

An abstract painting of a person's face wearing a wide-brimmed hat. The colors are vibrant and expressive, with shades of green, yellow, red, and purple. The brushstrokes are visible, giving it a textured, expressive quality. The face is the central focus, with large eyes and a slightly open mouth. The hat is a simple, dark shape with a wide brim. The background is a mix of green and yellow tones.

R

# REABILITAÇÃO PSICOSSÓCIAL E INCLUSÃO NA SAÚDE MENTAL

DA BIOLOGIA À ECONOMIA DA SAÚDE  
DA INSERÇÃO À CRIAÇÃO ARTÍSTICA

Manuel Viegas Abreu  
João Pedro Leitão  
Eduardo Ribeiro dos Santos  
COORDENADORES

IMPRESA DA UNIVERSIDADE DE COIMBRA  
2014

## FAMILIARES DE PESSOAS COM DOENÇA MENTAL E A EXPERIÊNCIA DO ESTIGMA\*

Muitas vezes é negligenciado o facto de que são também as famílias das pessoas com doença mental que sofrem as circunstâncias e consequências da doença e não apenas as pessoas doentes.

Na sua grande maioria, os familiares do doente mental sentem-se desamparados e não sabem como lidar com a situação, prendendo-se o principal problema com a falta de informação sobre a doença.

No que respeita à redução do estigma, as principais acções a empreender são:

1. Capacitar os doentes e seus familiares, proporcionando-lhes dados factuais para reduzir os seus preconceitos e os seus medos;
2. Difundir mais conhecimentos sobre as doenças mentais e opções terapêuticas na população em geral e grupos específicos, como crianças em idade escolar e estudantes, em cooperação com os diferentes tipos de *mass media* (televisão, workshops, jornais);
3. Reduzir os receios através de uma interacção pessoal directa com pessoas com doença mental;

---

\* A inclusão deste texto no âmbito do Workshop dedicado ao “Estigma na doença mental: uma barreira a ultrapassar” tem plena justificação porque, não obstante a sua brevidade, constitui uma relevante e incisiva tomada de posição relativamente à falta de programas destinados a tornar os doentes e os seus familiares mais capazes de reduzir os seus preconceitos e os seus medos, proporcionando-lhes dados factuais e difundindo mais conhecimentos sobre as doenças mentais e opções terapêuticas. Trata-se de uma importantíssima chamada de atenção, baseada na experiência, acompanhada por uma proposta de acção relativamente a um eixo da reabilitação psicossocial que tem sido incompreensivelmente negligenciado, mas que é indispensável desenvolver. [Nota dos Coordenadores]

<sup>1</sup> EUFAMI – European Federation of Associations of Families of People with Mental Illness.

4. Permitir às pessoas com doença mental ter “voz própria” no sentido de ajudarem a mudar e melhorar a atitude dos médicos e dos profissionais de saúde de modo a reduzirem o preconceito e a discriminação;
5. Outras medidas de suporte seriam: encontrar porta-vozes e pessoas com influência social capazes de serem multiplicadores dos esforços de redução do estigma.

Apenas serão bem-sucedidas as medidas persistentes a longo prazo e os projectos que envolvam os doentes, os seus familiares e cuidadores, bem como os profissionais de saúde e o público em geral.