

A CULTURA DA FELICIDADE E A PATOLOGIZAÇÃO DA DOR PSÍQUICA. *THE CULTURE OF HAPPINESS AND THE PATHOLOGIZATION OF PSYCHOLOGICAL PAIN*

Camili dos Santos Buzinaro¹, Faculdade UMFG, camilisantosbuzinaro@gmail.com

Raquel Dovigo Nogueira², Faculdade UMFG, racheldovigo@gmail.com

Carla Elisa Rodrigues Machado.³, Faculdade UMFG, carla.machado@umfg.edu.br

Resumo: O presente estudo investiga os impactos da medicalização do sofrimento psíquico e o apagamento da singularidade dos indivíduos, analisando como a padronização midiática e diagnóstica influencia a percepção e o tratamento dos transtornos mentais. A metodologia envolveu uma revisão narrativa da literatura, de 9 artigos e 1 livro de autores clássicos relacionados à temática, cujos materiais foram lidos e analisados utilizando a técnica de análise de conteúdo. Os resultados evidenciaram que a busca pela felicidade, influenciada por padrões sociais, tem levado ao aumento do consumo de ansiolíticos e antidepressivos, muitas vezes sem a devida investigação clínica. Além disso, constatou-se que o DSM-5 e a CID-10 contribuem para a categorização rígida das experiências humanas, fortalecendo a lógica mercadológica na psiquiatria. Destaca-se a necessidade de uma postura ética baseada na escuta e na consideração da singularidade de cada indivíduo, evitando soluções padronizadas que reduzem a complexidade do sofrimento psíquico. Os achados reforçam a necessidade de maior atenção às abordagens terapêuticas não farmacológicas e à formação médica voltada para uma compreensão mais humanizada da saúde mental.

Palavras-chave: medicalização; sofrimento psíquico; cultura; felicidade; ética.

Abstract: This study investigates the impacts of the medicalization of psychological suffering and the erasure of individual uniqueness, analyzing how media and diagnostic standardization influence the perception and treatment of mental disorders. The methodology involved a narrative literature review of nine articles and one book by classical authors related to the topic, with the materials read and analyzed using content analysis techniques. The results highlighted that the pursuit of happiness, influenced by social standards, has led to an increased consumption of anxiolytics and antidepressants, often without proper clinical investigation. Additionally, it was found that the DSM-5 and CID-10 contribute to the rigid categorization of human experiences, reinforcing the market-driven logic in psychiatry. The study emphasizes the need for an ethical approach based on attentive listening and the consideration of each individual's uniqueness, avoiding standardized solutions that oversimplify the complexity of psychological suffering. The findings underscore the necessity of greater attention to non-pharmacological therapeutic approaches and medical training aimed at a more humanized understanding of mental health.

Keywords: medicalization; psychological suffering; culture; happiness; ethics.

1 INTRODUÇÃO

A busca incessante pela felicidade tornou-se uma marca da sociedade contemporânea, amplamente refletida na literatura, na mídia e em diversas manifestações. No entanto, essa busca é comprometida pela imposição de padrões sociais que condicionaram a felicidade à adequação a determinadas normas. Quando esses padrões se mostram inalcançáveis, o indivíduo pode experimentar angústia e sofrimento psíquico. Assim, percebe-se que a sociedade manipula essa busca ao estabelecer expectativas rígidas, cujo fracasso gera frustração e intensifica o sofrimento emocional. Como consequência, cresce a demanda por medicamentos capazes de atenuar a ansiedade e as dores

¹ Graduada em Psicologia pela Faculdade UMFG

² Graduada em Psicologia pela Faculdade UMFG

³ Orientadora. Graduada em Psicologia (UNIFAMMA). Especialista em Fundamentos da Psicanálise (UNIFIL) e Neuroaprendizagem (UNICESUMAR). Docente do curso de Psicologia da Faculdade UMFG.

inerentes à condição humana. Nos últimos anos, o aumento significativo dos diagnósticos de transtornos mentais tem se tornado uma preocupação global, evidenciando os impactos dessa dinâmica na saúde mental da população (Carinhato, Silva, Cardoso, 2017; Martinhago, Caponi, 2019).

Como reflexo desse cenário, cresce a precisão de ferramentas que auxiliem no entendimento e diagnóstico dos transtornos mentais, trazendo uma padronização nos critérios e oferecendo suporte aos profissionais da área. A Associação Americana de Psiquiatria (APA) publica o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM), amplamente utilizado por psicólogos e psiquiatras para uniformizar o diagnóstico de condições de saúde mental. Ao longo dos anos, diversas edições foram lançadas, sendo o DSM-5 a versão mais recente, atualizada com pesquisas. Paralelamente, a Classificação Internacional de Doenças (CID), apoiada pela Organização Mundial da Saúde (OMS, 2022), ao qual, também é utilizada para padronizar diagnósticos globalmente, com o CID-10 focado especificamente em transtornos mentais e comportamentais. Ambos os manuais estão entre os mais empregados para a identificação dessas condições (Martinhago, Caponi, 2019).

Esse contexto fortifica a importância de compreender os transtornos mentais de maneira ordenada, proporcionando uma análise mais conclusiva das condições que afetam a saúde psíquica. Em vista disso, a OMS (2022) afirma que, os transtornos mentais são definidos como um conjunto de sintomas que indicam perturbações cognitivas causadas por disfunções psicológicas, biológicas ou do desenvolvimento, gerando sofrimento ou prejuízo funcional, já o sofrimento psíquico pode ser entendido como uma experiência emocional causada por situações cotidianas ou transtornos, manifestando-se por distúrbios e sintomas físicos ou psicológicos, podendo ser transitório e não exigir diagnóstico formal, ao contrário dos transtornos, que são disfunções duradouras e exigem fundamentação clínica (Antas, 2023). Em suma, o objetivo deste estudo é analisar como a cultura e a intolerância do sofrimento contribuem para a patologização da dor psíquica.

2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Para a realização desse estudo será utilizada a metodologia de revisão narrativa da literatura. Segundo Rother (2007) consiste na análise da literatura publicada, tanto em livros quanto em artigos científicos, com o objetivo de discutir um determinado assunto sob um ponto de vista teórico ou contextual já existente.

Foram selecionados artigos publicados entre 2008 e 2025 e livros de autores clássicos relacionados à temática, disponíveis em português e inglês. A busca ocorreu entre março e maio de 2025, nas bases de dados: Google Acadêmico, Organização Mundial da Saúde, SciELO e Biblioteca Virtual em Saúde, utilizando os descritores “felicidade”, “sofrimento psíquico”, “transtornos mentais”, “manuais diagnósticos” e “cultura”, com variações e traduções. Resultando na seleção de 9 artigos, 1 livro e 1 documento técnico da OMS, cujos materiais foram lidos e analisados na íntegra para embasar a discussão do estudo.

A análise seguiu uma abordagem qualitativa, utilizando a técnica de análise de conteúdo para interpretação dos dados. Destacam-se Barrack Cavalcanti *et al.* (2023) sobre consumo de ansiolíticos; Berrios (2008), Fendrik (2011) e Frances (2016) em críticas ao DSM; Anta (2023) e Freud (1930) sobre sofrimento psíquico; OMS (2022) acerca dos transtornos mentais; Martinhago e Caponi (2019), Pinto (2012), Przybylski *et al.* (2013) e Sette *et al.* (2019) que aprofundam o debate sobre medicalização e saúde mental.

3 RESULTADOS: APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO

A compreensão do conceito de felicidade deve considerar seu caráter histórico e cultural. Ao

longo do tempo, diferentes sociedades atribuíram sentidos diversos à felicidade, refletindo suas crenças, valores e modos de vida. Na Grécia Clássica, a felicidade estava inicialmente relacionada à razão, porém quando a cultura passou a ser influenciada pela doutrina cristã, este foco mudou, direcionando-a tanto para os homens, quanto para a vontade divina. Com a ascensão do Iluminismo, a felicidade passa a ser considerada um direito básico de todos, sendo associada, pela primeira vez, ao prazer, e posteriormente, à alegria (Carinhato, Silva, Cardoso, 2017).

Freud (1930) em “O mal-estar na civilização”, relaciona a felicidade ao princípio do prazer e ao da realidade, compreendendo-a como algo que o ser humano busca fortemente. Atualmente, embora, ainda ligada ao prazer, passou a ser vinculada ao consumismo, sendo uma das principais fontes de satisfação do mundo contemporâneo, ou seja, quanto mais o indivíduo consome, mais feliz ele será, tendo dessa maneira, grande influência do capitalismo. Tal lógica, transforma “a felicidade em um dever e não mais em um direito. Essa transformação foi tão drástica que alterou inclusive as estruturas psíquicas” (Carinhato, Silva, Cardoso, 2017, p. 99). O que antes era para ser algo prazeroso, acabou por converter a um motivo de sofrimento psíquico.

A busca pela felicidade é uma característica marcante da sociedade atual, refletida em livros, jornais e diversos meios. Entretanto, essa busca é frequentemente prejudicada pela padronização social, na qual a felicidade parece depender da conformidade a determinados padrões, que quando não são atingidos, o indivíduo pode vivenciar angústia e sofrimento psíquico. As mídias sociais, ao oferecerem acesso rápido e abundante a informações em tempo real, intensificam essa necessidade de adequação, fortalecendo o fenômeno *Fear of Missing Out (FoMO)*. Conhecido como medo de perder algo, o *FoMO* reflete a apreensão de estar ausente de experiências gratificantes vividas por outros, gerando ansiedade e a necessidade constante de conexão. Em outras palavras, trata-se do desejo de acompanhar o que os outros fazem, impulsionado pela sensação de exclusão social, o que reforça a padronização. Esse fenômeno pode ser estruturado em quatro dimensões: necessidade de pertencimento, necessidade de popularidade, ansiedade e dependência (Przybylski *et al.*, 2013; Sette *et al.*, 2019; Carinhato, Silva, Cardoso, 2017).

Diante disso, o uso inadequado da tecnologia reforça a padronização da subjetividade, fazendo com que os indivíduos acreditem que só serão felizes se atenderem às exigências da mídia. Esse fenômeno compromete a identidade humana, levando à objetificação do sujeito e à perda gradual de sua singularidade. Como consequência, cresce a procura por medicamentos que aliviem a ansiedade, a angústia e as dores inerentes à condição humana. Nos últimos anos, o aumento dos diagnósticos de transtornos mentais tem se tornado alarmante, afetando a população mundial de maneira preocupante (Carinhato, Silva, Cardoso, 2017; Martinhago, Caponi, 2019).

Martinhago e Caponi (2019), fazem uma crítica ao DSM-5, ao apontarem que houve certas substituições em alguns pontos fundamentais, como “o sintoma é substituído pelo transtorno, o corpo é substituído pelo organismo, o sujeito é substituído pelo indivíduo e o inconsciente desaparece frente ao comportamento e às condutas a serem modificadas” (p. 9). Nesse sentido, os autores defendem uma abordagem mais holística e menos medicalizada da saúde mental. O DSM-5 é comumente criticado por contribuir com a chamada “medicalização da vida”, na qual experiências humanas são convertidas em diagnósticos e tratadas com medicamentos. Essa lógica acaba por afastar o olhar do sujeito em sua totalidade, reduzindo-o à condição de paciente, cuja única via de cuidado parece ser a intervenção farmacológica.

Destaca-se também Berrios (2008), que ao levantar questionamentos acerca das implicações do DSM-5, traz em suas reflexões a influência dos fatores culturais nas classificações psiquiátricas, onde os valores e contexto de uma época, acaba por impactar mais do que os saberes universais a respeito das doenças mentais. O autor ainda questiona se os transtornos mentais podem ser explicados apenas por comportamentos observáveis ou alterações moleculares, argumentando que tal abordagem reduz a complexidade do sofrimento psíquico, porém ele não se prende apenas nesse fato, pois defende que as doenças mentais envolvem fatores psicológicos, sociais e culturais que vão além da

biologia. Por fim, aponta que, embora a genética seja relevante, não é suficiente para explicar por completo as patologias mentais, e os psiquiatras não deveriam apenas utilizar os fatores sociais como explicação única.

Para Martinhago e Caponi (2019), “o DSM é considerado conveniente em alguns aspectos, sobretudo ao favorecer o campo da medicina, o âmbito dos planos de saúde e da indústria farmacêutica, entre outros espaços” (p.9). Nesse sentido, o manual é funcional para setores que se beneficiam economicamente da sua aplicação, que operam com fins lucrativos. Outro ponto relevante é a chamada inflação diagnóstica dos transtornos mentais, que resultou em um aumento significativo no consumo de medicamentos psiquiátricos, incluindo antidepressivos, antipsicóticos, ansiolíticos, remédios para dormir e analgésicos. Esse processo transformou as drogas psiquiátricas em uma das maiores fontes de receita das indústrias farmacêuticas, gerando um grande impacto econômico Frances (2016).

Muitos profissionais que seguem as diretrizes dos manuais, como o DSM, acreditam em uma ligação direta entre um distúrbio e uma medicação, o que frequentemente orienta o tratamento para uma abordagem medicamentosa (Pinto, 2012). A autora, enfatiza a crítica voltada ao papel dos médicos clínicos gerais, responsáveis por grande parte das prescrições de medicamentos, contribuindo para a ampla disseminação dessas drogas na sociedade. Por outro lado, Fendrik (2011) aponta que alguns profissionais optaram por abandonar a rigidez dos manuais, retomando uma escuta mais atenta ao indivíduo. Baseando-se na anamnese, esses profissionais buscam realizar diagnósticos mais precisos, onde não há apenas um paciente, mas sim um ser humano que precisa de ajuda.

Dessa maneira, o DSM-5 não apenas padroniza os diagnósticos psiquiátricos, mas também reforça a ideia de que a saúde mental pode ser reduzida a categorias fixas e universalmente aplicáveis, ignorando nuances individuais e contextuais. Ao transformar o sofrimento humano em classificações diagnósticas que orientam protocolos de tratamentos rígidos, esse manual contribui para a homogeneização das experiências psíquicas e favorece uma busca pela felicidade que é limitada aos padrões estabelecidos pela psiquiatria e pelo consumo de medicamentos. Assim, em vez de um olhar mais amplo sobre o indivíduo e suas singularidades, a sociedade passa a enxergar a felicidade como algo que depende de um diagnóstico e de uma intervenção médica, fortalecendo a ideia de que o bem-estar pode ser padronizado e alcançado por meio da medicalização, e não por um entendimento mais profundo das emoções humanas.

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O questionamento levantado para esta pesquisa, permitiu identificar os impactos da medicalização excessiva sobre o sofrimento psíquico e o apagamento da singularidade dos indivíduos. Observou-se que a padronização midiática contribui para autodiagnósticos e para a normalização do uso de medicamentos, enquanto a falta de escuta e investigação por parte de alguns profissionais reforça prescrições inadequadas. Dessa forma, os objetivos do estudo foram atingidos, evidenciando a necessidade de uma abordagem mais ética, centrada na escuta ativa e em alternativas terapêuticas que respeitem a subjetividade dos indivíduos.

Além disso, a pesquisa contribui para o debate sobre a influência da sociedade e do mercado na psiquiatria, apontando como o sofrimento psíquico tem sido tratado sob uma lógica que favorece interesses econômicos. Tornando-se assim importante aprofundar a análise das relações entre saúde mental e práticas terapêuticas não farmacológicas, investigando os benefícios de abordagens integrativas para o cuidado psicológico. Também seria relevante explorar o papel da formação médica na promoção de um olhar mais humanizado sobre o sofrimento psíquico, incentivando estratégias de atendimento que priorizem a singularidade de cada indivíduo.

REFERÊNCIAS

- ANTAS, Kátia Cordeiro et al. **Transtorno mental e sofrimento psíquico no contexto universitário: uma análise à luz das representações sociais e do preconceito**. 2023. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/30213> . Acesso em 18 maio 2025.
- BARRACK CAVALCANTI, E.; ESTEVES BARBOSA , A. C.; BARBOSA ALVES BARROSO , V. **O aumento do consumo de ansiolíticos por jovens: uma análise dos aspectos legais e éticos**. Revista Multidisciplinar do Nordeste Mineiro, [S. l.], v. 12, n. 1, 2023. DOI: 10.61164/rnm.v12i1.1726. Disponível em: <https://revista.unipacto.com.br/index.php/multidisciplinar/article/view/1726> .Acesso em: 30 mar. 2025.
- BERRIOS, G. **Classificações em psiquiatria: uma história conceitual**. Revista de Psiquiatria Clínica, São Paulo, 35 (3), p.113-127, 2008. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rpc/a/smtKrhBhYnHX6fBj6zTttgK/?format=pdf> . Acesso em: 30 mar. 2025.
- FRANCES, A. **Voltando ao normal**. Trad. Heitor M. Corrêa. Rio de Janeiro: Graal, 2016.
- FENDRIK, S. **O DSM-IV: uma metafísica comportamentalista?** In: JERUSALINSKY, A.; FENDRIK, S. (Orgs.). **O livro negro da psicopatologia contemporânea**. São Paulo: Via Lettera, 2011, p. 29-37.
- FREUD, Sigmund. **Obras completas, volume 18: O mal-estar na civilização, novas conferências introdutórias à psicanálise e outros textos**. Tradução de Paulo César de Souza. Rio de Janeiro: Imago, 2010.
- 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. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/physis/a/4CXZ3jQsv8d7KjPb5HGY5Sb/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 28 mar. 2025.
- ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Transtornos mentais**. Local de publicação: OMS, 2022. Disponível em: [Mental disorders – WHO Fact Sheet](#). Acesso em: 19 maio 2025.
- PINTO, T. **Crítica do empirismo aplicado à psicopatologia clínica: da esterilidade do DSM a uma saída pela psicanálise**. Ágora: Estudos em Teoria Psicanalítica, v. XV, p. 405-420, dez. 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1516-14982012000300004>. Acesso em: 30 mar. 2025.
- PRZYBYLSKI, A. K., MURAYAMA, K., De HAAN, C. R., & GLADWELL, V. (2013). **Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out**. Computers in Human Behavior 29, 1841-1848. Disponível em: <https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014>. Acesso em: 17 maio. 2015.
- SETTE, C. P., LIMA, N. S. R., QUELUZ, F., FERRARI, B. L., & HAUCK, N. F. (2019). **Fear of Missing Out Inventory (I-FoMO): development and validation of a new tool**. Journal of Technology in Behavioral Science, 5, 20-29. Disponível em: <https://doi.org/10.1007/s41347-019-00110-0>. Acesso em 17 maio. 2025.