

17

NÚMERO 2

REVISTA
DIÁLOGO E
INTERAÇÃO

ISSN 1275-3687



FACCREI

<https://revista.faccrei.edu.br>

PSICÓLOGOS NO INSTAGRAM: A ABORDAGEM DE TRANSTORNOS MENTAIS E A PATOLOGIZAÇÃO DA VIDA NESTE ESPAÇO

PSYCHOLOGISTS ON INSTAGRAM: THE APPROACH TO MENTAL DISORDERS AND THE PATHOLOGIZATION OF LIFE IN THIS SPACE

Lorena Sthefany Maravilha de Lima*

André Benassuly Arruda**

RESUMO: Este trabalho tem como objetivo discutir a crescente popularidade de publicações acerca de transtornos mentais, feitas por psicólogos nas redes sociais, mais precisamente, no Instagram, e suas possíveis consequências. Psicólogos e psicólogas têm utilizado o Instagram como ferramenta de promoção de seu trabalho. São comuns as publicações que abordam principalmente, transtornos mentais. Como resultado disso, vemos cada vez mais crescente a onda de medicalização do sofrimento mental e a patologização da vida, através da crescente distribuição de diagnósticos, conforme Frances (2017). O trabalho se trata de uma pesquisa exploratória e etnografia virtual. Conclui-se, portanto, que é necessário um cuidado especial com a forma como um tema tão sério é tratado nas redes sociais, considerando o alcance massivo da internet e suas possíveis implicações.

PALAVRAS-CHAVES: Redes sociais. Psicólogos. Transtornos mentais. Medicalização. Patologização.

ABSTRACT: This paper aims to discuss the growing popularity of posts about mental disorders made by psychologists on social media, more precisely on Instagram, and its possible consequences. Psychologists have been using Instagram as a tool to promote their work. Posts dealing mainly with mental disorders are common. As a result, we see an ever-increasing wave of medicalization of mental suffering and the pathologization of life, through the growing distribution of diagnoses, according to Frances (2017). The work is exploratory research and virtual ethnography. It concludes, therefore, that special care needs to be taken with how such a serious topic is dealt with on social media, considering the massive reach of the internet and its possible implications.

KEYWORDS: Social networks. Psychologists. Mental disorders. Medicalization. Pathologization.

*Discente do curso de Psicologia da Faculdade dos Carajás, e-mail: lorelimapsi@gmail.com

**Docente do curso de Psicologia da Faculdade dos Carajás, Mestre em Psicologia pela UFPA.

RESUMEN: Este artículo pretende analizar la creciente popularidad de las publicaciones sobre trastornos mentales realizadas por psicólogos en las redes sociales, más concretamente en Instagram, y sus posibles consecuencias. Los psicólogos han estado utilizando Instagram como herramienta para promocionar su trabajo. Las publicaciones que tratan principalmente sobre trastornos mentales son habituales. Como resultado, vemos una creciente ola de medicalización del sufrimiento mental y la patologización de la vida, a través de la creciente distribución de diagnósticos, según Frances (2017). El trabajo es una investigación exploratoria y una etnografía virtual. Por lo tanto, concluye que hay que tener especial cuidado con la forma en que se trata un tema tan serio en las redes sociales, teniendo en cuenta el alcance masivo de Internet y sus posibles implicaciones.

PALABRAS CLAVE: Redes sociales. Psicólogos. Trastornos mentales. Medicalización. Patologización.

1 Introdução

Conforme a humanidade evoluía, suas formas de se comunicar também mudavam, considerando que a comunicação sempre foi uma ação necessária para construir as relações em sociedade de modo organizado e, a partir disso, possibilitar os avanços da sociedade e da socialização (De Barros *et al*, 2021). Atualmente, a internet é a responsável por expandir a comunicação, tornando possível que indivíduos se contatem mesmo que geograficamente distantes, através do celular, computadores e outros aparelhos.

Por meio da internet e das redes sociais, tornou-se possível acessar informações em segundos através de uma busca no Google, ferramenta virtual mundialmente utilizada com esse objetivo. Apesar de seus aspectos positivos e sua ampla gama de possibilidades, a internet também possui o seu lado obscuro, vide o fenômeno das notícias falsas, mais conhecidas como *fake news*, por exemplo, que circulam com facilidade nas redes sociais.

As redes sociais se tornaram populares entre as pessoas. Ter um perfil em uma rede social é estar integrado, é fazer parte de uma grande rede de conexão entre indivíduos. Sem dúvidas, um ambiente no qual muitos querem e gostam de estar. Essa popularidade alcançou não somente pessoas leigas, mas profissionais das mais diversas áreas que utilizam as redes sociais como ferramenta de promoção de seus

trabalhos, considerando o alcance delas. Não foi diferente com a Psicologia e, hoje, esse espaço virtual também deu lugar à disseminação de conteúdos em saúde mental (Melo, 2021).

A discussão sobre saúde mental aflorou consideravelmente durante a pandemia de COVID-19, quando boa parte das sessões de terapia migraram para o formato online, abrindo a porta também para que tal forma de atuação se tornasse popular entre profissionais de Psicologia, mesmo após os períodos de isolamento social (Castro, Guerin e Pimentel, 2022).

Apesar de a presença de profissionais de saúde mental nos espaços virtuais poder ser considerada positiva, ela pode trazer consigo alguns problemas. No Instagram, rede social de compartilhamento de fotos e vídeos, é possível encontrar inúmeros perfis de psicólogos e psicólogas que utilizam essa rede para se promoverem profissionalmente, fazendo isso através do compartilhamento de conteúdo de saúde mental. O tópico mais popular? Transtornos mentais. Esse tema aguça a curiosidade das pessoas e, após um considerável período em isolamento social, é inegável o quão afetada foi a saúde mental de muitos indivíduos.

Recentemente, uma matéria no Jornal Folha de São Paulo mostrou que, no Brasil, 52% dos indivíduos consideram que, em termos de bem-estar, a saúde mental é o principal problema no país (Folha, 2023). Com o crescente interesse em saúde mental, o número de publicações sobre o assunto também aumenta, sendo muito discutido em perfis leigos e profissionais no Instagram.

O cuidado com a saúde mental é o principal dever do psicólogo. Consoante a isso, está a responsabilidade pelo modo como esse cuidado será promovido. A ética e o compromisso científico devem ser considerados. Por isso, é necessário que o trabalho nas redes sociais se baseie em princípios éticos e científicos, a fim de que temas em saúde mental, principalmente diagnósticos, sejam compartilhados com qualidade e com a seriedade que cabem a tais temas.

Neste trabalho, será analisada a conduta do profissional de psicologia nas redes sociais e suas possíveis implicações ao abordarem transtornos mentais em suas postagens, considerando aspectos como a ética e a responsabilidade social que envolvem a prática da Psicologia independentemente de onde ela ocorra, atentando-

se também à influência da medicalização da saúde mental. Para tanto, foi realizada uma pesquisa exploratória, por meio do levantamento de material bibliográfico em plataformas como Scielo e Google Acadêmico. Além disso, foi realizada uma etnografia virtual a fim de melhor exemplificar a problemática abordada neste trabalho.

2 Desenvolvimento

Estar hoje nas redes sociais significa estar exposto a um bombardeio de informações, sejam elas positivas ou negativas. Com o desenvolvimento de algoritmos que fazem o trabalho de levar até os internautas assuntos que sejam de seus interesses, entramos em uma teia de temas que frequentemente ocuparão os nossos *feeds*, tela inicial de algumas redes sociais que contêm infinito conjunto de publicações.

Morais (2023), descreve o curso percorrido por conteúdos em saúde mental, que se inicia com um profissional publicando informações sobre algum transtorno mental, o internauta se interessa, lê, por vezes reconhece-se naquelas descrições, deixa uma curtida ou até um comentário na postagem. Esses passos são suficientes para que mais conteúdos sobre determinado transtorno mental apareçam mais vezes no seu *feed*. Mas, o que explicaria o interesse por tais conteúdos?

Nossa fragilidade emocional foi escancarada pelo período pandêmico, com o isolamento social, a incerteza sobre o novo vírus, a impotência diante de uma nova doença e o pior, inúmeras perdas de entes queridos, amigos, vizinhos e ídolos. Sem dúvidas, um fomento de mudanças na maneira que muitos tratavam sua saúde mental e um ponto de partida para o necessário debate sobre o assunto, como refletem Goecking *et al* (2021).

A partir de então, as dúvidas sobre a temática, o desenvolvimento e a descoberta de alguns transtornos mentais também aumentaram consideravelmente, de modo que a busca por terapia também se intensificou (Castro, Guerin e Pimentel 2022).

Goecking *et al* (2021) ressaltam também a importância da internet enquanto ferramenta que pode fornecer informações a respeito da saúde emocional, mas reforçam que apesar disso, as redes sociais também podem ser adoecedoras ou facilitar o acesso a fatores desencadeantes de problemas mentais, popularmente conhecidos como “gatilhos”.

Com a popularização do tema *saúde mental* nas redes sociais, nota-se um aumento da presença virtual de psicólogos e psicólogas, que viram a oportunidade de promover os seus serviços profissionais, ao mesmo tempo que desempenham um importante papel social enquanto facilitadores da discussão (França, 2021).

O ponto de reflexão se dá a partir do interesse no modo como esses profissionais estão aproveitando o cenário virtual para favorecer, ou não, o debate sobre saúde mental. O Conselho Federal de Psicologia, atento às adaptações da categoria a novos contextos, publicou uma Nota Técnica que fornece algumas orientações a respeito de como os profissionais da classe devem fazer um uso ético das redes sociais (Conselho Federal de Psicologia, 2022).

Atualmente, há um interesse em entender comportamentos e características considerados fora do comum, devido às dificuldades da sociedade em lidar com o que é considerado fora do normal. Isso pode explicar a necessidade de encontrar explicações sólidas para o que é visto de forma negativa pelo filtro social. À vista disso, muitas pessoas se renderam à medicalização da vida, que, conforme explica Fernandes (2023), trata-se do processo de reduzir a condições médicas ou atrelar à esfera de transtornos mentais experiências não médicas vividas pelas pessoas.

Pessoas em busca de razões para algumas experiências, sensações, sentimentos, comportamentos e até para efeitos de suas singularidades, são resultados da tentativa de encaixar o que alguns julgam heteróclito, incomum. Pombo (2017), discorre a respeito das diferentes perspectivas de bem-estar e felicidade, às quais muitos indivíduos parecem não se encaixar e, por conta disso, tentam explicar suas frustrações a partir de um ponto de vista patologizante.

O fenômeno da patologização da vida tem se tornado cada vez mais comum. O conceito de patologização pode ser definido como a associação de sintomas, características e comportamentos comuns à alguma patologia, ou seja, explicando

esses aspectos através de um viés diagnóstico. Parte dos profissionais de saúde mental alimenta a ocorrência deste fenômeno, principalmente no ambiente virtual, com a popularização do marketing digital, tendo em vista a popularidade de conteúdos relacionados à diagnósticos em saúde mental. Através das redes, alguns profissionais impulsionam a narrativa, mesmo que não intencionalmente, de que tudo que gera sofrimento pode ser atribuído a um transtorno mental e que todo incômodo causador de sofrimento pode se encaixar em critérios diagnósticos (Pombo, 2017).

O Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM) tem tomado o protagonismo no cuidado psicológico, sendo uma ferramenta norteadora para a conclusão de diagnósticos em saúde mental a partir de alguns critérios padronizados. Martinhago e Caponi (2019), ressaltam o aumento significativo de pessoas com diagnósticos psiquiátricos à medida que novas versões do DSM vão sendo publicadas.

Parte dos profissionais de psicologia que utilizam o Instagram como meio de comunicação e possível captação de clientes são psicólogos da área clínica, voltada, principalmente, para o atendimento individual. Para entender melhor a relação entre o que é feito hoje nas redes sociais por alguns psicólogos clínicos e a fácil disseminação do discurso patologizante na internet, é necessário entender um pouco sobre como o conceito de psicologia clínica ecoa no senso comum. Apesar de a Psicologia ser ampla em suas formas de atuação, o imaginário popular ainda associa, frequentemente, a profissão somente ao contexto clínico (Schneider, 2011).

A Psicologia Clínica ainda é, por muitos, definida a partir de seu local de fazer, ou seja, o consultório (Schneider, 2011), embora o fazer clínico não se restrinja somente ao consultório e nem mesmo às suas práticas. No entanto, muitos profissionais ainda reforçam esse estereótipo, principalmente ao se utilizarem das mazelas emocionais que atingem o sujeito como base de sua comunicação estratégica nas redes sociais.

Embora possa existir, por parte de muitos psicólogos, o desejo de propagar importantes informações sobre saúde mental, há também a necessidade de garantir seu próprio sustento. Para tanto, a internet e o trabalho nas redes sociais surgem como facilitadores na busca pelos serviços ofertados por esses profissionais.

Reforçadas pela ideia de que psicólogos podem auxiliar na adaptação de seus desajustes, conforme Schneider (2011), cada vez mais pessoas buscam por profissionais nas redes sociais, e seus perfis são vistos como um cartão de visita. Entretanto, o que vem ocorrendo pode ser considerado uma frequente manutenção da ideia de recorrer a um profissional sempre que algo parecer irregular. Por mínimas que sejam, essas irregularidades são prontamente associadas a psicopatologias.

Essa associação de comportamentos irregulares a diagnósticos, validada por inúmeros profissionais da psicologia a partir de suas frequentes e excessivas postagens sobre como reconhecer um sintoma de determinado transtorno mental, deve ser encarada como um problema que requer um pouco mais da atenção da categoria, pois, como aponta Frances (2017), “a abundância diagnóstica pode fazer mal à nossa saúde, como indivíduos e sociedade”.

3 A ética profissional no contexto cibernético

Com o aumento de psicólogos utilizando as redes sociais, principalmente o Instagram, para a captação de possíveis clientes, o Conselho Federal de Psicologia desenvolveu uma Nota Técnica com orientações para a classe sobre o uso profissional das redes sociais. O Conselho Regional de Psicologia do Estado do Paraná (CRP-PR) também divulgou, em seu site oficial, um Guia de Orientação para divulgação profissional, baseado no Código de Ética Profissional do Psicólogo (CEPP), abordando alguns tópicos relevantes para esta discussão.

O Guia divulgado pelo CRP-PR aponta o seguinte:

Art. 19 O psicólogo, ao participar de atividade em veículos de comunicação, zelará para que as informações prestadas disseminem o conhecimento a respeito das atribuições, da base científica e do papel social da profissão (Conselho Regional De Psicologia Do Paraná - 8ª Região).

Na Nota Técnica do CFP, é destacado a “perenidade das informações veiculadas pelas profissionais e pelos profissionais”, ou seja, a qualidade daquilo que é publicado no perfil do e da profissional:

As publicações devem respeitar a ética profissional, conforme dispõe o CEPP, estando em consonância com a técnica e apresentar conteúdo coeso com a ciência psicológica. A profissional e o profissional devem analisar criticamente o conteúdo a ser publicado, haja vista a amplitude das divulgações nas redes sociais (Conselho Federal De Psicologia, 2022).

Mais uma vez, a qualidade do conteúdo é reforçada, pontuando-se o embasamento científico como critério para uma postagem que respeite o código de ética da profissão, exigindo uma visão crítica dos próprios profissionais a respeito do conteúdo que pretendem veicular. O CFP considera, nesse trecho, o amplo alcance que as redes sociais proporcionam e, por conta disso, é necessário o cuidado com o conteúdo a ser publicado.

O Guia de Orientação Profissional disponibilizado pelo CRP-PR destaca também os seguintes pontos:

Art. 55 – Em suas entrevistas e comunicações de trabalhos científicos, o psicólogo poderá se utilizar dos meios de comunicação sociais sempre que o objetivo for informativo ou educativo (Conselho Regional De Psicologia Do Paraná - 8ª Região).

Art. 56 – O psicólogo, em sua publicidade, é obrigado a prestar informações que esclareçam a natureza básica dos seus serviços, sendo-lhe vedado:
VII – divulgar serviços de forma inadequada, quer pelo uso de instrumentos, quer pelos seus conteúdos falsos ou sensacionalistas, ou que firam os sentimentos da população, induzindo-lhe demandas (Conselho Regional De Psicologia Do Paraná - 8ª Região).

O CFP reforça o mesmo ponto na Nota Técnica divulgada:

Orienta-se que a psicóloga e o psicólogo se certifiquem de que a publicidade profissional não tenha cunho sensacionalista, e nem mesmo previsão taxativa de resultados ou autopromoção em detrimento de outros profissionais, práticas vedadas pelo CEPP (Conselho Federal De Psicologia, 2022).

Os trechos citados acima reforçam a importância do papel do psicólogo e da psicóloga nas redes sociais como viabilizadores do acesso ao conhecimento e informações acerca da ciência psicológica. De fato, o ambiente virtual pode ser utilizado como canal de informações em saúde mental, bem como canal que auxilie

na promoção do bem-estar mental. Contudo, o CFP, com base no CEPP, orienta que os profissionais da área não se utilizem de material sensacionalista e tendencioso a fim de se promoverem.

Sabendo que conteúdos polêmicos e sensacionalistas possibilitam maior engajamento, ou seja, maior alcance de internautas, muitos profissionais, não somente da psicologia, acabam publicando conteúdos com o único intuito de engajar, sem atentar-se e levar em consideração os critérios pontuados no código de ética que rege sua profissão. A Nota Técnica emitida pelo CFP apela ao bom senso profissional de sua categoria, para que não promovam conteúdos exagerados, mentirosos e tendenciosos apenas para que seu nome seja levado a muitos internautas nas redes sociais.

4 A abordagem de transtornos mentais no Instagram

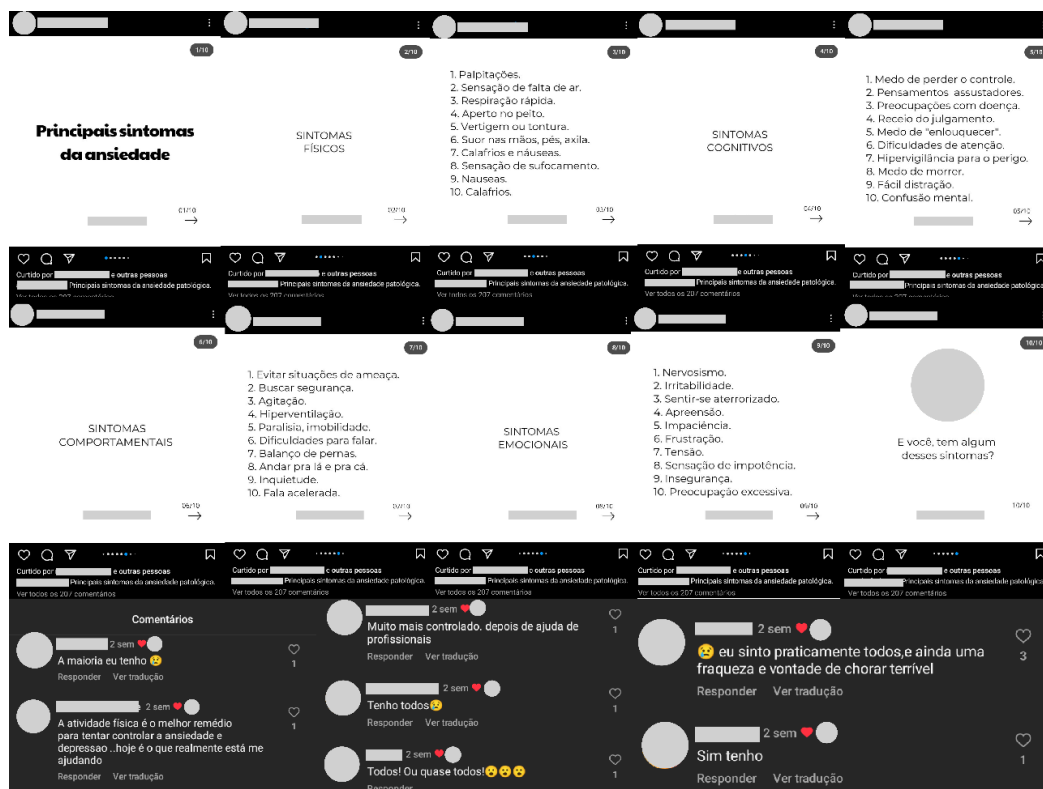
Atualmente, quando nos interessamos por algo, é comum recorrermos ao Google em busca de informações. Porém, nas redes sociais também é fácil encontrar especialistas e figuras de referência, inclusive na área da saúde mental, que abordem temas de nossos interesses e, sem dúvidas, o Instagram tem sido uma ferramenta deveras utilizada nesse contexto (França, 2021). É comum vermos perfis profissionais no Instagram que compartilham conteúdos específicos sobre assuntos como ansiedade e TDAH, identificando-se como "@psifulanodasilva_ansiedade" ou "@psifulanodasilva_TDAH". Essas identificações sinalizam que esse é o principal conteúdo do perfil.

No campo da saúde mental e com a explosão do marketing digital, alguns psicólogos se especializam em áreas específicas da psicologia ou no tratamento de determinados transtornos mentais. Assim, definem um tema como foco principal em seu perfil profissional. Essa é uma estratégia comum, frequentemente utilizada para desenvolver autoridade em determinados assuntos (França, 2021). No entanto, é importante ponderar até que ponto algumas estratégias preservam a ética, o compromisso científico e o compromisso social.

Transtornos mentais costumam ser o foco de inúmeras publicações, sendo este um tema abordado tanto por leigos quanto por profissionais de saúde. Todavia, existem alguns possíveis problemas na abordagem de tópicos sensíveis e importantes, como estes, considerando que, de acordo com Wrobel *et al* (2021), parte significativa das postagens com esses conteúdos não apresentam bases teóricas ligadas à psicologia.

Abaixo, um exemplo de postagem em um perfil profissional que não apresenta nenhum critério que demonstre cuidado ao abordar o tema “principais sintomas da ansiedade”:

Figura 1 - Capturas de tela de postagem no Instagram

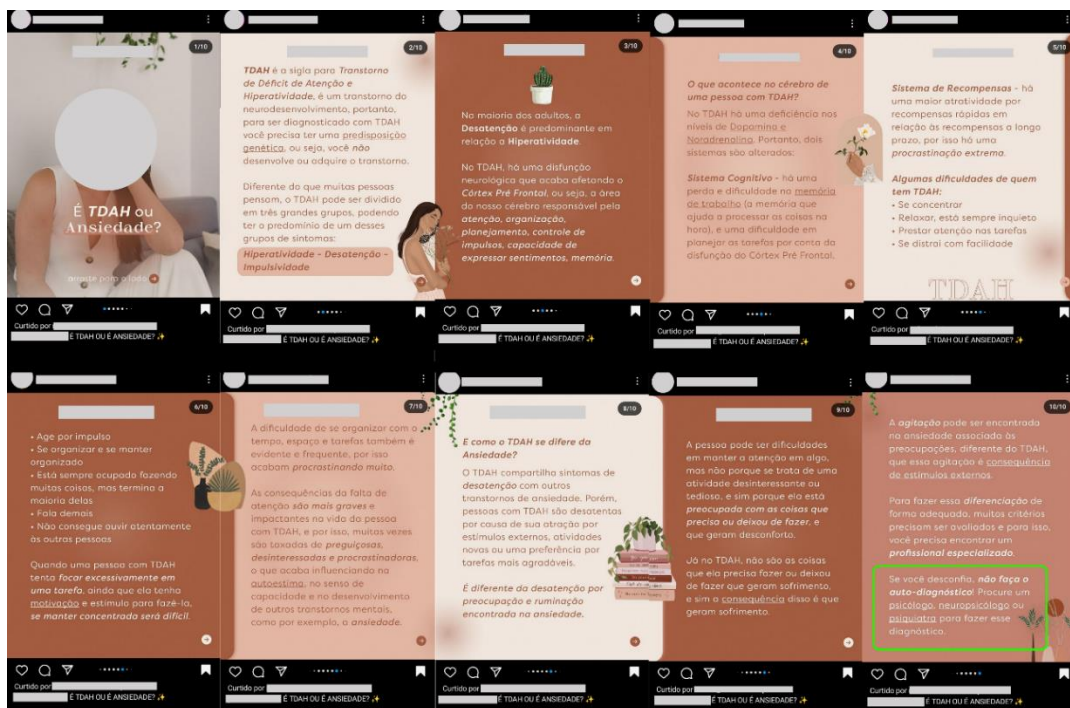


Fonte: a autora, 2023.

Na figura acima, alguns pontos importantes podem ser observados. A psicóloga responsável pela postagem utiliza linguagem acessível, facilitando a compreensão do conteúdo. No entanto, informações essenciais, como a necessidade de avaliação profissional para diagnósticos, não são fornecidas. Ao final da postagem, é utilizada a

estratégia *call to action* ou "chamar para a ação", por meio da pergunta "E você, tem algum desses sintomas?". Essa estratégia incentiva os seguidores a reagirem à postagem (Eisenberg; Eisenberg, 2006), resultando em reações como as presentes na aba de comentários, na mesma figura, onde alguns seguidores se identificam com o conteúdo postado, possivelmente indicando que sofrem de ansiedade patológica. Na legenda, que deveria conter informações adicionais, há apenas o título da postagem "Principais sintomas da ansiedade". Na figura 2, é apresentada uma forma, possivelmente, mais responsável de abordar o tema:

Figura 2 Capturas de tela de postagem no Instagram



Fonte: a autora, 2023.

Pode-se dizer que a profissional acima abordou, de maneira cuidadosa, diferenças entre a ansiedade e o TDAH, preocupando-se em esclarecer, ao final da postagem, a importância de se buscar um profissional para a realização de uma avaliação de um possível quadro psicopatológico. Na figura 3, vê-se um exemplo de utilização do espaço de legenda da postagem apresentada na figura 2, bem como e as repercussões da postagem na aba de comentários:

Figura 3 - Capturas de tela de postagem no Instagram



Fonte: a autora, 2023.

Note que a estratégia *call to action* também é utilizada, porém, de forma menos tendenciosa, ao pedir a opinião de seus seguidores sobre o conteúdo postado e ao incentivar que tirem possíveis dúvidas a respeito de outros transtornos mentais.

França (2021) ressalta a importância de adotar uma postura crítica em relação ao que e como será postado, atentando-se assim ao que será entregue aos internautas, pontuando a necessidade de traçar estratégias que levem em consideração a coerência entre a informação transmitida e o que se pretende transmitir. Embora a psicóloga da figura 2 não forneça embasamento teórico, o conteúdo postado é claro e apresenta coerência, facilitando o entendimento de seu público acerca das diferenças entre o TDAH e a ansiedade. Além disso, é possível notar diferenças na repercussão na aba de comentários (figura 3), em comparação com a repercussão na postagem da figura 1.

5 A patologização em postagens no Instagram

Como já explanado anteriormente, o uso do Instagram tem sido uma ferramenta de promoção de serviço de muitos psicólogos. Porém, vimos que nem todas as estratégias utilizadas para alavancar os acessos e números de seguidores em seus perfis contemplam a ética e outros aspectos fundamentais quando o assunto é

transtorno mental. Além disso, é evidente, para quem utiliza a rede social Instagram, o aumento de postagens que versam sobre essa temática. Algumas pontuam características emocionais e comportamentais indistintas enquanto supostas sinalizadoras de possível transtorno.

O Manual de Diagnóstico e Estatística de Transtornos Mentais (*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*), atualmente em sua 5ª edição com texto revisado (DSM-5-TR), elenca diversos sintomas em suas categorias de psicopatologias, reunindo características de ordem emocional e comportamental que são consideradas indícios de possíveis transtornos (APA, 2023). Muitos psicólogos se baseiam no DSM quando pensam em transtornos mentais. Entretanto, como reitera Caponi (2014), o DSM não dispõe de clareza ao descrever o que considera sintomas de natureza psicopatológica, apresentando, muitas vezes um caráter ambíguo nessas descrições.

Essa fragilidade do DSM propicia certa abertura para uma abundância de diagnósticos no ensejo de explicar e classificar o sofrimento mental (Caponi, 2014). No Instagram, muitos profissionais compartilham conteúdos classificando diversos comportamentos como prognósticos de determinados transtornos. Muitas vezes, vários desses comportamentos são comuns entre as pessoas, sem que haja uma possível desordem mental. Na figura a seguir, é possível identificar características que não possuem raízes psicopatológicas, mas que são, nas publicações em formato de *reels*, atribuídas ao Transtorno de Ansiedade Generalizada (TAG):

Figura 4 - Capturas de telas de reels no Instagram



Fonte: a autora, 2023.

A ferramenta *reels*, do Instagram, é um recurso para publicação de vídeos na plataforma. Atualmente, essa ferramenta tem sido muito utilizada devido ao seu potencial de engajamento. Na figura 4 estão compiladas capturas de telas de três *reels* publicados por psicólogas. O conteúdo apresentado, em todas as postagens, reúne características que supostamente seriam sintomas de TAG: indecisão, agressividade, assustar-se facilmente, remoer pensamentos negativos, bocejo em excesso mesmo sem estar cansado, entre outros. Uma série de comportamentos e sensações comuns ao ser humano, reduzidos a sintomas.

Frances (2017), afirma que, atualmente, o conceito de normalidade tem sido cada vez mais reduzido. Aquilo que outrora não seria indício de qualquer desequilíbrio, é hoje posto como sintoma, tornando mais difícil distinguir o que é um transtorno mental e o que é estar mentalmente saudável. Embora não seja tão simples definir o que é normal e o que é transtorno mental (Frances, 2017), a opção menos viável ante a essa dificuldade seria ampliar o escopo de sintomas, generalizando a

comportamentos, emoções, sentimentos e até mesmo a desconfortos passageiros do cotidiano, ou a peculiaridades individuais.

Dalgalarrondo (2019, p.18) pontua a busca que muitas pessoas fazem por identidades associadas a determinadas condições médicas como um fator que dificulta ainda mais o conceito de medicalização. Por outro lado, a ocorrência desse fenômeno poderia não ser tão comum se a maioria dos profissionais mantivessem uma postura crítica diante dos conceitos de normalidade, como sugere Dalgalarrondo (2019, p. 17), e não corroborassem com a rotulação de pessoas ao ampliar o escopo de sintomas de desordens mentais.

Ao utilizarem o ambiente virtual, meio de comunicação de vasta abrangência, com discursos medicalizantes, psicólogos e psicólogas viabilizam a ocorrência do problema.

6 Possíveis implicações de abordagens inadequadas

Certamente, considerando o importante papel social do psicólogo, é inevitável falar sobre o adoecimento mental, haja vista que muitas pessoas podem se beneficiar de importantes informações e, a partir de então, buscar ajuda necessária. Entretanto, a maneira como o tema é tratado pode implicar em problemas como o aumento de estigmas, a banalização do assunto e, não obstante, reforçar o problema da medicalização e provocar o autodiagnóstico, fenômeno este cada vez mais comum entre internautas (Castro, Guerin e Pimentel 2022).

Embora tenhamos feito avanços enquanto sociedade, ainda é possível nos depararmos com estigmas e equívocos quando se trata de saúde mental. Pessoas com transtornos mentais podem ser vistas como desqualificadas, tendo seu valor diminuído, e são tratadas de forma diferente das demais, passando, ainda, por episódios de discriminação. Tudo isso pode gerar severas consequências ao indivíduo. Conforme Ferreira e Carvalho (2017), o estigma não se reduz ao fato de ressaltar as diferenças, mas as utiliza como sustento de depreciação do outro.

A informação pode ser a base da desconstrução de muitos estigmas. Por outro lado, a desinformação ou a maneira como algumas informações são compartilhadas

podem trazer efeitos contrários. Certamente, a perpetuação de rótulos em saúde mental encontrada em diversas publicações na internet é um potencial reforçador da estigmatização.

Como aponta Frances (2017), um diagnóstico não se faz apenas com uma listagem de sintomas e, portanto, esses não são, por si só, sinalizadores da presença de um transtorno mental, considerando que o processo de diagnosticar envolve outros fatores, como a duração e a intensidade de sintomas. Postagens com conteúdo nesse formato fomentam a banalização de transtornos mentais, considerando que outros aspectos que compõem uma investigação diagnóstica são, muitas vezes, ignorados pelos profissionais e pelos internautas. Porém, cabe ao profissional a responsabilidade por compartilhar informações adequadas e cuidadosas sobre temas em sua área de atuação.

Wrobel *et al* (2022) reforçam a necessidade de o ser humano e suas próprias adversidades, serem encarados, do ponto de vista psicológico, como únicos. Ao pontuar sinais e supostos sintomas de caráter abrangente, ou seja, não somente de natureza psicológica, alguns profissionais acabam por generalizar tais características, preterindo, assim, a subjetividade humana e o contexto social nos quais o indivíduo pode estar inserido e, desse modo, contribuindo para a medicalização cada vez mais evidente da sociedade.

O trabalho da Psicologia, felizmente, não é restrito apenas ao mundo fora da internet. Porém, nota-se que, atualmente, cada vez mais profissionais se sentem atraídos pelas facilidades que o mundo online pode proporcionar, o que não é problema, desde que o trabalho feito na internet seja realizado de forma responsável e comprometida com a ética. É importante destacar que as orientações contidas na Nota Técnica emitida pelo CFP também devem ser seguidas por estudantes de Psicologia, uma vez que estes também utilizam as redes sociais para compartilhar conteúdos sobre saúde mental.

A promoção de saúde mental por parte de profissionais e estudantes de Psicologia é, sem dúvidas, fundamental para uma profissão cujo objetivo principal é proporcionar o bem-estar mental. A Psicologia tem um importante papel social, estando, dessa forma, em todos os âmbitos de uma sociedade. Trabalhar de forma

ética no meio online é garantir que o preconceito seja cada vez mais combatido. É também facilitar o conhecimento acerca desses problemas, bem como abrir portas para que cada vez mais pessoas se sintam à vontade para buscar ajuda profissional a partir do acesso a um bom conteúdo informativo.

Desse modo, um conteúdo publicado com responsabilidade pode evitar o reforço de estigmas relacionados à saúde mental, o fenômeno da romantização, a banalização de transtornos mentais e a ocorrência de autodiagnóstico. Esses problemas podem ser entraves consideráveis na busca por ajuda profissional. Por isso, o cuidado e a responsabilidade para com a forma que se dissemina informações a respeito de transtornos mentais é imprescindível para profissionais que pretendem divulgar seu trabalho nas redes sociais.

7 Considerações finais

Este trabalho possibilitou a reflexão pessoal a respeito do tema discutido. Entretanto, também levantou certa preocupação com o fato de essa discussão não ser tão levantada entre profissionais. Aparentemente, a orientação publicada pelo Conselho Federal de Psicologia ter um cunho mais apelativo ao bom senso não foi uma das melhores posições frente ao trabalho de psicólogas e psicólogos nas redes sociais.

Apesar disso, a limitação do CFP é compreensível, considerando que o profissional é o único responsável pela sua prática e pelo constante desenvolvimento dela, e isso inclui a acurácia de seu olhar crítico e sua atenção a problemas sociais vigentes. No entanto, à medida que o mundo se atualiza, diversas profissões também inovam em suas práticas.

Por isso, cabe aqui a sugestão ao CFP de elaborar uma cartilha específica de orientação acerca do uso responsável das redes sociais para a promoção de serviços psicológicos e os necessários cuidados éticos ao abordarem assuntos mais sensíveis de esfera psicológica, levando em conta a responsabilidade social da ciência psicológica e se atentando a exponencial adesão das redes sociais, por parte dos profissionais da categoria, como meio de promoção de seus serviços. Desse modo, é

possível que a classe acompanhe os avanços da sociedade mantendo seu compromisso ético para com sua profissão. Espera-se, ainda, que este trabalho possibilite reflexões acerca do problema abordado e contribua para práticas mais responsáveis no ambiente virtual e, ademais, desperte o interesse pela elaboração de outros trabalhos, a fim de que o tema discutido seja mais explorado.

Referências

APA - AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. **Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders**, Fifth Edition. DSM-5-TR. Washington: American Psychiatric Publishing, 2022.

CASTRO, Thiago Gomes de; GUERIN, Karina Silva do Amaral; PIMENTEL, Lucca Ignacio Rubez. *Psicoterapia on-line no Brasil: revisão integrativa de publicações nacionais pré-pandemia por COVID-19. Contextos clínicos. São Leopoldo: UNISINOS, 2008-. Vol. 15, n. 2 (maio/ago. 2022), p. 611-637, 2022.*

CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Nota Técnica sobre Uso Profissional das Redes Sociais: Publicidade e Cuidados Éticos**. [S. l.: s. n.], 2022b. Disponível em: https://site.cfp.org.br/wp-content/uploads/2022/06/SEI_CFP-0612475-Nota-Tecnica.pdf.

DA SILVA, Jordan Prazeres Freitas; OLIVEIRA, Mércia Capistrano. *PSICOLOGIA E ÉTICA: UTILIZAÇÃO DE REDES SOCIAIS COMO FERRAMENTA DE PUBLICIDADE PROFISSIONAL. Encontro de Extensão, Docência e Iniciação Científica (EEDIC)*, v. 4, n. 1, 2019.

DALGALARRONDO, P. **Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2019. 440 p.

DE BARROS, Álvaro Gonçalves; DE SOUZA, Carlos Henrique Medeiros; TEIXEIRA, Risiberg. *Evolução das comunicações até a Internet das Coisas: a passagem para uma nova era da comunicação humana. Cadernos de Educação Básica*, v. 5, n. 3, p. 260-280, 2021.

FERNANDES, Aparecida Bueno. *Medicalização e patologização da vida: como pensar a saúde mental na atualidade. Revista Remecs-Revista Multidisciplinar de Estudos Científicos em Saúde*, p. 18-18, 2023.

FERREIRA, M. S.; CARVALHO, M. C. de A. *Estigma Associado Ao Transtorno Mental: Uma Breve Reflexão Sobre Suas Consequências. Revista Interdisciplinar de Estudos em Saúde*, [S. l.], v. 6, n. 2, 2018. DOI: 10.33362/ries.v6i2.1094.

Disponível em: <https://periodicos.uniarp.edu.br/index.php/ries/article/view/1094>.
Acesso em: 20 nov. 2023.

FIRBIDA, Fabíola Batista Gomes; VASCONCELOS, Mário Sérgio. *A construção do conhecimento na Psicologia: a legitimação da medicalização*. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 23, p. e016120, 2019.

FRANÇA, Denise Raquel Pereira Santos. **A presença digital de psicólogos a partir da utilização do Instagram**. 2021.

FRANCES, Allen. **Voltando ao normal: como o excesso de diagnósticos e a medicalização da vida estão acabando com a nossa sanidade e o que pode ser feito para retomarmos o controle**. Versal Editores LTDA, 2017.

GIL, Antonio Carlos. **Como Elaborar Projetos de Pesquisa**. 4. ed. São Paulo: EDITORA ATLAS S.A., 2002. 175 p. ISBN 85-224-3169-8.

GOECKING, Dandara, PEREIRA, Lilian, SANTOS, Lorena dos, FERREIRA, Luís Eduardo, GALVÃO, Rodrigo Arthur, ALMEIDA, Leonardo. *A Compulsão do TikTok e a Exibição de Transtornos Psicológicos*. In: **44º Congresso Brasileiro de Ciências da Comunicação–VIRTUAL–4 a**. 2021.

MARTINHAGO, Fernanda; CAPONI, Sandra. *Controvérsias sobre o uso do DSM para diagnósticos de transtornos mentais*. **Physis: Revista de Saúde Coletiva**, v. 29, p. e290213, 2019.

MELO, Thalyssa Beatriz de Brito. **A percepção social da Psicologia nas redes digitais: estudo de caso de um perfil do Instagram**. São Luís; Centro Universitário UNDB, 2021.

MERCADO, Luis Paulo. **Pesquisa qualitativa online utilizando a etnografia virtual**. **Revista Teias**, v. 13, n. 30, p. 15, 2012.

MORAIS, Renata Kelly. *Autodiagnóstico e os fenômenos das redes sociais*. **Anais do Salão de Iniciação Científica Tecnológica ISSN-2358-8446**, 2023.

MYERS, David G. **Psicologia Social-10**. AMGH Editora, 2014.

POMBO, Mariana Ferreira et al. **Medicalização do sofrimento na cultura terapêutica: vulnerabilidade e normalidade inalcançável**. 2017.

Saúde mental preocupa mais da metade dos brasileiros - 10/10/2023 - Saúde Mental - Folha. Disponível em: <<https://www1.folha.uol.com.br/blogs/saude-mental/2023/10/saude-mental-preocupa-mais-da-metade-dos-brasileiros-aponta-ipsos.shtml>>. Acesso em: 7 nov. 2023.



<https://www.faccrei.edu.br/revista>

SCHNEIDER, Daniela Ribeiro. **Sartre e a psicologia clínica**. Editora da UFSC, 2011.

WASON, P. C. *On the failure to eliminate hypotheses in a conceptual task*. **The Quarterly Journal of Experimental Psychology**, 1960.

WROBEL, L. A. de M.; KUMMER, B. S.; WROBEL, L. A. de M.; SILVA, M. A. da S. e; BARSZCZ, M. V. **REDES E REPRESENTAÇÕES SOCIAIS: A IMAGEM DA PSICOLOGIA NO INSTAGRAM. Trabalhos de Conclusão de Curso - Faculdade Sant'Ana**, [S. l.], 2022. Disponível em:

<https://www.iessa.edu.br/revista/index.php/tcc/article/view/2172>. Acesso em: 18 nov. 2023.

Recebido em: 24/11/2023.

Aprovado em: 22/12/2023.