



Os Videojogos e a Saúde Mental

15 de outubro 2025

4ª feira

15:00-16:30

Via a Plataforma *Teams*



Moderação:

Sara Silva | Psicóloga Clínica

Núcleo de Saúde e Bem-Estar do Estádio Universitário da ULisboa

**SAÚDE MENTAL
& BEM-ESTAR**
NA ULISBOA

Webinar “Os Videojogos e a Saúde Mental”

Objetivos

- O que a investigação científica nos diz sobre os potenciais impactos da utilização de Videojogos na Saúde Mental?
- Como posso identificar os sinais de uso patológico de Videojogos, prevenindo os seus potenciais efeitos negativos?
- Como aproveitar o que de bom os Videojogos podem proporcionar de forma equilibrada e informada?