

O monitoramento constante dos indicadores de saúde mental da população é indispensável para compreender as necessidades e orientar a criação de ações, programas e políticas eficientes de tratamento e prevenção de quadros de depressão e outros transtornos que afetam o bem-estar. Principalmente porque o Brasil tem figurado entre os países com maior índice de depressão, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS). Sendo assim, o tema demanda uma avaliação cautelosa por parte dos profissionais do setor. O número de diagnósticos de depressão em beneficiários de planos de saúde cresceu quatro pontos percentuais entre 2013 e 2019, saltando de 8,6% para 12,7%, valor que representa mais de 5,5 milhões de pessoas.

Os dados estão no “Texto para Discussão 84 – Depressão em beneficiários de planos de saúde e fatores de risco associados”, documento do IESS produzido com dados da Pesquisa Nacional de Saúde (PNS) realizada em 2019 e divulgada em 2020. Na opinião de José Cechin, superintendente executivo do IESS, o aumento do número de diagnósticos depressivos no período é preocupante. “Essa evolução impõe em todo setor a necessidade de avaliar os fatores que levam a quadros depressivos e, com isso, planejar estratégias de prevenção. É preciso individualizar o tratamento para buscar soluções mais personalizadas, uma vez que são quadros em que diversos fatores podem influenciar. Campanhas como o Setembro Amarelo, que chama a atenção para a importância da saúde mental, nos ajudam a reforçar esses cuidados”.

O estudo identificou algumas particularidades de acordo com o perfil dos pacientes. As maiores prevalências de depressão em beneficiários foram encontradas em mulheres (17,2%); os homens tiveram índice menor: 6,6%. No recorte por idade, a faixa etária mais atingida foi entre 60 e 69 anos (15,9%) e a menor entre 18 e 29 anos (8,0%).

Vale destacar que estudo analisou também como os hábitos e estilo de vida podem influenciar o diagnóstico de depressão. Com relação à alimentação, houve maior índice da doença entre os beneficiários que comem doces (14,3%), bebem refrigerante (13,1%) ou não consomem regularmente frutas e verduras (12,5%). Outros fatores de destaque para a prevalência de quadros depressivos foram assistir seis ou mais horas de TV por dia (19%), tabagismo (16,9%) e não praticar exercícios físicos (14,6%).

Dados da OMS mostram que a depressão é o transtorno mental mais comum e afeta mais de 264 milhões de pessoas ao redor do globo. Essa condição pode comprometer profundamente o bem-estar e a qualidade de vida, prejudicando aspectos da vida como relacionamentos com familiares e amigos, bem como a produtividade no trabalho.

Fonte: IESS, em Setembro de 2021