

Saúde em perspectiva integral: articulação entre bem-estar físico, mental e participação social

Health from an integral perspective: articulation between physical and mental well-being and social participation

Benedito Cherbéu Dlessandre Oliveira
Marisa Ramos Rodrigues da Silva
Andrea Paula Pitta
Cristiane Leite de Almeida
Elaine Cristina Cendretti
Elaine Cristina Iacida Soriano
Ivonete Fernandes Francisco
Maria Rita Evangelista Vicente
Roger William Freire Ronconi
Zilda Rezende Mota

“A saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doença ou enfermidade.”

Organização Mundial da Saúde (OMS), 1946

RESUMO

A compreensão contemporânea da saúde ultrapassa a perspectiva centrada exclusivamente na ausência de doenças, incorporando dimensões físicas, mentais e sociais que se relacionam de maneira dinâmica ao longo da vida. Este artigo tem como objetivo analisar, por meio de revisão bibliográfica, a importância de uma abordagem integral da saúde que considere simultaneamente as condições clínicas, o bem-estar psicológico, as relações sociais e os determinantes que influenciam a qualidade de vida. Foi realizada revisão bibliográfica de artigos científicos publicados a partir de 2022, complementada por documentos técnicos de organismos internacionais, com ênfase em estudos sobre cuidado integral, atenção primária, saúde mental, determinantes sociais da saúde e abordagem centrada na pessoa. A literatura analisada demonstra que a fragmentação dos serviços pode dificultar o reconhecimento das necessidades multidimensionais dos indivíduos, enquanto modelos integrados favorecem a coordenação do cuidado, a prevenção de agravos e a promoção do bem-estar. Evidências recentes também apontam que a avaliação da saúde deve considerar aspectos físicos, emocionais, relacionais, ambientais, socioeconômicos e funcionais. Conclui-se que a abordagem integrada constitui estratégia relevante para qualificar a assistência, fortalecer a atenção primária e ampliar a capacidade dos sistemas de saúde de responder às necessidades complexas da população.

Palavras-chave: Saúde integral. Saúde física. Saúde mental. Determinantes sociais. Cuidado centrado na pessoa.

ABSTRACT

Contemporary understanding of health goes beyond a perspective exclusively centered on the absence of disease, incorporating physical, mental, and social dimensions that dynamically interact throughout life. This article aims to analyze, through a literature review, the importance of an integrated health approach that simultaneously considers clinical conditions, psychological well-being, social relationships, and determinants that influence quality of life. A literature review was conducted based on scientific articles published from 2022 onward, complemented by technical documents from international organizations, with emphasis on studies addressing integrated care, primary health care, mental health, social determinants of health, and person-centered care. The analyzed literature demonstrates that fragmented health services may hinder the recognition of individuals' multidimensional needs, whereas integrated models promote care coordination, disease prevention, and well-being. Recent evidence also indicates that health assessment should consider physical, emotional, relational, environmental, socioeconomic, and functional aspects. It is concluded that an integrated approach is a relevant strategy for improving health care, strengthening primary health care, and expanding health systems' capacity to respond to the complex needs of the population.

Keywords: Integrated health. Physical health. Mental health. Social determinants. Person-centered care.

INTRODUÇÃO

A saúde constitui um fenômeno multidimensional, determinado pela interação entre características biológicas, condições psicológicas, relações sociais, condições econômicas e ambientais. Essa compreensão amplia o foco tradicional dos serviços de saúde, que historicamente se concentrou no diagnóstico e tratamento das doenças, para uma perspectiva que também valoriza a promoção da saúde, a prevenção de agravos, a autonomia e a qualidade de vida. A Organização Mundial da Saúde destaca que a saúde mental é parte integrante da saúde e do bem-estar e que sua promoção exige transformações nos ambientes e nos sistemas de cuidado (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2022).

A necessidade de integrar diferentes dimensões da saúde torna-se ainda mais evidente diante do aumento das condições crônicas, da multimorbidade e das

situações em que problemas físicos, psicológicos e sociais se apresentam simultaneamente. Modelos assistenciais fragmentados podem produzir intervenções isoladas, dificultando a compreensão das necessidades do indivíduo como um todo. Estudos recentes sobre saúde integral defendem a superação de uma visão reducionista e a incorporação de diferentes dimensões no planejamento e na avaliação do cuidado (DIGUISEPPI *et al.*, 2025).

Nesse contexto, a abordagem integrada pressupõe articulação entre profissionais, serviços e setores, favorecendo a continuidade da assistência e a identificação de fatores que interferem na saúde. A integração não significa apenas reunir diferentes especialidades em um mesmo serviço, mas estabelecer processos de comunicação, coordenação e corresponsabilização capazes de responder às necessidades individuais e coletivas (MATOS *et al.*, 2024).

A dimensão social também assume papel central nesse processo. Condições relacionadas à renda, educação, trabalho, moradia, alimentação, segurança, acesso aos serviços e redes de apoio podem influenciar diretamente os resultados de saúde. Dessa maneira, uma assistência que ignore os determinantes sociais pode limitar sua capacidade de produzir resultados sustentáveis, especialmente entre grupos socialmente vulnerabilizados (NOVILLA *et al.*, 2023).

Diante desse cenário, torna-se relevante discutir como as dimensões física, mental e social podem ser articuladas na organização do cuidado. A presente revisão busca contribuir para essa reflexão, considerando evidências científicas recentes e a necessidade de modelos assistenciais mais humanizados, coordenados e centrados nas necessidades das pessoas.

OBJETIVO

Analisar, por meio de revisão bibliográfica, a importância da integração das dimensões física, mental e social na compreensão da saúde e na organização de práticas de cuidado centradas na pessoa.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão bibliográfica de caráter descritivo e analítico, desenvolvida a partir da consulta a artigos científicos publicados a partir de 2022. A busca foi orientada por estudos relacionados aos temas saúde integral, cuidado integrado, saúde física, saúde mental, determinantes sociais da saúde, atenção primária e abordagem centrada na pessoa.

Foram elencados artigos científicos publicados entre 2022 e 2026, priorizando estudos de revisão sistemática, revisão de escopo, revisão integrativa e trabalhos conceituais relacionados diretamente ao tema. Também foram utilizados documentos técnicos da Organização Mundial da Saúde publicados a partir de 2022, devido à sua relevância para a formulação de políticas e práticas de saúde.

Entre os critérios de inclusão foram considerados: artigos publicados em periódicos científicos; trabalhos disponíveis em bases científicas reconhecidas; publicações a partir de 2022; estudos relacionados à integração entre dimensões física, mental e/ou social da saúde; e pesquisas que contribuíssem para a compreensão do cuidado integral. Foram excluídos estudos sem relação direta com o objeto da revisão, publicações duplicadas e materiais que não apresentassem contribuição teórica ou científica pertinente ao tema.

A análise foi realizada de forma qualitativa, buscando identificar convergências entre os estudos quanto à concepção de saúde integral, à integração dos serviços, à saúde mental, aos determinantes sociais e à centralidade da pessoa no cuidado.

A saúde como fenômeno multidimensional

A literatura recente evidencia uma mudança progressiva de uma concepção biomédica e fragmentada para uma perspectiva mais ampla da saúde. A chamada Whole Person Health ou saúde da pessoa em sua integralidade propõe considerar diferentes dimensões que contribuem para o estado de saúde e para o bem-estar. Revisão de escopo publicada por DiGiuseppi *et al.* (2025) identificou domínios físicos, mentais, sociais, ambientais, espirituais, socioeconômicos e individuais como componentes recorrentes nos modelos de saúde integral.

Essa perspectiva é particularmente importante porque o estado de saúde não pode ser explicado somente por alterações orgânicas. A maneira como uma pessoa percebe sua saúde, estabelece relações, trabalha, participa da comunidade, enfrenta situações de estresse e acessa recursos sociais pode modificar significativamente sua experiência de saúde e doença. Gold *et al.* (2025), ao revisarem instrumentos de avaliação da saúde integral, identificaram categorias relacionadas ao corpo e à mente, aos relacionamentos, ao ambiente e às condições financeiras, além da participação nas atividades da vida cotidiana.

Assim, a integralidade pressupõe reconhecer que diferentes dimensões não funcionam de maneira independente. Um problema físico pode afetar a saúde mental e a vida social, enquanto dificuldades econômicas, isolamento social ou sofrimento psicológico podem comprometer hábitos de saúde, adesão ao tratamento e utilização dos serviços.

Relação entre saúde física e saúde mental

A relação entre saúde física e mental constitui um dos principais fundamentos para a construção de modelos integrados de atenção. Pessoas com transtornos mentais podem apresentar maior vulnerabilidade a doenças físicas, enquanto condições crônicas podem aumentar o risco de sofrimento psicológico, ansiedade, depressão e redução da qualidade de vida. A Organização Mundial da Saúde ressalta que pessoas com condições graves de saúde mental apresentam maior mortalidade prematura, frequentemente associada a doenças físicas preveníveis (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2022).

Nesse sentido, a separação rígida entre serviços de saúde física e mental pode produzir lacunas no cuidado. Revisão publicada por Oliveira et al. (2023), com participação de pesquisadores brasileiros, destaca a importância da atenção à saúde mental no contexto da atenção primária, reforçando a necessidade de ampliar a capacidade dos serviços gerais de saúde para reconhecer e manejar demandas relacionadas à saúde mental.

Modelos de cuidado integrado apresentam potencial para ampliar o acesso e melhorar a coordenação da assistência. Uma revisão de escopo publicada por

Isaacs e Mitchell (2024) identificou diferentes modelos de integração da saúde mental na atenção primária e destacou fatores relacionados à implementação, como trabalho em equipe, capacitação, comunicação e organização dos serviços.

Além disso, revisão recente sobre a integração do cuidado físico para adultos com transtornos mentais graves identificou melhorias principalmente no acesso à atenção primária e na realização de ações preventivas em modelos integrados, embora alguns resultados clínicos ainda apresentem evidências heterogêneas. Esses achados reforçam que a integração requer planejamento, coordenação e acompanhamento longitudinal (AMBREEN *et al.*, 2025).

A dimensão social e os determinantes da saúde

A dimensão social representa um componente fundamental da saúde integral. As condições nas quais as pessoas nascem, crescem, estudam, trabalham, envelhecem e estabelecem suas relações influenciam suas oportunidades de alcançar melhores condições de saúde. Entre esses fatores encontram-se estabilidade econômica, educação, segurança alimentar, habitação, ambiente construído, condições de trabalho e acesso aos serviços de saúde (TODD *et al.*, 2023).

A integração dos determinantes sociais à prática clínica ainda representa um desafio para os sistemas de saúde. Novilla *et al.* (2023) demonstram que os serviços podem desenvolver estratégias para identificar necessidades sociais e articular respostas, porém persistem dificuldades relacionadas à estrutura dos serviços, recursos disponíveis, formação profissional e articulação intersetorial.

A atenção às condições sociais também exige que o cuidado extrapole os limites físicos das unidades de saúde. Questões relacionadas à renda, moradia, educação e redes de apoio podem demandar articulação com assistência social, educação, trabalho, habitação e organizações comunitárias. Portanto, a integralidade requer uma perspectiva intersetorial, na qual diferentes políticas públicas atuem de forma coordenada.

Pourat *et al.* (2023), em revisão sistemática sobre iniciativas de centros de saúde voltadas aos determinantes sociais, ressaltam que esses serviços possuem

papel importante no enfrentamento das desigualdades, especialmente entre populações vulnerabilizadas. Entretanto, a identificação das necessidades sociais precisa estar associada a mecanismos concretos de encaminhamento e acompanhamento para produzir resultados efetivos.

Integralidade e cuidado centrado na pessoa

A abordagem integrada também modifica a relação entre profissionais e usuários. Em vez de concentrar a assistência exclusivamente na doença ou no procedimento, o cuidado centrado na pessoa procura compreender necessidades, expectativas, valores, condições de vida e objetivos individuais.

Herman, Pitcher e Langevin (2024) argumentam que a saúde integral deve ser diferenciada de seus determinantes. Enquanto a saúde integral representa um resultado que se pretende promover ou preservar, seus determinantes incluem fatores individuais, sociais, ambientais e comportamentais sobre os quais as intervenções podem atuar.

Essa distinção é relevante para a prática profissional porque permite avaliar não apenas indicadores de doença, mas também aspectos relacionados ao funcionamento, à autonomia, ao bem-estar e à participação social. Vogt et al. (2024) destacam a necessidade de ampliar a avaliação dos resultados em saúde para contemplar dimensões que ultrapassem os indicadores tradicionais de doença e utilização dos serviços.

Gold *et al.* (2025) reforçam que instrumentos de avaliação da saúde integral devem buscar compreender aquilo que é significativo para a própria pessoa, incluindo aspectos físicos, emocionais, relacionais, ambientais e funcionais. A utilização dessas perspectivas pode favorecer uma assistência mais individualizada e alinhada às necessidades reais dos usuários.

Atenção primária como espaço privilegiado para a integração

A atenção primária possui posição estratégica na construção de um modelo integrado porque acompanha os indivíduos ao longo do tempo, conhece o território e

possui potencial para articular ações de promoção, prevenção, tratamento e reabilitação.

A integração da saúde mental à atenção primária pode facilitar a identificação precoce de problemas, reduzir barreiras de acesso e ampliar a continuidade do cuidado. Oliveira *et al.* (2023) apontam que a atenção primária constitui espaço importante para o desenvolvimento de práticas de saúde mental, especialmente quando há organização do trabalho em equipe e articulação com outros pontos da rede.

A integração também pode favorecer a utilização mais racional dos recursos disponíveis. Ao estabelecer fluxos de referência e contrarreferência, compartilhar informações e promover comunicação entre profissionais, os serviços podem reduzir duplicidades e evitar que o usuário precise percorrer diferentes setores sem coordenação adequada.

Matos *et al.* (2024), em revisão abrangente sobre a integração entre serviços de saúde e assistência social, identificaram que modelos integrados podem produzir benefícios relacionados à coordenação e à experiência do usuário, embora sua implementação dependa de condições organizacionais, recursos, liderança e articulação entre instituições.

Desafios para a implementação da abordagem integrada

Apesar dos benefícios potenciais, a integração das dimensões física, mental e social enfrenta obstáculos importantes. Entre eles destacam-se a fragmentação institucional, insuficiência de recursos, dificuldades de comunicação entre profissionais, formação predominantemente especializada e ausência de mecanismos efetivos de compartilhamento de informações.

Outro desafio consiste na definição de indicadores capazes de avaliar adequadamente os resultados de uma abordagem integral. DiGuseppi *et al.* (2025) identificaram que ainda não existe consenso sobre um instrumento único capaz de mensurar adequadamente todos os domínios da saúde integral. Os autores defendem que avaliações futuras considerem, pelo menos, dimensões físicas, mentais, sociais e outras dimensões relevantes para o contexto do indivíduo.

A integração também exige mudança cultural nas organizações de saúde. Não basta criar novos serviços ou protocolos; é necessário estimular práticas colaborativas, comunicação interdisciplinar e corresponsabilização pelo cuidado. Estudos sobre implementação de modelos integrados destacam a importância do trabalho em equipe, da liderança institucional e do suporte organizacional para a sustentabilidade das mudanças (AMBREEN *et al.*, 2025).

Outro aspecto importante é a participação dos próprios usuários. Uma abordagem integral não deve apenas reunir informações clínicas, mas compreender como a pessoa percebe sua saúde, quais são suas prioridades e quais condições favorecem ou dificultam seu bem-estar. Dessa forma, o usuário passa de objeto da intervenção para participante ativo do processo de cuidado.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A revisão da literatura evidencia que a saúde deve ser compreendida como um fenômeno multidimensional, no qual os aspectos físicos, mentais e sociais encontram-se profundamente inter-relacionados. A manutenção do bem-estar não depende exclusivamente da prevenção e do tratamento de doenças, mas também das condições de vida, das relações sociais, da saúde mental, da autonomia, da participação comunitária e do acesso a recursos que favoreçam uma vida saudável.

Os estudos publicados a partir de 2022 reforçam a necessidade de superar modelos fragmentados de atenção e desenvolver práticas orientadas para a pessoa em sua integralidade. A literatura demonstra que a integração entre saúde física e mental, associada à consideração dos determinantes sociais, pode favorecer a continuidade do cuidado, a prevenção de agravos e a qualidade da assistência.

A atenção primária apresenta papel estratégico nesse processo por sua proximidade com os indivíduos, famílias e territórios. Entretanto, para que a integralidade seja efetivamente alcançada, são necessárias redes de atenção articuladas, equipes multiprofissionais, comunicação adequada, formação permanente, participação dos usuários e integração com outros setores das políticas públicas.

Identifica-se, portanto, que a abordagem integrada da saúde não deve ser entendida apenas como uma estratégia assistencial, mas como um princípio organizador das práticas de cuidado. A articulação das dimensões física, mental e social permite compreender o indivíduo de maneira mais ampla e pode contribuir para a construção de sistemas de saúde mais humanizados, equitativos, resolutivos e orientados para a promoção do bem-estar.

REFERÊNCIAS

AMBREEN, M. *et al.* **Strengthening the delivery of integrated physical health care for adults experiencing serious mental illness: a scoping review of interventions in mental health settings.** *Frontiers in Health Services*, v. 5, 2025.

DIGUISEPPI, G. *et al.* **Measuring Whole Person Health: a scoping review.** *Journal of Integrative and Complementary Medicine*, v. 31, n. 8, p. 684-704, 2025. DOI: 10.1089/jicm.2024.0817.

GOLD, S. B. *et al.* **How are you doing really? A review of whole person health assessments.** *Milbank Quarterly*, v. 103, n. 1, p. 205-241, 2025.

ISAACS, Anton N.; MITCHELL, Eleanor K. L. **Mental health integrated care models in primary care and factors that contribute to their effective implementation: a scoping review.** *International Journal of Mental Health Systems*, v. 18, n. 1, p. 1-16, 2024

MATOS, R. C. *et al.* **Implementation and impact of integrated health and social care services: an umbrella review.** *Public Health*, v. 45, n. 1, p. 14-29,

NOVILLA, M. L. B. *et al.* **Integrating social care into healthcare: a review on applying the social determinants of health in clinical settings.** *International Journal of Environmental Research and Public Health*, v. 20, n. 19, p. 6873, 2023.

OLIVEIRA, J. L. *et al.* **Mental health care in primary health care: an integrative review.** *Archives of Psychiatric Nursing*, v. 44, p. 329-337, 2023.

POURAT, Nadereh *et al.* **A systematic literature review of health center efforts to address social determinants of health.** *Medical Care Research and Review*, Thousand Oaks, v. 80, n. 3, p. 255-265, 2023.

TODD, D. B. *et al.* **Social determinants of health: an overview for the primary care provider.** *Primary Care: Clinics in Office Practice*, 2023.

VOGT, D. *et al.* **Measuring the well-being of the whole person in clinical care, health research, and population health evaluation: findings and recommendations from the XVIII Veterans Health Administration State of the Art Meeting.** *Medical Care*, v. 62, n. 12 Suppl. 1, p. S4-S12, 2024.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **World mental health report:** transforming mental health for all. Geneva: WHO, 2022.