

2º Encontro da SBPC em MS/ XI ENEPEX / XIX ENEPE/ 22ª SNCT - UEMS / UFGD 2025

REVISÃO SISTEMÁTICA ACERCA DO LETRAMENTO EM SAÚDE MENTAL E A SUA INFLUÊNCIA NO MANEJO DA ANSIEDADE EM JOVENS

Instituição: UEMS

Área temática: Ciências da Saúde

FARIAS DA SILVA, Franciane¹ (francianesilvafarias@hotmail.com); **PEREIRA DO CARMO**, Vinícius² (grands_chase@hotmail.com); **FRANCO MACIEL**, Ruberval³ (ruberval@uem.br);

¹ – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul, Acadêmica de Medicina;

² – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul, Acadêmico de Medicina;

³ – Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul, Docente Doutor;

A saúde mental tem recebido crescente atenção global, especialmente entre jovens, sendo a ansiedade uma das condições mais prevalentes e com manejo ainda insuficiente. O letramento em saúde mental (LSM) surge como ferramenta essencial para promover o reconhecimento precoce, a busca por ajuda e a adoção de estratégias de enfrentamento baseadas em evidências. Este estudo teve como objetivo investigar, por meio de uma revisão sistemática qualitativa, o impacto do LSM no manejo da ansiedade juvenil, analisando diferentes abordagens e intervenções, incluindo programas educacionais, terapias psicológicas, estratégias de promoção do bem-estar e teorias complementares como a Teoria do Afeto. A metodologia seguiu as diretrizes PRISMA, com busca nas bases PubMed, PsycINFO, Scopus e Web of Science, abrangendo publicações de 2019 a 2024 nos idiomas português, inglês e espanhol, que relacionassem LSM e ansiedade em jovens. Foram aplicados critérios de inclusão e exclusão pré-definidos, eliminando duplicatas e selecionando estudos completos relevantes. Dos 88 registros iniciais, restaram 85 após remoção de duplicatas; 63 foram pré-selecionados por título e resumo, 22 analisados integralmente e 19 incluídos na síntese final. Os resultados revelaram que baixos níveis de LSM estão associados a menor capacidade de identificar sintomas, maior adesão a crenças estigmatizantes, atraso na busca de apoio e risco aumentado de agravamento do quadro ansioso. Intervenções educativas, especialmente no ambiente escolar e digital, mostraram potencial para melhorar o LSM, reduzir o estigma e ampliar o acesso a recursos especializados. Programas baseados em tecnologias como aplicativos, plataformas online e gamificação demonstraram boa aceitação e impacto positivo, sobretudo quando integrados a acompanhamento profissional e ações comunitárias. Observou-se que fatores como escolaridade, renda, apoio familiar e acesso à informação influenciam diretamente o LSM, sendo que jovens com maior escolaridade apresentaram melhores resultados de autogestão da saúde mental. A análise indicou que abordagens integradas e culturalmente adaptadas, envolvendo profissionais de saúde, educadores, comunidade e políticas públicas, potencializam a eficácia das ações. Também foi identificada a carência de instrumentos validados para medir o LSM especificamente no contexto da ansiedade juvenil, dificultando comparações entre estudos e a avaliação de intervenções. Conclui-se que fortalecer o LSM é fundamental para melhorar a autonomia no manejo da ansiedade, aumentar a adesão a tratamentos e otimizar o uso de serviços de saúde mental. Estratégias de promoção devem integrar educação, comunicação acessível e suporte contínuo, considerando fatores socioculturais e contextuais. O estudo reforça a necessidade de políticas públicas e práticas institucionais que priorizem o LSM como componente central na prevenção e no manejo da ansiedade entre jovens, bem como a importância de futuras pesquisas para desenvolvimento e validação de instrumentos específicos, garantindo intervenções mais eficazes e adaptadas às necessidades dessa população..

PALAVRAS-CHAVE: LETRAMENTO EM SAÚDE, ANSIEDADE

AGRADECIMENTOS: Agradeço à Universidade Estadual de Mato Grosso do Sul (UEMS) pelo apoio essencial na realização deste estudo, reafirmando seu compromisso com a pesquisa de relevância social e científica. Estendo minha gratidão ao orientador, cuja dedicação e orientação foram fundamentais ao longo do processo. Este trabalho reflete o valor da educação pública e de qualidade na promoção da saúde mental e no enfrentamento dos desafios da juventude.