
A IMPORTÂNCIA DO TRATAMENTO PREVENTIVO NA SAÚDE MENTAL

Profissionais da área de saúde mental não devem ter receio em fazer perguntas para pacientes que sofrem com transtornos psicológicos

2.

SUMÁRIO

3.

INTRODUÇÃO

5.

GATILHOS DE TRANSTORNOS
PSICOLÓGICOS

8.

DIFERENÇA ENTRE TRISTEZA
E DEPRESSÃO

11.

PREVENÇÃO AO SUICÍDIO





Introdução

Introdução

Historicamente, a prática clínica costuma adotar tratamentos reativos. Mas essa realidade, as poucos, começa a mudar. Na área da saúde mental, por exemplo, a prevenção e o tratamento precoce podem evitar o agravamento de sintomas e a piora de transtornos em longo prazo. Além de afetar pacientes de todas as faixas etárias, problemas mentais podem estar atrelados a questões de trabalho, familiares e de relacionamentos.

Ainda que essa mudança de mindset seja vista como benéfica, ela carrega o desafio de lidar com diversos de fatores que contribuem para o desenvolvimento de problemas atrelados à saúde mental.



Afinal, eles são influenciados por questões que vão desde a área genética, biológica e ambiental até situações específicas, capazes de desencadear uma reação adversa.

Neste eBook, vamos abordar a importância da prevenção também para a saúde mental, embasados na opinião de um dos maiores especialistas brasileiros em comportamento depressivo e suicida, o psiquiatra Neury José Botega.

Boa leitura!



Gatilhos de transtornos psicológicos

Gatilhos de transtornos psicológicos

Gatilhos como desemprego, baixa escolaridade e pouco acesso a serviços de saúde mental também ajudam a desencadear problemas psicológicos. Quem faz essa observação é o psiquiatra Neury José Botega, pós-doutor pela Universidade de Londres, na Inglaterra, e professor da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp).

“Doenças mentais incidem mais fortemente em camadas mais pobres da população. Em todos os países, estudos mostram a desigualdade social como fator de doença mental”, explica ele.



Gatilhos de transtornos psicológicos

Assim que o médico toma ciência de todos os elementos passíveis de riscos ao paciente, ele precisa trabalhar na busca pelo diagnóstico assertivo. Algumas questões-chave costumam auxiliar na compreensão do quadro.

Segundo o professor da Unicamp, em casos de depressão é importante saber se a pessoa sente-se animada, se ela tem prazer em fazer determinadas atividades e até mesmo se, para ela, a vida vale a pena. “Além disso, deve-se verificar como está o sono e se ela tem excesso de preocupações”, destaca Botega.





Diferença entre tristeza e depressão

Diferença entre tristeza e depressão

Em seu livro *A tristeza transforma*, a depressão paralisa, Botega descreve as principais diferenças entre momentos de tristeza e de depressão.

A doença, aliás, atinge cerca de 11,5 milhões de brasileiros, de acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS).

[Conheça as atualizações profissionais das principais sociedades científicas da Saúde Mental](#)



Confira as principais características de cada uma:

Tristeza: sua duração pode variar de algumas horas a alguns dias e tende a estar ligada a uma perda afetiva recente. Na tristeza, a autoestima se mantém preservada, assim como o desempenho de tarefas cotidianas. Em geral, a pessoa consegue se animar e não se sente como um peso para os outros. Os sintomas corporais são mínimos e a pessoa pode apresentar uma leve lentidão psíquica e motora. Aqui, a ideia de suicídio é considerada bastante improvável.

Depressão: pode durar de semanas a meses, e não está relacionada necessariamente a uma perda afetiva. A pessoa sente-se como um fardo para quem está em seu entorno, tem a autoestima comprometida e o desempenho em tarefas cotidianas é afetado. Ela não consegue se animar, apresenta sintomas corporais graves e, em muitos casos, a ideia de suicídio é recorrente. Como pode representar um risco à vida das pessoas, a depressão deve ser alvo de bastante atenção por parte do profissional que trabalha com saúde mental.



Prevenção ao suicídio

Prevenção ao suicídio

O psiquiatra Neury Botega observa que uma doença mental, quando não tratada e combinada a outros fatores, pode levar ao suicídio. Entretanto, ele salienta que existe um amplo leque de estratégias de prevenção que podem ser adotadas. Entre elas, por exemplo, estão campanhas dirigidas a grupos de risco, a atenção específica do profissional de saúde e a indicação de canais de auxílio.

Nesse sentido, a conversa aberta, sem receios, é ponto fundamental para o sucesso do tratamento. “Muitos médicos não fazem perguntas aos pacientes porque se sentem impotentes para falar sobre o assunto”, afirma. Além disso, é fundamental que familiares do paciente sejam avisados caso existam sinais de risco de atentar contra a própria vida.



Prevenção ao suicídio

O especialista salienta, ainda, que profissionais da área de saúde mental devem estar atentos às necessidades da sociedade. “É raro no Brasil um curso de graduação abordar a prevenção de suicídio”, critica. Por conta dessa realidade, é preciso buscar atualização e aprofundar constantemente os estudos no tema. Só assim será possível prestar o melhor atendimento possível a cada paciente.

[Saiba o que a educação continuada pode fazer pela sua carreira!](#)





Secad
EDUCAÇÃO CONTINUADA



| www.secad.com.br