

1

Capítulo 1



10.71248/9786583818188-1

Panorama Atual da Saúde Mental no Brasil e no Mundo: Desafios e Oportunidades

Pedro Augusto Rosa Valadares¹

Luís Vicente Ferreira²

Leonardo Martins de Araujo³

Sheylla Karine Medeiros⁴

Graduando em Medicina, UFJF¹

Graduando em Medicina, Faculdade Paulista de Serviço Social de São Caetano – FAPSS²

Psicólogo e Mestre em Administração, Pontifícia Universidade Católica de Minas Gerais - PUC Minas³

Graduada em Medicina, Faculdade de Medicina de Petrópolis- RJ⁴

Introdução

A saúde mental é um componente crítico do bem-estar geral, influenciando a capacidade dos indivíduos de levarem vidas plenas e contribuírem para a sociedade. Globalmente, os transtornos mentais representam um fardo significativo de doenças, afetando milhões de pessoas de todas as idades, níveis socioeconômicos e culturas (Ferrari, 2022). Essas condições não apenas impactam a saúde e a qualidade de vida individuais, mas também têm profundas consequências sociais e econômicas. Compreender o panorama atual da saúde mental, incluindo seus desafios e oportunidades, é essencial para o desenvolvimento de estratégias eficazes para promover o bem-estar e reduzir o fardo da doença mental.

A pandemia da COVID-19 destacou ainda mais a importância da saúde mental, com vários estudos documentando um aumento nos problemas de saúde mental, como ansiedade, depressão e estresse durante a pandemia (Castro-de-Araujo; Machado, 2020; Nochaiwong *et al.*, 2021; Torales *et al.*, 2020). Esse aumento ressalta a necessidade de serviços e intervenções de saúde mental acessíveis e eficazes, especialmente em tempos de crise. Além disso, a pandemia acelerou a adoção de

ferramentas digitais nos cuidados de saúde mental, apresentando oportunidades e desafios para o futuro dos serviços de saúde mental (Coelho *et al.*, 2025; Kim *et al.*, 2024).

Este panorama examinará o estado atual da saúde mental no Brasil e no mundo, com foco em desafios-chave como a lacuna terapêutica, o estigma e as limitações de recursos. Também explorará oportunidades para melhorar os resultados em saúde mental por meio de intervenções inovadoras, mudanças políticas e maior conscientização. Ao abordar essas questões, podemos caminhar em direção a um futuro em que a saúde mental seja priorizada e acessível a todos.

Panorama Global da Saúde Mental Prevalência e Impacto de Transtornos Mentais

Os transtornos mentais são comuns em todo o mundo, afetando indivíduos de todas as idades e origens. O Estudo Global Burden of Disease de 2019 fornece dados abrangentes sobre a prevalência e o impacto de diversos transtornos mentais, incluindo transtornos depressivos, transtornos de ansiedade, transtorno bipolar, esquizofrenia e transtornos alimentares (Ferrari, 2022). Esses transtornos contribuem

significativamente para os anos de vida ajustados por incapacidade (DALYs) e anos vividos com incapacidade (YLDs), destacando seu impacto substancial na saúde global.

Uma meta-análise de 192 estudos epidemiológicos indicou que a idade mediana de início dos transtornos mentais é de 14,5 anos, com uma proporção significativa de indivíduos apresentando o início dos transtornos antes dos 25 anos. Essa descoberta ressalta a importância da intervenção precoce e dos esforços de prevenção para abordar problemas de saúde mental em adolescentes e jovens adultos. O estudo também mapeou o continuum temporal para diferentes transtornos, de fobias a ansiedade, o que pode informar o momento de promoção da saúde e medidas preventivas (Solmi *et al.*, 2022).

A pandemia de COVID-19 exacerbou ainda mais os desafios da saúde mental em todo o mundo. Uma revisão sistemática e meta-análise de estudos de 32 países diferentes, abrangendo quase 400.000 participantes, revelou altas taxas de prevalência combinadas de depressão (28,0%), ansiedade (26,9%), sintomas de estresse pós-traumático (24,1%) e estresse (36,5%) durante a pandemia (Nochaiwong *et al.*, 2021). Essas descobertas destacam a necessidade urgente de apoio e intervenções

em saúde mental para lidar com o impacto psicológico da pandemia.

Desafios Globais na Saúde Mental

Lacuna no Tratamento

Um dos desafios mais significativos na saúde mental global é a lacuna no tratamento, que se refere à disparidade entre o número de pessoas com transtornos mentais e aquelas que recebem tratamento. A lacuna no tratamento é particularmente pronunciada em países de baixa e média renda (PBMR), onde os recursos são limitados e o acesso a serviços de saúde mental é escasso. Uma pesquisa da WPA indicou que a lacuna no tratamento excede 50% em todos os países, chegando a 90% nos países com menos recursos (Patel *et al.*, 2010).

Vários fatores contribuem para a lacuna no tratamento, incluindo a falta de conscientização sobre transtornos mentais, o estigma e a disponibilidade limitada de serviços de saúde mental. O status socioeconômico também desempenha um papel, com indivíduos de baixa renda tendo menor probabilidade de receber tratamento (Evans-Lacko *et al.*, 2018). Abordar a lacuna no tratamento requer uma abordagem multifacetada que inclua aumentar a conscientização, reduzir o

estigma e expandir o acesso a serviços de saúde mental acessíveis e eficazes.

Estigma e Discriminação

O estigma e a discriminação constituem grandes barreiras aos cuidados de saúde mental, impedindo os indivíduos de procurar ajuda e aceder a tratamento adequado. O uso pejorativo do termo "estigma" reflete uma marca de vergonha ou degradação, e as respostas sociais negativas à doença mental persistem ao longo da história (Stuart, 2008). O estigma pode levar à exclusão social, à discriminação no emprego e na habitação e à redução da qualidade de vida das pessoas com perturbações mentais.

As estratégias para combater o estigma e a discriminação incluem protesto, educação e contacto social. O protesto envolve desafiar declarações estigmatizantes e representações mediáticas, enquanto a educação visa substituir mitos e estereótipos por factos. O contacto social, que envolve interações pessoais com indivíduos com doenças mentais, demonstrou ser uma intervenção eficaz para reduzir o estigma. As iniciativas anti-estigma devem ser implementadas a nível nacional e local, adotando estratégias de marketing e tendo como alvo grupos

específicos para maximizar o seu impacto (Stuart, 2008).

Recursos limitados

Recursos limitados, incluindo financiamento, infraestrutura e recursos humanos, representam um desafio significativo para os cuidados de saúde mental em todo o mundo. Muitos países destinam uma percentagem desproporcionalmente pequena de seu orçamento de saúde à saúde mental, resultando em serviços inadequados e escassez de profissionais qualificados. Um estudo indicou que, enquanto os países de alta renda têm em média de 10,50 a 32,95 enfermeiros psiquiátricos por 100.000 habitantes, os países de baixa renda têm apenas 0,05 a 0,16 (Thornicroft *et al.*, 2010).

Para abordar as limitações de recursos, é essencial aumentar o investimento em saúde mental, priorizar intervenções baseadas em evidências e promover estratégias de transferência de tarefas que envolvam a formação de prestadores de cuidados de saúde não especializados para a prestação de serviços básicos de saúde mental (Patel *et al.*, 2010). Além disso, a utilização de tecnologias digitais e da telemedicina pode ajudar a expandir o acesso aos cuidados em

áreas carentes (Thornicroft *et al.*, 2010).

Oportunidades Globais na Saúde

Mental

Integração de Cuidados

A integração dos cuidados de saúde mental nos contextos de cuidados primários representa uma oportunidade significativa para melhorar o acesso aos serviços e reduzir a lacuna no tratamento. Os prestadores de cuidados primários são frequentemente o primeiro ponto de contacto para indivíduos que procuram cuidados de saúde, o que os coloca numa posição privilegiada para identificar e abordar problemas de saúde mental (Thornicroft *et al.*, 2010). A integração dos cuidados de saúde mental nos cuidados primários exige a formação de prestadores de cuidados primários em competências básicas de saúde mental, proporcionando-lhes acesso a consultas e supervisão de especialistas em saúde mental e estabelecendo vias de encaminhamento para indivíduos com necessidades mais complexas.

Uso de Tecnologia

As tecnologias digitais, incluindo a telemedicina, os aplicativos móveis e a realidade virtual, oferecem maneiras

inovadoras de prestar cuidados de saúde mental e promover o bem-estar. A telemedicina pode expandir o acesso ao atendimento em áreas remotas e carentes, enquanto os aplicativos móveis podem fornecer ferramentas de autogestão e suporte para indivíduos com transtornos mentais. A realidade virtual (RV) oferece soluções eficazes para terapia de exposição e treinamento em interação social, servindo como uma alternativa viável à terapia tradicional (Kim *et al.*, 2024).

No entanto, é importante abordar os desafios associados às intervenções digitais de saúde mental, como questões de privacidade, segurança de dados e acesso equitativo aos recursos digitais (Coelho *et al.*, 2025). Além disso, a ausência de interação humana em soluções totalmente digitais levanta preocupações sobre a falta de empatia e conexão emocional.

Políticas de Saúde Mental

Políticas fortes de saúde mental são essenciais para promover a saúde mental e garantir o acesso a cuidados de qualidade. As políticas devem abordar questões-chave como o financiamento, a prestação de serviços, os recursos humanos e a integração da saúde mental em outros setores (Thornicroft *et al.*, 2010). Devem também priorizar a prevenção e a

intervenção precoce, promover os direitos humanos e reduzir o estigma e a discriminação. São necessárias políticas públicas para abordar os determinantes sociais da saúde mental precária, como políticas que promovam o cuidado universal à infância, expandam a cobertura do Medicaid para cuidados domiciliários e comunitários para idosos e pessoas com deficiência, e forneçam pré-escola universal (McGinty, 2023; Thornicroft *et al.*, 2010).

Panorama da Saúde Mental no Brasil

Histórico da Reforma Psiquiátrica Brasileira

A Reforma Psiquiátrica Brasileira, iniciada no final do século XX, teve como objetivo transformar a assistência à saúde mental, migrando do tratamento centrado em hospitais para serviços comunitários (Sade; Sashidharan; Silva, 2021). Esse movimento de reforma buscou desinstitucionalizar indivíduos com transtornos mentais, promover sua inclusão social e proteger seus direitos humanos. O processo de reforma envolveu o fechamento de grandes hospitais psiquiátricos, o desenvolvimento de uma rede de serviços comunitários e a promulgação de legislação para proteger os direitos das pessoas com transtornos mentais (Cardoso, 2025).

A implementação da Reforma Psiquiátrica levou a mudanças significativas no cenário da saúde mental no Brasil. Houve uma redução substancial no número de leitos psiquiátricos e um aumento no número de instalações comunitárias, como os Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) (Fagundes Júnior; Desviat; Silva, 2016). Esses centros oferecem uma gama de serviços, incluindo terapia individual e em grupo, gerenciamento de medicamentos e reabilitação psicossocial.

Situação Atual da Saúde Mental no Brasil

Avanços e Limitações

Apesar dos avanços alcançados pela Reforma Psiquiátrica, a assistência à saúde mental no Brasil continua enfrentando desafios significativos. Embora tenha havido uma expansão dos serviços comunitários, a cobertura permanece inadequada, especialmente em áreas rurais e carentes (Fagundes Júnior; Desviat; Silva, 2016). O equilíbrio da assistência também se inclinou para o tratamento centrado no hospital, impedindo a implementação da Rede de Atenção Psicossocial e o desenvolvimento de práticas terapêuticas focadas nas experiências dos indivíduos (Sade; Sashidharan; Silva, 2021).

A saúde mental continua subfinanciada no Sistema Único de Saúde (SUS) do Brasil, o que limita o progresso dos serviços essenciais (Trapé; Campos, 2017). Além disso, os mecanismos de avaliação da qualidade dos cuidados de saúde mental não estão bem integrados às políticas (Trapé; Campos, 2017). Os ganhos alcançados por meio da Reforma Psiquiátrica estão atualmente em risco, tornando essencial um debate mais amplo sobre as tendências no Brasil (Sade; Sashidharan; Silva, 2021).

Prevalência de Transtornos Mentais

Estudos populacionais sobre transtornos mentais no Brasil são relativamente raros, mas os dados disponíveis indicam uma alta prevalência de condições como depressão e ansiedade. Um estudo que avaliou transtornos mentais em adolescentes, jovens e adultos em cinco coortes de nascimento em diferentes regiões do Brasil descobriu que o episódio depressivo maior atual foi mais prevalente em adolescentes em São Luís (15,8%) e adultos em Ribeiro Preto (12,9%). O risco de suicídio foi maior em adultos em Ribeiro Preto (13,7%), enquanto a fobia social e a ansiedade generalizada foram mais prevalentes em jovens em Pelotas (7% e 16,5%, respectivamente). Os transtornos

mentais, em geral, foram mais prevalentes em mulheres e indivíduos com menor status socioeconômico, enfatizando a necessidade de mais investimentos em saúde mental no Brasil, incluindo atenção ao gênero e aos determinantes socioeconômicos (Orellana *et al.*, 2020).

Impacto da COVID-19 na Saúde Mental no Brasil

A pandemia de COVID-19 teve um impacto significativo na saúde mental no Brasil, assim como em todo o mundo. O estresse causado pelo risco de infecção e pela incerteza econômica afetou particularmente indivíduos em contextos de renda média-baixa (Castro-de-Araujo; Machado, 2020). Medidas de quarentena e isolamento social também contribuíram para o aumento dos níveis de ansiedade, depressão e estresse (Amaral-Prado *et al.*, 2021).

Um estudo realizado durante o período de quarentena no Brasil descobriu que os níveis de estresse, depressão e ansiedade-estado foram previstos pelo gênero (mulheres mais altas do que homens), qualidade da nutrição, frequência em telepsicoterapia, frequência de exercícios, presença de idosos em quarentena com a pessoa, obrigação de trabalhar fora de casa, nível de educação

(mais educado, menor risco de doença mental) e idade (idade mais jovem, maior risco). Essas descobertas destacam a importância de abordar a saúde mental e física em tempos de crise e identificar grupos vulneráveis que podem precisar de maior ajuda psicológica (Filgueiras; Stults-Kolehmainen, 2022).

Desafios na Saúde Mental no Brasil

Subfinanciamento (Subfinanciamento)

O subfinanciamento continua sendo um desafio crítico para a assistência à saúde mental no Brasil. Apesar do progresso alcançado pela Reforma Psiquiátrica, os serviços de saúde mental continuam a receber uma pequena proporção do orçamento geral da saúde (Andreoli *et al.*, 2007). Esse subfinanciamento limita a disponibilidade de serviços, restringe o treinamento e o recrutamento de profissionais de saúde mental e dificulta a implementação de intervenções baseadas em evidências (Trapé; Campos, 2017).

Desigualdades Regionais

Existem desigualdades regionais significativas no acesso à assistência à saúde mental no Brasil. Enquanto algumas regiões possuem redes bem desenvolvidas de serviços comunitários, outras estão atrasadas, especialmente em áreas rurais e

remotas (Fagundes Júnior; Desviat; Silva, 2016). Essas desigualdades são exacerbadas pelas disparidades socioeconômicas, com as regiões mais pobres tendo menos recursos e maior necessidade de serviços de saúde mental.

Integração Insuficiente de Serviços

Apesar da ênfase no cuidado comunitário, ainda há integração insuficiente dos serviços de saúde mental com outros setores da saúde, como atenção primária e serviços sociais. Essa falta de integração pode levar à fragmentação do atendimento, à duplicação de serviços e à má coordenação entre os diferentes prestadores. Fortalecer a integração dos serviços de saúde mental com outros setores é essencial para melhorar o acesso ao cuidado e promover o bem-estar integral.

Oportunidades na Saúde Mental no Brasil

Fortalecimento da Rede de Atenção Psicossocial

O fortalecimento da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) é uma oportunidade fundamental para aprimorar a assistência à saúde mental no Brasil. Isso envolve a expansão da rede de serviços

comunitários, a melhoria da qualidade do atendimento e a promoção da integração da saúde mental com outros setores (Cardoso, 2025). Também requer a garantia de financiamento, capacitação e apoio adequados para os profissionais de saúde mental.

Ampliação do Acesso a Tratamentos Baseados em Evidências

Ampliar o acesso a tratamentos baseados em evidências, como a terapia cognitivo-comportamental (TCC) e o gerenciamento de medicamentos, é crucial para melhorar os resultados de saúde mental no Brasil. Isso envolve a capacitação de profissionais de saúde mental nesses tratamentos, tornando-os mais acessíveis e acessíveis, e promovendo seu uso em ambientes de atenção primária (Patel *et al.*, 2010).

Promoção da Saúde Mental e Prevenção de Transtornos Mentais

Investir em programas de promoção e prevenção da saúde mental é essencial para reduzir a carga de transtornos mentais no Brasil. Isso envolve a implementação de estratégias para promover o bem-estar mental, reduzir o estigma e a discriminação e prevenir o aparecimento de transtornos mentais, especialmente entre populações

vulneráveis (Kirkbride *et al.*, 2024). Esses programas devem ser culturalmente apropriados, baseados em evidências e integrados a outros serviços de saúde e sociais.

Iniciativas e Programas de Saúde Mental no Brasil

Programa Saúde Mental do SUS

O Programa de Saúde Mental do SUS (Sistema Único de Saúde) é a principal política pública de saúde mental no Brasil. Seu objetivo é garantir o acesso à atenção integral e de qualidade à saúde mental para toda a população (Sade; Sashidharan; Silva, 2021). O programa se baseia nos princípios da Reforma Psiquiátrica e enfatiza o cuidado comunitário, a inclusão social e os direitos humanos.

Centros de Atenção Psicossocial (CAPS)

Os CAPS são um componente essencial do RAPS e oferecem uma gama de serviços de saúde mental baseados na comunidade (Fagundes Júnior; Desviate; Silva, 2016). Oferecem terapia individual e em grupo, gestão de medicamentos, reabilitação psicossocial e outros serviços de apoio. Os CAPS são concebidos para

serem acessíveis, culturalmente adequados e receptivos às necessidades da comunidade local.

Programa de Volta para Casa

O Programa De Volta para Casa é um programa de assistência financeira para indivíduos com doenças mentais de longa duração que receberam alta de hospitais psiquiátricos (Sade; Sashidharan; Silva, 2021). O programa oferece um subsídio mensal para ajudar os indivíduos a cobrir suas despesas de subsistência e promover sua inclusão social. Seu objetivo é apoiar os indivíduos em sua transição para a vida em comunidade e prevenir a reinternação.

Tendências Atuais e Futuras na Saúde Mental

Saúde Mental Digital

A saúde mental digital é um campo emergente que utiliza a tecnologia para prestar cuidados de saúde mental e promover o bem-estar. No Brasil, a telessaúde mental tem o potencial de aprimorar a prestação de serviços e o acesso a cuidados adequados, especialmente se articulada a um programa nacional coordenado com a pesquisa. As iniciativas de telessaúde mental no Brasil têm se concentrado principalmente em educação e consultoria de segunda opinião, mas as

regulamentações e os padrões variam para psicólogos e médicos (Thornicroft *et al.*, 2010).

Saúde Mental Global

A Saúde Mental Global (SMG) é uma área focada na melhoria do acesso aos cuidados de saúde mental em todo o mundo, particularmente nos países de baixa e média renda. As iniciativas de SMG visam abordar a lacuna de tratamento e promover práticas baseadas em evidências que podem ser ampliadas por meio de métodos de transferência de tarefas. No entanto, os debates dentro da SMG destacam controvérsias em torno da universalidade das categorias psiquiátricas e da relação entre saúde mental e fatores econômicos (Ortega; Müller, 2020).

Desafios Emergentes

Os desafios emergentes na saúde mental incluem o impacto das mídias sociais, das mudanças climáticas e das crises globais no bem-estar mental. As mídias sociais podem ter efeitos positivos e negativos na saúde mental, sendo importante promover o uso responsável e abordar questões como o cyberbullying e a comparação social (Coelho *et al.*, 2025). As mudanças climáticas e outras crises globais também podem ter impactos

psicológicos significativos, levando à ansiedade, depressão e estresse pós-traumático (Torales *et al.*, 2020). Enfrentar esses desafios emergentes requer uma abordagem proativa e multidisciplinar.

Conclusão

A saúde mental é um componente crítico do bem-estar geral, e abordar os desafios e oportunidades nessa área é essencial para promover a saúde individual e social. No Brasil e no mundo, houve progressos significativos na transformação da assistência à saúde mental, mas muitos desafios permanecem. Entre eles, estão a lacuna no tratamento, o estigma e a discriminação, as limitações de recursos e as desigualdades regionais.

Para melhorar os resultados em saúde mental, é essencial fortalecer a Rede de Atenção Psicossocial, ampliar o acesso a tratamentos baseados em evidências, promover a saúde mental e prevenir transtornos mentais, além de abordar os determinantes sociais da saúde mental. Além disso, alavancar tecnologias digitais e fomentar a colaboração entre diferentes setores é crucial para a criação de um sistema de saúde mental mais equitativo e acessível. Ao abordar essas questões, podemos caminhar em direção a um futuro

em que a saúde mental seja priorizada e acessível a todos.

REFERÊNCIAS

CASTRO-DE-ARAUJO, Luís Fernando Silva; MACHADO, Daiane Borges. Impact of COVID-19 on mental health in a Low and Middle-Income Country. *Ciência & Saúde Coletiva*, v. 25, n. suppl 1, p. 2457–2460, jun. 2020.

COELHO, Julien *et al.* Promoting mental health in the age of new digital tools: balancing challenges and opportunities of social media, chatbots, and wearables. *Frontiers in Digital Health*, v. 7, 13 mar. 2025.

EVANS-LACKO, S. *et al.* Socio-economic variations in the mental health treatment gap for people with anxiety, mood, and substance use disorders: results from the WHO World Mental Health (WMH) surveys. *Psychological Medicine*, v. 48, n. 9, p. 1560–1571, 27 jul. 2018.

FERRARI, Alize. Global, regional, and national burden of 12 mental disorders in 204 countries and territories, 1990–2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *The Lancet Psychiatry*, v. 9, n. 2, p. 137–150, fev. 2022.

KIM, Myungsung *et al.* Digital interventions for mental health: challenges and opportunities. *Journal of the Korean Medical Association*, v. 67, n. 12, p. 752–761, 10 dez. 2024.

NOCHAIWONG, Surapon *et al.* Global prevalence of mental health issues among the general population during the coronavirus disease-2019 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *Scientific Reports*, v. 11, n. 1, p. 10173, 13 maio 2021.

PATEL, Vikram *et al.* Reducing the treatment gap for mental disorders: a WPA survey. *World Psychiatry*, v. 9, n. 3, p. 169–176, out. 2010.

SOLMI, Marco *et al.* Age at onset of mental disorders worldwide: large-scale meta-analysis of 192 epidemiological studies. *Molecular Psychiatry*, v. 27, n. 1, p. 281–295, 2 jan. 2022.

STUART, Heather. Fighting the stigma caused by mental disorders: past perspectives, present activities, and future directions. *World Psychiatry*, v. 7, n. 3, p. 185–188, 12 out. 2008.

THORNICROFT, Graham *et al.* WPA guidance on steps, obstacles and mistakes to avoid in the implementation of community mental health care. *World Psychiatry*, v. 9, n. 2, p. 67–77, jun. 2010.

TORALES, Julio *et al.* The outbreak of COVID-19 coronavirus and its impact on global mental health. *International Journal of Social Psychiatry*, v. 66, n. 4, p. 317–320, 31 jun. 2020.