

## TERAPIA E ESTIGMA SOCIAL: UM ESTUDO SOBRE O PRECONCEITO CONTRA O CUIDADO PSICOLÓGICO

**Francisca Glacivone de Sousa Cruz**

Centro Universitário Fametro- Unifametro

glacivonesousa036@gmail.com

**Letícia Nayra Fernandes Braga**

Centro Universitário Fametro- Unifametro

leticianayra0399@icloud.com

**Área Temática:** Políticas e Práticas em Saúde Mental

**Área de Conhecimento:** Ciências da Saúde

**Encontro Científico:** XIII Encontro de Iniciação à Pesquisa

**Introdução:** O estigma relacionado a transtornos mentais segue como um grande desafio social resistente ao tempo, mesmo que a reforma psiquiátrica tenha buscado ampliar a compreensão sobre a loucura e promover novas formas de cuidado com a saúde mental a permanência dessa estigmatização mostra forças estruturadas culturalmente tradicionais. O preconceito em saúde mental ainda é um problema para a sociedade, principalmente por incentivar as pessoas de forma negativa a não procurarem ajuda pelo medo de serem rotuladas, a falta de informação acaba reforçando o preconceito e essa discriminação. A educação em saúde mental surge como uma possibilidade para a compreensão e diferenciação entre os estados de normalidades mentais e de transtornos e sofrimentos psíquicos. A banalização do sofrimento psicológico tem se intensificado na sociedade, revelando uma forma superficial de compreender questões de saúde mental. Embora muitas abordagens terapêuticas atuais busquem resistir a essa tendência evitando diagnósticos apressados e simplificações de quadros complexos observa-se, ao mesmo tempo, um distanciamento da sociedade em relação a uma visão mais empática e aprofundada do tema. Nesse contexto, indivíduos que vivenciam transtornos graves acabam frequentemente não sendo ouvidos nem levados a sério, o que contribui para a manutenção de um ciclo de invisibilidade e marginalização (Leite; Nogueira; Terra, 2015). **Objetivo:** Analisar de que

maneira o preconceito social e a banalização do sofrimento psicológico influenciam a percepção e o acesso ao cuidado em saúde mental. Busca-se investigar como a sociedade, ao desvalorizar os sinais de sofrimento, acaba criando barreiras para que indivíduos que necessitam de acompanhamento procurem ajuda profissional. **Metodologia:** A pesquisa foi desenvolvida através de pesquisas bibliográficas, Vanti(2002) define como um conjunto de métodos de pesquisas utilizadas para mapear a estrutura de conhecimento em um campo científico através de uma abordagem qualitativa com dados bibliográficos. **Resultados e Discussão:** Os resultados mostram que o preconceito em relação à saúde mental ainda é bem presente. Muitas pessoas têm vergonha, medo de buscar ajuda, com medo de serem julgadas ou chamadas de “fracas”. Além disso, o sofrimento psicológico muitas vezes é banalizado, tratado como algo leve ou passageiro, e você se tornar “terapeutizada” é vista como algo dispensável. Isso faz com que quem realmente precisa de acompanhamento fique sem apoio, prolongando o sofrimento. Por outro lado, a terapia oferece um espaço seguro e acolhedor, onde o indivíduo é ouvido e compreendido. Fica claro que, além do trabalho dos profissionais, é necessário mudar a forma como a sociedade vê a saúde mental, promovendo mais empatia, respeito e valorização do cuidado psicológico. **Considerações finais:** Através do presente trabalho buscou-se mostrar que o preconceito e a banalização do sofrimento psíquico dificultam o acesso ao cuidado da saúde mental. O ser “terapeutizada” oferece benefícios significativos como autoconhecimento e equilíbrio emocional que são aspectos positivos tanto para o indivíduo como também para a sociedade, promovendo mais empatia e relações mais saudáveis. É fundamental fortalecer políticas públicas, educação e campanhas de conscientização para reduzir o estigma e valorizar a saúde mental como um direito de todos.

**Palavras-chave:** Saúde mental; Estigma social; Terapia

#### **Referências:**

ALVERGA, A. R.; DIMENSTEIN, M.A reforma psiquiátrica e os desafios na desinstitucionalização da loucura, *Interface*, v. 10, p. 299-316, 2006.

LEITE, Marília Aparecida Carvalho; NOGUEIRA, Denismar Alves; TERRA, Fábio de Souza. Avaliação da autoestima em pacientes oncológicos submetidos a tratamento quimioterápico. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, v. 23, n. 6, p. 1082-1089, 2015. DOI: 10.1590/0104-1169.0575.2652

PEREIRA, Larissa Mirelle de Oliveira; CECÍLIO, Sávio Gabriel; SUPPO, Priscila Duarte; OLIVEIRA, Mariana de Moura. O estigma da saúde mental. *Contribuciones a las Ciencias Sociales*, v. 18, n. 2, p. 101, 2025. DOI: 10.55905/revconv.18n.2-101

VANTI, N. A. P. Da bibliometria à webometria: uma exploração conceitual dos mecanismos utilizados para medir o registro da informação e a difusão do conhecimento. *Ciência da Informação*, v. 31, n. 2, 2002. DOI: 10.1590/S0100-19652002000200016.