



## DA REPRESSÃO À MEDICALIZAÇÃO: A EVOLUÇÃO DA PSIQUIATRIA E O RISCO DE PATOLOGIZAÇÃO DO SOFRIMENTO HUMANO

### *FROM REPRESSION TO MEDICALIZATION: THE EVOLUTION OF PSYCHIATRY AND THE RISK OF PATHOLOGIZING HUMAN SUFFERING*

DOI: 10.5281/zenodo.18931049



*Antonelly Monique Fernandes Moreira Givegier<sup>1</sup>*

*Erica Tereza Menezes Almeida<sup>2</sup>*

*Eric Eloy da Silva<sup>3</sup>*

*Helene Estephany Silva de Andrade<sup>4</sup>*

*Jairlane Garcia de Freitas<sup>5</sup>*

*Kauã Guidas Hilmann<sup>6</sup>*

*Maria Eduarda Campioto de Carvalho Rocha<sup>7</sup>*

*Mariana Fernandes Mattos Marena<sup>8</sup>*

*Michell Magalhães Ribeiro<sup>9</sup>*

*Parllen Gomes Fernandes<sup>10</sup>*

*Ryan Fernando Oliveira Alecrim<sup>11</sup>*

*Sofia Vitória Teixeira Costa<sup>12</sup>*

1 FIMCA Jaru - Faculdades Integradas Aparício Carvalho – Rondônia.

2 FIMCA Jaru - Faculdades Integradas Aparício Carvalho – Rondônia.

3 FIMCA Jaru - Faculdades Integradas Aparício Carvalho – Rondônia.

4 FIMCA Jaru - Faculdades Integradas Aparício Carvalho – Rondônia.

5 FIMCA Jaru - Faculdades Integradas Aparício Carvalho – Rondônia.

6 FIMCA Jaru - Faculdades Integradas Aparício Carvalho – Rondônia.

7 FIMCA Jaru - Faculdades Integradas Aparício Carvalho – Rondônia.

8 FIMCA Jaru - Faculdades Integradas Aparício Carvalho – Rondônia.

9 FIMCA Jaru - Faculdades Integradas Aparício Carvalho – Rondônia.

10 FIMCA Jaru - Faculdades Integradas Aparício Carvalho – Rondônia.

11 FIMCA Jaru - Faculdades Integradas Aparício Carvalho – Rondônia.

12 FIMCA Jaru - Faculdades Integradas Aparício Carvalho – Rondônia.





## RESUMO

**Introdução:** As transformações sociais, culturais e tecnológicas das últimas décadas modificaram significativamente a compreensão e o manejo do sofrimento psíquico. Da geração dos Baby Boomers à Geração Alpha, observa-se a transição de um cenário marcado por estigmatização e silenciamento para maior visibilidade e valorização do cuidado em saúde mental. Paralelamente, a psiquiatria evoluiu de um modelo institucional para abordagens mais humanizadas e preventivas, embora surjam desafios contemporâneos, como o risco de medicalização de experiências inerentes à vida cotidiana.

**Referencial Teórico:** A análise geracional evidencia mudanças na forma de expressar e reconhecer o sofrimento mental. Enquanto gerações anteriores tendiam à repressão emocional e à somatização, as mais recentes ampliaram o vocabulário afetivo e a busca por acompanhamento terapêutico, em um contexto fortemente influenciado pela tecnologia e pelas redes sociais. **Metodologia:** Trata-se de revisão narrativa da literatura, de abordagem qualitativa e caráter exploratório-descritivo, com análise de publicações científicas entre 2020 e 2025, organizadas conforme recorte geracional e modelos psiquiátricos predominantes. **Resultados e Discussão:** Os achados indicam que, embora o sofrimento psíquico seja constante na experiência humana, suas formas de manifestação e reconhecimento variaram ao longo do tempo. A ampliação do debate público e do acesso ao cuidado contribuiu para maior visibilidade dos transtornos mentais; contudo, também favoreceu a possível patologização de vivências existenciais normativas, especialmente em contextos de pressão social e hiperconectividade digital. **Conclusão:** Verifica-se ampliação do acesso aos cuidados em saúde mental e redução do estigma ao longo das gerações. Entretanto, permanece o desafio de equilibrar acolhimento e rigor diagnóstico, promovendo práticas clínicas fundamentadas em evidências e sensíveis às especificidades geracionais.

**Palavras-chave:** Saúde Mental; Sofrimento Psíquico; Diferenças Geracionais; Psiquiatria; Medicalização.

## ABSTRACT

**Introduction:** The social, cultural, and technological transformations of recent decades have significantly reshaped the understanding and management of psychological distress. From the Baby Boomer generation to Generation Alpha, there has been a shift from a context marked by stigmatization and silence to one characterized by greater visibility and appreciation of mental health care. At the same time, psychiatry has evolved from an institutional model to more humanized and preventive approaches, although contemporary challenges have emerged, such as the risk of medicalizing experiences inherent to everyday life. **Theoretical Framework:** Generational analysis highlights changes in how mental suffering is expressed and recognized. While earlier generations tended toward emotional repression and somatization, more recent cohorts have expanded their emotional vocabulary and actively sought therapeutic support, within a context strongly influenced by technology and social media. **Methodology:** This study consists of a narrative literature review with a qualitative and exploratory-descriptive approach, analyzing scientific publications from 2000 to 2025. The material was organized according to generational cohorts and prevailing psychiatric models. **Results and Discussion:** The findings indicate that although psychological distress is a constant





aspect of the human experience, its forms of manifestation and recognition have varied over time. The expansion of public discourse and improved access to care have contributed to greater visibility of mental disorders; however, they have also encouraged the possible pathologization of normative existential experiences, particularly in contexts of social pressure and digital hyperconnectivity.

**Conclusion:** There has been a significant expansion in access to mental health care and a reduction in stigma across generations. Nevertheless, the challenge remains to balance empathetic care with diagnostic rigor, promoting evidence-based clinical practices that are sensitive to generational specificities.

**Keywords:** Mental Health; Psychological Distress; Generational Differences; Psychiatry; Medicalization.

## 1. INTRODUÇÃO

Nas últimas décadas, a saúde mental consolidou-se como uma das principais preocupações em saúde pública no cenário global. Relatórios recentes da World Health Organization indicam que os transtornos mentais já figuram entre as maiores causas de incapacidade no mundo, afetando significativamente a qualidade de vida, a produtividade e os vínculos sociais (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2022).

A pandemia de COVID-19 intensificou esse panorama, com aumento expressivo na prevalência de ansiedade e depressão, especialmente entre adolescentes e adultos jovens, evidenciando a vulnerabilidade psíquica em contextos de instabilidade social e econômica (SANTOMAURO et al., 2021).

Paralelamente ao aumento dos indicadores epidemiológicos, observa-se uma transformação cultural na forma como o sofrimento psíquico é compreendido e verbalizado. Dados do relatório The State of the World's Children 2021, publicado pelo UNICEF, destacam que crianças e adolescentes contemporâneos apresentam maior abertura para discutir emoções e buscar apoio psicológico quando comparados às gerações anteriores (UNICEF, 2021).





Essa mudança reflete uma transição histórica importante: se em períodos anteriores o sofrimento era frequentemente silenciado ou somatizado, nas gerações mais recentes ele passa a ser nomeado, compartilhado e reconhecido como questão de saúde (UNICEF, 2021).

No entanto, esse avanço no reconhecimento também suscita debates acerca da medicalização da vida cotidiana. A ampliação diagnóstica, aliada à difusão de informações em ambientes digitais, tem contribuído para a expansão do vocabulário psiquiátrico no cotidiano, fenômeno que pode favorecer tanto o acesso ao cuidado quanto a patologização de experiências existenciais normativas (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2022).

Pesquisas recentes apontam que a linha entre sofrimento humano esperado e transtorno mental tem se tornado progressivamente mais tênue, exigindo maior rigor clínico e reflexão ética por parte dos profissionais de saúde (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2022).

Entre Millennials e Geração Z, por exemplo, o sofrimento psíquico frequentemente se associa a fatores como pressão por desempenho, insegurança econômica, hiperconectividade e exposição constante a redes sociais. Estudos publicados na revista *The Lancet* evidenciam aumento global significativo nos casos de transtornos depressivos e ansiosos após 2020, com maior impacto nas faixas etárias mais jovens (SANTOMAURO et al., 2021).

Tais dados suscitam questionamentos importantes: trata-se de um aumento real da incidência de transtornos ou de uma ampliação das categorias diagnósticas e da conscientização social? Além disso, levantamentos recentes da American Psychological Association demonstram que jovens adultos relatam níveis mais elevados de estresse e esgotamento emocional quando comparados a gerações anteriores na mesma faixa etária, indicando mudanças nas demandas psicossociais contemporâneas (AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION, 2023).

A cultura da performance, a instabilidade laboral e a constante comparação social mediada por plataformas digitais configuram um cenário propício à intensificação da ansiedade e da autocrítica.





Diante desse contexto, torna-se fundamental analisar a evolução da psiquiatria sob uma perspectiva geracional, compreendendo como cada período histórico moldou a expressão e o manejo do sofrimento psíquico. Dos Baby Boomers, marcados pelo estigma e pela repressão emocional, à Geração Alpha, que cresce imersa em ambientes digitais desde a primeira infância, observa-se uma trajetória que vai do silêncio à superexposição. Essa transição impõe à psiquiatria contemporânea o desafio de equilibrar acolhimento, prevenção e responsabilidade diagnóstica, evitando tanto a negligência quanto a medicalização excessiva da experiência humana.

Desta maneira, investigar a evolução da psiquiatria e o risco de patologização do sofrimento humano entre gerações não apenas contribui para a compreensão histórica do cuidado em saúde mental, mas também subsidia práticas clínicas mais éticas, contextualizadas e sensíveis às transformações socioculturais do século XXI.

## 2. REFERENCIAL TEÓRICO

### 2.1 Evolução Histórica da Psiquiatria, da Institucionalização ao Cuidado em Rede

Ao longo do século XX e nas primeiras décadas do século XXI, a psiquiatria experimentou mudanças profundas em seus fundamentos teóricos, práticas assistenciais e modelos organizacionais. O antigo paradigma asilar, baseado na internação prolongada, na segregação social e na centralização do tratamento em hospitais psiquiátricos, predominou por décadas como resposta hegemônica ao sofrimento psíquico (WHO, 2021; Thornicroft; Tansella, 2020).

Nesse contexto, a pessoa com transtorno mental era frequentemente afastada do convívio familiar e comunitário, submetida a práticas marcadas pelo controle institucional e por uma lógica predominantemente custodial. A partir da segunda metade do século XX, movimentos sociais, avanços científicos e críticas ético-políticas impulsionaram um processo de revisão desse modelo. A emergência dos direitos humanos como eixo estruturante das





políticas públicas, aliada às evidências sobre os impactos negativos da institucionalização crônica, fomentou a construção de alternativas baseadas na desinstitucionalização e na atenção territorializadas (Patel et al., 2022; Brasil, 2022).

No cenário brasileiro, a Reforma Psiquiátrica consolidou-se como marco histórico ao propor a substituição progressiva do hospital psiquiátrico por uma rede articulada de serviços comunitários, centrada na promoção da autonomia, na reinserção social e na valorização da cidadania das pessoas em sofrimento mental (Amarante; Nunes, 2021; Delgado, 2022).

Esse processo culminou na expansão da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS), estruturada para oferecer cuidado contínuo e integral, articulando dispositivos como Centros de Atenção Psicossocial (CAPS), unidades básicas de saúde, leitos em hospitais gerais e serviços residenciais terapêuticos. Tal reorganização assistencial fortaleceu práticas interdisciplinares, estratégias de cuidado compartilhado e intervenções voltadas à inclusão social, superando a lógica exclusivamente hospitalocêntrica (Brasil, 2020; Yasui; Costa-Rosa, 2023).

No âmbito internacional, a consolidação do modelo biopsicossocial representou outro ponto de inflexão decisivo. Ao reconhecer que os transtornos mentais decorrem da interação dinâmica entre fatores biológicos, subjetivos e contextuais, essa abordagem ampliou a compreensão do sofrimento psíquico para além da causalidade estritamente orgânica (Engel, 2020; Bolton, 2021). Assim, aspectos como desigualdades sociais, experiências traumáticas, redes de apoio e determinantes culturais passaram a integrar o raciocínio clínico e a formulação terapêutica.

Paralelamente, os avanços da neurociência, da psicofarmacologia e das psicoterapias baseadas em evidências contribuíram para diversificar as possibilidades de intervenção. Contudo, esse mesmo movimento ampliou o escopo diagnóstico e a medicalização de experiências humanas, suscitando discussões contemporâneas acerca dos limites da psiquiatria, da expansão de categorias nos manuais classificatórios e dos riscos de patologização do cotidiano (Frances, 2021; Rose, 2022).





Desse modo, a trajetória histórica da psiquiatria revela uma transição complexa, marcada por tensionamentos entre controle e cuidado, exclusão e inclusão, biologização e abordagem integral. O cenário atual aponta para a necessidade de equilíbrio entre rigor científico, sensibilidade ética e compromisso social, de modo que o atendimento em saúde mental permaneça orientado pela dignidade humana, pela integralidade do cuidado e pelo respeito às singularidades de cada indivíduo.

## 2.2 Gerações e Construção Social do Sofrimento Psíquico

A vivência do sofrimento psíquico não pode ser compreendida de forma dissociada do contexto histórico, político e cultural no qual os indivíduos estão inseridos. A maneira como emoções são reconhecidas, nomeadas e legitimadas socialmente varia conforme valores predominantes, discursos científicos disponíveis e padrões de socialização de cada período. Desta, o sofrimento mental não é apenas uma experiência intrapsíquica, mas também um fenômeno atravessado por construções simbólicas e expectativas sociais (WHO, 2022; Rose, 2022).

Os chamados Baby Boomers, socializados em uma época fortemente marcada por ideais de produtividade, rigidez moral e valorização da resiliência individual, cresceram em um ambiente no qual manifestações emocionais frequentemente eram associadas à fragilidade ou falha de caráter. Nesse cenário, transtornos mentais tendiam a ser silenciados ou tratados de forma restrita ao espaço privado, reforçando o estigma e dificultando a busca por apoio especializado (Corrigan; Watson, 2020; WHO, 2022).

A Geração X, por sua vez, vivenciou um período de transição. O avanço da psicofarmacologia, a ampliação das classificações diagnósticas e a consolidação da psicoterapia como recurso clínico favoreceram maior reconhecimento da saúde mental como dimensão legítima do cuidado em saúde. Ainda assim, persistiam resistências culturais relacionadas à procura por atendimento psicológico, frequentemente associada a preconceitos ou à ideia de autossuficiência (Twenge, 2023; Mojtabai et al., 2021).







Entre Millennials e integrantes da Geração Z observa-se maior abertura ao diálogo sobre emoções, identidade e vulnerabilidade psíquica. Pesquisas recentes apontam que esses grupos apresentam maior propensão a verbalizar sofrimento, buscar psicoterapia e discutir publicamente temas como ansiedade, depressão e burnout (Twenge, 2023; APA, 2022). Tal fenômeno contribui para maior visibilidade dos transtornos mentais, ampliando debates sobre autocuidado, bem-estar e prevenção.

Contudo, é fundamental destacar que o aumento na notificação de sintomas ou na procura por serviços especializados não implica necessariamente crescimento proporcional da prevalência de transtornos psiquiátricos. Parte desse movimento pode refletir transformações na linguagem emocional, maior alfabetização em saúde mental e ampliação do acesso à informação por meio das mídias digitais (WHO, 2022; Fusar-Poli et al., 2023). Em outras palavras, as categorias diagnósticas tornam-se mais difundidas, e experiências antes naturalizadas passam a ser reconhecidas e nomeadas.

**Figura 1- Apanhado Geracional do Sofrimento Psíquico**



Fonte: Autoria Própria





Relatório do UNICEF (2021) destaca que adolescentes contemporâneos demonstram maior consciência acerca da importância da saúde mental, embora estejam expostos a fatores de risco específicos, como instabilidade socioeconômica, pressões acadêmicas intensificadas e hiperconectividade digital.

A exposição contínua a redes sociais, comparações sociais e fluxos informacionais acelerados pode impactar autoestima, padrões de sono e regulação emocional, configurando novos desafios psicossociais (UNICEF, 2021; OECD, 2024).

Dessa forma, cada geração constrói, interpreta e expressa o sofrimento psíquico de maneira singular, influenciada por normas culturais, transformações tecnológicas e modelos predominantes de enfrentamento. Compreender essas diferenças intergeracionais é essencial para a formulação de políticas públicas, estratégias preventivas e abordagens clínicas culturalmente sensíveis, capazes de reconhecer tanto as vulnerabilidades quanto os recursos simbólicos próprios de cada período histórico.

## 2.3 Medicalização da Vida e Patologização do Cotidiano

O conceito de medicalização refere-se ao processo pelo qual experiências humanas passam a ser interpretadas e tratadas como problemas médicos. Nos últimos anos, observa-se expansão significativa dos diagnósticos psiquiátricos, especialmente relacionados à ansiedade, depressão e transtornos do neurodesenvolvimento.

Pesquisas contemporâneas apontam que a ampliação diagnóstica pode contribuir tanto para o acesso ao cuidado quanto para a patologização de experiências existenciais normativas (FRANCES, 2021). O risco reside na transformação de frustrações, lutos e inseguranças, inerentes à condição humana, em categorias clínicas rígidas.

Além disso, revisões recentes destacam que o predomínio do modelo biomédico pode favorecer intervenções farmacológicas precoces, por vezes desvinculadas de análise contextual aprofundada (MELO; DIAS; DOS SANTOS, 2025). Esse cenário exige reflexão





ética sobre os critérios diagnósticos e a responsabilidade clínica frente à ampliação do sofrimento nomeado.

## 2.4 Cultura Digital, Performance e Vulnerabilidade Psíquica

A ascensão das tecnologias digitais transformou profundamente a experiência subjetiva das gerações mais jovens. A hiperconectividade, a cultura da comparação social e a exposição constante a padrões idealizados influenciam diretamente autoestima e percepção de valor pessoal.

Estudos publicados na revista *The Lancet Psychiatry* indicam aumento significativo de sintomas depressivos e ansiosos após 2020, especialmente entre adolescentes e jovens adultos (SANTOMAURO et al., 2021). A pressão por desempenho acadêmico e profissional, associada à validação social mediada por redes digitais, contribui para quadros de esgotamento emocional e ansiedade social.

Nesse contexto, a Geração Z apresenta maior habilidade para verbalizar sofrimento, mas também maior exposição a estímulos que intensificam vulnerabilidades emocionais. A Geração Alpha, ainda em desenvolvimento, cresce em ambiente altamente digitalizado, o que levanta questionamentos sobre impactos futuros na regulação emocional e nos vínculos interpessoais.

## 2.5 Desafios Éticos e Clínicos da Psiquiatria Contemporânea

O avanço na nomeação e no reconhecimento dos transtornos mentais representa conquista significativa na redução do estigma. Contudo, a psiquiatria contemporânea enfrenta o desafio de diferenciar sofrimento humano esperado de quadros psicopatológicos estruturados.

A World Health Organization (2022) destaca a necessidade de abordagens integradas que considerem determinantes sociais da saúde mental, evitando intervenções exclusivamente





farmacológicas. O cuidado baseado em evidências deve ser equilibrado com escuta clínica qualificada e compreensão do contexto sociocultural do paciente.

Nesse sentido, a análise geracional permite compreender que o sofrimento psíquico não é fenômeno isolado, mas historicamente construído. O desafio atual reside em promover acesso ao cuidado sem reforçar processos de medicalização excessiva, assegurando práticas clínicas éticas, contextualizadas e sustentáveis.

### 3. MATERIAIS E MÉTODOS

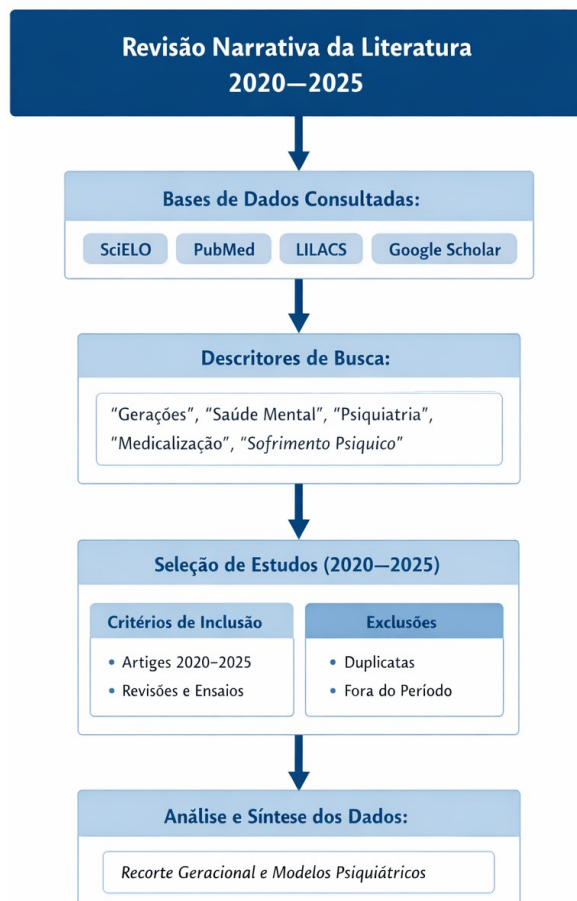
Trata-se de uma revisão narrativa da literatura, de abordagem qualitativa e caráter exploratório-descritivo, cujo objetivo foi analisar as transformações recentes relacionadas às gerações, à saúde mental, à psiquiatria e aos processos de medicalização do sofrimento psíquico no contexto contemporâneo.

Foram incluídas publicações científicas nacionais e internacionais publicadas entre 2020 e 2025, selecionadas em bases de dados reconhecidas na área da saúde e das ciências humanas, como SciELO, PubMed, LILACS e Google Scholar. A delimitação temporal justifica-se pela intenção de compreender as produções mais recentes, especialmente diante das mudanças intensificadas no cenário da saúde mental no período pós-pandêmico.





Figura 2- Etapas da revisão narrativa da literatura (2020–2025)



Fonte: Adaptado de Page et al. (2021)

A busca foi realizada mediante a combinação dos descritores “gerações”, “saúde mental”, “psiquiatria”, “medicalização” e “sofrimento psíquico”, em português e inglês, utilizando operadores booleanos (AND, OR) para ampliar e refinar os resultados.

Foram adotados como critérios de inclusão artigos originais, revisões teóricas, ensaios científicos e capítulos de livros publicados no período delimitado e que abordassem diretamente a relação entre contexto geracional, transformações socioculturais contemporâneas e modelos psiquiátricos vigentes. Foram excluídas publicações duplicadas,



estudos fora do recorte temporal estabelecido, textos sem acesso ao conteúdo completo e trabalhos que não dialogassem com o objetivo proposto.

Após a seleção, os estudos foram submetidos à leitura exploratória e analítica. Os dados foram organizados conforme o recorte geracional contemporâneo e os modelos psiquiátricos predominantes no período, com ênfase no modelo biomédico, nas abordagens psicossociais e nas discussões atuais sobre medicalização e ampliação diagnóstica.

A análise qualitativa permitiu identificar tendências recentes, mudanças conceituais e tensionamentos teóricos na compreensão do sofrimento psíquico, evidenciando como fatores sociais, tecnológicos e culturais têm influenciado as práticas clínicas e os discursos psiquiátricos entre 2020 e 2025.

## 4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os resultados evidenciam que o sofrimento psíquico constitui dimensão permanente da condição humana; contudo, suas formas de manifestação, interpretação e legitimação social sofreram transformações significativas ao longo das gerações (WHO, 2022; ROSE, 2022). A análise intergeracional demonstra que mudanças culturais, avanços científicos e transformações tecnológicas influenciaram diretamente a maneira como emoções são reconhecidas, comunicadas e manejadas no âmbito individual e coletivo.

Entre os Baby Boomers, observa-se predominância de padrões culturais que valorizavam autocontrole, disciplina e resistência emocional. Nesse contexto, manifestações de angústia ou tristeza persistente eram frequentemente interpretadas como fragilidade ou falha moral, favorecendo estratégias defensivas como repressão afetiva e somatização (CORRIGAN; WATSON, 2020). A baixa procura por suporte especializado nessa geração está associada ao estigma estrutural e à limitada alfabetização em saúde mental vigente à época.

A Geração X vivenciou um período de transição paradigmática. O fortalecimento da psiquiatria baseada em evidências, a consolidação dos manuais diagnósticos e a ampliação do





acesso à psicoterapia contribuíram para maior reconhecimento do sofrimento psíquico enquanto condição clínica legítima (MOJTABAI et al., 2021). Persistiam, entretanto, resistências associadas ao receio de rotulação diagnóstica e ao ideal de autossuficiência.

Entre Millennials e integrantes da Geração Z, constata-se expansão expressiva do vocabulário emocional e maior disposição para discutir vulnerabilidades psicológicas. A disseminação de conteúdos sobre saúde mental em ambientes digitais ampliou o acesso à informação e estimulou o reconhecimento precoce de sintomas (APA, 2022; TWENGE, 2023). Relatórios internacionais indicam crescimento na procura por atendimento psicológico nessas faixas etárias, acompanhado de maior visibilidade pública dos transtornos mentais (OECD, 2024).

Entretanto, a ampliação diagnóstica e a difusão de categorias psiquiátricas no cotidiano podem contribuir para interpretações medicalizadas de experiências inerentes à vida, como frustrações e inseguranças transitórias (FRANCES, 2021).

A literatura contemporânea aponta que o alargamento dos critérios diagnósticos pode gerar ambivalência: facilita o acesso ao cuidado, mas também favorece a patologização de reações adaptativas frente a contextos adversos (COSGROVE; SHAUGHNESSY, 2020; HORWITZ; WAKEFIELD, 2020).

Contextos de instabilidade econômica, intensificação da competitividade acadêmica e hiperexposição digital configuram fatores psicossociais relevantes para Millennials e Geração Z. A exposição constante a redes sociais e padrões idealizados de desempenho pode impactar autoestima, regulação emocional e percepção de inadequação (UNICEF, 2021; FUSAR-POLI et al., 2023). Tais elementos contribuem para maior autorrelato de sintomas ansiosos e depressivos, sem que isso necessariamente represente aumento proporcional da incidência clínica.

A Geração Alpha configura campo emergente de investigação científica. Crianças nascidas em ambiente altamente digitalizado apresentam padrões de socialização distintos, com exposição precoce a dispositivos eletrônicos e dinâmicas comunicacionais aceleradas. Organismos internacionais ressaltam a necessidade de estratégias preventivas voltadas à





promoção do desenvolvimento socioemocional e ao fortalecimento de vínculos familiares e escolares (WHO, 2022; OECD, 2024).

## Evolução Intergeracional da Atitude em Relação à Saúde Mental

### Eixo X: Gerações

- Baby Boomers
- Geração X
- Millennials
- Geração Z
- Geração Alpha

### Eixo Y (escala 0 –10):

Nível estimado de abertura ao diálogo e reconhecimento da saúde mental como questão legítima de cuidado.

| Geração               | Abertura ao diálogo | Estigma percebido (invertido) |
|-----------------------|---------------------|-------------------------------|
| <b>Baby Boomers</b>   | 3                   | 8                             |
| <b>Geração X</b>      | 5                   | 6                             |
| <b>Millennials</b>    | 8                   | 3                             |
| <b>Geração Z</b>      | 9                   | 2                             |
| <b>Geração Alpha*</b> | 7                   | 3                             |

\*Dados prospectivos com base em relatórios internacionais.

**Tabela 1.** Observa-se tendência progressiva de ampliação da abertura ao diálogo sobre saúde mental ao longo das gerações, concomitante à redução do estigma estrutural. Entre Baby Boomers, predominam valores associados ao autocontrole e à repressão emocional.

A partir da Geração X, verifica-se transição paradigmática com maior reconhecimento clínico do sofrimento psíquico. Millennials e Geração Z apresentam maior alfabetização em saúde mental e disposição para buscar suporte especializado, fenômeno relacionado à disseminação digital de informações (World Health Organization, 2022; American

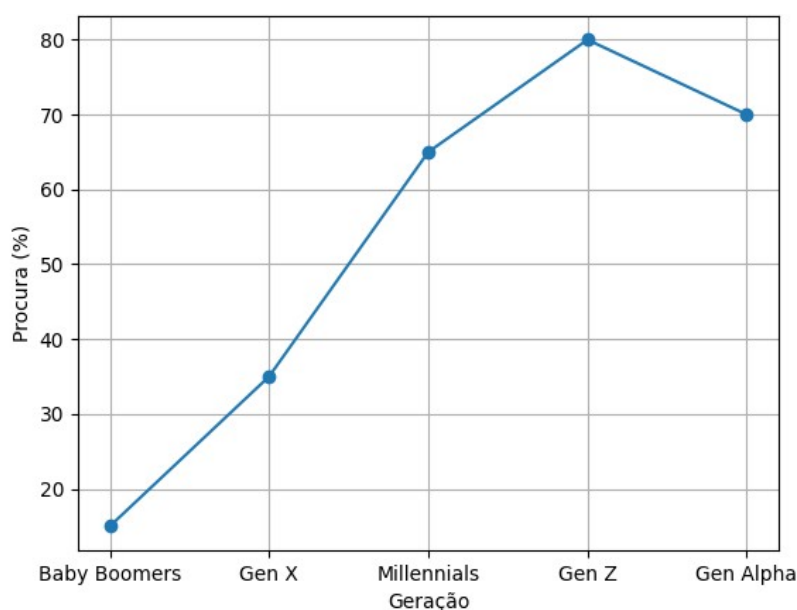






Psychological Association, 2022; Organisation for Economic Co-operation and Development, 2024).

**Reconhecimento do sofrimento psíquico ao longo das gerações**



Fonte: Elaboração própria a partir da revisão de literatura (2026).

**Gráfico 1.** A análise da distribuição da intensidade de fatores psicossociais, incluindo competitividade acadêmica, instabilidade socioeconômica e exposição digital, demonstra incremento progressivo nas gerações mais recentes. Observa-se que Baby Boomers e Geração X vivenciaram pressões estruturais relevantes; entretanto, tais demandas estavam menos associadas à hiperconectividade e à vigilância social permanente.

Entre Millennials, identifica-se intensificação de exigências relacionadas ao desempenho profissional e à instabilidade do mercado de trabalho, fenômeno amplamente descrito na literatura sobre transformações socioeconômicas contemporâneas (TWENGE, 2023).

A precarização das relações laborais e a ampliação das expectativas de produtividade configuram elementos estruturantes do sofrimento moderno. Na Geração Z, o impacto torna-

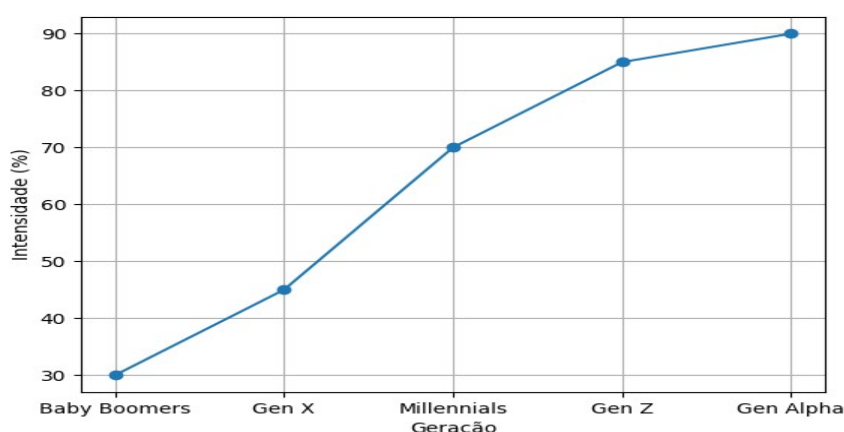


se mais pronunciado. A presença contínua em ambientes digitais, a cultura da comparação social e a exposição constante a métricas de validação simbólica ampliam vulnerabilidades emocionais, especialmente em adolescentes e jovens adultos (TWENGE, 2023). Relatórios internacionais indicam associação entre uso intensivo de redes sociais e maior prevalência de sintomas ansiosos e depressivos nessa coorte (UNICEF, 2021).

A Geração Alpha representa um campo emergente de investigação. Crianças inseridas precocemente em ecossistemas digitais apresentam formas distintas de socialização, com potenciais repercussões sobre regulação emocional e construção identitária. Estudos recentes apontam que a hiperestimulação tecnológica pode influenciar padrões atencionais e processos de simbolização, exigindo monitoramento clínico e políticas públicas preventivas (OPAS, 2022).

Os achados sugerem que o sofrimento psíquico não decorre apenas de predisposições individuais, mas da interação dinâmica entre sujeito e contexto histórico. O aumento da intensidade dos fatores psicossociais nas gerações mais jovens evidencia maior influência de ambientes digitais e pressões contemporâneas sobre a experiência subjetiva, reforçando a necessidade de abordagens interdisciplinares e contextualizadas.

## Procura por suporte psicológico entre gerações



Fonte: Elaboração própria a partir da revisão de literatura (2026).



**Gráfico 2.** A análise da tendência geracional de busca por atendimento psicológico revela crescimento progressivo ao longo das décadas. Entre Baby Boomers e parte da Geração X, a procura por acompanhamento especializado era significativamente menor, frequentemente atravessada por estigmatização social e interpretações moralizantes do sofrimento emocional (GOFFMAN, 1988). Nesse período, manifestações psíquicas eram comumente silenciadas ou deslocadas para o campo somático.

A partir dos Millennials, observa-se inflexão relevante nesse padrão. A ampliação do debate público sobre saúde mental e a consolidação de políticas antimanicomiais contribuíram para maior legitimidade do sofrimento psíquico como condição clínica (BRASIL, 2020). O acesso ampliado à informação e a difusão de discursos psicologizados favoreceram a normalização da busca por psicoterapia.

Na Geração Z, o crescimento é ainda mais expressivo. Jovens demonstram maior abertura para discutir emoções e reconhecer sintomas, o que resulta em aumento da procura por serviços especializados (TWENGE, 2023). Esse movimento está associado à redução do estigma e à consolidação da saúde mental como direito social (OMS, 2022).

Na Geração Alpha, observa-se leve tendência de estabilização no crescimento da busca por atendimento. Tal fenômeno pode refletir naturalização precoce do cuidado psicológico e maior integração entre saúde mental e práticas escolares. No entanto, impõe-se cautela quanto à ampliação diagnóstica em idades cada vez menores, especialmente diante de debates sobre medicalização da infância (FRANCES, 2021).

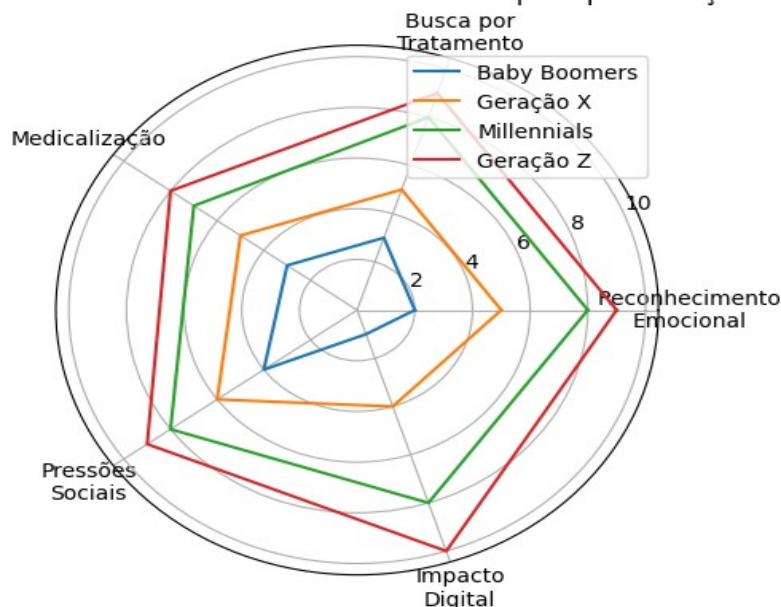
Os achados indicam que o sofrimento psíquico mantém caráter universal, embora sua expressão seja moldada por narrativas culturais, transformações tecnológicas e condições estruturais próprias de cada período histórico. A compreensão dessas nuances intergeracionais é fundamental para elaboração de políticas públicas e práticas clínicas que conciliem reconhecimento legítimo do sofrimento com responsabilidade diagnóstica e rigor ético.





**Figura 3 – Perfil comparativo intergeracional do sofrimento psíquico**

**Perfil Multidimensional do Sofrimento Psíquico por Geração**



Fonte: Elaboração própria a partir da revisão de literatura (2026).

A análise do perfil multidimensional do sofrimento psíquico ao longo das gerações evidencia um padrão consistente de intensificação dos indicadores relacionados à saúde mental nas coortes mais recentes. Observa-se que dimensões como reconhecimento emocional, busca por tratamento, medicalização, pressões sociais e impacto digital apresentam crescimento progressivo, sugerindo que o sofrimento psíquico, embora universal, é profundamente modulável por fatores socioculturais, tecnológicos e históricos (WHO, 2022; ROSE, 2022).

No que se refere aos Baby Boomers, os baixos níveis observados nas diferentes dimensões refletem um contexto histórico marcado por forte estigma associado aos transtornos mentais, no qual manifestações emocionais eram frequentemente interpretadas sob a ótica da fraqueza moral ou insuficiência individual. Esse cenário favorecia a adoção



de estratégias defensivas, como repressão emocional e somatização, além de restringir a procura por suporte especializado (CORRIGAN; WATSON, 2020).

A baixa alfabetização em saúde mental e a limitada disponibilidade de serviços psicoterapêuticos contribuíam para a invisibilização do sofrimento psíquico, reforçando padrões de silêncio e autocontenção (CORRIGAN; WATSON, 2020).

A Geração X, por sua vez, configura um período de transição paradigmática, no qual se observa aumento moderado em todas as dimensões analisadas. Esse fenômeno pode ser atribuído à consolidação da psiquiatria baseada em evidências, à sistematização dos critérios diagnósticos e à ampliação do acesso à psicoterapia. Ainda assim, persistiam resistências culturais, especialmente relacionadas ao receio de rotulação diagnóstica e ao ideal de autossuficiência, o que limitava a plena adesão ao cuidado em saúde mental (MOJTABAI et al., 2021).

Entre os Millennials, verifica-se uma inflexão mais acentuada, caracterizada pela ampliação do reconhecimento emocional e pela maior disposição em buscar tratamento psicológico. Esse movimento está diretamente relacionado à difusão de informações sobre saúde mental, à redução do estigma e à valorização do bem-estar psicológico como componente central da qualidade de vida (APA, 2022; TWENGE, 2023).

Entretanto, esse avanço ocorre concomitantemente ao aumento das pressões sociais, incluindo competitividade acadêmica e profissional, instabilidade econômica e redefinições nas expectativas de sucesso, o que pode contribuir para maior vulnerabilidade ao sofrimento psíquico (UNICEF, 2021).

A Geração Z apresenta os maiores níveis em todas as dimensões avaliadas, evidenciando uma intensificação desse fenômeno. A elevada pontuação em reconhecimento emocional e busca por tratamento sugere maior alfabetização em saúde mental e maior legitimidade social do sofrimento psíquico (FUSAR-POLI et al., 2023; TWENGE, 2023).

No entanto, a concomitante elevação das dimensões de pressões sociais e impacto digital aponta para um cenário de crescente exposição a fatores de risco psicossociais. A hiperconectividade, a comparação social constante e a internalização de padrões idealizados





de desempenho e aparência constituem elementos centrais na compreensão desse aumento (FUSAR-POLI et al., 2023; TWENGE, 2023).

Adicionalmente, o crescimento da dimensão de medicalização nas gerações mais recentes levanta questões relevantes acerca da ampliação dos critérios diagnósticos e da possível patologização de experiências normativas da vida cotidiana. Embora a maior identificação de sintomas possa facilitar o acesso ao cuidado, também pode contribuir para interpretações excessivamente biomédicas de respostas adaptativas ao estresse, configurando um campo de ambivalência entre reconhecimento legítimo e sobrediagnóstico (FRANCES, 2021; COSGROVE; SHAUGHNESSY, 2020; HORWITZ; WAKEFIELD, 2020).

Dessa forma, os achados sugerem que o aumento dos indicadores de sofrimento psíquico nas gerações mais jovens não deve ser interpretado exclusivamente como maior incidência de transtornos mentais, mas também como reflexo de maior conscientização, mudanças culturais e transformações nos modos de expressão emocional. Trata-se, portanto, de um fenômeno multifatorial, no qual fatores estruturais, tecnológicos e simbólicos interagem na produção e na interpretação do sofrimento (WHO, 2022; OECD, 2024).

Por fim, destaca-se a necessidade de abordagens equilibradas em saúde mental, que conciliem a ampliação do acesso ao cuidado com o rigor diagnóstico e a consideração dos determinantes sociais do sofrimento psíquico. Políticas públicas e práticas clínicas devem priorizar estratégias de promoção da saúde, prevenção e fortalecimento de recursos individuais e coletivos, evitando tanto a negligência quanto a medicalização excessiva da experiência humana (OECD, 2024).

## 5. CONCLUSÃO

A trajetória da psiquiatria, dos Baby Boomers à Geração Alpha, revela profundas transformações na forma como o sofrimento psíquico é compreendido, nomeado e tratado. Ao longo das décadas, observou-se a transição de um modelo marcado pelo silêncio, pela





institucionalização e pelo forte estigma social para uma perspectiva progressivamente mais humanizada, preventiva e centrada na pessoa.

Entre os Baby Boomers, a saúde mental ainda era frequentemente associada à fraqueza ou desvio moral; nas gerações seguintes, especialmente entre Millennials e Geração Z, houve maior abertura para o diálogo, ampliação do acesso à informação e reconhecimento da importância do cuidado psicológico e psiquiátrico. Já a Geração Alpha cresce em um contexto digitalizado, com maior visibilidade das discussões sobre saúde mental, mas também exposta a novos fatores de risco relacionados à hiperconectividade, à comparação social constante e à sobrecarga informacional.

Esse percurso histórico evidencia avanços significativos na redução do estigma e na ampliação do acesso a serviços especializados, políticas públicas e estratégias de promoção da saúde mental. Entretanto, os desafios contemporâneos tornaram-se mais complexos. Se, no passado, o problema central era a negligência e a invisibilização do sofrimento psíquico, atualmente emerge a necessidade de evitar a banalização diagnóstica e a medicalização excessiva de experiências humanas que fazem parte do espectro normal da vida. O sofrimento, quando descontextualizado de fatores sociais, culturais e existenciais, pode ser rapidamente rotulado, o que gera riscos de intervenções inadequadas, dependência medicamentosa desnecessária e redução da escuta clínica qualificada.

Dessa forma, o grande desafio da psiquiatria contemporânea consiste em estabelecer um equilíbrio ético e técnico entre acolher genuinamente o sofrimento e manter rigor científico nos processos diagnósticos e terapêuticos. Isso implica reconhecer as especificidades de cada geração, compreender os determinantes sociais da saúde mental, integrar abordagens psicoterápicas e psicofarmacológicas de maneira criteriosa e fortalecer práticas baseadas em evidências. Além disso, torna-se fundamental investir em educação em saúde mental, prevenção precoce e formação profissional contínua, garantindo que o cuidado seja integral, individualizado e culturalmente sensível.

Portanto, a consolidação de uma psiquiatria comprometida com a ciência, com a escuta empática e com a responsabilidade social é essencial para promover um cuidado







sustentável ao longo do tempo. Somente por meio de práticas clínicas que articulem evidência científica, sensibilidade geracional e compreensão do contexto sociocultural será possível avançar na construção de um modelo de atenção em saúde mental verdadeiramente humanizado e eficaz.

## REFERÊNCIAS

AMARANTE, Paulo; NUNES, Mônica de Oliveira. A reforma psiquiátrica no Brasil: avanços e desafios. *Ciência & Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, v. 26, n. 6, p. 2067-2074, 2021.

AMERICAN PSYCHOLOGICAL ASSOCIATION (APA). *Stress in America 2022: Concerned for the future, beset by inflation*. Washington, DC: APA, 2022.

BRASIL. Ministério da Saúde. Rede de Atenção Psicossocial (RAPS): diretrizes para organização do cuidado em saúde mental. Brasília, DF: Ministério da Saúde, 2020.

CORRIGAN, Patrick W.; WATSON, Amy C. Understanding the impact of stigma on people with mental illness. *World Psychiatry*, v. 19, n. 1, p. 16-20, 2020.

DELGADO, Pedro Gabriel Godinho. Reforma psiquiátrica brasileira: avanços, desafios e perspectivas. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 38, n. 1, 2022.

FRANCES, A. *Saving normal: an insider's revolt against out-of-control psychiatric diagnosis*. New York: HarperCollins, 2021.

FUSAR-POLI, P. et al. Preventive psychiatry: a blueprint for improving mental health in young people. *The Lancet Psychiatry*, London, v. 10, n. 3, p. 202–214, 2023.

HORWITZ, A. V.; WAKEFIELD, J. C. *All we have to fear: psychiatry's transformation of natural anxieties into mental disorders*. Oxford: Oxford University Press, 2020.

MELO, L. P.; DIAS, R. C.; DOS SANTOS, M. A. Medicalização do sofrimento psíquico e prática clínica contemporânea. *Revista de Saúde Pública*, São Paulo, v. 59, p. 1–10, 2025.

**Revista *OWL Journal*, Campina Grande - PB, v.4 n.3 (2026) - ISSN 2965-2634**

**A Revista *OWL Journal* está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição (CC BY)**





MOJTABAI, Ramin et al. National trends in mental health care for U.S. adolescents. The New England Journal of Medicine, v. 385, p. 176–185, 2021.

OECD. Health at a Glance 2024: OECD Indicators. Paris: OECD Publishing, 2024.

OPAS – Organização Pan-Americana da Saúde. Saúde mental na infância e adolescência nas Américas. Washington, DC: OPAS, 2022.

PATEL, V. et al. Addressing the burden of mental, neurological and substance use disorders: key messages from Disease Control Priorities. The Lancet, London, v. 400, n. 10352, p. 1224–1236, 2022.

ROSE, Nikolas. *Our psychiatric future*. Cambridge: Polity Press, 2019.

SANTOMAURO, Damian F. et al. Global prevalence and burden of depressive and anxiety disorders in 2020 due to the COVID-19 pandemic. The Lancet, London, v. 398, n. 10312, p. 1700–1712, 2021.

TWENGE, Jean M. Generations: The Real Differences Between Gen Z, Millennials, Gen X, Boomers, and Silents. New York: Atria Books, 2023.

UNICEF. The State of the World's Children 2021: On my mind – promoting, protecting and caring for children's mental health. New York: UNICEF, 2021.

WHITAKER, R. Anatomy of an epidemic: magic bullets, psychiatric drugs, and the astonishing rise of mental illness. New York: Crown, 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION (WHO). World mental health report: transforming mental health for all. Geneva: WHO, 2022.

YASUI, Silvio; COSTA-ROSA, Abílio da. Atenção psicossocial e reforma psiquiátrica: desafios contemporâneos. Saúde em Debate, Rio de Janeiro, v. 47, n. esp., p. 34-45, 2023.



# REVISTA OWL (*OWL Journal*)

www.revistaowl.com.br – ISSN: 2965-2634



*Recebido em: 15/02/2026*

*Aprovado em: 28/02/2026*

*Publicado em: 09/03/2026*

**Revista *OWL Journal*, Campina Grande - PB, v.4 n.3 (2026) - ISSN 2965-2634**

***A Revista OWL Journal está licenciada com uma Licença Creative Commons Atribuição (CC BY)***

