

Segundo a Organização Pan-Americana da Saúde, essa é a principal causa de incapacidade em todo o mundo

A depressão é um transtorno mental associado a sentimentos de incapacidade, irritabilidade, pessimismo, isolamento social, perda de prazer, déficit cognitivo (memória e raciocínio ficam prejudicados), baixa autoestima e tristeza, que interferem na vida diária. Ela afeta as capacidades de trabalhar, dormir, estudar, comer, socializar, entre outros. Esse transtorno é caracterizado por sentimentos negativos e que persistem por pelo menos duas semanas, causando prejuízos.

Na América Latina, o Brasil é o país com maior prevalência de depressão, além de ser o segundo país com maior prevalência nas Américas, segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS). A médica psiquiatra Juliana Tramontina explica que a depressão é multifatorial. “Fatores biológicos, psicológicos e sociais influenciam para que o indivíduo tenha um episódio depressivo”, detalha.

A depressão é a principal causa de incapacidade em todo o mundo e estima-se que mais de 300 milhões de pessoas, de todas as idades, sofram com esse transtorno, de acordo com a Organização Pan-Americana da Saúde. A OPAS/OMS aponta ainda a importância da genética em algumas formas de depressão, apesar de indivíduos sem histórico familiar também apresentarem o transtorno. A gravidade, frequência e duração variam de acordo com cada pessoa e suas condições psíquicas.

Ao longo da vida, diversos eventos podem ser gatilhos para um episódio depressivo: traumas na infância, perda de pessoas queridas, mudanças significativas na rotina, uso de substâncias psicoativas e outros. A depressão durante a infância e adolescência muitas vezes se manifesta a partir de sintomas diferentes daqueles apresentados por adultos, por isso, uma mudança brusca de comportamento precisa ser avaliada. “A escola pode ajudar muito nessa avaliação da mudança de comportamento infantil e da adolescência”, alerta a psiquiatra.

Sintomas

Alguns sintomas devem ser observados como ponto de alerta para a depressão:

- humor deprimido, irritabilidade, ansiedade e angústia;
- desânimo ou cansaço elevado;
- diminuição ou incapacidade de sentir alegria e prazer em atividades anteriormente consideradas agradáveis;
- desinteresse, falta de motivação e indiferença;
- sentimentos de medo, insegurança, desesperança, desamparo e vazio;
- ideias frequentes e desproporcionais de culpa, sensação de falta de sentido na vida, inutilidade, fracasso e pensamentos de morte;
- interpretação distorcida e negativa da realidade;
- dificuldade de concentração, raciocínio mais lento e esquecimento;
- diminuição da libido;
- perda ou aumento do apetite e do peso;
- insônia, despertar matinal precoce ou aumento do sono;
- dores e outros sintomas físicos não justificados por problemas médicos, como dores de barriga, má digestão, azia, diarreia, constipação, tensão na nuca e nos ombros, dor de cabeça ou no corpo, sensação de corpo pesado ou de pressão no peito, entre outros.

SUS

O Sistema Único de Saúde (SUS) disponibiliza atendimento para pessoas em sofrimento psíquico por meio dos serviços da Rede de Atenção Psicossocial (RAPS). A Atenção Primária à Saúde é a porta de entrada para o cuidado e desempenha papel fundamental na abordagem dos Transtornos Mentais, principalmente os leves e moderados, não só por sua capilaridade, como também por conhecer a população, o território e os determinantes sociais que interferem nas mudanças

comportamentais, dispendo de melhores condições para apoiar o cuidado.

Diferentes níveis de complexidade compõem o cuidado, sendo os CAPS - Centro de Atenção Psicossocial, em suas diferentes modalidades, pontos de atenção estratégicos da RAPS. Serviços de saúde de caráter aberto e comunitário, constituído por equipe multiprofissional e que atua sobre a ótica interdisciplinar, podem ser encontrados. Também estão disponíveis as Equipes Multiprofissionais Especializadas em Saúde Mental (AMENT), que têm como objetivo atender casos moderados de ansiedade e depressão.

Com objetivo de auxiliar a organização da rede, a [Linha de Cuidado de Transtornos da Depressão no Adulto](#) demonstra os fluxos assistenciais com planejamentos terapêuticos seguros, estabelecendo o “percurso assistencial” ideal que deve ser ofertado às pessoas nos diferentes níveis de atenção à saúde e de acordo com suas necessidades.

Setembro Amarelo

Durante o mês de setembro, o Ministério da Saúde divulga uma série de conteúdos sobre a importância da conscientização e do cuidado com a saúde mental. Informação é o primeiro passo de qualquer tratamento. Acompanhe:

[Anualmente, mais de 700 mil pessoas cometem suicídio, segundo OMS](#)

[Mais de 70 milhões de pessoas no mundo possuem algum distúrbio alimentar](#)

[Entre 5% e 8% da população mundial apresenta Transtorno de Déficit de Atenção com Hiperatividade](#)

[Transtornos de ansiedade podem estar relacionados a fatores genéticos](#)

Fonte: Ministério da Saúde, em 22.09.2022