

# O que faz e como se forma um psiquiatra?

O psiquiatra é um médico especializado no tratamento de doenças mentais.

Sua formação é um processo longo, que começa na faculdade de medicina, um curso com duração de seis anos. Depois da graduação em medicina, o médico que deseja se tornar psiquiatra precisa estudar para se tornar um especialista nesta área. Existem diversas maneiras de fazê-lo, uma delas é cursando uma pós-graduação conhecida como residência médica em psiquiatria, um curso com duração de três anos, com atividades teóricas e práticas. Alguns médicos optam por continuar o curso por mais um ano para se aprofundarem em uma das áreas desta atuação: psiquiatria da infância e da adolescência, psiquiatria geriátrica, psiquiatria forense ou psicoterapia.

Para obtenção do título de especialista pela Associação Médica Brasileira, todos os médicos interessados têm que se submeter a uma prova elaborada pela Associação Brasileira de Psiquiatria. Depois de aprovados nesta prova, precisam comprovar, a cada cinco anos, que continuam se mantendo atualizados para conservar o título.

Diversos profissionais estão envolvidos no tratamento aos pacientes portadores de transtornos mentais. Dentre eles, **o psiquiatra é o único médico**, portanto, é o único que pode prescrever medicamentos.



[www.abpcomunidade.org.br](http://www.abpcomunidade.org.br)

**Procure um médico especialista.**

**Campanha de Valorização do Médico Psiquiatra**

Realização:



[www.abpbrasil.org.br](http://www.abpbrasil.org.br)

# Psiquiatra

## Informe-se sobre este profissional.

As doenças mentais podem ser mais comuns do que se imagina e, geralmente, o tratamento mais simples do que se pensa.



# Saúde mental é qualidade de vida.

Os sintomas das doenças mentais frequentemente não são reconhecidos. Isto ocorre porque a maior parte destes só é sentido pelas pessoas que estão doentes e as pessoas à volta daquele que está sofrendo só percebem suas conseqüências, como isolamento social, medo ou redução da produtividade. Algumas pessoas chegam a pensar que isto pode ser “fraqueza de caráter” ou “preguiça”.

**É muito importante reconhecer estes sintomas e ajudar quem está sofrendo a procurar um psiquiatra.**

Atualmente, existem diversos tratamentos para os transtornos que apresentamos aqui. Estes transtornos, quando não tratados, podem gerar prejuízos na interação social, nas relações familiares, na vida profissional e na saúde das pessoas que os apresentam.

**DEPRESSÃO:** algumas pessoas sentem-se continuamente tristes durante longos períodos de tempo, muitas vezes sem que nenhum fato capaz de provocar esta tristeza tenha ocorrido em sua vida. Esta tristeza pode ser acompanhada de alterações no apetite, no sono, na capacidade de realizar tarefas cotidianas que o paciente realizava sem dificuldade e de uma incapacidade de sentir prazer em atividades que antes eram consideradas agradáveis ou sentimentos de culpa.

**ANSIEDADE:** a ansiedade é um tipo de sentimento que podemos sentir naturalmente em situações novas ou incomuns, como, por exemplo, em uma entrevista de emprego. Algumas pessoas, sentem-se continuamente ansiosas, “nervosas” ou inquietas, durante todos os dias ou boa parte do dia. Outras apresentam estes sintomas apenas durante atividades específicas, como um encontro amoroso ou se precisam falar na frente de alguma platéia. Os transtornos de ansiedade podem causar graves limitações profissionais, no relacionamento interpessoal e na vida familiar dos indivíduos que não conseguem tratamento.

**PÂNICO:** algumas pessoas sentem sintomas de ansiedade muito intensos durante um curto período de tempo, uma sensação do coração batendo rapidamente, dor no peito, dormência no braço, falta de ar e uma sensação de que vão morrer. Muitas procuram serviços de emergência de hospitais gerais com medo de estar tendo um infarto e nada de errado é encontrado em seu coração. Estes podem ser sintomas de transtorno do pânico, uma doença freqüente, embora pouco diagnosticada, que pode causar grandes prejuízos ao indivíduo se não tratada.

**ESQUIZOFRENIA:** ouvir vozes que outras pessoas não são capazes de escutar, achar que há algum plano ou esquema movido por outras pessoas para prejudicá-lo, tornar-se subitamente amedrontado ou agressivo por causa destes pensamentos, apresentar progressivamente dificuldades na capacidade de interação social, na realização de seu trabalho ou no interesse por diversas atividades. Estes são alguns dos sintomas de esquizofrenia, um transtorno psiquiátrico que atinge cerca de 1% da população. O tratamento pode ajudar os indivíduos que sofrem deste transtorno a reduzir a freqüência e a intensidade destes sintomas e a minimizar prejuízos causados pela doença.

**DEMÊNCIA:** esquecimentos, principalmente de fatos recentes, dificuldades para realizar tarefas cotidianas como tomar banho, vestir-se ou comer sem a ajuda de outras pessoas, sensação de perder objetos ou de que alguém está retirando seus pertences de seus lugares. Estes sintomas acontecem com muitas pessoas acima dos sessenta e cinco anos de idade e podem ser sinais iniciais de demência. O tratamento psiquiátrico pode ajudar a diminuir a velocidade de sua progressão e também ajudar a controlar outras doenças que podem estar associadas a esta, como a depressão.

**DEPENDÊNCIA QUÍMICA:** muitas pessoas fazem uso de álcool e outras drogas sem conseguir controlar a quantidade ou a freqüência do consumo destas substâncias, causando graves conseqüências à sua saúde física, à seus relacionamentos familiares e conjugais e problemas relacionados ao trabalho. A dependência de álcool e outras drogas pode causar ou estar associada a outros transtornos psiquiátricos. O diagnóstico correto é fundamental para o tratamento e o reestabelecimento da saúde física e mental e das relações familiares e laborativas.

**TRANSTORNOS ALIMENTARES:** um incômodo constante com a aparência de certas partes do corpo, principalmente do abdômen, das pernas e dos seios, preocupação com a quantidade de alimentos e calorias ingeridas, tentativas de compensar a ingestão de alimentos através da realização de exercícios físicos, uso de medicamentos sem prescrição médica ou indução de vômitos. Estes são sinais de transtornos alimentares, doenças graves, que atingem principalmente mulheres, e que podem causar grandes prejuízos à saúde física, incluindo as funções reprodutivas. Estes transtornos requerem o tratamento psiquiátrico aliado a outras formas de tratamento, com a participação de endocrinologistas, nutricionistas e terapeutas para a recuperação dos pacientes.