
Psicofobia: lidando com transtornos mentais e o estigma no Brasil

Psychophobia: dealing with mental disorders and stigma in Brazil

Psicofobia: cómo afrontar los trastornos mentales y el estigma en Brasil

1 Pedro Fernandes Roma  [ORCID](#) - [Lattes](#)

Filiação dos autores: 1 [Especializando, Psiquiatria, Universidade Federal Fluminense, UFF, Niterói, RJ, Brasil]

Editor Chefe responsável pelo artigo: Tânia Corrêa de Toledo Ferraz Alves

Contribuição dos autores segundo a [Taxonomia CRediT](#): Roma PF [1,2,5,10,11,12,13,14]

Conflito de interesses: declara não haver

Fonte de financiamento: declara não haver

Parecer CEP: não se aplica

Recebido em: 16/08/2024

Aprovado em: 05/11/2024

Publicado em: 13/11/2024

Como citar: Roma PF. Psicofobia: lidando com transtornos mentais e o estigma no Brasil. Debates em Psiquiatria, Rio de Janeiro. 2024;14:1-5. <https://doi.org/10.25118/2763-9037.2024.v14.1315>

RESUMO:

A psicofobia, entendida como o preconceito direcionado a pessoas com transtornos mentais, tem sido abordada por campanhas de conscientização de diversas formas, no entanto, ainda faz parte da realidade de muitos doentes. Por meio desse breve apanhado na literatura, busco elucidar possíveis prejuízos causados pela psicofobia. A partir dos dados expostos, reitero a importância de políticas públicas de conscientização sobre esse tema a fim de desmistificar uma pauta que apesar de estar em crescente discussão, ainda causa grande prejuízo psicossocial.

Palavras-chave: estigma social, transtorno mental, conscientização, saúde mental, psicofobia

ABSTRACT:

Psychophobia, understood as prejudice directed at people with mental disorders, has been addressed by awareness campaigns in different ways, however, it is still part of the reality of many patients. Through this brief overview of the literature, I seek to elucidate possible harm caused by psychophobia. Based on the data presented, I reiterate the importance of public policies to raise awareness on this topic to demystify an issue that, despite being under increasing discussion, still causes great psychosocial harm.

Keywords: social stigma, mental disorder, awareness, mental health, psychophobia

RESUMEN:

La psicofobia, entendida como prejuicio dirigido a personas con trastornos mentales, ha sido abordada mediante campañas de sensibilización de diferentes maneras, sin embargo, aún forma parte de la realidad de muchos pacientes. A través de esta breve reseña de la literatura, busco dilucidar los posibles daños causados por la psicofobia. Con base en los datos presentados, reitero la importancia de las políticas públicas de sensibilización sobre este tema con el fin de desmitificar un tema que, a pesar de estar en creciente discusión, aún causa grandes daños psicosociales.

Palabras clave: estigma social, trastorno mental, concienciación, salud mental, psicofobia

Prezados editores e leitores do periódico **Debates em Psiquiatria**

A psicofobia, entendida como o preconceito direcionado a pessoas com transtornos mentais, tem sido abordada por campanhas de conscientização promovidas pela Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP) desde 2006 [1]. A campanha de 2018, intitulada "Psicofobia – Seu preconceito causa sofrimento" [2], teve um impacto significativo: alcançou mais de três milhões de pessoas.

É possível examinar o preconceito sob uma nova perspectiva, antes se focava principalmente em raça e gênero, mas agora abrange também outras formas, como psicofobia. Essa expansão do conceito permite que um número maior de pessoas reconheça e valide seus sofrimentos, além de encontrar suporte e acolhimento adequado.

Em relação ao estigma nas pessoas com doenças mentais, a forma mais grave é a auto estigmatização [3]. Essa internalização do estigma está associada a crenças negativas sobre si mesmo e à auto discriminação, resultando em uma piora na qualidade de vida, na autoestima, autoeficácia e agravamento dos sintomas. Indivíduos estigmatizados frequentemente se sentem desvalorizados e discriminados por terceiros, o que pode levar a comportamentos de enfrentamento prejudiciais, como o sigilo ou o retraimento.

O estigma também é encontrado entre os próprios profissionais de saúde. Em uma pesquisa, foi utilizada uma escala de estigma com diversos profissionais de um hospital geral. Os autores avaliaram, através dessa escala, dois indicadores principais: o "autoritarismo", que se refere à crença de que pessoas com doenças mentais são inferiores e precisam de tratamento forçado, e a "restritividade social", que diz respeito à disposição de limitar a liberdade dos indivíduos com doenças mentais para proteger a sociedade [4].

Esses indicadores estavam mais presentes em profissionais não especializados em comparação a psiquiatras e psicólogos. Perante isso, é possível verificar uma diferenciação entre os profissionais mais especializados na área da saúde mental e os restantes, sendo globalmente verdade que os segundos demonstraram graus maiores de estigma [4].

A discussão sobre saúde mental se expandiu [5], mas o ambiente de trabalho possui características próprias, caracterizadas por exigências de alta produtividade, eficiência e habilidades técnicas. Esses fatores podem criar um clima de competição entre os trabalhadores, que buscam garantir seus postos de trabalho, gerenciar atividades ou prestar serviços.

Dessa forma, é compreensível que os trabalhadores tenham receio de discutir sua saúde mental no trabalho, temendo o estigma e serem vistos como incompetentes, emocionalmente instáveis ou incapazes de lidar com a pressão, o que poderia resultar em sua substituição por alguém considerado mais equilibrado.

O estigma se manifesta também no âmbito familiar, quando as famílias optam pelo silêncio e pela ocultação em relação ao diagnóstico de um transtorno mental [5]. Isso faz com que qualquer discussão sobre o tema seja desencorajada, reduzindo as chances de as famílias obterem suporte. Além disso, o estigma pode dificultar o reconhecimento do diagnóstico, uma vez que a crença de que transtornos mentais em crianças são resultado da incompetência dos pais.

Enquanto o silêncio traz suas consequências, as famílias que superam essa barreira enfrentam novos desafios. Quando uma pessoa da família tem uma doença mental, todos os membros estão suscetíveis ao estigma. Esse fenômeno, conhecido como estigma de cortesia, se manifesta na possível exclusão social de familiares de pessoas com transtornos mentais.

É evidente o esforço em curso para promover uma mudança de paradigmas. As redes sociais têm se mostrado grandes aliadas nesse processo, com campanhas midiáticas em ascensão. Essas campanhas frequentemente utilizam mensagens de apoio, com o objetivo de combater ou reduzir as taxas de suicídio entre jovens que enfrentam transtornos mentais, como a depressão. Além disso, elas desempenham um papel importante na desmistificação da psicofobia, evidenciando a necessidade de oferecer apoio ao próximo, substituindo o preconceito e a indiferença por compreensão e empatia.

Referências

- 1. Conselho Federal de Medicina. ABP lança campanha de saúde mental contra o estigma. Brasília: Conselho Federal de Medicina; 2006. <https://portal.cfm.org.br/noticias/abp-lanca-campanha-de-saude-mental-contra-o-estigma>
- 2. Associação Brasileira de Psiquiatria. Psicofobia: seu preconceito causa sofrimento. Rio de Janeiro: ABP; 2018. <https://www.psicofobia.com.br>
- 3. Pereira LF, Gomes KM. O olhar do paciente do CAPSII sobre a psicofobia. Rev Extensão. 2017;2(1):128-40. <https://doi.org/10.18616/re.v2i1.3767>

-
4. Loch AA, Diaz AP, Pacheco-Palha A, Wainberg ML, Silva AG, Malloy-Diniz LF. Editorial: stigma's impact on people with mental illness: advances in understanding, management, and prevention. *Front Psychol.* 2021;12:715247. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.715247> PMID:34305768 - PMCID:PMC8299415
5. Bertoldo A, Fernandes HTL, Alvim PHP. Estigma das doenças mentais: do vetor a patogenicidade. *Debates Psiquiatr.* 2023;13:1-4. <https://doi.org/10.25118/2763-9037.2023.v13.1100>