

# INTERVENÇÕES PSICOEDUCATIVAS NO CONTEXTO DA SAÚDE: UMA REVISÃO NARRATIVA

Mayara Moraes Galdino<sup>1</sup>

Maria Cleide Vicente da Silva<sup>2</sup>

Gabriella Anacleto Torres Lopes<sup>3</sup>

Graziele Lima de Souza<sup>4</sup>

Milena Vieira da Silva<sup>5</sup>

Lidiane dos Anjos Santos Andrade<sup>6</sup>

Psicologia



**cadernos de  
graduação**

ciências humanas e sociais

ISSN IMPRESSO 1980-1785

ISSN ELETRÔNICO 2316-3143

## RESUMO

A psicoeducação como ferramenta interventiva tem uma importante função na prevenção de doenças e promoção de saúde, causando repercussões imediatas e a longo prazo na vida dos/as pacientes. O objetivo do presente estudo foi discutir sobre a utilização da psicoeducação como recurso interventivo no contexto da saúde. Para tanto, o método utilizado para a apuração dos dados foi por meio do aprofundamento exploratório. A pesquisa dos dados se deu por meio de publicações eletrônicas nas bases de dados Scielo, Lilacs, Pubmed e artigos de periódicos pertinentes à pesquisa, nos idiomas português e inglês, com base nos descritores Psicoeducação; Intervenção e Saúde mental. O estudo evidenciou que a psicoeducação auxilia o indivíduo a desenvolver pensamentos e comportamentos mais adaptativos sobre as pessoas e o mundo, isso posto, relaciona-se ao maior conhecimento que o paciente adquire sobre seu diagnóstico, sintomas e consequências manifestadas em sua vida, possibilitando, também, alternativas mais racionais de enfrentamento durante a crise e o tratamento. Em conclusão, revela-se a importância da psicoeducação como prática interventiva no contexto da saúde, tanto para o paciente, quanto para o profissional de saúde, destacando-se em intervenções em diagnósticos, com pacientes, familiares e cuidadores. Por fim, o dinamismo das diferentes formas de elaboração de uma psicoeducação possibilita um amplo repertório de informações com diferentes metodologias, assim, alcançando um número maior de pessoas, muitas vezes não contemplados em outras formas de intervenção.

## **PALAVRAS-CHAVE**

Psicoeducação. Intervenção. Saúde Mental.

## **ABSTRACT**

Psychoeducation as an interventional tool has an important role in disease prevention and health promotion, causing immediate and long-term repercussions in the lives of patients. The objective of this study was to discuss the use of psychoeducation as an interventional resource in the health context. To this end, the method used for data collection was through in-depth exploratory research. The data search was done through electronic publications in the Scielo, Lilacs, and Pubmed databases, and articles from periodicals pertinent to the research, in Portuguese and English, based on the descriptors Psychoeducation; Intervention and Mental Health. The study showed that psychoeducation helps the individual to develop more adaptive thoughts and behaviors about people and the world. This is related to the greater knowledge that the patient acquires about his diagnosis, symptoms, and consequences manifested in his life, also enabling more rational alternatives for coping during the crisis and treatment. In conclusion, the importance of psychoeducation as an interventional practice in the health context is revealed, both for the patient and for the health professional, standing out in interventions in diagnoses, with patients, families, and caregivers. Finally, the dynamism of the different ways of elaborating a psychoeducation allows a wide repertoire of information with different methodologies, thus reaching a larger number of people, often not contemplated in other forms of intervention.

## **KEYWORDS**

Psychoeducation. Intervention. Mental health.

## **1 INTRODUÇÃO**

Segundo Authier (1977 apud LEMES; NETO, 2017) a psicoeducação é uma intervenção que tem como intuito focalizar as demandas e as intenções que estão relacionadas aos propósitos desejados pelo paciente do que a patologia que ele apresenta. A psicoeducação tem como característica proporcionar uma forma de contribuir para o tratamento da doença de uma forma eficaz, visando as alterações comportamentais, sociais e emocionais, possibilitando assim uma prevenção na saúde e na qualidade de vida do sujeito.

De acordo com Lemes e Neto (2017), o termo psico refere-se ao contexto de teorias e técnicas psicológicas, enquanto o termo educação está relacionado à área pedagógica que envolve o processo de ensino-aprendizagem. Por sua vez, a psicoeducação envolve o desenvolvimento emocional, comportamental e social do indi-

víduo e o profissional atua como mediador de mudanças, oferecendo assistência e propiciando práticas de embasamento científico, além de habilidades adquiridas.

A forma psicoeducacional abrange diferentes teorias psicológicas e educativas, assim como utiliza-se de conhecimentos teóricos como a educação, a filosofia, a medicina, entre outras, com o objetivo de amplificar as informações ao paciente, para que assim ele alcance compreensão a respeito do seu diagnóstico (COLE; LACEFIELD, 1982, LEMES; NETO, 2017). Segundo Nogueira e colaboradores (2017) é uma forma de intervenção a qual é usada para auxiliar no tratamento do sujeito, este modelo de intervenção surgiu a partir da carência para o acolhimento, assim como orientações aos pacientes mediante a patologia apresentada, pois percebeu-se a necessidade de um tratamento além do medicamentoso.

A psicoeducação para a terapia cognitivo comportamental (TCC):

A Psicoeducação que tem uma importante função de orientar o/a paciente em diversos aspectos, seja a respeito das consequências de um comportamento, na construção de crenças, valores, sentimentos e como estes repercutem em sua vida e na dos outros, bem como nortear um/a paciente e sua família quanto à existência ou prevalência de doenças, sejam elas de ordem física, genética ou psicológica. (BECK, 2013, p. 82).

A TCC tem a psicoeducação como uma maneira de conhecimento a qual possibilita o sujeito a desenvolver seus pensamentos, ideias e reflexões sobre si, as pessoas e sobre o mundo. Sendo assim, é por meio dela que o indivíduo pode encontrar uma maneira satisfatória de comportar-se diante de determinados eventos, tanto em intervenções individuais como em intervenções coletivas, diante disto a TCC é considerada uma abordagem eficaz no tratamento psicológico, por ser breve e objetiva, sendo indicada principalmente em caso de comorbidade e relacionada em tratamentos farmacológicos (NOGUEIRA *et al.*, 2017).

A psicologia tem uma conduta eficiente na prevenção de sofrimentos psíquicos, sendo assim é importante proporcionar um cuidado não somente com os pacientes mas também com os profissionais dos locais, por meio de plantões psicológicos com o intuito de orientar a respeito dos cuidados não só fisicamente mas com a saúde mental também, além da disponibilização de atendimentos psicológicos, a psicoeducação pode ser considerada uma das estratégias a serem utilizadas na promoção da saúde mental (GRINCENKOV, 2020).

Os projetos psicoeducativos são sempre relevantes independente do grau da doença, pois:

A prática psicoeducacional envolve um conjunto de abordagens que visam prover os doentes e seus familiares de conhecimentos sobre a doença mental, novas formas de lidar com ela e com os problemas do cotidiano além de buscar

a redução do estresse oriundo das relações interpessoais, especialmente os familiares, dos diversos ambientes e dos acontecimentos diários. Sua efetivação propicia ao doente e à família maior atividade durante o tratamento e possibilita a criação de um ambiente mais estruturado e previsível que permite adequar o grau de expectativas e exigências em relação ao doente (Brito, 2005), além valorizar o apoio, o suporte social e o encorajamento enfocando as possibilidades futuras em detrimento de um remoer mórbido do que foi vivenciado no passado. (PEREIRA *et al.*, 2006, p. 3).

Em última instância, a psicoeducação no contexto da saúde tem por finalidade promover o bem-estar do paciente. É fundamental que a equipe de saúde faça uso de técnicas psicoeducativas para encorajar pessoas a alcançar o maior nível possível de uma vida mais saudável, com o objetivo de promoção à saúde, prevenção das doenças e melhor qualidade de vida.

## 2 METODOLOGIA

Com o objetivo de discutir sobre a utilização da psicoeducação como recurso interventivo no contexto da saúde, para tanto, foi realizada uma revisão narrativa com nível de aprofundamento exploratório. Para o desenvolvimento do estudo foram coletados dados nos periódicos nacionais e internacionais indexados nas bases de dados Scielo, Lilacs, Pubmed, e artigos de periódicos pertinentes à pesquisa. Foram utilizadas as palavras chaves psicoeducação, intervenção, saúde, nos idiomas português e inglês.

Por se tratar de uma revisão narrativa da literatura existente, esta pesquisa limitou-se a pesquisar o uso da psicoeducação no contexto da saúde para responder a seguinte pergunta: Como as intervenções psicoeducativas são aplicadas no contexto da saúde? Para responder à questão foi usado como critério de inclusão, artigos tanto teóricos quanto empíricos considerando (a) estar dentro do período mencionado acima; (b) ter como investigação a psicoeducação como técnica interventiva; (c) ter resultados apresentados no âmbito da saúde; (d) descrever para quem é aplicada a psicoeducação, no caso, o público-alvo, ou seja, ou familiar, ou cuidador, o próprio paciente, ou ainda, a equipe de saúde.

Dentre todas as bases de dados referidas, foram encontrados oito artigos, todos eles em português, além disso todos relacionados a psicoeducação e suas diversas áreas, como por exemplo: Aplicações da psicoeducação no contexto da saúde, A importância da psicoeducação na terapia cognitivo comportamental: uma revisão sistemática. As publicações utilizadas foram do ano de 2015 até 2020.

### 3 A PSICOEDUCAÇÃO COMO PRÁTICA INTERVENTIVA

De acordo com Maia e Araújo (2018), a técnica psicoeducativa tem se mostrado bastante complexa e efetiva, pois utiliza-se da transdisciplinaridade para a promoção de conhecimentos que possibilitem uma compreensão organizada que abrange o adoecimento. Essas intervenções podem ser aplicadas em distintos contextos, assim como em diferentes demandas encontradas, sendo seu uso utilizado em diferentes campos, como a prática clínica, a promoção e a educação em saúde. O ambiente da saúde identifica a psicoeducação como uma intervenção eficaz para a condução dos atendimentos aos pacientes e seus familiares.

A psicoeducação é uma forma de aprendizagem que é possível proporcionar ao indivíduo que ele desenvolva pensamentos, ideias e reflexões sobre as pessoas, sobre o mundo e como agir diante de algumas situações por meio de atividades que podem colaborar justamente na reflexão e obtenção de valores, tanto nas intervenções individuais como nas coletivas (NOGUEIRA *et al.*, 2017). Dessa forma, esses pensamentos e reflexões são importantes para que o sujeito tenha consciência e conhecimento acerca dos diversos assuntos que uma psicoeducação poderá abordar.

Ainda para Nogueira e colaboradores (2017) a psicoeducação é ideal para nortear um/a paciente e sua família, por exemplo, sobre o funcionamento de uma doença ou transtorno, sobre diagnósticos, sintomas, bem como o próprio tratamento, facilitando processos de mudança, de aceitação ou melhora dos/as pacientes de acordo com a situação e o contexto em que estão inseridos/as.

Sobre a prática interventiva, Oliveira e Dias (2018) apontam que a intervenção deve ocorrer de maneira didática, contendo linguagem adequada ao público-alvo. E a transmissão desses conhecimentos pode ser de diversas formas, tanto grupal, quanto individual, rodas de conversas, vídeos, palestras, entre outros.

Além de ser aplicada na clínica, seja de modo individual para um/a paciente e sua família, a intervenção psicoeducativa também é bastante utilizada na área da saúde, no que toca à intervenção e tratamento em grupos terapêuticos, como por exemplo, em grupos de pessoas com dependência química, pessoas com transtornos obsessivo Compulsivos, ansiedade social etc.

Nessa perspectiva, por meio da psicoeducação os/as pacientes podem ser orientados coletivamente pela contribuição dos grupos terapêuticos sobre a doença que possuem, seus sintomas, origens e percursos trocando experiências pelo relato (NOGUEIRA *et al.*, 2017). Sobretudo, essa psicoeducação acontece não somente por meio de grupos e oficinas, mas também de cartilhas, palestras com o objetivo de informar e conscientizar o sujeito acerca de determinado assunto.

### 4 APLICAÇÕES DA PSICOEDUCAÇÃO NO CONTEXTO DA SAÚDE

A psicoeducação provém de um método estudado que é resultado da junção de diversas teorias e modelos clínicos que se complementam, como por exemplo, teoria cog-

nitivo comportamental, teoria da aprendizagem, modelo de práticas de grupos, modelo de estresse e de enfrentamento, entre outros. Um dos fatores que determinam o formato da psicoeducação é o público-alvo para o qual ela se destina. (OLIVEIRA; DIAS, 2018).

O uso da psicoeducação no âmbito da saúde engloba não somente a Psicologia, mas, também, envolve outros enfoques disciplinares, visto que a saúde permeia os aspectos comportamentais, emocionais e sociais. 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).

Dentre os pontos positivos da psicoeducação no contexto da saúde, pode-se destacar o aumento do conhecimento de uma determinada problemática, participação no tratamento referido, motivação para novos hábitos, além de satisfação no tratamento psicológico (OLIVEIRA; DIAS, 2018).

Zanqueta e outros autores (2020) defendem que a utilização de materiais educativos pode ser amplamente difundida na área da saúde, como alternativa para a formação e o engajamento de gestores que se preocupam com a saúde mental e qualidade de vida de sua equipe profissional. Acrescentando ainda que, as pesquisas supracitadas, em sua maioria, destacam a importância de atentar-se ao processo de construção de materiais psicoeducativos para alcançar critérios como legibilidade, compreensão, eficácia do material e engajamento.

Nessa circunstância, Lemes e Ondere Neto (2017) ressaltam que o desenvolvimento de projetos e programas de psicoeducação voltados para um tipo de doença faz-se importante para o trabalho de promoção de saúde, propiciando um retorno positivo à saúde pública. Para isso, as práticas psicoeducativas podem utilizar recursos como vídeos, áudios, panfletos, campanhas, e-books etc.

## **5 PREVENÇÃO E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL POR MEIO DA PSICOEDUCAÇÃO**

Por meio da psicoeducação é possível promover uma ampliação no conhecimento das pessoas, de ajudá-las a compreender e dar sentido à experiência vivida, engajando-as no uso dessa compreensão em seus cotidianos, desenvolvendo um trabalho de prevenção e de conscientização em saúde, valorizando a vida e preocupando-se com ela (OLIVEIRA; DIAS, 2018). Nessa conjuntura, a psicoeducação torna-se um recurso valioso tanto para os profissionais da saúde mental, no sentido de recurso facilitado, como para o público-alvo que for contemplado por uma psicoeducação.

A psicoeducação pode ser aplicada na promoção da saúde e prevenção de diferentes tipos de doenças, englobando tanto às psíquicas quanto às físicas, sendo seu uso de grande importância, pois tem como objetivo realizar prevenção, promoção e educação em saúde (LEMES; ONDERE NETO, 2017). No que se refere a saúde mental, podemos citar psicoeducação no contexto do suicídio, do transtorno depressivo, transtorno de ansiedade, estresse, *burnout* etc.

De acordo com Maia e Araújo (2018) a psicoeducação tem se mostrado eficaz no empoderamento quando se trata de indivíduos em sofrimento psíquico. Nesse ínterim, a psicoeducação pode ser utilizada individualmente e em grupo, apresentando-se como uma intervenção favorável também ao fortalecimento de vínculos e à construção de redes de apoio e suporte social/interpessoal.

Para Nogueira e colaboradores (2017) a psicoeducação contribui para que a pessoa possa enfrentar possíveis estigmas e preconceitos por parte de outras pessoas, assim como favorece a promoção de hábitos saudáveis e a regularidade no estilo de vida. Logo, é possível também apontar a psicoeducação como um instrumento importante para a desmistificação de transtornos mentais.

Oliveira e Dias (2018) abordam que a psicoeducação é uma ferramenta ou procedimento bastante usado pelo psicólogo com a função de simplificar a queixa do paciente. Essa educação pode ser também aplicada à família do paciente. A instrução sobre a doença ou queixa e seus sintomas aos familiares são de suma importância na eficácia do tratamento.

Nesse viés, a psicoeducação emocional consiste em uma ferramenta de aprendizagem que atua de forma preventiva, auxiliando os indivíduos a entender as suas próprias emoções e utilizá-las produtivamente. É importante salientar que a psicoeducação no âmbito da saúde não tem o foco total nos transtornos psicológicos, mas sim na diminuição do sofrimento psíquico causado pelo diagnóstico.

## 6 RESULTADOS

Diversas áreas da saúde estão se apropriando da psicoeducação e usando como intervenção em prevenção e promoção de saúde, por meio de informações fundamentadas, e principalmente pela prática propriamente dita. A elaboração de um material, seguindo um roteiro que cumpra distintas etapas, como o embasamento teórico, levantamento de conduta-objetivo a serem alcançados e legitimação com participação do público-alvo pode favorecer a compreensão do que a psicoeducação tem por objetivo.

Percebe-se que tais resultados foram alcançados, tendo em vista que as estratégias de ensino utilizadas no processo psicoeducativo implicam no uso de situações da vida do próprio paciente para ilustrar os conceitos e suas aplicações. Dessa forma, são propostas explicações breves por parte do psicólogo, seguidas de perguntas que proporcionam um maior engajamento do paciente no processo de aprendizagem.

De forma complementar, de maneira específica para os transtornos psicológicos, a psicoeducação se destaca como uma técnica eficaz para guiar a família e o paciente acerca do diagnóstico e do funcionamento geral evidenciado pela doença e do tratamento a ser conduzido, o que facilita e promove o processo de aceitação, mudança e melhora do sujeito acometido.

Em conclusão, a psicoeducação se apresenta como um processo de aprendizagem que auxilia o indivíduo a desenvolver pensamentos e comportamentos mais

adaptativos sobre as pessoas e o mundo. Isso se deve ao maior conhecimento que o paciente adquire sobre seu diagnóstico, sintomas e consequências manifestadas em sua vida, possibilitando, também, alternativas mais racionais de enfrentamento durante a crise e o tratamento.

## 7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

A utilização de recursos psicoeducativos no contexto da saúde ajuda não somente o paciente envolvido, mas também os familiares, a equipe de saúde e gestão para que assim o público-alvo possa entender e usar as informações a seu favor. Logo, a intervenção psicoeducativa deve ser direcionada ao desenvolvimento de novas habilidades para lidar com a problemática em questão.

Diante dos resultados da pesquisa foi possível perceber a pertinência da psicoeducação nas intervenções em saúde, onde está pode ser utilizada em vários campos por meio de embasamentos científicos. Sendo importante destacar o dinamismo das diferentes formas de elaboração de uma psicoeducação, possibilitando um amplo repertório de orientação, assim alcançando um número maior de pessoas, muitas vezes não contemplados em outras formas de intervenção.

## REFERÊNCIAS

BECK, J. S. **Terapia cognitivo comportamental: teoria e prática**. 2. ed. Porto Alegre: Artmed, 2013. Acesso em: 10 maio 2021.

GRINCENKOV, F. R. S. **A psicologia hospitalar e da saúde no enfrentamento do coronavírus: necessidade e proposta de atuação**. 2020. Disponível em: <https://periodicos.ufjf.br/index.php/hurevista/article/view/30050/20360>. Acesso em: 11 maio 2021.

LEBON, André. Psico-educação: a ciência do “viver com” educativo e terapêutico. **Paidéia**, Ribeirão Preto, n. 12-13, p. 11-27, 1997. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-863X1997000100002&script=sci\\_arttext&lng=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S0103-863X1997000100002&script=sci_arttext&lng=pt). Acesso em: 17 maio 2021.

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](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2017000100002&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 10 maio 2021.

MAIA, R. S.; ARAUJO, T. C. S.; MAIA, E. M. C. Aplicação da psicoeducação na saúde: revisão integrativa. **Revista brasileira de psicoterapia**. 2018. Disponível em: [http://rbp.celg.org.br/detalhe\\_artigo.asp?id=280](http://rbp.celg.org.br/detalhe_artigo.asp?id=280). Acesso em: 11 maio 2021.

NOGUEIRA, C. A. *et al.* **A importância da psicoeducação na terapia cognitivo comportamental: uma revisão sistemática.** 2017. Disponível em: <http://noar.fasb.edu.br/revista/index.php/higia/article/view/190/211>. Acesso em: 10 maio 2021.

OLIVEIRA, Clarissa Tochetto de; DIAS, Ana Cristina Garcia. Psicoeducação do transtorno do déficit de atenção/hiperatividade: o que, como e para quem informar? **Trends in Psychology**, v. 26, n. 1, p. 243-261, 2018. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S2358-18832018000100243&script=sci\\_artte](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S2358-18832018000100243&script=sci_artte). Acesso em: 17 maio 2021.

PINHEIRO, Débora Patrícia Nemer. A resiliência em discussão. **Psicologia em estudo**, v. 9, n. 1, p. 67-75, 2004. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-73722004000100009%20&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-73722004000100009%20&script=sci_arttext). Acesso em: 17 maio 2021.

SANTANA, A. F. O. **Psicoeducação para pacientes psiquiátricos e seus familiares.** Universidade federal de Uberlândia - UFU, portal dos psicólogos. 2011. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/TL0252.pdf>. Acesso em: 11 maio 2021.

SELIGMAN, M. E. P. *et al.* Positive Psychology progress: empirical validation of interventions. **American Psychologist**, v. 60, n. 5, p. 410-421, jul./ago. 2005. Disponível em: <https://psycnet.apa.org/record/2005-08033-003>. Acesso em: 31 maio 2021.

ZANQUETA, D.; ACCORSI, L.; SOARES, M. R.; DE SOUZA, S.; VILA, E. Produção de materiais psicoeducativos a gestores da saúde para intervenção na pandemia da Covid-19. **Revista de Saúde Pública do Paraná**, v. 3, n. Supl., 21 dez. 2020.

---

**Data do recebimento:** 10 de setembro de 2021

**Data da avaliação:** 23 de novembro de 2021

**Data de aceite:** 12 de dezembro de 2021

---

1 Acadêmica de Psicologia do Centro Universitário Tiradentes – UNIT/AL. E-mail: mayaramgaldino@gmail.com

2 Acadêmica de Psicologia do Centro Universitário Tiradentes – UNIT/AL. E-mail: cleyddemathias@gmail.com

3 Acadêmica de Psicologia do Centro Universitário Tiradentes – UNIT/AL.

E-mail: gabriella.anacleto@souunit.com.br

4 Acadêmica de Psicologia do Centro Universitário Tiradentes – UNIT/AL. E-mail: graziele.lima@souunit.com.br

5 Acadêmica de Psicologia do Centro Universitário Tiradentes – UNIT/AL. E-mail: milena.vieira@souunit.com.br

6 Professora de Psicologia do Centro Universitário Tiradentes – UNIT/AL. E-mail: lidiane.anjos@souunit.com.br