

O Estigma dos Transtornos Mentais

mitos e realidades sobre transtornos mentais

Suas crenças informam as suas ações
Então, quais são suas crenças sobre....

Causas dos transtornos mentais?

Pessoas com transtornos mentais?

Tratamentos para os transtornos mentais?

- **Pessoas com transtornos mentais** **geralmente** **são violentas**
- **Pessoas com transtornos mentais** **geralmente** **são incompetentes para tomar decisões por si mesmas.**

- **Pessoas com transtornos mentais não tem sentimentos.**
- **Pessoas com transtornos mentais não tem valor.**
- **Pessoas com transtornos mentais não merecem os mesmos direitos que as outras pessoas.**

Realidade

- Transtornos mentais não respeitam limites **sociais e demográficos**.
- A maioria das pessoas tem um **amigo, colega ou familiar** que tem ou teve algum transtorno mental.

Realidade

- A maioria das pessoas com transtornos mentais **tem vidas produtivas e positivas** quando recebem tratamento adequado.
- Algumas pessoas com transtornos mentais graves e persistentes **respondem mal aos tratamentos atuais** (da mesma forma que todas as outras doenças).

- Transtornos mentais são causados por possessões demoníacas ou espíritos malignos.
- Transtornos mentais são causados por “feitiços”, “mal olhados” ou forças espirituais negativas por pessoas que possuem poderes do mal.
- Transtornos mentais afetam as pessoas que pecaram e devem “pagar” pelos seus pecados.

- **Transtornos mentais são consequência de maldades feitas em vidas passadas.**

- **Transtornos mentais são consequências de maus cuidados maternos e famílias desestruturadas.**
- **Transtornos mentais são causados pelo estresse cotidiano.**

Realidade

- Os sintomas dos transtornos mentais são resultados de **mal funcionamento cerebral.**
- Transtorno mental não é causado **somente por estresse.**

- **Os tratamentos para transtornos mentais em geral não são efetivos.**

- **Pessoas com transtornos mentais não vão melhorar.**

- **Transtornos mentais são muito difíceis de tratar.**

- **Medicações psiquiátricas causam dependência.**

- **Vitaminas e repouso são tratamentos eficazes para os transtornos mentais.**

Realidade

- Existem **tratamentos eficazes** para a grande maioria dos transtornos mentais.
- A maioria das pessoas com transtornos mentais **melhoram.**

Realidade

- Transtornos mentais **não são mais difíceis de tratar** do que outras doenças físicas.
- A maioria dos medicamentos psiquiátricos atuais **não causam dependência.**

Realidade

- Tratamentos efetivos são determinados por **evidências científicas.**
- Orientação alimentar e atividade física **são tratamentos complementares** para transtornos mentais.