



**ESCOLA DE SAÚDE E FORMAÇÃO COMPLEMENTAR DO EXÉRCITO**

**1º Ten Al Med. GERSON BARCELAR DO NASCIMENTO**

**1º Ten Al Enf. JÚLIA KRÁS PAULO MAGNUS**

**1º Ten Al Med. KAORI TAGA NAGASAWA**

**1º Ten Al Enf. NÚBIA CAROLINE CARVALHO RÊGO**

**1º Ten Al Med. PATRÍCIA LIMA AMARAL**

**SAÚDE MENTAL NAS ESCOLAS MILITARES:  
ANÁLISE DE ESTRATÉGIAS DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL NO  
EXÉRCITO BRASILEIRO**

**SALVADOR**

**2024**



## **ESCOLA DE SAÚDE E FORMAÇÃO COMPLEMENTAR DO EXÉRCITO**

**1º Ten Al Med. GERSON BARCELAR DO NASCIMENTO**

**1º Ten Al Enf. JÚLIA KRÁS PAULO MAGNUS**

**1º Ten Al Med. KAORI TAGA NAGASAWA**

**1º Ten Al Enf. NÚBIA CAROLINE CARVALHO RÊGO**

**1º Ten Al Med. PATRÍCIA LIMA AMARAL**

### **SAÚDE MENTAL NAS ESCOLAS MILITARES: ANÁLISE DE ESTRATÉGIAS DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL NO EXÉRCITO BRASILEIRO**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Escola de Saúde e Formação Complementar do Exército como requisito parcial para a obtenção do grau de especialização em Aplicações Complementares às Ciências Militares

Orientador: Major Tiago **de Faria**

**SALVADOR**

**2024**

Saúde mental nas escolas militares: análise de estratégias de promoção da saúde mental no Exército Brasileiro/ Gerson Barcelar do Nascimento... [et al.]. - Salvador, 2024.

29 f. : 27,9 cm.

Trabalho de Conclusão de Curso (especialização).- Escola de Saúde e Formação Complementar do Exército, Salvador, 2024.

Orientador: Maj Tiago de Faria.

1. Saúde mental. 2. Exército Brasileiro. 3. Escolas Militares. I. do Nascimento, Gerson Barcelar. II. Título.

CDD 355.3

**1º Ten AI Med. GERSON BARCELAR DO NASCIMENTO**

**1º Ten AI Enf. JÚLIA KRÁS PAULO MAGNUS**

**1º Ten AI Med. KAORI TAGA NAGASAWA**

**1º Ten AI Enf. NÚBIA CAROLINE CARVALHO RÊGO**

**1º Ten AI Med. PATRÍCIA LIMA AMARAL**

**SAÚDE MENTAL NAS ESCOLAS MILITARES:  
ANÁLISE DE ESTRATÉGIAS DE PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL NO EXÉRCITO  
BRASILEIRO**

Trabalho de Conclusão de Curso  
apresentado à Escola de Saúde e  
Formação Complementar do Exército  
como requisito parcial para a  
obtenção do grau de especialização  
em Aplicações Complementares às  
Ciências Militares.

Aprovado em 01 / 10 / 2024

COMISSÃO DE AVALIAÇÃO



**Tiago de Farja – Maj**

Escola de Saúde e Formação Complementar do Exército  
Presidente



**Jeremias Romualdo Alves – Cap**

Escola de Saúde e Formação Complementar do Exército  
Membro



**Jorge Luiz Vicente Correa – 1º Ten**

Escola de Saúde e Formação Complementar do Exército  
Membro

## RESUMO

Este trabalho analisa as estratégias de promoção da saúde mental nas escolas militares do Exército Brasileiro (EB), com foco na prevenção do suicídio e no bem-estar psicológico dos alunos. O estudo investiga como o Exército Brasileiro, caracterizado por disciplina rígida e alta exigência, implementa programas de apoio emocional, incluindo o uso de cadernetas que auxiliam os comandantes nos diversos níveis de comando a propagar as ideias de prevenção, posvenção e relações interpessoais que possam amenizar essa temática tão importante, que funcionam como ferramentas de acompanhamento psicossocial em conjunto com a Diretoria de Assistência ao Pessoal (DAP). Os resultados revelam que, apesar da existência de políticas voltadas à saúde mental e à prevenção do suicídio, ainda há desafios consideráveis na sua aplicação devido ao estigma em torno das questões psicológicas, a dificuldade em saber o que se passa na vida pessoal do indivíduo e a falta de conhecimento por parte dos alunos sobre essa temática. Conclui-se que o fortalecimento dessas estratégias exige a adoção de abordagens mais integradas, a sensibilização contínua dos envolvidos, a ampliação do suporte especializado, e a necessidade de implantação de carga horária específica destinada à saúde mental nas escolas, visando à uma formação que promova tanto a excelência acadêmica quanto o equilíbrio emocional dos futuros líderes militares.

**Palavras-chave:** Saúde mental. Escolas militares. Exército Brasileiro. Prevenção do suicídio. Promoção da saúde.

## ABSTRACT

This paper analyzes mental health promotion strategies in Brazilian Army (EB) military schools, focusing on suicide prevention and the psychological well-being of students. The study investigates how the Brazilian Army, characterized by strict discipline and high demands, implements emotional support programs. This includes the use of notebooks that help commanders at various levels disseminate ideas related to prevention, postvention, and interpersonal relations, aiming to address this crucial issue. These notebooks serve as psychosocial monitoring tools in conjunction with the Directorate of Personnel Assistance (DAP). The results reveal that, despite the existence of policies focused on mental health and suicide prevention, there are still significant challenges in their implementation. These challenges include the stigma surrounding psychological issues, difficulty in understanding individuals' personal lives, and a lack of awareness among students about these topics. It is concluded that strengthening these strategies requires adopting more integrated approaches, continuous awareness-raising among those involved, expanding specialized support, and implementing specific training hours dedicated to mental health in schools. This aims to foster both academic excellence and emotional balance in future military leaders.

**Keywords:** Mental health. Military schools. Brazilian Army. Suicide prevention. Health promotion.

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO.....</b>	
1.1 PROBLEMA.....	
1.2 OBJETIVOS.....	
<b>1.2.1 Objetivo Geral.....</b>	
<b>1.2.2 Objetivos Específicos.....</b>	
1.3 JUSTIFICATIVAS.....	
<b>2. REVISÃO DE LITERATURA.....</b>	
2.1 VISÃO GERAL DA SAÚDE MENTAL NO BRASIL.....	
2.2 PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL NO EXÉRCITO BRASILEIRO.....	
2.3 O SUICÍDIO NO BRASIL E NO EXÉRCITO BRASILEIRO.....	
2.4 PROGRAMA DE VALORIZAÇÃO DA VIDA (PVV).....	
2.4.1 Prevenção ao suicídio e à automutilação.....	
2.4.2 Pergunte, Escute e Leve.....	
2.4.3 Fortalecimento da Família Militar.....	
2.4.4 Prevenção a Dependência Química.....	
2.4.5 Posvenção à tentativa ou à morte por suicídio.....	
2.4.6 Janeiro Branco.....	
2.4.7 Setembro Amarelo.....	
<b>3 METODOLOGIA.....</b>	
<b>4 RESULTADOS E DISCUSSÃO.....</b>	
<b>5 CONCLUSÃO.....</b>	
<b>REFERÊNCIAS.....</b>	
<b>APÊNDICE.....</b>	<b>28</b>

## 1 INTRODUÇÃO

A saúde consiste no completo bem-estar físico, mental e social do indivíduo (WHO, 2022). Ainda de acordo com a World Health Organization (2017), no mundo, um quantitativo elevado de pessoas apresenta algum tipo de transtorno mental. Estima-se que 4,4% das pessoas sofrem de transtorno depressivo e 3,6% de transtorno de ansiedade, indicando uma tendência de crescimento desses agravos. Já no Brasil, segundo a WHO (2022), 86% dos brasileiros são afetados pelos referidos transtornos, e o país ocupa o 4º lugar entre os países da América Latina com maior crescimento anual de suicídios (Araújo; Torrentté, 2023).

A problemática dos transtornos mentais transcende o campo civil e se estende aos âmbitos militares. Um estudo realizado por Martins e Kuhn (2013) identificou a prevalência de 43,6% de transtornos mentais comuns entre jovens brasileiros recém-incorporados ao Serviço Militar Obrigatório. Isso decorre da modificação na vida e rotina desses indivíduos recém-ingressos no âmbito militar, referente ao sono, adaptação ao novo ambiente, treinamentos intensos que exigem do físico e mental.

Assim, verifica-se a importância dos transtornos mentais, pelos efeitos diretos que provocam e os impactos que produzem na qualidade de vida e de saúde das populações afetadas, uma vez que estão associadas a maior frequência e gravidade das doenças crônicas, ao aumento do absenteísmo no trabalho e ao excesso de incapacidades. Na caserna, reflete diretamente na diminuição da combatividade da força, devido aos afastamentos e baixo desempenho. Desta forma, torna-se extremamente relevante a necessidade de programas voltados à saúde mental e a abordagem nas Organizações Militares (Araújo; Torrentté, 2023).

Logo, a promoção da saúde mental nas escolas militares é essencial não apenas para o bem-estar dos alunos durante sua formação, mas também para o desenvolvimento de oficiais e praças mais resilientes e preparados emocionalmente para enfrentar os desafios de suas futuras carreiras militares. Nesse sentido, busca-se analisar estratégias de Promoção à Saúde Mental no âmbito do Exército Brasileiro e sugerir formas de abordá-las nas escolas de formação.

## 1.1 PROBLEMA

Nas últimas décadas, a saúde mental tem ganhado crescente atenção como um componente fundamental para o desenvolvimento integral dos indivíduos. No entanto, em ambientes educacionais de alta pressão, como as escolas militares do Exército, a promoção da saúde mental entre os alunos ainda parece carecer de atenção proporcional à sua importância. Embora essas instituições tenham como objetivo formar cidadãos íntegros, focados em valores éticos, disciplina e preparo físico, as estratégias voltadas para o bem-estar emocional e psicológico são limitadas ou pouco difundidas. A escassez de programas estruturados de apoio psicossocial pode contribuir para o aumento de sintomas de ansiedade, depressão e outros transtornos mentais entre os alunos, os quais, em muitos casos, não encontram espaço adequado para expressar ou buscar apoio.

A ausência de iniciativas robustas voltadas à saúde mental pode ser explicada pela prioridade dada aos aspectos acadêmicos e disciplinares no currículo das escolas do Exército, bem como pela manutenção de um estigma cultural associado à busca por ajuda psicológica nesses ambientes. No entanto, em um cenário de crescente preocupação com o bem-estar de jovens e adolescentes, a necessidade de difundir estratégias eficazes de promoção de saúde mental entre os alunos torna-se cada vez mais relevante. Sem essas ações, corre-se o risco de negligenciar um aspecto essencial para a formação plena dos indivíduos, o que pode comprometer não apenas seu desempenho escolar, mas também sua qualidade de vida.

Diante desse contexto, como as estratégias de saúde mental nas escolas do Exército podem ser desenvolvidas e implementadas de maneira mais eficaz? Qual é a importância de difundir tais estratégias entre os alunos para garantir seu bem-estar e seu desenvolvimento integral? A carência de programas estruturados justifica a necessidade urgente de estudos que explorem tanto as limitações atuais quanto as possíveis soluções para a promoção de um ambiente educacional mais saudável e inclusivo.

## 1.2 OBJETIVOS

### 1.2.1 Objetivo Geral

Descrever quais estratégias voltadas à saúde mental disponibilizadas pelo Exército Brasileiro e sugerir formas de abordá-las no contexto das Escolas de Formação.

### 1.2.2 Objetivos Específicos

- Apresentar quais estratégias voltadas à saúde mental disponibilizadas pelo Exército Brasileiro.
- Expor os programas relacionados à prevenção ao suicídio no Exército Brasileiro.
- Propor medidas de abordagem da promoção da saúde mental nas escolas de formação militar do Exército Brasileiro.

## 1.3 JUSTIFICATIVAS

No decorrer dos últimos anos o mundo passou por muitas mudanças e experimentou situações que outrora eram inimagináveis: pandemias, grandes catástrofes, crises financeiras, reorganizações sociais e alterações comportamentais. A Organização Mundial da Saúde (2022) em seu Relatório Mundial de Saúde Mental cita fatores intrínsecos e extrínsecos determinantes de saúde mental, além de relacionar o fator estresse com a vulnerabilidade individual.

Sabe-se que muitos são os fatores que podem levar o indivíduo ao desenvolvimento ou agravamento de seu estado mental, todavia, as pessoas não respondem da mesma maneira aos estímulos externos, existem pessoas mais resilientes que mesmo expostas a elevado estímulo mantêm-se inabaláveis, e outras que com mínimos estímulos são afetadas de forma extrema (Cury, 2001).

Os indivíduos que compõem a tropa são pertencentes à sociedade e não somente ao meio militar em que trabalham, logo são reflexos da sociedade em que vivem, a qual nos últimos anos passou por mudanças que levaram ao agravamento de sua sanidade.

Logo, com este trabalho será possível identificar o que o Exército Brasileiro possui a respeito do tema e como ele vem enfrentando a questão da saúde mental na tropa, além de identificar possíveis fragilidades na atual estratégia de enfrentamento, desta forma propor uma possível intervenção em um problema que se mostra crescente na sociedade, tanto pelos seus números, como pelo valores investidos na condução dos casos.

## 2. REVISÃO DE LITERATURA

### 2.1 VISÃO GERAL DA SAÚDE MENTAL NO BRASIL

Os transtornos mentais são um grupo de doenças que causam muito sofrimento aos pacientes e familiares que convivem com essas pessoas. Às vezes, na tentativa de dar fim a essa dor, enxergam o suicídio como sendo o escape dessa constante agonia e desespero. Acredita-se que o diagnóstico dos transtornos mentais ainda é subdiagnosticado, como a depressão, mesmo na atenção primária, que é a principal porta de entrada na rede de assistência (Häfele *et al.*, 2023).

Segundo Teixeira (2018), a dinâmica de diversos fatores de risco em um indivíduo vulnerável ocasiona o surgimento de uma dor psíquica que pode atingir intensidade intolerável, impedindo-o de enxergar outra possibilidade para sua interrupção que não seja antecipar o próprio fim.

O Ministério da Saúde notificou, no período de abril de 2023 a abril de 2024, mais de 275 mil internações devido a agravos mentais e comportamentais. As faixas etárias em período produtivo para o mercado de trabalho (de 15 a 59 anos) são as mais acometidas, com 240.785 internações, o que corresponde a 87,5%. A Tabela 1 apresenta informações, por região e faixa etária, dentro do período supracitado, acerca de transtornos mentais e comportamentais.

Tabela 1 – Internações por transtornos mentais e comportamentais por região e faixa etária

Região	≤ 1 ano	1 - 9 anos	10 - 14 anos	15 - 39 anos	40 - 59 anos	60 - 79 anos	≥ 80 anos	Total
Norte	5	36	222	7.191	3.446	730	56	11.686
Nordeste	22	154	859	24.862	17.162	3.678	575	47.312
Sudeste	60	381	1.870	56.923	39.177	10.539	1.321	110.271
Sul	7	268	2.197	44.702	30.591	8.357	614	86.736
Centro-Oeste	15	180	447	10.063	6.668	1.552	221	19.146
<b>Total</b>	<b>109</b>	<b>1.019</b>	<b>5.595</b>	<b>143.741</b>	<b>97.044</b>	<b>24.856</b>	<b>2.787</b>	<b>275.151</b>

Fonte: Ministério da Saúde, 2024.

As mais de 275 mil internações, nesse período de um ano, custaram mais de 333 milhões de reais aos cofres públicos. As faixas etárias em período produtivo para o mercado de trabalho (de 15 a 59 anos) foram responsáveis por mais de 276 bilhões de reais, o que corresponde a 82,9 % do custo total. A Tabela 2 apresenta

informações, por região e faixa etária, dentro do mesmo período, acerca dos custos com as internações por transtornos mentais e comportamentais.

Tabela 2 – Custo com internações por transtornos mentais e comportamentais por região e faixa etária (em reais)

Região	≤ 1 ano	1 - 9 anos	10 - 14 anos	15 - 39 anos	40 - 59 anos	60 - 79 anos	≥ 80 anos	Total
Norte	2.685,34	30.027,00	315.280,07	2.501.901,31	1.679.420,50	449.780,89	15.271,82	4.994.366,93
Nordeste	28.028,20	42.925,55	2.384.322,70	36.709.875,87	31.285.695,72	4.907.324,73	807.963,8	76.166.136,57
Sudeste	82.323,67	211.477,60	4.719.036,95	46.258.252,60	51.849.155,89	17.392.707,19	3.042.318,07	123.555.272,00
Sul	16.880,72	138.899,90	6.551.687,66	42.964.447,25	39.900.872,83	11.063.198,93	859.244,58	101.495.231,80
Centro-Oeste	11.198,87	28.347,08	1.120.973,28	11.932.328,69	11.444.250,81	2.322.117,85	203.159,41	27.062.375,99
<b>Total</b>	<b>141.116,80</b>	<b>451.677,10</b>	<b>15.091.301</b>	<b>14.036.680,570</b>	<b>136.159.395,80</b>	<b>36.135.129,59</b>	<b>4927957,68</b>	<b>333.273.383,30</b>

Fonte: Ministério da Saúde, 2024.

O Ministério da Saúde, por meio do Sistema de Informações Hospitalares do SUS (SIH/SUS), registra em sua base de dados muitas informações, entretanto, o problema e os números devem ser superiores aos registrados, tendo em vista que uma parcela importante dos atendimentos não necessitam de internação, sendo os transtornos mentais, em particular a depressão e ansiedade, muito superiores aos registrados.

Segundo a Associação Brasileira de Psiquiatria, mais de 95% dos casos de suicídio estão relacionados a transtornos mentais, sendo mais comum entre indivíduos com depressão e transtornos por uso de substâncias entorpecentes, como álcool e drogas ilícitas.

[...] as tentativas de suicídio são oficialmente menos registradas, em comparação ao ato consumado. Tal realidade provavelmente decorre da falta de preparo profissional no que se refere à identificação dos fatores predisponentes ao suicídio, de elaboração de ações específicas nos diferentes níveis de atenção à saúde e de adequada notificação. Para viabilizar o correto reconhecimento do risco, é necessária, além de instrumentos voltados a um diagnóstico mais preciso de ideias e de tentativas, a determinação de fatores preditivos e protetores, de modo a facilitar a prevenção (Aguar, 2022).

De acordo com o Ministério da Saúde (2020), a depressão tem grande impacto social devido a sua alta prevalência no Brasil, acometendo em torno de 15,5% da população brasileira. É importante atentarmos que esta doença não é o único fator que leva a ideia suicida, e sim apenas um dos descritos na literatura.

Um fator pouco abordado na literatura é a insatisfação profissional. Garbin *et al* (2020), em seu estudo, evidenciou que 59,81% dos alunos tinham conhecimento

de colegas que disseram frases condizentes à intenção de suicídio. Os relatos dos estudantes denotam grande insatisfação na carreira seguida de comportamento depressivo, sendo que para 45,39%, o curso em que estavam não era a primeira opção.

## 2.2 PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL NO EXÉRCITO BRASILEIRO

A Diretoria de Assistência ao Pessoal (DAP) do Exército Brasileiro (EB), subordinada ao Departamento-Geral do Pessoal (DGP), está continuamente elaborando recursos que auxiliam a família militar a assegurar a qualidade de vida, visto que atua focando na dimensão humana da força terrestre. A DAP possui objetivo de proporcionar o necessário apoio ao militar, servidores civis e dependentes, contribuindo para a integração e a qualidade de vida dos integrantes da família militar (Brasil, 2024f, p. 5).

O Sistema de Assistência Social do EB está intimamente ligado aos projetos que envolvem a saúde mental, pois uma de suas finalidades é promover ações socioassistenciais que garantam o equilíbrio e com isso garantir um estado emocional positivo. Algumas ações como a Valorização da Vida, Apoio à família Militar e Ambiente Seguro são exemplos de ações destinadas à comunidade militar (Brasil, 2024f).

As iniciativas de assistência social no âmbito do EB se constituem das mais variadas formas e estão a serviço da família militar. Os cadernos de orientação são criados a partir de situações cotidianas que podem gerar dificuldades; eles servem como instrumentos para ajudar os militares e seus pares a superar adversidades (Brasil, 2024d).

Além disso, esses materiais abordam diversos temas e apresentam estratégias para lidar com variadas situações. Um exemplo é o Caderno de Orientação “Envelhecimento Ativo e Saudável” que aborda a temática para a terceira idade e destaca a importância da interação social, a busca por atividades prazerosas, a prática de exercícios físicos, a alimentação adequada e os cuidados com a saúde mental (Brasil, 2024a).

A promoção da saúde mental tem sido abordada em diferentes contextos dentro do Exército Brasileiro e a criação de cadernos de orientação, panfletos,

cartilhas, *banners* e vídeos abordam temas como a resiliência frente a problemas enfrentados e fazem com que ações de reconhecimento e mecanismos de autorregulação básicos sejam aplicados (Brasil, 2024d).

Profissionais capacitados instruem os militares sobre os temas que serão abordados de acordo com as orientações do instrumento explicitado para que sejam multiplicadores das atividades e para que consigam identificar as situações que requeiram atendimento especializado (Brasil, 2024d).

Os relacionamentos interpessoais saudáveis são fundamentais para um convívio harmonioso, o projeto do Caderno de Orientação "Meu Canga" (Brasil, 2024b) destaca essa importância e visa contribuir para facilitar as interações e identificar qual o motivo causador do problema do militar auxiliando no processo de comunicação.

Estabelecer conexões se faz importante para um ambiente equilibrado e saudável. Através dos ensinamentos do Caderno de Orientação é possível seguir passos para um aperfeiçoamento da conversação, assim, compreendendo o outro, consegue-se fazer mais por ele (Brasil, 2024b).

Em relação a prevenção a estados mentais de risco enfatiza-se as situações que podem ser encontradas como geradoras de problemas no cotidiano, como percebê-las, compreendê-las e como lidar com as situações para que não sejam mais um fardo e não se tornem problemas mais complexos, visto que administrar as emoções se torna essencial para evitar situações de risco (Brasil, 2024c).

Estratégias para o enfrentamento de situações-problema de saúde mental têm sido elaboradas, o desenvolvimento do Programa de Prevenção e Vigilância em Saúde Mental das Forças Armadas – PPVS MFA visa contribuir para que mais dados sobre o tema sejam obtidos por meio “de um banco de dados unificado para acompanhamento epidemiológico” (Brasil, 2024g, p.1).

O Programa de Prevenção e Vigilância em Saúde Mental das Forças Armadas estabelece diretrizes para a implantação e dá aos atores envolvidos no processo responsabilidades, também determina quais as linhas de ação e acompanhamento para efetivação do programa (Brasil, 2024g).

Dessa maneira os projetos visam contribuir para um melhor bem-estar da população-alvo reconhecendo as singularidades e aplicando conhecimentos e metodologias para o enfrentamento de problemas de saúde mental, já que estes acarretam eventos danosos aos envolvidos e poderiam ser evitados. É essencial

focar na disseminação de informações que busquem compreender os desafios e oferecer soluções práticas para promover o bem-estar (Brasil, 2024d).

### 2.3 O SUICÍDIO NO BRASIL E NO EXÉRCITO BRASILEIRO

Segundo dados da Organização Mundial da Saúde, mais de 700 mil pessoas morrem por ano devido ao suicídio, o que representa uma a cada 100 mortes registradas. Entre 2000 e 2019, nas Américas, as taxas aumentaram 17%, entre os jovens de 15 a 29 anos e aparece como a quarta causa de morte mais recorrente. No Brasil, são 15.507 casos por ano, uma média de 42 suicídios por dia. Para cada suicídio, estima-se que 25 pessoas façam uma tentativa e muitas mais pensam seriamente nele (WHO, 2021).

Enfocando essa problemática dentro do Exército Brasileiro (EB), onde a maior parte de seus recursos humanos são do sexo masculino, jovens e adultos, que representam um potencial grupo de risco, o Exército intensificou em 2023 sua preocupação com o problema do suicídio e implantou através da Portaria nº 460, de 19 de setembro de 2023, do Departamento de Gestão de Pessoas e Coordenação Externa (DGP/C Ex), na qual foi aprovado o Programa de Valorização da Vida (Brasil, 2023h).

### 2.4 PROGRAMA DE VALORIZAÇÃO DA VIDA (PVV)

O Programa de Valorização da Vida (PVV) é o documento que regula o planejamento e a execução das ações socioassistenciais previstas no Plano de Assistência Social do Exército (PASEx) voltadas para o bem-estar e a qualidade de vida da Família Militar. O PVV tem o foco preventivo, com ações voltadas especialmente para a promoção da saúde mental, com o objetivo de prevenir o uso abusivo de álcool e outras drogas e a ocorrência de casos de suicídio.

A atual crise de saúde mental se relaciona ao estilo de vida da sociedade. O modelo de vida contemporâneo tem criado condições para o surgimento e o prolongamento de situações de estresse. Adicionalmente, uma parcela da Família Militar possui desafios adicionais que podem atuar como catalisadores de estados

mentais de risco, como a baixa maturidade biopsicossocial ao processo de adaptação à vida castrense durante o curso de formação e no início da carreira, pelas duras cobranças psicológicas e físicas, pela responsabilidade de cumprir missões e prazos, pelas recorrentes mudanças de moradia exigindo adaptação a diferentes culturas e contextos, o afastamento prolongado do cônjuge, da família e de amigos, o que reduz a rede de apoio existente e a vivência de situações de risco de vida, típicas da profissão militar (Brasil, 2023h).

Diante de tais desafios, o PVV propõe uma abordagem multidisciplinar para o tratamento de transtornos mentais, integrando estratégias preventivas, de acolhimento e “de posvenção” do suicídio capaz de potencializar a atual abordagem terapêutica, através de diversos cadernos de orientação sobre diferentes temas, publicados pela DAP, com o objetivo de auxiliar os comandantes de OM a lidar com esse tipo de problemática em conjunto com as Seções de Assistência Social (SAS) (Brasil, 2023h).

#### **2.4.1 Prevenção ao suicídio e à automutilação**

O caderno de orientação de prevenção ao suicídio e à automutilação tem o objetivo de orientar os integrantes do Sistema de Assistência Social do Exército Brasileiro (SASEx) na execução das ações inseridas no Programa de Valorização da vida (PVV), divulgando informações sobre prevenção, intervenção e posvenção ao suicídio e automutilação, disponibilizando aos militares material informativo do "Meu Canga", realizando palestras informativas sobre prevenção ao suicídio aos integrantes da família militar, divulgando o “Curso de Prevenção e Posvenção do suicídio” para o pessoal de saúde, pessoal de assistência social e elementos de ligação do SASEx e aos demais militares.

Além de disponibilizar, divulgar e difundir a “Capacitação PEL (Pergunte, Escute e Leve)” para elementos de ligação do SASEx e nas Organizações Militares para atuarem como multiplicadores de conhecimento, orientar integrantes das Comissões de Seleção para “identificação de fatores de risco”, implementar nas OM estratégias de intervenção nos casos de ideação ao suicídio e à automutilação e realizar posvenção nos casos de suicídio na OM e junto à família (Brasil, 2023f).

### **2.4.2 Pergunte, Escute e Leve**

O caderno de Capacitação PEL (Pergunte, Escute e Leve) é uma instrução realizada pelo exército para o enfrentamento ao suicídio. O treinamento tem duração de 90 min e tem por objetivos descrever os fatores de risco que contribuem para o suicídio, identificar os sinais de alerta, compreender o método Pergunte, Escute e Leve, definir as etapas do método e descrever o papel que os militares têm na redução e prevenção do suicídio bem como instruir a rede de apoio local para situações emergências e não emergenciais.

A capacitação enfatiza a importância que cada militar tem diante desse assunto, que todos são os importantes para conseguir fazer uma identificação precoce do militar que faz parte do grupo de risco, intervenção eficaz e suporte contínuo para manter a saúde mental e o bem-estar dos militares. O caderno apresenta uma abordagem detalhada do treinamento a ser realizado (Brasil, 2023a).

### **2.4.3 Fortalecimento da Família Militar**

Outra estratégia é o Caderno de Fortalecimento da Família Militar, no qual apresenta programas destinados a apoiar as famílias dos militares, reconhecendo a importância do bem-estar familiar para a eficácia operacional e a moral dos militares.

O objetivo deste Caderno é disponibilizar propostas de ações, bem como materiais de apoio que possam contribuir com o trabalho das Seções de Assistência Social Regional (SAS/R) e seus elementos de ligação nas Organizações Militares (OM) e nas Seções de Veteranos e Pensionistas (SVP), para a promoção do fortalecimento da família militar no Exército Brasileiro. O caderno enfatiza a importância de redes de apoio interfamiliar, as informações sobre comunicação intrafamiliar e a facilitação da integração das famílias ao ambiente militar (Brasil, 2023b).

### **2.4.4 Prevenção a Dependência Química**

O Caderno de Prevenção a Dependência Química tem por finalidade apresentar ferramentas capazes de auxiliar na identificação de comportamentos que

sinalizam quando o uso abusivo de álcool ou outras drogas está acontecendo e destaca a importância de hábitos saudáveis como ferramentas de enfrentamento. O caderno fornece diretrizes para identificar, tratar e apoiar aqueles que possam estar em risco, destacando a importância da educação, intervenção precoce, apoio contínuo e um ambiente de trabalho seguro para a saúde e o bem-estar dos militares.

A DAP divulga materiais informativos de sensibilização e conscientização com o tema “seja dono do seu próprio limite” para prevenção ao uso abusivo de álcool e outras drogas. Nos anexos do caderno, a DAP divulga matérias da referida campanha (Brasil, 2023e).

#### **2.4.5 Posvenção à tentativa ou à morte por suicídio**

A posvenção consiste em ações estruturadas que vêm, após a tentativa ou a morte por suicídio, para promover a recuperação e o alívio de feridas psicológicas dos afetados. A posvenção inclui o apoio aos enlutados como também a assistência àqueles cujo o risco de cometer suicídio aumente nos dias que sucedem o evento suicida. Os esforços de posvenção fortalecem a prevenção ao suicídio por intermédio da assistência psicológica, espiritual e social oferecida aos afetados (Brasil, 2023d).

A colaboração e o apoio dos comandantes às ações conduzidas pelos técnicos do Sistema de Assistência Social do Exército Brasileiro (SASEX) é de suma importância para o atingimento dos objetivos da posvenção, pelo qual o caderno referido apresenta dicas, técnicas e práticas que permitem atingir os seguintes objetivos: 1) Estabelecer uma fundação para o luto e facilitar o processo de cura dos enlutados e da tropa com um todo. 2) Prevenir efeitos negativos oriundos da exposição ao evento suicida, por intermédio da identificação e acompanhamento dos indivíduos com comportamentos de risco, com destaque para os casos de ideação suicida (Brasil, 2023d).

A posvenção da morte por suicídio possui 3 fases com conceitos e ações específicas que auxiliam os comandantes a conduzirem a tropa (Brasil, 2023d).

A primeira, fase de estabilização, deve estabelecer as bases para promover a recuperação e minimizar os riscos associados à morte por suicídio. A princípio,

deve-se realizar a notificação oficial, informar a Cadeia de Comando e a Sessão de Assistência Social. A comunicação da morte por suicídio para os militares da OM requer o trabalho em conjunto e deve ser um anúncio com objetivo de minimizar o risco de imitação e fornecer apoio aos enlutados (Brasil, 2023d).

A segunda, fase de luto, deve-se tornar uma prioridade, ajudar os militares da OM afetados pelo suicídio, identificando quem são eles e os aproximando dos especialistas do Sistema de Assistência Social do Exército Brasileiro (SASEx). Os comandantes devem disponibilizar tempo e local para o luto, a fim de auxiliar seus subordinados a superarem a perda (Brasil, 2023d).

Por último, a fase de crescimento, na qual deve-se enfatizar a realização de atividades que auxiliem o crescimento dos sobreviventes, fortaleçam a coesão da tropa e manifestem uma cultura de busca por ajuda. Alguns exemplos de ações são as conversas individuais (com o canga) e os debates em grupo (dentro da fração) sobre saúde mental. Os esforços desta fase têm o objetivo de fortalecer e manter a coesão das frações e reduzir rumores e/ou falsas narrativas (Brasil, 2023d).

No caso de posvenção da tentativa de suicídio, o comandante deve atuar para manter um clima organizacional capaz de acolher o militar que retorna ao trabalho, demonstrando que ele pertence àquela equipe. As tarefas comumente realizadas pela pessoa que tentou suicídio devem ser reajustadas de acordo com as avaliações psicológicas e recomendações médicas realizadas. O objetivo final é que o indivíduo retorne ao serviço sem restrições, de forma gradual e paulatina. A família e a rede de apoio do militar devem aumentar o apoio e a vigilância nesse período crítico (Brasil, 2023d).

#### **2.4.6 Janeiro Branco**

Outra estratégia de prevenção é o Caderno de Orientações do Janeiro Branco, com o objetivo geral de educar e conscientizar o público-alvo referente aos cuidados com a saúde mental e emocional, apresentando estratégias de enfrentamento, apoio às condições de morbidade dos transtornos mentais e os prejuízos deles decorrentes para a qualidade de vida. Este caderno também lista quais os fatores de proteção e de risco à saúde mental, propõe um plano de ação nas grandes unidades (caminhada, confecção de chamadas no canal “você sabia?”),

nas organizações militares e na seção de veteranos e pensionistas. Além disso, apresenta, nos anexos, modelos de divulgação e *banner* informativos (Brasil, 2023c).

#### **2.4.7 Setembro Amarelo**

Há também o Caderno de Orientações do Setembro Amarelo, como uma relevante oportunidade para informar e conscientizar a Família Militar referente as estratégias do Exército Brasileiro no que tange ao enfrentamento ao suicídio. Este caderno orienta como: divulgar conhecimentos e técnicas para o enfrentamento ao suicídio, divulgar informações sobre as ferramentas de enfrentamento ao suicídio disponibilizadas pela Diretoria de Assistência Pessoal, por intermédio da capacitação Pergunte Escute e Leve e do projeto Meu Canga, e como promover ações de sensibilização sobre o enfrentamento ao suicídio (Brasil, 2023g).

Também apresenta anexos informativos sobre enfrentamento ao suicídio, com um quadro de mitos e fatos; trás um material informativo sobre as ferramentas da DAP, e palestra informativa sobre enfrentamento ao suicídio e estratégias de prevenção e intervenção do Sistema de Assistência Social do Exército Brasileiro (SASEx). Além disso, apresenta um desafio de 30 dias do Setembro Amarelo e cartazes com instruções sobre a ideação suicida, elencando orientações específicas para militares, comandantes e para a família militar (Brasil, 2023g).

### 3 METODOLOGIA

Realizou-se uma revisão integrativa na literatura utilizando os descritores: “saúde mental”, “militar”, “transtorno mental”, nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde e *Scientific Electronic Library Online*, tendo como critérios de inclusão: texto completo, em português, tendo como público-alvo os militares das forças armadas. Além disso, foram consultados manuais federais e portarias disponíveis no site do Exército Brasileiro. Documentos que estabelecem diretrizes fundamentadas para a identificação de sinais de risco, a implementação de medidas de apoio psicológico e a orientação de ações de intervenção imediata, além de promover a formação de multiplicadores de informações. Partindo-se dos resultados encontrados, verificou-se que as publicações referentes a temática são escassas. Logo, identificou-se a necessidade de pesquisar mais sobre o tema, e assim melhor abordar a promoção da saúde mental nesse grupo específico.

Quadro 1 – Cadernos de orientação selecionados para a revisão da literatura

Nº	TÍTULO	METODOLOGIA	AUTOR
1	Caderno de Orientação – Capacitação PEL	Pesquisa documental	BRASIL, 2023
2	Caderno de Orientação – Fortalecimento da Família Militar.	Pesquisa documental	BRASIL, 2023
3	Caderno de Orientação – Janeiro Branco	Pesquisa documental	BRASIL, 2023
4	Caderno de Orientação – Meu Canga	Pesquisa documental	BRASIL, 2024
5	Caderno de Orientação – Posvenção à tentativa ou à morte por suicídio	Pesquisa documental	BRASIL, 2023
6	Caderno de Orientação – Prevenção a Dependência Química	Pesquisa documental	BRASIL, 2023
7	Caderno de Orientação – Prevenção a Estados Mentais de Risco	Pesquisa documental	BRASIL, 2024
8	Caderno de Orientação – Prevenção ao suicídio e à automutilação	Pesquisa documental	BRASIL, 2023
9	Caderno de Orientação – Promoção do Cuidado com a Saúde Mental.	Pesquisa documental	BRASIL, 2024
10	Caderno de Orientação – Setembro Amarelo	Pesquisa documental	BRASIL, 2023

#### 4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

É notório o interesse do exército com o cuidado da saúde mental de seus soldados, visto pela criação dos programas e cadernos de orientação voltados para o tema, todavia, ainda pode-se observar certa limitação na difusão desses conhecimentos, tendo em vista partir do interesse individual a busca por tais informações ou estudo do tema.

De acordo com o Conselho Federal de Medicina (2020), 52,5% dos médicos psiquiatras se concentravam na região Sudeste, talvez a carência de profissionais capacitados para lidar com o problema em questão seja uma das principais barreiras para a adequada condução dos casos, já que a grande maioria dos psiquiatras se encontram na região Sudeste e o exército faz-se presente em todo o território nacional.

Baseado nesta informação, é de extrema importância a criação de estratégias para disseminar o que o exército já tem como ferramenta ao enfrentamento desses transtornos, em especial, os voltados ao enfrentamento do suicídio.

Neste sentido as escolas poderiam ser utilizadas como esse fator multiplicador, a partir da capacitação de seus alunos e treinamento nos programas disponíveis, não somente os profissionais de saúde em si, tendo em vista que a prevenção não depende do profissional de saúde, mas de todos os que rodeiam o indivíduo que apresenta vulnerabilidade ou propensão ao suicídio.

Com a devida formação, seja ela por meio de matéria durante a formação nas academias militares ou atividade extracurricular, o militar recém-egresso estaria apto a difundir o conhecimento e ao ser enviado para todas as regiões do Brasil, ciente da sua importância, alcançaria locais onde a assistência psiquiátrica/psicológica não chega com tanta facilidade, podendo não ser somente um vetor das informações, mas também capaz de identificar possíveis indivíduos que necessitem de assistência.

O Plano de Disciplina (Apêndice I) foi elaborado com objetivo de direcionar o ensino e aprendizagem dos temas relacionados à saúde mental propostos neste trabalho. Para isto, na 1ª unidade, introdução à Saúde Mental, foi sugerida a abordagem da diferença entre saúde e doença mental, com a finalidade de diferenciá-las, e a partir disso, conhecer quais os fatores que podem afetar a saúde

mental e como a escola de formação está relacionada. Esta unidade é importante para que o aluno possa conhecer e identificar sinais que indiquem adoecimento mental, em si e nos outros, bem como, de variáveis que podem influenciar de forma positiva ou negativa, a fim de acentuá-las ou amenizá-las. Como carga horária, acredita-se que seja necessária 1 (uma) hora para a explanação.

Na 2ª unidade, intituladas bases para assistência em Saúde Mental, propõe-se que sejam expostos e discutidos todos os cadernos encontrados no levantamento bibliográfico. Para isso é importante não apenas mostrar que existe um caderno, mas expor suas especificidades, finalidades e estratégias sugeridas. Esta unidade é essencial para que o aluno conheça as medidas utilizadas pelo Exército Brasileiro de promoção à saúde mental e possa ter ferramentas para implementá-las, uma vez que os cadernos fornecem diretrizes práticas para a identificação e prevenção de doenças e a promoção do bem-estar. Ao que se refere a carga horária, sugere-se 2 (duas) horas para a completa abordagem.

## 5 CONCLUSÃO

Ao revisar as diversas literaturas e com base na escassa aplicação prática dos manuais nas escolas, conclui-se que, embora existam políticas e estratégias voltadas para a saúde mental e a prevenção do suicídio, essas ainda são, em grande parte, teóricas, focadas em manuais e cadernos de fácil acesso, porém sem instruções práticas direcionadas para o aluno.

Para fortalecer essas estratégias, é crucial que as escolas do Exército Brasileiro melhorem a prática dessa temática, incluindo uma carga horária específica e incorporando atividades concretas de promoção da saúde mental. O Plano de Disciplina (PLADIS) é uma ferramenta valiosa que pode ser utilizada para incluir esses conteúdos nas disciplinas curriculares, garantindo que o conhecimento sobre saúde mental faça parte da formação dos alunos.

Além disso, a capacitação dos alunos nas escolas de formação é vital, pois eles se tornam multiplicadores dessas informações ao serem designados para outras Organizações Militares. A difusão desse conhecimento nos mais diversos contextos militares não apenas fortalece a cultura de cuidado e prevenção, mas também amplia o impacto das estratégias de saúde mental, contribuindo para um ambiente mais seguro e saudável para todos os integrantes do Exército Brasileiro.

## REFERÊNCIAS

AGUIAR, R. A. *et al.* Tentativa de suicídio: prevalência e fatores associados entre usuários da Atenção Primária à Saúde. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, v. 71, n. 2, p. 133–140, abr. 2022.

ARAUJO, T. M.; TORRENT, M. O. N. Saúde Mental no Brasil: desafios para a construção de políticas de atenção e de monitoramento de seus determinantes. **Epidemiologia e Serviços de Saúde**, Brasília, v. 32, n. 1, e2023098, 2023.

BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. **Caderno de Orientação – Capacitação PEL: Assistência Social do Exército**. DAP, 1ª ed. Brasília, 2023a.

BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. **Caderno de Orientação – Envelhecimento ativo e saudável**. Departamento Geral do Pessoal, 2024a.

BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. **Caderno de Orientação – Fortalecimento da Família Militar**. Assistência Social do Exército. DAP, 1ª ed., 2023b.

BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. **Caderno de Orientação – Janeiro Branco**. Assistência Social do Exército. DAP, 1ª ed., 2023c.

BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. **Caderno de Orientação – Meu Canga**. Departamento Geral do Pessoal, 2024b.

BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. **Caderno de Orientação – Posvenção à tentativa ou à morte por suicídio**. Assistência Social do Exército. DAP, 1ª ed., 2023d.

BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. **Caderno de Orientação – Prevenção a Dependência Química**. Assistência Social do Exército. DAP, 1ª ed., 2023e.

BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. **Caderno de Orientação – Prevenção a Estados Mentais de Risco**. Departamento Geral do Pessoal, 2024c.

BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. **Caderno de Orientação – Prevenção ao suicídio e à automutilação**. Assistência Social do Exército. DAP, 1ª ed., 2023f.

BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. **Caderno de Orientação – Promoção do Cuidado com a Saúde Mental**. Departamento Geral do Pessoal, 2024d.

BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. **Caderno de Orientação – Setembro Amarelo**. Assistência Social do Exército. DAP, 1ª ed., 2023g.

BRASIL. Ministério da Saúde. DATASUS. Sistema de Informações Hospitalares (SIH). Disponível em: <http://tabnet.datasus.gov.br/cgi/tabcgi.exe?sih/cnv/fruf.def>. Acesso em: 31 ago. 2024e.

BRASIL. Diretoria de Assistência ao Pessoal. **Conheça a DAP**. Brasil, 1ª ed., 1-50, 2024f.

BRASIL. Ministério da Defesa. **Portaria DGP/C Ex nº 460, de 19 de setembro de 2023**. Aprova o Programa de Valorização da Vida (EB30-P-50.004), 1ª Edição, 2023h.

BRASIL. Ministério da Defesa. **Portaria GM-MD nº 131, de 11 de janeiro de 2024**. Diário Oficial da União, Brasília, DF, seção 1, p. 1, 11 jan. 2024g.

Conselho Federal de Medicina. **Demografia Médica no Brasil 2020**. Conselho Federal de Medicina (CFM) e Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo (FM-USP). 2020. Disponível em: <issue-7ffb4e0ece07869880d51662a2234143.pdf>

CURY, A. J. **Inteligência multifocal**. Edição Padrão. São Paulo: Editora Pensamento-Cultrix Ltda., 2001.

GARBIN, A. J. Í. *et al.* **Insatisfação com o curso e suicídio: saúde mental do estudante de Odontologia**. Archives of Health Investigation, [S. l.], v. 9, n. 3, 2020. DOI: 10.21270/archi.v9i3.4851. Disponível em: <https://www.archhealthinvestigation.com.br/ArchHI/article/view/4851>. Acesso em: 22 jun. 2024.

HAFELE, V.; NOBRE, M.L.; SIQUEIRA, F. V. **Prevalência de transtornos mentais e fatores associados em usuários da Atenção Primária**. Cadernos Saúde Coletiva [online]. 2023, v. 31, n. 3 [Acessado 10 Agosto 2024]. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1414-462X202331030473>>. Epub 13 Out 2023. ISSN 2358-291X. <https://doi.org/10.1590/1414-462X202331030473>.

MARTINS, L.; KUHN, L. **Prevalência de transtornos mentais comuns em jovens brasileiros recém-incorporados ao Serviço Militar Obrigatório e fatores associados**. Ciência e Saúde Coletiva (Impresso), v. 18, p. 1809-1816, 2013. TEIXEIRA, S. M. de O.; SOUZA, L. E. C.; VIANA, L. M. M. O suicídio como questão de saúde pública. **Revista Brasileira em Promoção da Saúde**, [S. l.], v. 31, n. 3, 2018. DOI: 10.5020/18061230.2018.8565. Disponível em: <https://ojs.unifor.br/RBPS/article/view/8565>. Acesso em: 22 jun. 2024.

WHO – World Health Organization. **Suicide worldwide in 2019: Global Health Estimates**. Geneva: World Health Organization, 2021. Disponível em: <https://www.who.int/publications/i/item/9789240026643>. Acesso em: 19 mai. 2024.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Depression and other common mental disorders: Global health estimates**. Geneva: World Health Organization, 2017.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **World mental health report: transforming mental health for all.** Geneva, 2022. Disponível em: <https://iris.who.int/handle/10665/356119>. Acesso em: 19 mai. 2024.

## APÊNDICE I

<b>PLADIS</b>	
<b>DISCIPLINA:</b> Saúde mental	<b>Cg H TOTAL:</b> 3 horas
<b>COMPETÊNCIA PRINCIPAL:</b> Formar militares capazes de promover a saúde mental e identificar possíveis transtornos.	
<b>UNIDADE DE COMPETÊNCIA:</b> Participar de atividades direcionadas à saúde mental. Atuar como multiplicador do tema.	
<b>ELEMENTOS DE COMPETÊNCIAS:</b> Participar de aulas. Expor os cadernos de saúde mental do Exército Brasileiro. Discutir assuntos. Dialogar com os pares.	

<b>UD I: Introdução à Saúde Mental</b>	<b>Cg H: 1</b>		<b>OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM / EIXO TRANSVERSAL</b>
<b>ASSUNTOS</b>	<b>D</b>	<b>N</b>	
a. Saúde mental e doença mental	1	-	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conhecer a diferença entre saúde mental e doença mental (CONCEITUAL).</li> <li>- Conhecer os fatores que podem afetar a saúde mental (CONCEITUAL).</li> <li>- Relacionar os fatores com as escolas de formação (FACTUAL).</li> </ul>

<b>UD II: Bases para a assistência em Saúde Mental</b>	<b>Cg H: 2</b>		<b>OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM / EIXO TRANSVERSAL</b>
<b>ASSUNTOS</b>	<b>D</b>	<b>N</b>	
a. Cadernos de Orientação do Exército Brasileiro	2	-	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Conhecer os tipos de cadernos elaborados pelo Exército Brasileiro (CONCEITUAL).</li> <li>- Abordar a finalidade dos cadernos</li> <li>- Dialogar sobre formas de aplicar os cadernos na prática.</li> </ul>

**REFERÊNCIAS**

- BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. **Caderno de Orientação – Capacitação E: Assistência Social do Exército**. DAP, 1ª ed. Brasília, 2023
- BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. **Caderno de Orientação – Envelhecimento ativo e saudável**. Departamento Geral do Pessoal, 2024.
- BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. **Caderno de Orientação – Fortalecimento da Família Militar**. Assistência Social do Exército. DAP, 1ª ed., 2023
- BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. **Caderno de Orientação – Janeiro Branco**. Assistência Social do Exército. DAP, 1ª ed., 2023
- BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. **Caderno de Orientação – Meu Canga**. Departamento Geral do Pessoal, 2024
- BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. **Caderno de Orientação – Posvenção à tentativa ou à morte por suicídio**. Assistência Social do Exército. DAP. 1ª ed., 2023.
- BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. **Caderno de Orientação – Prevenção à Dependência Química**. Assistência Social do Exército. DAP. 1ª ed., 2023.
- BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. **Caderno de Orientação – Prevenção a Estados Mentais de Risco**. Departamento Geral do Pessoal, 2024.
- BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. **Caderno de Orientação – Prevenção ao suicídio e à automutilação**. Assistência Social do Exército. DAP. 1ª ed., 2023.
- BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. **Caderno de Orientação – Promoção do Cuidado com a Saúde Mental**. Departamento Geral do Pessoal, 2024
- BRASIL. Ministério da Defesa. Exército Brasileiro. **Caderno de Orientação – Setembro Amarelo**