



XXIX ENFERMAIO E VI SIEPS

Inteligência artificial, Enfermagem e saúde:
aplicabilidades, impactos e perspectivas futuras

REALIZAÇÃO



APOIO



O IMPACTO DE CHATBOTS NA SAÚDE MENTAL DE ADOLESCENTES: REVISÃO NARRATIVA

Francisco Raul Oliveira da Silva¹

Natasha de Sousa Uchoa²

Pedro Henrique Carneiro Vieira³

Maria Eduarda Falcão Leandro⁴

Renato Ribeiro de Oliveira⁵

Mardênia Gomes Vasconcelos Pitombeira⁶

EIXO 3: Enfermagem em Saúde da Criança e do Adolescente.

RESUMO

INTRODUÇÃO: a adolescência é um período caracterizado por grandes mudanças biopsicossociais, o que pode tornar o adolescente mais vulnerável ao desenvolvimento de adoecimento por ansiedade e depressão. Nesse cenário, o uso de ferramentas de inteligência artificial, como os *chatbots*, pode ser uma importante estratégia para a promoção da saúde e bem-estar mental. Desse modo, o estudo propõe identificar e descrever o impacto de *chatbots* na saúde mental de adolescentes. **MÉTODO:** trata-se de uma revisão narrativa. A Busca eletrônica foi realizada por meio das bases de dados MEDLINE e LILACS, via Biblioteca Virtual em Saúde. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** foram identificados 43 artigos. Destes, seis estudos foram incluídos e possibilitaram descrever o uso e impacto dos *chatbots* na saúde mental de adolescentes. Os estudos destacam que as intervenções mediadas por *chatbots*, possuem potencial para ampliar o acesso aos cuidados em saúde mental entre jovens, principalmente quando estão ligadas a avanços em personalização e integração com os sistemas de saúde. **CONCLUSÃO:** conclui-se que os *chatbots* devem ser utilizados como ferramentas complementares à prática profissional, sendo necessárias novas pesquisas para fortalecer sua eficácia, segurança e aplicação na saúde mental de adolescentes.

Palavras-chave: Chatbots; Saúde mental; Adolescentes.

1. Graduando em Enfermagem pela Universidade Estadual do Ceará. Bolsista do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica (PIBIC/CNPq).

2. Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estadual do Ceará. Bolsista do Programa de Bolsas de Extensão Universitária (BEXT/UECE)

3. Graduando em Enfermagem pela Universidade Estadual do Ceará. Bolsista do Programa Institucional de Bolsas de Iniciação Científica e Tecnológica (IC/FUNCAP).

4. Graduanda em Enfermagem pela Universidade Estadual do Ceará. Bolsista do Programa de Educação Tutorial (PET/UECE)

5. Graduado em Enfermagem pela Universidade Estadual do Ceará. Residente do Programa de Residência Multiprofissional em Cancerologia do Instituto do Câncer do Ceará (Rede ICC Saúde).

6. Enfermeira. Doutora em Saúde Coletiva pelo programa de Pós-Graduação Ampla Associação das Instituições (UECE/UFC/UNIFOR). Pós-Doutora em Saúde Coletiva (UECE). Professora Adjunta do Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Estadual do Ceará.

E-mail do autor: fraul.oliveira@aluno.uece.br

INTRODUÇÃO

Os *Chatbots* são tecnologias digitais que permitem simular conversas com usuários, gerando diálogos a partir de uma padronização de respostas armazenadas nas bases de dados. Essas ferramentas são capazes de mitigar, de forma eficaz, sintomas de problemas relacionados à saúde mental do usuário, incentivando comportamentos de saúde positivos e melhorando a sua adesão ao tratamento (Feng *et al.*, 2025).

A adolescência é um período caracterizado por grandes mudanças físicas, fisiológicas, emocionais e psicológicas, marcada por uma maior vulnerabilidade relacionada à compreensão da identidade pessoal do indivíduo, pressões acadêmicas e alterações nas dinâmicas sociais. Esses fatores tornam os adolescentes mais suscetíveis e vulneráveis ao desenvolvimento de doenças como ansiedade e depressão. No entanto, uma das limitações observadas relacionam-se à evitação em buscar apoio em serviços de saúde especializados. Tal obstáculo está associado à desconfiança ao serviço e profissionais da saúde, ocasionando buscas por atendimento de forma autônoma e independente (Dosovitsky; Bunge, 2023). Assim, o uso de ferramentas de inteligência artificial pode ser uma importante estratégia para a promoção da saúde e bem-estar mental, abrindo um espaço digital para o acolhimento e mudanças de comportamento (Shi; Xu; Chen, 2025).

A relevância desse estudo se dá, portanto, na necessidade de ampliar a compreensão da importância do uso de *chatbots* na saúde mental de adolescentes, contribuindo para a adoção de práticas de saúde mental que sejam eficazes e acessíveis.

Diante disso, o estudo propõe identificar e descrever o impacto de *chatbots* na saúde mental de adolescentes, respondendo ao seguinte problema de pesquisa: "Qual o impacto do uso dos *chatbots* na saúde mental de adolescentes?"

MÉTODO

Trata-se de uma revisão narrativa. Conforme Fernandes, Vieira e Castelhana (2023), a revisão narrativa compreende uma possibilidade metodológica de se identificar os saberes científicos pré-existentes com objetivo de trazer à tona sínteses, interpretações, atualizações e reflexões sobre o tema estudado.

Para a condução do estudo, utilizou-se a estratégia Mnemônica PICO, no qual "P" corresponde a população estudada (adolescentes), "I" corresponde ao fenômenos de interesse (impacto de chatbots na saúde mental) e "Co" ao contexto (aberto). A Busca eletrônica foi realizada por meio das bases de dados *Medical Literature Analysis and Retrieval System*

Online (MEDLINE) e Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), via Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Utilizou-se os descritores em saúde (Decs): “*Chatbots*”, “Saúde mental” e “adolescentes”, juntamente com o operador booleano “AND”, formando a seguinte equação de pesquisa: (Chatbots) AND (Saúde mental) AND (Adolescentes).

Foram considerados elegíveis os estudos que respondessem ao objetivo da pesquisa, sem recorte temporal ou limitação por idioma. Excluíram-se os estudos que não estavam disponíveis gratuitamente para leitura do texto completo.

Por se tratar de uma revisão narrativa da literatura, não houve necessidade de aprovação no Comitê de Ética em Pesquisa. No entanto, todos os estudos mencionados foram devidamente referenciados, respeitando a integridade intelectual e autoral dos autores.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A busca eletrônica nas bases de dados resultou na identificação de 43 artigos. Desses, sete estudos foram incluídos e possibilitaram descrever o uso e impacto dos *chatbots* na saúde mental de adolescentes. Dos seis estudos, um foi produzido no Uruguai, um no Reino Unido, dois no Canadá e três nos Estados Unidos.

A priori, conforme a Organização Mundial da Saúde (2022), estima-se que a maioria das pessoas com doenças mentais não procuram tratamento, apontando como principais preocupações o impacto negativo na reputação da família, propostas de casamento, status social, discriminação, exclusão da comunidade e estigma. Partindo desse pressuposto, a sociedade atual prefere negligenciar o tratamento, ao invés de procurá-lo, por conta de julgamentos da sociedade. Nesse ponto, é onde o papel dos *chatbots* será fundamental para o apoio emocional de usuários com distúrbios mentais que procuram a tecnologia com essa finalidade.

Segundo Lim *et al.* (2022), os *chatbots* são tecnologias relativamente novas, e tem demonstrado resultados promissores no auxílio e mitigação de sintomas de saúde mental em adultos. Todavia, essa tecnologia possui poucos estudos realizados em adolescentes. Os *chatbots* projetados especificamente para desafios de saúde mental em adolescentes têm como foco a resiliência, o controle de peso, a imagem corporal e o apoio em problemas comuns à adolescência (Dosovitsky *et al.*, 2023).

De acordo com Lima, Scortegagna e Marchi (2024), é possível identificar um interesse da comunidade científica nas aplicações de *chatbots* em crianças e adolescentes. Este

campo é pouco explorado, restringindo-se, por ora, à intervenções baseadas em psicoeducação e sugestões comportamentais. Nesse contexto, foi desenvolvido um *chatbot* denominado “*psicobot*”, que tinha como objetivo avaliar sintomas de ansiedade e depressão em crianças e adolescentes.

Desse modo, considerando que a população adolescente utiliza cada vez mais tecnologias digitais, a implementação do *psicobot* pode apresentar vantagens em sua aplicação, avaliando e intervindo na saúde mental de crianças e adolescentes, visto que esses estão em contato maior com esses dispositivos, sendo passíveis a utilizar os chatbots com o objetivo de melhorar sua saúde mental (Lima; Scortegagna; Marchi, 2024).

Em paralelo a isso, os *chatbots* autônomos possuem uma vantagem única por serem percebidos não apenas como facilmente acessíveis e não julgadores, mas também como capazes de fomentar um sentimento de apoio entre pares, que é uma fonte crítica de empoderamento que proporciona informações inestimáveis e conforto psicológico a adolescentes e jovens adultos. A imparcialidade dos *Chatbots* favorece o uso e a aceitação dos usuários em relação à inovação tecnológica, visto que essas ferramentas não submetem os usuários à pressão externas que podem afastar os adolescentes do cuidado e negligenciar as dores ou situações que necessitam ser ouvidas (Feng *et al.*, 2025).

Nesse contexto, de acordo com Feng *et al.* (2025), o efeito máximo observado para chatbots independentes no alívio da ansiedade, em comparação com aqueles baseados na web, indica que o formato de implantação pode desempenhar um papel determinante na eficácia dessas tecnologias. Esse aspecto torna-se evidente sobretudo pelo fato de que os chatbots tendem a ser mais responsivos e acolhedores ao interagir com seres humanos, adotando uma abordagem mais individualizada que depende do usuário para o fornecimento das informações necessárias ao funcionamento da inteligência artificial.

Em suma, de acordo com os dados supracitados, as intervenções realizadas por meio de *chatbots* demonstram grande potencial para apoiar a saúde mental dos jovens, complementando os serviços de saúde mental já existentes, prestados por profissionais de saúde multidisciplinares (Li *et al.*, 2025). Sob essa análise, é notável que o uso de inteligência artificial e a assistência à saúde crescem juntos, beneficiando o paciente e impactando diretamente na saúde mental de usuários que são utilizadores dessa tecnologia.

Em contrapartida, embora os *chatbots* baseados em inteligência artificial apresentem resultados promissores na redução do sofrimento mental entre adolescentes e jovens adultos, observa-se, ainda, que há poucos estudos que abordem a validação do uso e eficácia dos chatbots no manejo da saúde mental. Dessa forma, apesar de possuir grande

variedade de estudos sobre os chatbots, reforça-se a necessidade de pesquisas cujo objetivo seja aprimorar o processo de confiabilidade, utilidade clínica e plena garantia ética, possibilitando maior fidelidade, transparência e responsabilidade dessas ferramentas tecnológicas na saúde (Feng *et al.*, 2025).

Assim, segundo os estudos de Hawk *et al.* (2025), a população jovem não está totalmente isenta de riscos, uma vez que os chatbots não são propriamente concebidos para a dinâmica terapêutica ou para a realização de teleconsultas em ambiente online. Desse modo, embora o uso dessa tecnologia com tal finalidade possa, em alguns casos, conduzir a resultados satisfatórios, isso não constitui uma garantia, considerando que frequentemente podem ocorrer vieses, e que o uso excessivo desses sistemas tende a não atender plenamente às expectativas do usuário.

Desse modo, conforme a pesquisa de Li *et al.* (2025), as intervenções mediadas por chatbots possuem potencial para ampliar o acesso aos cuidados em saúde mental entre jovens, especialmente quando associadas a avanços na personalização e na integração com os sistemas de saúde. Esse fato evidencia a importância e o objetivo final atribuídos aos *chatbots* integrados à assistência em saúde. Todavia, o uso de *chatbots* não substitui a atuação clínica dos profissionais, que possuem o papel da humanização da assistência, função essa que nenhuma tecnologia será capaz de reproduzir, mas que pode desempenhar papel integrativo no cuidado humano.

CONCLUSÃO

Portanto, os resultados deste estudo evidenciam que os chatbots possuem potencial no apoio à saúde mental de adolescentes, especialmente por facilitarem o acesso ao cuidado de forma acessível e não julgadora. Contudo, ainda há limitações relacionadas à escassez de estudos específicos, à necessidade de maior validação clínica e a questões éticas, como privacidade e confiabilidade.

Dessa forma, conclui-se que os chatbots devem ser utilizados como ferramentas complementares à prática profissional, sendo necessárias novas pesquisas para fortalecer sua eficácia, segurança e aplicação na saúde mental de adolescentes.

REFERÊNCIAS

LIMA, E. S; SCORTEGAGNA, S. A; MARCHI, A. C. B. Psico Bot: a robot for psychological assessment of children and adolescents. **Ciências Psicológicas**, v. 18, n. 2, 2024. Disponível em: <https://doi.org/10.22235/cp.v18i2.3428>. Acesso em 19 mar. 2026

DOSOVITSKY, G; BUNGE, E. Development of a chatbot for depression: adolescent perceptions and recommendations. **Child and Adolescent Mental Health**, v. 28, n. 1, p. 124-127, 2023. Disponível em: doi: 10.1111/camh.12627. Acesso em 18 mar. 2026

FENG, X. *et al.* The effectiveness of AI chatbots in alleviating mental distress and promoting health behaviors among adolescents and young adults: Systematic review and meta-analysis. **Journal of Medical Internet Research**, v. 27, p. e79850, 2025. Disponível em: doi:10.2196/79850. Acesso em 20 mar. 2026

FERNANDES, J. M. B; VIEIRA, L. T; CASTELHANO, M. V. C. revisão narrativa enquanto metodologia científica significativa: reflexões técnicas- formativas. **Revista Educacional da Sucesso**, v. 3, n. 1, 2023. Disponível em: <https://www.editoraverde.org/portal/revistas/index.php/rec/article/view/223>. Acesso em 25 mar. 2026.

HAWKE, L. D. *et al.* Agentes Conversacionais Digitais para a Saúde Mental de Jovens em Busca de Tratamento: Revisão de Escopo. **JMIR Mental Health**, v. 12, 2025. Disponível em: doi: 10.2196/77098. Acesso em 25 mar. 2026.

LI, J. *et al.* Chatbot-Delivered Interventions for Improving Mental Health Among Young People: A Systematic Review and Meta-Analysis. **Worldviews on Evidence Based Nursing**, v. 22, n. 4, 2025. Disponível em: doi: 10.1111/wvn.70059. Acesso em 20 mar. 2026

LIM, S. M. *et al.* Chatbot-delivered psychotherapy for adults with depressive and anxiety symptoms: a systematic review and meta-regression. **Behavior Therapy**, v. 53, n. 2, p. 334-347, 2022. Disponível em: doi: 10.1016/j.beth.2021.09.007. Acesso em 20 mar. 2026

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **World mental health report: transforming mental health for all**. Geneva: World Health Organization; 2022. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>. Acesso em 25 mar. 2026.

SHI, J; XU, K; CHEN, X. Tweaking the messages and approaching the glass box: using AI chatbots to promote help-seeking for depressive symptoms. **Journal of Health Communication**, v. 30, p. 315-324, 2025. Disponível em: <https://doi.org/10.1080/10810730.2025.2569563>. Acesso em 19 mar. 2026.