

## PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES: DESAFIOS E ESTRATÉGIAS, NA PRÁTICA DA ENFERMAGEM

Fernanda Maria do Nascimento Silva<sup>1</sup>

Maria Thayza de Oliveira Rêgo<sup>2</sup>

Claudia de Sousa Freitas<sup>3</sup>

Anne Caroline de Souza<sup>4</sup>

Maria Raquel Casimiro<sup>5</sup>

Geane Silva Oliveira<sup>6</sup>

**RESUMO:** **Introdução:** A adolescência é um período marcado por intensas transformações físicas, emocionais e sociais, tornando os jovens mais suscetíveis a desequilíbrios mentais e emocionais. Estudos recentes indicam que fatores como vulnerabilidade social, violência, desigualdade e falta de acesso a serviços de saúde mental contribuem para o aumento de casos de depressão, ansiedade e automutilação. Nesse contexto, a enfermagem exerce papel fundamental na identificação precoce de sinais de sofrimento psíquico e na promoção de estratégias que favoreçam o bem-estar emocional e o desenvolvimento saudável dos adolescentes. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão integrativa da literatura, realizada entre agosto e setembro de 2025, nas bases SciELO, BVS e LILACS. Utilizaram-se os descritores “saúde mental”, “adolescentes” e “enfermagem”, combinados com o operador booleano AND. Foram incluídos artigos completos, em português, publicados entre 2019 e 2024, que abordassem estratégias e desafios da enfermagem na promoção da saúde mental de adolescentes. **Resultados e Discussão:** O estudo analisou oito artigos que destacaram o protagonismo da enfermagem em ambientes escolares e comunitários, atuando na educação em saúde, triagem e acompanhamento psicológico. As evidências reforçam a importância do trabalho multiprofissional, da capacitação continuada e da criação de protocolos específicos para o cuidado em saúde mental. Também apontam que ações participativas e adaptadas ao contexto sociocultural aumentam a eficácia das intervenções e fortalecem a autonomia juvenil. **Conclusão:** Conclui-se que a promoção da saúde mental de adolescentes pela enfermagem exige estratégias interdisciplinares, formação contínua e políticas públicas efetivas. O enfermeiro deve ser reconhecido como agente essencial na prevenção de transtornos mentais e na construção de ambientes saudáveis e acolhedores para o desenvolvimento pleno dos jovens.

795

**Palavras chave:** Saúde mental. Adolescentes. Enfermagem. Estratégias de cuidado.

<sup>1</sup>Discente do curso de Enfermagem, centro Universitário Santa Maria, PB.

<sup>2</sup>Discente do curso de Enfermagem, centro Universitário Santa Maria, PB.

<sup>3</sup>Discente do curso de Enfermagem, centro Universitário Santa Maria, PB.

<sup>4</sup>Enfermeira, docente do centro Universitário Santa Maria, PB.

<sup>5</sup>Enfermeira, docente do centro Universitário Santa Maria, PB.

<sup>6</sup>Enfermeira, docente do centro Universitário Santa Maria, PB.

## I INTRODUÇÃO

A adolescência é um período da vida caracterizado por intensas mudanças no comportamento e nas relações sociais, o que pode contribuir para o surgimento de desequilíbrios emocionais. Nessa etapa, muitos adolescentes demonstram sinais de sofrimento mental, como instabilidade emocional, isolamento, irritabilidade e comportamentos de risco, que podem evoluir para quadros mais graves, incluindo pensamentos suicidas. Esses sinais, muitas vezes, estão ligados a contextos de vulnerabilidade social, como exposição à violência, dificuldades econômicas, experiências de rejeição, lares desestruturados e outras condições adversas (TEIXEIRA *et al.*, 2020).

No período juvenil, ocorrem intensas transformações significativas nos aspectos físicos, emocionais e sociais, que estão fortemente influenciadas pelo ambiente em que o adolescente está inserido. Quando esse ambiente é negativo, o desenvolvimento saudável pode ser comprometido, afetando o equilíbrio emocional. Além disso, os cuidadores têm um papel crucial nesse processo, pois suas atitudes e valores impactam diretamente a formação da identidade e as escolhas dos adolescentes ao longo de suas vidas (FERREIRA *et al.*, 2024).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) destacou que, em 2019, cerca de 14% dos adolescentes em todo o mundo viviam com algum transtorno mental. Entre os principais fatores associados a esse cenário estão o abuso, a violência, as desigualdades sociais e a falta de acesso a cuidados adequados. Reforça a importância de estratégias que combatam o estigma, fortaleçam os serviços de saúde mental e promovam ambientes mais protetivos, especialmente para adolescentes em situação de vulnerabilidade. (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE, 2019).

796

Estimativas do relatório Situação Mundial da Infância 2021, divulgado pelo UNICEF, indicam que cerca de um em cada seis adolescentes brasileiros, entre 10 e 19 anos, convive com algum transtorno mental. Essa parcela da juventude está mais propensa a enfrentar problemas como automutilação, quadros de depressão e risco elevado de suicídio. (FUNDO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A INFÂNCIA, 2021).

Considerando esse contexto, torna-se fundamental o envolvimento da enfermagem no cuidado com a saúde mental de crianças e adolescentes. O enfermeiro, enquanto profissional com formação ampla, tem competência para desenvolver ações que favoreçam a saúde integral, utilizando abordagens educativas e de orientação. Entre essas ações estão o suporte emocional, a promoção de práticas saudáveis no cotidiano e o esclarecimento de informações relevantes,

contribuindo assim para a identificação de sinais de sofrimento psíquico, prevenção de agravos e fortalecimento dos vínculos sociais desses indivíduos. (SANTOS *et al.*, 2024).

A realização deste estudo justifica-se pela alta incidência de transtornos mentais entre adolescentes e pela influência de fatores sociais e emocionais no bem-estar psíquico. A dificuldade de acesso a serviços especializados e a importância da identificação precoce do sofrimento reforçam a necessidade de discutir estratégias de cuidado e promoção da saúde mental, contribuindo para ações mais eficazes e integradas.

Diante do crescente número de adolescentes acometidos por transtornos mentais e da importância do cuidado prestado por profissionais de enfermagem, este estudo partiu do seguinte questionamento: quais desafios a enfermagem enfrenta na promoção e no cuidado da saúde mental de adolescentes e quais estratégias podem ser adotadas para superar essas barreiras? A partir disso, busca-se compreender os obstáculos presentes na prática profissional e apontar possíveis caminhos para um cuidado mais efetivo e humanizado.

## 2 METODOLOGIA

O presente estudo tratou-se de uma revisão integrativa da literatura, cujo objetivo foi reunir e sintetizar conhecimentos produzidos sobre os desafios enfrentados pela enfermagem na promoção e no cuidado da saúde mental de adolescentes, bem como as estratégias utilizadas para superar essas barreiras. Esse tipo de estudo permitiu identificar lacunas do conhecimento e apoiar a prática clínica com base em evidências científicas (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

797

A condução da revisão integrativa foi organizada em seis etapas complementares: a primeira etapa referiu-se à formulação da questão norteadora da pesquisa; a segunda etapa compreendeu a definição dos critérios de inclusão e exclusão, que permitiram a seleção criteriosa dos estudos; a terceira etapa consistiu na seleção e organização dos dados encontrados nos estudos; a quarta etapa envolveu a análise crítica do conteúdo; a quinta etapa consistiu na interpretação dos dados com base na abordagem qualitativa; e a sexta etapa correspondeu à apresentação dos resultados, organizados em uma síntese final (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

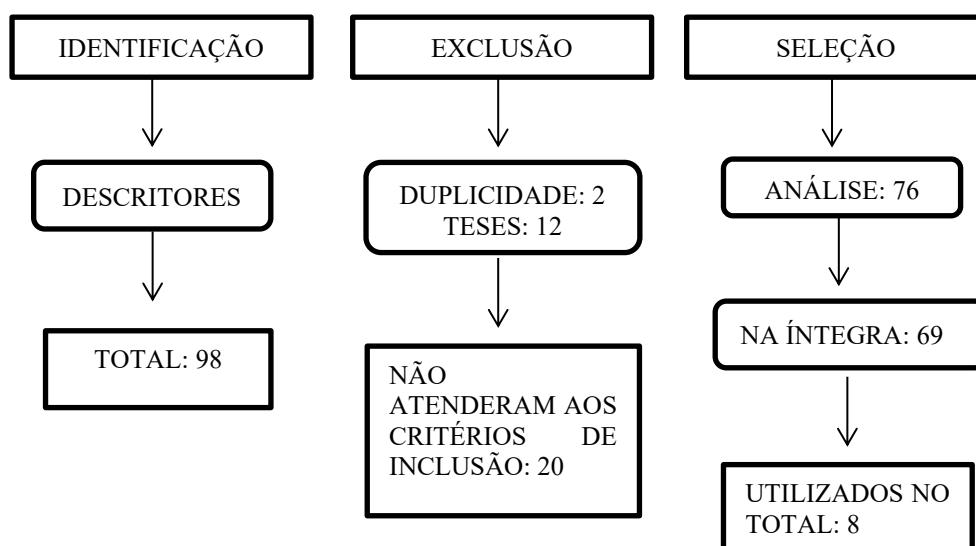
A pesquisa foi realizada entre os meses de agosto e setembro de 2025, utilizando as bases de dados Scientific Electronic Library Online (SciELO), Biblioteca Virtual em Saúde (BVS) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). Os descritores

utilizados, conforme o DeCS (Descritores em Ciências da Saúde), foram: “saúde mental”, “adolescentes” e “enfermagem”, combinados com o operador booleano AND.

Foram incluídos estudos publicados entre os anos de 2019 e 2024, disponíveis na íntegra, em português, que estivessem alinhados com a temática proposta. Foram excluídos artigos duplicados, em outras línguas, resumos, monografias, dissertações, teses e aqueles que não abordaram diretamente os objetivos do estudo.

Por tratar-se de uma pesquisa de abordagem qualitativa, os dados foram analisados de forma descriptiva e interpretativa, buscando compreender o conteúdo dos estudos selecionados à luz dos objetivos propostos. Embora não tenha sido necessária a submissão ao Comitê de Ética em Pesquisa, esta pesquisa respeitou os princípios éticos e de integridade científica.

**Figura 1-** Fluxograma metodológico da pesquisa



Autores 2025.

### 3 RESULTADOS

Após a realização da busca, da leitura exploratória e da aplicação dos critérios de inclusão previamente definidos, este trabalho foi composto por 8 artigos científicos que abordam a temática em questão, atendendo aos critérios estabelecidos.

**Quadro 1-** Resultados da revisão sobre os desafios que enfermagem enfrenta na promoção e no cuidado da saúde mental de adolescentes e quais estratégias podem ser adotadas para superar essas barreiras

CÓDIGO	AUTOR/ANO	TÍTULO	OBJETIVO	RESULTADOS
A1	Govindan, R. et al. (2024)	Promoção da saúde mental de crianças e adolescentes	Identificar estratégias eficazes de promoção da saúde mental em crianças e adolescentes com foco na atuação de enfermagem.	Evidenciou a importância da integração entre atenção primária e escolar, destacando a capacitação de enfermeiros e o trabalho multiprofissional como pilares para intervenções efetivas.
A2	Silva, E. M. V. B. et al. (2020)	Promoção da saúde mental infantil: contribuições dos enfermeiros	Mapear as ações de enfermagem voltadas à promoção da saúde mental de crianças e adolescentes.	Demonstrou que a enfermagem contribui na educação em saúde, triagem e acompanhamento psicológico, porém enfrenta limitações relacionadas à formação e ausência de protocolos específicos.
A3	Santre, S. (2022)	Promoção da saúde mental adolescentes	Revisar programas e intervenções de promoção da saúde mental adolescentes.	Constatou que as ações de enfermagem são fundamentais em ambientes escolares e comunitários, mas ainda há desafios quanto à

CÓDIGO	AUTOR/ANO	TÍTULO	OBJETIVO	RESULTADOS
				sustentabilidade e à falta de políticas específicas de saúde mental infantojuvenil.
A4	Nagamitsu, S. et al. (2022)	Intervenções de promoção da saúde do adolescente em consultas de rotina	Avaliar intervenções de promoção da saúde mental em consultas de rotina na atenção primária.	Verificou que consultas de enfermagem estruturadas com foco em saúde mental aumentam a identificação de riscos e melhoram o suporte oferecido aos adolescentes.
A5	Tran, T. D. et al. (2023)	Promoção universal da saúde mental em ambiente escolar (“Happy House”)	Analizar a eficácia de um programa escolar universal para promoção do bem-estar mental em adolescentes.	O programa resultou em menor prevalência de sintomas depressivos e aumento da resiliência, reforçando o papel do enfermeiro escolar como mediador de intervenções preventivas.
A6	Llistosella, M. et al. (2024)	Eficácia de uma intervenção escolar de resiliência em adolescentes em situação de risco	Avaliar os efeitos de uma intervenção escolar voltada à resiliência de adolescentes em	Apontou melhora significativa em resiliência e redução de sintomas de ansiedade, destacando a necessidade de

CÓDIGO	AUTOR/ANO	TÍTULO	OBJETIVO	RESULTADOS
			situação de vulnerabilidade.	formação continuada para enfermeiros e professores.
A7	Laurenzi, C. A. et al. (2024)	Desenvolvimento de um programa escolar para promoção da saúde mental	Descrever o processo de desenvolvimento de um programa escolar para promoção da saúde mental.	Evidenciou a importância do design com adolescentes e da participação ativa de enfermeiros para adaptar intervenções a diferentes contextos culturais e sociais.
A8	García-Sastre, M. M. et al. (2024)	Promoção da saúde mental em adolescentes: “Teens Mental+” – um protocolo de intervenção de enfermagem	Apresentar e validar um protocolo de intervenção de enfermagem para promoção da saúde mental positiva em adolescentes.	Mostrou que intervenções baseadas em competências socioemocionais melhoram autonomia, autoestima e habilidades interpessoais, fortalecendo o papel do enfermeiro como promotor da saúde mental.

Autores, 2025.

#### 4 DISCUSSÃO

Diversos estudos recentes destacam a importância da atuação da enfermagem na promoção da saúde mental de adolescentes como uma responsabilidade compartilhada entre

diferentes níveis do sistema de saúde. Govindan *et al.* (2024) ressaltam que a colaboração entre escolas e unidades de atenção primária potencializa ações preventivas e o acompanhamento contínuo dos jovens, permitindo que o enfermeiro exerça um papel central na detecção precoce de sofrimento psíquico e na condução de atividades educativas e de suporte emocional.

Silva *et al.* (2020) apontam que o enfermeiro é peça-chave na educação em saúde e na escuta ativa, funcionando como ponte entre os adolescentes, suas famílias e os serviços de saúde. No entanto, o estudo evidencia limitações na formação profissional e a carência de protocolos específicos voltados à saúde mental infantojuvenil, o que compromete a aplicação de práticas baseadas em evidências. Os autores defendem investimentos em capacitação contínua e na criação de diretrizes clínicas adaptadas às necessidades dessa população.

Segundo Santre (2022), as ações de enfermagem ganham força quando realizadas em espaços sociais como escolas e comunidades. A presença do profissional nesses locais facilita o acesso à informação e permite intervenções antecipadas. Contudo, o autor alerta para obstáculos como a ausência de políticas públicas específicas e a interrupção de programas, reforçando a necessidade de estratégias sustentáveis que assegurem a continuidade das ações.

Nagamitsu *et al.* (2022) destacam o valor das consultas periódicas como ferramentas eficazes na promoção da saúde mental. Avaliações estruturadas e diálogos focados no bem-estar emocional ajudam a identificar riscos como ansiedade, depressão e comportamentos autolesivos, transformando o ambiente clínico em um espaço acolhedor e preventivo que fortalece o vínculo entre profissional e paciente.

Tran *et al.* (2023) demonstram que programas escolares universais, como o Happy House, contribuem para a redução de sintomas depressivos e o fortalecimento da resiliência entre adolescentes. O enfermeiro escolar atua como facilitador de práticas educativas e de autocuidado, promovendo apoio entre os pares e integrando saúde, educação e cidadania em um mesmo ambiente.

Na mesma direção, Llistosella *et al.* (2024) analisam intervenções escolares voltadas ao desenvolvimento da resiliência, mostrando que elas reduzem sintomas de ansiedade e depressão em jovens socialmente vulneráveis. A atuação conjunta entre enfermagem e pedagogia pode transformar trajetórias de sofrimento psíquico, desde que haja formação contínua e suporte institucional para garantir a eficácia das ações.

Laurenzi *et al.* (2024) abordam a construção participativa de programas escolares, valorizando o envolvimento direto dos adolescentes no planejamento das atividades. O estudo

mostra que estratégias cocriadas e culturalmente ajustadas aumentam a adesão e os resultados positivos, com o enfermeiro atuando como mediador e incentivador da autonomia dos jovens no cuidado com sua saúde mental.

Por fim, García-Sastre et al. (2024) apresentam o protocolo “Teens Mental+”, voltado à prática da enfermagem na promoção da saúde mental positiva. O modelo propõe o desenvolvimento de habilidades socioemocionais, como autoestima, empatia e resolução de conflitos, por meio de oficinas conduzidas por enfermeiros. Os resultados indicam que programas bem estruturados não apenas elevam o bem-estar dos adolescentes, mas também valorizam o papel do enfermeiro como agente ativo na prevenção de transtornos mentais.

## 5 CONCLUSÃO

Com base nos estudos revisados, percebe-se que a promoção da saúde mental entre adolescentes representa um campo estratégico e complexo para a atuação da enfermagem. Essa prática exige uma abordagem colaborativa, empática e fundamentada em evidências científicas. Os trabalhos analisados destacam o papel fundamental do enfermeiro na detecção precoce de sinais de sofrimento emocional, na condução de ações educativas e na criação de vínculos que favoreçam o acolhimento e a escuta sensível.

803

Apesar dos avanços, ainda existem obstáculos importantes, como a carência de formação especializada e a falta de políticas públicas contínuas voltadas à saúde mental de crianças e adolescentes. Diante disso, é urgente investir na qualificação profissional, fortalecer a articulação entre os setores da saúde e da educação, e reconhecer o enfermeiro como agente central na construção de espaços que promovam o bem-estar emocional e o desenvolvimento pleno dos jovens.

## REFERÊNCIAS

FERREIRA, Aldo Pacheco; SANTOS, Doralice Sisnande dos; WERMELINGER, Eduardo Dias. Perspectivas e desafios do cuidado em saúde mental de adolescentes em regime socioeducativo: um estudo de caso. *Saúde em Debate*, v. 48, n. 143, p. e8949, 2024.

FUNDO DAS NAÇÕES UNIDAS PARA A INFÂNCIA (UNICEF). Situação Mundial da Infância 2021: Na minha mente – Promover, proteger e cuidar da saúde mental das crianças. Nova Iorque: UNICEF, 2021. Disponível em:<https://www.unicef.org/brazil/saude-mental-de-adolescentes#:~:text=No%20Brasil%20C%2osegundo%2000%2orelat%C3%A3rio,de%20automutila%C3%A7%C3%A3o%20e%C3%A3o%20suic%C3%A3o%20d>

GARCÍA-SASTRE, M. M. et al. Promoting Mental Health in Adolescents: “Teens Mental+” a nursing intervention protocol. MDPI, 2024.

GOVINDAN, R. et al. Promoting mental health of children and adolescents revisão/liderança de práticas de enfermagem. PubMed Central (PMC), 2024.

LAURENZI, C. A. et al. Development of a school-based programme for mental health. ScienceDirect, 2024.

LLISTOSELLA, M. et al. Effectiveness of a resilience school-based intervention in at-risk adolescents. PubMed Central (PMC), 2024.

NAGAMITSU, S. et al. Adolescent Health Promotion Interventions Using Well-Care Visits. JMIR mHealth, 2022.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). Relatório sobre saúde mental: Adolescência e os desafios da saúde mental. Genebra: OMS, 2019. Disponível em: <https://bvsms.saude.gov.br/oms-divulga-informe-mundial-de-saude-mental-transformar-a-saude-mental-para-todos/>

SANTOS, Thaiane Santana et al. Avaliação de enfermagem sobre a saúde mental de crianças e adolescentes à luz de callista roy. Cogitare Enfermagem, v. 29, p. e93543, 2024.

SANTRE, S. Mental Health Promotion in Adolescents revisão narrativa/integradora. SAGE Journals, 2022.

804

SILVA, E. M. V. B. et al. Promotion of children's mental health: nurses' contributions. Acta Paulista de Enfermagem, 2020.

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. Einstein (São Paulo), v. 8, p. 102-106, 2010.

TEIXEIRA, Liane Araujo et al. Necessidades de saúde mental de adolescentes e os cuidados de enfermagem: revisão integrativa. Texto & Contexto-Enfermagem, v.29, p. e20180424, 2020.

TRAN, T. D. et al. School-based universal mental health promotion (Happy House). PubMed Central (PMC), 2023.