos negativos, é crucial investir em políticas públicas, ações preventivas, tratamento baseado em evidências e conscientização social, promovendo suporte integral e acesso ampliado aos serviços.” (Costa; De Alencar; Silvia, 2024)

Segundo Miranda (2024), Apesar dos avanços alcançados em diversas frentes, os desafios permanecem complexos e multifacetados. É necessário que políticas públicas sejam articuladas com ações comunitárias e abordagens multidisciplinares, visando uma atenção integral à saúde mental. Dessa forma, é possível promover uma melhoria efetiva na qualidade de vida e assegurar que os indivíduos tenham o suporte necessário para enfrentar as adversidades de um mundo em constante transformação (Lima; De Melo; Perpetuo, 2021).

METODOLOGIA

Para atingir os objetivos propostos no presente artigo, utilizamos os recursos da pesquisa de revisão bibliográfica, qualitativa em relação a saúde mental e seus desafios no século XXI, estigmas e prejuízos, e ao que, atualmente. Essa revisão visou analisar os artigos, capítulos de livros, tese e dissertações, nas respectivas repositórios: Scielo, Lilacs e Google Acadêmico.

Outra ferramenta que trouxe a formulação do presente artigo foi a mensuração entre os anos, aos quais foram: 2019 a 2024, sendo localizados 230 artigos, utilizando como busca as palavras-chaves: “Saúde mental”, “Desafios na Saúde Mental”, “Cuidados com a Saúde mental”, resultando um afunilamentos sobre todos os artigos encontrados, levando em consideração a aproximação ao tema proposta, os que não tinha conexão próxima ao tema foram descartados e os que tinham conexão foram incluídos, ao todos forma inclusos 20 artigos.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A saúde mental ocupa um espaço central nas discussões sobre qualidade de vida no século XXI, uma era marcada por rápidas transformações sociais, econômicas e tecnológicas. De acordo com Eslabão *et al.* (2019) a complexidade do mundo contemporâneo tem colocado novos desafios ao bem-estar psicológico dos indivíduos, ao mesmo tempo em que evidenciou a insuficiência das estratégias tradicionais de cuidado em saúde mental. Já para Saraiva; Zepeda; Liria, (2020) Transtornos como depressão, ansiedade e estresse têm alcançado índices alarmantes, indicando a necessidade de respostas mais amplas e integradas.

Para Pinto *et al.* (2023) entre os principais desafios está o aumento do estresse relacionado à instabilidade no mercado de trabalho, ao ritmo acelerado das grandes cidades e às desigualdades sociais que limitam o acesso a recursos básicos. A pandemia de COVID-19, por exemplo, intensificou os problemas de saúde mental, ao criar um ambiente de incerteza, isolamento social e perda de entes queridos (Scorsolini; Rossato; Santos, 2020). Esse cenário ressaltou a importância de discutir a saúde mental como uma prioridade na agenda global de saúde pública.

Segundo Costa *et al.* (2021) existe outro fator desafiador é o impacto das novas tecnologias no comportamento humano. Embora as ferramentas digitais tenham facilitado a comunicação e o acesso à informação, elas também contribuíram para o aumento da hiperconectividade, ansiedade e distúrbios relacionados ao uso excessivo de dispositivos eletrônicos (De Lima *et al.*, 2022). Estudos têm demonstrado a relação entre o uso prolongado de redes sociais e o declínio da autoestima, além do crescimento de casos de transtornos relacionados à dependência digital.

O impacto da negligência em saúde mental ultrapassa a esfera individual e atinge as famílias, as comunidades e o sistema econômico como um todo (Alves *et al.*, 2023). Indivíduos com problemas psicológicos não tratados frequentemente enfrentam dificul-

dades em manter vínculos profissionais e sociais, o que pode levar ao isolamento e à exclusão (Da Silva; Ferreira; Leitão, 2022). Do ponto de vista econômico, a ausência de investimentos adequados em saúde mental resulta em custos indiretos elevados, como queda na produtividade e aumento das despesas com saúde.

Nesse contexto, os caminhos para o cuidado em saúde mental precisam ser reestruturados, contemplando não apenas

“ A saúde mental exige um olhar coletivo e preventivo, pois investir em cuidado integral é essencial para transformar vidas e comunidades.”
(Lima et al., 2024)

intervenções curativas, mas também ações preventivas e educativas (Moraes et al., 2024). A promoção da saúde mental deve começar no ambiente escolar, por meio de programas que incentivem a resiliência, a inteligência emocional e o manejo do estresse. Além disso, é fundamental capacitar profissionais de saúde e educadores para identificar sinais precoces de transtornos e encaminhar os indivíduos

para atendimento especializado (Lima et al., 2024).

Outro ponto fundamental é a ampliação do acesso a serviços de saúde mental de qualidade, sobretudo nas regiões mais vulneráveis (Salgado; Fortes, 2021). Sistemas públicos de saúde precisam priorizar políticas inclusivas, que reduzam as barreiras de acesso ao tratamento e combatam o estigma associado aos transtornos mentais (Almeida, 2019). A integração da saúde mental na atenção primária é uma estratégia eficaz, permitindo que a população receba atendimento próximo de suas comunidades e com menor custo (Souza et al., 2022).

A interdisciplinaridade é um elemento essencial na construção de soluções. Profissionais de diferentes áreas, como psicologia, psiquiatria, assistência social e educação, devem trabalhar em conjunto para oferecer uma abordagem holística aos cuidados em saúde mental (Bezerra, 2021). Além disso, parcerias entre governos, instituições acadêmicas e organizações não governamentais podem impulsionar o desenvolvimento de pesquisas e a implementação de práticas inovadoras.

Apesar das barreiras, avanços significativos têm sido observados. Tecnologias como a telemedicina e os aplicativos de saúde mental têm ampliado o alcance dos serviços, permitindo que mais pessoas recebam suporte psicológico de forma remota (Pascoal et al., 20219). Iniciativas de conscientização também têm contribuído para a redução do estigma, encorajando indivíduos a buscar ajuda. No entanto, ainda há um longo caminho a percorrer para que essas soluções sejam universalmente acessíveis.

Em suma, a saúde mental no século XXI é um tema complexo, que exige uma abordagem multidimensional e colaborativa. Os desafios enfrentados refletem as transformações de uma sociedade em constante evolução, mas também oferecem oportunidades para inovação e crescimento (Araújo; Torrente, 2023). Investir em políticas públicas robustas, educação e conscientização é crucial para promover um futuro onde o cuidado com a saúde mental seja uma prioridade, garantindo uma vida mais equilibrada e produtiva para todos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A saúde mental no século XXI apresenta-se como um dos maiores desafios para a promoção de qualidade de vida em um cenário de rápidas transformações sociais e tecnológicas. A prevalência crescente de transtornos mentais, agravada por fatores como desigualdades sociais, hiperconectividade e crises globais, como a pandemia de COVID-19, demanda ações urgentes e integradas. A negligência a esse aspecto crucial da saúde humana não apenas compromete o bem-estar individual, mas também afeta negativamente as dinâmicas sociais, educacionais e econômicas.

Diante desse panorama, é imperativo que governos, instituições de saúde, organizações não governamentais e a sociedade civil trabalhem de forma colaborativa para construir um sistema de cuidado que seja inclusivo, acessível e baseado em evidências. A integração da saúde mental na atenção primária, o fortalecimento de programas de prevenção e a promoção de ambientes escolares e laborais saudáveis são estratégias fundamentais. Além disso, a utilização de ferramentas digitais e a expansão da telemedicina podem contribuir significativamente para superar barreiras geográficas e econômicas, ampliando o alcance dos serviços de saúde mental.

Por fim, é essencial combater o estigma e fomentar uma cultura de acolhimento e respeito às questões de saúde mental. A educação e a conscientização são instrumentos poderosos para mudar percepções, encorajar a busca por ajuda e promover o entendimento de que a saúde mental é uma responsabilidade coletiva. O avanço em direção a um cuidado mais humanizado e eficiente exige não apenas vontade política, mas também o engajamento de todos os setores da sociedade, garantindo que as próximas gerações vivam em um mundo onde a saúde mental seja reconhecida e tratada como prioridade.

REFERÊNCIAS

- ALMEIDA, José Miguel Caldas de. Política de saúde mental no Brasil: o que está em jogo nas mudanças em curso. Cadernos de Saúde Pública, v. 35, p. e00129519, 2019.
- ALVES, João Vitor Rocha et al. Negligência nos cuidados da saúde mental e física dos profissionais da saúde. Brazilian Journal of Health Review, v. 6, n. 5, p. 19612-19622, 2023.
- ARAÚJO, Tânia Maria de; TORRENTÉ, Mônica de Oliveira Nunes de. Saúde Mental no Brasil: desafios para a construção de políticas de atenção e de monitoramento de seus determinantes. Epidemiologia e Serviços de Saúde, v. 32, p. e2023098, 2023.
- BEZERRA, Hellyda de Souza. Prevalência e fatores associados aos transtornos mentais e ao acesso aos serviços de saúde mental. 2021.
- COSTA, Luis Henrique DA SILVA; DE ALENCAR, Helena Côrtes; SILVA, Ana Beatriz Farias. SAÚDE MENTAL E SUAS VÁRIAS NARRATIVAS PÓS REFORMA PSQUIÁTRICA. Revista Cedigma, v. 2, n. 4, p. 100-110, 2024.
- COSTA, Debora Ellen Sousa et al. A influência das tecnologias na saúde mental dos idosos em tempos de pandemia: uma revisão integrativa. Research, Society and Development, v. 10, n. 2, p. e8210212198-e8210212198, 2021.
- DA SILVA, Giovanna Vitória Andrade Castro; FERREIRA, Camila Pontes; LEITÃO, Luciney Araujo. A Negligência Estatal Frente à Suscetibilidade dos Agentes Penitenciários ao Desenvolvimento de Doenças Psíquicas. Semana da Diversidade Humana (ISSN: 2675-1127), v. 6, n. 7, 2022.
- DE LIMA, Maria Gisleide Penha et al. Tecnologias para o cuidado em saúde mental e enfermagem: Revisão integrativa. Research, Society and Development, v. 11, n. 15, p. e484111537648-e484111537648, 2022.
- ESLABÃO, Adriane Domingues et al. Saúde mental na estratégia saúde da família: caminhos para uma assistência integral em saúde. Journal of Nursing and Health, v. 9, n. 1, 2019.
- DA SILVA, Giovanna Vitória Andrade Castro; FERREIRA, Camila Pontes; LEITÃO, Luciney Araujo. A Negligência Estatal Frente à Suscetibilidade dos Agentes Penitenciários ao Desenvolvimento de Doenças Psíquicas. Semana da Diversidade Humana (ISSN: 2675-1127), v. 6, n. 7, 2022.
- LIMA, Lara Vento Moreira et al. SAÚDE MENTAL E LUTO: ABORDAGEM PARA APOIO E TRATAMENTO EM COMUNIDADES ATINGIDAS POR DESASTRES. Revista Cedigma, v. 2, n. 3, p. 38-50, 2024.
- LIMA, Jeniffer Leite; DE MELO, Angela Buffetti; PERPETUO, Claudia Lopes. Pandemia e a exacerbação das vulnerabilidades sociais: impactos na saúde mental. Akropolis-Revista de Ciências Humanas da UNIPAR, v. 29, n. 1, 2021.

REFERÊNCIAS

- MIRANDA, Jucélia DE ARAUJO. SAÚDE MENTAL À LUZ DA ABORDAGEM DA PSICODINÂMICA DO TRABALHO DEJOURIANA. Revista Cedigma, v. 2, n. 3, p. 192-205, 2024.
- MORAIS, Lorena Ricardo Guimarães Alves et al. Saúde pública: desafios e oportunidades para transformar o cuidado da saúde no século XXI. Anais New Science Publishers| Editora Impacto, 2024.
- PASCOAL, K. P. M. F. et al. Avaliação da qualidade de vida, estresse e saúde mental dos profissionais de saúde das unidades de terapia intensiva. Revista interdisciplinar em saúde, v. 6, n. 5, p. 19-30, 2019.
- PINTO, Elzimar Evangelista Peixoto et al. Translação e implementação do Conhecimento no campo da saúde Mental: o lugar dos processos de formação. 2023. Tese de Doutorado.
- SALGADO, Manoela Alves; FORTES, Sandra Lucia Correia Lima. Indicadores de saúde mental na atenção primária à saúde: avaliando a qualidade do acesso através da capacidade de detecção de casos. Cadernos de saúde pública, v. 37, p. e00178520, 2021.
- SARAIVA, Sonia Augusta Leitão; ZEPEDA, Jorge; LIRIA, Alberto Fernández. Componentes do apoio matricial e cuidados colaborativos em saúde mental: uma revisão narrativa. Ciência & Saúde Coletiva, v. 25, p. 553-565, 2020.
- SCORSOLINI-COMIN, Fabio; ROSSATO, Lucas; SANTOS, Manoel Antônio dos. Saúde mental, experiência e cuidado.[Editorial]: implicações da pandemia de COVID-19. Revista da SPAGESP, v. 21, n. 2, p. 1-6, 2020.
- SOUZA, Aline Pereira de et al. Ações de promoção e proteção à saúde mental do idoso na atenção primária à saúde: uma revisão integrativa. Ciência & Saúde Coletiva, v. 27, p. 1741-1752, 2022.