



**Nível de Literacia em Saúde Mental nos Adultos em Portugal**  
**Level of Mental Health Literacy in Adults in Portugal**  
**Nivel de Alfabetización en Salud Mental en Adultos en Portugal**

Jacinto Paulo Tchafuawulo<sup>1</sup>

Leandro Filipe Amaral Silva<sup>2</sup>

Lia Sousa<sup>3</sup>, <https://orcid.org/0000-0003-1749-4695>

<sup>1</sup>Docente universitário no Instituto Superior Politécnico de Benguela (ISPB). Mestrando em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica do Instituto Politécnico de Saúde do Norte – Escola Superior de Saúde do Vale do Ave.

<sup>2</sup>Enfermeiro no erviço de urgência do hospital de São João. Mestrando em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica do Instituto Politécnico de Saúde do Norte – Escola Superior de Saúde do Vale do Ave.

<sup>3</sup>PhD, Professora adjunta, Escola Superior de Saúde, Instituto Politécnico de Viana do Castelo. Investigadora integrada UICISA: E

**Autor de Correspondência:**

Jacinto Tchafuawulo, [jacintopaulopaulo@gmail.com](mailto:jacintopaulopaulo@gmail.com)

**Resumo**

A Literacia em Saúde Mental (LSM) representa um pilar fundamental na saúde pública, definida como o conjunto de conhecimentos e crenças sobre patologias do foro mental que permitem ao indivíduo a sua gestão e prevenção. O Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica (EEESMP) desempenha papel crucial na avaliação e promoção da LSM. Este trabalho teve como objetivo identificar o nível de LSM dos adultos em Portugal. Realizou-se uma Revisão Integrativa da Literatura (RIL) nas bases PubMed e MEDLINE entre 15 de abril e 20 de junho de 2025, utilizando os descritores "Mental Health" e "Health Literacy" com operador booleano AND, identificando 2737 artigos iniciais. Após aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados seis artigos para análise. Os resultados identificaram fatores



mediadores cruciais que o EEESMP deve considerar nas suas intervenções. Os estudos revelaram que grupos específicos de adultos em Portugal apresentam maior vulnerabilidade na LSM. Os resultados demonstraram que adultos em Portugal, especificamente indivíduos do sexo masculino e aqueles com menor escolaridade, apresentam níveis mais baixos de LSM, estando associados a maior estigma e menor conhecimento sobre saúde mental.

**Palavras-Chave:** Saúde Mental; Alfabetização em Saúde; Adulto; Portugal

### **Abstract**

Mental Health Literacy (MHL) represents a fundamental pillar in public health, defined as the set of knowledge and beliefs about mental health pathologies that enable individuals to manage and prevent them. The Specialist Nurse in Mental Health and Psychiatric Nursing plays a crucial role in assessing and promoting MHL. This study aimed to identify the level of MHL in adults in Portugal. An Integrative Literature Review was conducted in PubMed and MEDLINE databases from April 15 to June 20, 2025, using the descriptors "Mental Health" and "Health Literacy" with the Boolean operator AND, identifying 2737 initial articles. After applying inclusion and exclusion criteria, six articles were selected for analysis. The results identified crucial mediating factors that specialist nurses should consider in their interventions. Studies revealed that specific groups of adults in Portugal present greater vulnerability regarding MHL. Results demonstrated that adults in Portugal, specifically male individuals and those with less education, present lower levels of MHL, which are associated with greater stigma and less knowledge about mental health issues.

**Keywords:** Mental Health; Health Literacy; Adult; Portugal

### **Resumen**

La Alfabetización en Salud Mental representa un pilar fundamental en la salud pública, definida como el conjunto de conocimientos y creencias sobre patologías del foro mental que permiten al individuo su gestión y prevención. El Enfermero Especialista en Enfermería de Salud Mental y Psiquiátrica desempeña un papel crucial en la evaluación y promoción de la alfabetización en salud mental. Este trabajo tuvo como objetivo identificar el nivel de alfabetización en salud mental de los adultos en Portugal. Se realizó una Revisión Integrativa de la Literatura en las bases PubMed y MEDLINE entre el 15 de abril y el 20 de junio de 2025, utilizando los descriptores "Mental Health" y "Health Literacy" con operador booleano AND, identificando 2737 artículos iniciales. Tras la aplicación de los criterios de inclusión y exclusión, fueron seleccionados seis artículos para análisis. Los resultados identificaron factores mediadores cruciales que el



enfermeiro especialista deve considerar en sus intervenciones. Los estudios revelaron que grupos específicos de adultos en Portugal presentan mayor vulnerabilidad en la alfabetización en salud mental. Los resultados demostraron que adultos en Portugal, específicamente individuos del sexo masculino y aquellos con menor escolaridad, presentan niveles más bajos de alfabetización en salud mental, asociados a mayor estigma y menor conocimiento sobre salud mental.

**Palabras Clave:** Salud Mental; Alfabetización en Salud; Adulto; Portugal

Submetido: 07/01/2026

Aceite: 07/01/2026

## Introdução

A literacia em Saúde Mental (SM) vem sendo discutida há bem pouco tempo comparado com aquilo que já se vem falando há bastante tempo sobre a Literacia em Saúde (LS), entretanto o conceito de literacia em saúde mental vem dar uma resposta significativa na área da saúde mental, estabelecendo um marco no autoconhecimento da pessoa no quesito de prevenção das patologias do foro mental. Atualmente, a sociedade tem consciência da importância da procura por informação, o que remete à preocupação de capacitar cada vez mais os profissionais de enfermagem nos cuidados. A ideia de que o conhecimento é fundamental para a tomada de decisão e o autocontrole em saúde constitui-se num importante potenciador de comportamentos na procura de saúde, facto que tem ganhado terreno. No que à SM diz respeito, pretende-se uma prestação de cuidados cada vez, mas centrada no doente, o que pressupõe que este assuma um papel ativo relativamente à sua saúde (Martins, 2023).

O conceito de LSM foi conceptualizado em 1997 por Jorm e colaboradores, onde os mesmos definiram a LSM como sendo um agregado de conhecimentos e crenças sobre as várias doenças mentais que ajudam na identificação, gestão ou prevenção. Este conceito compõe diferentes componentes nomeadamente: 1) A capacidade de identificar precocemente as perturbações mentais ou outros tipos de patologias do foro psicológico; 2) compreender os fatores de riscos e causas; 3) conhecimentos e crenças sobre intervenções de autoajuda e ajuda profissional disponíveis; 4) atitudes que proporcionam a procura de ajuda apropriada e conhecimento de como aceder a informações adequadas de saúde mental (GOBP, 2023).

A LSM propõe vários desafios para o Enfermeiro Especialista em Enfermagem de Saúde Mental e Psiquiátrica (EEESMP), dando ao profissional desta área a responsabilidade e a singularidade no entendimento que cada indivíduo tem sobre LSM. É fundamental que os



profissionais especializados avaliem nas suas intervenções o nível de LSM da pessoa, sua capacidade de executar atividades recomendadas, o grau de motivação para mudanças, assim como a sua criatividade na tomada de decisão no autocuidado. Assim o EEESMP, tem de estar apto na sua competência a fim de solidificar a relação terapêutica com seus doentes de modo a capacitá-los nas suas habilidades pessoais com vista a melhorar as suas competências de autoconhecimento, autoestima, autocontrolo assim como a capacidade de resolução de problemas e estratégia de coping (Martins, 2023).

Alpalhão (2023), afirma que EEESMP tem de ter a habilidade de implementar intervenções no âmbito psicoterapêutico, socioterapêutico, psicossocial e psicoeducacional à pessoa, família e comunidade através da execução do plano de cuidados de forma individual e em conformidade tendo em conta as habilidades e conhecimentos que lhe competem.

A LSM representa um componente crítico e frequentemente negligenciado no panorama geral da saúde pública. A prevalência de perturbações mentais na população adulta constitui um desafio crescente de saúde pública. Dados epidemiológicos apontam para um aumento significativo nos quadros de ansiedade, depressão e outras perturbações mentais, intensificados por fatores sociais, económicos e, mais recentemente, pela pandemia da COVID-19. Apesar desta prevalência, observa-se um défice generalizado no conhecimento e compreensão sobre saúde mental. O baixo nível LSM e o estigma dificultam o reconhecimento precoce de sinais e sintomas, atrasam o tratamento e agravam os prognósticos. O EEESMP tem um papel fundamental ao desenvolver intervenções educativas que promovem o conhecimento, reduzem o estigma e fortalecem redes de apoio, contribuindo para melhores desfechos clínicos, menor impacto socioeconómico e maior equidade em saúde (Fernández-Gutiérrez et al., 2018).

Segundo Espanha, Ávila e Mendes (2015), a LS em Portugal apresenta uma situação preocupante, situando-se ligeiramente abaixo da média dos países europeus. A distribuição revela que 11 % da população tem um nível inadequado e 38% um nível problemático, o que significa que quase metade dos portugueses 49% enfrentam dificuldades significativas na compreensão e utilização de informação de saúde.

Segundo o GOBP (2023), resultados mostram que numa escala de um a cinco níveis (de 1 a 5), 79,4% da população situava-se em níveis de literacia entre 0 e 2. Os estudos mais recentes apontam para quase 50% da população com LS inadequada e problemática (Espanha et al., 2016; Pedro et al., 2016; Saboga-Nunes, 2014), corroborando os resultados internacionais do Questionário Europeu de LS (Sorensen et al, 2012). Em Portugal, é inegável o trabalho desenvolvido por Cristina Vaz de Almeida na formação de profissionais de saúde com vista à promoção da LS, inclusivamente por via da criação da Sociedade Portuguesa de LS, em 2022 (SPLS).

Este trabalho é norteado com a seguinte questão de investigação: Qual o nível de LSM nos adultos em Portugal.

No sentido de orientar a pesquisa, em função do problema de investigação, formulou-se o seguinte objetivo: Identificar o nível de LSM nos adultos em Portugal.

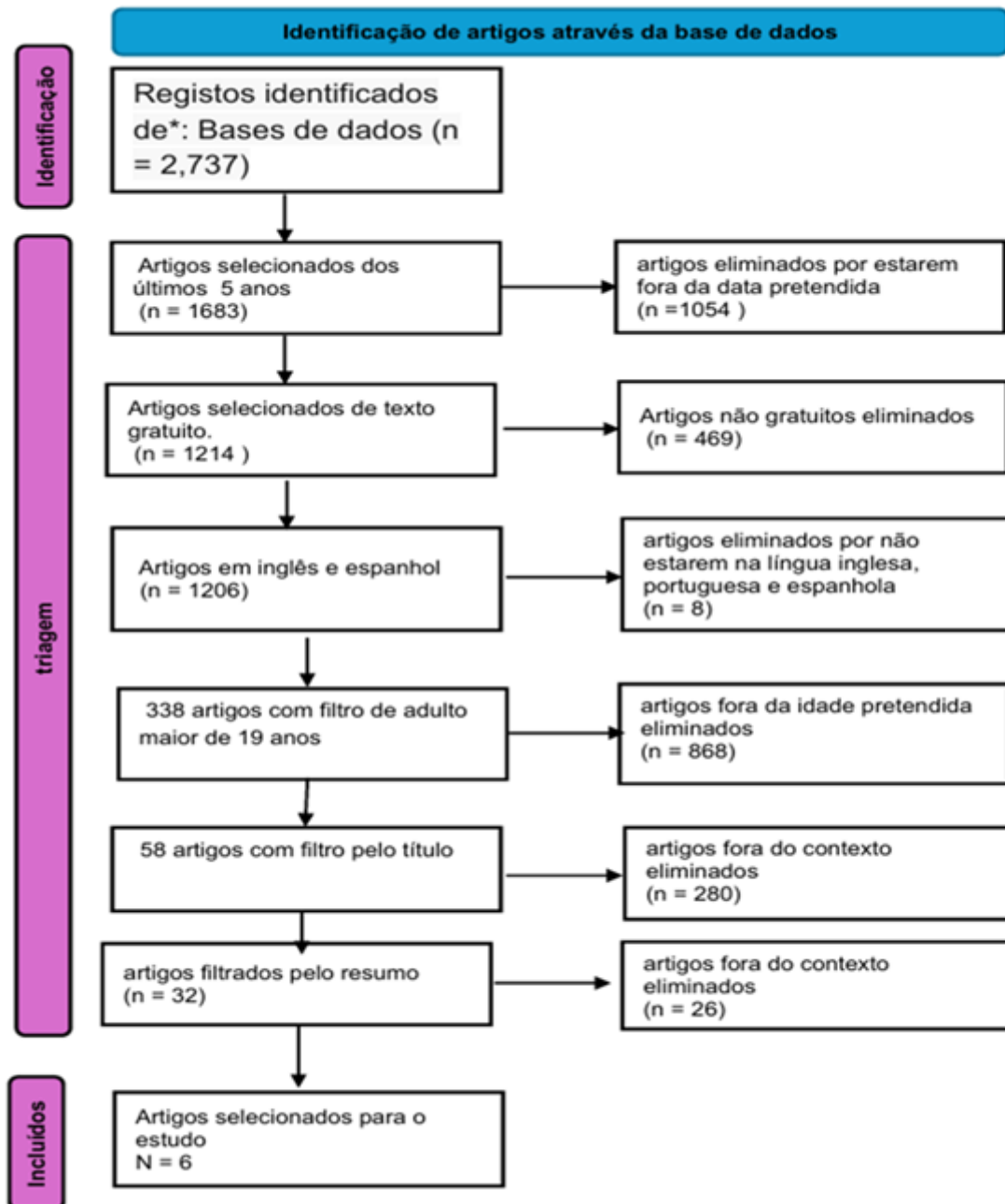


## Metodologia

O método utilizado foi a RIL acerca do nível de LSM nos adultos em Portugal. A RIL é um método de pesquisa que permite a síntese de vários estudos publicados e facilita conclusões gerais a respeito de uma área de estudo, dando suporte para a tomada de decisão e melhoria da prática clínica (Mendes, Silveira e Galvão, 2008). O trabalho foi desenvolvido de forma sequencial respeitando a orientação de Mendes, Silveira e Galvão (2008): 1º) identificação do tema e seleção da questão de partida; 2º) estabelecimento dos critérios para inclusão e exclusão dos estudos; 3º) definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados; 4º) avaliação dos estudos; 5º) interpretação dos resultados; 6º) apresentação da síntese do conhecimento. Assim, para a elaboração da questão norteadora, empregou-se a estratégia PCC, um acrônimo que representa População, Conceito e Contexto, permitindo a construção de uma questão de pesquisa abrangente e adequada ao objetivo que se pretende estudar (Amendoeira et al, 2022), “Qual o (Conceito) nível de literacia em Saúde Mental nos (População) adultos em (Contexto) Portugal?”.

A pesquisa na web decorreu entre 15 de Abril a 20 de junho de 2025, nas bases de dados científicas PubMed e MEDLINE para realizar uma busca sistemática, empregando descritores combinados com o operador booleano AND, utilizando os descritores em língua inglesa: " Health Literacy" AND "Mental Health".

Os critérios de inclusão instituídos para a revisão foram: artigos publicados entre 2020-2025, texto integral gratuito, em português, inglês ou espanhol, envolvendo pessoas adultas maiores de 19 anos, que identificassem o nível de LSM nos adultos em Portugal. Foram excluídos artigos em outras línguas, anteriores a 2020, ou com dados pouco claros e artigos que abordavam noutros contextos ou noutras populações. Para verificar a adequação do artigo aos critérios de inclusão estabelecidos, percorram-se as seguintes etapas: 1º) inclusão ou exclusão do artigo pela leitura do título e do resumo; 2º) inclusão ou exclusão do artigo pela leitura do texto integral. Foram identificados de 2737 artigos, dos quais 6 integraram a revisão, após a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, como se pode verificar na Figura 1.



**Figura 1** - Processo de seleção dos estudos incluídos na revisão da literatura.

Para facilitar a recolha dos dados criou-se uma tabela com os itens a extrair de cada estudo, que foi preenchida à medida que os artigos seleccionados foram analisados. Os itens a extrair incluíam: identificação do estudo, método, objetivo do estudo e os principais resultados de cada artigo utilizado. A análise e apresentação dos dados foi realizada de forma descritiva dos 6 estudos analisados. Os métodos utilizados são maioritariamente estudos transversais. Na Tabela 1, pode observar-se mais pormenorizadamente os resultados encontrados.



**Tabela 1**

Identificação do estudo	Método	Objetivo do estudo	Principais Conclusões
Mental Health Literacy and Stigma in a Municipality in the North of Portugal:	Um Estudo Transversal	O objetivo principal deste estudo foi perceber o nível de literacia em saúde mental e o estigma de acordo com a idade, sexo, escolaridade, profissão e estado civil.	Este estudo revela diferenças importantes na perceção do estigma relacionado à saúde mental. Pessoas mais velhas tendem a ter uma visão mais estigmatizante, enquanto as mulheres demonstram menor predisposição para tal. Além disso, quanto maior o nível de literacia em saúde mental, menor é o grau de estigma. Os resultados sugerem que campanhas educativas devem ser direcionadas a grupos específicos da população para reduzir preconceitos e promover uma melhor compreensão da saúde mental.
Relationship Between Health Literacy and Mental Health Attitudes and Beliefs.	Estudo observacional transversal analítico	Este estudo explorou a relação entre alfabetização em saúde e estigma de saúde mental, aversão à busca de ajuda em saúde mental e disposição para interagir com indivíduos com doenças mentais.	Pessoas com maior alfabetização em saúde mental tendem a ter menos estigma e maior disposição para interagir com quem tem transtornos mentais. O estigma influencia essa relação, mediando totalmente o impacto da alfabetização funcional e parcialmente o da alfabetização comunicativa. Melhorar a alfabetização em saúde pode ser chave para reduzir preconceitos e promover atitudes mais positivas.
A sequential mediation model of perceived social support, mindfulness, perceived hope, and mental health literacy: An empirical study on Taiwanese university students.	Estudo transversal observacional	O objetivo principal deste estudo é explorar as relações entre suporte social percebido, mindfulness e esperança percebida, e como esses fatores influenciam a literacia em saúde mental entre estudantes universitários.	O estudo destaca que o apoio social influencia significativamente a alfabetização em saúde mental, tanto direta quanto indiretamente, mediado por fatores como mindfulness e esperança. Esses achados reforçam a importância de incluir tanto suporte externo quanto recursos internos ao desenvolver estratégias para fortalecer a compreensão sobre saúde mental.



<p>Health literacy and mental health: a national cross-sectional inquiry.</p>	<p>Estudo transversal</p>	<p>Este estudo teve como objetivo investigar a associação entre literacia em saúde e estado de saúde mental</p>	<p>O estudo revelou uma forte relação entre alfabetização em saúde e saúde mental. Indivíduos com menor nível de literacia apresentam um risco significativamente maior de desenvolver problemas psicológicos. Além disso, melhorar essas habilidades pode reduzir tanto disfunções psicológicas quanto sociais, com impacto mais evidente no sofrimento emocional. Esses achados reforçam a importância de investir em estratégias que aprimorem o acesso e a compreensão de informações sobre saúde, promovendo bem-estar mental.</p>
<p>Mental health literacy questionnaire-short version for adults.</p>	<p>Validação psicométrica com uma abordagem transcultural</p>	<p>Fornecer uma versão revisada e mais curta de um questionário previamente validado para avaliação de MHL</p>	<p>O estudo desenvolveu uma versão reduzida do questionário de Alfabetização em Saúde Mental (MHLq-YA), chamada MHLq-SVa, a partir de uma amostra portuguesa. A nova versão apresentou excelente ajuste estatístico e foi validada internacionalmente em cinco países, com resultados satisfatórios na maioria deles. Apesar de pequenas discrepâncias na Índia e Indonésia, o questionário demonstrou solidez psicométrica, reforçando sua aplicabilidade em diversos contextos culturais.</p>
<p>Decision-Making Ability: A Missing Link Between Health Literacy, Contextual Factors, and Health. Health Literacy</p>	<p>Estudo transversal</p>	<p>Este estudo explora um importante objetivo imediato da literacia em saúde, nomeadamente a capacidade de tomada de decisão (DMA) em relação a questões de saúde. A hipótese do estudo afirma que o DMA é um importante mediador entre a literacia em saúde e os resultados de saúde</p>	<p>O estudo mostrou que cinco das seis dimensões da alfabetização em saúde influenciam o Desempenho em Saúde (DMA), com impacto significativo nos resultados. A inclusão desses fatores nos modelos reduziu os coeficientes do DMA entre 6,1% e 20,3%. Além disso, as associações entre alfabetização em saúde e desfechos de saúde foram amplamente afetadas por fatores contextuais, exceto no caso da saúde mental. Esses achados reforçam a importância de considerar o contexto ao avaliar o</p>



			impacto da alfabetização em saúde.
--	--	--	------------------------------------

## Resultados

Esta RIL analisou seis estudos transversais com o objetivo de identificar evidências o nível de LSM dos adultos em Portugal. Os estudos revelaram grupos específicos adultos apresentam maior vulnerabilidade no se refere à LSM. Pessoas mais adultas apresentam estigma mais elevado e menor conhecimento sobre saúde mental, os homens evidenciam maior predisposição ao estigma comparativamente às mulheres. Adicionalmente, indivíduos com menor escolaridade que apresentam consequentemente níveis mais baixos de LSM. Estes resultados fundamentam a necessidade de intervenções direcionadas e adaptadas às características específicas de cada grupo populacional.

Os resultados identificaram fatores mediadores cruciais que o EEESMP deve considerar nas suas intervenções para otimizar a eficácia do aumento do nível de LSM em adultos. O desenvolvimento de competências de mindfulness e o fortalecimento da esperança percebida funcionam como mediadores importantes no processo de melhoria da literacia, apontando que as intervenções devem combinar estratégias educativas com desenvolvimento de competências internas e recursos psicológicos. A capacidade de autonomia em saúde constitui uma competência-chave que deve ser desenvolvida através de intervenções específicas de enfermagem.

Estes achados demonstram que pessoas com um nível elevado de LSM apresentam efetivamente menor risco de desenvolver problemas do foro psicológico, sugerindo que as intervenções do EEESMP podem funcionar como estratégia preventiva primária. A melhoria do baixo nível de literacia reduz disfunções tanto psicológicas quanto sociais, com impacto particularmente evidente na redução do sofrimento emocional.

## Discussão

Esta RIL identificou grupos vulneráveis específicos (pessoas mais velhas, homens e indivíduos com menor escolaridade) que requerem intervenções direcionadas de LSM em Portugal, corroborando evidências (Serrão et al. G Veiga G Serrão, 2016, conforme citado por Carneiro, 2017) que revelam quanto ao domínio básico da literacia, 80% dos



portugueses demonstram baixos níveis de literacia funcional em saúde, sugerindo que apenas uma em cada cinco pessoas consegue utilizar de forma eficaz informações escritas relacionadas com saúde e com dificuldades em competências fundamentais como a leitura, cálculo, particularmente na consulta e interpretação de informação de saúde.

Os resultados demonstram que fatores mediadores cruciais, como apoio social, mindfulness e esperança percebida - influenciam significativamente a eficácia das intervenções, sugerindo que o EEESMP deve desenvolver abordagens multidimensionais que integrem componentes educativos, sociais e psicológicos. A relação inversa consistente entre literacia e estigma constitui um achado particularmente relevante, confirmando que as intervenções educativas funcionam simultaneamente como estratégias anti-estigma, proporcionando uma dupla função terapêutica e social. Estes resultados alinham-se com estudos internacionais que demonstram efeitos duradouros das intervenções educativas na mudança de atitudes e na redução de preconceitos relacionados à saúde mental nos adultos em Portugal.

Os achados proporcionam diretrizes práticas importantes para o EEESMP, incluindo a necessidade de desenvolver competências específicas em avaliação diferenciada da literacia, implementação de intervenções personalizadas e facilitação de recursos internos como mindfulness e esperança. O desenvolvimento e validação transcultural do MHLq-SVa representa um avanço significativo na padronização da avaliação, oferecendo uma ferramenta concisa e culturalmente adaptável para a prática clínica. A identificação da capacidade de tomada de decisão como mediador entre literacia e resultados de saúde oferece um modelo teórico mais sofisticado para compreender os mecanismos de ação das intervenções de enfermagem.

Tal como afirma Santos et al. (2011, conforme citado por Sequeira e Sampaio 2020, p. 42), destacam a intervenção psicoeducativa como uma ferramenta que amplia o nível de literacia, pois essa mobilidade pode ser implementada em grupo de pessoas que enfrentam desafios similares na manutenção da saúde ou no alívio dos sintomas quando individualmente. Esta intervenção caracteriza-se pela combinação de dois aspetos ou elementos fundamentais: uma dimensão educativa, responsável pela transmissão de conhecimentos específicos sobre o problema ou doença e uma vertente de apoio emocional, que aborda a gestão das emoções.

Para haver êxito na intervenção psicoterapêutica é necessário seguir uma estrutura bem definida, sessões organizadas e limitadas temporalmente. O foco mantém-se no presente e na aplicação de técnicas de resolução de problemas, privilegiando o desenvolvimento da literacia sobre vários aspetos como: reconhecimento de sinal e sintomas, compreensão do diagnóstico, conhecimento da etiologia e prognóstico, familiarização com tratamentos farmacológicos e não farmacológicos, bem como estratégias para evitar a necessidade de institucionalização (Sousa, Mendes e Relvas, 2007, conforme citado por Sequeira G Sampaio 2020, p. 42).



## **Limitações do estudo**

Uma limitação significativa identificada nesta investigação prende-se com a escassez de estudos específicos sobre as intervenções do EEESMP na promoção da LSM em população adulta. Durante o processo de pesquisa bibliográfica, verificou-se que, apesar da relevância do tema, existe uma lacuna marcante de estudos científicos que aborde diretamente esta relação específica. Esta limitação deve-se pelo uso de terminologias variadas nos diferentes estudos, que nem sempre correspondem aos descritores utilizados. Por outro lado, está relacionada com forma como a literacia tem sido abordada, já que, em muitos casos, observou-se intervenções de LSM de forma mais genérica, sem especificação do profissional responsável por sua implementação.

## **Implicações práticas e recomendações futuras**

Os resultados desta RIL, evidenciam a necessidade urgente de intensificar investigações específicas sobre o papel e as intervenções do EEESMP na promoção da LSM. O EEESMP deve desenvolver competências para avaliar o nível de literacia nos adultos em Portugal, considerando fatores sociodemográficos, adaptar intervenções às características específicas de cada indivíduo e integrar abordagens sistémicas que promovam simultaneamente conhecimento e redução do estigma. Esta temática constitui uma área prioritária para futuras investigações, com impacto direto na melhoria dos cuidados de saúde mental em Portugal.

## **Conclusão**

O resultado da RIL, permitiu identificar o nível de LSM nos adultos em Portugal, revelando grupos populacionais específicos com maior vulnerabilidade e necessidade de intervenções adicionais. Os resultados demonstraram que pessoas adultas, indivíduos do sexo masculino e aqueles com menor escolaridade apresentam níveis mais baixos de LSM em Portugal, estando associados a maior estigma e menor conhecimento sobre questões de saúde mental.

A investigação demonstrou que fatores mediadores como apoio social, mindfulness e esperança percebida influenciam significativamente a eficácia das intervenções, sugerindo que abordagens multidimensionais são importantes para melhorar os resultados. A relação entre LSM e estigma constitui um achado significativo, confirmando que as intervenções educativas funcionam simultaneamente como estratégias preventivas.

A investigação revela a importância do EEESMP no desenvolvimento de competências específicas para avaliação e promoção da LSM. As evidências sugerem que o EEESMP deve implementar intervenções psicoeducativas estruturadas e personalizadas como



estratégias primárias, pois esta intervenção aumenta o nível de LSM e reduz o risco de desenvolvimento de problemas do foro psicológico. Contudo, ampliar estudos específicos sobre intervenções do EESMP na promoção da literacia em saúde mental nos adultos, contribuindo para desenvolvimento de evidências científicas robustas que sustentem as intervenções do EESMP.

## Agradecimentos

Agradecemos primeiramente a Deus pelo fôlego da vida. Agradecemos ao Instituto Superior Politécnico de Benguela (ISPB) pela oportunidade de realizar esta formação e à Professora Lia Sousa pela orientação científica prestada.

## Referências Bibliográficas

Alpalhão, F. C. L. S. E. (2023). As intervenções do enfermeiro especialista de enfermagem em saúde mental e psiquiátrica para promover uma comunicação terapêutica. Instituto Politécnico de Setúbal. <https://comum.rcaap.pt/bitstreams/3bae7881-6718-465c-9061-4e3ed17aa8a5/download>

Amendoeira, J., Silva, M., Ferreira, R., & Dias, H. (2022). Revisão sistemática de literatura: A scoping review. Centro de Investigação em Qualidade de Vida, Instituto Politécnico de Santarém UMIS-ESSS.

Campos, L., Dias, P., Costa, M., Rabin, L., Miles, R., Lestari, S., Feraihan, R., Pant, N., Sriwichai, N., Boonchieng, W., & Yu, L. (2022). Mental health literacy questionnaire-short version for adults (MHLq-SVa): Validation study in China, India, Indonesia, Portugal, Thailand, and the United States. *BMC Psychiatry*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12888-022-04308-0>

Carneiro, V. A. S. (2017). Literacia em saúde: Um retrato da população adulta portuguesa [Dissertação de mestrado, Universidade Fernando Pessoa]. Faculdade de Ciências Humanas e Sociais, Universidade Fernando Pessoa.

Espanha, R., Ávila, P., & Mendes, R. (2015). Literacia em saúde em Portugal. Fundação Calouste Gulbenkian.

Fernández-Gutiérrez, M., Bas-Sarmiento, P., Albar-Marín, M. J., Paloma-Castro, O., & Romero-Sánchez, J. M. (2018). Health literacy interventions for immigrant populations: A systematic review. *International Nursing Review*, 65(1), 54-64.

Fleary, S. A., Joseph, P. L., Gonçalves, C., Somogie, J., & Angeles, J. (2022). The relationship between health literacy and mental health attitudes and beliefs. *Health*



Literacy Research and Practice, 6(4), e270-e279. <https://doi.org/10.3928/24748307-20221018-01>

GOBP (2023). Guia orientador de boas práticas de promoção da literacia em saúde mental. Ordem dos Enfermeiros. <http://www.ordemenfermeiros.pt/>

Haeri-Mehrzi, A., Mohammadi, S., Rafifar, S., Sadighi, J., Kermani, R. M., Rostami, R., Hashemi, A., Tavousi, M., & Montazeri, A. (2024). Health literacy and mental health: A national cross-sectional inquiry. *Scientific Reports*, 14(1). <https://doi.org/10.1038/s41598-024-64656-7>

Lo, C. C., Chen, I. C., Ho, W. S., & Cheng, Y. C. (2023). A sequential mediation model of perceived social support, mindfulness, perceived hope, and mental health literacy: An empirical study on Taiwanese university students. *Acta Psychologica*, 240. Elsevier B.V. <https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2023.104016>

Martins, D. A. (2023). Literacia em saúde mental de pessoas com necessidade de cuidados de saúde mental: Um estudo descritivo-correlacional [Dissertação de mestrado]. Escola Superior de Enfermagem do Porto.

Mendes, K. S., Silveira, R. C. C. P., & Galvão, C. M. (2008). Revisão integrativa: Método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & Contexto Enfermagem*, 17(4), 758-764. <https://www.scielo.br/j/tce/a/XzFkq6tjWs4wHNqNjKJLkXQ/?format=pdf>

Rüegg, R. (2022). Decision-making ability: A missing link between health literacy, contextual factors, and health. *Health Literacy Research and Practice*, 6(3), e213-e223. <https://doi.org/10.3928/24748307-20220718-01>

Sequeira, C., Sampaio, F., Pinho, G., Araújo, O., Lluch Canut, T., & Sousa, L. (2022). Editorial: Mental health literacy: How to obtain and maintain positive mental health. *Frontiers in Psychology*, 13, Article 1036983.

Simões de Almeida, R., Trigueiro, M. J., Portugal, P., de Sousa, S., Simões-Silva, V., Campos, F., Silva, M., & Marques, A. (2023). Mental health literacy and stigma in a municipality in the north of Portugal: A cross-sectional study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4). <https://doi.org/10.3390/ijerph2004331>

Portugal: A Cross-Sectional Study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4). <https://doi.org/10.3390/ijerph20043318>

Sequeira, C., Sampaio, F., Pinho, G., Araújo, O., Lluch Canut, T., & Sousa, L. (2022). Editorial: Mental health literacy: How to obtain and maintain positive mental health. *Frontiers in psychology*, 13, Article, 1036983. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1036983>

Sequeira, C., Sampaio, F. (2020). *enfermagem em saúde mental diagnósticos e intervenções*. Lisboa: Lidel-Edições Técnicas, Lda.