

As contribuições da Psicoterapia Breve para a promoção da saúde mental coletiva: Diálogos e reflexões

The contributions of Brief Psychotherapy to the promotion of collective mental health: Dialogues and reflections

Las contribuciones de la Psicoterapia Breve a la promoción de la salud mental colectiva: Diálogos y reflexiones

Recebido: 26/02/2026 | Revisado: 05/03/2026 | Aceitado: 06/03/2026 | Publicado: 07/03/2026

Gilberto de Miranda Ribeiro e Buso Gomes

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8717-0632>

Centro Universitário de Minas Gerais, Brasil

E-mail: gilbertomirandagomes@gmail.com

Resumo

As psicoterapias breves são técnicas psicológicas potentes para a promoção da saúde mental coletiva, oportunizando soluções psicológicas para uma gama variada de problemas e presentes também nos dispositivos das políticas públicas sociais e de saúde. O objetivo do presente estudo refere-se na investigação, análise e reflexão, sobre o papel multidisciplinar e ampliado das Psicoterapias Breves atuais na promoção da saúde mental coletiva. A metodologia do trabalho se configura como uma pesquisa exploratória, descritiva e de revisão narrativa da literatura científica. A pesquisa se desenvolveu de forma on-line em três bases de dados, a saber: PEPSIC, SCIELO e PERIÓDICOS CAPES. Foram considerados 15 estudos finais para a investigação, análise e reflexão da pesquisa. Os resultados apontam para uma multiplicidade de intervenções breves, psicodinâmicas e ações psicoterapêuticas estratégicas em vários contextos coletivos e institucionais. Discute-se a partir disso, a necessidade do reforço das PBs nos dispositivos das políticas públicas sociais e de saúde do SUS, bem como na atuação em problemas de saúde mental carentes de atenção em saúde, como nas escolas, hospitais, contextos ocupacionais e instituições. Em última análise, houve estudos consideráveis que apontam a eficácia das psicoterapias breves na promoção da saúde mental coletiva em diferentes contextos em que a psicologia se destaca. No entanto, novos estudos devem ser realizados em uma abrangência para além do contexto nacional, no sentido de avaliar a eficácia das psicoterapias breves em outros países latino-americanos, visto a fragilidade de pesquisas nesse sentido, visando comparar os dados com outras experiências exitosas dessa modalidade psicoterapêutica.

Palavras-chave: Psicoterapia Breve; Saúde Mental; Promoção da Saúde; Política de Saúde; Ações Terapêuticas.

Abstract

Brief psychotherapies are powerful psychological techniques for promoting collective mental health, offering psychological solutions for a wide range of problems and also present in the framework of social and health public policies. The objective of this study is to investigate, analyze, and reflect on the multidisciplinary and expanded role of current Brief Psychotherapies in promoting collective mental health. The methodology of this work is configured as an exploratory, descriptive, and narrative review of the scientific literature. The research was conducted online using three databases: PEPSIC, SCIELO, and CAPES Journals. Fifteen final studies were considered for investigation, analysis, and reflection. The results point to a multiplicity of brief, psychodynamic interventions and strategic psychotherapeutic actions in various collective and institutional contexts. This leads to a discussion of the need to strengthen primary care within the framework of social and health public policies of the Brazilian Unified Health System (SUS), as well as in addressing mental health problems lacking healthcare attention, such as in schools, hospitals, occupational settings, and institutions. Ultimately, there have been considerable studies that point to the effectiveness of brief psychotherapies in promoting collective mental health in different contexts where psychology excels. However, further studies should be conducted on a broader scale than the national context, in order to evaluate the effectiveness of brief psychotherapies in other Latin American countries, given the scarcity of research in this area, aiming to compare the data with other successful experiences of this psychotherapeutic modality.

Keywords: Brief Psychotherapy; Mental Health; Health Promotion; Health Policy; Therapeutic Actions.

Resumen

Las psicoterapias breves son técnicas psicológicas potentes para promover la salud mental colectiva, ofreciendo soluciones psicológicas para una amplia gama de problemáticas y presentes también en el marco de políticas públicas sociales y sanitarias. El objetivo de este estudio es investigar, analizar y reflexionar sobre el papel multidisciplinario y ampliado de las Psicoterapias Breves actuales en la promoción de la salud mental colectiva. La metodología de este trabajo se configura como una revisión exploratoria, descriptiva y narrativa de la literatura científica. La investigación se realizó en línea utilizando tres bases de datos: PEPSIC, SCIELO y Revistas CAPES. Se consideraron quince estudios finales para investigación, análisis y reflexión. Los resultados apuntan a una multiplicidad de intervenciones psicodinámicas breves y acciones psicoterapéuticas estratégicas en diversos contextos colectivos e institucionales. Los resultados apuntan a una multiplicidad de intervenciones psicodinámicas breves y acciones psicoterapéuticas estratégicas en diversos contextos colectivos e institucionales. Esto lleva a discutir la necesidad de fortalecer la atención primaria en el marco de las políticas públicas sociales y de salud del Sistema Único de Salud (SUS), así como en el abordaje de los problemas de salud mental carentes de atención sanitaria, como en escuelas, hospitales, entornos laborales e instituciones. En definitiva, existen numerosos estudios que apuntan a la eficacia de las psicoterapias breves para promover la salud mental colectiva en diferentes contextos en los que la psicología destaca. Sin embargo, se deberían realizar más estudios a una escala más amplia que el contexto nacional, con el fin de evaluar la efectividad de las psicoterapias breves en otros países de América Latina, dada la escasez de investigaciones en esta área, con el objetivo de comparar los datos con otras experiencias exitosas de esta modalidad psicoterapéutica.

Palabras clave: Psicoterapia Breve; Salud Mental; Promoción de la Salud; Política de Salud; Acciones Terapéuticas.

1. Introdução

O campo da saúde mental possui ampla identidade devido a uma variabilidade de determinantes e condicionantes que o constitui. Em um sentido mais estrito, a saúde mental é um estado de bem-estar mental que permite às pessoas lidarem com os estresses quotidianos, trabalhar as suas capacidades e habilidades, executar as suas atividades de vida diária de forma positiva e contribuir com o ambiente social onde se está inserido. A saúde mental é mais do que somente a ausência de uma condição de saúde mental (World Health Organization, 2025).

A Psicoterapia Breve configura-se como uma das multivariadas abordagens psicoterapêuticas aplicadas na prática da psicologia clínica, direcionada para o tratamento de diversas disfunções emocionais, subjetivas e psicológicas que permeia o cotidiano existencial das pessoas e suas relações sociais. A PB, como é comumente denominada, pode ser uma estratégia importante e ampliada na promoção da saúde mental de indivíduos e coletividades.

O surgimento da Psicoterapia Breve (PB) remonta suas origens na psicanálise freudiana clássica, no início do século XX, visando a um tratamento de curta duração, exceto em casos clínicos mais graves, com objetivos específicos direcionados e na participação ativa do terapeuta no decorrer do processo analítico (Menezes et al., 2021).

De modo genérico e reflexivo, a Psicoterapia nos diz sobre uma tarefa dialógica, em uma relação de reciprocidade com o semelhante, sua psique e no fazer terapêutico a diversas causas que se apresentem. A tarefa terapêutica centra-se no exercício da empatia e do cuidado ao outro (parceiro dessa relação), no exercício da empatia, na produção de efeitos e resultados sobre tais causas pertencentes ao outro. A Psicoterapia Breve parte dessa identidade em seus pressupostos e objetivos (Binswanger, 2001).

No Brasil, a PB surge inicialmente nos anos de 1954 e 1970, já em um caráter diversificado de práticas psicoterapêuticas, em diferentes ambientes e contextos de ação, como em clínicas, hospitais e centros psiquiátricos. Tais práticas históricas se desenvolveram de forma diferente das psicoterapias individuais tradicionais, promovendo práticas interdisciplinares e baseadas nas principais teorias e técnicas psicológicas clássicas do campo (Castagnaro et al., 2022).

Corroborando essa questão, pesquisas apontam uma produção científica bastante expressiva no Brasil e em países da América Latina, entre os anos iniciais e finais da década de 90 e início dos anos 2000, sobre a repercussão da PB no campo da psicologia e da saúde mental. Tais pesquisas apresentam a diversidade de práticas que a PB oferece na promoção da saúde

mental, como mulheres e crianças vítimas de violências, mulheres grávidas, pacientes com cefaleia crônica, pacientes renais crônicos, abuso de álcool e outras drogas (Ferreira & Yoshida, 2004).

De modo geral, as diversas formas de psicoterapias breves existentes atualmente, se caracterizam pela aplicabilidade de técnicas ativas, com a intervenção direta e específica por parte do analista ou psicoterapeuta, com foco ampliado, objetivos delimitados e de curto prazo de tempo do processo. As psicoterapias breves visam em última análise, no desenvolvimento psicossocial dos indivíduos e na promoção da saúde mental (Nascimento et al., 2021).

No que se refere ao modelo ampliado das psicoterapias breves atuais, seu campo de ação se estende para diferentes contextos públicos e privados de atuação, como em ambientes hospitalares e ambulatoriais, em modalidades individuais e/ou grupais, compreendendo a diversidade de processos psicoterapêuticos breves existentes, para além da clínica individual privada. Essa identidade intervém diretamente na promoção da saúde mental individual e coletiva (Fuentes-Cerda et al., 2023).

Diante de tais apontamentos prévios, reflete-se o papel interdisciplinar do campo da psicologia e suas práticas psicoterápicas no âmbito das políticas públicas de saúde, nas práticas institucionais da assistência social, nos dispositivos da atenção básica em saúde, como na Estratégia Saúde da Família (ESF), orientados para a transformação social de indivíduos e populações que sofrem vulnerabilidades sociais e riscos potenciais em saúde mental (Sobral & Silva, 2022).

Apesar da psicologia e suas práticas de ação terem avançado nas políticas públicas de saúde no Brasil na forma da clínica ampliada de cuidados em saúde mental, sua práxis ainda enfrenta dificuldades de desenvolvimento e manutenção de sua identidade, como a baixa remuneração financeira, carga ocupacional excessiva, dificuldades de infraestrutura de qualidade e entraves na articulação intersetorial com outras áreas da saúde (Oliveira et al., 2025).

A psicologia e seus campos de ação, assim como as psicoterapias, possuem contribuições importantes para as equipes multiprofissionais de saúde do SUS, qualificando o entendimento dos problemas individuais e coletivos das populações e no entendimento do processo saúde-doença. Atuam também para o atendimento humanizado e na qualificação da relação entre as equipes de saúde, bem como os usuários de saúde, famílias e comunidades envolvidas (Centro de Referências Técnicas em Psicologia e Políticas Públicas [Crepop], 2011).

Diante do exposto previamente, o objetivo central do presente estudo refere-se na investigação, análise e reflexão, sobre o papel multidisciplinar e ampliado das Psicoterapias Breves atuais na promoção da saúde mental coletiva.

2. Metodologia

O presente estudo refere-se a uma pesquisa exploratória, descritiva, de método de revisão para obtenção de informações científicas (Snyder, 2019) num tipo de revisão com pouca sistematização com abordagem quantitativa em relação aos 15 (Quinze) artigos selecionados para compor o “corpus do estudo” e, com discussão narrativa da literatura (Fernandes, Vieira & Castelhana, 2023; Pereira et al., 2018; Risemberg et al., 2026), por meio da investigação, análise e reflexão de artigos científicos localizados em três bases de dados e em publicações nacionais e internacionais, sobre o papel ampliado das psicoterapias breves atuais na promoção da saúde mental de indivíduos e coletividades.

A questão que norteou o estudo foi: “Como a Psicoterapia Breve (PB) tem contribuído para a promoção da saúde mental de indivíduos, grupos e populações, com base em seus pressupostos teóricos, objetivos técnicos e modalidades psicoterapêuticas diversas, para além da psicologia clínica individual e privada?”

A pesquisa de Revisão Narrativa da Literatura consiste-se em um método de investigação tradicional e aberto, não exigindo protocolos rígidos de confecção, exploração, investigação e aplicação, como adotado em outros tipos de revisões sistemáticas, integrativas e bibliográficas. A seleção dos artigos científicos nacionais e internacionais específicos e incluídos no

estudo é realizada de forma arbitrária, e há grande interferência da percepção subjetiva na análise das publicações por parte do pesquisador (Cordeiro et al., 2007).

A pesquisa foi realizada de forma on-line em três bases de dados, a saber: “PEPSIC – Periódicos de Psicologia”; “SCIELO – Scientific Electronic Library Online”; “PERIÓDICOS CAPES – Portal de Periódicos da CAPES”. As três palavras-chave utilizadas para a investigação foram combinadas aleatoriamente nas três bases de dados elencadas para o estudo, e consistiram-se em termos oficiais oriundos do sistema dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS/MeSH), a saber: Psicoterapia – ‘Psicoterapia Breve’ (termo oficial); Promoção da Saúde – ‘Promoção da Saúde’ (termo oficial); Saúde Mental – ‘Saúde Mental’ (termo oficial).

Como critérios de inclusão, foram adotados artigos científicos nacionais e internacionais; idiomas (português, inglês, espanhol); temporalidade específica dos últimos dez anos de publicação (ampliação de resultados expressivos); texto completo disponível nas bases de dados elencadas para o estudo; inclusão de documentos técnicos oficiais, cartilhas técnicas orientadoras, livros e capítulos de livro com a presença da temática específica do estudo.

Como critérios de exclusão, foram eliminadas as publicações que não continham a temática abordada para o estudo nos títulos e resumos dos trabalhos encontrados; estudos que estavam fora da temporalidade específica elencada para a pesquisa em questão; trabalhos duplicados nas bases de dados; estudos que não continham o acesso aberto nas bases de dados definidas para a pesquisa; exclusão de demais documentos, como trabalhos de conclusão de curso de graduações superiores, dissertações de mestrado, teses de doutorado, artigos científicos no prelo, editoriais, resenhas, dossiês, comunicações científicas e demais publicações que estavam fora dos critérios de inclusão orientados para a presente pesquisa.

Com relação aos riscos do presente estudo, referem-se à possibilidade da ocorrência de vieses específicos sobre a análise dos resultados encontrados e na parcialidade subjetiva em que o método de revisão narrativa da literatura permite em seus pressupostos teóricos sobre a discussão e a reflexão dos dados. Nesse caso, houve um rigor metodológico e ético significativo por parte do pesquisador quanto a investigação dos dados, análise, discussão, diálogo e reflexões dos dados encontrados na investigação científica.

No que se referem aos benefícios do estudo, a temática abordada para a pesquisa e a metodologia empregada para tal, permitem uma ampliação significativa do fenômeno investigado, bem como a contribuição reflexiva dos resultados para novos estudos na comunidade acadêmica e para os demais pesquisadores interessados. Além disso, os benefícios ampliam-se para a contribuição da pesquisa realizada na comunicação científica e em saúde mental.

Após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão com o uso dos descritores oficiais elencados para o estudo e na busca das publicações específicas nas supracitadas bases de dados, encontrou-se inicialmente 13 trabalhos na base de dados PERIÓDICOS CAPES; 72 publicações na base de dados SCIELO; 27 trabalhos na base de dados PEPSIC, totalizando 112 pesquisas com base nos objetivos do presente estudo.

Posteriormente, foi devidamente explorada a leitura dinâmica dos títulos e dos resumos das respectivas publicações encontradas na pesquisa das três bases de dados elencadas para o estudo, selecionando-se 5 publicações de cada base de dados, excluindo-se publicações repetidas e trabalhos que não continham a temática específica proposta para o presente estudo.

Por fim, para o presente estudo de revisão narrativa da literatura, foram consideradas 15 publicações finais para análise, discussão, diálogo e reflexões, de acordo com a questão norteadora do estudo e com os objetivos propostos para a pesquisa.

3. Resultados e Discussão

A seguir, serão apresentados e reflexionados os resultados encontrados no material científico investigado para a presente pesquisa de revisão narrativa da literatura. Ademais, outros estudos nacionais e internacionais foram incorporados ao longo das discussões e reflexões geradas pela análise, a fim de contribuir e enriquecer os achados importantes do presente trabalho, bem como reforçar o fenômeno do objeto de estudo explorado.

De acordo com os dados investigados nas referidas bases de dados da pesquisa, denota-se a multiplicidade de estratégias, ações e práticas que as diversas modalidades e configurações das psicoterapias breves se inserem em diferentes contextos, espaços de atuação, temáticas interdisciplinares em saúde mental e saúde coletiva, bem como ambientes institucionais diversos públicos e privados.

No pensamento de Ferreira-Santos (2013), as diversas modalidades práticas existentes das psicoterapias breves são largamente operacionalizadas não somente nos consultórios psicoterapêuticos individuais e privados, mas sobretudo, no atendimento populacional coletivo e nas instituições sociais e de saúde, oferecendo resultados que podem solucionar os grandes agravos de saúde mental existentes atualmente. No campo social, a psicoterapia breve vem ampliando sua práxis, ou seja, tal forma de tratamento psicológico tem se ampliado no Brasil e na América Latina em novas práticas e interlocuções.

A Psicoterapia Breve se adequa a vários contextos e instituições devido a sua identidade dinâmica, um caráter interdisciplinar e multiprofissional, bem como refere-se a um tipo de tratamento psicológico com características de tempo limitado, número reduzido de sessões em comparação com as psicoterapias tradicionais, além da possibilidade de realização de formatos individual e grupal. Ademais, em instituições de saúde, admite-se um maior quantitativo de pacientes, por ser a PB uma técnica curta, breve e focal, sem fragilizar os efeitos psicoterapêuticos esperados (Holanda, 2023).

Após a leitura integral do contingente final de estudos selecionados para a presente pesquisa de revisão narrativa da literatura, foram selecionadas 15 publicações finais para análise, sendo 5 trabalhos apontados de cada base de dados supracitadas, observando-se cuidadosamente as temáticas diversificadas e multidisciplinares em que a PB atua e se propõe em suas práticas contextuais de ação, bem como sua aplicabilidade prática em diferentes problemas de saúde mental, promoção da saúde individual e coletiva e seus resultados expressivos.

Os documentos avaliados referem-se especificamente a artigos científicos nacionais e internacionais, versados em diferentes trajetórias metodológicas, contextos de atuação, públicos e instituições distintos, faixas etárias diversas, bem como propostas práticas de ação da PB individuais, grupais e institucionais variados.

O contexto de atuação de intervenções psicológicas individuais e grupais utilizando as práticas teórico-metodológicas e técnicas da PB analisado nos estudos investigados referem-se a diferentes experimentos, como a saber: unidade de transplante renal em hospital universitário; intervenções grupais educativas em espaço universitário; escutas clínicas sobre experiências pessoais em desafios relativos ao HIV/AIDS e COVID-19; psicoterapia breve na modalidade on-line para pacientes individuais e grupos e desafios psicológicos e emocionais de pacientes ostomizados com limitações existenciais diárias.

Outros estudos apontaram a possibilidade das práticas e resultados por meio da PB em contextos institucionais com grupos nos dispositivos das políticas públicas sociais como os CRAS e CREAS; situações familiares complexas com gestantes, crianças, maternidade, paternidade e depressão pós-parto; psicoterapia breve na relação mãe-bebê, com casais e famílias em seus relacionamentos interpessoais e afetivos disfuncionais; desafios no enfrentamento da COVID-19 por profissionais da saúde em hospitais gerais; situações de violência sexual infantil e intervenções psicológicas no ambiente organizacional e de trabalho.

Demais pesquisas abordaram intervenções psicológicas breves em contextos diversos, como a implantação de serviços de saúde mental em universidade pública por meio das práticas da PB com alunos e funcionários. Denota-se nos estudos, propostas práticas grupais, intervenções com mulheres que sofrem de câncer de mama, situações diversas de violências infantis, bem como em casos de pessoas que sofrem com o abuso de álcool e outras drogas.

De acordo com o exposto até o momento da análise e discussão, é clara a multiplicidade de ações estratégicas psicoterapêuticas individuais, grupais e institucionais em que a PB se insere na prática e em diferentes realidades contextuais.

No entanto, cabe uma reflexão importante sobre a atenção em que essa ferramenta psicológica necessita ser aplicada apenas pelos profissionais do campo da Psicologia. Isso posto, cabe a reflexão de uma denúncia social importante a ser mencionada, visto que a prática da Psicoterapia de um modo geral, vem sendo executada por outros profissionais, em diferentes contextos e espaços, fragilizando a autonomia e a identidade profissional da Psicologia.

O Conselho Federal de Psicologia (CFP), na respectiva Resolução CFP nº 13, de 15 de junho de 2022, aponta claramente as diretrizes e os deveres do exercício da Psicoterapia por profissionais psicólogas e psicólogos. Assim como a Avaliação Psicológica, a resolução assesta e qualifica a prática da Psicoterapia de direito específico aos profissionais da Psicologia, fortalecendo a prática e a categoria, e denuncia socialmente a fragilização desta prática que vinha ocorrendo, por indivíduos que se intitulam ‘psicoterapeutas’, sem a devida formação e qualificação necessária e exigida (Conselho Federal de Psicologia, 2022).

Sendo assim, a prática eficaz e segura das Psicoterapias Breves em seus multivariados contextos, espaços, modalidades, ações estratégicas e temáticas, deve ser realizada especificamente por profissionais psicólogas e psicólogos devidamente qualificados, comprometidos com a ética profissional e respeito integral aos direitos humanos, a fim de atuar devidamente para a promoção da saúde mental individual, das comunidades e coletividades.

Um estudo em particular analisado para a revisão, chama a atenção, intitulado: “Relato de experiência: Escuta Clínica, HIV/AIDS e Covid-19” (Soares, 2023). Esse importante trabalho, abordou relatos de experiências com base em atendimentos psicológicos virtuais breves com indivíduos que vivem com HIV/AIDS, em suas vivências traumáticas e desafiadoras durante o recorte existencial pandêmico da COVID-19. A aplicação da técnica da PB oportunizou a identificação de riscos, sintomas emocionais disfuncionais, fatores estressores, bem como as fontes de apoio psicossocial disponíveis para esses indivíduos.

Outro importante trabalho, intitulado: “Efeitos de intervenções breves na redução do consumo de álcool em adultos: revisão sistemática” (Lima et al., 2022), apontou que a utilização estratégica de intervenções terapêuticas breves baseadas em exercícios de tomada de consciência, atitudes e planejamento motivacional para usuários abusadores de álcool, motivou mudanças comportamentais efetivas na redução do consumo de álcool, atuando para a efetiva promoção à saúde mental desses indivíduos, o que culmina na diminuição excessiva da necessidade de assistência direta em saúde.

Em outra publicação destacada, denominada: “Intervenção Psicológica em uma Unidade de Transplante Renal de um Hospital Universitário” (Garcia et al., 2005), apresentou o resultado de sessões de Psicoterapia Breve de Apoio na avaliação e determinação das dificuldades psicológicas e emocionais vivenciadas por indivíduos transplantados e sua relação com o órgão novo, as relações familiares modificadas, as relações institucionais sociais e com o hospital. As referidas sessões de PB configuraram-se como apoio emocional e suporte psicossocial a esses indivíduos e suas famílias, no sentido de enfrentar a nova realidade existencial que se descortinava após os procedimentos cirúrgicos e promoção da saúde mental.

Ainda em análise específica de determinados estudos destacados e investigados nas bases de dados, vale a pena citar o seguinte: “Avaliação de resultados de psicoterapia psicodinâmica breve em contexto institucional” (Dotta & Serralta, 2019), em que os referidos autores avaliaram trabalhadores em um ambulatório de uma empresa, com queixas laborais e psicológicas diversas por meio da PB. Os resultados demonstraram que as intervenções psicodinâmicas breves no contexto organizacional e

de trabalho possuem eficácia na melhoria das relações grupais, interpessoais e de trabalho, na reorganização de atitudes e comportamentos, promovendo qualidade de vida no trabalho e saúde mental.

Desse modo, corroborando as evidências da literatura científica nacional e internacional sobre o assunto, as pesquisas apontam que as modalidades de psicoterapias breves promovem efetividade e eficácia no estado de saúde mental de indivíduos e grupos por meio do processo terapêutico. No entanto, ainda há a necessidade da promoção de novos estudos na área, a fim de determinar e potencializar melhor os resultados de diferentes intervenções em grupos sociais, indivíduos e contextos distintos de avaliação (Dotta & Serralta, 2019; Roth & Fonagy, 2013).

O panorama apresentado até o momento das pesquisas analisadas e incluídas na revisão narrativa da literatura esclarece e reforça as características fundamentais em que se centra as psicoterapias breves. Tais elementos das PB referem-se a uma forma de terapia breve, de duração em alguns meses a depender do quadro clínico do paciente, na resolução de problemas específicos, na delimitação de objetivos claros e sistematizados, direcionados a um fim determinado e estreita relação psicoterapêutica entre profissional e pacientes ou grupos (Siqueira et al., 2023).

Do ponto de vista de autores e pesquisas clássicas, a psicoterapia breve vai muito além em sua extensão de práticas e estratégias, ampliando a sua atuação para a saúde pública, promoção da saúde mental, para a psicologia institucional e comunitária. Desde a década de 80, a PB atua de encontro das necessidades práticas que as instituições e comunidades demandam na necessidade de auxílio psicológico. Devido a sua identidade flexível, adaptável, dinâmica e objetiva, a PB se insere como escolha principal no trabalho psicológico ambulatorial e institucional, contribuindo para o reforço do movimento da saúde mental comunitária, na saúde coletiva e na promoção da saúde mental (Azevedo, 1983).

Seguindo-se a reflexão acima, as diferentes modalidades de psicoterapias breves paulatinamente ampliaram o seu escopo de práticas e objetivos, para além da clínica privada individual ao longo dos tempos. A necessidade cada vez crescente de atenção psicológica em saúde mental coletiva e comunitária, ascendeu a psicoterapia breve para uma modalidade de tratamento psicológico mais flexível, psicossocial, democrático e necessário nas últimas décadas.

Sendo assim, em um diálogo mais amplo para a compreensão dos leitores, o campo da psicologia enquanto ciência e profissão, inscreve cada vez mais o seu fazer em práticas comunitárias e sociais de promoção da saúde mental, na atuação em políticas públicas sociais e de saúde e em espaços democráticos de ação. A PB de modo eficaz e democrático, acompanha essa evolução e ampliação do fazer psicológico nas coletividades e em diferentes espaços institucionais onde ela é possível.

De acordo com as reflexões de Carneiro et al. (2024), as diversas formas de psicoterapias existentes atuam na prática das políticas públicas de saúde, no sentido de fortalecer as condições de saúde da população e das comunidades e com a tarefa prática de promoção, proteção e recuperação da saúde de indivíduos e coletividades. Tal forma de psicoterapia, como a exemplo da PB, é praticada de forma interdisciplinar e articulada com outros saberes, caracterizando a clínica ampliada em saúde mental.

Na ampliação de tal reflexão e diálogo, a inserção e a atuação do campo da psicologia nas políticas públicas de saúde, permite a ampliação do cuidado em saúde mental para indivíduos, grupos e instituições, reforçando e garantindo um dos princípios básicos do Sistema Único de Saúde (SUS), que se refere a integralidade do cuidado e dos sujeitos. É com base nessas premissas que a psicologia, bem como as psicoterapias inscrevem-se na prática da saúde mental em uma denominada clínica ampliada de cuidados, visando a promoção da qualidade de vida em diferentes contextos (Carvalho et al., 2025).

Em vias de conclusão das análises, discussões e reflexões dos dados encontrados na investigação para a revisão narrativa da literatura, vale a pena citar sobre o valor e a necessidade da atuação prática das psicoterapias breves com crianças e adolescentes, bem como a promoção de práticas interventivas breves no espaço escolar, para faixas etárias diversas do desenvolvimento humano, tanto em sessões individuais, quanto na modalidade grupal em salas de aula.

Embora haja pouco repertório de pesquisas nas bases de dados científicas sobre as intervenções de PB em contextos escolares e educacionais, o que pode denotar uma fragilidade do campo de atuação da PB nessa área, é significativo refletir sobre tal possibilidade de ampliação de propostas visando a promoção da saúde mental dos escolares.

O espaço escolar, por exemplo, pode ser um ambiente potencializador de saúde mental, habilidades cognitivas e sociais, promoção da qualidade de vida, relação ensino-aprendizagem positiva e saudável no contexto de crianças e adolescentes. Sendo assim, as modalidades de psicoterapia breve orientada a objetivos específicos, aplicadas de formas individuais e grupais nas salas de aula, podem ser uma força psicológica e emocional significativa em se tratando da saúde mental dos alunos. Desse modo, seus benefícios podem se estender para a gestão escolar, equipe pedagógica e demais atores sociais envolvidos na educação.

No tocante as possibilidades do trabalho da psicoterapia breve com crianças e adolescentes, tal modalidade psicoterapêutica atua contribuindo para a formação da identidade, personalidade, processos de subjetivação e comportamentos positivos. A PB pode ser útil no tratamento psicológico de crianças e adolescentes, no sentido do trabalho clínico em transtornos depressivo-ansiosos, sintomas de fobia social e comportamentos disfuncionais. O uso de ferramentas lúdicas como apoio técnico nessa modalidade é útil para identificar e modificar esquemas comportamentais desadaptativos (Shütz, 2024; Santos & Tizatto, 2025).

Já com relação as contribuições das psicoterapias breves para o contexto escolar e educacional, refere-se à possibilidade de intervenções breves com crianças e adolescentes no espaço escolar que proporciona transformações positivas, sob a óptica subjetiva dos transtornos de aprendizagem e de relacionamentos disfuncionais, ou seja, não visa o transtorno ou o déficit, mas sim, os sujeitos em suas singularidades e não como objetos enfermos. Tal forma de trabalho e intervenção promove o reforço da identidade dos alunos, proporcionando que esses atores sociais assumam e reposicionem os seus lugares como alunos e sujeitos nos espaços escolares (Freire et al., 2020).

Por fim, é notória na literatura científica nacional, a multiplicidade de pesquisas demonstrando a eficácia psicoterapêutica que as diversas vertentes das psicoterapias breves promovem em diferentes contextos e intervenções de apoio psicossocial. A presente pesquisa de revisão narrativa da literatura, reforça o papel promotor de saúde mental que as intervenções breves psicodinâmicas e outras técnicas psicoterápicas com objetivos e tempo limitados repercutem nas políticas públicas sociais e de saúde, bem como atua de forma eficiente em resultados nos dispositivos de saúde coletiva, onde a psicologia como ciência e profissão se insere em necessidades distintas de atenção à saúde.

É importante destacar, no entanto, a falta de pesquisas e dados consistentes e relevantes da eficácia psicoterapêutica das modalidades de psicoterapias breves em demais países da América Latina. Esse fato, corroborado pelo insucesso de achados nas pesquisas das referidas bases de dados, sugere uma fragilidade no alcance das intervenções breves psicológicas em modelos internacionais de saúde coletiva, bem como reflexiona-se a vulnerabilidade das políticas públicas sociais e de saúde onde o campo da psicologia é possível no contexto de promoção da saúde mental latino-americano.

4. Considerações Finais

A realização desta pesquisa de revisão narrativa da literatura científica, partiu da necessidade de situar o valor que as psicoterapias breves possuem para além do contexto psicológico clínico individual e privado. Nesse sentido, a proposta do presente estudo foi motivada pela evidenciação e comunicação científica necessária, em que se denota grandes possibilidades das PBs se inserirem em diferentes contextos de atuação, frente ao campo de ação da promoção de saúde mental coletiva e comunitária, seja nos dispositivos públicos sociais e de saúde, escolas, organizações e instituições comunitárias de saúde.

O contingente de dados encontrados na pesquisa realizada demonstra a identidade democrática e plural das técnicas e intervenções que as psicoterapias breves promovem em uma variada gama de problemas psicológicos, emocionais, de saúde mental, bem como em ambientes e contextos públicos e privados, na oferta de soluções psicológicas para diferentes faixas etárias do desenvolvimento humano e social.

Apesar do reforço identitário de tais achados científicos em contexto nacional, é preciso que novos estudos sejam realizados para avaliar e determinar como essa modalidade psicoterapêutica intervém, trabalha e produz resultados eficazes em outras situações de saúde mental nos demais países latino-americanos e em seus sistemas de saúde mental.

No que se refere ao contexto nacional brasileiro, fica claro o que foi apontado por esta presente pesquisa, que as psicoterapias breves oferecem avaliações e tratamentos psicológicos eficientes, apoio psicossocial e emocional para diferentes problemáticas em saúde mental, intervenções psicoterapêuticas modernas, flexíveis, dinâmicas e objetivas, adaptadas às exigências existenciais dos tempos atuais, bem como servem-se em propostas individuais, grupais e institucionais.

Em última análise, como ferramenta metodológica e teórico-prática pertencente de direito ao campo psicológico, as Psicoterapias Breves reforçam e reproduzem fielmente a identidade da Psicologia enquanto ciência e profissão, no sentido de oferecer soluções reais aos problemas de saúde mental de indivíduos e coletividades, respeitando-se integralmente os direitos humanos fundamentais das pessoas, seus contextos regionais vulneráveis e diferenças individuais, além de pautar suas atividades com ética profissional, comprometimento com o outro, eficácia e compromisso com a ciência.

Referências

- Azevedo, M. A. S. B. (1983). Psicoterapia breve: considerações sobre suas características e potencialidade de aplicação na psicologia clínica comunitária brasileira. *Arquivos Brasileiros de Psicologia*, 35(3), 92-104. <https://periodicos.fgv.br/abp/article/view/18937>.
- Binswanger, L. (2001). Sobre a psicoterapia. *Revista Latinoamericana de Psicopatologia Fundamental*, 4(1), 143-166. <https://doi.org/10.1590/1415-47142001001013>
- Carneiro, M. I. L. C., Rocha, A. S., Pinheiro, J. P., Acióles, M. G. Rodrigues, F. E. T., Holanda, R. R. (2024). A Psicoterapia nas Políticas Públicas de Saúde: aplicabilidade e desafios no âmbito do SUS. *Revista Interdisciplinar Encontro das Ciências*, 7(3), 955-979. <https://doi.org/10.64827/riec.v7i3.481>.
- Carvalho, D. R., Sousa, R. V., Vieira, C. A. L., Maia, R. S. (2025). Os desafios da psicologia nas políticas públicas de saúde: um relato de experiência. *Sanare: Revista de Políticas Públicas*, 24(1), 112-118. <https://doi.org/10.36925/sanare.v24i01.1710>.
- Castagnaro, A. L. P., Mombelli, M. A., Moura, C. B. (2022). Psicoterapia breve na intervenção de psicólogos e psiquiatras no Brasil: uma revisão integrativa da produção científica. *Revista Brasileira de Psicoterapia*, 24(1), 32-48. <https://doi.org/10.5935/2318-0404.20220003>.
- Conselho Federal de Psicologia. (2022). *Resolução sobre Psicoterapia é publicada no Diário Oficial da União*. Texto estabelece princípios e deveres para a prática psicoterápica. <https://site.cfp.org.br/resolucao-sobre-psicoterapia-e-publicada-no-diario-oficial-da-uniao/>.
- Cordeiro, A. M., Oliveira, G. M., Rentería, J. M., Guimarães, C. A. (2007). Revisão sistemática: uma revisão narrativa. *Revista do Colégio Brasileiro de Cirurgiões*, 34(6), 428-431. <https://doi.org/10.1590/S0100-69912007000600012>
- Centro de Referências Técnicas em Psicologia e Políticas Públicas - Crepop. (2011). *Senhoras e Senhores Gestores da Saúde, como a Psicologia pode contribuir para o avanço do SUS*. 1. ed.
- Dotta, P., & Serralta, F. B. (2019). Avaliação de resultados de psicoterapia psicodinâmica breve em contexto institucional. *Interação em Psicologia*, 23(2), 135-145. <https://doi.org/10.5380/psi.v23i02.56959>.
- Fenandes, J. M. B., Vieira, L. T. & Castelhana, M. V. C. (2023). Revisão narrativa enquanto metodologia científica significativa: reflexões técnico-formativas. *REDES – Revista Educacional da Sucesso*. 3(1), 1-7. ISSN: 2763-6704.
- Ferreira, N. S., & Yoshida, E. M. P. (2004) Produção científica sobre psicoterapias breves no Brasil e demais países latino-americanos (1990 – 2000). *Estudos de Psicologia*, 9(3), 523-531.
- Ferreira-Santos, E. (2013). *Psicoterapia breve: abordagem sistematizada de situações de crise*. 5. ed. Ágora.
- Freire, R. M. A. C., Herbach, P. L. V. B. S. F., Salomão, T. C. (2020). Os efeitos de uma intervenção breve em uma escola pública: uma possibilidade de dizer. *Doxa: Revista Brasileira de Psicologia e Educação*, 22(1), 209-224. <https://doi.org/10.30715/doxa.v22i1.13362>.
- Fuentes-Cerda, V., Errázuriz Arellano, P., Campos Soto, S., Miranda Fuenzalida, D. (2023). Identificando las trayectorias de cambio terapéutico en psicoterapia breve en pacientes chilenos. *Terapia Psicológica*, 41(1), 1-18. <http://dx.doi.org/10.4067/s0718-48082023000100001>.

- Garcia, M. L. P., Souza, A. M. A., Holanda, T. C. (2005). Intervenção psicológica em uma Unidade de Transplante Renal de um Hospital Universitário. *Psicologia, Ciência e Profissão*, 25(3), 472-483.
- Holanda, T. C. M. (2023). *O plantão psicológico sob a óptica da Psicoterapia Breve-Focal*. Dialética.
- Lima, L. A. A., Silva Júnior, F. J. G., Monteiro, C. F. S., Santos, G. V. A. A., Costa, A. P. C. (2022). Efeito de intervenções breves na redução o consumo de álcool em adultos: revisão sistemática. *Cogitare Enfermagem*, 27. <https://doi.org/10.5380/ce.v27i0.80768>.
- Menezes, G. R. A., Casanova, P. F., Batista, E. C. (2021). Psicoterapia Breve: Contexto Histórico, Técnicas e Modalidades. *Revista Enfermagem e Saúde Coletiva*, 6(2), 114-121.
- Nascimento, A. K. C., Santiago, E., Sei, M. B. (2021). Conexões entre psicoterapia breve psicanalítica e psicoterapia on-line. *Psicologia: Teoria e Prática*, 23(2), 1-19.
- Oliveira, A. V., Nazareno, G. G., Reisdörfer, G. G. (2025). Políticas Públicas de Saúde e a Psicologia no SUS: desafios, fragilidades e perspectivas. *Cognitions*, 8(1), 1-10. <https://doi.org/10.38087/2595.8801.601>.
- Pereira et al. (2018). *Metodologia da pesquisa científica*. [Free ebook]. Editora da UFSM.
- Risemberg, R. I. C., Wakin, M., & Shitsuka, R. (2026). A importância da metodologia científica no desenvolvimento de artigos científicos. *E-Acadêmica*, 7(1), e0171675. <https://doi.org/10.52076/eacad-v7i1.675>.
- Roth, A., & Fonagy, P. (2013). *What works for whom?* A critical review of psychotherapy research. Guilford Publications.
- Santos, C. L., & Tizatto, K. B. (2025). A aplicação da terapia do esquema na psicoterapia com crianças e adolescentes. *Monumenta*, 6(11), 83-108. <https://doi.org/10.5281/zenodo.18075578>.
- Schütz, N. T. (2024). *Do que a infância do seu filho precisa: compreenda as necessidades emocionais com base na teoria do esquema*. Sinopsys.
- Siqueira, L. R. R., Nascimento, N. C., Lopes, W. A. (2023). Contribuições da psicoterapia breve de orientação psicanalítica. *Revista FIMCA*, 10(3), 11-17. <https://doi.org/10.37157/fimca.v10i3.762>.
- Snyder, H. (2019). Literature review as a research methodology: An overview and guidelines. *Journal of Business Research*, Elsevier. 104(C), 333-9. Doi: 10.1016/j.jbusres.2019.07.039.
- Soares, G. S. (2023). Relato de Experiência: escuta clínica, HIV/AIDS e Covid-19. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, 23(02), 727-746. doi:10.12957/epp.2023.77709.
- Sobral, D. L. S., & Silva, A. F. (2022). O papel da psicologia frente às políticas públicas de saúde. *Contemporânea: Revista de Ética e Filosofia Política*, 2(1), 494-508.
- World Health Organization. (2025). *Guidance on policy and strategic actions for mental health and the employment sector*. Mental health and well-being across government sectors.