

OS IMPACTOS DO CAPACITISMO NA SAÚDE MENTAL: UM RELATO DE VIVÊNCIA E DEBATE INSTITUCIONAL

Sionara Balen¹

Álvaro Cielo Mahl²

Chancarlyne Vivian³

Resumo

A deficiência e o capacitismo constituem importantes determinantes sociais que impactam diretamente a saúde mental das pessoas com deficiência. Assim, o estudo objetiva relatar e refletir sobre a articulação entre deficiência, barreiras sociais e saúde mental a partir de uma palestra ministrada por uma psicóloga e membros do Conselho Municipal de Pessoas com Deficiência. Trata-se de um relato de experiência elaborado a partir da escuta e análise reflexiva da atividade realizada, em formato de relato de vida e debate institucional. O estudo visou apresentar as vivências relacionadas ao capacitismo, às dificuldades de acessibilidade e aos impactos psicossociais decorrentes dessas condições, bem como a importância da psicoterapia e das políticas públicas na promoção da autonomia. Os resultados evidenciam que as barreiras físicas, sociais e atitudinais contribuem para o sofrimento psíquico, enquanto a atuação do Conselho e o acompanhamento psicológico favorecem o fortalecimento da identidade, da autoestima e da saúde mental. Assim, reconhece-se que a valorização da diversidade humana e o fortalecimento das ações institucionais são fundamentais para a inclusão e a promoção do bem-estar psicológico.

Palavras-chave: Deficiência; Capacitismo; Saúde mental; Acessibilidade; Inclusão.

Introdução

Compreender a deficiência na contemporaneidade exige analisá-la para além de uma condição exclusivamente biológica, considerando seus atravessamentos sociais, culturais, psicológicos e políticos. Historicamente, a deficiência foi associada à incapacidade, à dependência e à anormalidade, concepções que ainda sustentam práticas capacitistas presentes na sociedade.

Rodrigues, Lopes e Bidarte (2025) afirmam que a deficiência, muitas vezes vista só como limitação física, é apenas uma das formas possíveis de existir no mundo, sem impedir oportunidades, mas uma condição que vai além do corpo. É um fenômeno social e corporal, e por isso é importante discutir o capacitismo como um problema estrutural que impõe regras, expectativas e valores sobre como a pessoa com deficiência deve ser.

De acordo com CRP/SC “o capacitismo refere-se a práticas de discriminação e violência dirigidas a pessoas com deficiência, sustentadas por uma visão que define certos corpos como normais e funcionais” (p.7, 2019) e se manifestam por meio de atitudes preconceituosas, exclusões sociais e barreiras arquitetônicas e simbólicas, que limitam o acesso das pessoas com deficiência aos direitos básicos.

A sociedade muitas vezes coloca um rótulo negativo nas pessoas com deficiência, tratando-as como menos capazes, mesmo quando são totalmente adaptadas e independentes. Por causa desse estigma, elas acabam sendo desacreditadas e rejeitadas socialmente (Bernardes, 2024). Essas condições interferem diretamente na constituição da identidade, da autoestima e do bem-estar psicológico, impactando significativamente a saúde mental desse público.

Nesse contexto, este estudo tem como objetivo relatar e refletir sobre a relação entre deficiência, capacitismo e saúde mental a partir de uma

palestra ministrada por uma psicóloga com deficiência física decorrente da Atrofia Muscular Espinhal (AME) tipo II, bem como da participação de membros do Conselho Municipal de Pessoas com Deficiência, sendo um representante com deficiência física usuária de cadeira de rodas e outro com deficiência visual (cegueira). Justifica-se a relevância do trabalho pela necessidade de ampliar o debate sobre acessibilidade, inclusão e práticas humanizadas no campo da Psicologia e nas políticas públicas voltadas às pessoas com deficiência.

Desenvolvimento

O estudo consiste em um relato de experiência construído a partir de uma palestra organizada por acadêmicos da 2ª fase do Curso de Psicologia da UNOESC – Campus de Pinhalzinho. A atividade iniciou com a fala de uma psicóloga da área clínica, com abordagem em Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), que compartilhou sua trajetória pessoal e profissional, destacando desafios da formação e da prática, bem como experiências de capacitismo e seus impactos na saúde mental.

Na sequência, membros do Conselho Municipal de Pessoas com Deficiência, contribuíram com reflexões sobre a acessibilidade, as dificuldades cotidianas e os preconceitos enfrentados por esse público. Durante o diálogo, foram debatidas as barreiras físicas, sociais e atitudinais presentes nos espaços públicos e privados, assim como a importância das políticas públicas e da atuação do Conselho na defesa dos direitos, da inclusão e da dignidade das pessoas com deficiência.

No campo da saúde mental, evidenciaram-se os impactos psicossociais do capacitismo e da exclusão, destacando-se sentimentos de invisibilidade, inadequação e sofrimento psíquico. A psicoterapia foi apresentada como elemento central no fortalecimento da autonomia, da identidade e da autoestima, possibilitando a ressignificação de crenças limitantes e o desenvolvimento de maior independência emocional. Também se enfatizou a compreensão da deficiência como parte da diversidade humana, fundamental para a construção de uma sociedade mais inclusiva e acessível.

As discussões da palestra dialogam com Bernardes (2024), ao compreender o capacitismo como uma forma estrutural de discriminação que amplia desigualdades e impacta a saúde mental das pessoas com deficiência, por meio de práticas sociais que restringem direitos e reforçam estigmas. De modo complementar, Rodrigues, Lopes e Bidarte (2025) apontam que padrões normativos de funcionalidade corporal sustentam hierarquizações sociais, desvalorizando corpos que fogem aos modelos hegemônicos e gerando exclusões.

Considerações Finais

Evidencia-se que a discussão sobre deficiência, capacitismo e saúde mental é fundamental para compreender como as estruturas sociais influenciam, de maneira profunda, a vida das pessoas com deficiência. As contribuições da palestra, aliadas às experiências compartilhadas, ampliaram a compreensão acerca das barreiras, muitas vezes invisibilizadas, que ainda persistem e produzem sofrimento psicológico. Torna-se evidente que a inclusão não pode permanecer restrita ao campo discursivo, exigindo ações concretas, escuta qualificada e compromisso ético com a valorização da diversidade humana.

O trabalho ressalta a relevância da acessibilidade, das políticas públicas e da atuação dos Conselhos enquanto instrumentos essenciais para a garantia de direitos, inclusão e dignidade das pessoas com deficiência. Evidencia-se, ainda, o papel central da psicoterapia no fortalecimento da autonomia, da identidade e da saúde mental desse grupo, configurando-se como um recurso indispensável ao desenvolvimento subjetivo e ao enfrentamento das desigualdades estruturais.

Dessa forma, destaca-se que a construção de uma sociedade verdadeiramente inclusiva exige o reconhecimento da deficiência como parte constitutiva da diversidade humana, bem como a superação de padrões sociais que ainda limitam a participação plena dessas pessoas. Nesse sentido, apenas por meio da transformação das práticas sociais, do cuidado psicológico qualificado e do fortalecimento das políticas públicas torna-se

possível assegurar dignidade, acesso e oportunidades reais. Por fim, reafirma-se o compromisso com o aprofundamento dos estudos, a promoção de uma escuta sensível e a contribuição ativa para o enfrentamento do capacitismo, fortalecendo práticas e reflexões que assegurem respeito, autonomia e igualdade para todas as pessoas.

Referências

BERNARDES, Liliane Cristina Gonçalves. O impacto do capacitismo: a discriminação contra pessoas com deficiência que amplia desigualdades. Brasília, DF: Ipea, dez. 2024. 44 p.

CONSELHO REGIONAL DE PSICOLOGIA DE SANTA CATARINA (CRP-SC). Cartilha sobre deficiência e acessibilidade. Florianópolis: CRP-SC, 2019. 19 p. Disponível em: <http://crpsc.org.br/public/images/boletins/V4%20CARTILHA%20SOBRE%20DEFICIE%CC%82NCIA%20E%20ACESSIBILIDADE.pdf>.

LUZ NETO, Rui Gonçalves da et al. Capacitismo, corpo e fenomenologia: caminhos para uma psicologia “aleijada”. Revista Psicologia Política, São Paulo, v. 24, e24483, 2024.

MOTA, Paulo Henrique dos Santos; BOUSQUAT, Aylene. Deficiência: palavras, modelos e exclusão. Saúde em Debate, Rio de Janeiro, v. 45, n. 130, p. 847-860, jul./set. 2021.

RODRIGUES, Irineu; LOPES, Isabela; BIDARTE, Michelle. O corpo como personificação do capacitismo na escola. Revista Práxis e Pedagogia, v. 24, e24483, 2025.

sionarabalen@yahoo.com.br

chancarlyne.vivian@unoesc.edu.br

alvaro.mahl@unoesc.edu.br