

SAÚDE MENTAL, FELICIDADE E BEM ESTAR: UM ESTUDO DE REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

II Congresso Brasileiro Online de Psicologia, 1ª edição, de 08/04/2024 a 10/04/2024

ISBN dos Anais: 978-65-5465-085-4

DOI: 10.54265/VKQK9429

SILVA; Henrique Miguel de Lima¹, BARBOSA; Juliana de Holanda Barbosa², LIMA; Ana Carolina de Araújo Cunha³, LOPES; Milena Saavedra⁴

RESUMO

Introdução: Nos últimos anos, diversos centros de pesquisa ao redor do mundo tem se desdobrado sobre os conceitos de saúde mental e suas implicações na vida em e sociedade. Grandes descobertas foram feitas sobre os componentes cognitivos; hormônios; percepções e práticas cotidianas que implicam qualitativamente na melhoria do bem estar considerando, por exemplo, o conceito de felicidade. Neste sentido, compreender como felicidade; saúde mental e bem estar possuem relações intrínsecas e indissociáveis faz com que às neurociências e ciências da saúde desdobrem seus esforços para atender o conceito de sujeito biopsicossocial e das demandas contemporâneas que coadunam no conceito de saúde mental. Pensando nisto, a Organização Mundial de Saúde (OMS) e o Ministério da Saúde do Brasil, preconizam o entendimento multiprofissional das ações integrativas que, por sua vez, possibilitem autocuidado; promoção à saúde e terapias que não sejam exclusivamente medicamentosas. **Objetivo:** investigar, por meio de revisão integrativa de literatura, os principais achados científicos sobre saúde mental; felicidade e bem estar e suas implicações na medicina moderna. **Métodos:** No presente estudo, foram analisados artigos que responderam à pesquisa dos descritores “mental health” e “happiness” nas plataformas SciELO e PubMed, considerando o período entre 2019 e 2024 por meio das categorias de estudos científicos originais e inéditos, bem como escritos em língua português e/ou língua inglesa. **Resultados/discussão:** o desenvolvimento dos estudos científicos sobre saúde mental; felicidade e bem estar possuem forte relação entre o conceito de saúde integral e da atuação multiprofissional dos profissionais de saúde na promoção do cuidado e do autocuidado. Além disso, o desenvolvimento de políticas públicas e do próprio processo de formação dos profissionais em saúde contribuem diretamente na ampliação destes conhecimentos e de suas aplicações na prática profissional. **Conclusão:** a produção científica; sua divulgação e aplicação nos processos de formação inicial e continuada dos profissionais e acadêmicos das ciências da saúde possibilita uma resignificação do paradigma de saúde mental e dos processos de tratamento e de cuidado, modificando o uso exclusivo de medicamentos para, cada vez mais, uso de terapias holísticas e complementares com evidência científica.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde Mental, Felicidade, Bem-estar, Ciências da saúde

¹ Famene, henrique.miguel.91@gmail.com

² Famene, julianaholanda2004@gmail.com

³ Famene, carolcunhalima@hotmail.com

⁴ Famene, msaavedralopes@yahoo.com.br