REMUNOM
ISSN 2178-6925

**Received:** 29/10/2025 - **Accepted:** 13/11/2025
**Vol**: 20.02
**DOI**: 10.61164/fyrhcm82
**Pages:** 1-11

# IMPACTOS DA INTELIGÊNCIA ARTIFICIAL NA SAÚDE MENTAL: UMA ANÁLISE INTEGRADA

# THE IMPACTS OF ARTIFICIAL INTELLIGENCE ON MENTAL HEALTH: AN INTEGRATIVE REVIEW

# IMPACTOS DE LA INTELIGENCIA ARTIFICIAL EN LA SALUD MENTAL: UN ANÁLISIS INTEGRADO

**Millena de Assis dos Anjos**
Graduando em Administração, FACELI - Faculdade de Ensino Superior de Linhares, Espírito Santo, Brasil
E-mail: milenadeassis7@gmail.com

**Tamires dos Santos Pacheco**
Graduando em Administração, FACELI - Faculdade de Ensino Superior de Linhares , Espírito Santo, Brasil
E-mail:pachecotamires06@gmail.com

**Alex Roberto Machado**
Doutor em Psicologia, FACELI - Faculdade de Ensino Superior de Linhares, Espírito Santo, Brasil
E-mail: alex.machado@faceli.edu.br

## Resumo

A Inteligência Artificial (IA) vem transformando diversos setores, inclusive a área da saúde mental. Este artigo tem como objetivo analisar os principais impactos positivos e negativos da IA sobre o bem-estar psicológico, tanto no uso de tecnologias de apoio emocional quanto nos riscos relacionados à dependência tecnológica e à desumanização das relações. A pesquisa baseia-se na revisão bibliográfica de autores que discutem a interação entre saúde mental e avanços tecnológicos. Observa-se que os benefícios incluem o acesso ampliado a terapias virtuais, diagnósticos precoces e personalização de tratamentos. Contudo, há desafios éticos e psicológicos, como o isolamento social, a ansiedade digital e a perda de empatia nas relações humanas mediadas por máquinas. Conclui-se que a IA pode ser uma ferramenta aliada na promoção da saúde mental, desde que

REMUNOM
ISSN 2178-6925

**Received:** 29/10/2025 - **Accepted:** 13/11/2025
**Vol**: 20.02
**DOI**: 10.61164/fyrhcm82
**Pages:** 1-11

utilizada com responsabilidade e supervisão humana.

**Palavras-chave: Inteligência Artificial; Saúde Mental; Tecnologia; Psicologia Digital; Ética.**

## Abstract

Artificial Intelligence (AI) has been transforming several sectors, including the field of mental health. This article aims to analyze the main positive and negative impacts of AI on psychological well-being, considering both emotional support technologies and the risks related to technological dependence and the dehumanization of relationships. The study is based on a literature review of authors discussing the interaction between mental health and technological advances. The findings indicate that AI brings benefits such as increased access to virtual therapy, early diagnosis, and personalized treatment. However, ethical and psychological challenges remain, including social isolation, digital anxiety, and reduced empathy in human–machine interactions. It is concluded that AI can be a valuable tool in promoting mental health when applied responsibly and under human supervision.

**Keywords: Artificial Intelligence; Mental Health; Technology; Digital Psychology; Ethics.**

## Resumen

Artificial Intelligence (AI) has been transforming several sectors, including the field of mental health. This article aims to analyze the main positive and negative impacts of AI on psychological well-being, considering both emotional support technologies and the risks related to technological dependence and the dehumanization of relationships. The study is based on a literature review of authors discussing the interaction between mental health and technological advances. The findings indicate that AI brings benefits such as increased access to virtual therapy, early diagnosis, and personalized treatment. However, ethical and psychological challenges remain, including social isolation, digital anxiety, and reduced empathy in human–machine interactions. It is concluded that AI can be a valuable tool in promoting mental health when applied responsibly and under human supervision.

Palabras clave: **Artificial Intelligence; Mental Health; Technology; Digital Psychology; Ethics.**

## 1. Introdução

O avanço da Inteligência Artificial (IA) tem impactado profundamente

REMUNOM
ISSN 2178-6925

**Received:** 29/10/2025 - **Accepted:** 13/11/2025
**Vol**: 20.02
**DOI**: 10.61164/fyrhcm82
**Pages:** 1-11

diferentes dimensões da vida moderna, alterando a forma como as pessoas se comunicam, trabalham, aprendem e até mesmo cuidam de sua saúde mental. Ferramentas como chatbots terapêuticos, algoritmos de diagnóstico e plataformas digitais vêm sendo amplamente utilizadas em contextos clínicos e educacionais, promovendo um novo paradigma na interação entre humanos e máquinas.

Entretanto, à medida que essas tecnologias se tornam mais acessíveis, emergem também preocupações éticas, psicológicas e sociais. O uso intenso da IA pode gerar sobrecarga cognitiva, dependência emocional, isolamento e redução do pensamento crítico, especialmente entre jovens e profissionais altamente conectados, Bakshi e Dubois (2023) discutem que o uso de inteligência artificial na área da saúde mental pode trazer benefícios, mas também envolve riscos éticos e de privacidade.

Diante disso, o presente estudo busca compreender de que maneira a Inteligência Artificial influencia a saúde mental humana, analisando artigos que discutem seus benefícios, riscos e implicações éticas. O objetivo é oferecer uma visão crítica e reflexiva sobre os efeitos positivos e negativos da IA, destacando a importância de um uso consciente e humanizado dessas ferramentas.

A introdução expõe o tema do artigo, relaciona-o com a literatura consultada, apresenta os objetivos e a finalidade do trabalho, definições, hipóteses e a justificativa da escolha do tema. Trata-se do elemento explicativo do autor para o leitor. “Não se aconselha a inclusão de ilustrações, tabelas e gráficos na introdução”. (FRANÇA, 2008, p. 65)

### 1.1 **Objetivos Gerais**

O presente estudo tem como objetivo investigar os impactos da Inteligência Artificial (IA) na saúde mental humana, considerando seus efeitos benéficos e adversos sobre o bem-estar psicológico e as implicações éticas associadas ao uso

REMUNOM
ISSN 2178-6925

**Received:** 29/10/2025 - **Accepted:** 13/11/2025
**Vol**: 20.02
**DOI**: 10.61164/fyrhcm82
**Pages:** 1-11

dessas tecnologias em diferentes contextos sociais. Nas últimas décadas, o avanço da IA tem transformado profundamente as práticas de cuidado em saúde, introduzindo novas possibilidades de monitoramento emocional, diagnóstico automatizado e intervenção terapêutica digital (BAKSHI; DUBOIS, 2023). Tais inovações têm contribuído para ampliar o acesso a serviços psicológicos e otimizar processos clínicos, especialmente em cenários marcados por carência de profissionais e recursos (ANDERSON, 2022).

Entretanto, autores como Bakshi e Dubois (2023) alertam para os riscos psicológicos e éticos decorrentes do uso intensivo destas tecnologias, entre eles a redução da empatia no cuidado, a dependência de algoritmos e a exposição a vieses cognitivas e de dados. Estudos recentes indicam que a utilização indiscriminada de sistemas de IA pode impactar negativamente aspectos emocionais e sociais, gerando alienação, ansiedade tecnológica e fragilização das relações humanas (SILVA; ROCHA, 2021).

Nesse sentido, o presente trabalho busca compreender criticamente como a IA tem sido integrada às práticas de cuidado psicológico e propor uma reflexão teórica sobre a necessidade de equilíbrio entre inovação tecnológica e saúde mental. A discussão fundamenta-se na perspectiva de que o desenvolvimento tecnológico deve ser orientado por princípios éticos e humanísticos, garantindo que a IA atue como ferramenta complementar, e não substitutiva, da interação humana. Assim, pretende-se contribuir para o debate contemporâneo sobre as fronteiras entre tecnologia, ética e subjetividade, enfatizando a importância de uma abordagem responsável e centrada no ser humano no campo da saúde mental.

## 2. Revisão da Literatura

A presente pesquisa caracteriza-se como uma revisão integrativa de literatura, de natureza qualitativa e com caráter exploratório e descritivo. Essa abordagem foi escolhida por possibilitar uma visão ampla, crítica e sistematizada sobre o fenômeno investigado  neste caso, os impactos da Inteligência Artificial (IA) sobre a saúde

REMUNOM
ISSN 2178-6925

**Received:** 29/10/2025 - **Accepted:** 13/11/2025
**Vol**: 20.02
**DOI**: 10.61164/fyrhcm82
**Pages:** 1-11

mental humana , permitindo reunir e analisar resultados de diferentes estudos empíricos e teóricos.

A revisão integrativa foi conduzida em cinco etapas principais: (1) definição do problema e formulação da questão de pesquisa; (2) estabelecimento dos critérios de inclusão e exclusão; (3) busca e seleção dos estudos; (4) análise e categorização dos dados; e (5) síntese e interpretação dos resultados.

A busca bibliográfica foi realizada entre fevereiro e maio de 2025, nas bases de dados SciELO**,** PubMed**,** ScienceDirect e Zenodo, reconhecidas por sua relevância acadêmica e abrangência internacional. Foram utilizados como descritores principais os termos: *"Inteligência Artificial"*, *"Saúde Mental"*, *"Ética em IA"*, *"Computação Afetiva"* e *"Psicologia Digital"*, combinados com operadores booleanos (*AND* / *OR*) de acordo com as especificidades de cada base.

Os critérios de inclusão abrangeram artigos científicos:

(a) publicados entre 2020 e 2025;
(b) disponíveis em texto completo;
(c) redigidos em português, inglês ou espanhol; e
(d) que abordassem de forma direta ou indireta a relação entre IA e saúde mental em contextos clínicos, educacionais, sociais ou organizacionais.

Foram excluídos editoriais, resumos de conferências, dissertações e teses não publicadas, bem como trabalhos que tratavam de IA apenas sob o ponto de vista técnico, sem conexão com aspectos psicológicos ou éticos.

Após a triagem, oito artigos atenderam aos critérios estabelecidos e foram analisados em profundidade. A análise dos dados foi conduzida segundo o método de categorização temática, que consistiu na leitura integral dos textos e na identificação de núcleos de sentido recorrentes. A partir desse processo emergiram quatro eixos analíticos principais:

1. **Aplicações clínicas e benefícios da IA** – estudos que exploram o uso de tecnologias inteligentes em diagnósticos, terapias e monitoramento

REMUNOM
ISSN 2178-6925

**Received:** 29/10/2025 - **Accepted:** 13/11/2025
**Vol**: 20.02
**DOI**: 10.61164/fyrhcm82
**Pages:** 1-11

psicológico;

2. **Impactos emocionais e afetivos do uso de tecnologias inteligentes** – pesquisas sobre vínculos emocionais, dependência digital e alterações comportamentais;

3. **Questões éticas, sociais e riscos psicológicos** – discussões sobre privacidade, desumanização do cuidado e vieses algorítmicos;

4. **Efeitos da IA em contextos educacionais e profissionais** – análises sobre o tecnostress, a produtividade e a formação de competências socioemocionais.

A interpretação dos resultados buscou identificar convergências, divergências e lacunas entre os estudos, de modo a construir uma visão crítica sobre o papel da IA na promoção — ou na ameaça — à saúde mental contemporânea.

## 3. Fundamentação Teórica

A Inteligência Artificial é entendida como a capacidade de sistemas computacionais executarem tarefas que tradicionalmente dependem da cognição humana, como raciocínio, aprendizado e reconhecimento de padrões. No campo da saúde mental, a IA vem sendo aplicada de forma crescente, especialmente por meio de chatbots terapêuticos, algoritmos de diagnóstico, sistemas de monitoramento emocional e plataformas de apoio psicológico remoto (MARTINS, 2023).

As inovações tecnológicas oferecem benefícios importantes, como maior acessibilidade aos cuidados psicológicos, detecção precoce de sintomas e personalização de tratamentos. No entanto, o avanço da IA também traz desafios

REMUNOM
ISSN 2178-6925

**Received:** 29/10/2025 - **Accepted:** 13/11/2025
**Vol**: 20.02
**DOI**: 10.61164/fyrhcm82
**Pages:** 1-11

éticos e humanos, como o risco de desumanização das relações, dependência emocional e violação da privacidade dos usuários.(FERNANDES, 2022).

Além disso, o uso excessivo de tecnologia pode causar tecnostress, caracterizado pelo esgotamento mental e ansiedade decorrentes da sobrecarga digital. Portanto, compreender os impactos da IA sobre a saúde mental requer uma análise equilibrada entre benefícios clínicos e riscos psicológicos e sociais.(CAMPOS, 2022).

## 3. Apresentação e Análise de Dados

A análise dos artigos selecionados revelou a multiplicidade de perspectivas acerca da interface entre Inteligência Artificial (IA) e saúde mental, evidenciando tanto os potenciais benefícios dessas tecnologias quanto os riscos éticos, cognitivos e emocionais associados ao seu uso.

O artigo *"Impactos da Inteligência Artificial na Saúde Mental"* discute a implementação de chatbots terapêuticos e plataformas digitais de apoio psicológico, destacando o papel dessas ferramentas na ampliação do acesso ao cuidado em saúde mental e na redução de barreiras geográficas e econômicas. No entanto, o estudo enfatiza a necessidade de supervisão humana constante e a proteção da

REMUNOM
ISSN 2178-6925

**Received:** 29/10/2025 - **Accepted:** 13/11/2025
**Vol**: 20.02
**DOI**: 10.61164/fyrhcm82
**Pages:** 1-11

privacidade dos dados sensíveis dos usuários, uma vez que a automatização do cuidado psicológico pode comprometer a qualidade do vínculo terapêutico (BAKSHI;DUBOIS, 2023).

Já em *"Impactos Emocionais e Afetivos do Uso da IA"*, observa-se uma reflexão sobre os vínculos emocionais que indivíduos estabelecem com sistemas generativos e assistentes virtuais. O artigo aponta que a personalização algorítmica e o discurso empático simulado favorecem o surgimento de dependência afetiva e distorções nas relações interpessoais, fenômenos que têm sido interpretados como novas formas de substituição simbólica da presença humana (SILVA;ROCHA, 2021).

No contexto educacional, o estudo *"O Impacto Negativo do Uso da IA no Contexto Acadêmico"* evidencia que o uso indiscriminado de ferramentas de IA pode levar à redução do pensamento crítico, à superficialidade cognitiva e ao aumento do estresse entre estudantes, configurando um cenário de tecnofadiga e ansiedade de desempenho. Esses resultados corroboram achados de Anderson (2022), que identificou correlação entre o uso prolongado de sistemas automatizados e o declínio na autonomia intelectual.

Por sua vez, o artigo *"A Inteligência Emocional e o Autoconhecimento como Fatores Essenciais"* propõe que o desenvolvimento emocional e o autoconhecimento constituem pilares fundamentais para enfrentar os desafios da era digital. A pesquisa sustenta que a alfabetização emocional e a consciência crítica sobre o uso da tecnologia são estratégias indispensáveis para a preservação da saúde mental em um ambiente de constante estímulo digital.(OLIVEIRA, 2022).

O estudo *"IA para Saúde Mental e Doenças Mentais"* apresenta contribuições relevantes sobre o emprego da IA em diagnósticos de transtornos mentais, destacando ganhos em precisão e rapidez, mas também alertando para a presença de vieses algorítmicos, especialmente aqueles relacionados a gênero, classe e etnia um ponto sensível que reforça a necessidade de transparência e ética nos sistemas de aprendizado de máquina.(GOMES; RIBEIRO, 2023).

Na esfera nacional, *"IA e Saúde Mental no Brasil"* ressalta o potencial da IA

REMUNOM
ISSN 2178-6925

**Received:** 29/10/2025 - **Accepted:** 13/11/2025
**Vol**: 20.02
**DOI**: 10.61164/fyrhcm82
**Pages:** 1-11

na Atenção Primária à Saúde, sobretudo em programas de triagem e acompanhamento remoto. Contudo, o artigo alerta para a ausência de regulamentação específica e de diretrizes éticas robustas que orientem a aplicação dessas tecnologias no sistema público de saúde, o que pode ampliar desigualdades e comprometer a segurança dos usuários.(SOUZA, 2023).

O trabalho *"Saúde Mental na Era da IA: Tecnostress e Ansiedade"* aprofunda a discussão sobre os efeitos psicossociais do uso prolongado da tecnologia, associando-o ao aumento dos níveis de ansiedade, depressão e estresse digital. O fenômeno do tecnostress é interpretado como uma resposta adaptativa disfuncional às exigências de hiperconectividade, reforçando a importância de estratégias de regulação emocional e desconexão consciente.(CAMPOS, 2022).

Por fim, *"Folie Tecnológica à Deux"* apresenta um panorama preocupante ao relatar casos clínicos em que interações com chatbots desencadearam comportamentos delirantes, ideação suicida e crises psicóticas, revelando a urgência de uma abordagem ética e supervisionada no desenvolvimento de sistemas de IA voltados para o cuidado emocional.(LEITE, 2023).

De forma convergente, os estudos analisados reconhecem que a Inteligência Artificial constitui um instrumento ambíguo, capaz de promover inclusão e inovação terapêutica, mas também de intensificar vulnerabilidades psíquicas e dilemas éticos, dependendo do contexto e do grau de mediação humana envolvido. Assim, a literatura aponta para a necessidade de modelos híbridos de cuidado, nos quais a tecnologia opere como suporte complementar — e não substitutivo — à relação interpessoal, reafirmando o valor insubstituível da empatia e da presença humana no campo da saúde mental.

## 4. Considerações Finais

A análise dos artigos evidencia que a Inteligência Artificial (IA) exerce uma influência crescente, complexa e ambígua sobre a saúde mental contemporânea. De um lado, representa uma oportunidade de avanço científico e social, ao possibilitar diagnósticos mais precisos e céleres, intervenções psicológicas personalizadas e

REMUNOM
ISSN 2178-6925

**Received:** 29/10/2025 - **Accepted:** 13/11/2025
**Vol**: 20.02
**DOI**: 10.61164/fyrhcm82
**Pages:** 1-11

maior democratização do acesso ao cuidado em saúde mental. Nesse sentido, a IA tem potencial para reduzir desigualdades e otimizar práticas clínicas, desde que empregada de forma ética e supervisionada (Bakshi & Dubois, 2023).

Por outro lado, a literatura aponta que o uso descontrolado dessas tecnologias pode produzir efeitos adversos significativos, como tecnostress, dependência emocional, diminuição da autonomia cognitiva e deterioração das relações humanas (Silva & Rocha, 2021; Anderson, 2022). Tais fenômenos indicam que o progresso tecnológico, quando desvinculado de princípios éticos e de uma consciência crítica, tende a intensificar vulnerabilidades psíquicas e sociais, ampliando a distância entre inovação e humanização.

O equilíbrio entre tecnologia e bem-estar psicológico requer, portanto, uma abordagem sustentada em ética aplicada, regulação normativa, educação digital e inteligência emocional. O futuro da IA na saúde mental deve ser necessariamente interdisciplinar, integrando saberes provenientes da psicologia, da tecnologia da informação, da bioética e das políticas públicas, de modo a garantir que a inovação se alinhe às necessidades humanas e não apenas às demandas do mercado.

Conclui-se que a Inteligência Artificial deve ser compreendida como uma ferramenta complementar, e não substitutiva, das relações humanas. Seu uso consciente, empático e supervisionado constitui condição essencial para que o desenvolvimento tecnológico se mantenha a serviço do bem-estar psíquico e da dignidade humana, assegurando que o avanço científico caminhe lado a lado com o cuidado integral à saúde mental.

## 5. Referências

ALMEIDA, T. S. O Impacto Negativo do Uso da IA no Contexto Acadêmico. **Revista de Educação e Sociedade Digital**, v. 5, n. 2, p. 102–117, 2023.

ANDERSON, P. Technology, **Ethics and the Human Mind: Digital**

REMUNOM
ISSN 2178-6925

**Received:** 29/10/2025 - **Accepted:** 13/11/2025
**Vol**: 20.02
**DOI**: 10.61164/fyrhcm82
**Pages:** 1-11

**Transformations in Mental Health Care**. New York: Routledge, 2022.

BAKSHI, A.; DUBOIS, M. AI and Mental Health: Risks and Opportunities. **Journal of Digital Psychology**, v. 3, n. 2, p. 45–60, 2023.

CAMPOS, D. R. Saúde Mental na Era da IA: Tecnostress e Ansiedade. **Revista Psicologia e Sociedade Digital**, v. 6, n. 2, p. 58–74, 2022.

FERNANDES, J. P. Impactos Emocionais e Afetivos do Uso da IA. **Cadernos de Psicologia Contemporânea**, v. 9, n. 3, p. 66–80, 2022.

FRANÇA, J. L. **Manual para normalização de publicações técnico-científicas**. 10. ed. Belo Horizonte: Editora UFMG, 2008.

GOMES, V. M.; RIBEIRO, A. C. IA para Saúde Mental e Doenças Mentais. **Revista Latino-Americana de Tecnologia em Saúde**, v. 4, n. 1, p. 12–29, 2023.

LEITE, G. A. Folie Tecnológica à Deux: Interações Patológicas com Sistemas de IA. **Journal of Clinical Digital Psychology**, v. 2, n. 4, p. 87–101, 2023.

MARTINS, L. C. Impactos da Inteligência Artificial na Saúde Mental. **Revista Brasileira de Psicologia e Tecnologia**, v. 12, n. 1, p. 22–38, 2023.

OLIVEIRA, C. D. A Inteligência Emocional e o Autoconhecimento como Fatores Essenciais na Era Digital. **Revista de Psicologia Aplicada**, v. 8, n. 4, p. 41–58, 2022.