REUNI ATENAS
Revista de Extensão
Faculdade Atenas
Especial Valença - Ba
Ano 4 volume 2 (2026)
ISSN 3085-5780



Promoção do bem estar-emocional: um relato de experiência

Promoting emotional well-being: an experience report.

Yasmim de Fátima Macedo Silva[1], Daniel Pereira Andrade [1], Daniella Rodrigues Lemos [1], João Lucas Pimenta Argolo [1], Tiago Oliveira Ribeiro[2]

1 Discente Faculdade de Medicina Atenas -Valença - BA
2 Docente Faculdade de Medicina Atenas -Valença - BA

E--mail para contato: yasmim.silva.valenca@uniatenas.edu.br

Resumo

O bem-estar emocional é a habilidade de entender, lidar e manifestar os sentimentos de forma equilibrada, o que contribui para relações saudáveis, maior adaptação a situações difíceis e, consequentemente, a preservação da qualidade de vida. O presente estudo trata-se de um relato de experiência com abordagem qualitativa descritiva, desenvolvido a partir de uma disciplina de Extensão Acadêmica, que resultou na criação do site "EntreMentes". O objetivo do projeto foi promover o bem-estar emocional por meio de três pilares: educação em saúde emocional, triagem inicial de usuários e encaminhamento para atendimento psicológico voluntário ou particular, online ou presencial. A plataforma foi construída utilizando a ferramenta Canva, e os questionários de triagem foram baseados em instrumentos validados cientificamente, como PHQ-9 (depressão), GAD-7 (ansiedade generalizada), MDQ (transtorno bipolar), OCI-R (TOC), M-CHAT (TEA) e SNAP-IV (TDAH). Os resultados indicam que o site oferece uma interface acessível e intuitiva, promovendo conscientização e redução de estigmas. Foram discutidas limitações como exclusão digital, subjetividade das respostas e dependência de profissionais voluntários. Conclui-se que iniciativas digitais como o "EntreMentes"



contribuem para a democratização do cuidado em saúde mental, alinhando-se às diretrizes da Política Nacional de Saúde Mental e da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS).

Palavras-chave: Bem-estar emocional. Saúde mental. Triagem digital. Educação emocional. Relato de experiência.

Abstract

Emotional well-being is the ability to understand, manage, and express feelings in a balanced way, which contributes to healthy relationships, greater adaptability to difficult situations, and, consequently, the preservation of quality of life. This study is an experience report with a descriptive qualitative approach, developed as part of an Academic Extension course, which resulted in the creation of the website "EntreMentes." The aim of the project was to promote emotional well-being through three pillars: emotional health education, initial user screening, and referral for voluntary or private psychological care, either online or in person. The platform was built using the Canva tool, and the screening questionnaires were based on scientifically validated instruments, such as PHQ-9 (depression), GAD-7 (generalized anxiety), MDQ (bipolar disorder), OCI-R (OCD), M-CHAT (ASD), and SNAP-IV (ADHD). The results indicate that the website offers an accessible and intuitive interface, promoting awareness and reducing stigma. Limitations discussed include digital exclusion, subjectivity of responses, and dependence on volunteer professionals. It is concluded that digital initiatives such as "EntreMentes" contribute to the democratization of mental health care, aligning with the guidelines of the National Mental Health Policy and the Psychosocial Care Network (RAPS).

Key Words: Emotional well-being. Mental health. Digital screening. Emotional education. Experience report.

INTRODUÇÃO

O bem-estar emocional refere-se à capacidade do indivíduo de compreender, administrar e expressar emoções de maneira equilibrada, favorecendo relações interpessoais saudáveis e adaptação às adversidades, preservando, assim, a qualidade de vida (Papalia; Feldman; Martorell, 2013). Esse conceito está diretamente relacionado à saúde mental, definida pela Constituição da Organização Mundial da Saúde, como um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doenças ou enfermidades (OMS, 1946). Dessa forma, a saúde mental constitui um componente essencial à saúde e ao bem-estar humano, abrangendo não apenas transtornos mentais, mas também estados associados ao sofrimento psíquico, comprometimento funcional e riscos à integridade do indivíduo (Dalgalarrondo, 2019).

Nas últimas décadas, observou-se um crescimento expressivo dos problemas emocionais e transtornos mentais na sociedade contemporânea. Segundo a Organização Mundial da Saúde, mais de 1 bilhão de pessoas convivem com algum transtorno mental, sendo a ansiedade e a depressão as condições mais prevalentes em diferentes faixas etárias e níveis socioeconômicos (OMS, 2022). No Brasil, estudos apontam elevada prevalência desses agravos, colocando o país entre aqueles com maiores índices mundiais de ansiedade. Ilustrando esse cenário, dados recentes indicam que cerca de 26,8% dos brasileiros já receberam diagnóstico médico de ansiedade, enquanto 12,7% relataram diagnóstico de depressão, evidenciando o crescimento do sofrimento psíquico na sociedade contemporânea (CNN Brasil, 2023).

Além disso, estudos epidemiológicos demonstram que os principais transtornos mentais identificados no Brasil são ansiedade, depressão e transtornos de personalidade, acometendo tanto adultos quanto crianças (Soares Neto *et al*., 2016; Lima Júnior, 2013). Pesquisas nacionais apontam que aproximadamente 30% dos adolescentes apresentam transtornos mentais comuns, caracterizados por sintomas de ansiedade, depressão e queixas somáticas inespecíficas (Cadernos de saúde pública, 2024). Entre os adultos, o Brasil apresenta a maior prevalência de depressão da América Latina, sendo essa condição considerada pela OMS uma das principais causas de incapacidade em todo o mundo (Ministério da saúde, 2022; OMS, 2022).

O transtorno de ansiedade caracteriza-se, em grande parte, por sensações difusas e desagradáveis acompanhadas de sintomas como cefaleia, palpitações, aperto no peito,

desconforto estomacal e inquietação (Sadock; Sadock; Ruiz, 2017). A ansiedade atua como um sinal de alerta diante de possíveis ameaças, permitindo ao indivíduo preparar-se para situações de perigo, ainda que essas sejam vagas, internas ou desconhecidas (Sadock; Sadock; Ruiz, 2017). Dentre os transtornos ansiosos, destaca-se o Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG), caracterizado por preocupação excessiva e de difícil controle, associada a sintomas como irritabilidade, fadiga, tensão muscular, distúrbios do sono e dificuldade de concentração (Papalia; Feldman; Martorell, 2013).

A depressão, por sua vez, é definida como um transtorno mental associado a sentimentos persistentes de tristeza, desesperança, isolamento social, perda de prazer nas atividades cotidianas, déficit cognitivo, baixa autoestima e ideação suicida, comprometendo significativamente as funções diárias do indivíduo (OMS, 2022). Já os transtornos de personalidade compreendem diferentes classificações descritas pelo Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5), apresentando manifestações clínicas variadas. O desconhecimento e o receio em abordar esses transtornos contribuem para seu subdiagnóstico, embora estudos indiquem prevalência superior a 10% na população adulta geral (Harding, 2020; Wellausen; Trentini, 2015; Associação Americana de Psiquiatria, 2014).

Historicamente, as condutas relacionadas às doenças mentais possuíam atuação restrita no Brasil. Até a década de 1970, a assistência aos pacientes diagnosticados com transtornos mentais era realizada predominantemente em manicômios, por meio de internações prolongadas e tratamentos dolorosos. Posteriormente, iniciou-se o processo de Reforma Psiquiátrica, que buscou promover uma assistência mais humanizada, considerando a individualidade e os aspectos biopsicossociais dos pacientes (Koyama; Custodio; Mischiati, 2011). Nesse contexto, consolidaram-se políticas públicas voltadas à promoção da saúde mental, ao acolhimento e à reinserção social dos indivíduos em sofrimento psíquico.

Outro aspecto relevante refere-se à influência dos ambientes sociais, acadêmicos, familiares e profissionais sobre o bem-estar emocional. Sob essa perspectiva, estudos demonstram que ambientes acolhedores e com suporte emocional favorecem a qualidade de vida e o desenvolvimento emocional, enquanto contextos marcados por cobranças excessivas, competitividade e pressão por desempenho contribuem para o aumento da ansiedade, do estresse e da exaustão emocional (Kuhnen *et al.*, 2010; Papalia; Feldman; Martorell, 2022;

Minayo, 2006). Ademais, fatores como sobrecarga acadêmica, pressão profissional e ausência de apoio afetivo estão associados ao crescimento dos transtornos mentais e ao comprometimento do equilíbrio emocional (Macêdo *et al*., 2021; OMS, 2022).

Consequentemente, os transtornos emocionais têm provocado impactos significativos na população, incluindo redução da qualidade de vida, prejuízos nas relações interpessoais e diminuição da produtividade acadêmica e profissional (OMS, 2022). Além disso, níveis elevados de estresse e ansiedade podem desencadear manifestações físicas e psicológicas, como insônia, fadiga, irritabilidade, dificuldade de concentração, alterações cardiovasculares e comprometimento do sistema imunológico (Brasil, 2024).

Diante desse cenário, tornam-se indispensáveis ações de conscientização e prevenção em saúde mental. Estratégias voltadas à educação emocional, ao fortalecimento das redes de apoio e à ampliação do acesso ao suporte psicológico são fundamentais para reduzir estigmas, incentivar a busca por ajuda profissional e promover melhor qualidade de vida (OMS, 2022). Nesse contexto, destacam-se campanhas como Janeiro Branco e Setembro Amarelo, que promovem debates sobre saúde mental, prevenção do sofrimento psíquico e valorização da vida. Além disso, intervenções em ambientes acadêmicos, profissionais e familiares contribuem para a identificação precoce de sinais de sofrimento mental, favorecendo a prevenção do agravamento dos transtornos emocionais e o desenvolvimento de espaços mais acolhedores e humanizados.

Paralelamente, o autocuidado e a inteligência emocional constituem pilares fundamentais para a promoção do bem-estar emocional. O autocuidado envolve práticas intencionais de regulação do estresse, como manutenção de hábitos saudáveis de sono, alimentação equilibrada, atividade física e momentos de lazer, atuando como fator protetor contra o adoecimento psíquico. A inteligência emocional, por sua vez, refere-se à capacidade de identificar, compreender e gerenciar as próprias emoções e as emoções dos outros, favorecendo a resiliência e a adaptação diante das adversidades (Papalia; Feldman; Martorell, 2022).

Contudo, apesar da elevada prevalência dos transtornos mentais na população brasileira e dos impactos diretos sobre a qualidade de vida e produtividade social, as doenças mentais ainda permanecem parcialmente negligenciadas. A realidade do estado da Bahia acompanha

esse cenário nacional, evidenciando a necessidade de ações territoriais que considerem as especificidades socioculturais locais (CNN Brasil, 2023). Assim, observa-se a importância da ampliação de estudos e intervenções voltados à promoção da saúde mental e do bem-estar emocional, contribuindo para o planejamento de estratégias preventivas e ações de promoção da saúde na população.

Dessa forma, este trabalho tem como objetivo geral analisar a importância da promoção do bem-estar emocional como estratégia para ampliar o acesso da população aos serviços de apoio a pessoas com transtornos mentais, bem como difundir conhecimentos sobre saúde mental e fomentar práticas de acolhimento voltadas ao cuidado integral. Especificamente, busca-se evidenciar como ações de educação emocional e conscientização podem reduzir estigmas, incentivar a busca por ajuda profissional e fortalecer as redes de suporte psicossocial, alinhando-se às diretrizes da Política Nacional de Saúde Mental e da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) do SUS.

METODOLOGIA

O presente estudo caracteriza-se como um relato de experiência, de abordagem qualitativa descritiva desenvolvido a partir da disciplina de Extensão Acadêmica V direcionada à promoção do bem-estar emocional. Tendo em vista as necessidades de abranger e contemplar o maior grupo de indivíduos, o projeto resultou na criação do site “EntreMentes”, uma plataforma online fundamentada em três pilares principais: educação em saúde emocional, triagem inicial de usuários e encaminhamento para atendimento voluntário ou particular, online ou presencial.

No delineio da pesquisa foram desenvolvidas etapas que garantiram a estruturação coesa e aprofundada do site, contemplando etapas no processo metodológico como: levantamento bibliográfico sobre saúde mental e promoção do bem-estar emocional; análise dos transtornos emocionais e comportamentais mais frequentes; planejamento estrutural do site; criação da identidade visual e interface digital; busca por questionários e escalas de triagem; inserção de conteúdos educativos; organização do fluxo e encaminhamento psicológico adequado.

Para a construção da plataforma utilizou-se a ferramenta Canva, escolhida devido a possibilidade de elaborar manualmente a identidade visual do site, garantindo um ambiente acessível e descritivo, bem como pela praticidade e recursos variados disponíveis. Além disso, a estrutura do site foi organizada em seções que contemplam a apresentação do projeto, espaço informativo sobre saúde emocional, local para realização da triagem e campo para psicólogos parceiros.

Os questionários presentes na seção de triagem inicial foram estruturados com base em instrumentos de referências científicas previamente validados na literatura, visando assegurar maior confiabilidade, embasamento teórico e orientações adequadas aos usuários de acordo com a análise obtida. A escolha por esses instrumentos teve como finalidade auxiliar o reconhecimento inicial de sinais e sintomas característicos direcionando o público para o encaminhamento mais compatível com as questões identificadas. Ademais, com o intuito de proporcionar uma experiência mais dinâmica, acessível e interativa aos usuários, os questionários e escalas foram inseridos na plataforma de Inteligência Artificial MANUS, facilitando no preenchimento e na navegação durante o processo de triagem.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

O website idealizado foi desenvolvido através da plataforma online e gratuita de design gráfico “Canva”, de forma promover o bem-estar emocional dentro do cenário psicossocial, através de pilares principais definidos anteriormente, incluindo a educação, a triagem e o encaminhamento. Nesse contexto, a página inicial contém a interface, abrange o nome “EntreMentes” e 3 seções visuais superiores que direcionam para alguns aspectos, sendo estes “Como funciona”, “Sobre nós” e “Contato”. Além disso, é destacado na página de entrada que o ambiente virtual criado e seus questionários não substituem acompanhamento profissional e é necessário sempre a consulta de um profissional de saúde mental qualificado.

Nesse sentido, o primeiro aspecto abordado explica como o projeto “EntreMentes” nasceu do desejo de tornar o cuidado emocional mais acessível, acolhedor e humano, além de explicitar os acadêmicos envolvidos e destrinchar o objetivo da plataforma digital. Assim, o

ambiente virtual tem o propósito de promover o bem-estar emocional e facilitar o acesso à saúde mental na região de Valença, Bahia, e também por meio do atendimento online.

Outrossim, o website foi formulado de maneira a facilitar o acesso populacional a conhecimentos sobre bem-estar emocional, integrando uma linguagem acessível, estruturação didática e interface intuitiva de forma a facilitar a navegação, associado a isso foi realizado adaptação da configuração para dispositivos móveis, visto que estes na contemporaneidade são elementos onipresentes no contexto cotidiano que assumem multifacetados que contemplam desde a mera comunicação até funcionalidade educativo (Quiroga e Bessa, 2024). Ademais, acerca do pilar da educação, foi explanado a respeito dos benefícios da terapia através de referências como American Federation of Teachers (2024) e Feijó *et al*. (2021), que debatem acerca da psicoterapia presencial e online, atribuindo características como aprimoramento de habilidades comunicacionais, da resolutividade de conflitos, da autoconsciência e mudanças de padrões comportamentais e emocionais negativos, somado a isso o papel destas intervenções para vários transtornos psicopatológicos.

Além disso, em relação ao pilar da triagem, este foi inserido através de questionários descritivos de linguagem de fácil compreensão baseados em escalas específicas que fazem uma avaliação inicial de transtornos escolhidos anteriormente. Desse modo, foram escolhidas escalas que possam ser aplicadas por estudantes de medicina, uma vez que o Conselho Federal de Psicologia (2022) desenvolveu o Sistema de Avaliação de Testes Psicológicos (SATEPSI) com a finalidade de avaliar instrumentos psicológicos para uso profissional e este sistema informa quais testes são privativos da Psicologia, assim foram excluídos questionários que são exclusivos a estes profissionais.

Por conseguinte, através da percepção de características do próprio indivíduo ou de seu responsável em casos de crianças são respondidas perguntas referentes a um transtorno e ao finalizá-las é descrita uma resposta baseada na escala de escolha. Adicionalmente é explicitado qual o nível de semelhança das particularidades do distúrbio mental, além de incentivar à procura de ajuda psicológica junto a ênfase que os resultados obtidos triagem não detém finalidade diagnóstica e não substituem o acompanhamento profissional.

O encaminhamento, outro pilar estabelecido como base para criação do website, além de ser desenvolvido pela estimulação à busca por suporte especializado, é elaborado mediante

a integração entre psicólogos e a população. Isso porque, o ambiente virtual tornará facilitado o acesso ao cuidado emocional mediante a uma lista de especialistas da saúde mental com informações acerca de suas áreas de atuação, meios para contato e e sua numeração de inscrição no Conselho de Classe (CRP), visto que atuar como psicólogo é necesário ter executado registro no CRP e sem este é considerado exercício ilegal da profissão (Brasil, 1971).

Escalas utilizadas para triagem

A triagem no site fundamentou-se em questionários baseados em escalas referentes a alguns transtornos mentais. Nesse contexto, acerca dos questionários destinados à população adulta foram selecionadas condições de saúde mental, como depressão, transtorno de ansiedade generalizada, síndrome de Burnout, transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) e transtorno afetivo bipolar.

O quadro da depressão foi escolhido devido à alta prevalência na população em geral, como citado anteriormente, esta é uma das principais psicopatologias mais comuns do Brasil (Brasil, s.d.). Desse modo, foram elaborados diversos instrumentos ao longo dos anos e de acordo com Baptista e Lima (2022) os três mais citados em seus estudos foram a Hamilton Depression Rating Scale (HAM-D), o Hospital Anxiety and Depression Scale (HADS) e Beck's Depression Inventory (BDI). No entanto, selecionou-se o Questionário de Saúde do Paciente-9 (PHQ-9) para avaliar a gravidade da depressão como uma alternativa eficaz e confiável à HAM-D em decorrência de sua simplicidade, facilidade e rapidez de aplicação.

O PHQ-9 é um questionário realizado através da autopercepção, ou seja, através do relato do próprio indivíduo, este foi estruturado a fim de analisar a gravidade da depressão baseado nos critérios do DSM (Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais) (Fonseca-Pedrero, 2023). Este instrumento é composto de nove itens que contemplam os critérios do DSM para transtornos depressivos e é capaz de ser utilizado para triagem, detecção precoce e o monitoramento universal de sintomas depressivos, e em contraposição a outras escalas de depressão o PHQ-9 é gratuito e pode ser aplicado no cenário de atenção primária. Isso porque, devido ao seu caráter sucinto e pontuação fácil, este recurso se revela como ótima preferência para profissionais e pesquisadores que buscam implementar a triagem de depressão (Kroenke, 2021).

A condição de transtorno de ansiedade generalizada foi selecionada devido a ser uma das condições da saúde mental mais comuns, estudos revelam que cerca de 9% da população brasileira sofre de transtornos de ansiedade (Munir; Takov, 2022; Freitas *et al.*, 2024). O GAD-7 (Escala de 7 Itens para Transtorno de Ansiedade Generalizada) é aplicado a fim de demonstrar a possibilidade de um indivíduo estar vivenciando um transtorno de ansiedade de ansiedade generalizada, este é uma escala unifatorial e autoavaliativa, baseada nos critérios diagnósticos do DSM-IV (Aktürk *et al*.; 2021; Silva *et al.*, 2023).

Nesse sentido, o GAD-7 mostrou-se como ferramenta de ótima escolha, visto que é um questionário de fácil emprego, de preenchimento próprio, breve e gratuito, que foi formulado para leigos (Aktürk *et al*.; 2021). Assim, através de sete itens com uma pontuação de 0 a 3 é feita uma soma obtém-se o escore total que varia de 0 a 21, que afere a frequência de sintomas ansiosos nas últimas duas semanas (Silva *et al.*, 2023). Segundo investigação de Silva *et al*. (2023) existem evidências para validar este instrumento no Brasil e pesquisas sugerem que é uma ferramenta legítima tanto na triagem do TAG em um cenário de atenção primária quanto para analisar sua gravidade na vivência clínica e em pesquisas (Rutter; Brown, 2018).

O quadro do transtorno de bipolaridade foi escolhido devido a afetar cerca de 140 milhões de pessoas no mundo e em torno de 2,5% da população do Brasil, de acordo com dados de 2019 da Organização Mundial da Saúde (OMS) (Bueno, 2024). Dessa forma, esta condição foi selecionada em virtude da necessidade de identificação, visto que segundo Zorzetto (2025) quando não é realizado o tratamento geralmente se agrava de maneira a limitar a competência de lidar com atividade simples do dia a dia. Atualmente existem diversas ferramentas de triagem para detecção de transtornos bipolares (TB), sendo as principais o Questionário de Transtorno de Humor (MDQ), a Escala Diagnóstica do Espectro Bipolar (BSDS), a Lista de Verificação de Hipomania (HCL-32) e o Rastreador Rápido de Humor (RMS) (Dines *et al.*, 2025)

Nesse contexto, o MDQ foi selecionado em virtude de seu benefício de aplicação em um cenário clínico geral, em clínicas psiquiátricas assim como na atenção primária, quando existe a suspeita de transtornos de humor. Este instrumento é composto por 13 perguntas que detalham um episódio maníaco anterior ou hipomaníaco, seguidos de questionamentos acerca da ocorrência temporal desses sintomas e sua consequência no funcionamento cotidiano (Dines *et al.*, 2025; Vossos; Nwosu-Izevbekhai, 2024). Desse modo, o MDQ leva menos de 5 minutos

para ser respondido e depende do relato do próprio sujeito, fator que é uma das principais preocupações que limita seus resultados (Vossos; Nwosu-Izevbekhai, 2024).

A condição de transtorno obsessivo-compulsivo foi selecionada pois segundo Paula, Kling e Siqueira (2023) apresenta prevalência de 1 a 2% mundialmente e é uma condição crônica, frequentemente debilitante e subdiagnosticada, que afeta a qualidade de vida e geralmente associado dificuldade socioeconômica de longo prazo. Além disso, a Organização Mundial da Saúde (OMS) posiciona o TOC entre os dez principais transtornos que mais incapacita os indivíduos (Paula; Kling; Siqueira, 2023). Assim, métodos breves de autorrelato são apropriados para reconhecer sintomas e a gravidade desta condição, visto que é necessário treinamento reduzido para aplicação e interpretação (Pampaloni *et al*., 2022).

O Inventário Obsessivo-Compulsivo (OCI) é um instrumento autoavaliativo amplamente empregado, composto por 42 itens que geram uma pontuação total e sua versão revisada é o Inventário Obsessivo-Compulsivo Revisado (OCI-R). Este foi adotado no projeto visto que é menor que o OCI e assim mais adequado para triagem, sendo estruturado por 18 questões organizadas em 6 subescalas, incluindo lavagem, verificação, neutralização, obsessão, organização e acumulação. Outrossim, é válido ressaltar que ao comparar a outra ferramenta de triagem a Zohar-Fineberg Obsessive Compulsive Screen (ZF-OCS) o OCI-R é mais abrangente e indica a gravidade do quadro (Pampaloni *et al*., 2022; Wootton *et al*., 2016).

Por fim, o último quadro escolhido para compor a gama de transtornos abordados foi o burnout, visto o panorama crítico no Brasil em que de acordo com dados da International Stress Management Association (ISMA) este é o segundo país do mundo com maior prevalência de esgotamento profissional (Treml *et al*., 2025). Nesse sentido, o instrumento BAT (Burnout Assessment Tool) foi criado através de procedimentos científicos estabelecidos e numerosas entrevistas com profissionais de saúde, para avaliar as dimensões centrais (BAT-C) do burnout e as dimensões secundárias (BAT-S) (Schaufeli; Desart; Witte, 2019).

Assim, a versão finalizada da BAT é composta por 33 itens referentes aos principais sintomas de burnout e para facilitar a triagem e prevenir desgaste, Schaufeli, Desart, Witte, (2019) desenvolveram uma versão abreviada com 12 itens. Dessa maneira, optou-se pela BAT-12 com 12 aspectos, visto que segundo Vazquez *et al*. (2025, p. 10) “a versão breve do BAT pode ser a melhor ferramenta para avaliar o burnout como uma medida global”, os autores

descrevem que este formato de instrumento é indicado para pesquisadores que avaliam profissionais brasileiros para triagem desta condição. Ademais, é imprescindível destacar que esta ferramenta contempla duas falhas do Inventário de Burnout de Metodologia (MBI) relacionadas a deficiências de conceitualização e psicométricas (Schaufeli; Desart; Witte, 2019).

No que se refere os transtornos abordados na triagem para crianças, foi incluído o Transtorno do Espectro Autista (TEA) devido prevalência em ascensão associada à elevação significativa do diagnóstico de autismo na população em geral, no Brasil e internacionalmente, à maior conscientização e ao aprimoramento dos critérios diagnósticos (Borges *et al*., 2024; Fernandes *et al*., 2025). Além disso, identificar de maneira precoce o TEA é essencial visto que nos três primeiros anos ocorre intensa sinaptogênese e estruturação de circuitos neurais que fundamentam as funções cognitivas, sociais e de linguagem, assim as intervenções nesta etapa tornam possível as trajetórias do neurodesenvolvimento, permitindo vantagens funcionais mais complicadas de serem adquiridas em outras idades (Jesus *et al.*, 2025).

O Modified Checklist for Autism in Toddlers (M-CHAT) foi definido como instrumento para triagem de TEA em crianças no website, visto que este é largamente identificado como padrão-ouro para este fim. Outrossim, é importante destacar que Academia Americana de Pediatria aconselha que toda a criança entre 18 e 24 meses de idade seja sujeita a triagem para o TEA, podendo ser por meio do M-CHAT, mesmo que não estejam sob suspeita diagnóstica. Esta ferramenta é composta por 23 itens claros que devem ser respondidos pela vivência e observação dos pais e/ou cuidadores da população infantil (Mangueira *et al.*, 2024; SBP, 2017).

Outra condição que foi escolhida para incluir na triagem na população infantil foi o Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH), isso porque, segundo French *et al*. (2024) os sintomas e prejuízos vinculados ao TDAH tem possibilidade de perdurar ao longo de toda a vida do indivíduo. Neste contexto, esses sintomas são consideravelmente limitantes e geram riscos adicionais tanto para crianças quanto para adultos, como complicações de saúde mental, física e impactos sociais (French *et al*., 2024). O Swanson, Nolan and Pelham Rating Scale (SNAP-IV) é de domínio público, possui 18 itens e foi selecionado uma vez que o Ministério da Saúde através da Portaria Conjunta n° 14, de 29 de julho de 2022 validou esta

escala como mecanismo que auxilia no reconhecimento do TDAH, além de aprovar a aplicação pelos profissionais da saúde (Brasil, 2022; Souza *et al*., 2022).

Limitações do projeto

É evidente que a proposta do EntreMentes como um ambiente de direcionamento e triagem demonstra um potencial impacto positivo na promoção do bem-estar emocional, porém é essencial considerar possíveis limitações quanto a sua implementação, alcance e funcionamento.

De início observa-se limitações no que se refere ao acesso à plataforma, uma vez que para se obter os conteúdos e serviços oferecidos é necessário possuir disponibilidade à internet e dispositivos digitais. Embora a distribuição de redes de internet, como o Wi-fi, e de aparelhos eletrônicos tenha ganhado força e amplitude nas últimas décadas, uma parcela da população ainda não foi contemplada com tais avanços, o que dificulta a ação do atual projeto. Dentre esses indivíduos estão aqueles marcados pela vulnerabilidade socioeconômica, o que implica na impossibilidade de custear ferramentas fundamentais para o uso do site, assim como aqueles com baixo letramento digital que podem apresentar dificuldade na navegação, reduzindo a efetividade das assistências propostas pelo EntreMentes.

Outrossim, é nítido que a plataforma trabalha com escalas como instrumento de triagem direcionando o usuário. Contudo, como o preenchimento da escala escolhida depende de forma exclusiva dos utilizadores é possível que as respostas obtidas tornem-se limitações, haja vista a possibilidade de serem consideradas subjetivas ou inconsistentes, o que pode desencadear em orientações com menores critérios de efetividades para o caso abordado. Ademais, é válido destacar que o site encontra-se em constante desenvolvimento, principalmente no que tange cadastro de novos colaboradores e adição de conteúdos educativos, o que pode levar a fases de manutenção, assim como períodos de instabilidade de rede e falhas técnicas decorrentes da empresa de hospedagem. Essas situações tendem a ser esporádicas, porém restringem temporariamente o acesso à plataforma, configurando-se como limitações.

Além disso, a resistência cultural ao cuidado da saúde mental representa um desafio significativo ao projeto especialmente em contextos sociais que tendem a estigmatizar e negligenciar a ajuda psicológica. Em determinados grupos, a escolha de realizar o

Ano 4 volume 2 (2026)
ISSN 3085-5780

acompanhamento psicológico é considerada sinônimo de fragilidade e exagero, o que leva inúmeras vezes ao receio de procurar ajuda profissional. Esse cenário pode comprometer tanto a busca inicial do cuidado mental quanto à adesão e permanência do tratamento, corroborando com o agravamento do quadro e redução na efetividade das intervenções propostas pelo EntreMentes.

Paralelamente, o funcionamento do projeto também pode sofrer com o impacto da escassez de profissionais que se interessem e que optem por colaborar com a iniciativa. O EntreMentes possui dependência de trabalho voluntário e da adesão de profissionais colaboradores, uma vez que parte das atividades propostas pelo site depende inteiramente do engajamento desses participantes. A ausência de vínculo com a plataforma, assim como o número limitado de psicólogos pode gerar transtornos aos usuários que buscam o serviço direcionado, podendo não possuir profissionais disponíveis para determinado tipo de transtorno ou condição evidenciando uma falha no encaminhamento, parte da tríade que sustenta EntreMentes.

Perspectivas futuras

À medida que o EntreMentes se desenvolve, tornam-se possíveis novas estratégias para o aprimoramento da plataforma e melhor experiência aos usuários. Diante disso, idealiza-se, a longo prazo, o aumento do número de profissionais cadastrados, incluindo psicólogos que dominem diferentes abordagens terapêuticas e modalidades de consulta. Isso pode aumentar a efetividade no encaminhamento e promover um suporte de atendimento mais dinâmico e acessível ao público.

De modo semelhante, é interessante pensar na vinculação de estudantes do curso de Psicologia da Faculdade Atenas em Valença durante os períodos de estágio supervisionado. Diante dessa parceria, seria observada a contribuição para o fortalecimento do projeto, o que possibilitaria maior capacidade de acolhimento e direcionamento dos usuários, ampliando o acesso aos serviços à população local. Simultaneamente, essa iniciativa favorece a participação ativa do estudante dentro da comunidade e fomenta a vivência prática bem como o desenvolvimento acadêmico-profissional, trabalhando com a escuta ativa e qualificada,

compreendendo a realidade da saúde emocional dos indivíduos e promovendo o bem-estar emocional.

Outra possibilidade concreta é o aperfeiçoamento contínuo das escalas como ferramentas de triagem, atualizando-as de acordo com novas diretrizes e abordando outros tipos de transtornos, visando tornar o direcionamento da população mais organizado e seguro baseando-se em instrumentos científicos validados. Além disso, o projeto pode futuramente tornar a interface do site mais acessível, com recursos audiovisuais como por exemplo a linguagens de sinais, instruindo as etapas de realização das escalas, assim como uma navegação mais intuitiva. Essa possibilidade tende a incluir um público maior e mais diverso, como aqueles que possuem menor letramento ou deficiência auditiva, reduzindo possíveis limitações de acesso citadas anteriormente.

Ademais, também é discutida a possibilidade da criação de um aplicativo próprio, garantindo os mesmos serviços ofertados no site, porém com maior praticidade de acesso, tornando o EntreMentes mais presente no cotidiano dos utilizadores. Observa-se ainda o potencial da plataforma de contribuir com pesquisas acadêmicas futuras e coletas de dados epidemiológicos. Essa proposta pode ser útil na análise dos padrões de buscas por ajuda psicológica, locais com maior quantidade de público, uma vez que a localização do usuário esteja habilitada no site, além de idades e sexos mais frequentes, respeitando de forma integral os princípios éticos de privacidade estabelecidos ao usuário.

CONCLUSÃO

Diante do exposto, observa-se que a promoção do bem-estar emocional constitui uma estratégia fundamental para ampliar o acesso da população às informações, aos serviços de acolhimento e ao suporte em saúde mental, sobretudo frente ao crescimento expressivo dos transtornos mentais na sociedade contemporânea, especialmente ansiedade, depressão, burnout, transtornos de personalidade e outros agravos psicossociais. Nesse contexto, torna-se indispensável o desenvolvimento de ações preventivas e educativas que favoreçam a conscientização, a redução do estigma e o incentivo à busca por ajuda profissional.

Nesse cenário, o projeto "EntreMentes" demonstra potencial como ferramenta de promoção da saúde mental, ao integrar educação emocional, triagem inicial e encaminhamento profissional em uma plataforma digital acessível, intuitiva e humanizada. Além disso, a utilização de escalas validadas cientificamente, associada à disponibilização de conteúdos educativos e à aproximação entre usuários e profissionais da saúde mental, evidencia uma proposta inovadora, alinhada às diretrizes da Política Nacional de Saúde Mental e da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS).

Sob essa perspectiva, o estudo permitiu compreender que ambientes acolhedores, suporte emocional e acesso facilitado à informação exercem papel essencial na prevenção do sofrimento psíquico e na melhoria da qualidade de vida. Ademais, os resultados reforçam a importância das tecnologias digitais como instrumentos complementares no cuidado emocional, sobretudo em regiões com limitações de acesso aos serviços especializados, como o município de Valença-BA. Assim, a principal contribuição científica deste trabalho consiste em evidenciar a aplicabilidade de plataformas digitais na promoção da saúde mental, favorecendo estratégias preventivas, educativas e de acolhimento psicossocial.

Entretanto, apesar das contribuições observadas, reconhecem-se limitações relacionadas à exclusão digital, à subjetividade das respostas obtidas nas escalas de triagem e à dependência da adesão de profissionais colaboradores. Dessa maneira, torna-se necessária a continuidade de estudos e investimentos voltados ao aperfeiçoamento da plataforma, à ampliação dos recursos de acessibilidade e ao fortalecimento das redes de apoio psicossocial, visando ampliar a efetividade e o alcance da proposta.

Por fim, conclui-se que iniciativas como o "EntreMentes" podem contribuir significativamente para a democratização do cuidado em saúde mental, promovendo acolhimento, informação qualificada e incentivo à busca por acompanhamento profissional. Paralelamente, futuras investigações poderão avaliar a efetividade prática da plataforma, o impacto das intervenções propostas na qualidade de vida dos usuários e a aplicabilidade do projeto em diferentes contextos socioculturais, ampliando as possibilidades de atuação das tecnologias digitais na promoção do bem-estar emocional.



REFERÊNCIAS

AKTÜRK, Z. *et al*. Generalized Anxiety Disorder 7-item (GAD-7) and 2-item (GAD-2) scales for detecting anxiety disorders in adults. **Cochrane Database of Systematic Reviews**, v. 2025, n. 3, p. CD015455, 25 mar. 2025. DOI: 10.1002/14651858.CD015455. Disponível em: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11934853/ . Acesso em: 12 maio 2026.

AMERICAN FEDERATION OF TEACHERS. **12 rewarding benefits of therapy**. Washington, D.C., 2024. Disponível em: https://www.aft.org/news/12-rewarding-benefits-therapy . Acesso em: 10 maio 2026.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5**. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014. E-book. ISBN 978-85-8271-089-0. Disponível em: https://membros.analysispsicologia.com.br/wp-content/uploads/2024/06/DSM-V.pdf. Acesso em: 20 maio 2026.

BAPTISTA, M. N.; LIMA, N. R. S. O que as escalas de depressão avaliam? Uma discussão sobre similaridade de itens. Gerais: **Revista Interinstitucional de Psicologia**, Belo Horizonte, v. 15, n. 2, e18021, 2022. DOI: 10.36298/gerais202215e18021. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202022000200009&lng=pt&nrm=iso . Acesso em: 11 maio 2026.

BORGES, L. A. F. S. *et al*. Aumento nos casos de Transtorno do Espectro Autista em crianças: fatores e implicações. **Brazilian Journal of Implantology and Health Sciences**, v. 6, n. 11, p. 3697–3705, 2024. DOI: 10.36557/2674-8169.2024v6n11p3697-3705. Disponível em: https://bjihs.emnuvens.com.br/bjihs/article/view/4534 . Acesso em: 15 maio 2026.
BRASIL. Lei nº 5.766, de 20 de dezembro de 1971. **Cria o Conselho Federal e os Conselhos Regionais de Psicologia e dá outras providências**. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/LEIS/L5766.htm . Acesso em: 11 maio 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Depressão**. Brasília, DF: Ministério da Saúde, [s.d.]. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/d/depressao . Acesso em: 11 maio 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Estresse**. Biblioteca Virtual em Saúde, [s. d.]. Disponível em:: https://bvsms.saude.gov.br/estresse/ . Acesso em: 19 maio 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Na América Latina, Brasil é o país com maior prevalência de depressão**. Brasília: Ministério da Saúde, 2022. Disponível em: https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/2022/setembro/na-america-latina-brasil-e-o-pais-com-maior-prevalencia-de-depressao . Acesso em: 20 maio 2026.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção Especializada à Saúde; Secretaria de Ciência, Tecnologia, Inovação e Insumos Estratégicos em Saúde. **Protocolo Clínico e Diretrizes Terapêuticas do Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH).** Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2022. Aprovado pela Portaria Conjunta nº 14, de 29 de julho de 2022. Disponível em: https://www.gov.br/conitec/pt-br/midias/protocolos/portariaconjuntan14pcdttranstornododeficitdeatencaocomhiperatividadetdah.pdf/view . Acesso em: 16 maio 2026.

BUENO, F.. Transtorno bipolar afeta 140 milhões de pessoas no mundo e tem difícil diagnóstico. **Jornal da USP**, São Paulo, 14 mar. 2024. Disponível em: https://jornal.usp.br/radio-usp/transtorno-bipolar-afeta-140-milhoes-de-pessoas-no-mundo-e-tem-dificil-diagnostico/ . Acesso em: 13 maio 2026.

CADERNOS DE SAÚDE PÚBLICA. **Saúde mental dos brasileiros**: desafios e perspectivas. Rio de Janeiro: Fiocruz, v. 40, n. 2, 2024. Disponível em: https://agencia.fiocruz.br/cadernos-de-fevereiro-destaca-saude-mental-dos-brasileiros . Acesso em: 20 maio 2026.

CHORDOMA FOUNDATION. **Bem-estar emocional**: Entendendo a saúde mental e emocional. [S. l.]: Chordoma Foundation, 2024. Disponível em: https://pt.chordomafoundation.org/sobreviv%C3%AAncia/bem-estar-emocional/ . Acesso em: 20 maio 2026.

CNN BRASIL. **26,8% dos brasileiros já receberam diagnóstico de ansiedade, aponta pesquisa**. CNN Brasil, 2023. Disponível em: https://www.cnnbrasil.com.br/saude/mais-de-26-dos-brasileiros-tem-diagnostico-de-ansiedade-diz-estudo/ . Acesso em: 19 maio 2026.

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Resolução n.º 31, de 15 de dezembro de 2022. Estabelece diretrizes para a realização de avaliação psicológica no exercício profissional da psicóloga e do psicólogo, regulamenta o Sistema de Avaliação de Testes Psicológicos (SATEPSI) e revoga a Resolução CFP n.º 09/2018**. *Atos Oficiais*, 2022. Disponível em: https://atosoficiais.com.br/cfp/resolucao-do-exercicio-profissional-n-31-2022-estabelece-diretrizes-para-a-realizacao-de-avaliacao-psicologica-no-exercicio-profissional-da-psicologa-e-do-psicologo-regulamenta-o-sistema-de-avaliacao-de-testes-psicologicos-satepsi-e-revoga-a-resolucao-cfp-no-09-2018. Acesso em: 10 maio 2026.

DALGALARRONDO, P. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2019. Disponível em: https://membros.analysispsicologia.com.br/wp-content/uploads/2024/06/Psicopatologia-Paulo-Dalgalarrondo.pdf . Acesso em: 19 maio 2026.

DINES, M. *et al*. Critical overview of screening tools for detecting bipolar disorders. **Actas Españolas de Psiquiatría**, v. 53, n. 5, p. 1122–1130, 2025. DOI: 10.62641/aep.v53i5.1924. Disponível em: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12538600/ . Acesso em: 13 maio 2026.

FEIJO, L. P. *et al*. Indícios de eficácia dos tratamentos psicoterápicos pela internet: revisão sistemática. Gerais: **Revista Interinstitucional de Psicologia**, Belo Horizonte, v. 14, n. spe, p. 1–25, 2021. DOI: 10.36298/gerais202114e16767. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202021000300002&lng=pt&nrm=iso . Acesso em: 10 maio 2026.

FERNANDES, A. D. S. A. *et al*. A expansão do diagnóstico de autismo no contexto brasileiro atual: incidência nas políticas públicas e na organização do cuidado. **Desidades**, n. 41, 2025. DOI: 10.54948/desidades.v1i41.68499. Disponível em: https://revistas.ufrj.br/index.php/desidades/article/view/68499 . Acesso em: 15 maio 2026.

FONSECA-PEDRERO, E. *et al*. Youth screening depression: Validation of the Patient Health Questionnaire-9 (PHQ-9) in a representative sample of adolescents. **Psychiatry Research**, v. 328, p. 115486, 1 out. 2023. Disponível em: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0165178123004365?__cf_chl_tk=tHYdeFrqt8U_HUxT0dokAP_fWXPwvmMpLRvGhPcU3IY-1779489870-1.0.1.1-tZpnKv0K9PvVSMmpkffSGJvyivjUdMYDyjwyIpTuHiQ . Acesso em: 11 maio 2026.

FREITAS, A. A. da S. *et al*. Compreendendo a prevalência de ansiedade e depressão na sociedade brasileira. **Periódicos Brasil. Pesquisa Científica**, Macapá, Brasil, v. 3, n. 2, p. 647–657, 2024. DOI: 10.36557/pbpc.v3i2.79. Disponível em: https://periodicosbrasil.emnuvens.com.br/revista/article/view/79 . Acesso em: 12 maio 2026.

FRENCH, B. *et al.* The impacts associated with having ADHD: an umbrella review. **Frontiers in Psychiatry**, v. 15, art. 1343314, 2024. DOI: 10.3389/fpsyt.2024.1343314. Disponível em: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11151783/. Acesso em: 16 maio 2026.

HARDING, K. Words matter: the Royal College of Psychiatrists' position statement on personality disorder. **The Lancet Psychiatry**, v. 7, n. 5, p. 387–388, 2020. DOI: 10.1016/S2215-0366(20)30126-7. Disponível em: https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32353280/ . Acesso em: 19 maio 2026.

JESUS, E. de *et al*. A importância do diagnóstico precoce no Transtorno do Espectro Autista (TEA). **Asclepius International Journal of Scientific Health Science**, São José dos Pinhais, v. 4, n. 10, p. 61–69, 2025. DOI: 10.70779/aijshs.v4i10.353. Disponível em: https://asclepiushealthjournal.com/index.php/aijshs/article/view/353 . Acesso em: 15 maio 2026.

KOYAMA, E. T.; CUSTODIO, F. F.; MISCHIATI, M. F. Saúde mental no Brasil: revisão de literatura. **Revista Uningá,** v. 1, 2011. DOI: 10.46311/2318-0579.29.eUJ974. Disponível em: https://revista.uninga.br/uninga/article/view/974 . Acesso em: 19 maio 2026.

KROENKE, K. PHQ-9: global uptake of a depression scale. **World Psychiatry**, v. 20, n. 1, p. 135–136, 2021. DOI: 10.1002/wps.20821. Disponível em: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7801833/ . Acesso em: 11 maio 2026.

KUHNEN, A. *et al.* A importância da organização dos ambientes para a saúde humana. P**sicologia & Sociedade**, v. 22, n. 3, p. 538–547, 2010. DOI: 10.1590/S0102-71822010000300014. Disponível em: https://www.scielo.br/j/psoc/a/RSXXdMvLBLtzFP4GSbhxqjJ . Acesso em: 19 maio 2026.

LIMA JÚNIOR, C. A. **Plano de ação para melhoria da atenção em saúde mental na Unidade Básica de Saúde Urbana do município de Girau do Ponciano – Alagoas**. 2013. Trabalho de Conclusão de Curso (Especialização em Atenção Básica em Saúde da Família) – Universidade Federal do Triângulo Mineiro, Girau do Ponciano, 2013. Disponível em: https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/6170 .pdf. Acesso em: 19 maio 2026.

MACÊDO, Shirley *et al*. Universitários em Sofrimento Psíquico: Estudo em Serviço Escola do Interior Pernambucano. **Revista NUFEN: Phenomenology and Interdisciplinarity**, [S. l.], v. 13, n. 2, 2021. DOI: 10.26823/nufen.v13i2.22451. Disponível em: https://submission-pepsic.scielo.br/index.php/nufen/article/view/22451 . Acesso em: 19 maio 2026.

MANGUEIRA, K. K. M. *et al.* Autismo: o uso de M-CHAT como instrumento para o diagnóstico precoce na atenção primária. **Revista Interdisciplinar em Saúde**, Cajazeiras, v. 11, p. 625–637, 2024. DOI: 10.35621/23587490.v11.n1.p625-637. Disponível em: https://www.interdisciplinaremsaude.com.br/Volume_32/Trabalho_44_2024.pdf. Acesso em: 30 maio 2026.

MINAYO, M. C. de S. **O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde.** 9. ed. São Paulo: Hucitec, 2006. Disponível em: https://www.faed.udesc.br/arquivos/id_submenu/1428/minayo__2001.pdf . Acesso em: 19 maio 2026.

MUNIR, S.; TAKOV, V.. **Generalized Anxiety Disorder**. StatPearls, 17 out. 2022. Disponível em: https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK441870/ . Acesso em: 11 maio 2026

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Constituição da Organização Mundial da Saúde**. Genebra: OMS, 1946. Disponível em:https://www.paho.org/pt/topicos/saude-mental . Acesso em: 19 maio 2026.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Mental health: strengthening our response**. Geneva: World Health Organization, 2022. Disponível em: https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response . Acesso em: 19 maio 2026.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **World mental health report: transforming mental health for all**. Geneva: World Health Organization, 2022. Disponível em: https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/40e5a13a-fe50-4efa-b56d-6e8cf00d5bfa/content . Acesso em: 19 maio 2026.

PAPALIA, D. E.; FELDMAN, R. D.; MARTORELL, G. **Desenvolvimento humano**. 12. ed. Porto Alegre: AMGH, 2013. E-book. Disponível em: https://archive.org/details/desenvolvimento-humano/mode/2up . Acesso em: 19 maio 2026.

PAMPALONI, I. *et al*. The global assessment of OCD. **Comprehensive Psychiatry**, v. 118, p. 152342, out. 2022. DOI: 10.1016/j.comppsych.2022.152342. Disponível em: https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0010440X22000487 . Acesso em: 14 maio 2026.

PAULA, D. K. de; KLING, C. P. S. P.; SIQUEIRA, E. C. de. Uma abordagem geral do transtorno obsessivo compulsivo. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 23, n. 6, e13174, 2023. DOI: 10.25248/reas.e13174.2023. Disponível em: https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/13174. Acesso em: 14 maio 2026.

QUIROGA, F. L.; BESSA, R. de. A educação em tempos de smartphones e redes sociais: por uma crítica permanente no enfrentamento da dessubjetivação e monitoramento. **Texto Livre**, Belo Horizonte, v. 17, e51341, 2024. DOI: 10.1590/1983-3652.2024.51341. Disponível em: https://periodicos.ufmg.br/index.php/textolivre/article/view/51341 . Acesso em: 10 maio 2026.

RUTTER, L. A.; BROWN, T. A. Psychometric properties of the Generalized Anxiety Disorder Scale-7 (GAD-7) in outpatients with anxiety and mood disorders. J**ournal of Psychopathology and Behavioral Assessment**, v. 39, n. 1, p. 140–146, 2017. DOI: 10.1007/s10862-016-9571-9. Disponível em: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC5333929/ . Acesso em: 13 maio 2026.

SADOCK, B. J.; SADOCK, V. A.; RUIZ, P. **Compêndio de psiquiatria**: ciência do comportamento e psiquiatria clínica. 11. ed. Porto Alegre: Artmed, 2017. E-book. ISBN 978-85-8271-379-2. Disponível em: https://saude.ufpr.br/wp-content/uploads/2021/08/Compe%CC%82ndio%20de%20Psiquiatria%20-%20Benjamin%20J.%20Sadock-1.pdf . Acesso em: 19 maio 2026.

SCHAUFELI, W. B.; DESART, S.; WITTE, H. Burnout Assessment Tool (BAT)—Development, validity, and reliability. **International Journal of Environmental Research and Public Health**, v. 17, n. 24, p. 9495, 2020. DOI: 10.3390/ijerph17249495. Disponível em: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7766078/ . Acesso em: 14 maio 2026.

SILVA, L. S. *et al*. Propriedades psicométricas da GAD-7 no Brasil. **Psico**, [S. l.], v. 54, n. 1, p. e39902, 2023. DOI: 10.15448/1980-8623.2023.1.39902. Disponível em:

https://revistaseletronicas.pucrs.br/revistapsico/article/view/39902 . Acesso em: 12 maio 2026.

SOARES NETO, J. J. *et al*. O Programa Mais Médicos, a infraestrutura das Unidades Básicas de Saúde e o Índice de Desenvolvimento Humano Municipal. **Ciência & Saúde Coletiva**, Rio de Janeiro, v. 21, n. 9, p. 2709–2718, 2016. Disponível em: http://cienciaesaudecoletiva.com.br/artigos/o-programa-mais-medicos-a-infraestrutura-das-unidades-basicas-de-saude-e-o-indice-de-desenvolvimento-humano-municipal/15728?id=15728 . Acesso em: 19 maio 2026.

SOCIEDADE BRASILEIRA DE PEDIATRIA (SBP). **Triagem precoce para autismo/transtorno do espectro autista**. Rio de Janeiro: Sociedade Brasileira de Pediatria, 2017. (Documento Científico do Departamento Científico de Pediatria do Desenvolvimento e Comportamento). Disponível em: https://www.sbp.com.br/fileadmin/user_upload/2017/04/19464b-DocCient-Autismo.pdf. Acesso em: 15 maio 2026.

SOUZA, T. M. de *et al*. O questionário SNAP-IV como instrumento auxiliar no diagnóstico do transtorno do déficit de atenção/hiperatividade (TDAH). **Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação**, v. 8, n. 11, p. 2216–2224, 2022. DOI: 10.51891/rease.v8i11.7808. Disponível em: https://periodicorease.pro.br/rease/article/view/7808 . Acesso em: 16 maio 2026.

TREML, M. F. Q. *et al*. Burnout syndrome in Brazil (2014–2024): regional variations and temporal trends in an epidemiological study. **Revista Brasileira de Medicina do Trabalho**, v. 23, n. 3, e220251479, 2025. DOI: 10.47626/1679-4435-2025-1479. Disponível em: https://rbmt.org.br/details/3153/en-US/burnout-syndrome-in-brazil--2014%E2%80%932024---regional-variations-and-temporal-trends-in-an-epidemiological-study . Acesso em: 14 maio 2026.

VOSSOS, H.; NWOSU-IZEVBEKHAI, O. Mood disorders and rapid screening: a brief review. **Journal of Mental Health and Clinical Psychology**, v. 8, n. 2, p. 51–54, 2024. DOI: 10.29245/2578-2959/2024/2.1314. Disponível em: https://www.mentalhealthjournal.org/articles/mood-disorders-rapid-screening-brief-review.html . Acesso em: 13 maio 2026.

WELLAUSEN, R.; TRENTINI, C. M. É preciso diagnosticar patologias de personalidade?. **Revista Brasileira de Psicoterapia**, v. 17, n. 1, p. 54–68, 2015. Disponível em: https://lume.ufrgs.br/handle/10183/298212 . Acesso em: 20 maio 2026.

WOOTTON, B. M. *et al*. A contemporary psychometric evaluation of the Obsessive Compulsive Inventory – Revised (OCI-R). **Psychological Assessment**, v. 27, n. 3, p. 874–882, 2015. DOI: 10.1037/pas0000075. Disponível em: https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC4530108/ . Acesso em: 14 maio 2026.

Ano 4 volume 2 (2026)
ISSN 3085-5780



ZORZETTO, R. “Não tratado, o transtorno bipolar é uma doença progressiva”, afirma o psiquiatra Flávio Kapczinski. **Revista Pesquisa FAPESP**, São Paulo, jan. 2025. Disponível em: https://revistapesquisa.fapesp.br/nao-tratado-o-transtorno-bipolar-e-uma-doenca-progressiva-afirma-o-psiquiatra-flavio-kapczinski/ . Acesso em: 13 maio 2026.

.