

PSICOEDUCAÇÃO EM CONTEXTOS DE SAÚDE MENTAL: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA

Recebido em: 10/10/2023

Aceito em: 04/06/2024

DOI: 10.25110/arqsaude.v28i1.2024-10906



Gabriela Costa Alves¹
Fabiani Solis Peres²
Catherine Menegaldi Silva³
Juliana de Castro Prado Friedrich⁴
João Vitor Galbiati Zucco⁵
Regiane da Silva Macuch⁶
Rute Grossi-Milani⁷

RESUMO: As intervenções psicoeducativas são amplamente utilizadas como forma de promoção da saúde mental, demonstrando efeitos positivos na vida do sujeito frente ao seu adoecimento. Este estudo teve como objetivo investigar o uso da psicoeducação em contextos de saúde mental, por meio de uma revisão sistemática da literatura, a fim de apresentar sua aplicabilidade. Para tal, realizou-se o levantamento de estudos publicados no período de 2016 a 2021, sobre psicoeducação e educação em saúde mental, nas bases de dados Scielo, PePSIC, PubMed e Google Acadêmico. A estratégia de busca eletrônica identificou 15 estudos que atenderam aos critérios de inclusão. Em geral, os estudos enfocaram os efeitos das práticas psicoeducativas em indivíduos com Esquizofrenia (n=3); Ansiedade (n=2); Transtorno bipolar (n=2); Depressão pós-parto (n=2); Depressão (n=1); Transtorno obsessivo-compulsivo (n=1); Transtorno do Déficit de Atenção/Hiperatividade (n=1); e estudos com famílias (n=3). Os estudos demonstraram a usabilidade e aplicabilidade das atividades psicoeducativas em intervenções grupais e individuais, obtendo-se resultados positivos na saúde mental dos participantes. Conclui-se que deve ser dada continuidade nas investigações sobre programas de psicoeducação em contextos de saúde mental, pois são notáveis os seus benefícios para o bem-estar e qualidade de vida do sujeito em sofrimento psíquico e sua família.

PALAVRAS-CHAVE: Promoção da saúde; Educação em Saúde; Saúde mental.

¹ Mestre em Promoção da Saúde. Universidade Cesumar.

E-mail: psi.gabrielacosta@hotmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8612-4463>

² Mestre em Promoção da Saúde. Universidade Cesumar.

E-mail: fabisolisperes@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5928-0316>

³ Doutoranda em Promoção da Saúde. Universidade Cesumar.

E-mail: catherinemenegaldi@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5386-0205>

⁴ Doutoranda em Promoção da Saúde. Universidade Cesumar.

E-mail: jujcp@hotmail.com ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-5568-9047>

⁵ Mestrando em Promoção da Saúde. Universidade Cesumar.

E-mail: galbiatiyv@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0009-0004-7744-7430>

⁶ Doutora em Ciências da Educação. Universidade Cesumar. Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação (ICETI).

E-mail: rmacuch@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2277-319X>

⁷ Doutora em Medicina. Universidade Cesumar. Instituto Cesumar de Ciência, Tecnologia e Inovação (ICETI).

E-mail: rutegrossimilani@gmail.com ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2918-1266>

PSYCHOEDUCATION IN MENTAL HEALTH CONTEXTS: A SYSTEMATIC REVIEW

ABSTRACT: Psychoeducational interventions are widely used as a way of promoting mental health, demonstrating positive effects on the subject's life in the face of their illness. This study aimed to investigate the use of psychoeducation in mental health contexts, through a systematic review of the literature, in order to present its applicability. To this end, we carried out a survey of studies published between 2016 and 2021, on psychoeducation and mental health education, in the Scielo, PePSIC, PubMed and Google Scholar databases. The electronic search strategy identified 15 studies that met the inclusion criteria. In general, studies focused on the effects of psychoeducational practices on individuals with Schizophrenia (n=3); Anxiety (n=2); Bipolar disorder (n=2); Postpartum depression (n=2); Depression (n=1); Obsessive-compulsive disorder (n=1); Attention Deficit/Hyperactivity Disorder (n=1); and studies with families (n=3). The studies demonstrated the usability and applicability of psychoeducational activities in group and individual interventions, obtaining positive results in the participants' mental health. It is concluded that investigations into psychoeducation programs in mental health contexts must continue, as their benefits for the well-being and quality of life of the subject in psychological distress and their family are notable.

KEYWORD: Health promotion; Health education; Mental health.

PSICOEDUCACIÓN EN CONTEXTOS DE SALUD MENTAL: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA

RESUMEN: Las intervenciones psicoeducativas son ampliamente utilizadas como forma de promover la salud mental, demostrando efectos positivos en la vida del sujeto frente a su enfermedad. Este estudio tuvo como objetivo investigar el uso de la psicoeducación en contextos de salud mental, a través de una revisión sistemática de la literatura, con el fin de presentar su aplicabilidad. Para ello, realizamos un levantamiento de estudios publicados entre 2016 y 2021, sobre psicoeducación y educación en salud mental, en las bases de datos Scielo, PePSIC, PubMed y Google Scholar. La estrategia de búsqueda electrónica identificó 15 estudios que cumplieron con los criterios de inclusión. En general, los estudios se centraron en los efectos de las prácticas psicoeducativas en individuos con esquizofrenia (n=3); Ansiedad (n=2); Trastorno bipolar (n=2); Depresión posparto (n=2); Depresión (n=1); Trastorno obsesivo-compulsivo (n=1); Trastorno por Déficit de Atención/Hiperactividad (n=1); y estudios con familias (n=3). Los estudios demostraron la usabilidad y aplicabilidad de actividades psicoeducativas en intervenciones grupales e individuales, obteniendo resultados positivos en la salud mental de los participantes. Se concluye que las investigaciones sobre programas de psicoeducación en contextos de salud mental deben continuar, ya que son notables sus beneficios para el bienestar y la calidad de vida del sujeto en sufrimiento psicológico y su familia.

PALABRA CLAVE: Promoción de la salud; Educación para la salud; Salud mental.

1. INTRODUÇÃO

As intervenções psicoeducativas constituem uma importante ferramenta na promoção da saúde mental. Diversos autores trazem evidências sobre tais intervenções,

constatando sua efetividade na qualidade de vida e bem-estar emocional, além de proporcionarem autoconhecimento, empoderamento, conscientização e manejo de sintomas nos transtornos mentais (Selaskowski, 2022; Bröms *et al.*, 2020; Joas *et al.*, 2019; O'Donoghue *et al.*, 2018; Powell, 2022; Ivezić, 2017; Vilar *et al.*, 2020; Casañas *et al.*, 2019; Pimentel; Siquara, 2017; Brazão, 2020; Chan *et al.*, 2019). A psicoeducação envolve a transmissão de conhecimento sobre um fenômeno específico, quadro clínico ou estado de saúde do indivíduo (Oliveira; Dias, 2018). Seu propósito principal é promover a conscientização, ensinar estratégias de enfrentamento e desenvolver habilidades para lidar com mudanças (Lemes; Neto, 2018).

A psicoeducação teve início na década de 70 como uma alternativa terapêutica em oposição aos tratamentos convencionais da época, concentrando-se na educação em questões relacionadas à saúde (Pimentel; Siquara, 2017). Inicialmente, o termo psicoeducação foi usado para descrever uma abordagem terapêutica integrativa que visava intervir na dinâmica entre a família e o paciente, promovendo o conhecimento das terapias empregadas e a compreensão da doença pelo paciente (Carvalho, 2018).

Essa abordagem apresenta natureza biopsicossocial, visto que considera o indivíduo como um ser holístico e sistêmico (Maia; Araújo; Maia, 2018). Portanto, as intervenções psicoeducativas compreendem um campo multidisciplinar que abrange conhecimentos para além dos campos psicológicos e educacionais. Elas podem ser aplicadas em uma variedade de contextos, quando aplicada no campo da saúde, seu objetivo principal é realizar a prevenção, promoção e educação em saúde (Maia; Araújo; Maia, 2018).

Trata-se de uma modalidade de tratamento de tempo limitado, direcionada, estruturada e com ênfase na resolução de problemas. Busca entender as relações complexas entre a patologia, os sintomas da doença, a personalidade do sujeito e o ambiente interpessoal (Campos, 2018). Desse modo, contribui para capacitar pacientes e familiares na gestão da doença já instalada. Conforme ressaltado por Carvalho (2018), a psicoeducação tem sido reconhecida e endossada pela Associação Americana de Psiquiatria como uma intervenção essencial no tratamento de transtornos mentais, como é o caso da esquizofrenia. Isso ocorre porque ela promove uma maior aderência ao tratamento, melhora a interação e a estabilidade dos sintomas, além de proporcionar um prognóstico mais favorável.

Considerando o aumento significativo da prevalência de transtornos mentais na população, conforme destacado pelo relatório da Organização Mundial da Saúde (OMS),

intitulado "*The Burden of Mental Disorders in the Region of the Americas*," de 2018, torna-se fundamental discutir e intervir na saúde mental da população. Nesse contexto, a psicoeducação pode ser uma ferramenta importante para promover a saúde mental. A utilização de práticas interventivas psicoeducativas pode ser essencial para a promoção da saúde, uma vez que é por meio dessa forma de intervenção que o indivíduo pode adquirir empoderamento e um entendimento mais profundo de sua própria saúde.

A promoção da saúde é um processo que visa capacitar tanto indivíduos quanto comunidades, permitindo que expressem suas necessidades, tomem decisões e tenham mais controle sobre sua saúde e bem-estar, ao mesmo tempo em que buscam influenciar os fatores sociais e econômicos que impactam a saúde (Tveiten; Haugan; Eriksson, 2021). Essa abordagem está intrinsecamente ligada à melhoria da qualidade de vida, assim como da saúde mental (Bereta; Vale, 2023). Logo, questiona-se: de que forma a psicoeducação pode contribuir para a promoção da saúde mental do sujeito em sofrimento psíquico? À vista disso, esta pesquisa teve como objetivo investigar o uso da psicoeducação em contextos de saúde mental, por meio de uma revisão sistemática da literatura, a fim de apresentar sua aplicabilidade.

2. METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão sistemática que realizou uma busca de estudos publicados no período de 2016 a 2021, abordando o tema da psicoeducação e educação em saúde mental. A estratégia PICO (acrônimo de P = População; I = Intervenção; C = Comparação; e O = Outcome - desfecho) foi empregada para auxiliar na formulação da pergunta central deste estudo, que se resume em: "Quais estudos têm investigado o uso da psicoeducação e/ou da educação em saúde mental como estratégias de intervenção para a promoção da saúde mental?" Para isso, foram utilizados os seguintes descritores: "psicoeducação", "educação em saúde mental" e "promoção da saúde", bem como suas versões em inglês, "psychoeducation", "mental health education" e "health Promotion".

A busca foi conduzida nas bases de dados Scielo, PePSIC, PubMed e Google Acadêmico. Como critérios de inclusão para a seleção dos estudos, foram estabelecidos os seguintes itens: (1) artigos publicados nos últimos cinco anos; e (2) estudos que utilizaram a psicoeducação como intervenção em contextos de saúde mental. Por outro lado, como critérios de exclusão, foram estabelecidos: (1) estudos publicados antes do ano de 2016; (2) artigos sobre psicoeducação que não tinham foco na saúde mental; e (3) artigos de revisão da literatura. A busca eletrônica resultou em 150 artigos encontrados

nas bases de dados Scielo (n=25), PePSIC (n=52), PubMed (n=53) e Google Acadêmico (n=20), conforme apresentado na Figura 1. Desses, 15 foram incluídos na amostra, pois os demais não estavam dentro do período de cinco anos ou não se adequaram à proposta deste estudo.

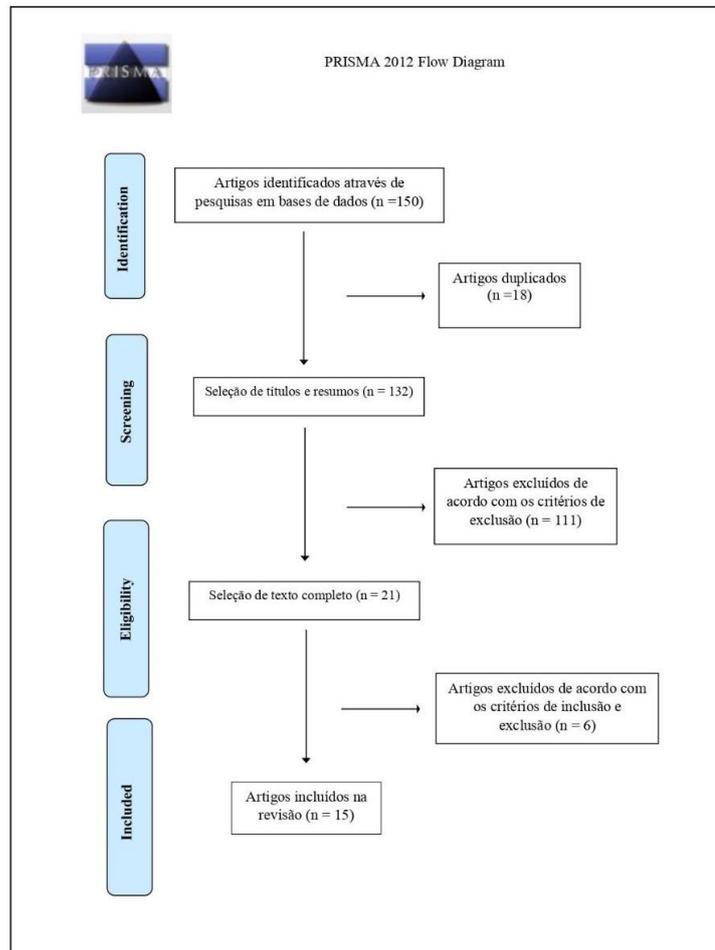


Figura 1: Fluxograma do processo de seleção dos estudos selecionados
 Fonte: PRISMA 2012 Flow Diagram

Primeiramente, procurou-se identificar estudos duplicados e reunir todas as publicações localizadas. Em seguida, procedeu-se com a extração, validação e codificação dos dados. Foi realizada uma análise com base no título e no resumo, em seguida, estes artigos foram lidos integralmente e incluídos nesta revisão de acordo com os critérios de elegibilidade, resultando em um total de 15 estudos. Os artigos selecionados para a revisão foram inseridos em uma planilha do Excel (versão 2016), da qual foram extraídos os seguintes dados: autoria; população; psicopatologia; procedimento/intervenção e objetivos do estudo. Nessa fase, os autores conduziram a avaliação crítica, a análise e síntese dos dados, a interpretação das evidências e, por fim, o processo de redação da revisão.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para analisar a literatura, consideraram-se os seguintes aspectos: (1) autoria, que inclui o nome dos autores e o ano de publicação; (2) delineamento metodológico, abordando o tipo de estudo; (3) população, detalhando o tipo de participantes e a denominação (paciente, família); (4) psicopatologia, mencionando os tipos de transtornos mentais abordados na intervenção; (5) procedimento/intervenção, descrevendo o tipo de intervenção realizada; (6) objetivos, que se referem aos objetivos propostos nos estudos (Quadro 1).

Quadro 1: Resultado da Revisão Sistemática sobre Psicoeducação em contextos de saúde mental

Autoria	População (n)	Psicopatologia	Procedimento / Intervenção	Objetivo do estudo
Bröms <i>et al.</i> , (2020)	Pacientes N=101	Esquizofrenia e Transtorno Esquizoafetivo	Psicoeducação e Entrevista Motivacional vs. Grupo controle	Avaliar se a psicoeducação em combinação com a entrevista motivacional é capaz de promover o envolvimento dos pacientes no tratamento e reduzir a taxa de recaída de pacientes psicóticos.
Yanagida; Uchino; Uchimura (2017)	Pacientes N=70	Esquizofrenia e Transtorno Esquizoafetivo	Psicoeducação	Examinar a importância da intervenção para aumentar a aderência à medicação em pacientes de longa-data através da psicoeducação.
Ivezić; Sesar; Mužinić (2017)	Pacientes N=80	Esquizofrenia	Psicoeducação vs. Grupo controle	Investigar se a psicoeducação auxilia na redução do autoestigma, aumento do empoderamento e redução da percepção de discriminação em pacientes com esquizofrenia.
Autoria	População (n)	Psicopatologia	Procedimento / Intervenção	Objetivo do estudo
O'donoghue <i>et al.</i> , (2018)	Pacientes N=36	Transtorno Bipolar	Grupos de Psicoeducação e Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT)	Avaliar a combinação da Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) e grupos de psicoeducação para indivíduos diagnosticados com Transtorno Bipolar.

Joas <i>et al.</i> , (2020)	Pacientes N=2.819	Transtorno Bipolar	Psicoeducação	Avaliar a efetividade da psicoeducação no tratamento do Transtorno Bipolar na rotina clínica.
Casañas <i>et al.</i> , (2019)	Pacientes N=504	Depressão	Grupos de Psicoeducação vs. Grupo controle	Avaliar a efetividade de uma intervenção baseada em programa psicoeducacional, com o objetivo de melhorar a taxa de remissão da depressão em pacientes com doença física crônica
Renner <i>et al.</i> , (2021)	Pacientes N=01	Depressão Pós-Parto (DPP)	Cartilhas sobre Psicoeducação	Avaliar a efetividade da psicoeducação e do treinamento de reconhecimento de emoções.
Chan <i>et al.</i> , (2019)	Pacientes N=660	Depressão pós-parto (DPP)	Aplicativo móvel psicoeducacional	Avaliar a efetividade do aplicativo móvel psicoeducacional na qualidade de vida e na redução da depressão, ansiedade ou estresse pós-parto.
Oliveira; Dias (2018)	Pacientes N=241	Transtorno de déficit de atenção/hiperatividade	Cartilha de psicoeducação	Avaliar a eficácia de cartilha online de psicoeducação sobre o TDAH elaborada especificamente para estudantes universitários.
Brazão (2020)	Pacientes N=10	Ansiedade	Grupos de Psicoeducação	Elaborar uma proposta de intervenção especializada de enfermagem na área da psicoeducação no controle da ansiedade na mulher com cancro da mama.
Autoria	População (n)	Psicopatologia	Procedimento / Intervenção	Objetivo do estudo
Abazarnejad (2019)	Pacientes N=42	Ansiedade	Aconselhamento psicoeducacional individual	Analisar a efetividade do aconselhamento psicoeducacional individual na redução da ansiedade em mulheres grávidas diagnosticadas com pré-eclâmpsia.
Siegmund; Nonohay; Gauer (2016)	Pacientes N=21	Transtorno obsessivo-compulsivo (TOC)	Textos informativos, vídeos e quizze	Avaliar a usabilidade, funcionalidade e efetividade de uma intervenção psicoeducacional computadorizada para o Transtorno obsessivo-compulsivo (TOC).

Welter (2018)	Familiares cuidadores N=17	Não há	Grupos de psicoeducação	Relatar a experiência com grupos de psicoeducação para familiares de pessoas internadas em uma unidade de atenção psicossocial.
Cuevas-Cancino 2020	Familiares cuidadores N=70	Não há	Grupos de psicoeducação	Analisar o efeito da psicoeducação no enfrentamento e adaptação ao papel de cuidador familiar de idosos.
Oliveira; Benincá (2020)	Familiares cuidadores N=10	Não há	Psicoeducação e atividades lúdicas	Analisar a vivência de ser um cuidador familiar e a possível sobrecarga advinda do cuidado.

Fonte: Elaborado pelos autores (2021).

Quanto à população, foi possível verificar que pacientes (n=4.585) e familiares (n=97) foram o público-alvo dos 15 trabalhos publicados. Dentre os quadros psicopatológicos em que a psicoeducação pode ser empregada como recurso de intervenção, identificou-se Esquizofrenia (n=3); Ansiedade (n=2); Transtorno bipolar (n=2); Depressão pós-parto (n=2); Depressão (n=1); Transtorno obsessivo-compulsivo (n=1); Transtorno do Déficit de Atenção/Hiperatividade (n=1); e estudos com famílias (n=3).

Foi possível observar que, além da psicoeducação como procedimento de intervenção, em alguns estudos, também foram adotados outros recursos, tais como entrevista motivacional (Bröms *et al.*, 2020), aplicativo móvel (Chan *et al.*, 2019), terapia de aceitação e compromisso (ACT) (O'donoghue *et al.*, 2018), cartilhas (Oliveira; Dias, 2018; Renner *et al.*, 2021), aconselhamento individual (Abazarnejad, 2019), textos informativos, vídeos e *quizzes* (Siegmund; Nonohay; Gauer, 2016).

Em relação aos objetivos das pesquisas, direcionadas principalmente aos pacientes, a maioria investigou os efeitos da psicoeducação na qualidade de vida (Chan *et al.*, 2019), na adesão terapêutica e remissão dos sintomas (Yanagida; Uchino; Uchimura, 2017; Casañas *et al.*, 2019; Bröms *et al.*, 2020), na promoção de reflexões e conscientização sobre a psicopatologia (Siegmund; Nonohay; Gauer, 2016; Ivezić; Sesar; Mužinić, 2017; Oliveira; Dias, 2018; Abazarnejad, 2019; Brazão, 2020; Renner *et al.*, 2021). Por outro lado, os objetivos das pesquisas voltadas para os familiares consistiram em proporcionar um espaço significativo para reflexão e discussão sobre a experiência de ser um cuidador. (Welter, 2018; Cuevas-Cancino, 2020; Oliveira; Benincá, 2020).

Conforme os resultados obtidos, a técnica psicoeducacional demonstrou ser aplicável tanto para os pacientes quanto para os familiares, demonstrando que o seu uso tem se expandido em contextos de saúde mental.

Foi possível observar que intervenções voltadas para pacientes com esquizofrenia foram o foco de quatro dos trabalhos publicados (Yanagida *et al.*, 2017; Ivezić *et al.*, 2017; Vilar *et al.*, 2020; Bröms *et al.*, 2020). Vilar e colaboradores (2020), ao investigarem os efeitos da psicoeducação na adesão terapêutica em pacientes com esquizofrenia, constataram que após as intervenções, houve um aumento no conhecimento sobre sua condição mental e uma adesão mais positiva à medicação.

Bröms e colaboradores (2020) avaliaram a prática da psicoeducação e da entrevista motivacional em pessoas com esquizofrenia ou transtorno esquizoafetivo, constatando que os pacientes se envolveram mais no tratamento e reduziram a frequência de recaídas. Para isso, foi realizada uma sessão de psicoeducação seguida por uma entrevista semiestruturada sobre as percepções e o conhecimento dos pacientes em relação aos antipsicóticos. A entrevista motivacional semiestruturada abordou questões relacionadas a crenças e atitudes em relação ao próprio tratamento, proporcionando um espaço para discutir ideias e preocupações dos pacientes sobre a doença. Outro estudo analisou os efeitos da psicoeducação e a importância das intervenções para melhorar a adesão à medicação em pacientes internados a longo prazo em um hospital psiquiátrico, onde estiveram hospitalizados por mais de um ano. Os resultados demonstraram que houve uma melhora significativa em termos de conhecimento e atitudes positivas em relação ao uso da medicação (Yanagida *et al.*, 2017).

Por sua vez, Ivezić e colaboradores (2017) discutiram os efeitos de um programa de psicoeducação sobre os temas de autoestigma, empoderamento e discriminação, em um grupo de pessoas com esquizofrenia. Concluíram que o autoestigma afeta negativamente a recuperação do paciente e que, por meio de uma psicoeducação baseada nos princípios de recuperação e empoderamento, com o apoio de um grupo terapêutico, é possível reduzir o autoestigma e aumentar o empoderamento dos indivíduos.

A utilização da psicoeducação no transtorno bipolar também foi evidenciada na revisão deste trabalho. Um ensaio clínico randomizado utilizou a intervenção da Terapia de Aceitação e Compromisso (ACT) e conduziu grupos de psicoeducação ao longo de dez semanas consecutivas, com duração de duas horas (O'Donoghue *et al.*, 2018). Para isso, abordaram questões relacionadas aos transtornos bipolares e do humor, incluindo mania, estresse, sono, depressão, medicação, comunicação com amigos e familiares, bem

como prevenção de recaídas. Em cada sessão, foram apresentadas habilidades de ACT como uma forma mais adaptativa de responder aos sintomas da psicopatologia.

Já nos estudos de Joas e colaboradores (2019) optaram por avaliar a eficácia da psicoeducação para o transtorno bipolar em um ambiente clínico de rotina, analisando 402 pacientes que participaram da intervenção. Os autores constataram, após a técnica psicoeducativa, que os pacientes apresentaram uma redução nos episódios de humor (maníacos, mistos ou depressivos) e uma diminuição do índice de internações quando comparado aos períodos anteriores à intervenção.

Referente às intervenções relacionadas à depressão, Casañas e colaboradores (2019), desenvolveram um protocolo de ensaio clínico randomizado e controlado para avaliar a eficácia de uma intervenção baseada em um programa psicoeducacional realizado por enfermeiras da atenção primária, com o objetivo de melhorar a taxa de remissão da depressão em pacientes com doença física crônica. Durante esse período, serão realizados doze encontros na Atenção Básica para abordar a educação em saúde, tratando tanto de sintomas depressivos quanto de doenças físicas crônicas. Cada encontro terá a duração de noventa minutos e ocorrerá uma vez por semana. Para atingir esse objetivo, o estudo propõe a avaliação de cerca de 504 pacientes ao longo de um ano.

Também foram encontrados dois estudos para mães com depressão pós-parto. Os autores Renner e colaboradores (2021) desenvolveram um protocolo de psicoeducação composto por sete cartilhas abordando temas típicos do desenvolvimento, além de um treinamento de reconhecimento de emoções para atendimento de mães e filhos. Constatou-se que as duas propostas de protocolo foram de fácil compreensão para o público estudado.

Já em um ensaio clínico realizado em Hong Kong, avaliou-se a eficácia de um aplicativo móvel psicoeducacional na redução da depressão, ansiedade e estresse pós-parto em 660 gestantes durante as 4 semanas após o parto (Chan *et al.*, 2019). Os níveis de depressão pré e pós-natal foram avaliados por meio da Escala de Depressão Pós-natal de Edimburgo (EPDS), e os resultados indicaram que a intervenção foi eficaz na redução dos níveis de depressão.

Outros dois estudos avaliaram a eficácia de intervenções psicoeducativas no controle da ansiedade em mulheres. Abazarnejad e colaboradores (2019) identificaram que o aconselhamento psicoeducacional pode reduzir de forma significativa o nível de ansiedade em gestantes com pré-eclâmpsia. Após as sessões de aconselhamento, observou-se uma redução no nível de ansiedade, conforme medido pela escala

Spielberger State-Trait Anxiety Inventory (STAI). Por sua vez, no estudo conduzido por Brazão (2020), foi identificada a presença de níveis moderados a elevados de ansiedade em mulheres diagnosticadas com câncer de mama. No entanto, após a implementação de uma intervenção especializada de enfermagem focada em psicoeducação, os resultados indicaram que essa abordagem demonstrou ser eficaz no gerenciamento da ansiedade, além de promover melhorias significativas na qualidade de vida e na saúde mental das pacientes.

Referente ao uso da psicoeducação direcionada para indivíduos diagnosticados com Transtorno do Déficit de Atenção com Hiperatividade (TDAH), foi encontrado um estudo que envolveu a elaboração de uma cartilha online sobre o transtorno, enviada para estudantes universitários, com o objetivo de contribuir para a qualidade de vida e fornecer conhecimento sobre o transtorno (Oliveira *et al.*, 2018). O nível de conhecimento sobre o TDAH da amostra foi avaliado antes e depois da leitura da cartilha. Os resultados demonstraram que a cartilha online foi eficaz na melhoria do conhecimento sobre o TDAH dos participantes. Além disso, identificaram-se os conteúdos com maior e menor conhecimento na amostra, bem como aqueles nos quais a cartilha foi mais informativa. Conclui-se que a elaboração de materiais sobre o TDAH pode ser uma maneira eficaz de informar sobre o transtorno e também uma fonte de informação complementar ao tratamento.

Siegmund e colaboradores (2016) tiveram como objetivo avaliar a usabilidade, funcionalidade e os efeitos de uma intervenção psicoeducacional computadorizada para o Transtorno Obsessivo-Compulsivo (TOC). Para isso, conduziram um programa de intervenção com 21 participantes, que incluiu o desenvolvimento de textos informativos, vídeos e quizzes. Ao aplicar a escala Yale-Brown Obsessive-Compulsive Scale (Y-BOCS) para avaliar a intensidade dos sintomas de TOC, bem como escalas subjetivas de humor e ansiedade, confirmaram que houve uma diminuição nos escores obsessivos e uma notável diferença na percepção dos sintomas do TOC. O programa recebeu uma boa avaliação de satisfação por parte dos usuários e demonstrou potencial para reduzir os sintomas percebidos.

Além dos estudos encontrados que abordam a psicoeducação como uma intervenção de saúde mental para pessoas diagnosticadas com transtornos mentais, também foram identificados três estudos que exploraram a utilização da psicoeducação como uma estratégia eficaz para promover a saúde mental de familiares e cuidadores (Welter, 2018; Oliveira; Benincá, 2020; Cuevas-Cancino *et al.*, 2019). Cuevas-Cancino

e colaboradores (2019), em seu estudo quantitativo quase experimental, analisaram o efeito da psicoeducação no enfrentamento e na adaptação ao papel de cuidador familiar do idoso em 70 participantes. Demonstraram um efeito positivo na adaptação ao papel de cuidador familiar, com um aumento significativo na capacidade de enfrentamento e adaptação para melhorar o desempenho nessa função.

Welter (2018), em seu relato de experiência, conduziu uma intervenção de psicoeducação com grupos de familiares de pessoas internadas com transtorno mental em uma unidade de atenção psicossocial. No total, 17 familiares participaram de encontros semanais. Foi possível observar que a troca de experiências entre os participantes promoveu uma melhoria na saúde mental, uma vez que o grupo se tornou um espaço importante para que os participantes pudessem expor suas angústias, medos e buscar orientações sobre o cuidado com o familiar em sofrimento psíquico.

Por sua vez, Oliveira e Benincá (2020), ao realizarem uma intervenção com cuidadores familiares de pacientes submetidos à cirurgia cardíaca, comprovaram que as atividades psicoeducativas e as atividades lúdicas proporcionam um espaço que contribui para o processo de enfrentamento da doença. Os participantes puderam expressar sentimentos relacionados ao nível de sobrecarga e à experiência do processo de hospitalização.

Esta pesquisa teve como objetivo investigar o uso da psicoeducação em contextos de saúde mental, por meio de uma revisão sistemática da literatura, a fim de apresentar as produções científicas sobre o tema e sua aplicabilidade. Nesse sentido, foi possível observar um número significativo de estudos que utilizaram essa modalidade de intervenção para melhorar a saúde mental de pacientes e familiares cuidadores. Devido à sua natureza educativa e direcionada, a psicoeducação estimula o processo de conscientização sobre a patologia (Campos, 2018). Os resultados demonstraram melhorias significativas no bem-estar emocional e na saúde mental dos participantes.

As intervenções realizadas com pessoas que têm transtornos mentais proporcionam um espaço para a reflexão sobre os fatores biopsicossociais da própria doença, o que levou os sujeitos a desenvolver resiliência e recursos mais adaptativos para lidar com sua condição, bem como a melhorar a adesão ao tratamento e reduzir os sintomas percebidos. No caso das intervenções realizadas com familiares cuidadores, a troca de experiências entre os participantes promoveu uma melhoria na saúde mental e no bem-estar, além de ter propiciado o desenvolvimento de recursos adaptativos para lidar

com a resolução de problemas e o estresse decorrentes da sobrecarga dos cuidados prestados.

4. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos estudos analisados, ficou comprovada a usabilidade e aplicabilidade das intervenções psicoeducativas de forma grupal e individual. Os achados demonstraram resultados significativos no bem-estar emocional e na promoção da saúde mental dos participantes. As intervenções psicoeducativas proporcionaram autoconhecimento, empoderamento, conscientização, estratégias de enfrentamento e recursos mais adaptativos para lidar com sua própria condição. Um aspecto relevante que merece destaque é a importância das intervenções psicoeducativas realizadas com cuidadores e familiares, que demonstraram sua relevância ao oferecer acolhimento, suporte e apoio. Torna-se importante dar continuidade à investigação e ao desenvolvimento de projetos e programas de psicoeducação em contextos de saúde mental, uma vez que a condição patológica pode afetar significativamente o bem-estar e a qualidade de vida do sujeito e de sua estrutura familiar.

REFERÊNCIAS

ABAZARNEJAD, T. *et al.* Effectiveness of psycho-educational counseling on anxiety in preeclampsia. **Trends in Psychiatry and Psychotherapy**, v. 41, n. 3, p. 276-282, jul. 2019.

BERETA, T. *et al.* Formação em psicologia e qualidade de vida: discussões sobre a promoção da saúde mental dos universitários. **Arquivos de Ciências da Saúde da UNIPAR**, [S. l.], v. 27, n. 9, p. 5243–5264, 2023. DOI: 10.25110/arqsaude.v27i9.2023-022. Disponível em: <https://revistas.unipar.br/index.php/saude/article/view/10509>. Acesso em: 4 abr. 2024.

BRAZÃO, Isilda. **A psicoeducação no controle da ansiedade na mulher com câncer de mama: proposta de intervenções especializadas em enfermagem**. Porto Alegre, 2020. Trabalho de Conclusão de Curso (Mestrado em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica) - Universidade de Évora.

BRÖMS, G.; CAHLING, L.; BERNTSSON, A.; ÖHRMALM, L. Psychoeducation and motivational interviewing to reduce relapses and increase patients' involvement in antipsychotic treatment: interventional study. **BJPsych bulletin**, v. 44, n. 6, p. 265–268, 2020. DOI: 10.1192/bjb.2020.28.

CAMPOS, C. **Psicoeducação em Saúde Mental na comunidade: um estudo de caso.** Lisboa, 2018. Dissertação (Mestrado em Enfermagem - Área de Especialização de Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiatria) – Escola Superior de Enfermagem de Lisboa.

CARVALHO, A. **Efeitos da psicoeducação na qualidade de vida de pacientes com esquizofrenia.** Pelotas, 2018. Trabalho de Conclusão de Curso (Psicologia) - Universidade Federal de Pelotas.

CASAÑAS, R. *et al.* Effectiveness of a psychoeducation group intervention conducted by primary healthcare nurses in patients with depression and physical comorbidity: study protocol for a randomized, controlled trial. **BMC Health Services Research**, v. 19, n. 1, p. 427, 2019. DOI: 10.1186/s12913-019-4198-7.

CHAN, K. L. *et al.* Using Smartphone-Based Psychoeducation to Reduce Postnatal Depression Among First-Time Mothers: Randomized Controlled Trial. **JMIR mHealth and uHealth**, v. 7, n. 5, e12794, 2019. DOI: 10.2196/12794.

CUEVAS-CANCINO, J. J. *et al.* Efecto de la psicoeducación en el afrontamiento y adaptación al rol de cuidador familiar del adulto mayor. **Enfermería Universitaria**, Ciudad de México, v. 16, n. 4, p. 390-401, dic. 2019. DOI: <https://doi.org/10.22201/eneo.23958421e.2019.4.585>.

IVEZIĆ, S. Š.; SESAR, M. A.; MUŽINIĆ, L. Effects of a Group Psychoeducation Program on Self-Stigma, Empowerment and Perceived Discrimination of Persons with Schizophrenia. **Psychiatria Danubina**, v. 29, n. 1, p. 66-73, 2017.

JOAS, E. *et al.* Psychoeducation for bipolar disorder and risk of recurrence and hospitalization - a within-individual analysis using registry data. **Psychological Medicine**, v. 50, n. 6, p. 1043–1049, 2020. DOI: 10.1017/S0033291719001053.

LEMES, C.; NETO, J. Aplicações da psicoeducação no contexto da saúde. **Temas em Psicologia**, Ribeirão Preto, v. 25, n. 1, p. 17-28, mar. 2017. DOI: 10.9788/TP2017.1-02.

MAIA, R.; ARAÚJO, T.; MAIA, E. Aplicação da psicoeducação na saúde: revisão integrativa. **Revista Brasileira de Psicoterapia**, v. 20, n. 2, p. 53-63, 2018.

O'DONOGHUE, E. *et al.* Balancing ACT: evaluating the effectiveness of psychoeducation and Acceptance and Commitment Therapy (ACT) groups for people with bipolar disorder: study protocol for pilot randomised controlled trial. **Trials**, v. 19, n. 1, p. 436, 2018. DOI: 10.1186/s13063-018-2789-y.

OLIVEIRA, C.; GARCIA, A. Psicoeducação do Transtorno do Déficit de Atenção/Hiperatividade: O Que, Como e Para Quem Informar?. **Trends in Psychology** [online]. 2018, v. 26, n. 1, pp. 243-261. DOI: 10.9788/TP2018.1-10Pt

OLIVEIRA, M.; BENINCA, C. Intervenção de psicoeducação com cuidadores familiares de pacientes submetidos à cirurgia cardíaca. **Rev. SBPH**, São Paulo, v. 23, n. 2, p. 149-159, dez. 2020.

OLIVEIRA, C.; TEIXEIRA, M.; DIAS, A. Efetividade de uma cartilha psicoeducativa sobre o TDAH em estudantes universitários. **Psicol. teor. prat.**, São Paulo, v. 20, n. 2, p. 281-292, ago. 2018.

PIMENTEL, M.; SIQUARA, G. A utilização da psicoeducação no tratamento de pacientes com transtorno bipolar: uma revisão sistemática: The use of psychoeducation in the treatment of patients with bipolar disorder: a systematic review. **Revista Brasileira de Psicoterapia**, v. 19, n. 1, p. 43-54, 2017.

POWELL, L. A. *et al.* Psychoeducation Intervention Effectiveness to Improve Social Skills in Young People with ADHD: A Meta-Analysis. **J Atten Disord**, [S.l.], v. 26, n. 3, p. 340, 1 fev. 2022. DOI: <https://doi.org/10.1177/1087054721997553>.

RENNER, A *et al.*, Intervenção para mães com depressão pós-parto: protocolos de psicoeducação e treino para reconhecimento de emoção. **Psicologia: Pesquisa e Prática**, Juiz de Fora, v. 15, n. 2, p. 1-19, jun. 2021.

SELASKOWSKI, B. *et al.* Smartphone-assisted psychoeducation in adult attention-deficit/hyperactivity disorder: A randomized controlled trial. **Psychiatry Res**, [S.l.], v. 317, n. 114802, 1 nov. 2022. (DOI: <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2022.114802>).

SIEGMUND, G.; NONOHAY, R.; GAUER, G. Ensaio de usabilidade de uma intervenção psicoeducacional computadorizada sobre transtorno obsessivo-compulsivo. **Temas Psicológicos**, Ribeirão Preto, v. 24, n. 1, p. 261-276, mar. 2016. DOI: 10.9788/TP2016.1-18.

TVEITEN, S. Empowerment and Health Promotion in Hospitals. *In*: HAUGAN, G. *et al.* Health Promotion in Health Care – Vital Theories and Research. **Springer**, 2021. p. 159-170.

VILAR, T. *et al.* A psicoeducação na adesão terapêutica em utentes com esquizofrenia: Uma scoping review. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental**, Porto, n. spe7, p. 103-108, out. 2020. DOI: 10.19131/rpesm.0254.

YANAGIDA, N.; UCHINO, T.; UCHIMURA, N. The Effects of Psychoeducation on Long-term Inpatients with Schizophrenia and Schizoaffective Disorder. **The Kurume medical journal**, v. 63, n. 3.4, p. 61-67, 2017. DOI: 10.2739/kurumemedj.MS00011.

WELTER, Lisiane dos Santos. **Experiência de grupos de psicoeducação com familiares de pessoas com transtorno mental**. TCC de Especialização. Universidade Federal de Santa Maria, Centro de Ciências da Saúde, Curso de Especialização em Residência Multiprofissional Integrada em Saúde Mental no Sistema Público de Saúde, RS, 2018.

CONTRIBUIÇÃO DE AUTORIA

Gabriela Costa Alves: Concepção, elaboração e delineamento do estudo; aquisição, análise e interpretação de dados; e aprovação final da versão a ser publicada.

Fabiani Solis Peres: Redação e revisão do manuscrito.

Catherine Menegaldi Silva: Redação e revisão do manuscrito.

Juliana de Castro Prado Friedrich: Redação e revisão do manuscrito.

João Vitor Galbiati Zucco: Redação e revisão do manuscrito.

Regiane da Silva Macuch: Revisão do manuscrito e aprovação final da versão a ser publicada.

Rute Grossi-Milani: Concepção do estudo e acompanhamento de todas as etapas, visando a garantia da exatidão e integridade de qualquer parte do artigo.