



Depressão



A Depressão é uma doença psiquiátrica crônica e recorrente que produz uma alteração do humor caracterizada por uma tristeza profunda, sem fim, associada a sentimentos de dor, amargura, desencanto, desesperança, baixa autoestima e culpa, assim como a distúrbios do sono e do apetite. Pode muitas vezes estar também associada a estados de ansiedade importante.

A OMS estima que temos 300.000.000 de pessoas com depressão em todo mundo na atualidade a ponto de declarar que este é o século

da Depressão. Hoje ocupa o 4º lugar dentre as doenças e em 2030 calcula-se que estará em 1º lugar.

Características Clínicas do Deprimido:

A pessoa que está deprimida tem uma tendência a um perfil muito negativo de sua existência. Frequentemente é percebido pelos amigos e familiares como alguém que está “desinteressado” e “apático” ou então alguém que está desanimado, com falta extrema de energia, fazendo com que tenha dificuldade em se levantar pela manhã. Muitas vezes este é o começo. Um olhar menos detalhado pode encontrar sinais de uma tristeza “exagerada”. A pessoa deprimida muitas vezes se mostra ansiosa e quase em pânico diante de suas dificuldades e do enorme esforço que tem que empreender para dar conta de suas atividades diárias de alimentação, asseio, cuidados com sua aparência e indumentaria, acabando por afetar de forma contundente suas atividades profissionais, sociais e familiares. A perda de foco e a incapacidade de tomar decisão desperta culpa, profunda irritação e frustração diante das dificuldades internas de performance, gerando um forte sentimento de auto-depreciação e auto-estima. Não costuma ser um conjunto de sintomas pontuais que se somam, mas sim toda uma disposição que surge com vários destes sintomas e sinais e que vai se tornando um problema crônico que piora de intensidade até que o indivíduo acaba por procurar ajuda profissional ou muitas vezes é trazido por familiares ou amigos para atenção psiquiátrica. Este quadro todo frequentemente causa total desinteresse com a alimentação levando ao emagrecimento, terminando muitas vezes em consultórios médicos clínicos, quando então o diagnóstico de depressão é suspeitado.

Em casos extremos e de longa duração pode ser causa de suicídio, sobretudo quando escapa à percepção de seu entorno e se complica com o isolamento progressivo do indivíduo.

Diagnóstico Diferencial:

Na medida em que os sintomas de depressão podem ser encontrados em outros estados emocionais que fazem parte do sofrimento humano, diante de adversidades sociais, naturais ou sanitárias, tais como a pandemia, por exemplo, que nos afligiu em 2020-2022 impondo mudança importante de hábitos e modificação de comportamento com isolamento social, torna-se imperioso que sejamos capazes de dentro deste cenário separar aquilo que é uma reação aos infortúnios que são próprios da vida, de uma condição médica primária a que chamamos de Depressão-Doença Psiquiátrica, que pertence ao Código internacional de Doenças-CID e descrita há mais de 100 anos. Aliás cabe aqui lembrar que de acordo com a última versão do CID 11, a depressão pode ser dividida em Transtorno Depressivo Único (CID 6A70) e Transtorno Depressivo Recorrente (CID A671).

A diferença entre sintomas depressivos (como parte de reações normais após perdas sofridas ao longo da vida) e a entidade Transtorno Depressivo é fundamental, para que estas condições sejam adequadamente manejadas pelos médicos, psicanalistas, familiares e pessoas relacionadas aos indivíduos nestas condições.

Por outro lado algumas vezes a depressão pode ser um conjunto de sintomas que fazem parte de um mal psiquiátrico maior tal como a psicose ou certos transtornos graves de personalidade.

Tratamento da Depressão:

O tratamento correto da depressão parte de seu diagnóstico definitivo, fazendo com que sintomas depressivos leves e que muitas vezes fazem parte da vida de muitas pessoas, não necessitem ser tratados por médicos ou psiquiatras, mas sim por psicólogos, psicanalistas ou psicoterapeutas em geral, de tal maneira a promover auto-conhecimento e acomodação diante das frustrações e adversidades normais do crescimento, etc...

Já os assim chamados Transtornos Depressivos, muitas vezes estes sim necessitam do acompanhamento psiquiátrico e terapia medicamentosa anti-depressiva. Aqui há de se respeitar certa proporção em relação à intensidade do tratamento e a gravidade do transtorno, podendo ir de medicamentos únicos, passando por utilização de mais de uma medicação e podendo ser associado à eletroconvulsoterapia ou até internação hospitalar nos casos mais graves e que ameacem a integridade da vida do paciente.

Berta Weisnan Dzik

CRP: 06-30844-7