

Como assim, Inclusão Social?

A Inclusão Social é o ato de incluir na sociedade pessoas que historicamente são excluídas do processo de se socializar, como pessoas com necessidades especiais, negros, travestis, transgêneros e entre outros. Segundo pesquisas, a Inclusão Social tem como principal objetivo solucionar conflitos e resolver problemas. Essa falta de inclusão de alguns grupos de pessoas acontece devido uma medida de controle social, ou seja, só é incluso quem for considerado “padrão” pela sociedade.

Esses grupos de pessoas que são, de certa forma, excluídos da sociedade, acabam não tendo o devido acesso a direitos como um emprego digno, educação, saúde e alimentação. Segundo pesquisas durante o trabalho, essas pessoas sofrem preconceito na escola, o que leva à evasão escolar, e também no mercado de trabalho. Sem emprego e sem escolaridade, muitas travestis e transexuais entram para a prostituição como única saída para sobreviver e acabam levando uma vida de sofrimento e exclusão social, despeito da diferença entre transtornos mentais e deficiência mental, que tem dados que mostram que são duas coisas em que mais são excluídas na sociedade e que inclusive são bem confundidos perante a sociedade. Então você pode questionar: “qual é a diferença entre ambos?”

A deficiência mental é uma malformação do cérebro na gestação, já o transtorno mental é um problema desenvolvido ao longo da vida, que pode ser um trauma ou um tipo de estresse vivenciado.

Agora citando uma opinião pessoal minha, acredito que para diminuir essa questão de excluir esse grupo de pessoas, deveríamos parar de discriminar elas por não serem, de certa forma, “padrão”. Pois cada um tem seu jeito, personalidade e individualidade. Inclusive, pesquisas e dados comprovam que várias pessoas já tiraram sua vida, por essa pressão de ser excluída acabar virando uma depressão ou algo pior. Pensando em como poderia incluir esse grupo de pessoas, um exemplo disso é a acessibilidade para portadores de necessidades especiais, como cegos, surdos e cadeirantes, em espaços públicos ou espaços coletivos geridos pela iniciativa privada, além da acessibilidade em calçadas e passarelas do passeio público. Também programas de assistência social às pessoas de baixa renda e em situação de

vulnerabilidade social, como moradores de rua; programas de assistência psicossocial e profissionalização de homossexuais, transexuais e travestis e entre outros exemplos de inclusão social que poderia citar.

Outra forma mais direcionada ao sentido de ajudar a solucionar esses problemas dessa falta de inclusão, seria juntamente com as possíveis soluções que eu citei acima. Também criar post nas redes sociais, pensei em algo simples, de fácil entendimento para o público que é ativo nas redes sociais. Para tornar nossa sociedade mais inclusiva e compreensiva, na minha opinião seria quase impossível. Pois estamos em uma fase que todo mundo pensa em si mesmo e que quando se trata de transtornos ou problemas mentais, a sociedade revela ser algo não muito importante ou que a pessoa só quer chamar a atenção. Por esse motivo e outros, o que está no nosso alcance é conscientizar e trazer mais informações sobre o assunto.

Com a pandemia ficou cada vez mais clara a importância de ter uma boa saúde mental para conseguir residir no mundo do trabalho. Pois se não tiver uma saúde mental, uma estrutura emocional, fica ainda mais fácil de nós seres humanos desencadearmos esses transtornos. Como eu disse acima, a sociedade acha que os transtornos não são casos sérios, que não precisa ser tratado e que muitas das pessoas a sociedade impõem sobre ser só ‘para chamar a atenção’ ou só ‘uma fase’. Mas ao decorrer do trabalho das ODS, encontrei que em casos mais complexos é necessário o encaminhamento de pacientes para médicos especialistas de uma área determinada de transtorno, podendo levar até a internação. Para realizar o diagnóstico é preciso observar o paciente para ver como ele reage a alguns estímulos e a questões que acabará enfrentando durante a vida, porém nem todas as pessoas reagem da mesma forma e isso acaba dificultando o resultado do diagnóstico, que em alguns casos pode levar até anos para ser definido.

Inclusive, tendo em vista a depressão como o transtorno mais comum, busquei saber quais são os sintomas e o que o desencadeia, já que mais de 300 milhões de brasileiros sofrem com a doença. O diagnóstico é dado por um psiquiatra, a partir de observações e estímulos ao paciente, os sintomas mais comuns que o paciente pode apresentar é tristeza profunda, desânimo e pessimismo, podendo ser genético ou desenvolvido. Artigos falam que o diagnóstico exato da doença é a disfunção bioquímica cerebral, sendo desenvolvida mais facilmente em mulheres, por conta da grande quantidade de hormônios no período fértil. No

caso de o diagnóstico comprovar a depressão, o psiquiatra dá início a algum tratamento que se encaixe para aquele determinado paciente, podendo indicar terapias em grupo, terapia familiar ou grupo de apoios, em casos mais graves é necessário receitar medicamentos que sejam antidepressivos, ansiolíticos e/ou antipsicóticos.

Além da depressão, a ansiedade também é um transtorno muito comum e cerca de 1 a cada 4 pessoas que vão ao médico estão com ela presente. É caracterizada pela sensação de desconforto, tensão, medo ou mau pressentimento, é muito desagradável e na maioria das vezes é provocada pela antecipação de algo desconhecido. Ainda que a ansiedade seja algo relacionado somente a sintomas psicológicos, ela também gera sintomas físicos, como taquicardia, dor no peito, tremores, alteração na pressão e entre outros sentimentos que não estão relacionados a uma doença definida. O hormônio responsável pela ansiedade é chamado cortisol, ele é produzido pela parte superior das glândulas suprarrenais e age de forma liberal, à medida que o corpo percebe o estresse, as glândulas produzem o hormônio e o liberam na corrente sanguínea. O diagnóstico é produzido por especialistas e realizado por meio de uma análise clínica, e o tratamento consiste em terapia e em alguns casos é necessário o uso de medicamentos.

Segundo minha pesquisa no grupo da ODS, encontrei que todos esses hormônios estão ligados a chamada química das emoções, ou sensações, que nada mais é do que a relação dos hormônios que ativam as emoções e podem compor transtornos mentais.

Revisado por: Olívia Dresch