



INTERNAÇÃO EM SAÚDE MENTAL

Um guia para entender,
acolher e desmistificar

Material educativo sobre cuidado,
acolhimento e direitos em saúde mental



FACULDADE PERNAMBUCANA DE SAÚDE – FPS

CURSO DE PSICOLOGIA

2026



Ficha Catalográfica

Preparada pela Faculdade Pernambucana de Saúde

F143i Faculdade Pernambucana de Saúde.

Interação em saúde mental: um guia para entender, acolher e desmistificar: material educativo sobre cuidado, acolhimento e direitos em saúde mental. / Faculdade Pernambucana de Saúde, Amanda Freitas dos Santos, Ana Clara do Carmo Neri Monteiro, Ana Tereza Olimpio da Silva, Anna Rosa Machado de Araujo, Echilly Suellen Cunha de Carvalho, Rodrigo Faria Lima; orientadoras Eliane Nóbrega, Isabelle Diniz Cerqueira Leite. – Recife: FPS, 2026.

14 f.

Guia

ISBN: 978-65-6034-210-1

1. Saúde mental. 2. Interação. 3. Acolhimento. 4. Cuidado em saúde. I. Título.

CDU 371.78



FICHA INSTITUCIONAL



AUTORES

Amanda Freitas dos Santos
Ana Clara do Carmo Neri Monteiro
Ana Tereza Olimpio da Silva
Anna Rosa Machado de Araujo
Echilly Suellen Cunha de Carvalho
Rodrigo Faria Lima



ORIENTAÇÃO

Prof.^a Eliane Nóbrega
Isabelle Diniz Cerqueira Leite



CURSO DE PSICOLOGIA

Faculdade Pernambucana de Saúde – FPS



RECIFE – PE

2026



BEM-VINDO(A)

Receber a possibilidade de uma internação ou vivenciar momentos de intenso sofrimento psíquico pode despertar dúvidas, medos, inseguranças e diversos sentimentos.

Este guia foi elaborado para oferecer informações confiáveis, reduzir estigmas e contribuir para uma compreensão mais humanizada sobre o cuidado em saúde mental.



OBJETIVOS DESTE GUIA



INFORMAR

Oferecer informações claras e confiáveis sobre internação em saúde mental.



REDUZIR ESTIGMAS

Promover compreensão e respeito, combatendo preconceitos e julgamentos.



ACOLHER DÚVIDAS

Esclarecer questões frequentes de forma acessível e acolhedora.



FORTALECER REDES DE APOIO

Incentivar o cuidado entre familiares, amigos e profissionais.

Informação também é cuidado.

Você não precisa enfrentar tudo sozinho(a).

SUMÁRIO



COMPREENDENDO A INTERNAÇÃO

O que é uma crise em saúde mental?	1
Quando a internação pode ser indicada?	2
Tipos de internação	3
Como funciona o processo de internação?	4
Mitos e verdades sobre a internação	5



APOIO E CUIDADO

Exercícios importantes	6
Como apoiar alguém em internação?	7



REFLEXÕES FINAIS

Referências	8
Nota metodológica	9
A internação como espaço de cuidado	10

1. O QUE É UMA CRISE EM SAÚDE MENTAL?

Uma crise em saúde mental é um momento de intenso sofrimento emocional, psicológico ou comportamental que pode afetar a forma como a pessoa pensa, sente ou age.

Não é fraqueza, falta de caráter ou incapacidade. Muitas vezes, a crise representa uma resposta humana diante de situações que ultrapassam os recursos de enfrentamento disponíveis naquele momento.



PODE SE MANIFESTAR POR:



PENSAMENTOS

Confusão mental, pensamentos acelerados, ideias negativas persistentes e medos intensos.



SENTIMENTOS

Tristeza profunda, ansiedade intensa, angústia, desespero ou irritabilidade.



COMPORTAMENTOS

Isolamento social, agitação, impulsividade ou mudanças importantes de comportamento.



SINAIS DE ALERTA

Risco de autoagressão, pensamentos suicidas, risco para outras pessoas ou perda importante do contato com a realidade.

É IMPORTANTE LEMBRAR

- Crises em saúde mental podem acontecer com qualquer pessoa.
- Elas têm início, desenvolvimento e podem ser superadas com apoio adequado.
- Buscar ajuda é um ato de cuidado e coragem.
- O acolhimento e a escuta qualificada são fundamentais para a proteção da vida.

Toda crise merece ser acolhida com respeito,
escuta e cuidado.

Reconhecer os sinais e buscar ajuda são
passos importantes para a proteção da vida.

2. QUANDO A INTERNAÇÃO PODE SER INDICADA?

A internação não é a primeira opção de cuidado e nem deve ser vista como punição ou fracasso.

Ela é indicada quando outras formas de cuidado em liberdade não são suficientes para garantir a segurança e o bem-estar da pessoa.

A decisão deve ser sempre técnica, responsável e fundamentada no respeito aos direitos humanos e à dignidade da pessoa, conforme a Lei nº 10.216/2001.



1. RISCO PARA SI MESMO

Quando a pessoa apresenta risco de autoagressão ou suicídio, e não consegue se proteger, mesmo com apoio da rede.



2. RISCO PARA OUTRAS PESSOAS

Quando há risco de agressão ou violência contra outras pessoas e não é possível manejá-lo em liberdade com segurança.



3. PERDA IMPORTANTE DO CONTATO COM A REALIDADE

Quando a pessoa apresenta sintomas psicóticos graves, como delírios ou alucinações, que comprometem sua capacidade de julgamento e autocuidado.



4. SOFRIMENTO INTENSO E INCAPACITANTE

Quando o sofrimento psíquico é tão intenso que a pessoa não consegue realizar atividades básicas da vida diária e não responde ao cuidado em outros dispositivos.



5. ESGOTAMENTO DAS POSSIBILIDADES DE CUIDADO EM LIBERDADE

Quando todas as estratégias de cuidado em liberdade foram tentadas e não foram suficientes para estabilizar o quadro.

A internação deve ser sempre a última alternativa e pelo menor tempo possível.

O objetivo é proteger a vida, promover o cuidado e possibilitar que a pessoa retome sua autonomia e seu projeto de vida.

3. TIPOS DE INTERNAÇÃO



A legislação brasileira prevê diferentes modalidades de internação em saúde mental.

Cada uma possui critérios específicos e busca garantir o cuidado da pessoa, respeitando seus direitos e necessidades.



INTERNAÇÃO VOLUNTÁRIA



Ocorre quando a própria pessoa concorda com a internação e manifesta seu desejo de receber cuidados em ambiente hospitalar.



A admissão e a alta acontecem mediante manifestação da vontade da pessoa.



INTERNAÇÃO INVOLUNTÁRIA



Ocorre sem o consentimento da pessoa e a pedido de familiar ou responsável legal, quando existe necessidade de proteção e indicação clínica.



Deve ser comunicada ao Ministério Público, conforme previsto em lei.



INTERNAÇÃO COMPULSÓRIA



Ocorre por determinação judicial, baseada em avaliação técnica e nos critérios legais vigentes.



É utilizada em situações específicas, conforme decisão da Justiça.



IMPORTANTE LEMBRAR

Todas as modalidades de internação devem respeitar os direitos humanos, a dignidade da pessoa e o princípio do cuidado pelo menor tempo necessário.

4. COMO FUNCIONA O PROCESSO DE INTERNAÇÃO?

O processo de internação em saúde mental envolve avaliação clínica, definição da necessidade de cuidado e acompanhamento contínuo da pessoa durante todo o período de tratamento.

1



AVALIAÇÃO PROFISSIONAL

A pessoa é acolhida e avaliada por profissionais de saúde para compreender suas necessidades e definir as melhores estratégias de cuidado.



2



DEFINIÇÃO DA CONDUTA

A equipe analisa as possibilidades terapêuticas e verifica se a internação é realmente necessária.



3



ADMISSÃO

Quando indicada, a pessoa é encaminhada para um serviço adequado ao seu quadro clínico e às suas necessidades.



4



ACOMPANHAMENTO

Durante a internação são realizados atendimentos, observações clínicas e atividades terapêuticas.



5



PLANEJAMENTO DA ALTA

A equipe organiza estratégias para que o retorno ao convívio familiar, social e comunitário aconteça de forma segura.



IMPORTANTE LEMBRAR

A internação é apenas uma etapa do cuidado. O acompanhamento após a alta também é fundamental para a continuidade do tratamento.

O objetivo do processo de internação é oferecer proteção, cuidado e oportunidades de recuperação, sempre respeitando os direitos e a dignidade da pessoa.

5. MITOS E VERDADES SOBRE A INTERNAÇÃO

A internação em saúde mental ainda é cercada por dúvidas e preconceitos. Conhecer informações confiáveis ajuda a compreender o cuidado em saúde mental de forma mais humana e respeitosa.



“Internação é uma punição.”

A internação é uma medida de cuidado e proteção utilizada quando outras estratégias não são suficientes para garantir a segurança e o bem-estar da pessoa.



“Quem é internado nunca melhora.”

Muitas pessoas recebem alta, retomam suas atividades e continuam seu tratamento em liberdade com acompanhamento adequado.



“A internação significa perder todos os direitos.”

A pessoa internada mantém seus direitos fundamentais e deve ser tratada com dignidade, respeito e proteção.



“Buscar ajuda é sinal de fraqueza.”

Reconhecer o sofrimento e procurar apoio é um ato de coragem, responsabilidade e cuidado consigo mesmo.



O conhecimento ajuda a combater preconceitos e fortalece formas mais humanas de cuidado em saúde mental.



6. EXERCÍCIOS IMPORTANTES



Em momentos de sofrimento emocional, algumas estratégias simples podem auxiliar na organização dos pensamentos, na redução da ansiedade e no fortalecimento do autocuidado.

Estes exercícios não substituem o acompanhamento profissional, mas podem funcionar como ferramentas de apoio no dia a dia.



EXERCÍCIO 1

RESPIRAÇÃO CONSCIENTE

- 1 Inspire lentamente pelo nariz durante 4 segundos.
- 2 Segure o ar por 4 segundos.
- 3 Expire lentamente pela boca durante 6 segundos.
- 4 Repita o processo algumas vezes, respeitando o seu ritmo.



EXERCÍCIO 2

MEU ESPAÇO DE CUIDADO



Como estou me sentindo hoje?



O que posso fazer por mim neste momento?



Pequenos gestos de cuidado também fazem parte do processo de recuperação.



7. COMO APOIAR ALGUÉM EM INTERNAÇÃO?

A internação pode representar um período desafiador para a pessoa em tratamento e para sua rede de apoio. Familiares e pessoas próximas podem contribuir de forma significativa para o processo de cuidado.



OUVIR COM RESPEITO

Permita que a pessoa compartilhe sentimentos e experiências sem julgamentos ou cobranças.



MANTER A PRESENÇA

Pequenos gestos de atenção, disponibilidade e apoio podem fazer diferença durante o tratamento.



RESPEITAR O PROCESSO DE CUIDADO

Acompanhar as orientações da equipe e incentivar a continuidade do tratamento contribui para a recuperação.



IMPORTANTE LEMBRAR

Nem sempre é necessário encontrar as palavras certas. Muitas vezes, a escuta e a presença já representam formas importantes de apoio.



O apoio pode fortalecer o cuidado e tornar o processo de recuperação mais seguro e acolhedor.

8. REFERÊNCIAS

- BORDENAVE, J. D.; PEREIRA, A. M.
Estratégias de ensino-aprendizagem. 4. ed.
Petrópolis: Vozes, 1982.
- BRASIL. Lei nº 10.216, de 6 de abril de 2001.
Dispõe sobre a proteção e os direitos das pessoas portadoras de transtornos mentais e redireciona o modelo assistencial em saúde mental.
- BRASIL. Ministério da Saúde. **Saúde mental no SUS:** os centros de atenção psicossocial. Brasília: Ministério da Saúde, 2004.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. *Mental health: strengthening our response*. Geneva: WHO, 2022.
- SOUZA, M. C. *et al.* Estigma e internação psiquiátrica: desafios para o cuidado em saúde mental. **Revista de Saúde Coletiva**, v. 30, n. 2, p. 345-356, 2020.



NOTA

As referências apresentadas foram utilizadas para fundamentar as informações disponibilizadas neste guia.

9. NOTA METODOLÓGICA



Este guia foi desenvolvido como **atividade acadêmica do curso de Psicologia da Faculdade Pernambucana de Saúde (FPS)**, com o objetivo de fornecer informações acessíveis sobre internação em saúde mental, contribuindo para a redução de estigmas e para a promoção de uma compreensão mais humanizada do cuidado em saúde mental.

A construção do material foi fundamentada em **literatura científica, documentos oficiais e legislações vigentes** relacionadas à saúde mental, buscando garantir a qualidade, a confiabilidade e a atualização das informações apresentadas.

O processo de elaboração seguiu etapas de **levantamento bibliográfico, organização dos conteúdos, desenvolvimento do material educativo e revisão do conteúdo produzido**.

Como ferramenta de apoio à organização textual, estruturação do conteúdo e desenvolvimento gráfico inicial, foram utilizados **recursos de inteligência artificial generativa**. Todas as informações foram revisadas, selecionadas e validadas pelos autores, sob orientação docente, permanecendo a **responsabilidade acadêmica pelo conteúdo final** com a equipe responsável pelo trabalho.

Este material possui caráter educativo e informativo, **não substituindo avaliação, diagnóstico ou acompanhamento realizado por profissionais de saúde**.





10. A INTERNAÇÃO COMO ESPAÇO DE CUIDADO

A internação em saúde mental é uma das possibilidades de cuidado disponíveis quando o sofrimento psíquico se torna intenso e outras estratégias não são suficientes para garantir proteção e acompanhamento adequados.

Embora muitas vezes seja cercada por dúvidas, medos e preconceitos, a internação tem como objetivo oferecer suporte, segurança e assistência especializada durante momentos de maior vulnerabilidade.

Compreender a internação como parte de uma rede de cuidado contribui para a construção de práticas mais humanas, respeitosas e comprometidas com a dignidade das pessoas.

Cada trajetória é única. Por isso, o cuidado em saúde mental deve considerar as necessidades, os direitos e a singularidade de cada indivíduo.

“ Informar, acolher e compreender são passos importantes para fortalecer o cuidado em saúde mental. ”