

The effect of the documentary on reducing the stigma presented by university students regarding mental illnesses

O efeito do documentário na redução do estigma
apresentado por estudantes universitários em relação às doenças mentais

Castro, Carina
Universidade de Aveiro, Portugal
Lídia Oliveira
Universidade de Aveiro, Portugal

Abstract

In recent years, there has been a significant increase in the number of people diagnosed with mental illness worldwide, particularly among younger generations, who show worrying levels for these age groups. Although this is a reality, there are still stereotypes and prejudices rooted in society that have made it difficult to seek help, often due to fear of social judgment and the shame associated with mental illness. It is therefore important to intervene in the community to reduce misinformation and promote awareness of mental health.

In an increasingly digital society, marked by growing consumption of audiovisual content, it is important to understand how these can be used as awareness-raising tools. Although there are studies on the effectiveness of some audiovisual formats, the impact of cinema and, in particular, documentaries, remains largely unexplored. Therefore, this research aims to analyze the impact of three documentaries, with different narrative styles and focused on different mental illnesses, on a student community. The study assesses the level of stigma before the intervention, after viewing the documentaries, and one month later, seeking to understand not only the immediate impact but also the durability of its effects.

Keywords: Documentary, Mental disorders, Social stigma, Social distancing

Introdução

Nos dias atuais, a temática saúde mental tem vindo a conquistar cada vez mais espaço o quotidiano das pessoas um pouco por todo o mundo, tornando-se um dos principais focos em debates públicos e académicos. Este fenómeno é frequentemente justificado pelo aumento dos casos de perturbações psicológicas e pela necessidade de sensibilizar a sociedade para esta realidade.

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (WHO), “em 2021, quase uma em cada sete pessoas em todo o mundo viviam com uma perturbação mental” (2022), o que corresponde a aproximadamente 1 bilhão de pessoas. O mesmo relatório destaca que persiste uma compreensão generalizada e pouco clara sobre estas condições, evidenciando fragilidades nos serviços responsáveis pela sua mitigação.

Com um olhar na percepção social, é entendido que existe uma consciência em relação ao impacto

das doenças mentais no bem-estar dos indivíduos. No entanto, e apesar do aumento da informação sobre esta temática, o estigma continua a ser um problema, chegando a ser visto como uma barreira significativa à inclusão social e ao acesso aos cuidados de saúde.

Em inúmeras culturas têm sido identificados estereótipos negativos em relação à população com perturbações mentais, sendo também reconhecido que existe uma predisposição para atitudes estigmatizantes e práticas que favorecem o distanciamento social. Assim, o conceito de estigma é frequentemente associado a atitudes negativas e comportamentos discriminatórios dirigidos a determinados grupos sociais que apresentem características percebidas como diferentes.

Henderson, Evans - Lacko e Thornicroft. (2013) referem que, apesar de existir um maior conhecimento por parte da população sobre saúde mental, a mudança de atitudes tem sido lenta, o que vem demonstrando que a persistência de preconceitos continua enraizada na sociedade.

Tendo em conta estas informações e apesar desta temática ser cada vez mais debatida, pouco se sabe sobre soluções para tentar contrariar esta tendência. A principal lacuna deste estudo relaciona-se com a escassez de informação sobre como determinados formatos audiovisuais podem contribuir para melhorar a literacia dos jovens e reduzir o estigma social em relação às psicopatologias.

É entendido que os meios de comunicação têm vindo a assumir um papel cada vez mais marcante em relação a como determinados temas sociais são comunicados e interpretados pelo público, influenciando processos, comportamentos e a forma como as pessoas compreendem a realidade.

Paralelamente, é necessário encontrar essas soluções e estratégias para reduzir o estigma e aumentar a literacia sobre saúde mental junto da população jovem de forma acessível, intuitiva e integrada no quotidiano dos mais jovens, sem que estes se apercebam diretamente desse processo. Além disso, é importante perceber de que forma as novas linguagens de comunicação podem promover empatia e compreensão pública sobre doenças mentais.

Neste sentido, pretende-se analisar se os documentários, através de recursos narrativos, linguísticos e estéticos, permitem abordar temáticas complexas de forma acessível e envolvente, assim como entender se estes podem ser potenciais ferramentas no que toca à comunicação e educação sobre estas questões.

Assim, e olhando para os hábitos da população universitária, entendeu-se que para este estudo a mesma se apresenta como particularmente relevante devido aos seus hábitos de consumo e à sua exposição elevada a meios audiovisuais e devido ao crescente debate sobre saúde mental entre os jovens adultos.

Como tal, este estudo tem como objetivo analisar o impacto do documentário na redução do estigma das doenças mentais entre estudantes universitários. Para isso, o estudo irá focar-se na exibição de três documentários centrados em diferentes perturbações mentais. A investigação avalia as percepções dos participantes antes da intervenção, imediatamente após a exibição e um mês depois, procurando compreender os efeitos imediatos e a longo prazo do cinema documental como ferramenta de sensibilização.

Descobertas científicas

A persistência do estigma associado à saúde mental tem impulsionado o desenvolvimento de estratégias inovadoras de intervenção, incluindo a utilização do cinema e de documentários. Neste contexto, torna-se relevante analisar os principais contributos empíricos existentes, de forma a compreender os efeitos destas intervenções na redução do estigma.

Deste modo, torna-se possível compreender de que forma o cinema e os documentários têm sido utilizados como ferramentas de intervenção na área da saúde mental, bem como identificar os principais resultados obtidos em diferentes contextos de aplicação.

Para este efeito, foi realizada uma pesquisa nas bases de dados Scopus, PubMed e Web of Science. Com o objetivo de otimizar a identificação de estudos relevantes, foi desenvolvida uma estratégia de busca estruturada através da seguinte query:

(TITLE-ABS-KEY ("documentary film" OR "documentary" OR "film") AND TITLE-ABS-KEY ("mental health" OR "mental disorders") AND TITLE-ABS-KEY ("stigma" OR "social stigma" OR "stereotype" OR "social distance")).

Para garantir a coerência da seleção dos estudos, foram definidos critérios de elegibilidade, incluindo um intervalo temporal entre 2000 e 2025, bem como a inclusão de estudos que utilizassem o cinema, com especial enfoque em filmes e documentários, enquanto ferramenta de intervenção na redução do estigma e/ou na promoção da literacia em saúde mental.

Apesar do esforço em construir uma estratégia de pesquisa abrangente e consistente, reconhece-se que esta apresenta algumas limitações, nomeadamente pela heterogeneidade dos termos utilizados e pela possibilidade de exclusão de estudos relevantes. Ainda assim, esta estratégia permitiu a identificação de 330 estudos, dos quais, após aplicação dos critérios de exclusão e análise de relevância, foram selecionados 23 artigos para análise detalhada.

A partir destes 23 estudos, foi possível identificar diferentes abordagens de intervenção baseadas no uso de conteúdos audiovisuais, as quais foram organizadas em cinco categorias principais: filmes e

documentários, festivais de arte e cinema, workshops educativos e contacto direto, storytelling e digital storytelling, e intervenções multimodais.

Filmes e documentários

Esta tipologia de intervenção consiste na utilização de filmes e documentários como ferramenta principal e isolada de intervenção. Este tipo de abordagem foi frequentemente utilizado em contextos educativos e de sensibilização para promover a reflexão sobre a saúde mental e reduzir atitudes estigmatizantes. No entanto, nem todos os resultados foram idênticos. A maioria concluiu que após a exposição audiovisual existia uma melhoria ao nível do conhecimento, da empatia e das atitudes em relação às pessoas com doença mental. (Linton, et al. 2017) (Larøi e Van der Linden 2009) (Sznajder, Coppersmith e Lynch 2022)

Porém, outros estudos detetaram algumas fragilidades nesta abordagem e afirmam que a eficácia depende do conteúdo narrativo do produto audiovisual, do grau de identificação com as personagens e do nível de imersão na história retratada além da familiaridade prévia do público com a temática da saúde mental. (Conrad, et al. 2014) (Winkler, et al. 2008)

Em alguns estudos não foram detetados quais quer alterações significativas nas atitudes ou na distância social, sendo indicado nos mesmos que a simples exposição audiovisual pode não ser suficiente para promover mudanças consistentes.

Festivais de Arte e Cinema

Esta tipologia de intervenção consiste na utilização de festivais de arte e cinema como contextos estruturados de sensibilização e reflexão sobre determinadas temáticas, nomeadamente na área da saúde mental. Nestes contextos, os conteúdos audiovisuais são apresentados a um público alargado, frequentemente acompanhados de debates, sessões de esclarecimento ou atividades complementares, com o objetivo de promover a discussão crítica e a mudança de percepções.

Os estudos que focam em compreender a influência desta intervenção para a redução do estigma associado as doenças mentais evidenciam o potencial destas iniciativas para alcançar públicos maiores e assim promover reflexão coletiva sobre a saúde mental. (Aldam, et al. 2017) (Conrad, et al. 2014); (Quinn, et al. 2011). Na generalidade, os eventos foram indicados como eficazes na melhoria nas atitudes face à doença mental e a uma maior abertura à procura de ajuda.

Contudo, os resultados obtidos por alguns estudos, apresentam a hipótese de que o sucesso desta intervenção e o impacto dos eventos dependem dos filmes apresentados e do perfil dos participantes, sendo que foi apontado ser mais promissor em indivíduos que já estejam sensibilizados para a temática da saúde mental (Winkler, et al. 2008). Estes dados indicam que, os festivais são estratégias eficazes no que toca a sensibilização em larga escala, uma vez que, através destes é possível atingir um público maior, no entanto

o efeito na redução do estigma pode ser condicionado pelo contexto e pela seleção dos conteúdos exibidos.

Workshops Educativos e Contato Direto

Esta abordagem procura que os participantes possam, além de usufruírem das vantagens oferecida pelos meios audiovisual, e mais em concreto do cinema, possam também interagir com pessoas que apresentam psicopatologias, combinado assim contacto indireto com contacto direto. Esta intervenção procura que os participantes entendam que as realidades nos conteúdos audiovisuais são vivenciadas por pessoas reais.

Em termos das intervenções educativas, que incluem workshops e programas formativos realizados por professores e profissionais da área, estudos desenvolvidos com estes recursos demonstram se promissores no que toca a redução do estigma uma vez que foram reportadas melhorias significativas nas atitudes, no conhecimento sobre saúde mental e na disposição para interagir com pessoas com doença mental, após a realização da intervenção (Altındağ, et al. 2006) (Nguyen, Chen e O'Reilly 2012) (Ojio, et al. 2019) (Zonoobi, Tabatabaee e Amini 2024)

Foi observado que as intervenções que incluíram momentos de reflexão guiada ou contacto direto com pessoas que tivessem alguma experiência de doença mental (seja ela pessoal, familiar ou em trabalho) indicaram resultados mais detalhados sobre como os mesmos pode de facto diminuir o estigma e aumentar o conhecimento sobre saúde mentais resultados esse que demonstram uma influência positiva.

A intervenção mesmo que mais curta em termos de duração, como por exemplo sessões educativas de 45 minutos, apontaram para um impacto positivo e mais quando olhado para as populações mais jovens com é o caso dos pré-adolescentes e estudantes universitários.

Storytelling e Digital Storytelling

Estas metodologias assentam na utilização de narrativas pessoais ou estruturadas que procuram transmitir experiências relacionadas com a saúde mental de forma envolvente e emocionalmente significativa.

Analisando estudos que utilizam o storytelling e digital storytelling como intervenção para a redução do estigma, os resultados apresentados indicam um parecer favorável em relação a promoção de empatia e a compreensão da experiência vivida por pessoas com doenças mentais (Rodney, Taylor e Zaretsky 2023) (H. Rodney, S. Taylor, et al. 2025) (Withers, et al. 2022) a técnica de partilhar narrativas pessoais por parte de quem vive com essa realidade e posteriormente essas pessoas serem envolvidas no processo de cocriação demonstrou-se bem sucedida e relevante quando aplicada em públicos mais jovens.

Os resultados obtidos indicam um aumento da reflexão crítica sobre o estigma, além de mudanças nas percepções e atitudes estes estudos evidenciam a

importância do envolvimento ativo dos participantes no processo de aprendizagem.

Intervenções Multimodais

As intervenções multimodais consistem na combinação de duas ou mais estratégias previamente identificadas, como a utilização de filmes e documentários, storytelling, workshops educativos ou contacto direto com indivíduos com experiência de psicopatologia. Estas abordagens procuram integrar diferentes formatos de intervenção de forma complementar, de modo a potenciar o impacto na sensibilização e na mudança de atitudes.

Para finalizar, as intervenções multimodais, abordagens que complementam várias intervenções num só momento, aproveitando-se de todas as vantagens que as intervenções anteriormente indicadas oferecem. Os resultados obtidos através desta abordagem demonstraram ser promissores, sendo mais consistentes e abrangentes, já que apontaram para uma melhoria tanto a nível do conhecimento como em relação a atitudes e à empatia, o que sugere um impacto mais profundo e eventualmente mais duradouro. (Amirkafi, et al. 2025) (Carrara, et al. 2021) (Gaiha, et al. 2021) (Goodwin, et al. 2024)

Esta intervenção por ser um conjunto de abordagens potencializa os efeitos já observados uma vez que em cada etapa é tudo reforçado com novos estímulos e formas, permitindo abordar o estigma de forma cognitiva, emocional e comportamental. Estudos que aplicam esta abordagem afirmam que a mesma se torna mais eficaz quando aplicada em contextos mais educativos e formativos, sendo como exemplos escolas, universidades e formações na área da saúde.

As intervenções artísticas e audiovisuais demonstram-se eficazes na redução do estigma associado às doenças mentais, na maioria dos estudos indicados, contudo, é possível entender que a permanência e a durabilidade dos efeitos dependem do contexto, da amostra, do conteúdo e das estratégias utilizadas. Há evidência crescente de que pacotes multimodais (filmes + workshops + storytelling) são mais robustos e duradouros. Os estudos qualitativos fornecem contributos essenciais para a compreensão dos mecanismos emocionais e cognitivos, complementando os dados quantitativos.

Apesar da existência de diversas intervenções nesta área, verifica-se que a maioria dos estudos têm sido realizados em contextos relacionados com a área da saúde, envolvendo sobretudo estudantes de cursos de áreas médicas ou profissionais de saúde. Esta predominância limita a generalização dos resultados a outras populações, evidenciando a necessidade de investigar o impacto destas intervenções em contextos mais diversos, como a população universitária em geral.

Metodologia

Para este estudo e olhando em termos metodológicos, o desenho de estudo mais enquadrado

para esta investigação é o quase-experimental tendo como propósito avaliar o impacto de documentários sobre saúde mental na redução do estigma em estudantes universitários. A amostra foi constituída por 74 participantes, com idades variadas, no entanto maioritariamente entre os 18 e os 23 anos, para esta amostra os participantes foram recrutados por conveniência em contexto universitário. Os participantes foram organizados em três grupos pré-existentis (turmas), não tendo sido aplicada aleatorização ou redistribuição.

Como critérios de inclusão foi definido que os participantes deveriam ser estudantes ativos na universidade de Aveiro e como critério de exclusão os participantes não poderiam apresentar défices sensoriais, como limitações visuais ou auditivas, uma vez que os documentários utilizados não incluíam audiodescrição nem interpretação em língua gestual.

Relativamente ao procedimento de intervenção e recolha de dados, foram definidos três momentos de avaliação: pré-teste, pós-teste e follow-up. O pré-teste foi aplicado antes da visualização do documentário, com o objetivo de recolher informação sociodemográfica e avaliar os níveis iniciais de estigma e percepções dos participantes. O pós-teste foi administrado imediatamente após a intervenção via documentário, permitindo avaliar possíveis alterações nas percepções e nos níveis de estigma, bem como identificar fatores percecionados como influentes nessas mudanças. O follow-up foi realizado um mês após a intervenção, com o intuito de avaliar a estabilidade dos efeitos ao longo do tempo.

Para a avaliação do estigma, foi utilizada a Depression Stigma Scale, uma escala validada e traduzida para o português. De acordo com (Conceição, et al. 2022), esta escala permite avaliar o estigma em duas dimensões: estigma pessoal e estigma percebido. Uma vez que cada sessão incidia sobre diferentes psicopatologias (depressão maior, esquizofrenia e perturbação obsessivo-compulsiva), a escala foi linguisticamente adaptada, substituindo o termo “depressão” pela respetiva condição em estudo, mantendo-se a estrutura original dos itens.

A utilização da mesma escala em todos os momentos de avaliação teve como objetivo garantir a padronização do instrumento e facilitar a análise comparativa entre os diferentes momentos de recolha de dados, permitindo identificar variações nos níveis de estigma ao longo do estudo.

No pós-teste, foi ainda aplicada a escala completa Transportation Scale (Green e Brock 2000), com o objetivo de avaliar o nível de envolvimento dos participantes com o conteúdo audiovisual e explorar a sua possível influência nas alterações observadas.

Adicionalmente, neste momento foram incluídos itens adicionais de avaliação das características audiovisuais dos documentários, nomeadamente o ritmo, impacto emocional, banda sonora, enquadramento, linguagem utilizada, estilo visual, estrutura e duração, bem como a possibilidade de outro género cinematográfico ser mais apelativo. Estes itens foram apresentados em formato de escala de

Likert, sendo os participantes instruídos a responder com base na sua experiência de visualização, sem respostas certas ou erradas.

No follow-up, para além da Depression Stigma Scale, foram incluídas questões adicionais de autorrelato com o objetivo de avaliar o impacto prolongado da intervenção. Estas questões exploraram se os participantes tinham pensado novamente nos temas abordados, falado sobre o documentário ou sobre saúde mental, sentido influência na perceção de pessoas com esquizofrenia, recordado mensagens do documentário ou procurado informação adicional sobre o tema.

A análise dos dados foi realizada com recurso ao software IBM SPSS Statistics, versão 29. A análise foi conduzida com base em três objetivos fundamentais: perceber se a visualização dos documentários originou alterações nos níveis de estigma; compreender se essas alterações variavam em função da psicopatologia abordada; e avaliar se se fatores como o transporte narrativo, sexo, idade ou contacto prévio com doença mental poderiam explicar as alterações verificadas.

Numa primeira fase, os dados foram organizados e emparelhados com base no código de identificação criado pelos participantes para os vários momentos de avaliação. Após a limpeza da base de dados e remoção de respostas incompletas, foram calculados os valores médios das diferentes escalas e subescalas utilizadas no estudo.

Dado que a Depression Stigma Scale se encontra dividida em duas dimensões independentes, estigma pessoal e estigma percebido, optou-se por analisar ambas separadamente, em conformidade com a estrutura teórica original da escala e com a literatura existente.

Passando para a análise estatística, foram conduzidos testes t para amostras emparelhadas (paired samples t-test), de forma a avaliar se ocorreram alterações nos níveis de estigma entre o momento pré-intervenção e o momento pós-intervenção. Esta análise permitiu avaliar a existência de alterações estatisticamente significativas nos níveis de estigma.

Numa fase posterior, optou-se pela criação de variáveis de mudança (change scores). Para tal, calcularam-se as diferenças entre os valores obtidos no pós-teste e no pré-teste nas subescalas de estigma pessoal e estigma percebido permitiu avaliar a magnitude das alterações produzidas pela intervenção em cada participante.

Com o objetivo de perceber se os diferentes documentários e psicopatologias abordadas produziram efeitos distintos, foi realizada uma ANOVA one-way, para analisar diferenças na mudança do estigma pessoal e percebido entre os três grupos.

Numa fase final da análise, e considerando que o estudo ainda se encontra em desenvolvimento, foram conduzidas regressões lineares múltiplas com o intuito de identificar possíveis preditores das alterações observadas. Para isso, utilizaram-se como variáveis dependentes os change scores das subescalas de estigma pessoal e estigma percebido, e como variáveis

independentes o transporte narrativo, a idade, o sexo e o contacto prévio com doença mental.

Resultados e discussão

Ao realizar as análises anteriormente descritas, obtiveram-se os seguintes resultados considerando apenas os dois primeiros momentos de recolha de dados: pr -intervens o e p s-intervens o.

Relativamente   subescala de estigma pessoal, os testes t para amostras emparelhadas demonstraram que não foram observadas diferenças estatisticamente significativas entre os momentos $t(72) = -0.789$, $p = .433$. Estes resultados podem indicar que os participantes já apresentavam níveis relativamente baixos de estigma pessoal antes da interven o, sugerindo a existência de um possível efeito de chão (floor effect) indicando que uma única exposi o documental pode revelar-se insuficiente para produzir altera es significativas.

Em contraste com os resultados obtidos para o estigma pessoal, na subescala de estigma percebido observou-se um aumento estatisticamente significativo entre os momentos pré e p s-intervens o, $t(72) = -3.397$, $p = .001$. Este aumento poderá refletir uma maior percep o, por parte dos participantes, acerca da forma como indivíduos com psicopatologias são frequentemente percebidos socialmente.

Em rela o às análises ANOVA one-way estas demonstraram que os efeitos observados ocorreram de forma semelhante entre os diferentes grupos experimentais, não revelando assim diferenças estatisticamente significativas. Para o estigma pessoal, $F(2,70) = 1.584$, $p = .212$, $\eta^2 = .043$, e para o estigma percebido, $F(2,70) = 0.010$, $p = .990$, $\eta^2 = .000$. Estes resultados indicam que o tipo de psicopatologia abordada nos documentários não influenciou significativamente a magnitude da mudança observada.

Com o intuito de analisar o papel de variáveis sociodemográficas e do transporte narrativo, foi desenvolvida uma análise utilizando uma regressão linear múltipla. Em termos dos resultados obtidos com este modelo os mesmos não foram estatisticamente significativos, não tendo sido identificados preditores relevantes da mudança observada.

Conclusão

O presente estudo teve como principal objetivo analisar o impacto da utiliza o de documentários enquanto ferramenta de interven o na redu o do estigma associado às doenças mentais em estudantes universitários.

De modo geral, os resultados alcançados oferecem informa es relevantes sobre este tipo de abordagem interventiva. Os dados demonstraram que não ocorreram altera es significativas ao nível do estigma pessoal, verificando-se, no entanto, um aumento do estigma percebido.

Para  l m disso, verificou-se que estes resultados não parecem depender da psicopatologia retratada,

sugerindo que a interven o através de documentários poderá produzir efeitos distintos consoante a dimensão analisada.

Estes resultados são consistentes com algumas conclusões previamente apresentadas por outros investigadores, embora também existam divergências face a estudos anteriores.

Relativamente aos preditores significativos, não foram encontradas variáveis que explicassem as altera es observadas, sugerindo que fatores como idade, sexo e envolvimento narrativo não tiveram um impacto determinante neste contexto.

Apesar do contributo deste estudo para a investiga o nesta área, importa salientar algumas limita es, nomeadamente a dimensão reduzida da amostra e o seu caráter de conveniência, uma vez que todos os participantes pertenciam   mesma área e ciclo de estudos.

Esta limita es deve ser vistas como variantes podem afetar a generaliza o dos resultados obtidos e devem ser consideradas na interpreta o das conclusões apresentadas.

Assim, os resultados obtidos indicam que os documentários poderão funcionar como uma estratégia de sensibiliza o para as doenças mentais, embora a sua eficácia pareça depender de múltiplos fatores.

Em estudos futuros, seria importante recorrer a amostras mais amplas e heterog neas, bem como a inclusão de diferentes tipos de interven o para compara o da sua eficácia.

Recomenda-se ainda a explora o de outros g neros cinematográficos.

Os resultados permitem concluir que a utiliza o de documentários na interven o em saúde mental constitui uma abordagem com potencial, mas ainda pouco consolidada, sendo fundamental o desenvolvimento de mais investiga o empírica nesta  rea.

Bibliografia

- Adlam, Gail, Rob Dickie, Lee Knifton, e Larry Davidson. 2017. "Lessons from a national mental health arts festival." *American Journal of Psychiatric Rehabilitation* 298-310.
- Altinda , Abdurrahman, Medaim Yanik, Alp U ok, K ksal Alptekin, e Mustafa  zkan. 2006. "Effects of an antistigma program on medical students' attitudes towards people with schizophrenia." *Psychiatry and Clinical Neurosciences* 283-288.
- Amirkafi, Ali, Seyed Vahid Shariat, Maryam Rasouljan, Leila Ghalichi, Faezeh Mohammadi, e Mohammadreza Reza Shalbafan. 2025. "Effect of an Intervention Package on the Medical Students' Stigma towards Patients with Psychiatric Disorders." *Journal of Iranian Medical Council* 696-708.
- Carrara, Bruna Sordi, Raquel Helena Hernandez Fernandes, Sireesha Jennifer Bobbili, e Carla Aparecida Arena Ventura. 2021. "Health care providers and people with mental illness: An integrative review on anti-stigma interventions." *International Journal of Social Psychiatry* 840-853.

Conceição, Virgínia, Inês Rothes, Milton Severo, Kathleen Griffiths, Ulrich Hegerl, e Ricardo Gusmão. 2022. "Psychometric properties of the Depression Stigma Scale in the Portuguese population and its association with gender and depressive symptomatology." *Health and quality of life outcomes*.

Conrad, Ines, Beate Schulze, Sandro Corrieri, Dirk Heider, Georg Schomerus, e Steffi G. Riedel-Heller. 2014. "The film festival "AUSNAHME|ZUSTAND" (State of Emergency)—Do feature films and documentaries on mental health reduce stigma and influence help-seeking attitudes?" *Psychiatry Research* 1043-1050.

Gaiha, Shivani Mathur, Tatiana Taylor Salisbury, Shamaila Usmani, Mirja Koschorke, Usha Raman, e Mark Petticrew. 2021. "Effectiveness of arts interventions to reduce mental-health-related stigma among youth: a systematic review and meta-analysis." *BMC Psychiatry*.

Goodwin, John, Laura Behan, Mohamad M. Saab, Niamh O'Brien, Aine O'Donovan, Andrew Hawkins, Lloyd F. Philpott, et al. 2024. "A film-based intervention (Intinn) to enhance adolescent mental health literacy and well-being: multi-methods evaluation study." *Mental Health Review Journal* 48-63.

Green, Melanie C., e Timothy C. Brock. 2000. "The role of transportation in the persuasiveness of public narratives." *Brock, Timothy C.* 701-721.

Henderson, Claire, Sara Evans - Lacko, e Graham Thornicroft. 2013. "Mental illness stigma, help seeking, and public health programs." *American Journal of Public Health* 777-780.

Larøi, Frank, e Martial Van der Linden. 2009. "The effects of a documentary film on reducing stigmatisation about schizophrenia." *Psychosis* 61-72.

Linton, Samara, Ahmed Hankir, Sal Anderson, Frederick R Carrick, e Rashid Zaman. 2017. "Harnessing the power of film to combat mental health stigma. A university college London psychiatry society event." *Psychiatry Danubina*. 300-306.

Nguyen, Elizabeth, Timothy F. Chen, e Claire L. O'Reilly. 2012. "Evaluating the impact of direct and indirect contact on the mental health stigma of pharmacy students." *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology* 1087-1098.

Ojio, Yasutaka, Jerome C. Foo, Satoshi Usami, Taruto Fuyama, Megumi Ashikawa, Kumiko Ohnuma, Norihito Oshima, Shuntaro Ando, Fumiharu Togo, e Tsukasa Sasaki. 2019. "Effects of a school teacher-led 45-minute educational program for mental health literacy in pre-teens." *Early Intervention in Psychiatry* 984-988.

Organization, World Health. 2022. *World mental health report Transforming mental health for all*. Genebra: Organização Mundial da Saúde.

Quinn, N., A. Shulman, L. Knifton, e P. Byrne. 2011. "The impact of a national mental health arts and film festival on stigma and recovery." *Acta Psychiatrica Scandinavica* 71-81.

Rodney, Hallie, Shira B Taylor, Ari E Zaretsky, Raquel Ocvirk, e Romy Shenderoy. 2025. "The Out of Darkness project - What makes an impactful digital storytelling tool?" *Psychiatry Research Communications*.

Rodney, Hallie, Shira B. Taylor, e Ari Zaretsky. 2023. "Undergraduate student reflections of the Out of Darkness storytelling project on bipolar disorder stigma: A qualitative study." *Mental Health & Prevention* 200-292.

Sznajder, Kristin K., Glen Coppersmith, e Kevin M. Lynch. 2022. "The power of film to reduce stigma of mental health conditions." *Cogent Social Sciences*.

Winkler, Ines, Anne Zink, Georg Schomerus, Manuela Richter-Werling, Matthias Angermeyer, e Steffi Riedel-Heller. 2008. "Das Filmfestival „AUSNAHME|ZUSTAND" - Eine Strategie gegen die Stigmatisierung psychisch kranker Menschen?" *Psychiatrische Praxis* 33-39.

Withers, Mellissa H, Tasfia Jahangir, Ksenia Kubasova, e Mao Sheng Ran. 2022. "Reducing stigma associated with mental health problems among university students in the Asia-Pacific: A video content analysis of student-driven proposals." *International Journal of Social Psychiatry* 827-835.

Zonoobi, Mahboobeh, Maryam Tabatabaee, e Homayoun Amini. 2024. "The effects of an educational intervention on reducing stigma among medical students toward patients with psychiatric disorders." *BMC Medical Education*.