

A PSICOEDUCAÇÃO COMO ESTRATÉGIA DE PREVENÇÃO E PROMOÇÃO DA SAÚDE

Rebeka Girardi Knop¹
Maria Isadora Gonçalves da Silva²
Pedro Henrique Peixoto Lisboa³
Samuel Henrique Reis do Nascimento⁴
Luciene Corrêa de Miranda Moreira⁵
Carla Ferreira de Paula Gebara⁶

RESUMO: O presente artigo tem como objetivo explorar os conceitos de prevenção e promoção da saúde, relacionando-os à psicoeducação como importante estratégia de atuação da Psicologia em diferentes contextos. Foi realizada uma revisão narrativa exploratória da literatura, utilizando-se as bases de dados Scielo e Google Acadêmico, além de publicações do Ministério da Saúde. Compreende-se a saúde como um termo relacionado a um estado dinâmico e à capacidade de viver plenamente. Por esse fato, a prevenção surge para evitar ocorrências adversas relacionadas à saúde, enquanto a promoção da saúde engloba estratégias para melhorar a qualidade de vida dos indivíduos. Diante disso, entende-se a psicoeducação como uma maneira de ampliar o conhecimento e aumentar a compreensão do paciente acerca de sua condição, além de contribuir em tomadas de decisões. Sendo assim, a psicoeducação pode ser trabalhada em diferentes contextos, levando em consideração que é fundamental para o manejo efetivo nas intervenções. Ao ser aplicada de forma abrangente, contribui significativamente para o fortalecimento da saúde coletiva, promovendo uma abordagem mais integrada e consciente tanto para pacientes quanto para os familiares e profissionais envolvidos. Dessa maneira, seu impacto vai além da prevenção, influenciando positivamente os cuidados contínuos e a adesão ao tratamento, sendo fundamental aos processos de promoção da saúde.

Palavras-chave: Psicoeducação. Prevenção. Promoção de saúde.

¹ Discente do curso de Psicologia do Centro Universitário Academia.
Email: rebekaa-gk@hotmail.com

² Discente do curso de Psicologia do Centro Universitário Academia.
Email: mariaigs.0900025328@uniacademia.edu.br

³ Discente do curso de Psicologia do Centro Universitário Academia.
Email: pedrohpl.900034971@uniacademia.edu.br

⁴ Discente do curso de Psicologia do Centro Universitário Academia.
Email: samuelhr.900021713@uniacademia.edu.br

⁵ Mestre em Psicologia pela Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF) e docente do Centro Universitário Academia (UNIACADEMIA). Email: lucienemoreira@uniacademia.edu.br

⁶ Doutora em Ciências pelo Departamento de Psicobiologia da Universidade Federal de São Paulo (UNIFESP) e docente do Centro Universitário Academia (UNIACADEMIA). E-mail: carlagebara@uniacademia.edu.br

PSYCHOEDUCATION AS A STRATEGY FOR PREVENTION AND HEALTH PROMOTION

ABSTRACT: This article aims to explore the concepts of prevention and health promotion, relating them to psychoeducation as an important strategy for Psychology in different contexts. An exploratory narrative review of the literature was carried out, using the Scielo and Google Scholar databases, in addition to publications from the Ministry of Health. Health is understood as a term related to a dynamic state, and the ability to live fully. For this reason, prevention arises to avoid adverse health-related occurrences, while health promotion encompasses strategies to improve individuals' quality of life. In view of this, psychoeducation is understood as a way to expand knowledge and increase the patient's understanding of their condition, in addition to contributing to decision-making. Therefore, psychoeducation can be worked on in different contexts, taking into account that it is fundamental for effective management of interventions. When applied comprehensively, it significantly contributes to strengthening collective health, promoting a more integrated and conscious approach for both patients, professionals and family members involved. In this way, its impact goes beyond prevention, positively influencing ongoing care and adherence to treatment, being fundamental to health promotion processes.

Keywords: Psychoeducation. Prevention. Health promotion.

1 INTRODUÇÃO

O presente artigo tem como objetivo explorar os conceitos de prevenção e promoção da saúde, relacionando-os à psicoeducação como importante estratégia de atuação da Psicologia em diferentes contextos. O objetivo do artigo mostra-se coerente com as atividades desenvolvidas pela Liga Acadêmica de Psicologia da Saúde (LAPS) do Centro Universitário Academia (UniAcademia/JF), as quais incluem a psicoeducação - que ocorre através de rodas de conversa; ações de abordagem e panfletagem; produção de conteúdos em redes sociais e em reuniões de um grupo de apoio para familiares de pessoas com deficiências, doenças crônicas e raras (GAF-DCR).

Para se conceituar a ideia de prevenção e promoção da saúde é essencial, primeiramente, definir a concepção de Saúde. E para expandir essa compreensão, pode-se considerar a perspectiva filosófica de Friedrich Nietzsche, que adota o vital

como ponto de vista básico. Nietzsche relaciona a medicina e a filosofia, mostrando a amplitude do termo saúde:

[...] Ainda estou à espera de um médico filosófico, no sentido excepcional da palavra - um médico que tenha o problema da saúde geral do povo, tempo, raça, humanidade, para cuidar -, terá uma vez o ânimo de levar minha suspeita ao ápice e aventurar a proposição: em todo o filosofar até agora nunca se tratou de 'verdade', mas de algo outro, digamos saúde, futuro, crescimento, potência, vida (Nietzsche, 1983, p. 190).

Nietzsche destaca que a saúde não se restringe à ausência de doenças, mas abrange o futuro, o crescimento, a potência e a vida. Ele propõe uma visão onde a saúde é um estado dinâmico, relacionado ao bem-estar geral do povo e à capacidade de viver plenamente. Esta visão se alinha com a definição de saúde proposta pela Organização Mundial de Saúde (OMS, 1946) ao enfatizar o bem-estar e a plenitude da vida em todas as suas dimensões - física, mental e social, e não apenas a ausência de doença ou enfermidade. Tal definição marcou um avanço significativo ao reconhecer que a saúde não pode ser vista apenas como a ausência de doenças, mas sim como um estado positivo de bem-estar multidimensional.

Porém, apesar de sua abrangência, alguns argumentam que o conceito de "completo bem-estar" é idealista e inatingível, podendo levar à medicalização excessiva da sociedade, onde qualquer desvio do "completo bem-estar" é visto como um problema de saúde (Segre; Ferraz, 1997). Outros autores sugerem que a definição de saúde poderia ser mais dinâmica, refletindo a capacidade das pessoas de gerenciar e adaptar sua saúde ao longo do tempo, em vez de se fixar em um estado estático de completo bem-estar. Essa perspectiva reconhece a saúde como um processo contínuo, que envolve a resiliência e a capacidade dos indivíduos de enfrentar e superar desafios de saúde em diferentes etapas da vida (Coelho; Almeida Filho, 2002).

No que diz respeito à Psicologia, o histórico de intervenções clínicas, individuais e remediativas diante de problemas - desajustamentos, doenças e distúrbios - reflete a associação da profissão à doença e ao modelo médico. Esta proposta reflete uma atuação direcionada apenas para uma parcela da população. (Albee, 2000; 2003; Guzzo, 2002; 2003 *apud* Lacerda Jr.; Guzzo, 2005). A partir da década de 1950 surgem críticas a este modelo, inicialmente nos EUA, mas que chegam ao Brasil, buscando-se alternativas para responder aos desafios até então

não resolvidos no campo da saúde mental. O ser humano para a ser considerado contextualizado em seu caráter histórico e social (Cowen et. al, 1996 *apud* Lacerda Jr.; Guzzo, 2005) e as concepções de saúde e doença se alinham a esta perspectiva.

Prevenção primária é um conceito que veio da saúde pública, envolvendo ações voltadas para grupos - e não indivíduos - e que visam evitar a incidência de doenças. Na psicologia, surge diante da insatisfação de se tratarem os problemas de forma individualista, como, por exemplo, a partir apenas da psicoterapia (Lacerda Jr.; Guzzo, 2005). Enquanto modelo de trabalho, organizava-se em três níveis, segundo Goldston (1980 *apud* Lacerda Jr.; Guzzo, 2005): prevenção primária - ações de caráter educativo direcionadas a grupos antes que uma doença se instale - prevenção secundária - diagnóstico e intervenção precoce em grupos que apresentam fatores de risco, visando-se evitar que um problema se torne crônico - e, finalmente, prevenção terciária - busca reabilitar ou minimizar os impactos causados por uma doença já instalada.

Vale ressaltar, entretanto, que o conceito de prevenção tem sofrido importantes reformulações nos últimos anos, sendo que atualmente o modelo contempla uma proposta integrativa e uma relação dinâmica entre prevenção, promoção e tratamento, conforme descrito por Abreu, Barletta e Murta (2015). A ideia de prevenção primária passa a ser dividida em prevenção universal (intervenções direcionadas a toda a população), prevenção seletiva (voltada às pessoas que estão expostas a um maior risco de desenvolverem transtornos mentais) e prevenção indicada (para indivíduos que apresentem algum sintoma precoce de transtornos). De acordo com a gravidade do diagnóstico, o tratamento pode ser feito através de terapia breve ou de longa duração. O modelo considera promoção, prevenção e tratamento como estratégias complementares, que objetivam melhorar o nível de saúde da população, sugerindo práticas ampliadas e uma ação intersetorial (Abreu, Barletta e Murta, 2015).

Nessa perspectiva, a prevenção da saúde refere-se a intervenções proativas destinadas a evitar a ocorrência de doenças e condições de saúde adversas, buscando aumentar fatores de proteção e reduzir fatores de risco. Ou seja, ações que visam impedir a ocorrência de doenças, o que inclui, por exemplo, programas de vacinação, políticas de saneamento básico e campanhas de educação em saúde, fundamentais para reduzir a incidência de doenças infecciosas e melhorar a saúde geral da população (Brasil, 2006). Por outro lado, a promoção da saúde adota uma

perspectiva mais abrangente, buscando capacitar os indivíduos e comunidades para melhorar sua saúde e bem-estar geral. Este conceito foi amplamente difundido pela Carta de Ottawa para a Promoção da Saúde (OMS, 1986), que define a promoção da saúde como o processo de capacitação das pessoas para aumentar o controle sobre sua saúde e melhorá-la (Heidemann *et al.* 2012).

A distinção entre prevenção e promoção da saúde também é bem delineada no trabalho de Czeresnia (2009), onde a prevenção é vista como uma abordagem técnica e específica para evitar doenças, enquanto a promoção da saúde é descrita como uma abordagem holística que envolve múltiplos aspectos da vida e da sociedade. Segundo a mesma autora, a promoção da saúde vai além das medidas preventivas, abordando os determinantes sociais da saúde (DSS) e buscando melhorar a qualidade de vida e o bem-estar das populações (Czeresnia, 2009).

Assim, a saúde é vista como um conceito integrado que incorpora tanto a ausência de enfermidades quanto a presença de condições que permitem o pleno desenvolvimento físico, mental, social e, segundo Nietzsche, até mesmo filosófico. Contudo, a promoção da saúde deve ir além da simples prevenção de doenças, buscando criar condições que permitam aos indivíduos e comunidades alcançar e manter um estado de bem-estar que respeite a subjetividade e as particularidades de cada um. Isso inclui promover ambientes saudáveis, oferecer suporte emocional e social, e capacitar as pessoas a tomar decisões informadas sobre sua saúde, garantindo que possam enfrentar e superar desafios ao longo de suas vidas (Czeresnia, 2009; Nietzsche, 1983).

Nesse contexto, o termo psicoeducação começou a ser utilizado a partir da década de 80, ao qual tinha como objetivo fornecer informações sobre transtornos mentais para familiares e pacientes que eram psicóticos. Outrora, na década de 90 a psicoeducação começou a ser atrelada e desenvolvida com outros grupos que tinham outros tipos de transtornos mentais (Oliveira; Dias, 2018).

Entende-se a psicoeducação como uma maneira de ampliar o conhecimento e aumentar a compreensão do paciente acerca de sua condição, além de contribuir em tomadas de decisões, devendo ser feita de forma didática e com uma linguagem adequada (Oliveira; Dias, 2018). Sendo assim, a psicoeducação pode trazer um conhecimento sobre determinada questão, envolvendo diferentes teorias psicológicas e educativas. Nesse sentido, ela engloba diversas áreas do indivíduo (como desenvolvimento social, comportamental e emocional) (Lemes; Ondere Neto, 2017),

podendo ser utilizada como estratégia de prevenção e promoção de saúde, em distintos contextos e demandas, uma vez que seu objetivo é a melhora da qualidade de vida.

A metodologia do presente artigo consiste numa revisão narrativa exploratória realizada nas bases de dados Scielo e Google Acadêmico, e também nas publicações do Ministério da Saúde. A busca foi realizada a partir da combinação dos descritores “prevenção” E “promoção da saúde” E “psicoeducação”. A partir da análise dos resumos dos artigos selecionados na busca inicial, foram excluídos aqueles que não abordavam os três termos-chave.

2 PREVENÇÃO E PROMOÇÃO DA SAÚDE

A busca pela prevenção associa-se, historicamente, às preocupações com as consequências das condições sociais de desigualdade que surgiram nos EUA e ganharam foco nas décadas de 1960 e 1970. Essas preocupações resultaram no desenvolvimento de atividades preventivas voltadas à educação e à mudança social (Lacerda Jr.; Guzzo, 2005).

No âmbito do Sistema Único de Saúde (SUS) a prevenção é um pilar fundamental do que diz respeito à promoção da saúde e à melhoria da qualidade de vida da população brasileira. O SUS, criado pela Constituição Federal de 1988, adota uma abordagem integral e universal, garantindo o acesso gratuito e equitativo aos serviços de saúde para todos os cidadãos. A prevenção de saúde no SUS é estruturada em 3 níveis de estratégias, com o objetivo de evitar a ocorrência de doenças, detectar precocemente problemas de saúde e reduzir as complicações de condições crônicas (Cordeiro, 2010).

O Programa Nacional de Imunizações (PNI) do SUS, que se enquadra no nível de prevenção primária, é um dos mais abrangentes do mundo, oferecendo vacinas gratuitamente para prevenir doenças como poliomielite, sarampo, hepatite B, HPV, entre outras. As campanhas de educação em saúde, realizadas para incentivar hábitos saudáveis, como alimentação balanceada, atividade física regular e a prevenção do uso de tabaco e álcool, bem como ações de saneamento básico e melhoria das condições de vida, também são estratégias do nível primário de prevenção no âmbito do SUS (Cordeiro, 2010).

O SUS oferece exames de rastreamento para detecção precoce de doenças

como câncer de mama (mamografia), câncer de colo do útero (Papanicolau) e hipertensão arterial. Esses exames são essenciais para o diagnóstico precoce e tratamento imediato, aumentando as chances de cura e reduzindo a mortalidade, sendo atribuições do nível de prevenção secundária (Cordeiro, 2010).

Já o nível de prevenção terciária envolve programas de reabilitação física e mental, oferecidos para indivíduos com doenças crônicas ou condições que requerem suporte contínuo, como diabetes, hipertensão, doenças cardiovasculares e transtornos mentais. Serviços de atenção domiciliar são disponibilizados para pacientes com condições crônicas ou em recuperação, proporcionando cuidado contínuo e integrado (Cordeiro, 2010).

Os principais pilares da promoção da saúde incluem incentivar a participação ativa das comunidades na identificação de problemas de saúde e na implementação de soluções; fortalecer o empoderamento - entendido como essencial para que indivíduos e grupos assumam o controle de suas condições de saúde e dos fatores que as influenciam - e reconhecer que a saúde é influenciada por múltiplos fatores sociais, econômicos e ambientais, e, portanto, requer a colaboração de diferentes setores da sociedade (OMS, 1986; Paim; Silva, 2010).

3 A PSICOEDUCAÇÃO COMO ESTRATÉGIA DE PREVENÇÃO E PROMOÇÃO DA SAÚDE

A psicoeducação tem como característica o encontro de diversas teorias que conversam entre si com o objetivo de proporcionar ao paciente e aos seus familiares/cuidadores um melhor entendimento de seu diagnóstico (Lemes; Ondere Neto, 2017). Entretanto, há alguns tipos de psicoeducação que podem ser trabalhadas. Primeiramente existe a **psicoeducação psicodinâmica**, “voltada mais para os aspectos afetivos e conflitivos do sujeito” (Lemes; Ondere Neto, 2017, p. 19), a **psicoeducação comportamental**, “a qual enfoca as mudanças comportamentais utilizando a observação do comportamento e desenvolvendo um programa de reforço positivo ou negativo” (Lemes; Ondere Neto, 2017, p. 19), a **psicoeducação sociológica**, que “tem como proposta envolver um grupo propiciando a ele a conscientização de seus comportamentos, ideologias e valores sociais” (Lemes; Ondere Neto, 2017, p. 19); a **psicoeducação cognitivo-afetiva** “que engloba a

relação recíproca entre o aspecto afetivo e cognitivo” (Lemes; Ondere Neto, 2017, p. 19), entre outros tipos. Ademais, sugere-se que a psicoeducação é de suma importância, na medida em que há eficácia e é um modelo complexo, pois tem um envolvimento de diferentes teorias e técnicas. No entanto, tem como um dos objetivos principais a prevenção e promoção em saúde (Lemes; Ondere Neto, 2017).

As intervenções de psicoeducação, nesse contexto, têm o objetivo de ensinar e orientar, tanto o paciente quanto os cuidadores, em diferentes perspectivas e problemáticas, aplicáveis em diversos locais, promovendo a educação em saúde. Trata-se de uma maneira de ampliar e abastecer o paciente e cuidadores de informações, favorecendo um entendimento holístico do adoecimento (Oliveira; Benincá, 2020, p. 151).

Dessa forma, Oliveira e Benincá (2020) abordam que a psicoeducação tem como objetivo ampliar o conhecimento dos cuidadores e pacientes acerca dos assuntos e questões necessárias para eles. É importante ressaltar que a psicoeducação relaciona-se com o aprendizado sobre a temática que o grupo de psicoeducação traz. Considerando-se um exemplo de psicoeducação em grupo através da abordagem da terapia-cognitivo comportamental, tem-se de acordo com Neufeld; Maltoni; Ivatiuk; Rangé (2017), o objetivo de fornecer informações e autoconhecimento sobre os sintomas, demandas e buscar a compreensão da natureza dos problemas, tratamentos e prognósticos.

Assim como apontam Galdino *et al.* (2022), a psicoeducação tem como intuito o bem-estar do paciente e, por isso, apresenta diversos formatos em que e para que podem ser aplicadas. Além da psicoeducação, a Educação em Saúde (ES) também contribui para a conscientização e o bem-estar dos pacientes, abrangendo tanto a saúde individual quanto coletiva (Ferreira *et al.*, 2014). Embora a psicoeducação seja mais específica e dirigida ao tratamento de condições, a ES promove uma compreensão mais ampla sobre a saúde como um direito, favorecendo vínculos entre profissionais e usuários.

Segundo Ferreira *et al.* (2014), a Educação em Saúde é um mecanismo que suscita na população o conhecimento acerca dos direitos à saúde individual e coletiva. Para a autora, a ES visa, através de reflexões críticas, a formação de vínculos com a população, objetivando a “[...] promoção da saúde e à aproximação direta entre profissionais e usuários, na busca de uma relação que permita a coparticipação...” (Ferreira *et al.*, 2014, p.364). Ainda na perspectiva da ES, Besen *et*

al. (2017) afirmam que muitos profissionais ainda orientam sua prática educativa em uma direção curativista, no sentido de buscar a cura com o uso indiscriminado de medicamentos e alta tecnologia, negando, por vezes, o conhecimento e as trocas com a população. Contudo, existem profissionais que apresentam outros pensamentos em relação à educação em saúde, abordando essa ferramenta como fundamental à Promoção da Saúde (Besen *et al.*, 2017).

Dessa forma, tanto a psicoeducação quanto a ES compartilham o objetivo de melhorar a qualidade de vida, embora com enfoques distintos na interação e orientação. No que concerne à prática interventiva da psicoeducação, é possível notar que ela é “utilizada no tratamento de agravos diversos, tanto transtornos mentais como enfermidades orgânicas, com o fornecimento de informações, sendo direcionada ao próprio paciente e/ou a membros de sua família” (Ravaioli, 2019, p.26). Em concordância, para Galdino *et al.* (2022), a psicoeducação é essencial para subsidiar tanto o paciente quanto os familiares em questões que envolvem o funcionamento da doença ou transtorno, o diagnóstico, os sintomas, o tratamento, entre outros. Além disso, é necessário que a intervenção seja realizada de maneira didática, com linguagem acessível ao público-alvo, podendo ser na modalidade grupal ou individual e, através de rodas de conversa, vídeos, cartazes, campanhas, palestras etc.

No que se refere à promoção e prevenção da saúde, a psicoeducação pode estar nos diversos níveis de atenção, assim como explicitam Falcão *et al.* (2021):

A atuação do psicólogo na saúde, portanto inserido no Sistema Único de Saúde (SUS) brasileiro envolve atividades de promoção de saúde, prevenção de doenças e agravos, com intervenções em pacientes, familiares e profissionais da saúde, dentro dos diversos níveis de assistência à saúde, ou seja, em nível primário, secundário e terciário. Tem como objetivo primordial promover, restaurar e manter a saúde e, adicionalmente foca a qualidade de vida geral das pessoas atendidas (Falcão *et al.*, 2021, p.8).

Assim, a psicoeducação na saúde pública é uma ferramenta que auxilia na promoção e prevenção de saúde, por meio de salas de espera, grupos terapêuticos, acompanhamento pré e pós-cirúrgico, entre outros (Lemes; Neto, 2017; Galdino *et al.*, 2022). Desse modo, “independentemente do nível de complexidade da assistência, ela vem contribuir com os tratamentos, instruindo sobre a doença” (Falcão *et al.*, 2021, p.10). Os autores ainda ressaltam a importância de esclarecer as

dúvidas sobre a condição de saúde do paciente, enfatizando a necessidade de compreender os impactos psicológicos e sociais. Esse entendimento é fundamental para orientar a prática psicoeducativa, o que contribui para a adesão ao tratamento e a melhoria nas taxas de recuperação (Falcão *et al.*, 2021).

Nesse ínterim, a psicoeducação no âmbito da saúde, além de englobar a Psicologia, está em contato com outros saberes que possibilitam o trabalho com questões sociais, comportamentais e emocionais, em uma visão biopsicossocial do sujeito. “Nesse sentido, a psicoeducação se faz por um modelo cuja interdisciplinaridade é uma ferramenta necessária para a intervenção, inclusive, cumprindo com o princípio da integralidade do Sistema Único de Saúde (SUS)” (Lemes; Ondere Neto, 2017, p. 26). Ainda no contexto da saúde, Lemos e Ondere Neto (2017) destacam que a intervenção psicoeducacional é benéfica tanto para o paciente quanto para o cuidador/familiar, uma vez que, “o desenvolvimento de projetos e programas de psicoeducação envolvida com um tipo de doença é importante para o trabalho de promoção de saúde” (Lemes; Ondere Neto, 2017, p. 26). Em concordância, Galdino *et al.* (2022) apontam que a psicoeducação é de suma relevância na prevenção de diversas doenças e na promoção da saúde, abrangendo tanto as condições físicas quanto as psíquicas, com grande importância no contexto da saúde.

No contexto da saúde mental, a psicoeducação está inserida em pautas como suicídio, transtorno psiquiátrico, estresse, dentre outros. A psicoeducação nessa área tem se mostrado de extrema importância no que se refere às intervenções grupais e individuais, buscando o “fortalecimento de vínculos e a construção de redes de apoio e suporte social/interpessoal” (Galdino *et al.*, 2022, p.27). Os autores supracitados ainda ressaltam que a psicoeducação favorece a desmistificação de estigmas e preconceitos, o que contribui para a promoção da saúde mental, assim como a adesão ao tratamento. Os autores esclarecem também o papel que a psicoeducação desempenha como um instrumento utilizado pelo psicólogo em instruções sobre queixas e sintomas da doença. Essa instrução é fundamental para que o sujeito tenha mais compreensão sobre seu diagnóstico, logo, desenvolvendo pensamentos e comportamentos mais adaptativos, posto que reduz e previne recaídas, além de gerar promoção de saúde integralmente (Galdino *et al.*, 2022; Falcão *et al.*, 2021).

Considerando o encerramento dessa análise, cabe ainda abordar que a psicoeducação, por explorar diversas disciplinas, pode ser utilizada em diferentes

campos, o que, conseqüentemente, amplia as possibilidades de intervenção, alcançando um grande número de pessoas que, muitas vezes, só terão esse cuidado e apoio disponíveis (Galdino *et al.*, 2022). Portanto, a psicoeducação, ao ser aplicada de forma abrangente, contribui significativamente para o fortalecimento da saúde coletiva, promovendo uma abordagem mais integrada e consciente tanto para pacientes quanto para os familiares envolvidos. Dessa maneira, seu impacto vai além da prevenção, influenciando positivamente os cuidados contínuos e a adesão ao tratamento.

4 POSSIBILIDADES DE CONTRIBUIÇÃO DA PSICOLOGIA EM DIFERENTES CONTEXTOS

Segundo Farina *et al.* (2013), a psicoeducação, quando utilizada em grupos, possibilita uma ampliação dos conhecimentos sobre as demandas trazidas pelos pacientes e um efeito positivo na relação entre estes e o terapeuta, tendo em vista que, através do esclarecimento de dúvidas, permite uma compreensão mais acessível acerca dos problemas relatados e do papel ativo que os pacientes possuem na terapia.

Nesse contexto, em um grupo com dependentes químicos do sexo masculino norteado pela abordagem cognitivo-comportamental e realizado em uma unidade de internação em dependência química, Farina *et al.* (2013) utilizaram uma linguagem simples ao invés de um discurso demasiadamente técnico para explicar sobre drogas e dependência química. Além disso, o próprio vocabulário dos participantes era empregado, em algumas ocasiões, para aprimorar a compreensão sobre o assunto, tendo sido realizado também o uso de exemplos. A realização desse trabalho grupal permitiu verificar que com a elucidação de mitos, medos e questionamentos e o acréscimo de informações sobre a condição, proporcionados pela psicoeducação, o entendimento da dependência química enquanto doença é facilitado, possibilitando assim um maior sentimento de compreensão e capacidade para mudar por parte dos pacientes (Farina *et al.*, 2013).

Em adição, de acordo com Rodrigues *et al.* (2024), a psicoeducação no ambiente escolar pode ser realizada através de atividades que utilizem obras cinematográficas, buscando tanto o desenvolvimento dos estudantes nos âmbitos emocional e social, quanto a prevenção de problemas atrelados à saúde mental. A

capacitação de educadoras(es) para a criação de ambientes propícios à manutenção da saúde mental também é um aspecto que pode ser alcançado em decorrência de ações psicoeducativas.

Ademais, nos contextos psicoterápico e escolar, a psicoeducação pode promover reflexões e diálogos sobre o que é vivenciado pelos adolescentes, não precisando se restringir à transmissão de determinadas informações com o objetivo de educar. Sendo assim, recursos cinematográficos, os quais promovem a mobilização de pensamentos, sentimentos e comportamentos, podem ser instrumentos muito úteis nesse processo (Rodrigues *et al.*, 2024).

Em um estudo de caso realizado por Pereira e Bezerra (2020) sobre um processo de psicoeducação do sono desenvolvido com uma paciente com Doença de Parkinson na clínica universitária de Psicologia de Aracaju, sob o viés da Terapia Cognitivo-Comportamental, foi constatada a efetividade dessa estratégia, tendo em vista que a paciente, por meio da implementação de aspectos trabalhados durante as sessões, como treino de relaxamento profundo e leitura em conjunto sobre o tópico, obteve uma melhora significativa na qualidade do sono e a redução da insônia que vivenciava.

No que tange ao contexto do esporte, Ribeiro *et al.* (2018) afirmam que os atletas não só precisam apresentar um bom desempenho, mas também devem estar cientes de que, em comparação com profissionais de outras áreas, enfrentarão a aposentadoria mais cedo. Além disso, outro ponto que atravessa a vida dos atletas é a influência que, muitas vezes, demandas sociais possuem sobre a construção das próprias concepções em relação à manutenção de um corpo condizente com a atividade realizada e à competição constante. Sendo assim, uma revisão bibliográfica foi realizada com o intuito de verificar a eficácia de estratégias psicoeducativas no manejo das emoções de atletas de alto rendimento, tendo em vista que muitos acabam desenvolvendo psicopatologias em decorrência da quantidade de estressores aos quais são submetidos. Nessa conjuntura, os resultados obtidos apontam que intervenções psicoeducativas voltadas para o manejo emocional podem ser um importante instrumento para a promoção de uma maior qualidade de vida aos atletas, sendo a atuação da Psicologia do Esporte essencial para que isso ocorra.

Estratégias psicoeducativas também são um recurso importante para abordar questões referentes à educação sexual em escolas, sendo este um tópico muito importante, em razão do crescente debate acerca de questões relacionadas a gênero

e sexualidade, da falta de informações em torno da gravidez precoce e suas consequências e da importância que a prevenção às infecções sexualmente transmissíveis (ISTs) possui para a saúde dos jovens. Sendo assim, por meio da psicoeducação, é possível implementar práticas de caráter preventivo que conduzam à reflexão sobre as temáticas e à aquisição de informações verídicas e confiáveis pelos estudantes (Ramirez *et al.*, 2019).

Desse modo, uma pesquisa de caráter qualitativo e descritivo foi desenvolvida por acadêmicas de Psicologia, orientadas por uma professora, em um colégio sob regime de internato com adolescentes do sexo feminino, na qual um trabalho de psicoeducação em sexualidade foi realizado com as alunas através de um espaço acolhedor que propiciou a exposição de angústias, posicionamentos e dúvidas, assim como a escuta genuína das participantes. A partir dos resultados obtidos, constatou-se que a ação implementada gerou efeitos positivos, permitindo que aspectos como autoestima, autonomia, responsabilidade e conhecimento do próprio corpo fossem desenvolvidos (Ramirez *et al.*, 2019).

A psicoeducação também pode ser valiosa para o trabalho de psicólogas(os) no âmbito hospitalar com cuidadoras(es)/familiares de pacientes que passaram por cirurgia cardíaca, pois, segundo Oliveira e Benincá (2020), ser o cuidador de uma pessoa submetida a esse tipo de procedimento cirúrgico representa, por si só, uma responsabilidade muito grande, sendo necessária uma administração adequada pela família. Em adição, os pesquisadores também abordam a existência de diversos fatores que perpassam o processo de hospitalização, como insegurança, ansiedade e mudança na rotina, os quais são somados à necessidade de cuidados ao familiar que passou pela cirurgia e podem ocasionar sofrimento psíquico e sobrecarga, principalmente se a responsabilidade por esses cuidados estiver concentrada em apenas uma pessoa da família.

Considerando essa circunstância e as dificuldades atreladas, uma pesquisa foi realizada em um hospital geral de médio porte com cuidadoras e cuidadores principais de pacientes cardíacos hospitalizados, na qual foi realizada uma intervenção em psicoeducação visando o enfrentamento da sobrecarga. Os resultados obtidos foram benéficos, tendo sido observado que houve uma contribuição no processo de enfrentamento, em decorrência do favorecimento de elaborações a respeito do momento vivenciado (Oliveira; Benincá, 2020). Para além dos aspectos clínicos, programas psicoeducativos também tem sido implementados em diversos países

como uma importante estratégia de prevenção à violência intrafamiliar, demonstrando bons resultados na redução de problemas comportamentais infantis e nas práticas parentais agressivas e hostis (Altafim, Magalhães e Linhares, 2024).

Por fim, a importância do papel da Psicologia na psicoeducação também é verificada por meio do Grupo de Apoio aos Familiares de Pessoas com Deficiências, Doenças Crônicas e Raras (GAF-DCR), projeto iniciado em 2021 no Centro Universitário Academia (UniAcademia) e vinculado à Liga Acadêmica de Psicologia da Saúde (LAPS), da qual os autores e as autoras do presente artigo fazem parte. O projeto proporciona um espaço para a implementação efetiva de ações psicoeducativas que, no ano de 2024, envolveram temáticas como sobrecarga, estresse do cuidador, doenças mentais, importância da rede de apoio, adaptação, resiliência, autocuidado, direitos das pessoas com deficiência, dentre outros assuntos. Nesse contexto, relatos positivos das participantes no que tange à obtenção de novas informações eram fornecidos constantemente, sugerindo a efetividade da proposta.

Desse modo, o grupo constitui-se enquanto uma ação extremamente importante, pois além de adotar um viés psicoeducativo, propicia o compartilhamento de vivências entre as participantes e o contato com realidades similares. Além disso, é uma grande fonte de aprendizado para os discentes que conduzem as reuniões (no formato online), contribuindo, assim, para a formação profissional destes (Barros *et al.*, 2021; Rodrigues *et al.*, 2021; Coutinho *et al.*, 2022).

5 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A psicoeducação, ao ser aplicada de forma abrangente, contribui significativamente para o fortalecimento da saúde coletiva, promovendo uma abordagem mais integrada e consciente tanto para pacientes quanto para os familiares e profissionais envolvidos. Dessa maneira, seu impacto vai além da prevenção, influenciando positivamente os cuidados contínuos e a adesão ao tratamento, sendo fundamental aos processos de promoção da saúde.

A psicoeducação em saúde é, também, uma estratégia válida para a prevenção e a promoção da saúde mental. Quando trabalhada em grupos, rompe com o viés curativista e visa atingir maior número de pessoas, em diferentes contextos, porém, também é importante ressaltar a importância da psicoeducação em contexto clínico

individual, pois, contribui para a adesão ao tratamento, aumentando o empoderamento do indivíduo em seu tratamento.

Portanto, é possível perceber o importante papel da Psicologia na psicoeducação em diferentes contextos, uma vez que se constitui como base para o manejo efetivo de intervenções psicoeducativas em grupo e individuais. As atividades desempenhadas pela LAPS no ano de 2024 mostraram-se articuladas no sentido de promover a prevenção e a promoção da saúde junto a grupos em diferentes contextos, como numa empresa, no pátio de uma escola, num projeto comunitário e num grupo de apoio a cuidadores.

A LAPS articula ensino, pesquisa e extensão. Além dos benefícios aos participantes das rodas de conversa, grupos de apoio e campanha enumerados anteriormente, ressalta-se também sua relevância para os integrantes da Liga. Estes se viram envolvidos, ao longo do ano letivo, na organização de evento científico; campanhas; mediação de grupos e rodas de conversa; estudos e supervisão sobre psicologia da saúde; redação de artigo e apresentação de pôster em evento científico.

REFERÊNCIAS

ABREU, Samia; BARLETTA, Janaina Bianca; MURTA, Sheila Giardini. Prevenção e Promoção da Saúde Mental: pressupostos teóricos e marcos conceituais. In: S. G. Murta, S.G; LEANDRO-FRANÇA,C; SANTOS, K.B; POLEJACK, L. (Orgs.). **Prevenção e promoção em saúde mental: fundamentos, planejamento e estratégias de intervenção** (pp. 54-74). Novo Hamburgo: Sinopsys, 2015.

ALTAFIM, Elisa Rachel Pisani; MAGALHÃES, Cátia; LINHARES, Maria Beatriz Martins. Prevention of Child Maltreatment: Integrative Review of Findings From an Evidence-Based Parenting Program. **Trauma, Violence, & Abuse**, 25(3), 1938-1953, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.1177/15248380231201811>. Acesso em: 30 nov. 2024.

BARROS, Anielle Carneiro de; COSTA, Bruna Marques da; SILVA, Diovana Contada; ARAÚJO, Emillia Freitas Ede Oliveira; PEREIRA, Beatriz dos Santos; MOREIRA, Luciene Corrêa de Miranda. Saúde mental do cuidador familiar de pessoas com deficiências, doenças crônicas e raras. **ANALECTA - Centro Universitário Academia**, Juiz de Fora, v. 7, n. 2, p. 1-20, 2021. Disponível em:

<https://seer.uniacademia.edu.br/index.php/ANL/article/view/3121>. Acesso em: 27 nov. 2024.

BESEN, Candice Boppré; NETTO, Mônica de Souza; ROS, Marco Aurélio da; SILVA, Fernanda Werner da; SILVA, Cleci Grandi da; PIRES, Moacir Francisco. A Estratégia Saúde da Família como Objeto de Educação em Saúde. **Saúde e Sociedade**, [s. l.], v. 16, n. 1, p. 57-68, abr. 2007. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/sausoc/2007.v16n1/57-68/pt>. Acesso em: 11 nov. 2024.

BRASIL. Ministério da Saúde. Política Nacional de Promoção da Saúde. Brasília: Ministério da Saúde, 2006. Disponível em: https://bvsmms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/politica_nacional_promocao_saude_3ed.pdf Acesso em: 11 nov. 2024.

COELHO, Maria Thereza Ávila Dantas; ALMEIDA FILHO, Naomar de. Conceitos de saúde em discursos contemporâneos de referência científica. **História, Ciências, Saúde-Manguinhos**, v. 9, p. 315-333, 2002. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-59702002000200005> . Acesso em: 2 nov. 2024.

CORDEIRO, Quirino; OLIVEIRA, Alexandra Martini de; MELZER, Débora; RIBEIRO, Rafael Bernardon; RIGONATTI, Sérgio Paulo. Prevenção em saúde mental. **Revista do Curso de Direito da Faculdade de Humanidades e Direito**, v. 7, n. 7, p. 38-53, 2010. Disponível em: https://scholar.google.com.br/scholar?hl=pt-BR&as_sdt=0%2C5&q=niveis+de+prevencao+no+sus+&btnG=#:~:text=Preven%C3%A7%C3%A3o%20em%20sa%C3%BAde%20mental. Acesso em: 2 nov. 2024.

COUTINHO, Ana Luísa Freitas; SILVA, Diovana Conte da; FALCÃO, Eduarda Novais; FREDERICO, Jerônimo Monteiro de Barros Tavares; FONSECA, Maria Antônia Pereira da; DOMINATO, Raissa Barros; MOREIRA, Luciene Corrêa de Miranda. Desafios do profissional de saúde frente às doenças raras. **ANALECTA - Centro Universitário Academia**, Juiz de Fora, v. 8, n. 1, p. 1-22, 2022. Disponível em: <https://seer.uniacademia.edu.br/index.php/ANL/article/view/3381>. Acesso em: 27 nov. 2024.

CZERESNIA, Dina. O conceito de saúde e a diferença entre prevenção e promoção. **Promoção da saúde: conceitos, reflexões, tendências**, v. 2, p. 1-7, 2009. Disponível em: <https://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=-UEqBQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA43&dq=O+CONCEITO+DE+SA%C3%9ADE+E+A+DIFEREN%C3%87A+ENTRE+PREVEN%C3%87O+E+PROMO%C3%87O+1&ots=CV63Xu6kNh&sig=VliMfaytsz4Wg9XEGct3ekDIHP4>. Acesso em: 2 nov. 2024.

FALCÃO, Eduarda Novais; GOMES, Simone Peron Maciel; DUQUE, Nicolle Carvalho; REZENDE, Verônica Calderano; ALMEIDA, Victoria Alexandre Silva de; PEREIRA, Beatriz dos Santos. Interfaces entre Psicoeducação e Saúde.

ANALECTA - Centro Universitário Academia, Juiz de Fora, v. 7, n. 2, 2021.
Disponível em: <https://seer.uniacademia.edu.br/index.php/ANL/article/view/3123>.
Acesso em: 22 out. 2024.

FARINA, Marianne; TERROSO, Lauren Bulcão; LOPES, Regina Maria Fernandes; ARGIMON, Irani I. de Lima. Importância da psicoeducação em grupos de dependentes químicos: relato de experiência. **Aletheia**, Canoas, n. 42, p. 175-185, set./dez 2013. Disponível em: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=115035315015>. Acesso em: 07 nov. 2024.

FERREIRA, Viviane Ferraz; ROCHA, Genylton Odilon Rêgo da; LOPES, Márcia Maria Bragança; SANTOS, Milena Silva dos; MIRANDA, Shirley Aviz de. Educação em saúde e cidadania: revisão integrativa. **Trabalho, Educação e Saúde**, [S.L.], v. 12, n. 2, p. 363-378, ago. 2014. FapUNIFESP (SciELO). <http://dx.doi.org/10.1590/s1981-77462014000200009>. Acesso em: 22 out. 2024.

FIOCRUZ. **PenseSUS**. Determinantes sociais da saúde. s.d. Disponível em: <https://pensesus.fiocruz.br/determinantes-sociais>. Acesso em: 2 nov. 2024.

GALDINO, Mayara Moraes.; SILVA, Maria Cleide Vicente da; LOPES, Gabriella Anacleto Torres; SOUZA, Grazielle Lima de ; SILVA, Milena Vieira da; ANDRADE, Lidiane dos Anjos Santos . Intervenções psicoeducativas no contexto da saúde: uma revisão narrativa. **Caderno de Graduação - Ciências Humanas e Sociais - UNIT - SERGIPE**, [S. l.], v. 7, n. 2, p. 21, 2022. Disponível em: <https://periodicos.grupotiradentes.com/cadernohumanas/article/view/10328>. Acesso em: 22 out. 2024.

HEIDEMANN, Ivonete Teresinha Schilling Bezerra; WITT, Regiane Roseane; FREITAS, Francine Helena de; STENZEL, Lydiane Moreira; BOEIRA, Sarah Ferreira; DURIGON, Jaqueline. Promoção da saúde e qualidade de vida: concepções da carta de Ottawa em produção científica. **Cienc cuid saude**, v. 11, n. 3, p. 613-619, 2012. Disponível em: 10.4025/cienccuidsaude.v11i3.13554 : 2 nov. 2024.

LACERDA JR., F.; GUZZO, R. S. L.. Prevenção primária: análise de um movimento e possibilidades para o Brasil. **Interação em Psicologia**, Curitiba, v.9, n.2, p. 239-249, 2005. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/psicologia/article/view/4797/3680>. Acesso em: 02 ago. 2024.

LEMES, Carina Belomé; ONDERE NETO, Jorge. Aplicações da psicoeducação no contexto da saúde. **Temas psicol.**, Ribeirão Preto , v. 25, n. 1, p. 17-28, mar. 2017 . Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2017000100002&lng=pt&nrm=iso. Acesso em: 11 nov. 2024. <https://doi.org/10.9788/TP2017.1-02>.

NEUFELD, Carmem Beatriz; MALTONI, Juliana; IVATIUK, Ana Lucia; RANGÉ, Bernard P.. Aspectos técnicos e o processo em TCCG. In: NEUFELD, Carmem Beatriz; RANGÉ, Bernard P. (org.). **Terapia cognitivo-comportamental em grupos**. Porto Alegre: Artmed, 2017, p. 59- 93.

NIETZSCHE, F. **A Gaia Ciência**. São Paulo: Companhia das Letras, 1983.

OLIVEIRA, Clarissa T.; DIAS, Ana Cristina G.. Psicoeducação do transtorno do déficit de atenção/hiperatividade: o que, como e para quem informar?. **Temas em Psicologia**, [S.L.], v. 26, n. 1, p. 243-261, 2018. Associação Brasileira de Psicologia. <http://dx.doi.org/10.9788/tp2018.1-10pt>.

OLIVEIRA, Milene de; BENINCÁ, Ciomara Ribeiro Silva. Intervenção de psicoeducação com cuidadores familiares de pacientes submetidos à cirurgia cardíaca. **Revista da Sociedade Brasileira de Psicologia Hospitalar**, Belo Horizonte, v. 23, n. 2, p. 149–159, 2020. DOI: 10.57167/Rev-SBPH.23.126. Disponível em: <https://revistasbph.emnuvens.com.br/revista/article/view/126>. Acesso em: 24 out. 2024.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Constituição da Organização Mundial da Saúde**. 1946. Disponível em: <https://www.who.int/about/governance/constitution>. Acesso em: 2 nov. 2024.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Carta de Ottawa para a Promoção da Saúde. Primeira Conferência Internacional sobre Promoção da Saúde. Ottawa, Canadá, 21 de novembro de 1986. Disponível em: <https://apo.who.int/publications/i/item/ottawa-charter-for-health-promotion>. Acesso em: 2 nov. 2024.

PAIM, Jairnilson Silva; SILVA, Lígia Maria Vieira da. Universalidade, integralidade, equidade e SUS. **Boletim do Instituto de Saúde-BIS**, v. 12, n. 2, p. 109-114, 2010. Disponível em: <https://periodicos.saude.sp.gov.br/bis/article/view/33772> Acesso em: 2 nov. 2024.

PEREIRA, Mara Dantas; BEZERRA, Claudia Mara de Oliveira. Intervenção cognitivo-comportamental em uma paciente com Parkinson - psicoeducação do sono na clínica universitária de Psicologia de Aracaju, SE: um relato de caso. **Revista Brasileira de Psicoterapia**, Porto Alegre, v. 22, n. 2, p. 83-99, ago. 2020. DOI: 10.5935/2318-0404.20200012. Disponível em: https://rbp.celq.org.br/detalhe_artigo.asp?id=346. Acesso em: 09 nov. 2024.

RAMIREZ, Amanda Braz; AQUINO, Amanda Hamud de; SCHNEIDER, Ana Paula; LOPEZ, Ingrid Dayling Baez; PENAYO, Vanessa Priscilla Barreto; SOARES, Maria de Fátima. Psicoeducação em sexualidade com alunas em regime de internato. **Pleiade**, Foz do Iguaçu, v. 13, n. 27, p. 5-12, mar. 2019. DOI: <https://doi.org/10.32915/pleiade.v13i27.505>. Disponível em:

<https://pleiade.uniamerica.br/index.php/pleiade/article/view/505>. Acesso em: 07 nov. 2024.

RAVAIOLI, Martina de Paula Eduardo. **Práticas psicoeducativas na atenção primária**: contribuições do psicólogo para a educação em saúde. 2019. Disponível em: <https://rima.ufrrj.br/jspui/handle/20.500.14407/14511>. Acesso em: 11 nov. 2024.

RIBEIRO, Paulo; LACERDA, Adriana; MELO, Raquel; HABIB, Leonardo Rosa; FILGUEIRAS, Alberto. Psicoeducação baseada em evidências no esporte: revisão bibliográfica e proposta de intervenção para manejo emocional. **Revista Brasileira de Psicologia do Esporte**, Brasília, v. 8, n. 1, p. 56-65, maio. 2018. DOI: <https://doi.org/10.31501/rbpe.v8i1>. Disponível em: <https://portalrevistas.ucb.br/index.php/rbpe/issue/view/523>. Acesso em: 08 nov. 2024.

RODRIGUES, Beatriz Detoni; MARTINS, Laura Fernandes; BARBOSA, Luana de Carvalho; XAVIER, Milena Gonçalves Schroder; DUQUE, Nicole Carvalho; MOREIRA, Luciene Corrêa de Miranda; PEREIRA, Beatriz dos Santos. A importância da rede de apoio ao familiar de pessoas com deficiência, doenças crônicas e raras. **ANALECTA - Centro Universitário Academia**, Juiz de Fora, v. 7, n. 2, p. 1-20, 2021. Disponível em: <https://seer.uniacademia.edu.br/index.php/ANL/article/view/3122>. Acesso em: 27 nov. 2024.

RODRIGUES, Ingrid dos Santos Miranda; RIBEIRO, Vannini De Medeiros Mendes; SILVA, Manuely Cardoso da; FONTOURA, Beatriz Louzada Guedes Carneiro da; BARBOSA, Francisca Juliana da Silva. A psicoeducação na psicoterapia e na escola: análise do filme divertida mente 2 (2024). **Boletim de Conjuntura (Boca)**, Boa Vista, v. 19, n. 57, p. 251-279, 30 set. 2024. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.13984708>. Disponível em: <https://revista.ioles.com.br/boca/index.php/revista/article/view/5783>. Acesso em: 05 nov. 2024.

SEGRE, Marco; FERRAZ, Flávio Carvalho. O conceito de saúde. **Revista de saúde pública**, v. 31, p. 538-542, 1997. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0034-89101997000600016> . Acesso em: 2 nov. 2024.