



## 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 Lima**<sup>1</sup>, **BARBOSA; Juliana de Holanda Barbosa**<sup>2</sup>, **LIMA; Ana Carolina de Araújo Cunha**<sup>3</sup>, **LOPES; Milena Saavedra**<sup>4</sup>

### 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 práxis 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 ressignificação 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

<sup>1</sup> Famene , henrique.miguel.91@gmail.com

<sup>2</sup> Famene , julianaholanda2004@gmail.com

<sup>3</sup> Famene , carolcunhalima@hotmail.com

<sup>4</sup> Famene , msaavedralopes@yahoo.com.br

complementares com evidência científica.

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

<sup>1</sup> Famene , henrique.miguel.91@gmail.com  
<sup>2</sup> Famene , julianaholanda2004@gmail.com  
<sup>3</sup> Famene , carolcunhalima@hotmail.com  
<sup>4</sup> Famene , msaavedralopes@yahoo.com.br