



UNIVERSIDADE LA SALLE

MANGÁS E ANIMES COMO ESTRATÉGIAS DE PSICOEDUCAÇÃO PARA ADOLESCENTES

Henrique Petry Vida¹
Maria de Lourdes Borges²

Resumo:

Este trabalho tem como objetivo analisar como os mangás e animes podem ser utilizados como estratégias de psicoeducação para adolescentes, a partir de uma revisão narrativa da literatura científica recente. A busca foi realizada exclusivamente na base de dados PubMed, com foco em artigos publicados entre 2014 e 2025 que abordassem o impacto dessas mídias no desenvolvimento emocional de adolescentes, o uso de narrativas visuais em contextos psicoeducativos, bem como os processos de identificação mediados por elas. Foram selecionados seis artigos que se alinharam aos critérios de inclusão definidos. Os resultados encontrados evidenciam que, quando utilizados de forma planejada e mediados por profissionais, mangás e animes podem funcionar como ferramentas eficazes no engajamento, no fortalecimento de vínculos e no desenvolvimento emocional dos adolescentes, em consonância com os princípios da psicoeducação. Por outro lado, o consumo não mediado dessas mídias pode estar associado a potenciais riscos, como o reforço de comportamentos agressivos e o agravamento de sintomas de saúde mental. Conclui-se que o uso dessas narrativas em contextos psicoeducativos requer planejamento criterioso e mediação qualificada para potencializar seus benefícios e minimizar eventuais riscos. O estudo contribui para o debate sobre a integração de elementos da cultura pop japonesa em práticas psicoeducativas voltadas ao público adolescente, e aponta a necessidade de novas pesquisas no campo.

Palavras-chave: Psicoeducação, *Mangás*, *Animes*, Adolescentes, Psicologia.

¹ Graduando de psicologia na Universidade La Salle, E-mail henrique.201920099@unilasalle.edu.br e vidahenrique6@gmail.com, Orcid 0009-0000-7320-490X. Trabalho de Conclusão de Curso, Semestre 2025/1.

² Psicóloga, doutora e mestre em Administração. Professora da graduação de Psicologia e do Programa de Pós Graduação em Memória Social e Bens Culturais da Universidade La Salle. E-mail: maria.borges@unilasalle.edu.br e maluborg@gmail.com e Orcid <https://orcid.org/0000-0002-1277-5773>.

Introdução

As formas de arte são conhecidas por interagirem de maneira significativa com a experiência humana. Uma das faixas etárias mais influenciadas pelo consumo de arte são os adolescentes, por conta do meio em que convivem, das mídias que consomem e da alta influência que recebem e absorvem por meio desses ambientes. Dentre os principais e mais consumidos meios de entretenimentos, atualmente, estão os *animes* e *mangás*, conhecidos pelo poder de envolver por completo o leitor em um universo diferente do seu, no qual o mesmo pode vivenciar fantasias e escapar das tensões do cotidiano (Meireles, 2003). Por conta da liberdade artística, estas mídias possuem mais abertura para explorar, de forma lúdica, conceitos importantes para o desenvolvimento de adolescentes, como conflitos, amores, depressão, e transtornos.

Mangas podem ser definidos como histórias em quadrinhos produzidas no Japão, que são lidas da direita para a esquerda, ao contrário do padrão de leitura ocidental, enquanto *animes* podem ser entendidos como adaptações audiovisuais dos mangás (Barros, 2016; Carvalho e Souza, 2023; Urbano e Araujo, 2021). No entanto, existem obras que extrapolam essa definição, como os inúmeros exemplos de *animes* originais que não são oriundos de um material previamente existente, como os filmes de Hayao Miyazaki, co-fundador e diretor do Studio Ghibli (1985).

O início da década de 1990 no Brasil foi marcado pela estreia de *animes* dublados para o português, como Cavaleiros do Zodíaco (1994) e Dragon Ball (1996), lançados no Japão em 1986 e 1989, respectivamente. A transmissão dessas animações em canais abertos acarretou o aumento de consumo de produções nipônicas no Brasil (Carlos, 2010). Desde então, a cultura *otaku* vem sendo cada vez mais disseminada e consumida pelo público jovem, contando com no Brasil e no mundo. Ressalva para o Brasil que, devido à grande colônia japonesa no país, teve em 1984 aberta a primeira associação brasileira de mangás segundo Luyten (2000).

Os consumidores dessas mídias, assim como os que possuem interesse por produtos oriundos das mesmas, são conhecidos como *otaku*, termo cunhado pela primeira vez pelo crítico Nakamori Akio, por meio de um artigo intitulado “Otaku no Kenkyu”, que pode ser traduzido como “Pesquisa

sobre Otakus”, publicado na revista Manga Burikko na década de 1980 (Barros, 2016; Carlos, 2010). Desde então, o termo vem sendo utilizado para denominar, por muitas vezes de maneira pejorativa, adolescentes e jovens adultos fanáticos por computadores e particularidades da cultura popular japonesa, o que acaba por causar prejuízos a suas habilidades sociais (Yamanaka, 2015). Entretanto, no contexto brasileiro este termo não possui uma definição singular, tendo sido ressignificado para além da conotação pejorativa (Barros, 2016; Carlos, 2010; Cobos, 2010). O intuito atual ao utilizar esta palavra é aludir a um grupo de pessoas que partilham o interesse pela cultura nipônica e os elementos culturais advindos dela, tais como os animes e mangás (Batista, Rodrigues, 2024).

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), “A adolescência é a fase da vida entre a infância e a idade adulta, dos 10 aos 19 anos. É uma fase única do desenvolvimento humano e um momento importante para estabelecer as bases de uma boa saúde.” (2012). É um momento crucial para o desenvolvimento humano caracterizado pelo amadurecimento cognitivo, físico e psicossocial. De acordo com Bock (2007), a adolescência deve ser entendida para além de seu aspecto biológico, como uma fase marcada por construções simbólicas e culturais que influenciam a forma como os adolescentes são percebidos e experienciam essa etapa da vida.

Para Vygotsky (1988), o desenvolvimento psíquico durante essa etapa ocorre através da internalização de signos e instrumentos culturais, tais como a linguagem e os símbolos. Os signos e demais estruturas mobilizam emoções, estimulam a imaginação e a ação, por sua vez, como mediadores simbólicos do desenvolvimento psicológico. Os mangás e animes podem ser entendidos como representações contemporâneas de arte e linguagem compartilhada, fazendo parte do repertório cotidiano dos adolescentes. É possível, então, perceber essas obras como influentes no processo de construção e significação da psique adolescente. Sendo assim, a integração destes instrumentos culturais às práticas psicoeducativas, podem se apresentar como estratégias de aproximação e mediação eficazes.

Assim como observado por Guerra et al. (2018), o uso de mídias populares, como as histórias em quadrinhos, pode ser uma estratégia eficiente para abordar questões subjetivas e promover a expressão

emocional entre adolescentes e pré-adolescentes, utilizando o interesse por essas formas de entretenimento para acessar esse público de modo mais significativo. Nesse contexto, a psicoeducação emerge como uma abordagem valiosa no campo da saúde mental, onde a transmissão sistemática de informações visa capacitar os indivíduos a compreenderem melhor seus processos emocionais e comportamentais (Glick et al., 1994).

Diante disso, o presente projeto de pesquisa busca responder à seguinte pergunta norteadora: **Como mangás e animes podem ser utilizados como estratégias de psicoeducação para adolescentes segundo a literatura?** A pesquisa contribui para a discussão sobre a utilização de mídias como instrumentos de aprendizado e desenvolvimento emocional, além de ampliar o conhecimento sobre elementos da cultura japonesa e sua influência no contexto brasileiro.

2. Referencial Teórico

2.1 Adolescência x Saúde Mental

De acordo com a definição proposta pela OMS e pelo Fundo das Nações Unidas para a Infância (Unicef), a adolescência corresponde ao período de desenvolvimento compreendido entre os 10 e 19 anos. Essa etapa é subdividida em duas fases distintas: a adolescência inicial, que abrange dos 10 aos 14 anos, e a adolescência final, que vai dos 15 aos 19 anos. Embora esta definição seja o referencial para entender a adolescência, a psicologia moderna propõe algo mais subjetivo e abrangente, por considerar a complexidade dos fenômenos experienciados nesta fase (Santos, Neto e Koller, 2014). De acordo com essa abordagem moderna, a fase da adolescência é compreendida como um momento-chave no desenvolvimento humano, que marca a transição entre a infância e a adultez. Trata-se de um período de intensas transformações, circundado por adversidades substanciais e construtos socioculturais, elementos que influenciam e direcionam a construção da identidade do indivíduo.

Essas transformações podem ser motivo de grande confusão para adolescentes, desorientação esta que pode ser expressada através de sentimentos e emoções mais intensas, como raiva e ansiedade. Pensando

nesse contexto, se mostra essencial o debate sobre saúde mental, compreendendo sua definição, seus determinantes e implicações, para que seja possível trazer reflexões sobre como abordá-la de maneira eficiente no ambiente escolar, assim como outros ambientes de convívio e interação dos adolescentes.

Admite-se que a concepção tradicional ou generalizada do termo 'saúde mental' por vezes é equivocada, entendendo-o como a ausência de doenças mentais ou sofrimento psíquico, considerando-o somente como um funcionamento "adequado" do sujeito (OMS, 2001). Autores como Pinto et al. (2014) entendem que esta conceituação generalizada desconsidera fatores sociais, históricos e culturais que influenciam diretamente o sofrimento psíquico. Os autores destacam também que fatores como autonomia, competência e reconhecimento da própria capacidade de lidar com os estresses da vida constituem a presença do bem-estar subjetivo. Sendo assim, para fins dessa pesquisa, considera-se a definição de Santos e Silva (2020), que definem 'saúde mental' como um estado dinâmico, construído na interação entre indivíduo e meio, e que pode ser favorecida por práticas educativas e de cuidado que envolvam escuta, vínculo e acolhimento.

Ao abordar a saúde mental de adolescentes, se faz importante destacar as sobreposições de vulnerabilidades que podem agravar o adoecimento mental neste período. Como identificado por Avanci et al. (2007), jovens expostos a violência doméstica, baixa escolaridade dos pais, pobreza e redes de apoio frágeis demonstram maior propensão a desenvolver sintomas internalizantes como ansiedade, depressão e tristeza.

No campo da psicologia social, a identificação grupal dos adolescentes é um conceito central. Marques e Paéz (2010) explicam que, após categorizar a si e aos outros em termos de pertencas grupais, as pessoas tornam-se cientes de suas pertencas grupais por meio da identificação. Essa identificação não é uma variável binária simples; as pessoas podem ter graus variáveis de identificação com certo grupo. Wachelke et al. (2008) afirmam que a identificação com o grupo diz respeito à força de implicação da pertença grupal de um indivíduo para com um grupo ou categoria social.

Kiesner et al. (2002) sugerem que a identificação grupal pode ser concebida em termos de importância subjetiva do grupo para o indivíduo, a

partir de sentimentos de orgulho e envolvimento sentidos para com o grupo. Wachelke (2012) destaca que uma maior identificação está associada à maior efeito, por exemplo, de normas do grupo nas ações individuais que estão sob sua influência.

Estudos como os de Jetten et al. (1997) e Terry e Hogg (1996) evidenciam que a identificação com o grupo pode moderar a intenção de seguir normas grupais; pessoas com alta identificação tendem a seguir normas grupais, enquanto aquelas com baixa identificação, não.

2.2 Mangás e animes x Identificação

Os *mangás* são narrativas ilustradas, provenientes do Japão e constituídos por histórias em quadrinhos, lidas da direita para a esquerda. Para uma melhor contextualização, de acordo com Rocha (2008), a palavra *Mangá* - em uma tradução livre - significa “desenhos engraçados”, e é estruturada por dois ideogramas: “man” (漫) sendo traduzido como “aquilo que não é sério” ou somente “humor” e “ga” (画) que significa “imagem” ou “desenho”. Segundo Morais e Silva (2021), este termo passou a ser comumente utilizado para criar uma diferenciação entre os quadrinhos japoneses e os quadrinhos americanos (Comics), que por sua vez também trazem histórias através de imagens e figuras, com personagens e narrativas em sequência.

Assim como *mangá*, a disseminação global do termo *anime* (oriunda da palavra em inglês *animation*, ou seja, animação) se deu para que fosse possível diferenciar das demais representações, nesse caso, do desenho animado americano (Cartoon) (Morais e Silva, 2021). Os *animes*, geralmente referidos como adaptações audiovisuais dos mangás, exploram temáticas diversas, tal qual seu material de origem, desde contextos da vida cotidiana como no anime *Hajime no Ippo*³ até ciência como no anime *Cells at Work*⁴ ou *Doctor Stone*⁵. Segundo Maquiné (2024), o bullying, desigualdade social, abusos e tirania estão entre os temas abordados nessas mídias. Ainda no

³ Para mais informações, acesse: https://pt.wikipedia.org/wiki/Hajime_no_Ippo

⁴ Para mais informações, acesse: https://pt.wikipedia.org/wiki/Hataraku_Saib%C5%8D

⁵ Para mais informações, acesse: https://pt.wikipedia.org/wiki/Dr._Stone

entendimento da autora, o anime serve como meio de comunicação universal, possuindo potencial para servir de ponto inicial para as mais diversas ideias.

Tanto os *mangás* quanto os *animes*, são divididos em diferentes gêneros (*Kodomo*, *Shōjo*, *Shounen*, *Josei* e *Seinen*), cada um deles com seu público alvo específico, podendo ser subdivididos em faixas etárias como infantil, adolescente e adulto (Morais e Silva, 2021). Para melhor entendimento, veja a tabela abaixo.

Tabela 1: Divisão de gêneros de mangás e animes por características (público alvo e temática), com exemplos e imagens.

Gênero	Características	Exemplos	Imagens
Kodomo	Produções voltadas ao público infantil, com temáticas educativas, lúdicas ou de aventura apropriadas para crianças pequenas.	<i>Hamtaro</i> , <i>Pokémon</i> , <i>Beyblade</i> , <i>Medabots</i>	
Shōjo	Histórias voltadas ao público jovem feminino, geralmente abordam temas como romance, relações interpessoais e, frequentemente, elementos mágicos.	<i>Clannad</i> , <i>Lovely Complex</i> , <i>Zero no Tsukaima</i>	

Shounen	Direcionado ao público jovem masculino; frequentemente apresenta ação, batalhas e superações, mas também pode incluir drama, romance e esportes.	<i>Saint Seiya, Yu Yu Hakusho, Fairy Tail, Naruto, Higashi no Eden</i>	
Josei	Foca-se em experiências de mulheres jovens e adultas, abordando o romance e a vida cotidiana de forma mais realista do que os animes shōjo.	<i>La Corda D'Oro, Yamato Nadeshiko Shichi Henge, Uta no Prince-sama Maji Love 1000%</i>	
Seinen	Aborda temas mais complexos e maduros, geralmente voltados ao público jovem adulto e adulto; inclui violência, dilemas psicológicos e tramas profundas.	<i>Berserk, Monster</i>	

Fonte: Com base em Morais e Silva (2021)

Para além dessas produções, é relevante aprofundar o conhecimento da conceituação de “Otakus”. O termo foi utilizado pela primeira vez na revista Manga Burikko, em 1983, pelo autor Nakamori Akio, para definir e entender a nova juventude que surgia (Barros, 2016; Carlos, 2010). Neste mesmo período, este termo evocava nos japoneses um sentimento negativo, associado aos adolescentes tidos como viciados em computadores e construtos da própria cultura japonesa, por vezes vistos como indivíduos que se mantinham excluídos em seus “casulos”, acarretando inevitavelmente em prejuízos às suas capacidades relacionais (Kinsella, 1998; Yamanaka, 2015; Neto, 2017).

Segundo Alves (2023), no contexto atual, *otaku* passa a ser apropriado e utilizado pelos jovens mundialmente, e, concomitantemente, a palavra

ganha novas características e significados, acarretando na saída dos otakus de uma condição periférica e ganham destaque quando se trata de cultura *pop* japonesa. Seguindo essa linha de raciocínio, pode-se dizer que este termo não possui somente uma definição e que, no contexto brasileiro, se desprende da conotação pejorativa (Barros, 2016; Carlos, 2010; Cobos, 2010).

Com base nisso, é possível entender que, para o presente artigo a intenção ao fazer uso desta palavra no presente, é remeter a um grupo de pessoas que possuem o interesse na cultura *pop* japonesa (Batista, Rodrigues, 2024). Para Alves (2023), os jovens brasileiros que possuem estes interesses, buscam experienciar uma juventude similar a dos *otakus* japoneses e, por consequência disso, acabam criando novos sentidos ao consumir estes produtos culturais por conta do contexto socioespacial em que estão inseridos. Desta forma, ainda sob a visão do autor, se faz evidente que a cultura *otaku* é uma realidade no contexto da juventude do Brasil, se manifestando pelo modo como consomem, se apropriam e ressignificam os subprodutos da cultura nipônica.

Para os autores Santoni (2017) e Alves (2023), um outro ponto importante sobre esses tópicos são os encontros e convenções de anime, e abordam como parte fundamental na disseminação dessa subcultura pelo território nacional. Existem iniciativas grandes, como o *Anime Friends*, que teve sua primeira edição no ano de 2003 e, desde então, acontece anualmente na cidade de São Paulo com um público aproximado de 120 mil pessoas que viajam de toda América Latina para participar. As possibilidades para realização dessas atividades são inúmeras, não se limitam a megaeventos, podendo acontecer também em escolas, centros culturais, praças e demais espaços urbanos. Durante os eventos, ocorrem diversas manifestações diferentes da subjetividade (Santoni, 2017), como competições de cosplay, apresentações de bandas de J-Rock ou J-Pop, coreografias de danças de K-pop, dentre outras.

A autora Silva (2017), define subjetividade como o processo de tornar o que é universal singular, único, isto é, de tornar o indivíduo pertencente ao gênero humano. Assim, ao que tudo indica, a relação dos adolescentes com as narrativas de mangás e animes não se restringe ao consumo de

entretenimento, mas envolve processos de identificação, elaboração simbólica e construção de subjetividades. Considerando essas dimensões, torna-se pertinente explorar de que forma tais produções podem ser integradas a práticas psicoeducativas voltadas ao desenvolvimento emocional de adolescentes.

2.2.1 Mangás, animes e psicoeducação

Animes e mangás fazem parte do universo simbólico e afetivo de muitos adolescentes e vêm sendo cada vez mais reconhecidos como recursos significativos na mediação de experiências subjetivas. Inseridos no cotidiano juvenil. Tais produtos culturais possibilitam a aproximação com conteúdos emocionais e sociais por meio de narrativas que mobilizam identificação, empatia e reflexão. Estudos apontam que a linguagem visual dessas mídias favorece a construção de discursos autorais entre os jovens, permitindo-lhes expressar suas vivências e elaborar sentidos sobre si e o mundo (Carvalho, Souza, 2023; Guerra, Aranha, Vidigal, 2018). De acordo com Morais e Silva (2021), os mangás e animes possuem características narrativas e estéticas que ampliam o potencial de envolvimento do público jovem, favorecendo a internalização de temas complexos de maneira lúdica e acessível. Sendo assim, é relevante investigar de que modo tais mídias podem ser aplicadas na prática psicoeducativa, ampliando seus usos para além do entretenimento.

A psicoeducação, enquanto estratégia aplicada no campo da saúde mental, refere-se à transmissão sistemática de informações que visam capacitar os indivíduos a compreenderem seus sintomas, tratamentos e modos de enfrentamento. Glick et al. (1994) definem-a como uma prática que combina elementos educacionais e terapêuticos, orientada para o fortalecimento da autonomia e da adesão ao cuidado. Nesse sentido, a psicoeducação vai além da simples instrução: promove a apropriação ativa do conhecimento sobre si e sobre o sofrimento psíquico, favorecendo o protagonismo do sujeito no processo de desenvolvimento (Lemes e Neto, 2017).

A eficácia da psicoeducação também está vinculada à escolha adequada dos recursos comunicacionais utilizados. Conforme Brotto (2021), o uso de materiais visuais, auditivos e audiovisuais, como imagens, vídeos, histórias e músicas, contribui significativamente para o engajamento dos participantes, especialmente quando há identificação simbólica com o conteúdo apresentado. No caso de adolescentes, mídias narrativas como animes e mangás podem funcionar como catalisadores do interesse e da participação, justamente por integrarem seu repertório cultural cotidiano (Carvalho, Souza, 2023). Nessa perspectiva, Souza et al. (2021) destacam o papel do lúdico como mediador na expressão emocional e no processo de aprendizagem, permitindo que conteúdos subjetivos sejam acessados de maneira simbólica e menos invasiva. Essa função simbólica das narrativas visuais dialoga diretamente com a perspectiva de Vygotsky (1988), para quem os signos e instrumentos culturais, como a linguagem, as imagens e os elementos artísticos, atuam como mediadores fundamentais do desenvolvimento psicológico.

Corroborando essa perspectiva, Yunes, Fernandes e Weschenfelder (2018) e Weschenfelder, Fradkin e Yunes (2016) evidenciam que o uso de recursos narrativos e da cultura pop pode promover a resiliência emocional e fortalecer competências socioemocionais em crianças e adolescentes. Mesmo quando empregados em contextos escolares (Rodrigues, 2023; Funakura, 2023) ou clínicos, o potencial de animes e mangás como ferramenta psicoeducativa não se limita a esses ambientes. Conforme argumentam Carvalho e Souza (2023), seu uso pode ser estendido a múltiplos contextos de intervenção, incluindo grupos comunitários, projetos sociais, espaços culturais e práticas de educação não formal.

Com base nas evidências discutidas, observa-se que animes e mangás oferecem possibilidades significativas como mediadores psicoeducativos, especialmente em estratégias que buscam promover o desenvolvimento emocional e a resiliência de adolescentes. As potencialidades dessas mídias serão retomadas na análise subsequente, em diálogo com os objetivos deste estudo.

3. Metodologia

O presente estudo configura-se como uma revisão narrativa de literatura, caracterizado pela análise crítica e interpretativa do autor sobre um tema específico sem necessariamente seguir protocolos sistemáticos de busca e seleção de dados (Bernardo et al., 2004; Rother, 2007). A natureza exploratória do tema, associada à escassez de produções acadêmicas que tratem diretamente do uso de mangás e animes em práticas psicoeducativas, justifica a adoção deste tipo de revisão.

A revisão narrativa permite ao autor compreender o estado da arte sobre um determinado assunto, sendo adequada para o desenvolvimento de reflexões teóricas que possam fundamentar práticas em psicologia, especialmente no campo da psicoeducação. Segundo Vosgerau e Romanowski (2014), esse tipo de revisão é útil para mapear o conhecimento existente e identificar lacunas na literatura. Será realizada uma revisão narrativa, articulando este mapeamento com a temática dos mangás e animes, considerada contemporânea. Para esta revisão narrativa, os resultados dos artigos selecionados foram cotejados com a abordagem da psicoeducação.

O objetivo desta revisão foi analisar como mangás e animes têm sido discutidos na literatura em relação ao seu potencial como estratégias psicoeducativas voltadas ao público adolescente, considerando diferentes contextos de uso.

A busca por artigos foi realizada nos meses de março a maio de 2025, tendo como base principal o PubMed, pela sua relevância nas áreas de saúde mental e psicologia.

Os descritores utilizados na busca no PubMed foram: ("anime" OR "manga") AND ("mental health" OR "psychiatric disorders" OR "psychology"). Adotou-se o recorte temporal do período de 2014 a 2025, com a proposta de contemplar publicações recentes, levando em consideração que o uso e relevância dessas mídias como possíveis ferramentas é um tema contemporâneo.

A busca no PubMed resultou em um total de 64 artigos. A partir disso, foi realizada a leitura dos títulos e resumos dos mesmos, foram definidos como critérios de inclusão os estudos que carregassem aspectos

relacionados ao impacto de mangás e animes no desenvolvimento emocional de adolescentes, publicações que aprofundassem o uso de narrativas visuais em contextos de promoção de saúde mental ou em práticas psicoeducativas, bem como aqueles que argumentassem processos de identificação através dessas mídias.

Foram excluídos da análise os artigos cujo foco estivesse limitado a abordagens descritivas ou comerciais (como tendências de consumo ou marketing), estudos que não apresentassem relação direta com aspectos psicológicos, emocionais ou educacionais, além de duplicatas ou publicações que não se enquadram no escopo da revisão.

Após essa triagem, foram selecionados 6 artigos considerados relevantes para os objetivos deste estudo. Esses artigos contemplam temáticas como: a relação entre consumo de animes e subculturas juvenis e seus efeitos na saúde mental (Does anime, idol culture bring depression?); o uso de mangás em intervenções de promoção da saúde e comportamentos (Fight for Your Right to Fruit; Use of health promotion manga); as relações entre subculturas midiáticas e vulnerabilidades emocionais em jovens (Youth Suicide in Japan); intervenções psicoeducativas em formato de mangá (Effects of an Internet-based cognitive behavioral therapy in Manga format); e aspectos comportamentais associados ao consumo de mangás (Just how graphic are graphic novels?).

Reconhece-se que se trata de um campo emergente, com literatura ainda limitada no que diz respeito ao uso direto dessas mídias em práticas de psicoeducação. Por esse motivo, também foram consideradas produções correlatas que abordam dimensões psicossociais, processos de identificação e potenciais educativos dessas narrativas. A comparação dos resultados encontrados com a literatura da psicoeducação permitirá discutir as possibilidades e os desafios no uso dessas mídias como ferramentas complementares no desenvolvimento emocional de adolescentes.

4. Análise

A presente seção analítica inicia apresentando maiores detalhes sobre os seis artigos presentes nesta revisão narrativa, a fim de identificar

contribuições relevantes assim como convergências e divergências para o entendimento do potencial de mangás e animes como ferramentas psicoeducativas no trabalho do psicólogo com adolescentes.

A seguir, um quadro com informações sobre os artigos, contemplando autoria, periódico, título, metodologia e principais resultados obtidos.

Quadro 2: Categorização de artigos analisados, por autores, nome da revista, título, metodologia e principais resultados.

Autores / Ano	Nome da Revista	Título do artigo	Metodologia	Principais Resultados
Liu Y., Liu Y., Wen J. (2022).	Heliyon.	Does anime, idol culture bring depression? Structural analysis and deep learning on subcultural identity and various psychological outcomes.	Mista: Modelagem de Equações Estruturais (SEM) e Redes Neurais Artificiais (Deep Learning).	A identificação com subculturas está associada a sintomas de depressão, ansiedade e agressividade.
Shimazaki et al. (2018).	Archives of Public Health.	Use of health promotion manga to encourage physical activity and healthy eating in Japanese patients with metabolic syndrome: a case study.	Estudo de caso.	O uso de mangás facilitou o envolvimento e entendimento de mensagens de promoção à saúde; registrou aumento na motivação para mudanças comportamentais.
Imataka, G.; Shiraishi, H. (2025).	Diseases (MDPI).	Youth Suicide in Japan: Exploring the Role of Subcultures, Internet Addiction, and Societal Pressures.	Revisão narrativa.	Associa as subculturas ao isolamento social e aumento de riscos de desenvolvimento da depressão e suicídio; Reflexão sobre as subculturas oferecerem suporte assim como isolamento.
Coyne, S. M. et al. (2015).	Violence and Victims.	"Just how graphic are graphic novels?" An examination of aggression portrayals in manga and associations with aggressive behavior	Estudo 1: Análise de conteúdo; Estudo 2: Estudo correlacional com	Reconhece associação de comportamentos agressivos em adolescentes com exposição frequente de

		in adolescents.	adolescentes.	agressividade nos mangás.
Imamura, K. et al. (2014).	PLOS ONE.	Effects of an Internet-based cognitive behavioral therapy (iCBT) program in Manga format on improving subthreshold depressive symptoms among healthy workers: a randomized controlled trial.	Ensaio clínico randomizado (RCT).	A narrativa criada em mangás facilitou o engajamento com o conteúdo possibilitando a redução de sintomas depressivos e aumento de autoeficácia por parte dos trabalhadores.
Leung, M. M. et al. (2017).	Health Education e Behavior (Taylor e Francis).	Fight for Your Right to Fruit: Psychosocial Outcomes of a Manga Comic Promoting Fruit Consumption in Middle-School Youth.	Estudo experimental	Aumentou o prazer pela leitura, a internalização do conteúdo, o que consequentemente oportunizou a mudança de atitudes nos adolescentes.

Fonte: Dados desta pesquisa

5.2 Análise comparativa dos artigos

5.2.1 Similaridades entre os artigos

O potencial das narrativas em formato de mangá como ferramentas facilitadoras no engajamento e internalização de conteúdos educativos e comportamentais é evidenciado pelos autores Imamura et al. (2014), Leung et al. (2017) e Shimazaki et al (2018). Utilizando um programa de estudos que disponibilizava conteúdos em formato de mangá sobre temas relacionados à depressão e estratégias para lidar com estes temas, por meio da abordagem da terapia cognitivo comportamental, juntamente da proposta de tarefas de casa, Imamura et al. (2014) observou a redução de sintomas depressivos em um grupo trabalhadores de empresas de tecnologia da informação (TI) no Japão, ao longo de um período de três e seis meses. Já no estudo de Leung et al. (2017), foi possível demonstrar que um mangá educativo, voltado ao consumo de frutas, promoveu mudanças positivas nas atitudes de adolescentes, que por sua vez, passaram a adotar um comportamento alimentar mais saudável. De maneira similar, Shimazaki et al. (2018) demonstraram que o uso de um mangá educativo propiciou maior

engajamento de pacientes com síndrome metabólica, auxiliando na adesão a comportamentos de promoção de saúde.

Por outro lado, Liu et al. (2022), Coyne et al. (2015) e Imataka e Shiraishi (2025) abordam aspectos relacionados aos impactos das subculturas e do consumo de mangás e animes sobre a saúde mental e os comportamentos dos jovens. Para Liu et al. (2022) é possível identificar associações entre a identificação com subculturas ACG (anime, comics e games) e sintomas de depressão e ansiedade em jovens japoneses. O estudo de Coyne et al. (2015) evidenciou uma correlação entre a exposição frequente a conteúdos agressivos em mangás e o aumento de comportamentos agressivos em adolescentes, destacando o impacto que essas representações podem exercer sobre esse público. Imataka e Shiraishi (2025) destacaram o papel ambivalente das subculturas otaku, que podem funcionar tanto como espaços de pertencimento grupal quanto como um fator de reforço ao isolamento social, condição que pode estar atrelada ao aumento dos riscos de depressão e suicídio entre jovens.

De modo geral, observa-se que todos os artigos convergem em apontar que os mangás e animes são mídias altamente envolventes, capazes de mediar processos de identificação simbólica. Essa característica torna essas mídias potenciais ferramentas de apoio em práticas psicoeducativas com adolescentes, desde que seu uso seja planejado e mediado de forma adequada por profissionais, em consonância com os princípios da psicoeducação.

5.2.2 Diferenças entre os artigos

Embora os artigos compartilhem pontos em comum no reconhecimento do potencial simbólico e educativo das narrativas em mangás e animes, observa-se também diferenças importantes entre eles, que dizem respeito tanto às abordagens temáticas quanto às metodologias, aos públicos estudados e aos contextos de aplicação dessas mídias. Enquanto Imamura et al. (2014), Leung et al. (2017) e Shimazaki et al. (2018) destacam os efeitos positivos da utilização de narrativas como os mangás em intervenções estruturadas, voltadas à promoção de saúde e à modificação de comportamentos; Coyne et al. (2015), Liu et al. (2022) e Imataka e Shiraishi (2025) alertam para os possíveis impactos negativos relacionados à exposição não mediada, à seleção inadequada e ao consumo frequente de conteúdos potencialmente prejudiciais.

As diferenças temáticas entre os artigos refletem perspectivas distintas sobre o uso das mídias analisadas. Por um lado, estudos como os de Imamura et al.

(2014), que investigaram o uso de um programa de terapia cognitivo-comportamental (iCBT) em formato de mangá, e de Leung et al. (2017), que aplicaram mangás educativos para promover hábitos alimentares saudáveis entre adolescentes, apontam para o potencial dos mangás como ferramentas de suporte em intervenções planejadas. Do mesmo modo, Shimazaki et al. (2018) demonstraram que o uso de mangás como recurso educativo facilitou a adesão de pacientes adultos a comportamentos de promoção de saúde física. Por outro lado, artigos como os de Coyne et al. (2015) e Liu et al. (2022) evidenciam que a exposição a conteúdos de agressividade ou a processos de identificação com subculturas ACG (anime, comics, games) pode estar associada a comportamentos agressivos e sintomas depressivos em adolescentes. Imataka e Shiraishi (2025), por sua vez, destacam o caráter ambivalente das subculturas otaku, que podem tanto oferecer espaços de pertencimento quanto reforçar o isolamento social e o risco de desenvolvimento de problemas de saúde mental.

Além das diferenças temáticas, as metodologias empregadas nos estudos variam consideravelmente. Imamura et al. (2014) conduziram um ensaio clínico randomizado (RCT), Leung et al. (2017) utilizaram um delineamento experimental, enquanto Shimazaki et al. (2018) adotaram um estudo de caso. Por outro lado, Coyne et al. (2015) empregaram uma análise de conteúdo combinada com um estudo correlacional, Liu et al. (2022) utilizaram modelagem de equações estruturais (SEM) e deep learning, e Imataka e Shiraishi (2025) elaboraram uma revisão narrativa. Essa diversidade metodológica reflete um campo ainda em construção, caracterizado por múltiplas abordagens e pela ausência de um modelo consolidado para o estudo do uso de mangás e animes em práticas psicoeducativas.

Também se faz pertinente observar as diferenças nos públicos-alvo investigados. Enquanto Leung et al. (2017) e Coyne et al. (2015) focalizaram adolescentes em contexto escolar, Imamura et al. (2014) trabalharam com adultos em ambiente corporativo, e Shimazaki et al. (2018) com pacientes adultos em contexto de saúde física. Já Liu et al. (2022) e Imataka e Shiraishi (2025) analisaram jovens japoneses em geral, considerando seus vínculos com subculturas midiáticas. Essas variações reforçam que o impacto das mídias culturais é mediado por fatores como faixa etária, contexto sociocultural e características individuais.

Essas divergências apontam para a necessidade de considerar o contexto de uso e a mediação adequada no emprego de mangás e animes em práticas psicoeducativas. Conforme destaca Vygotsky (1988), o desenvolvimento de funções psicológicas superiores ocorre por meio da mediação de signos culturais, sendo a apropriação desses signos um processo ativo e dependente do contexto em que

ocorre. Assim, o uso de narrativas visuais como os mangás em psicoeducação deve ser planejado e acompanhado por profissionais capacitados, a fim de garantir que esses recursos atuem como facilitadores no desenvolvimento emocional e social dos adolescentes (Glick et al., 1994; Brotto, 2021; Souza et al., 2021; Lemes; Ondere Neto, 2017).

Em síntese, as diferenças identificadas entre os estudos reforçam que o uso de mangás e animes em psicoeducação não é neutro, exigindo planejamento criterioso, seleção adequada dos conteúdos e mediação profissional para potencializar seus benefícios e minimizar os riscos associados ao consumo não mediado dessas mídias.

5.3 Discussão

A análise comparativa dos artigos evidencia que os mangás e animes, por suas características narrativas e simbólicas, possuem um potencial relevante como ferramentas de apoio em práticas psicoeducativas com adolescentes. Quando utilizados de maneira planejada e mediada, esses recursos podem favorecer o engajamento, a identificação e o desenvolvimento de competências emocionais e comportamentais, em consonância com os princípios da psicoeducação (Glick et al., 1994; Brotto, 2021; Souza et al., 2021). Por outro lado, a literatura também alerta para riscos associados ao consumo não mediado dessas mídias, como o reforço de comportamentos agressivos e o agravamento de sintomas relacionados à saúde mental (Coyne et al., 2015; Liu et al., 2022; Imataka e Shiraishi, 2025). Diante disso, destaca-se a importância de uma atuação profissional qualificada na utilização dessas mídias em práticas psicoeducativas, de modo a potencializar seus benefícios e minimizar possíveis riscos. Os achados desta análise contribuem para a ampliação do debate sobre o uso de mídias culturais na promoção da saúde mental de adolescentes e apontam para a necessidade de novas investigações que aprofundem esse campo de estudo.

6. Considerações Finais

Com base na análise realizada, este estudo permitiu refletir sobre o potencial das mídias mangás e animes em práticas psicoeducativas com adolescentes. Conforme evidenciado na literatura analisada, essas mídias, por suas características narrativas e simbólicas, aliadas ao interesse

crescente dos adolescentes e à sua popularidade no Brasil, podem atuar como recursos significativos para favorecer processos de identificação, engajamento e desenvolvimento emocional e social. A adolescência, compreendida como uma fase de intensas transformações biopsicossociais e construção da identidade, mostra-se especialmente receptiva ao uso de recursos simbólicos que possam facilitar a elaboração de vivências emocionais. Nesse sentido, os estudos que apresentaram resultados positivos foram justamente aqueles em que o uso dessas ferramentas ocorreu em contextos mediados por profissionais da psicologia, enquanto outras pesquisas ressaltaram os riscos associados ao consumo não mediado. Tais achados reforçam a importância de um planejamento cuidadoso e de uma mediação qualificada na utilização dessas mídias em práticas psicoeducativas.

Este estudo amplia a reflexão sobre a integração dessas ferramentas em contextos educativos e clínicos, em consonância a literatura analisada que ressalta a relevância de fomentar a produção científica e o debate nesse campo. Considerando a presença crescente dessas mídias no cotidiano juvenil e seu impacto sobre os processos de construção identitária e emocional, torna-se fundamental que profissionais da psicologia e da educação aprofundem suas reflexões e práticas quanto ao uso dessas narrativas em suas intervenções. Além disso, os processos de identificação grupal e construção da subjetividade dos adolescentes são fortemente mediados por símbolos culturais compartilhados, como ocorre nas narrativas presentes em mangás e animes. Nesse sentido, a perspectiva Vygotskyana reforça que os signos culturais são instrumentos essenciais no desenvolvimento das funções psicológicas superiores, o que justifica a relevância de se explorar, de forma crítica e mediada, o uso dessas mídias no campo da psicoeducação.

Por se tratar de um campo ainda em desenvolvimento, esta limitação foi reconhecida ao longo do presente estudo. A literatura disponível ainda é escassa, especialmente no âmbito clínico, onde são necessárias investigações empíricas mais robustas e diversificadas. Embora autoras como Souza et al. (2021) tenham explorado esse campo no contexto escolar,

identificou-se uma lacuna importante quanto ao uso dessas ferramentas em intervenções clínicas.

Diante desse cenário, recomendam-se futuras pesquisas que explorem a utilização de mangás e animes em contextos clínicos, por meio de estudos com psicólogos que atendem adolescentes e que já integram essas mídias em sua prática profissional. Além disso, sugere-se aprofundar a investigação sobre temas relacionados à vivência adolescente, como bullying e processos de identificação com grupos. Nesse sentido, iniciativas como a criação de grupos de diálogo em escolas da rede pública, mediados por essas mídias, por exemplo, em projetos-piloto no município de Canoas, podem representar uma estratégia promissora para fomentar a reflexão e o desenvolvimento emocional dos adolescentes. Tais propostas dialogam com o potencial de recursos culturais, como os quadrinhos e mangás, para promover espaços de escuta e expressão no contexto escolar. Por fim, reforça-se a importância de estudos que desenvolvam e avaliem estratégias de mediação que possam potencializar os benefícios dessas mídias e minimizar seus possíveis riscos.

Referências

ALUNO NÃO COLOCOU REF. COMPLETAS

ALVES, Flávio Luiz Silva. **Cultura juvenil contemporânea, práticas culturais e ciberespaço**. 2023.

AVANCI, Juliana et al. **Fatores associados aos problemas de saúde mental em adolescentes: uma revisão sistemática**. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, Brasília, v. 23, n. 3, p. 287–294, jul./set. 2007.

BARROS, Adriana Patrícia da Silva. **A influência da cultura otaku na sociedade ocidental**. 2016.

BATISTA, Camila Martins; RODRIGUES, João Antônio. **Influencia del trasfondo cultural del psicoterapeuta: consideraciones a partir de la experiencia de los otakus**. 2024.

BOCK, Ana Mercês Bahia. **A adolescência como construção social: estudo sobre livros destinados a pais e educadores.** Psicologia Escolar e Educacional, v. 11, n. 1, p. 51–62, 2007.

BROTO, Rodrigo Silva. **Psicoeducação: recursos e estratégias na prática clínica.** São Paulo: Sinopsys, 2021.

CARLOS, Ricardo Cesar. **Identidade(s) no consumo da cultura pop japonesa.** 2010.

CARVALHO, Rebecca Maria Alves Ferreira; SOUZA, Vera Lucia Tavares. **Animes e mangás na escola: atuações críticas da psicologia escolar.** RELEM – Revista Eletrônica Mutações, v. 15, n. 25, 2023.

CARVALHO, Rebecca Maria Alves Ferreira; SOUZA, Vera Lucia Tavares. **Animes, mangás, psicologia e educação: uma revisão integrativa.** Revista Psicopedagógica, v. 40, n. 123, p. 394–402, 2023.

COYNE, Sarah M. et al. **Just how graphic are graphic novels? An examination of aggression portrayals in manga and associations with aggressive behavior in adolescents.** Violence and Victims, v. 30, n. 2, p. 208–224, 2015.

GLICK, Irwin David et al. **Psychoeducation in mental illness.** International Journal of Mental Health, v. 23, n. 4, p. 104–114, 1994.

GUERRA, Andréa Mariza C. C.; ARANHA, Maria Cláudia; VIDIGAL, Maria Fernanda. **Já é quadrinho do morro: juventudes e complexidades periféricas.** Revista de Psicologia, Fortaleza, v. 9, n. 1, p. 42–52, 2018.

IMAMURA, Koji et al. **Effects of an internet-based cognitive behavioral therapy (iCBT) program in manga format on improving subthreshold depressive symptoms among healthy workers: a randomized controlled trial.** PLOS ONE, v. 9, n. 5, e97167, 2014.

IMATAKA, George; SHIRAIISHI, Hiroshi. **Youth suicide in Japan: exploring the role of subcultures, internet addiction, and societal pressures.** Diseases, Basel, v. 13, n. 1, p. 2, 2025.

KIESNER, Jeffery et al. **Peer group identification as a moderator of the relationship between peer group norms and adolescent smoking.** Journal of Adolescence, v. 25, n. 5, p. 603–617, 2002.

LEMES, Camila Barbosa; ONDERE NETO, José. **Aplicações da psicoeducação no contexto da saúde.** Temas em Psicologia, v. 25, n. 1, p. 17–28, 2017.

LEUNG, May May et al. **Fight for your right to fruit: psychosocial outcomes of a manga comic promoting fruit consumption in middle-school youth.** Health Education e Behavior (Taylor e Francis), 2017.

LIU, Yu; LIU, Yan; WEN, Jie. **Does anime, idol culture bring depression? Structural analysis and deep learning on subcultural identity and various psychological outcomes.** Heliyon, 2022.

MARQUES, José Manuel; PÁEZ, Darío. **A identidade social e a influência social: processos normativos, comparativos e de categorização.** Psicologia: Teoria e Pesquisa, v. 12, n. 1, p. 1–12, 1996.

MEIRELES, Maria Cristina. **O ocidente redescobre o Japão: O Boom de Mangás e Animes.** Revista de Estudos Orientais, n. 4, p. 203–211, 2003.

MORAIS, Flávio; SILVA, Maria Aparecida Lima. Mangá e anime no ensino das artes visuais: o desenho nipônico como ferramenta didática de formação pessoal e social. **Revista Intersaberes**, Curitiba, v. 16, n. 36, p. 1–22, jan./mar. 2021.

NAKAMORI, Akio; ALT, Matthew. **What kind of otaku are you?** Néojaponisme, 02 abr. 2008. Disponível em: <http://neojaponisme.com/2008/04/02/what-kind-of-otaku-are-you/>. Acesso em: 25 maio 2025.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Relatório Mundial da Saúde 2001: saúde mental: nova concepção, nova esperança.** Lisboa: Direcção-Geral da Saúde, 2002.

PINTO, Maria Cristina Campos; et al. Fatores de risco associados a problemas de saúde mental em adolescentes: revisão integrativa. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, São Paulo, v. 48, n. 3, p. 555–564, 2014.

ROTHER, Eliane Teresa. Revisão sistemática X revisão narrativa. **Acta Paulista de Enfermagem**, v. 20, n. 2, p. v–vi, 2007.

SANTONI, Pablo Rodrigo. **Animês e mangás: a identidade dos adolescentes**. 2017. 167 f., il. Dissertação (Mestrado em Artes)—Universidade de Brasília, Instituto de Artes, Programa de Pós-Graduação em Artes, Brasília, 2017.

SANTOS, Edson Cezar; NETO, Octávio Cezar Martins; KOLLER, Silvia Helena. **Adolescentes e adolescências**. In: HABIGZANG, L. F.; DINIZ, E.; KOLLER, S. H. (Orgs.). *Trabalhando com adolescentes: teoria e intervenção psicológica*. Porto Alegre: ArtMed, 2014. p. 17–29.

SHIMAZAKI, Takashi et al. **Use of health promotion manga to encourage physical activity and healthy eating in Japanese patients with metabolic syndrome: a case study**. *Archives of Public Health*, v. 76, n. 26, 2018.

SOUZA, Vera Lucia Tavares et al. **A psicoeducação como prática possível com crianças e adolescentes: o papel do lúdico na saúde mental**. *Revista Psicopedagógica*, v. 38, n. 115, p. 72–79, 2021.

VYGOTSKY, Lev Semionovitch. **A formação social da mente: o desenvolvimento dos processos psicológicos superiores**. São Paulo: Martins Fontes, 1988.

WACHELKE, João Frederico da Costa Azevedo; et al. **Identificação com o grupo: uma revisão da produção acadêmica**. *Psicologia e Sociedade*, v. 20, n. 1, p. 21–32, 2008.