

Resenha do livro *Estranhos a nós mesmos*, de Rachel Aviv

Review of Strangers to ourselves, by Rachel Aviv

Elise Kanashiro¹  | elisekanashiro@gmail.com

O livro *Estranhos a nós mesmos: histórias de mentes instáveis*, da jornalista Rachel Aviv¹, é uma obra instigante que articula narrativas clínicas e críticas sociais sobre saúde mental. Esta resenha propõe um recorte centrado na educação médica, destacando como o livro estimula uma formação mais crítica. Ao questionar os limites dos manuais diagnósticos e ao valorizar a escuta, a obra oferece importantes reflexões sobre o papel do diagnóstico na constituição da identidade – do paciente e do profissional – e desafia o leitor a repensar os fundamentos da prática psiquiátrica.

A psiquiatria, mais ainda do que outras especialidades médicas, lida diretamente com a questão da identidade. O diagnóstico não é apenas um nome atribuído a um conjunto de sintomas; ele pode atuar como dispositivo de nomeação existencial, influenciando a maneira como os pacientes se percebem – e, por extensão, como os profissionais se veem ao exercerem o papel de nomear. Essa dimensão torna-se particularmente evidente durante a formação médica, quando ainda está se construindo a identidade clínica e se aprendendo a escutar. Foi com esse olhar que, em meu segundo ano de residência de psiquiatria, tomei a iniciativa de apresentar um seminário sobre os elementos culturais na psicose e tive meu primeiro contato com a influência da cultura na saúde mental de forma mais intensa. Na época, um preceptor me presenteou com o livro de Aviv. A leitura da obra atravessou minha trajetória formativa e ampliou minha compreensão sobre os limites – e os efeitos – do diagnóstico na vida dos pacientes.

A narrativa investigativa e envolvente é estruturada em torno de cinco histórias principais, incluindo a própria experiência da autora, diagnosticada aos 6 anos com anorexia nervosa e hospitalizada. Entre os demais personagens, destacam-se Ray, um médico renomado que, após enfrentar uma depressão severa, vê sua carreira e vida pessoal desmoronarem; Bapu, uma mulher brâmane na Índia, diagnosticada com esquizofrenia, que abandona sua família para seguir uma vida ascética em busca de significado espiritual, lidando com o estigma da doença mental; Naomi, uma mulher negra norte-americana que, durante um episódio psicótico, comete um ato trágico, trazendo à tona as interseções entre racismo, pobreza e saúde mental nos Estados Unidos; e Laura, que, após anos de tratamento para transtorno bipolar, decide abandonar a medicação e questiona sua identidade além dos rótulos diagnósticos. Essas narrativas evidenciam a diversidade das experiências de adoecimento psíquico e o impacto dos fatores socioculturais na forma como os sintomas são vividos, interpretados e tratados.

Um dos aspectos mais instigantes do livro é sua crítica à ideia de que os diagnósticos psiquiátricos são categorias fixas e universais. Aviv demonstra como essas classificações funcionam como lentes que moldam a percepção do paciente, determinando o que é valorizado ou ignorado na experiência da doença. Além disso, ela problematiza que ter *insight*, uma parte essencial do exame psíquico e da adesão ao tratamento, pode significar diferentes coisas em diferentes culturas. Dessa forma, a obra questiona a rigidez dos manuais diagnósticos e evidencia como fatores históricos, culturais e sociais influenciam tanto o sofrimento psíquico quanto as respostas institucionais e individuais a ele.

A literatura acadêmica também discorre sobre a relação entre cultura e transtornos mentais – como diferentes grupos adotam modelos explicativos variados para psicose². Os pacientes ocidentais, por exemplo, tendem a interpretar os transtornos mentais dentro de uma perspectiva biopsicossocial, o que favorece maior busca por ajuda profissional e adesão ao tratamento medicamentoso. Por sua vez, os pacientes asiáticos, latinos, poloneses e maoris frequentemente atribuem seus sintomas a fatores religiosos ou espirituais, assim como ocorre com Bapu no livro. Já entre os pacientes africanos, a explicação predominante envolve feitiçaria. Esses dois últimos modelos alternativos de compreensão do adoecimento estão associados a um tempo maior de psicose não tratada e menor engajamento nos serviços de saúde mental.

¹ Universidade Federal de São Paulo, São Paulo, São Paulo, Brasil.

Editora-chefe: Rosiane Viana Zuza Diniz.
Editor associado: Mauricio Peixoto.

Recebido em 19/03/25; Aceito em 11/07/25.

Avaliado pelo processo de double blind review.

As artes, de modo geral, incentivam os alunos a explorar sua imaginação, promovendo o desenvolvimento de novas perspectivas, bem como o pensamento crítico e criativo. Essas habilidades são fundamentais para a resolução de problemas no exercício profissional³. Assim, a obra de Aviv se torna uma leitura essencial para a formação médica, especialmente na psiquiatria e nas ciências da saúde mental. Ela provoca uma reflexão necessária sobre como médicos e estudantes interpretam e categorizam o sofrimento psíquico. Foucault⁴, em *História da loucura*, defende que o médico encarna uma figura de autoridade que, ao nomear a doença, também a produz como verdade. Essa relação assimétrica entre sujeito do conhecimento (o médico) e objeto (o paciente) contribui para consolidar uma psiquiatria fundada no poder-saber. As críticas antipsiquiátricas surgidas no século buscaram subverter essa estrutura, propondo alternativas ao modelo institucional dominante e resgatando a experiência subjetiva do paciente como elemento central no cuidado em saúde mental⁵.

Assim, outro mérito do livro é a valorização da perspectiva do paciente, frequentemente negligenciada na psiquiatria. Aviv reforça que o sofrimento psíquico não pode ser reduzido a critérios diagnósticos e protocolos terapêuticos, pois envolve subjetividades complexas e influências sociais. Isso é corroborado por um debate na psiquiatria que enfatiza a necessidade de considerar fatores culturais na classificação dos transtornos mentais e na eficácia do tratamento⁶. No Brasil, essa preocupação tem sido recentemente articulada por Seabra et al.⁷, que defendem o ensino da psiquiatria cultural como ferramenta de formação crítica e decolonial. Os autores argumentam que reconhecer a diversidade étnica, histórica e social brasileira no processo formativo torna os residentes mais preparados para lidar com os desafios clínicos de um país plural e desigual. Essa perspectiva se alinha com o que Picon et al.⁸ apontam como um dos déficits da formação psiquiátrica no Brasil: a carência de adaptação dos currículos às realidades socioculturais locais, o que reforça a importância de uma formação sensível à diversidade e à escuta.

Assim, para a educação médica, o livro se apresenta como uma ferramenta valiosa para ampliar a compreensão sobre os efeitos do diagnóstico na vida dos pacientes e reforçar a importância de uma escuta atenta e sensível por

nossa parte. Em um cenário clínico cada vez mais protocolar, Aviv nos lembra de que, antes de um rótulo psiquiátrico, há um ser humano com sua história, cultura e identidade. Recomendo o livro não apenas a médicos e estudantes de psiquiatria, mas a todos que desejam compreender melhor como identidade, cultura e diagnóstico se entrelaçam na experiência do adoecimento mental.

Palavras-chave: Psiquiatria; Resenha; Literatura; Diagnóstico; Educação Médica.

CONTRIBUIÇÃO DA AUTORA

Elise Kanashiro elaborou a resenha.

CONFLITO DE INTERESSES

Declaramos não haver conflito de interesses.

FINANCIAMENTO

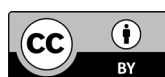
Declaramos não haver financiamento.

DECLARAÇÃO DE DISPONIBILIDADE DE DADOS

Os dados de pesquisa estão disponíveis no corpo do documento.
Research data is available in the body of the document.

REFERÊNCIAS

1. Aviv R. Estranhos a nós mesmos: histórias de mentes instáveis. Rio de Janeiro: Zahar; 2023.
2. Ghanem M, et al. The role of culture on the phenomenology of hallucinations and delusions, explanatory models, and help-seeking attitudes: a narrative review. *Schizophr Res.* 2023;256:90-100.
3. Florêncio MCP. Arte e literatura: envolvimento de estudantes para formação humana e desenvolvimento de habilidades médicas. *Rev Bras Educ Med.* 2025;49(1):e013.
4. Foucault M. *História da loucura: na Idade Clássica*. 10a ed. São Paulo: Perspectiva; 2010.
5. Sander J. A caixa de ferramentas de Michel Foucault, a reforma psiquiátrica e os desafios contemporâneos. *Rev Bras Psicol.* 2020;11(1):15-26.
6. Alarcón RD. Culture, cultural factors and psychiatric diagnosis: review and projections. *World Psychiatry.* 2003;3(3):164-70.
7. Seabra DS, Vieira LC, Carvalho LA, Macedo LN. Ensino em psiquiatria cultural: rumo a uma atitude decolonial. *Rev Bras Educ Med.* 2023;47(2):e073.
8. Picon FA, Castaldelli-Maia JM. The current status of psychiatric education in Brazil. *Int Rev Psychiatry.* 2019;31(5):472-80.



This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.