



VAMOS FALAR SOBRE SAÚDE MENTAL?

VOCÊ SABE O QUE É PSICOFOBIA?

Psicofobia é o preconceito contra as pessoas com transtornos e deficiências mentais. O estigma direcionado à pessoa com transtorno mental intensifica ainda mais o sofrimento delas.

Frases como: “Depressão é coisa de preguiçoso”, “Para de frescura”, “Só quer chamar atenção” e “Vai trabalhar que passa” não são estranhas para quem possui transtorno mental e muitas vezes dificultam a procura por um tratamento adequado com profissionais da saúde capacitados para ajudar, psicólogos e psiquiatras.

Transtorno mental não é frescura. Quem o tem, merece ser tratado com respeito e dignidade, como todo ser humano. Pessoas que realizam tratamento adequado podem manter a vida de forma funcional, vivendo relacionamentos saudáveis e felizes.

É preciso falar sobre saúde mental sempre. Acabar com o preconceito é um grande passo a ser dado para qualquer sociedade que queira viver com mais qualidade.

Por isso, exercite a empatia:

- Não julgue o comportamento do outro;
- Evite comentários desrespeitosos;
- Informe-se sobre transtornos mentais.



FABÍOLA GUZZO
PSICÓLOGA/ CRP 12/12558

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSIQUIATRIA. Site. Arquivos - Psicofobia.

Disponível em: <http://www.abp.org.br/portal/category/psicofobia/>. Acesso em: 19 abr. 2018.

CONSELHO REGIONAL DE PSICOLOGIA DO RIO GRANDE DO SUL

18 de maio - Dia Nacional da Luta Antimanicomial.

Disponível em: <<http://www.crprs.org.br/upload/noticia/arquivo334.pdf>>. Acesso em: 19 abr. 2018.