

Neurociência aplicada à saúde mental: o papel do cérebro no funcionamento psíquico

Rafaela de Souza Rothier Duarte¹

¹Psicóloga, especialista em Neuropsicologia (FMUSP) e pós-graduanda em Neuropsicologia dos Transtornos Mentais (PUCPR). E-mail: neuropsi.rafaela@gmail.com

Anais do Congresso de Psicologia da UNIBRA (Resumos)

RESUMO

Este artigo propõe uma reflexão sobre a relação entre processos psicológicos e mecanismos biológicos, destacando a contribuição da neurociência para a compreensão da saúde mental. Baseia-se na ideia de que o “psicológico é biológico” e discute como emoções, pensamentos e comportamentos são manifestações de circuitos cerebrais e interações fisiológicas complexas. O cérebro, órgão central na integração e regulação dos sistemas corporais, influencia e é influenciado por sistemas como o imunológico, endócrino, cardiovascular, gastrointestinal e respiratório. A partir de uma abordagem interdisciplinar destinada a profissionais e estudantes da área da saúde, o artigo enfatiza que sintomas psíquicos resultam de alterações funcionais reais e mensuráveis no cérebro, sendo tão legítimos quanto manifestações físicas. Intervenções terapêuticas, como a escuta qualificada, promovem a neuroplasticidade, favorecendo reorganizações cerebrais que impactam positivamente o bem-estar emocional e o comportamento. O texto também apresenta a neuropsicologia como campo que une ciência e clínica, permitindo compreender o ser humano em sua totalidade — subjetiva e biologicamente. Reforça que a saúde mental é uma necessidade biológica e não um luxo, propondo uma mudança de paradigma na forma como os profissionais da saúde entendem e tratam o sofrimento psíquico. Por fim, objetiva integrar conhecimentos neurocientíficos ao cuidado psicológico para contribuir com práticas mais eficazes, humanas e baseadas em evidências. Além disso, visa reconhecer que afirmar “é psicológico” significa aceitar a complexidade do ser humano em suas dimensões biológica, emocional e relacional. A seleção das referências considerou publicações indexadas em bases como PubMed, SciELO e Google Scholar, priorizando estudos e revisões relevantes ao tema proposto. Foram também incorporadas diretrizes da Organização Mundial da Saúde (OMS) e do Conselho Federal de Psicologia (CFP) sobre saúde mental e neurociência aplicada.

Palavras-Chaves: neurociência, saúde mental, processos psicológicos, neuroplasticidade

Neuroscience applied to mental health: the role of the brain in psychological functioning

ABSTRACT

This article reflects on the relationship between psychological processes and biological mechanisms, highlighting neuroscience’s contribution to understanding mental health. Based on the idea that “the psychological is biological,” it discusses how emotions, thoughts and behaviors are manifestations of brain circuits and complex physiological interactions. The brain, as the central organ integrating and regulating bodily systems, influences and is influenced by systems such as the immune, endocrine, cardiovascular, gastrointestinal and respiratory. Through an interdisciplinary approach aimed at health professionals and students, the article emphasizes that psychological symptoms result from real and measurable functional alterations in the brain and are as legitimate as physical manifestations. Therapeutic interventions, such as qualified listening, promote neuroplasticity, fostering brain reorganizations that positively impact emotional well-being and behavior. The text also presents neuropsychology as a field that bridges science and clinical practice, allowing for a comprehensive understanding of the human being—both subjectively and biologically. It reinforces that mental health is a biological necessity rather than a luxury, proposing a paradigm shift in how healthcare professionals understand and treat psychological suffering. Finally, it aims to integrate neuroscientific knowledge into psychological care to contribute to more effective, humane, and evidence-based practices. Moreover, it seeks to recognize that affirming “it is psychological” means accepting the complexity of the human being in its biological, emotional, and relational dimensions. The selection of references considered publications indexed in databases such as PubMed, SciELO, and Google Scholar, prioritizing studies and reviews relevant to the proposed theme. Guidelines from the World Health Organization (WHO) and the Brazilian Federal Council of Psychology (CFP) on mental health and applied neuroscience were also incorporated.

Keywords: neuroscience, mental health, psychological processes, neuroplasticity