

Da curtidão à exposição: Psicóloga alerta para os comportamentos de risco no Carnaval

A especialista da Holiste Psiquiatria, Josefa Ferreira, comenta que a folia fica mais divertida quando há uma rede de apoio para evitar excessos

Uma multidão de foliões já preparou o glitter e a fantasia para o carnaval em todo Brasil. Para a psicóloga Josefa Ferreira, especialista da Holiste Psiquiatria, o feriado proporciona diversas experiências positivas – como a música, a dança, o beijo na boca, mas também alguns excessos que, do ponto de vista da saúde física e emocional, precisam ser evitados antes mesmo de sair de casa.

É um momento marcante para os foliões pois envolve muita descontração, criatividade de música, danças e fantasias. Por conta disso as pessoas ficam à vontade para beber, curtir quebrar tabus, beijar na boca e cometer excessos. Por se tratar de uma época festiva, as pessoas sentem-se com mais liberdade para expressarem sua sexualidade, realizar sexo sem proteção, abusar do álcool, entre outros comportamentos de risco”, destaca.

O problema disso é que o descuido pode provocar consequências que não terminam na Quarta-Feira de Cinzas. Por isso, a profissional ressalta que o preparativo para a folia começa antes mesmo de sair de casa, colocando senha no celular, levando preservativo na bolsa, copos com tampa, entre outros cuidados para não deixar de aproveitar a festa, mas sem negligenciar a própria saúde e o bem-estar.

“Por isso se faz tão necessário ressaltar os riscos, para que as pessoas estejam cientes da necessidade de manter os cuidados e a atenção durante os dias da folia e como se prevenir. É importante distanciar-se dos padrões de risco, tomando alguns cuidados para não se expor e evitando assim uma gravidez indesejada, contração de doenças sexualmente transmissíveis e situações de maior vulnerabilidade”, detalha.

Como dica final, Josefa Ferreira, aponta que o principal pode ser contar com amigos e pessoas confiáveis que estejam na folia com você. Contar com uma rede de apoio que possa intervir em situações de risco é essencial. É possível combinar códigos, sinais, ou até contar com a tecnologia, utilizando tags rastreadoras na fantasia para facilitar caso alguém do

Da curtição à exposição: Psicóloga alerta para os comportamentos de
risco no Carnaval

grupo se perca na multidão. Vale tudo para aproveitar a festa sem se prejudicar no resto do ano. Para saber mais, acesse o site da Holiste Psiquiatria: www.holiste.com.br

Sobre a Holiste

A Holiste é uma clínica de excelência em saúde mental, criada há 20 anos pelo médico psiquiatra, Dr. Luiz Fernando Pedroso, sediada em Salvador, Bahia, com atendimento nacional. Na sede principal, localizada em Salvador, funcionam os serviços ambulatorial e de internamento psiquiátrico. A estrutura da clínica conta, ainda, com o Hospital Dia (destinado à ressocialização do paciente) e com a Residência Terapêutica (moradia assistida para pacientes crônicos), dispondo sempre de estrutura e tecnologia de ponta.

A instituição conta com mais de 200 profissionais, um corpo clínico composto por médicos psiquiatras, psicólogos, terapeutas ocupacionais, enfermeiros, técnicos de enfermagem, fisioterapeutas, nutricionista, gastrônoma, dentre outros, com vasta experiência em tratamento de transtornos relativos à saúde mental. Para conhecer mais sobre os serviços da Holiste, acesse o site www.holiste.com.br