

Saúde mental como compromisso coletivo: Humanização, prevenção e mudança de olhares

Mental health as a collective commitment: Humanization, prevention, and changing perspectives

Salud mental como compromiso colectivo: Humanización, prevención y transformación de miradas

Regina Célia Bueno Rezende Machado¹ 

A saúde mental ocupa, de forma cada vez mais evidente, um lugar central nas discussões contemporâneas sobre cuidado em saúde. Em um cenário marcado por profundas transformações sociais, precarização de vínculos, intensificação do trabalho, desigualdades estruturais e impactos persistentes de crises sanitárias e humanitárias, torna-se impossível dissociar o cuidado integral da atenção qualificada à saúde mental¹. Para os profissionais de saúde, historicamente comprometidos com o cuidado direto, contínuo e humano, esse desafio não é apenas técnico, mas também ético, político e social.

Falar em conscientização do cuidado em saúde mental exige, antes de tudo, reconhecer que o sofrimento psíquico é parte da experiência humana e atravessa todas as pessoas, em diferentes momentos do ciclo de vida. Essa compreensão desloca o olhar reducionista que associa saúde mental apenas à presença de transtornos psiquiátricos, abrindo espaço para uma perspectiva ampliada, que considera os determinantes sociais, culturais, econômicos e relacionais que influenciam o bem-estar psíquico¹. Os profissionais de saúde, ao atuarem nos mais diversos níveis de atenção, encontram-se em posição estratégica para sustentar esse olhar ampliado e sensível.

Entretanto, apesar dos avanços conceituais e das políticas públicas voltadas à saúde mental, o estigma ainda se apresenta como uma das maiores barreiras ao cuidado. Estigmatizar é reduzir o sujeito ao diagnóstico, silenciar sua história e desconsiderar suas potencialidades². No cotidiano dos serviços de saúde, isso pode se manifestar por meio de atitudes sutis, como a desqualificação da queixa, a naturalização do sofrimento ou a rotulação precoce, ou de práticas mais explícitas de

¹ Enfermeira. Doutora em enfermagem. Universidade Estadual de Londrina, PR, Brasil. E-mail: reginam_rezende@yahoo.com.br

exclusão e afastamento. Combater a estigmatização é, portanto, uma tarefa fundamental dos profissionais de saúde, que devem reafirmar, em suas práticas, a dignidade, a singularidade e a autonomia de cada pessoa cuidada.

A humanização do cuidado em saúde mental não se restringe à adoção de discursos empáticos, mas se concretiza em práticas cotidianas baseadas na escuta qualificada, no vínculo, no acolhimento e no respeito às trajetórias individuais³. Humanizar é reconhecer o outro como sujeito de direitos, portador de saberes sobre sua própria experiência, e não apenas como receptor passivo de intervenções. Nesse sentido, os profissionais de saúde desempenham papel essencial ao estabelecer relações terapêuticas sustentadas pela presença, pela disponibilidade e pela corresponsabilização no cuidado.

Mudar o olhar sobre a saúde mental implica também ampliar a compreensão de quem precisa ser cuidado. Não se trata apenas de indivíduos em sofrimento psíquico intenso, mas de crianças, adolescentes, adultos e idosos expostos a contextos de vulnerabilidade, trabalhadores adoecidos pelo excesso de demandas, estudantes pressionados por expectativas de desempenho, famílias atravessadas por perdas e incertezas. A saúde mental é um campo transversal, que perpassa todos os espaços de cuidado e exige ações integradas, interdisciplinares e contínuas.¹

Nesse contexto, o fortalecimento do potencial individual emerge como eixo fundamental do cuidado. Os profissionais de saúde, ao reconhecerem capacidades, recursos internos e redes de apoio, contribuem para a construção de processos de cuidado que não se limitam à redução de sintomas, mas que promovem autonomia, protagonismo e esperança^{4,5}. Valorizar o potencial humano significa apostar na possibilidade de reconstrução de projetos de vida, mesmo diante do sofrimento, e compreender que o cuidado em saúde mental também é um espaço de produção de sentido e de vida.

A perspectiva da psiquiatria preventiva e da promoção da saúde mental reforça a necessidade de intervenções precoces, educativas e comunitárias⁶. Investir em ações de prevenção não é apenas reduzir custos ou evitar agravos futuros, mas afirmar um compromisso ético com o cuidado antecipatório e com a redução de desigualdades. Os profissionais de saúde, especialmente na Atenção Primária à Saúde, nos ambientes educacionais e nos espaços de trabalho, têm papel central na identificação precoce de sinais de sofrimento, na orientação em saúde, na construção de ambientes mais saudáveis e no fortalecimento de estratégias de autocuidado.

Além disso, é imprescindível reconhecer que cuidar da saúde mental também implica cuidar de quem cuida. Profissionais de saúde vivenciam, cotidianamente, altas cargas emocionais, exposição ao sofrimento humano e condições de trabalho frequentemente adversas. Promover a conscientização do cuidado em saúde mental passa, necessariamente, pela valorização do trabalhador, pela criação de espaços de escuta institucional, pelo estímulo a práticas de cuidado coletivo e pelo reconhecimento da saúde mental como componente indissociável da saúde ocupacional.¹

Diante desses desafios, este editorial se coloca como um convite à reflexão e à ação. A conscientização do cuidado em saúde mental não é uma tarefa isolada, nem restrita a especialistas, mas uma responsabilidade compartilhada por todos os profissionais e instituições envolvidos no cuidado em saúde. Exige revisão de práticas, abertura ao diálogo, compromisso com a educação permanente e, sobretudo, a disposição para sustentar um cuidado ético, humano e não estigmatizante.

Que os profissionais de saúde e as instituições sigam reafirmando seu papel histórico na defesa da vida, do cuidado integral e da saúde mental como direito. Que possamos, coletivamente, transformar olhares, romper silêncios e construir práticas que reconheçam o sofrimento sem reduzir o sujeito a ele, fortalecendo potencialidades e promovendo caminhos possíveis de cuidado, prevenção e esperança.

Highlights

1. Saúde Mental como compromisso Coletivo.
2. O cuidado em saúde mental deve ser baseado em escuta qualificada, vínculo, acolhimento e respeito às trajetórias individuais.
3. Cuidar da saúde mental implica em cuidar de quem cuida.

Como citar este artigo:

Machado RCB. Saúde Mental Como Compromisso Coletivo: Humanização, Prevenção e Mudança de Olhares. *Adv Nurs Health*, 8, 1-3. e54625. <https://doi.org/10.5433/anh.2026v8.id54625>



Autor correspondente: Regina Célia Bueno Rezende Machado 

Submetido: Fev/2026

Aprovado: Fev/2026

Publicado: Mar/2026

Referências

- 1 World Health Organization (WHO). Mental health action plan 2013–2030. Geneva: World Health Organization; 2021.
- 2 Foucault M. História da loucura na Idade Clássica. 10 ed. São Paulo: Perspectiva; 2010.
- 3 Stefanelli MC, Fukuda IMK, Arantes EC. Enfermagem psiquiátrica em suas dimensões assistenciais. SP: Manole; 2008.
- 4 Saraceno B. Libertando identidades: da reabilitação psicossocial à cidadania possível. 2. ed. Rio de Janeiro (RJ): Te Corá/Instituto Franco Basaglia; 2001.
- 5 Saraceno B. Reabilitação psicossocial: uma estratégia para a passagem do milênio. In: Pitta, AM. organizadora. Reabilitação psicossocial no Brasil. São Paulo (SP): Hucitec; 1996. p. 13-18.
- 6 Caplan G. Princípios da psiquiatria preventiva. Buenos Aires: Ed Paidós; 1986.