

No encerramento do VIII Congresso Internacional do Conhecimento Científico do ISECENSA, o podcast ISECAST foi palco de uma conversa envolvente e necessária sobre os desafios contemporâneos da Psicologia. Fugindo de discursos prontos e fórmulas fáceis, o bate-papo reuniu especialistas para refletir sobre temas como saúde mental, crenças, vínculos afetivos e sentido de vida. Mediado pelo coordenador do curso de Psicologia do ISECENSA, Prof. Dr. Paulo Artur Buchvitz, o encontro contou com as participações do professor Dr. Patrick Wagner, do mesmo curso, e do convidado internacional Prof. Dr. Miguel Farias, psicólogo, pesquisador e palestrante da Universidade de Lisboa.

Ao longo da conversa, os convidados discutiram como as crenças, sejam religiosas, espirituais ou seculares, ajudam indivíduos a enfrentar a ansiedade e o estresse, oferecendo sentido em meio às adversidades. Questões como o preconceito em buscar ajuda psicológica, a relação entre dor física e dor emocional, e a importância dos vínculos familiares e sociais para uma saúde mental equilibrada foram abordadas com profundidade e sensibilidade.



**Figura 1. Gravação do ISECAST com o curso de Psicologia do ISECENSA durante o VIII Congresso Internacional do Conhecimento Científico.**

O debate também ressaltou como a Psicologia deve ser uma aliada na quebra de tabus e no incentivo ao autocuidado, especialmente em tempos de aumento nos índices de automutilação e suicídio. Os participantes destacaram que cuidar da mente é tão essencial quanto cuidar do corpo, e que buscar ajuda não é sinal de fraqueza, mas de força e responsabilidade consigo e com o outro.

Mais do que um fechamento simbólico do congresso, a conversa foi um convite à reflexão: é preciso resgatar laços, valorizar a diversidade humana e encontrar um sentido para a existência, seja ele qual for, para viver de forma mais plena e consciente. Em tempos de desencantamento, a Psicologia nos lembra que somos seres de relações, de afetos e de esperança.

**ISECAST**



**Para ouvir essa conversa na íntegra e se inspirar ainda mais com as ideias debatidas, basta acessar o QR Code acima para assistir pelo canal do ISECENSA no YouTube.**