

DEPRESSÃO E TRANSTORNOS DE ANSIEDADE: a busca por uma nova perspectiva de vida

Sarah Bárbara Campagnolo¹; Luana Papalardo Brandão¹; Lohanne de Oliveira Carneiro¹; Verônica Pereira Ferraz¹; Lorena de Oliveira Nunes¹; Amanda Carísio Sobrinho¹; Marcos Leandro Pereira²

¹ Acadêmicos do curso de Medicina - UNIPAM

² Mestre em Neurociências, Médico de Família e Comunidade, Preceptor e Docente do Curso de Medicina do Centro Universitário de Patos de Minas – UNIPAM. Patos de Minas – MG.

E-mail de contato: sarah_campagnolo@hotmail.com

Introdução: Com o aumento da expectativa de vida, surge também a preocupação para com o aumento das doenças crônico-degenerativas, entre elas as neuropsiquiátricas. Estudos apontam que os principais distúrbios mentais apresentados por idosos são depressão e transtornos de ansiedade. Objetivou-se selecionar pacientes assistidos pela UAPS Lagoa Grande com quadro de transtornos de ansiedade e depressão e identificar o perfil socioeconômico e clínico destes pacientes. **Metodologia:** A amostra foi selecionada através da análise de prontuários da UAPS Lagoa Grande. Após a escolha da amostra foram realizadas quatro visitas aos pacientes. A primeira teve objetivo de apresentação do projeto e dos objetivos; na segunda os pesquisadores aplicaram um questionário, na terceira semana foi realizada a intervenção em que os grupos juntamente com os pacientes, tiveram um momento de descontração e prática de atividades lúdicas. **Resultados e Discussão:** Ao realizar o estudo dos questionários aplicados, percebeu-se que há maior predominância de depressão no sexo feminino em relação ao masculino. Embora ela possa atingir qualquer faixa etária, notou-se maior frequência na população idosa. Nesse estudo observamos que a maioria dos participantes possuíam o Ensino Médio Incompleto, sendo que apenas dois tinham formação superior, fatos que são comprovados conforme a literatura afirmando que quanto maior o nível econômico menor o índice de depressão. Dentre os sintomas encontrados, os que tiveram destaque foram a ansiedade, presente em todos os participantes, e a insônia, presente em 66% destes. Os participantes, cuja porcentagem foi de 78%, constataram que obtiveram um quadro de melhora significativa após a terapêutica, enquanto 22% observaram pouca melhora e nenhum relatou piora. **Conclusão:** Diante dos resultados, percebeu-se a importância da realização de atividades que permitam aos pacientes a redescoberta de prazeres diários melhorando assim sua qualidade de vida e otimizando o tratamento farmacológico e psicoterápico da depressão.

Palavras-chave: Depressão. Transtorno de ansiedade. Transtorno do humor.

INTRODUÇÃO

A prevalência anual de depressão na população em geral varia entre 3% a 11%. Em pacientes de cuidados primários em saúde é de 10% e em pacientes internados por qualquer doença física a prevalência de depressão varia entre 22% a 33%. Além disso, essa patologia é duas a três vezes mais frequente em mulheres do que em homens (ANDRADE; VIANA; SILVEIRA, 2006).

No Brasil, o envelhecimento vem aumentando significativamente. No entanto, longevidade não é sinônimo de saúde, bem estar e autonomia para uma porcentagem considerável de idosos. A depressão é considerada “a doença psiquiátrica mais comum entre os idosos [...] e está associado ao maior risco de morbidade e de mortalidade”, aumentando o uso dos serviços de saúde, o descuido no autocuidado, o desinteresse no que tange a processo terapêutico e também maior risco de suicídio. Este trabalho objetivou selecionar pacientes assistidos pela UAPS Lagoa Grande com quadro de transtornos de ansiedade e depressão, identificar o perfil socioeconômico e clínico destes pacientes, buscar por atividades que auxiliem a viverem com maior qualidade de vida e intervir na rotina deles de forma a proporcionar nova perspectiva de vida.

METODOLOGIA

Tratou-se de um estudo descritivo quantitativo. A amostra foi selecionada através da análise de prontuários da UAPS Lagoa Grande. Os pacientes escolhidos constam na faixa etária acima de 30 anos, de ambos os sexos e com quadro de transtornos de ansiedade e/ou depressão. Após a escolha da amostra foram realizadas quatro visitas aos pacientes. A primeira teve objetivo de apresentação do projeto e dos objetivos; na segunda os pesquisadores aplicaram um questionário contendo perguntas referentes ao perfil socioeconômico, clínico e hábitos de vida da amostra; na terceira semana foi realizada a intervenção em que os grupos juntamente com os pacientes, tiveram um momento de descontração e prática de atividades lúdicas a fim de permitir a redescoberta de prazeres diários e observação da vida sob nova perspectiva; na quarta e última visita o grupo visitou novamente a amostra para verificar os resultados da intervenção.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A princípio, este estudo teve o intuito de reunir um grupo de pacientes com histórico de transtorno de ansiedade e depressão. Entretanto, ao analisar os prontuários dos pacientes da Unidade de Atendimento Primário de Saúde (UAPS) Lagoa Grande da cidade de Patos de Minas – MG, a maioria dos casos observados foi de depressão. Foram selecionados 21 prontuários para a realização do projeto.

Ao realizar o estudo dos questionários aplicados, percebeu-se que há maior predominância de depressão no sexo feminino em relação ao masculino. Independente do gênero, todo ser humano, em qualquer fase da sua vida, pode experimentar sintomas depressivos. Nos idosos a probabilidade de padecer desta doença é ainda maior, pois apresentam inúmeras limitações e perdas, tendo como conseqüências sentimentos de autodepreciação (ANDRADE; VIANA; SILVEIRA, 2006). Essa afirmação é comprovada pela figura 2 que traz a relação depressão X faixa etária.

Angelotti (2007), afirmaram que as mulheres casadas apresentam uma maior incidência de doenças do que as solteiras, excetuando-se as mulheres separadas ou divorciadas. Isto é, para os homens o casamento parece ser de algum modo protetor enquanto que para as mulheres isso não acontece. Levando-se em consideração que a maioria da amostra do projeto era composta por mulheres, os dados nele colhidos confirmam a teoria. Nesse estudo notou-se que a maioria dos participantes possuíam o Ensino Médio Incompleto, sendo que apenas dois tinham formação superior. Considerando a situação socioeconômica, fica claro que todos os participantes do estudo possuíam baixa renda e que 44% eram desempregados. Estes fatos são comprovados conforme a literatura afirmando que quanto maior o nível econômico menor o índice de depressão.

Dentre os sintomas encontrados, os que tiveram destaque foram a ansiedade, presente em todos os participantes, e a insônia, presente em 66% destes. Em relação à medicação para o tratamento da doença foram encontrados os seguintes fármacos: Clonazepam, Venlafaxina, Fluoxetina, Citalopram e Sertralina, sendo o Fluoxetina o de maior destaque entre os integrantes do trabalho, com predominância de 33% com relação aos outros. Os participantes, cuja porcentagem foi de 78%, constataram que obtiveram um quadro de melhora significativa após a terapêutica, enquanto 22% observaram pouca melhora e nenhum relatou piora.

Após análise dos dados obtidos, foi possível aplicar a intervenção, com o intuito de aliviar os efeitos debilitantes da depressão. Foram necessárias atividades pertinentes para cada caso, já que as primeiras visitas com os participantes demonstraram que a etiologia da depressão teve causas distintas. Logo após, foi feita a quarta e última visita, que buscava avaliar o resultado das intervenções aplicada. Para dar continuidade aos benefícios da intervenção foram adotadas quatro famílias integrantes do Projeto para realização de visitas mensais já inseridas na rotina de atividades da UAPS. O critério de escolha das quatro famílias foi o grau de necessidade de acompanhamento

CONCLUSÃO

Concluiu-se que a maior prevalência dos casos de depressão se dá no gênero feminino na faixa etária acima de 60 anos. Além disso, observou-se os traumas mais frequentes estão relacionados com cirurgias e problemas na infância que desencadearam a depressão ou agravaram o quadro já instalado. Nesse sentido percebeu-se a importância da realização de atividades que permitam aos pacientes a redescoberta de prazeres diários melhorando assim sua qualidade de vida e otimizando o tratamento farmacológico e psicoterápico da depressão.

REFERÊNCIAS

ANDRADE, L. H. S. G.; VIANA, M. C.; SILVEIRA, C. M. Epidemiologia dos transtornos psiquiátricos na mulher. **Revista de Psiquiatria Clínica**, v. 33, n. 2, pp. 43-54, 2006.

ANDREATINI, R.; BOERNGEN-LACERDA, A. R.; ZORZETTO FILHO, D. Tratamento farmacológico do transtorno de ansiedade generalizada: perspectivas futuras. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, 2001.

ANGELOTTI, G. **Terapia Cognitivo-Comportamental para transtornos de ansiedade**, 20