

Saúde mental – tabus referentes aos transtornos mentais

Giovanna de Oliveira¹
(orientador: Jean Kissler Frank²)

Resumo: Este artigo apresenta o contexto sociocultural que acolhe tabus sobre transtornos mentais e a busca de atendimento psicológico. Apresenta também a importância da grande mídia para a divulgação de informações acerca desse assunto e para a eliminação dos preconceitos.

Palavras Chave: tabu; transtorno mental; saúde mental.

Abstract: This article presents the sociocultural context in which taboos about mental disorders and the prejudices about searching for psychological care arise. It also presents the role of the great media for the spread of informations about these subjects and for elimination of prejudices.

Keywords: taboo; mental disorder; mental health.

Introdução

A saúde mental é um tópico extremamente importante a ser discutido. Há anos, médicos e cientistas aperfeiçoam seus estudos sobre a área, a fim de entender a complexidade da mente humana. A partir de pesquisas, sabe-se que no Brasil, por diversas razões, milhares de pessoas possuem algum tipo de transtorno mental, o que faz com que o país esteja no topo de *rankings* mundiais da OMS. Até o presente momento (2021), o Brasil é considerado o país mais ansioso do mundo e o quinto país mais depressivo das Américas.

No entanto, apesar desses transtornos estarem se tornando cada vez mais comuns, ainda existem muitos estigmas relacionados a eles, bem como à terapia. Há diversos preconceitos, de há muito arraigados, sobre as pessoas que sofrem com esses transtornos, vistos, por vezes, como indivíduos maus e perigosos, casos de internação.

Esses preconceitos dificultam a busca por tratamentos psicológicos que são essenciais, não apenas para aqueles que possuem alguma doença, mas também para os que têm uma saúde mental instável. Uma mente enferma influencia a saúde do corpo e só assim muitas pessoas acabam por entender a importância de receber ajuda de profissionais.

Justificativa

Nos últimos anos, houve um aumento drástico do número de pessoas que possuem algum tipo de transtorno mental, principalmente a depressão e a ansiedade. Segundo a OMS, 9,3% dos brasileiros sofrem de ansiedade. Além disso, é também o segundo país com maior número de depressivos (5,8% da população) das Américas. Porém, infelizmente, a busca de tratamento psicológico é ainda tabu na sociedade. Daí a importância de buscar as razões desses índices tão alarmantes e entender a importância do tratamento psicológico ou psiquiátrico e a desmistificação de preconceitos relacionados aos transtornos e a seus tratamentos.

¹. Aluna do 3º ano do Ensino Médio do Colégio Luterano São Paulo.

². Professor de Ensino Religioso e Educação Sócio-Emocional do Colégio Luterano São Paulo.

Objetivos

Objetivos específicos

- Relatar dados sobre a atual situação brasileira e mundial em relação aos transtornos mentais.
- Explicar brevemente como são alguns transtornos, quais as consequências e como as pessoas que os possuem são afetadas.
- Apresentar a visão da sociedade e seus estigmas sobre esses transtornos.
- Evidenciar a importância da ajuda psicológica/terapêutica/psiquiátrica.
- Compreender como a divulgação da informação pode levar a uma maior conscientização e diminuição dos tabus visando um considerável aumento de pesquisas por tratamentos.
- Desmitificar posições falaciosas e preconceituosas referentes à terapia e aos transtornos.

Metodologia

Como metodologia para realizar esta pesquisa e estudar os tópicos anteriormente citados, foram utilizadas apenas fontes de pesquisa indireta. Os dados provêm de fontes bibliográficas como: artigos, estatísticas, gráficos, informações e reportagens. Alguns filmes e livros também serão consultados, de maneira a serem usados como referência e/ou exemplo.

1. Situação da saúde mental da população nos últimos anos e impacto causado pela pandemia do coronavírus.

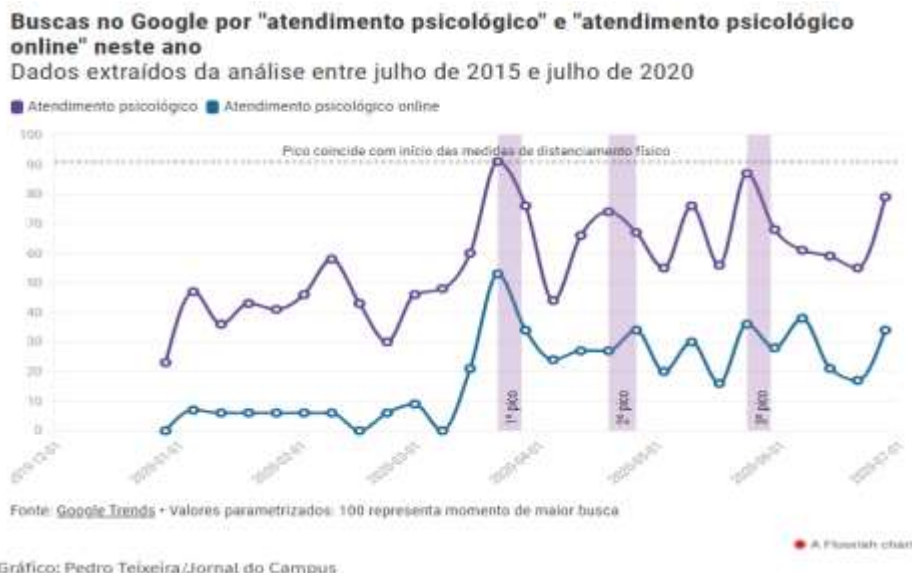
A saúde mental é um assunto que vem sendo cada vez mais explorado e comentado na mídia. Isso se deve a uma maior especialização na área da psicologia e psiquiatria, que vão aos poucos desvendando a mente humana e propondo tratamentos melhores para pacientes que antes costumavam ser negligenciados.

A cada pesquisa feita sobre essa temática, fica mais evidente a importância de normalizar assuntos referentes à saúde mental. Há algumas décadas, saúde mental era um quesito intocável, as informações que chegavam à população eram insuficientes para se ter um entendimento completo e assim, acarretavam visões estereotipadas. Por essa razão, são comuns falas de pessoas das gerações passadas afirmando que transtornos mentais como depressão e ansiedade não existiam, quando na verdade, essas doenças apenas não eram abordadas tão abertamente como na atualidade.

Junto com o aperfeiçoamento dos estudos de doenças mentais e a velocidade de propagação que a grande mídia proporciona, há uma facilidade maior na identificação de sintomas pertencentes às doenças por parte dos pacientes e é por isso que a contabilização de dados mais aproximados sobre a quantidade de pessoas que possuem algum transtorno é mais exata. Essa é a razão das pessoas conseguirem seus diagnósticos cada vez mais cedo e essas doenças mentais se tornarem gradativamente mais comuns.

Todos os anos são feitos diversos levantamentos estatísticos para controle e maior entendimento de como a sociedade é afetada com o decorrer dos acontecimentos relevantes da contemporaneidade. A Organização Mundial da Saúde (OMS) declarou que o Brasil é atualmente, o país mais ansioso do mundo e o quinto mais depressivo. Um fato alarmante que suscita questionamentos, que serão respondidos posteriormente, tais como: Por que isso acontece? Há uma maneira de conter essa situação? Irá melhorar ou piorar com o passar do tempo?

Diante da pandemia de Covid-19, houve o surgimento de muitas incertezas, preocupações e medos – com relação à crise econômica, ao colapso do sistema de saúde e ao fato do fim da pandemia ser imprevisível –, daí a tendência a que haja uma piora na saúde mental da população. Isso é comprovado pela pesquisa feita pelo Jornal do Campus da USP (gráfico abaixo), cujo objeto de pesquisa foram as buscas por atendimento psicológico no Google de janeiro a julho de 2020.



Analisando o gráfico, percebe-se que os picos das buscas coincidem com as datas de anúncio de medidas mais restritivas de isolamento social. Isso indica que um maior número de pessoas está sentindo necessidade de ajuda psicológica e que houve um agravamento considerável do nível de saúde mental da população nos últimos anos.

2. Os transtornos mais comuns e potencializados pelo contexto atual.

Para melhor entendimento do assunto, três dos transtornos mentais que mais atingem a humanidade atualmente, serão apresentados, apontando seus respectivos sintomas, consequências, causas e o modo como o panorama mundial está afetando os indivíduos que os possuem.

2.1. Depressão

A chamada “doença do século” é uma das mais discutidas atualmente devido a sua gravidade e ao fato de que o aumento dos casos seja colossal. Segundo a Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), aproximadamente 300 milhões de pessoas sofrem de depressão no mundo inteiro, majoritariamente mulheres. Essa doença é caracterizada por tristeza profunda e falta de interesse em atividades cotidianas ou de lazer que antes eram consideradas prazerosas. Há também, um sentimento de culpa e baixa autoestima. Os sintomas também refletem-se no estado comportamental, gerando alteração do sono e apetite, cansaço e falta de concentração. A depressão é a doença mais incapacitante do mundo, impede o indivíduo de realizar atividades rotineiras necessárias, dificulta os relacionamentos interpessoais e profissionais e em casos graves, pode induzir a pensamentos suicidas.

2.2. Ansiedade

O transtorno de ansiedade, que de acordo com a OMS atinge hoje mais de 18 milhões de pessoas só no Brasil, é bem diferente da ansiedade considerada normal. A ansiedade pode ser um sentimento humano natural, ante para uma situação de medo ou insegurança, como por exemplo, uma apresentação, um encontro, uma entrevista de emprego, etc. Em uma página dedicada exclusivamente à saúde mental do site do hospital Albert Einstein, é feita a comparação do sentimento de ansiedade a um estado de alerta, que ao se tornar exagerado e constante, resulta em problema emocional.

Para ser considerado como transtorno de ansiedade, esse “estado de alerta” deve permanecer por, no mínimo, seis meses, aprisionando o indivíduo a uma angústia. Os sintomas mais comuns são: palpitações, sudorese, inquietação, pensamento acelerado, dificuldade de concentração, irritabilidade, entre outros. Tal como a depressão, a ansiedade também dificulta as relações sociais.

2.3. Transtorno afetivo bipolar

O transtorno afetivo bipolar ou bipolaridade, é caracterizado como a alternância entre episódios de mania e depressão, podendo haver um intervalo assintomático entre ambos. Os sintomas da fase depressiva são semelhantes aos da depressão. Já a mania tem como sintomas, um estado de euforia, pensamento acelerado, excesso de autoconfiança, irritabilidade, entre outros.

Essa troca de estados costuma ser gradual, porém pode ocorrer também repentinamente. As fases de mania e depressão não têm uma duração específica, podem durar dias ou até meses; também não têm intensidade específica, variam entre leve, moderada e grave. A duração e a intensidade dos sintomas dependem do tipo de bipolaridade: transtorno bipolar tipo 1, transtorno bipolar tipo 2, transtorno misto ou não identificado e transtorno ciclotímico.

Esse transtorno atinge principalmete homens e mulheres na média dos 15 a 25 anos de idade. O diagnóstico é complexo, demorado e deve ser feito com cautela para evitar confusão com outros transtornos. No presente momento, a OPAS relata que aproximadamente 60 milhões de pessoas possuem o transtorno afetivo bipolar no mundo todo, porém ainda assim, esse transtorno é tratado com descaso, em virtude da palavra “bipolar” ter se popularizado com significado estereotipado e equivocado.

2.4. As causas dos transtornos

As causas desses transtornos são diversas, podem advir de predisposição do próprio corpo (disfunções da tireoide, como hipotireoidismo, podem influenciar no aparecimento do transtorno afetivo bipolar, por exemplo). O fator genético também pode tornar as pessoas mais propensas a transtornos. Entretanto, não só fatores internos, mas também externos, podem ser essenciais para a aquisição de transtornos mentais. Nesse sentido, deve ser considerado todo o histórico de vida do paciente: falecimento de entes queridos, acidentes graves, abusos na infância, dependência química, má conduta familiar, bullying, relacionamentos abusivos etc.

Ademais, os eventos de vida produtores de estresse (EVPE) estão diretamente relacionados com o desenvolvimento de doenças mentais:

Na América Latina, e no Brasil em particular, existe uma série de fatores que contribuem para a elevada prevalência de eventos de vida

estressantes e de transtornos mentais na população, tais como processos acelerados de urbanização e industrialização, acesso desigual aos cuidados de saúde, condições de moradia inadequadas, distribuição desigual da renda, desemprego, altas taxas de violência e criminalidade. (LOPES, FAERSTEIN, CHOR, 2003)

De acordo com esse mesmo artigo, “ter passado por dificuldades financeiras graves” foi apontado como um EVPE assíduo. É coerente que no Brasil, um país que está sempre saltando de crise em crise no setor econômico, a questão financeira seja o maior evento estressante.

O maior produtor de estresse nesse momento é indubitavelmente a pandemia do coronavírus. O medo de contrair a doença, o isolamento social, a dramática mudança repentina da rotina e a perda de pessoas próximas, são todos motivos que fizeram com que a saúde mental dos brasileiros piorasse consideravelmente: “os casos de depressão aumentaram 90% e o número de pessoas que relataram sintomas como crise de ansiedade e estresse agudo mais que dobrou entre os meses de março e abril deste ano.” (GAMEIRO, 2020).

Por fazer parte da realidade do ser humano, o estresse e as doenças mentais são frequentemente exibidos nas obras literárias e no cinema de arte. No tópico a seguir, serão analisadas as representações de tabus diante de alguns personagens de Machado de Assis (1839-1908) e de filmes de diretores como Todd Phillips e M. Night Shyamalan.

3. A retratação do estigma através das obras: um contexto histórico entre os séculos XIX e XXI

Embora o século XXI seja o século da informação (em razão da globalização da internet), a sociedade continua perpetuando um intenso estigma em relação a transtornos mentais. Juntamente com a tecnologia, a ciência também foi se aperfeiçoando, desde os primórdios da psicanálise de Freud, até os dias de hoje. Mas infelizmente, a sociedade não parece ter sido capaz de acompanhar essa evolução. O estigma criado sobre os transtornos da mente não é algo recente, ele existe desde séculos passados.

3.1. Tabu em *Quincas Borba*

Na narrativa machadiana *Quincas Borba*, o personagem principal Rubião é um bom exemplo de como a sociedade do século XIX lidava com os enfermos. No livro, em função de vários fatores, Rubião acaba por enlouquecer e a reação imediata de todos os seus conhecidos é de estranhamento e conseqüente afastamento.

É necessário apontar que em nenhum momento, foi oferecido tratamento psiquiátrico a Rubião, ele foi internado em uma casa de saúde onde o médico dizia que seu quadro clínico melhoraria em seis meses. Ainda que Rubião fosse submetido a qualquer tipo de tratamento psiquiátrico, a possibilidade de que seu quadro não se revertesse era grande, visto que as áreas de psiquiatria e psicologia eram rudimentares. Naquela época os médicos (e a sociedade inteira) tratavam qualquer pessoa fora de sua sanidade mental com total exclusão, sem trabalhar pela inclusão desses indivíduos no convívio em sociedade. Na tese de doutorado “Uma compreensão da loucura em *Quincas Borba*, *O louco do Cati* e *O Grande Mentecapto*” de Maraiza A. R. de Castro da UNESP, foi feita a seguinte análise:

Pode-se notar que Rubião é diagnosticado como louco com base em um julgamento moral dos demais personagens, pois, de acordo com Ferraz (2000, p. 101), “o diagnóstico de doente mental conteria, na verdade, um julgamento moral do comportamento do indivíduo desviante, que seria tomado por doente em virtude de não conseguir entrar em harmonia com os interesses da sociedade”. Portanto, percebe-se que o diagnóstico da loucura é uma construção social que tem sempre como medida o *outro*, o *não-louco*. (CASTRO, 2018, p. 133)

Assim, o diagnóstico de loucura do personagem principal foi dado por seus próprios “amigos” antes que os médicos pudessem examiná-lo. O julgamento vindo do meio social fica ainda mais escancarado, quando em um de seus delírios pela rua, um grupo de crianças faz chacota de Rubião, sendo que nesse grupo havia um garoto cuja vida havia sido salva por Rubião tempos atrás.

3.2. Tabu em *Coringa*

Avançando para nossos dias, a referência agora é o filme *Coringa* lançado em 2019, com o enredo centrado em 1981. O filme é um drama que dá palco ao arqui-inimigo do super-herói Batman, mostrando a história de Arthur Fleck – mais tarde conhecido como Coringa – que é repleta de vários eventos traumáticos e estressantes.

Durante a trama são apresentados ao espectador, diversos eventos produtores de estresse que são vividos pelo protagonista, a começar pela frustração de Arthur em ter um trabalho desgastante e que o faz infeliz. Desde já, é possível perceber o preconceito carregado pelo meio social do ambiente de trabalho de Arthur, quando seu chefe diz a seguinte frase a respeito de sua condição³: “Os outros caras não se sentem à vontade perto de você Arthur, porque te acham estranho.” (CORINGA, 2019).

É importante destacar, que por mais que o “louco” seja visto como alguém “alienado”, que vive fora da realidade, Arthur Fleck se mostra completamente conectado aos acontecimentos da realidade em que vive, mas não consegue enxergar o humano que existe por trás de sua doença. Em seu diário, Fleck anota: “A pior parte de ter uma doença mental é que as pessoas esperam que você se comporte como se não a tivesse”, mostrando que o julgamento das pessoas sobre a doença que ele tem o afeta intensamente. Fleck divide essa frustração com sua médica, mas em uma das consultas ele diz que sente que ela, assim como as outras pessoas, não lhe dá muita importância. Também existe negligência do Estado, que corta a verba do serviço social e assim, ele fica sem as sessões de terapia e sem os remédios. Mais tarde no filme, Arthur revela essa frustração com a negligência do Estado, quando menciona que por ser doente mental, foi abandonado e tratado como lixo pela sociedade, situação comprovada quando no final da trama ele foi preso no manicômio.

Criando um paralelo entre *Quincas Borba* e *Coringa*, cujos enredos se passam com mais de um século de diferença, o comportamento da sociedade em relação a pessoas que possuem algum tipo de doença mental não evoluiu muito. Em ambas as histórias, os protagonistas são julgados, agredidos e excluídos da sociedade, a única diferença é que Rubião por ser rico, tinha sempre pessoas a sua volta tentando “ajudar” de alguma maneira, mesmo que ineficaz; já Arthur era pobre e solitário e não tinha ninguém disposto a ajudá-lo.

³ O personagem principal possui uma condição, cujo o nome não foi citado, que incita uma risada que não condiz com a emoção que ele está sentindo no momento. Essa condição cria momentos embaraçosos e de estranhamento, por isso ele carrega consigo um cartão justificando a posse dessa condição, para evitar mal entendidos.

3.3. Tabu em *Fragmentado*

Para os dias atuais, a referência é o filme *Fragmentado*, lançado em 2016 (o enredo se passa no mesmo ano). No filme, o protagonista é Kevin, que tem transtorno dissociativo de identidade (TDI) com 24 personalidades. Sendo que algumas delas sequestram três meninas e as mantêm em cativeiro. Nesse filme, não é muito retratado como a sociedade reage a sua condição, isso acontece porque a maioria das personalidades se portam de um jeito considerado “normal”, sendo o transtorno imperceptível. A única pessoa que sabe da doença é a psicóloga que cuida dele, e ela aponta que o TDI é um transtorno incompreendido.

A problematização sobre esse filme é devida à estigmatização que ele carrega. O filme pressupõe que o TDI seja perigoso pelo fato de o protagonista aparecer na maior parte do filme como um psicopata violento, sendo que a violência entre as pessoas com TDI é muito rara. Infelizmente, é comum roteiristas e diretores usarem doenças mentais em filmes de terror e suspense para aumentar a audiência, o que ajuda na rotulagem como violentas de pessoas com doenças mentais.

Concluindo, em comparação com as outras obras citadas anteriormente, em *Fragmentado* a vontade de ajudar o portador do transtorno é verdadeira e genuína. É possível perceber maior intenção em buscar compreender a pessoa que sofre de qualquer transtorno.

É possível afirmar diante dessas obras, que o tabu em relação aos transtornos mentais origina-se de uma construção social sem base científica e que há uma tremenda exclusão daqueles que sofrem de transtornos. A desconstrução dos tabus perdura até hoje e acontece lentamente. Contudo, a globalização permitiu que informações sobre vários transtornos mentais fossem propagadas em massa, o que é de extrema importância no combate aos tabus. Ademais, a representação de personagens com transtornos também leva muitas pessoas a com elas se identificarem e contribuir ainda para o autoconhecimento nessa área.

4. A importância da grande mídia na quebra dos tabus

Os tabus que foram socialmente construídos podem resultar em ignorância naqueles que não possuem nenhum transtorno mental ou não convivem com alguém que os tenha. Por causa dessa ignorância, pessoas com doenças mentais são, há muitas gerações, rotuladas; esses rótulos, muitas vezes, impedem que um indivíduo que necessita de ajuda psicológica e/ou psiquiátrica tenha a iniciativa de buscá-la, justamente por induzirem uma opinião negativa sobre a terapia. Foi atestado em um estudo da revista de enfermagem da USP: “*A doença mental sob o olhar de pacientes e familiares*”, que os pacientes cujas famílias proporcionavam melhor assistência e tolerância, tiveram melhores resultados no tratamento. Em conclusão, é indispensável que haja desconstrução do preconceito em relação ao portador do transtorno e às pessoas de seu convívio.

Alguns transtornos que antes eram invisíveis, como depressão e ansiedade por exemplo, agora graças à grande era da informação, ganharam a visibilidade que merecem. Contudo, por causa dessa conscientização ter chegado tão tardiamente, muitas pessoas, principalmente das gerações passadas, ainda não compreendem a gravidade desses transtornos. É muito comum que pessoas depressivas sejam

chamadas de pessimistas, preguiçosas e frescas, exatamente porque há algumas décadas, esse assunto era pouco debatido.

Nos últimos anos, campanhas têm sido realizadas com o intuito de conscientizar a população sobre esse assunto. Uma delas é a campanha do Setembro Amarelo, criada em 2015 pelo Centro de Valorização da Vida (CVV), pela Associação Brasileira de Psiquiatria e pelo Conselho Federal de Medicina, que aborda a prevenção do suicídio. A prova de que a conscientização é a chave para a quebra dos tabus, é o considerável aumento nas pesquisas do Google por atendimento psicológico (indicado no gráfico abaixo). O grande pico de pesquisas em 2020 certamente é fruto da pandemia, cujo desespero generalizado foi motivo para a piora da saúde mental da nação brasileira, que acabou por estimular debates envolvendo o tema. Entretanto, só pesquisar por atendimento psicológico não assegura que todas as pessoas realmente o farão, mas garante que exista um interesse que antes se mostrava mínimo.



Atualmente mais de 80% dos domicílios têm acesso à internet no Brasil, segundo o IBGE. A maioria esmagadora dos usuários são crianças de 10 a 13 anos e jovens de 20 a 29 anos. Os grupos que não mantêm contato com a internet podem obter conhecimento através da televisão, visto que menos de 3% dos lares brasileiros não assistem a televisão. Grandes emissoras têm feito matérias que abordam o tema da saúde mental, como por exemplo a Tv Globo que fez matérias sobre ansiedade com o doutor Drauzio Varella.

5. A importância de buscar tratamento

É preciso compreender os motivos que impedem que as pessoas busquem ajuda psicológica, para que assim, esses obstáculos sejam vencidos. Os maiores obstáculos para que essa iniciativa aconteça são os tabus citados anteriormente, a não identificação dos sintomas e a falta de acessibilidade. A complexidade da identificação dos sintomas está intimamente ligada à falta de informação. Em transtornos como a ansiedade por exemplo, um sentimento comum é a aceleração repentina dos batimentos cardíacos. Esse sintoma é automaticamente associado a problemas cardíacos. Em consequência de a saúde mental não ser visível e palpável, como uma escoriação, por exemplo, é preciso esforço para notar o adoecimento da mente.

A questão da acessibilidade pode ser resolvida com aumento dos serviços gratuitos de atendimento, já que sessões de terapia pagas podem ser inacessíveis para grande parte da população. Já as questões da não identificação de sintomas e dos tabus sobre o assunto, podem ser resolvidas a partir da maior conscientização da população. De acordo com especialistas envolvidos na campanha do Setembro Amarelo, conscientizar e incentivar as pessoas a falarem sobre sua saúde mental, seja com amigos ou parentes próximos ou profissionais, evita 9 em cada 10 atos suicidas.

Portanto, mostra-se de extrema importância a difusão de informação e a promoção de debates que abordem o tema “saúde mental” nas redes sociais e em programas de televisão, em campanhas governamentais do Ministério da Saúde, em palestras nas escolas, do ensino fundamental ao ensino médio etc.

O tratamento psicológico não é recomendado apenas para aqueles que possuem transtornos mentais; todos podem recorrer ao atendimento psicológico, que ajudará no gerenciamento dos relacionamentos e no enfrentamento dos problemas do dia a dia quando se tornarem angustiantes ou até incapacitantes. O atendimento psiquiátrico tratará das doenças mentais, podendo receitar o uso de remédios. É comprovado que quanto mais se adia o tratamento, maior o risco de deterioração do quadro do paciente, qualquer que seja a doença.

Considerações finais

Os tabus sobre os transtornos mentais estão representados nas mais diversas obras literárias e cinematográficas desde os séculos passados. Apesar dos registros apontarem que a existência desses tabus é antiga, foi só nas últimas décadas que ocorreram os debates necessários que objetivavam incentivar a busca de ajuda profissional, quando necessária, e acabar com a visão equivocada sobre as pessoas que possuem algum transtorno.

Devido à proporção que os casos de doenças como a depressão e a ansiedade tem tomado e agora potencializados com a pandemia do coronavírus, foi percebida pela sociedade a necessidade de tirar o tema “saúde mental” das páginas dos livros e das telas do cinema e trazê-lo para a vida real. Do mesmo modo que a mídia contribui para a representação de personagens que possuem transtornos mentais, ela também contribui para a difusão de oportuna informação, tarefa indispensável para a eliminação dos estereótipos presentes em nossa sociedade.

Os debates e a popularização desse tema permitem que as pessoas consigam se libertar de algo que antes era motivo de vergonha e exclusão. Como eliminar tabus referentes aos transtornos mentais? Eliminando nossa estranha aversão ao estranho e nos permitindo ressignificar ideias erradas construídas socialmente.

Referências Bibliográficas

ARAUJO, Ricardo Henrique; ANDRADE, Joice Cavalcante. **O tabu dos povos primitivos e o estigma das sociedades atuais: as duas faces de um mesmo fenômeno psicanalítico e sociológico**. Cogito, Salvador, v. 13, p. 58-62, nov. 2012. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1519-94792012000100009&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 18 mar. 2021.

ASSIS, Machado de. **Obra Completa. vol. I**. Rio de Janeiro: Nova Aguilar, 1994. Disponível em: <http://www.dominiopublico.gov.br/download/texto/bv000243.pdf>. Acesso em 15 mar. 2021

BRASIL, Cristina Índio do. **Sobe para 82,7% percentual de domicílios com internet, diz IBGE**. Rio de Janeiro: Agência Brasil, 2021. Disponível em: <<https://agenciabrasil.ebc.com.br/geral/noticia/2021-04/sobe-para-827-percentual-de-domicilios-com-internet-diz-ibge>>. Acesso em: 30 jun. 2021.

CANDIDO, Maria Rosilene et al. **Conceitos e preconceitos sobre transtornos mentais: um debate necessário**. SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. (Ed. port.), Ribeirão Preto, v. 8, n. 3, p. 110-117, dez. 2012. Disponível em

<http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762012000300002&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 18 mar. 2021.

CARVALHO, Diogo Tulio Wernik de. **Setembro amarelo - mês da prevenção do suicídio**, Tribunal de Justiça do Distrito Federal e dos Territórios, disponível em: <<https://www.tjdft.jus.br/informacoes/programas-projetos-e-acoas/pro-vida/dicas-de-saude/pilulas-de-saude/setembro-amarelo-mes-da-prevencao-do-suicidio>>. Acesso em: 11 maio 2021.

CASTRO, Maraiza Almeida Ruiz de. **Uma compreensão da loucura em Quincas Borba, O louco do Cati e O Grande Mentecapto**. São Paulo: Unesp, 2018. Disp. em: <<https://repositorio.unesp.br/handle/11449/152908>>. Acesso em: 21 jun. 2021.

GAMEIRO, Nathália. **Depressão, ansiedade e estresse aumentam durante a pandemia**. 2020. Fiocruz Brasília. Disponível em: <https://www.fiocruzbrasil.fiocruz.br/depressao-ansiedade-e-estresse-aumentam-durante-a-pandemia/>. Acesso em: 10 set. 2021.

LOPES, C. S.; FAERSTEIN, E.; CHOR, D. **Eventos de vida produtores de estresse e transtornos mentais comuns: resultados do Estudo Pró-Saúde**. Cadernos de Saúde Pública, v. 19, n. 6, p. 1713–1720, 2003. Disponível em: <<https://www.scielosp.org/article/csp/2003.v19n6/1713-1720/pt/>>. Acesso em: 14 Jun. 2021.

LÓPEZ, Maria Laura. **Crescem busca por terapia e número de projetos envolvendo o tema**. São Paulo: Jornal do campus, 2020. Disponível em: <http://www.jornaldocampus.usp.br/index.php/2020/07/crescem-busca-por-terapia-e-numero-de-projetos-envolvendo-o-tema/>. Acesso em 16 mar. 2021

NETO, Alfredo Maluf; FELDMAN, Ricardo; NOGUCHI, Denise Tiemi; *et al.* **Saúde Mental**. Einstein.br. Disponível em: <<https://www.einstein.br/saudemental>>. Acesso em: 19 Mar. 2021.

PHILLIPS, Todd. **Coringa**. Veneza: Warner Bros Pictures, 2019.

SHYAMALAN, M. Night. **Fragmentado**. Filadélfia: Universal Pictures, 2016.

SPADINI, Luciene Simões; SOUZA, Maria Conceição Bernardo de Mello e. **A doença mental sob o olhar de pacientes e familiares**. Rev. esc. enferm. USP, São Paulo, v. 40, n. 1, p. 123-127, Mar. 2006. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342006000100018&lng=en&nrm=isso>. Acesso em 18 mar. 2021.

VIANA, Luana. **Falta de informação ajuda a estigmatizar transtornos mentais**. Internet: Drauzio Varella – uol, 2017. Disponível em: <https://drauziovarella.uol.com.br/reportagens/falta-de-informacao-ajuda-a-estigmatizar-transtornos-mentais/>. Acesso em 15 mar. 2021

Recebido para publicação em 30-09-21; aceito em 14-10-21