



Mitomania: quando a “mentira” pode ser algo preocupante

A **mitomania** é um distúrbio psicológico definido pela compulsão em mentir. Indivíduos afetados sentem uma necessidade incessante de criar narrativas falsas, mesmo na ausência de razões claras para tal comportamento.

Embora não haja dados oficiais, como os fornecidos pela **Organização Mundial da Saúde** (OMS), estima-se que existam aproximadamente 1 milhão de mitomaníacos no Brasil.



Principais Características

- **Mentiras frequentes:** Estas não se restringem a situações específicas, mas ocorrem de forma constante.
- **Sem ganho real:** As mentiras são contadas por impulso, não para obter vantagens diretas.
- **Criação de narrativas complexas:** As histórias apresentadas são detalhadas e frequentemente extravagantes.
- **Dificuldade de controle:** O indivíduo enfrenta dificuldades em interromper o comportamento de mentir, apesar das consequências.

Impacto na Vida Pessoal e Profissional

- **Danos à confiança:** Compromete amizades e relacionamentos familiares.
- **Problemas no trabalho:** Impacta a credibilidade e o desempenho profissional.
- **Conflitos emocionais:** Pode resultar em estresse, ansiedade e isolamento



Tratamento e Apoio

- **Terapia:** Auxilia na compreensão da origem do problema e na modificação do comportamento.
- **Apoio familiar e social:** Essencial para o processo de recuperação.
- **Medicação:** Indicada em casos associados a distúrbios como depressão ou ansiedade.

Mentir de vez em quando é normal, mas a **mitomania** é um comportamento **excessivo** que exige atenção e tratamento adequado.

Caso precise de ajuda, acesse o botão de atendimento do Mobile e fale com um de nossos especialistas.