



AUTODIAGNÓSTICO E SAÚDE MENTAL NAS MÍDIAS: O PAPEL DA PSICOEDUCAÇÃO NA PREVENÇÃO DE DANOS

JOELSON ALVES DA SILVA; FRANCISCO JADSON FRANCO MOREIRA; ARIANA RODRIGUES BEZERRA

Introdução: O presente artigo propõe uma reflexão crítica sobre o crescente fenômeno do autodiagnóstico de transtornos mentais na contemporaneidade, especialmente entre adolescentes e jovens, influenciados pelo uso massivo das mídias sociais e digitais. Com base em revisão bibliográfica, discute-se o papel da psicoeducação como ferramenta fundamental na prevenção de danos associados a diagnósticos incorretos e interpretações equivocadas dos sintomas mentais. A análise parte da compreensão de que, embora o acesso à informação seja um avanço significativo, o consumo indiscriminado de conteúdos sem respaldo científico pode gerar riscos à saúde mental. Argumenta-se a favor da promoção de estratégias éticas e profissionais que envolvam a abordagem da psicoeducação, visando o fortalecimento do cuidado, da escuta qualificada e da orientação fundamentada em evidências por parte de especialistas. **Objetivo:** Refletir criticamente sobre os perigos do autodiagnóstico realizado por meio das mídias sociais e digitais, propondo a psicoeducação como estratégia ética e profissional, capaz de promover o autocuidado, fomentar o discernimento crítico e qualificar o modo como o indivíduo interpreta e se relaciona com as informações disponíveis. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão bibliográfica de cunho teórico-crítica. Foram incluídos artigos científicos, livros, revistas e jornais bem como publicações acadêmicas e institucionais que abordassem a temática sob diferentes perspectivas. **Resultados:** A partir da revisão bibliográfica realizada, observou-se que o tema do autodiagnóstico por meio das mídias tem sido amplamente discutido em publicações acadêmicas, jornalísticas e institucionais, sobretudo nos últimos anos. Os estudos evidenciam preocupações recorrentes relacionadas à disseminação de informações não verificadas, ao consumo indiscriminado de conteúdos de saúde e à influência de discursos não especializados sobre a percepção de sintomas e doenças. **Conclusão:** A banalização dos transtornos mentais e o crescimento do autodiagnóstico nas redes sociais representam um desafio contemporâneo à saúde pública. Profissionais da saúde devem atuar de forma estratégica e articulada, promovendo ações de psicoeducação nos diversos espaços, que estimulem o pensamento crítico e o uso responsável da informação. O autodiagnóstico, quando fundamentado em conteúdos rasos e imprecisos, pode agravar o sofrimento psíquico, retardar o início de um tratamento adequado e comprometer a qualidade de vida.

Palavras-chave: **AUTODIAGNÓSTICO; PSICOEDUCAÇÃO; SAÚDE MENTAL**