

Depressão



Cláudio Henrique Sales Viegas – médico psiquiatra

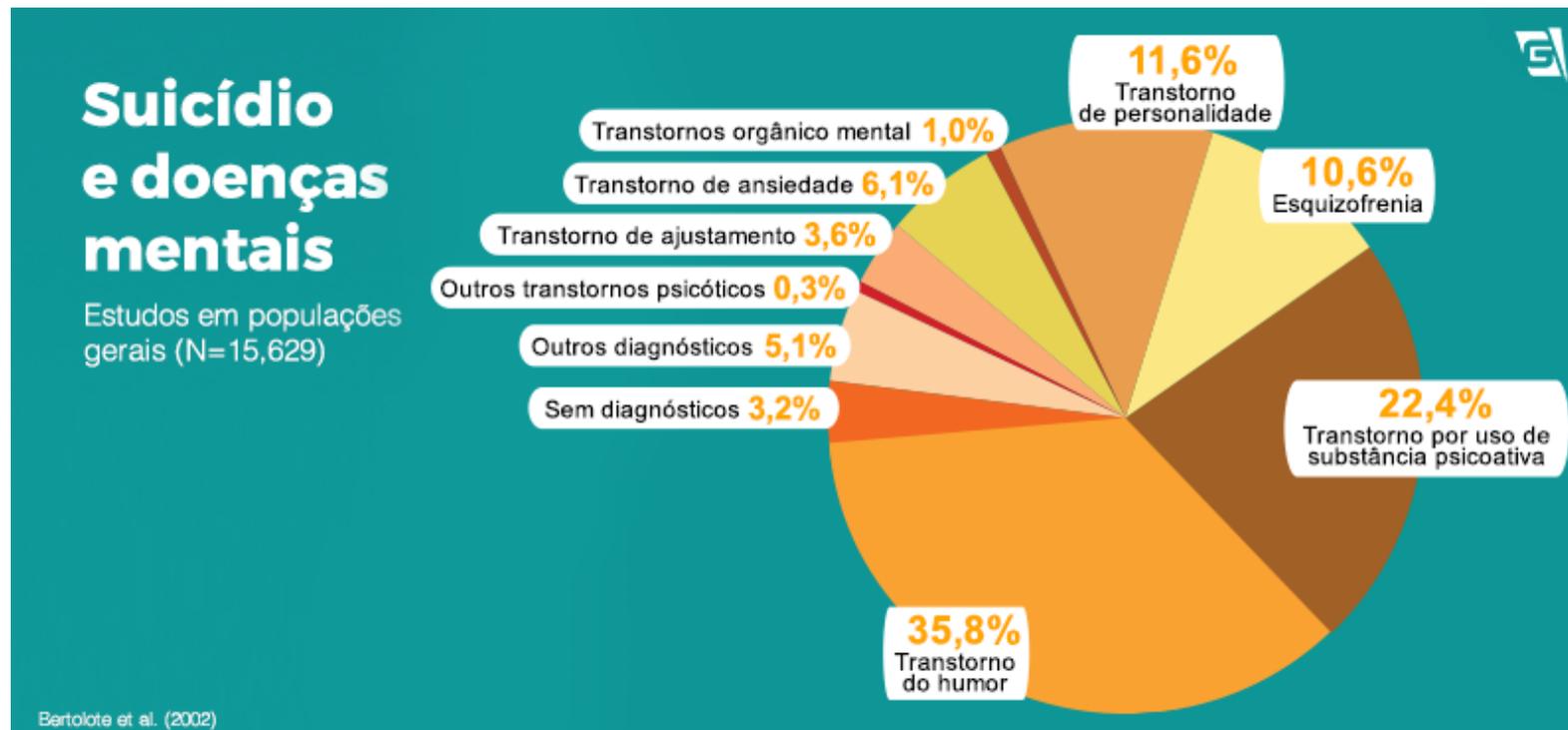
Importância do tema

- O mal do século (21) x Muito antigo
- 2 em cada 10 pessoas terão depressão ao longo da vida
- 1 em cada 20 desenvolvem depressão em 1 ano
- Até 10 episódios na vida



Importância do tema

- Principal causa de incapacidade entre todos os problemas de saúde
- Principal causa tratável de suicídio



importante

- Mulheres tem risco 2x a 3x maior que homens
- Idade dos 30 aos 40 anos é a mais afetada
- Acima dos 60 anos é mais grave
- Afeta mais pessoas sozinhas (solteiras, sem família)
- Não há diferença entre classes sociais
- Menos frequente em cidades
- Relação íntima com o uso de substâncias

Por que acontece a depressão?

- Diversos fatores:
 - biológicos
 - psicológicos
 - ambientais
 - genéticos



O que é depressão?

- Sintomas:

- choro fácil e/ou frequente

- apatia “tanto faz, como tanto fez”

- sentimento de falta de sentimento “é terrível, mas não consigo sentir nada”

- Irritabilidade aumentada (à ruídos, pessoas, vozes, etc)

- Angustia ou ansiedade

- Desespero/desesperança

- Fadigabilidade (sente o corpo pesado)

- Desanimo (hipobilia: “não tenho pique pra nada)



O que é depressão?

- Sintomas:

- insônia ou hipersonia

- perda ou aumento do apetite

- constipação, palidez, pele, fria

- diminuição da libido (desejo)

- diminuição da resposta sexual (disfunção erétil, orgasmo retardado e ou anorgasmia)

- pessimismo em relação a tudo

- ruminções de mágoas antigas

O que depressão?

- Sintomas:

- sentimento de falta de sentimento “é terrível, mas não consigo sentir nada”
- Visão de mundo entediada “a vida é vazia, sem sentido, nada vale a pena”
- Ideias de desaparecer, dormir para sempre
- Ideação, planos ou atos suicidas
- Dificuldades de atenção, concentração e memória
- Dificuldade de tomar decisões
- (falsa) demência depressiva



O que é depressão?

- Sintomas:

- tendência a permanecer na cama o dia todo
- lentidão para fazer ou responder perguntas
- lentidão para realizar atividades do dia-a-dia
- estupor
- diminuição da fala (voz baixa e lenta)
- mutismo (negativismo verbal)
- negativismo (recusa a comer, interagir, fazer necessidades)

O que é depressão?

- Sintomas:

- Auto-estima diminuída

- Sentimento de insuficiência, incapacidade

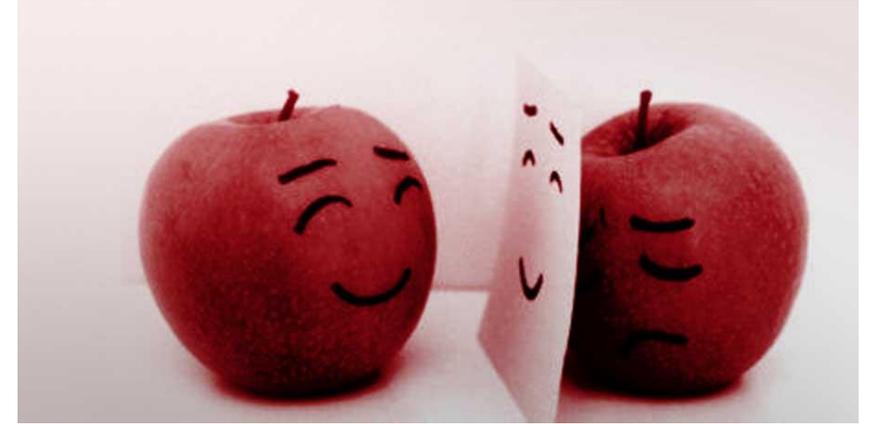
- Sentimento de vergonha e autodepreciação

- Ideias delirantes de conteúdo negativo: delírio de ruína ou miséria, delírio de culpa, delírio hipocondríaco, delírio de ausência de órgãos, delírio de inexistência (de si ou do mundo)

- alucinações (ouve vozes) de conteúdo depressivo

- **tristeza, sentimento de melancolia**

- **Anedonia (incapacidade de sentir prazer)**



Síndromes depressivas

Episódio depressivo:

Pelo menos 2 semanas com no mínimo 5 sintomas sendo que um deles tem de ser (1) humor deprimido ou (2) perda de prazeres.

Depressão recorrente (maior):

Mais de 1 episódio depressivo na vida, com momentos de melhora

Distímia:

Depressão crônica, todos os dias, mais leve, dura mais de 2 anos.

Síndromes Depressivas

- Primária, secundária ou mista
- Subtipos:
 - Melancólica
 - Ansiosa
 - Catatônica
 - Atípica
 - Psicótica
 - Bipolar



Linhas de tratamento

- Psicofármaco terapia (remédios)
- Terapia ocupacional
- Terapias “alternativas” – acupuntura, meditação, homeopatia etc
- Psicoterapia:
 - individual
 - em grupos



Psicofármaco terapia

- Recentes na ciência médica:

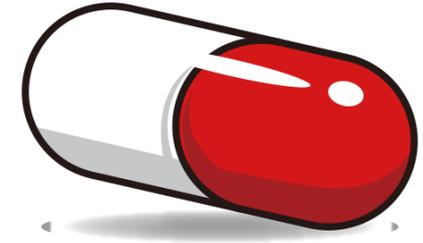
- Primeiro psicofármaco : 1950 – clorpromazina, antipsicótico

- Primeiro antidepressivo: 1957 – imipramina

- 1972 – lançamento da fluoxetina

- **fluoxetina, sertralina, imipramina, amitriptilina, nortriptilina, clomipramina**, desipramina, tranilcipromina e os IMAO, fluvoxamina, paroxetina, citalopram, escitalopram, venlafaxina, desvenlafaxina, duloxetina, milnaciprano, levomilnaciprano, bupropiona, mirtazapina, trazodona, nefazodona, vortioxetina.

Psicofármaco terapia



- Regras da psicofármaco terapia:
 - Todo uso é um ensaio clínico (uma tentativa)
 - Os remédios devem ser usados todos os dias
 - Há um período de adaptação inicial até surgirem os efeitos positivos
 - Os tratamentos são longos (1 anos, 3 anos, a vida toda)
 - A parada do medicamento sem orientação ou antes do tempo pode fazer os sintomas voltarem.
 - Um remédio que funcionou antes, funcionará sempre.
 - Um efeito colateral com um remédio, pode não acontecer com outro.

Perguntas frequentes

- A depressão tem cura? – (infelizmente ainda) não, mas há **CONTROLE**
- Precisa tomar o remédio para sempre? – alguns sim
- Passa pros filhos? – não necessariamente
- É frescura, falta de Deus, ou uma maneira de chamar atenção? – **NÃO**
- Posso misturar os remédios com álcool? – **NÃO**
- Eu posso trabalhar tendo depressão?
- Eu tenho direito aos benefícios de transporte público? – **NÃO**
- Conversar sobre depressão ajuda? - **SIM**



Perguntas frequentes

- Onde posso buscar ajuda?

- UBS : agente comunitário, enfermeiro, médico de família

- UBS – equipe NASF: médico psiquiatra, psicólogo, Terapeuta ocupacional, assistente social

- CAPS: centro de atenção psicossocial : médico psiquiatra, psicólogo, Terapeuta ocupacional, educador físico, enfermeiro, assistente social.

- Hospitais Gerais (do campo limpo): urgências e emergências

- SAMU (192): urgências e emergências



PERGUNTAS?

