

## DOENÇAS MENTAIS: COMPREENDENDO O ASSUNTO E SEU CRESCIMENTO NA ATUALIDADE

Caio João Marinho Peixoto<sup>1</sup>, Daniel Fedrizzi Meneghini<sup>1</sup>, Matheus Fatah Alencar<sup>1</sup>, Miguel Fernandes Roveri<sup>1</sup>, Clayton Peixoto de Souza<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Colégio Status – Campo Grande- MS

caiojmp2010@gmail.com

meneghinidaniel659@gmail.com

[alencarpositivo@gmail.com](mailto:alencarpositivo@gmail.com)

[miguel.froveri@gmail.com](mailto:miguel.froveri@gmail.com)

claytonps10@gmail.com

Área/Subárea: - Ciências Humanas; Sociais Aplicadas e Linguística e Artes / Psicologia

Tipo de Pesquisa: Científica

**Palavras-chave:** Saúde Mental. Psicoeducação. Prevenção.

### Introdução

As doenças mentais afetam o estado emocional, psicológico e comportamental de uma pessoa, alterando sua forma de pensar, sentir e agir. Elas podem variar em gravidade e incluem transtornos como depressão, ansiedade, esquizofrenia e transtorno bipolar. Essas condições impactam a vida diária e as relações pessoais, frequentemente exigindo tratamento especializado para manejo e recuperação. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), as doenças mentais envolvem alterações no pensamento, humor ou comportamento que causam sofrimento e prejudicam o funcionamento em áreas importantes da vida, como o trabalho e as relações sociais (OMS, 2022). Não decorrem de fraqueza ou mau caráter, mas de uma combinação de fatores genéticos, sociais e culturais, além de traumas, abusos e a capacidade de lidar com emoções e interações interpessoais.

Embora não tenham cura definitiva, as doenças mentais podem ser tratadas e seus impactos reduzidos através de abordagens que incluem o apoio de serviços de saúde e a busca de ambientes que favoreçam a adaptação. Essas estratégias ajudam a manejar os sintomas e melhoram a qualidade de vida dos indivíduos afetados (OMS, 2022). O tema é relevante devido ao impacto significativo que as doenças mentais têm na vida das pessoas, causando sofrimento, comprometendo atividades diárias e afetando relações pessoais e profissionais. O custo econômico associado ao tratamento e à perda de produtividade também é elevado. Compreender o aumento dessas doenças é fundamental para investir em estratégias de prevenção e reduzir esses custos. Além disso, o preconceito em torno das doenças mentais é um obstáculo que impede muitas pessoas de buscar ajuda, agravando a condição. A pesquisa e a difusão de informações podem contribuir para a superação desse estigma.

O principal objetivo desta pesquisa é fornecer informações sobre as doenças mentais, visando compreender seu aumento e as formas de cuidado e prevenção. A pesquisa busca entender o que são as doenças mentais, acompanhar sua prevalência ao longo do tempo e difundir essas informações em feiras e discussões em sala de aula, promovendo uma maior conscientização entre os estudantes.

### Metodologia

Para a realização deste trabalho, foram realizadas coleta de dados por meio de pesquisa na internet, utilizando artigos, sites e outras fontes relevantes. Foram feitas anotações em diários de bordo, assistidos vídeos relacionados ao conteúdo e com a experiência de profissionais especializados na área. Além disso, foram examinados trabalhos existentes sobre o tema e realizadas investigações sobre experiências de pessoas que já enfrentaram esses transtornos e resgistraram através de relatos e artigos..

### Resultados e Análise

As doenças mentais (transtornos mentais), interferem no funcionamento da pessoa e resultam em diversas consequências no indivíduo que sofre com ela, uma vez que pode gerar sofrimento e comportamentos disfuncionais. Toda e qualquer pessoa pode desenvolver esses transtornos ao longo da vida, pois há diversas influências. Para Polanczyk (2009) os transtornos surgem a partir de fatores diversos, complexos e que se relacionam entre si, entre eles, fatores genéticos, sociais, econômicos, culturais e ambientais, além da capacidade de administrar as emoções, pensamentos, interações e outros.

As doenças mentais não têm cura definitiva, mas existem estratégias para reduzir seus impactos. Isso inclui buscar serviços de saúde de qualidade, apoio social, ambientes que favoreçam uma melhor adaptação e oportunidades de

emprego e moradia que promovam uma vida mais equilibrada. Além disso, é importante adotar práticas preventivas, como aprender a lidar com e cuidar das emoções, manejar o estresse (um fator significativo no desenvolvimento dos transtornos) e cultivar hábitos saudáveis (Associação Brasileira de Psiquiatria, 2023).

A OMS (2022) divulgou o seu maior relatório sobre saúde mental, nele apresenta dados alarmantes sobre o cuidado com a Saúde Mental e acrescenta a necessidade de uma mudança na perspectiva do cuidado com a mesma. A partir do mesmo relatório apresenta-se que em 2019 quase um bilhão de pessoas convive com algum tipo de transtorno mental, incluindo adolescentes. E que no primeiro ano de pandemia a depressão e ansiedade aumentou em 25%.

Ressalta ainda que apenas uma pequena fração das pessoas tem acesso ao tratamento e acompanhamento de qualidade e enfatiza a necessidade de uma mudança no estigma e na forma como a saúde mental é tratada (OMS, 2022).

Atualmente percebe-se mudanças em torno deste cuidado, decorrentes do Plano de ação Integral de Saúde Mental 2013-2030 (OMS, 2022), mas também da expansão da ideia do ser biopsicossocial, que permite a ampliação da visão sobre o ser humano e o surgimento de novas frentes como a Saúde Integrativa (Brasil, 2018).

### Considerações Finais

O estudo das doenças mentais é essencial para entender e possibilitar um tratamento eficaz desses transtornos, que afetam uma parte significativa da população global. Através da análise das causas, sintomas e tratamentos, ficou evidente que esses transtornos não resultam de fraqueza ou mau caráter, mas são condições complexas influenciadas por fatores genéticos, sociais, culturais e individuais. A pesquisa demonstra que, embora não exista uma cura definitiva para muitas dessas condições, é possível reduzir seu impacto através de intervenções adequadas e apoio profissional. Medidas como buscar serviços de saúde de qualidade, receber apoio social, adaptar o ambiente e adotar práticas de autocuidado podem melhorar significativamente a qualidade de vida dos indivíduos afetados.

Conclui-se que a conscientização e a educação sobre saúde mental são essenciais para enfrentar o estigma e promover um entendimento mais empático e informativo.

### Agradecimentos

Agradecemos ao Colégio Status pelo apoio e pela estrutura que foram fundamentais durante a realização deste trabalho. Também somos profundamente gratos ao nosso orientador, cuja orientação foi essencial para o sucesso deste projeto. Por fim, agradecemos às nossas famílias, que

sempre nos apoiaram com carinho e encorajamento em cada etapa dessa jornada.

### Referências

Associação Brasileira de Psiquiatria. Transtornos Mentais, 2022. Disponível em: <

<https://www.abp.org.br/c%C3%B3pia-jornal-ph-online>>

Acesso em: 04 de junho de 2024.

BRASIL, Ministério da Saúde. Glossário Temático - Práticas Integrativas e

complementares de saúde. Brasília - DF, 2018. Disponível em: <

[https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/glossario\\_tematico\\_praticas\\_integrativas\\_complementares.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/glossario_tematico_praticas_integrativas_complementares.pdf)> Acesso em: 04 de junho de 2024.

OMS. Organização Mundial da Saúde. Informe Mundial de Salud Mental - transformar la

salud mental para todos. Junho de 2022. Disponível em:

<<https://www.who.int/publications/i/item/9789240049338>> . Acesso em: 04 de junho de

2024.

Polanczyk, Guilherme V. Em busca das origens desenvolvimentais dos transtornos mentais.

Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rprs/a/Wmxwn9gdS9zvL6xWcSkg7gd/#>>

Acesso em: 04 de junho de 2024.