



## A EXPANSÃO DO TRANSTORNO DEPRESSIVO NOS DIAS ATUAIS

### *THE EXPANSION OF DEPRESSIVE DISORDER IN CURRENT DAYS*

Selma Balbino da Costa<sup>1</sup>  
Thaina Pereira dos Santos<sup>2</sup>  
Elisângela de Andrade Aoyama<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Acadêmica de Enfermagem. Instituição: Faculdade Juscelino Kubitschek – JK. Brasília, Distrito Federal. *E-mail*: thata-conceicao@hotmail.com

<sup>2</sup>Acadêmico de Enfermagem. Instituição: Faculdade Juscelino Kubitschek – JK. Brasília, Distrito Federal. *E-mail*: selmabalbino@hotmail.com

<sup>3</sup>Mestra em Engenharia Biomédica pela Universidade de Brasília – UnB. Instituição: Faculdade Juscelino Kubitschek – JK. Brasília, Distrito Federal. *E-mail*: eaa.facjk@gmail.com

**Resumo:** O transtorno depressivo caracteriza-se por um distúrbio na qual o indivíduo apresenta um quadro de tristeza profunda, de tal forma que influencia na vida pessoal, podendo causar oscilação de humor, apatia, fadiga, diminuição no prazer, provocando alteração no sistema imunológico, problemas cardíacos e em casos extremos o óbito por suicídio. O presente trabalho tem como objetivo descrever a prevalência visando as medidas preventivas da depressão. Pesquisa bibliográfica integrativa, de cunho qualitativo com finalidade identificar a síndrome depressiva, como uma urgência na sociedade e informar as ações de prevenção. Foram incluídas 17 publicações que referiam a pesquisa, textos em português e com base de dados nacionais. Tendo como exclusão: trabalhos que não referiam ao objetivo desta pesquisa. Em média um em cada cinco indivíduos apresenta o quadro depressivo durante toda a vida. O Brasil lidera um dos países com maiores índices de depressão. Diversos fatores podem ser facilitadores no comportamento depressivo, envolvendo interações sociais, psicológicas e biológicas. Os fatores econômicos e sociais atualmente estão ligados diretamente a saúde mental da sociedade, refletindo negativamente no bem-estar e consequentemente no adoecimento destes. A uma linha tênue entre sanidade e loucura. Não é restrita a uma faixa etária exclusiva, acomete desde crianças, adolescentes, jovens e adultos além de idosos. Mais comum em mulheres, porém, pode ser diagnosticada também em homens. A família, a comunidade e os profissionais da saúde têm o papel na intervenção e na orientação na busca de ajuda e tratamento.

**Palavras-chave:** depressão, depressão na atualidade e depressão na sociedade.

**Abstract:** *Depressive disorder is characterized by a disorder in which individual presents a picture of deep sadness, in such a way that influences personal life, which may cause mood swings, apathy, fatigue, decreased pleasure, causing alterations in the immune system, heart problems and in extreme cases death by suicide. The present work aims to describe the*

*prevalence aiming at preventive measures for depression. Integrative bibliographic research, with qualitative nature, aiming to identify the depressive syndrome as an urgency in society and inform prevention actions. We included 17 publications that referred to the research, texts in Portuguese and with national database. Having as exclusion: works that did not refer to the objective of this research. On average one in five individuals has a depressive condition during their lifetime. Brazil leads one of the countries with the highest rates of depression. Several factors may be facilitators of depressive behavior, involving social, psychological and biological interactions. Economic and social factors are currently directly linked to the mental health of society, negatively reflecting on their well-being and consequently on their illness. The fine line between sanity and madness. It is not restricted to an exclusive age group, it affects children, adolescents, youth and adults as well as the elderly. More common in women, however, it can also be diagnosed in men. Family, community and health professionals play a role in intervention and guidance in seeking help and treatment.*

**Keywords:** *depression, current depression and depression in society.*

#### **Introdução**

Atualmente, a depressão e suas denominações têm chamado a atenção, devido ao grande número de casos referente à síndrome relatada na mídia, no convívio familiar e/ou na comunidade. Tornou-se natural classificá-la como o ‘mal do século’, por haver um aumento de diagnósticos, classificada como uma das doenças mais comuns na saúde mental [1].

A depressão é um distúrbio responsável pelo sentimento de tristeza profunda, isolamento, insensibilização, falta de apetite e apatia. Em casos extremos, dependendo da gravidade, pode resultar no suicídio. Porém, a falta de informações tanto do indivíduo quanto do doente pode dificultar a busca na identificação. É indispensável o reconhecimento como



doença e tratá-la [2].

Segundo a Organização Mundial de Saúde, esse mal é responsável pelas principais causas de afastamento dos afazeres profissionais, pessoais, coletivos e sociais, isto devido ao rebaixamento físico, psicológico e fisiológico, impedindo a evolução na vida cotidiana. Além de afetar diretamente a família e amigos do doente, há um alto custo econômico [3].

A expansão se deve também ao aumento de casos cada vez mais relatados no convívio familiar e social desencadeado, na maioria das vezes, por acontecimentos na vida do indivíduo que não tenha sido gerido satisfatoriamente de forma que possa repercutir negativamente, causando sérios danos emocionais, repercutindo em graves danos psicológicos [4].

O tratamento pode ser realizado na atenção básica de saúde. Para isso, é importante o preparo dos profissionais da saúde e um olhar holístico na identificação da depressão. A população também tem esse papel, principalmente no incentivo para buscar ajuda. As ações preventivas são urgentes. A cada 40 segundos uma pessoa comete o suicídio [5].

A presente pesquisa é evidenciada no atual cenário social, onde diariamente somos levados a presenciar o aumento no número de caso, principalmente o suicídio. Diante do exposto o objetivo do trabalho foi descrever a depressão visando as medidas preventivas.

## **Materiais e métodos**

Estudo de revisão bibliográfica, com a finalidade identificar a síndrome depressiva como uma urgência na sociedade e informar as ações de prevenção. Atualmente, o transtorno é responsável pelo isolamento, incapacidade e, em casos extremos, o suicídio. Pesquisas realizadas a partir de referenciais teóricos de autores que abordaram o mesmo tema.

Foram utilizadas, nas buscas de dados, as seguintes palavras-chaves: depressão na sociedade, depressão na atualidade, mal do século. A partir do período de 2009 a 2019. Ao realizar a leitura foram encontrados 51 trabalhos, sendo incluídas 16 publicações. Tendo como exclusão as publicações com mais de 11 anos a partir da data de publicação.

No presente estudo foram citadas as seguintes plataformas virtuais: *Scientific Eletronic Library (SCIELO)*, Periódicos Eletrônicos em Psicologia (PEPSIC), Ministério da Saúde (MS), Organização Pan-Americana da Saúde (OPAS), Caderno de Saúde Coletiva e Jornal da Universidade de São Paulo (USP).

## **Distúrbio Depressivo**

Na antiguidade, a depressão, assim como outros transtornos mentais, estava associada à espiritualidade, mitos ou a superstições. Por volta de 1952 surgiu o primeiro Manual de Diagnóstico e Estatística dos Transtornos Mentais (DSM), caracterizando os

distúrbios mentais como doença. A partir daí sofreu diversas modificações [6].

São evidenciadas alterações químicas no cérebro de forma que há uma diminuição na informação das células neurotransmissoras (serotonina, adrenalina e dopamina), responsáveis por transmitir informações entre os neurônios. A deficiência na comunicação faz com que interrompa a regulação das emoções e na manutenção dos neurônios [7].

A associação dos fatores físicos e biológicos ocorridos no corpo, em órgãos específicos ou no sistema nervoso central; os fatores ambientais ligado a exposições diárias presentes na estrutura psíquica, relacionadas às interações sociais, culturais, econômicas e os fatores emocionais ou psicológicos são resultantes nos quadros depressivos [8].

Há uma classificação caracterizada em: leve, moderada ou grave. Em indivíduo com episódio depressivo leve poderá apresentar dificuldade na continuação de atividades simples. Nos casos mais graves é impossível continuar. Pode ser contínua ou intermitente, o tratamento é realizado de acordo com cada diagnóstico, levando em conta o histórico familiar do paciente e exames laboratoriais [3].

O transtorno depressivo é universal, pode acometer crianças, adultos, idosos, gestantes, ricos, pobres, negros, brancos, profissionais da saúde, chefes de família etc., independente de faixa etária. Pode acometer todos que estejam com o psíquico fragilizado. Havendo um aumento de casos popularmente observado no cotidiano [8].

## **Desencadeadores da Depressão na Sociedade Contemporânea**

A necessidade na almejada 'vida perfeita' dita por alguns, reflete descontentamento naqueles que não conseguem adequação a esse ideal de perfeição, objetivando a insatisfação pessoal. A partir daí, o distúrbio depressivo emerge, tomando de conta do conflito pessoal levantando questionamentos, sentimento de fracasso e por fim o isolamento [9].

Diversos fatores podem ser facilitadores do comportamento depressivo, envolvendo interações sociais, psicológicas e biológicas. Destacando o desemprego, trauma físico ou psicológico, estresse, ansiedade, luto e uso excessivo das redes sociais, sendo os principais agravantes presente nos indivíduos na atualidade [3].

Nos dias de hoje há uma linha tênue entre distúrbio mental e violência, desemprego, sexualidade não resolvida, insatisfação nas relações familiares, índice de miséria e condições insalubres. Alguma dessas causas podem definir o estado emocional entre sanidade e loucura. Os ritmos de vida cada vez mais acelerados aumentam a tensão diariamente, desencadeando consequentemente os casos de depressão [8].

No mundo, aproximadamente, 19% ou seja, uma em cada cinco pessoas apresenta o distúrbio ao longo da



vida[7]. Percebe-se quem, antigamente, o indivíduo sentia insatisfação em relação às regras autoritárias. Atualmente na sociedade contemporânea o vazio depressivo emerge diante da autonomia, há liberdade, porém, não sabem qual direção tomar [10].

Alguns indivíduos tentam distorcer o quadro, igualando-o a outras patologias, para demonstrar que a depressão não deve ter atenção diante de outras doenças designadas como graves, enfatizando o sentimento de futilidade e culpa por estar com a saúde física íntegra e não a contemplá-la. Enfatizando que se merece viver [9].

### **Agravos Decorrentes da Depressão**

Nos dias atuais, a depressão é uma das principais causas de invalidez. Pode apresentar causas nítidas ou não, e possui sintomáticas isoladas ou somáticas. Influência nas mudanças fisiológicas do organismo, resultando em outras patologias. Desencadeando, além da tristeza contínua, a debilidade do sistema imunológico, doenças cardiovasculares, insônia, dificuldade de raciocínio, entre outros [7].

As doenças mentais são responsáveis por 16% das condições em jovens com idades entre 10 e 19 anos. A maioria dos distúrbios apresentam-se aos menores de 14 anos, entretanto, não é observada e tratada, sendo diagnosticada já na vida adulta, refletindo nas alterações psicológicas e físicas. O óbito por suicídio é maior entre 15 e 19 anos de idade [4].

Assumir o transtorno mental, a necessidade por soluções imediatas por motivo de vergonha, dificuldade em aceitar e o ideal de perfeição definido pela sociedade, impõe ao indivíduo doente o isolamento social, gerando dúvidas, estresse e medo para expor a doença, sendo um fator decisivo para o agravamento no quadro clínico [9].

### **Tratamento**

O primeiro passo para iniciar o tratamento é a compreensão e a busca de ajuda por parte do próprio doente. Além do profissional da saúde, a comunidade deve estar preparada, pois possui um papel importante quanto aos principais sintomas apresentados, motivando-o no enfrentamento do problema, na exposição das queixas e na busca do tratamento adequado. A omissão no tratamento pode resultar na cronificação, mesmo que em pequena intensidade [11].

O tratamento será conforme a intensidade da doença, geralmente a terapia é simples, não incapacita ou retarda o paciente. Algumas necessitam do tratamento de manutenção ou preventivo, podendo ser durante anos ou a vida toda, para evitar a incidência do distúrbio. A psicoterapia auxilia, porém não cura e nem evita novos episódios. Esta técnica ajuda na reestruturação psicológica, compreensão e na resolução de queixas, diminuindo as consequências do estresse, após o primeiro quadro de depressão pode acontecer

novamente, portanto é importante manter o tratamento por toda a vida [12].

Na última década, o tratamento evoluiu mais que toda a história. Os antidepressivos têm ações parecidas, por isso a indicação prescrita será de acordo com a necessidade de cada paciente, levando em consideração as características, efeitos colaterais, risco de morte, outras doenças mentais, tolerabilidade, gastos, danos, irritabilidade, dentre outros. Levando em consideração sempre o bem-estar do paciente [13].

Normalmente o tratamento é realizado em conjunto, com o auxílio da psicoterapia e psiquiatria. As substâncias farmacêuticas para a depressão, ou seja, os antidepressivos auxiliam na regulação química do cérebro de acordo com o histórico, necessidade, intensidade e o diagnóstico de cada paciente[7].

Atualmente, o diagnóstico da depressão vem sendo disseminado pela mídia, pelas redes sociais e pela indústria farmacêutica, na maioria das vezes, de forma inadequada. Inconsequentemente, a medicação é apresentada como a única forma de tratamento, excluindo a possibilidade de o paciente compartilhar os sentimentos e as queixas pessoais [14].

### **A Importância do Envolvimento dos Profissionais da Saúde, Família e a Sociedade na Prevenção**

A consequência não envolve apenas o próprio doente, afeta familiares, amigos e a sociedade, além do alto custo econômico e social. Para realizar um trabalho de qualidade no cuidado, os profissionais da saúde devem permanecer em ótimas condições físicas e emocionais. Caso não estejam bem, além de se prejudicar, poderão prejudicar os que estão sob seus cuidados [11].

O enfermeiro possui capacitações de acordo com as características de sua formação de perceber o indivíduo na sua completude, o que favorece uma atuação específica no âmbito da saúde mental. Assim ele faz uso de habilidades de compreensão, acolhimento e apoio as pessoas com transtorno mental [15].

Sendo necessário haver entre os profissionais da saúde a sensibilidade e a colaboração, para que a saúde mental seja observada de maneira total e não apenas como um problema biológico e psicológico. A depressão diagnosticada erroneamente poderá resultar em um tratamento inadequado, prolongando a incapacitação, além de culminar na morte do indivíduo [16].

No geral, as equipes de saúde participam de forma assistencial, no planejamento, nas tomadas de decisões e nas informações em conjunto, para uma qualidade na prestação no cuidado ao paciente. É imprescindível a segurança, comunicação e a aceitação do doente para com a equipe [8].

O profissional da saúde possui importante função na assistência aos pacientes com doença mental, como a informação à comunidade em relação à inclusão na sociedade, além de colaborar na construção de novos lugares de reabilitação, psicossocial, de tal forma que



sintam-se respeitados; a cidadania dessas pessoas e a família está resguardada na política de desinstitucionalização [15].

O cuidando do corpo e da mente são as melhores formas de prevenção da depressão, realizando atividades físicas regularmente e a realização no consumo de alimentos saudáveis. Lidar com o estresse diário, conversar e expor os problemas com a família, amigos ou participar de terapia em grupo podem auxiliar na qualidade de vida [7].

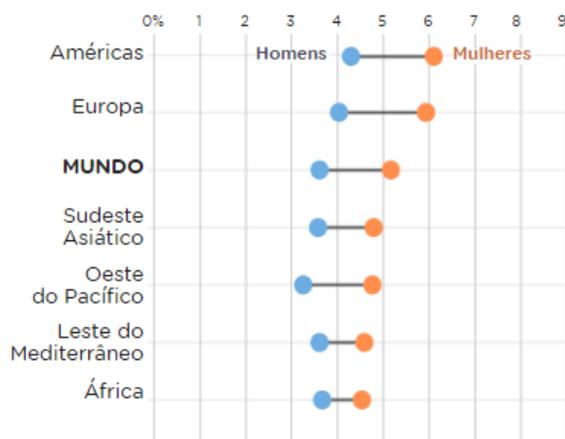
## Resultados

Estima-se que em torno de 350 milhões de indivíduos são afetados pelo transtorno depressivo, por ano 800 mil pessoas vão a óbito por suicídio decorrente da depressão, a omissão no tratamento ou a descoberta tardia da doença possui grandes consequências, ainda que não haja uma idade estabelecida para todos, é mais comum o acometimento em jovens entre 15 e 29 anos [6].

Pesquisas apontam que um em cada três indivíduos apresentará pelo menos um episódio de transtorno mental ao longo da vida. E no período de doze meses, um entre cinco pessoas apresenta fase ativa da doença. Levando em consideração a resistência das pessoas sintomáticas que demoram em buscar o tratamento, além daqueles que jamais procuram ajuda [5].

As populações do sexo feminino são as maiores vítimas, em virtude dos fatores socioeconômicos, biológicos e psicológicos. As alterações hormonais geram um aumento nos casos em transtornos mentais. Devidos a essas consequências, a partir do Gráfico 1 é possível observar que 6% das mulheres são depressivas e 8% são ansiosas nas Américas, dentre elas o Brasil. Além disso, no mundo todo, 5,2% possuem a depressão.

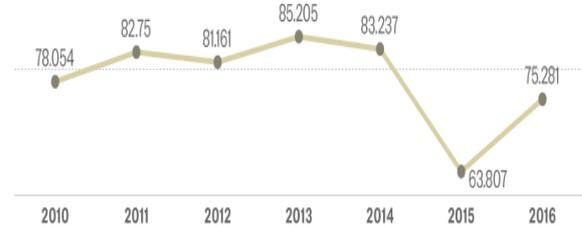
Gráfico 1: Prevalência de Depressão por Gênero [3].



Em 2016, em média, 75.281 pessoas foram afastadas das suas respectivas funções laborais por conta da depressão, incluindo outros transtornos mentais e comportamentais, representando cerca de 37% de todos

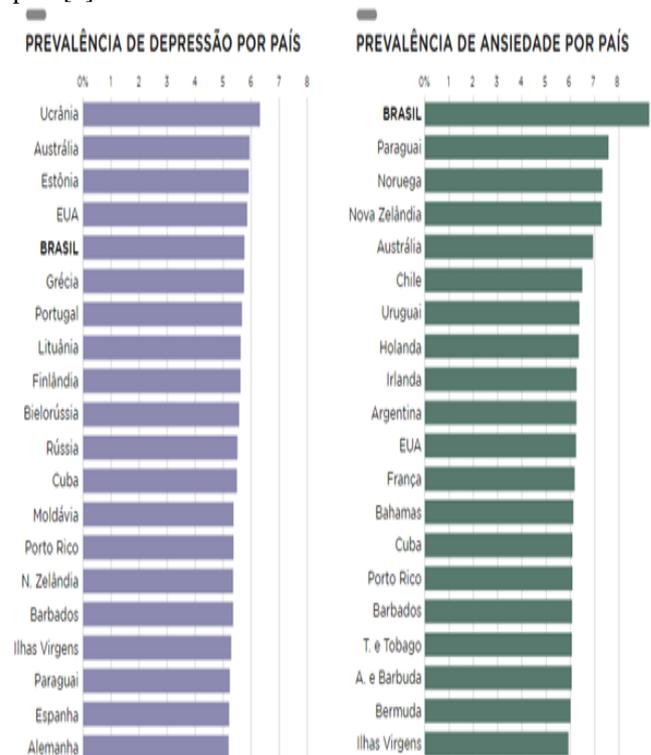
os afastamentos do ano citado como visualizado no Gráfico 2.

Gráfico 2: Afastamento no Trabalho por Depressão [17].



De acordo com o Gráfico 3, o Brasil está entre os países com os maiores índices de depressão no mundo, apresentando uma estimativa de 5,8% de pessoas que sofrem com o transtorno. Além de destacar-se com 9,8% dos quadros de ansiedade, se comparado a outros países do continente latino-americano e do mundo.

Gráfico 3: Prevalência de Depressão e Ansiedade por país [3].



## Conclusão

No presente estudo buscou-se identificar as principais causas relacionadas ao aumento no surgimento da depressão na atualidade, além de enfatizar as medidas preventivas para a sociedade. Têm surgido muitos casos, principalmente noticiados na imprensa, nas redes sociais ou pessoas próximas do



convívio que apresentam a sintomatologia.

Apesar do aumento dos casos, a falta de informação e o preconceito são presentes no que se refere à depressão. Os sintomas da doença são confundidos com uma ‘tristeza passageira’ ou ‘frescura’ por parte tanto do doente quanto de seus familiares e amigos. O sentimento de vergonha na busca por ajuda e o medo de julgamentos da sociedade fazem com que haja o isolamento, impossibilitando a realização no tratamento eficaz.

Observou-se a importância na atenção e apoio dos profissionais da saúde e familiares na detecção dos principais sinais apresentados pelo doente no dia a dia, algumas situações do cotidiano são capazes de desestabilizar o indivíduo que encontra-se em estado de adoecimento mental, tornando-se fundamental a ajuda de amigos, de familiares e da unidade de saúde na intervenção.

O Brasil está entre os países com maiores índices de depressão. O transtorno tem origens genéticas, psicológicas e sociais. Pode afetar o indivíduo em qualquer momento da vida, independente de faixa etária, mais comum em jovens. As mulheres são os indivíduos mais afetados, se comparadas aos homens.

As políticas públicas de saúde devem incorporar ações de atenção no cuidado e informação de forma que possa orientar na detecção e no suporte durante o enfrentamento do problema por parte do doente, além de mais investimentos na qualidade de vida dos indivíduos, resultando no bem-estar e, consequentemente, refletindo na saúde mental de toda a sociedade.

## Referências

- [1] Tavares LAT. A depressão como “mal-estar” contemporâneo. *Cultura Acadêmica*. 2010; 3(3):371-5.
- [2] Barbosa AV. Depressão na sociedade atual. *Revista de Psicologia - Psicologias do Brasil*. 2015; 3(2):20-5.
- [3] Organização Pan-Americana da Saúde (OMS). Folha Informativa – Depressão. 2018; 7(5):18-25.
- [4] Organização Pan-Americana da Saúde (OMS). Saúde mental dos adolescentes. 2019; 6(3):23-35.
- [5] Abelha L. Depressão uma questão de saúde pública. *Caderno Saúde Coletiva*. 2014; 5(3):223-40.
- [6] Santos CM. Visão sobre depressão sofreu transformações ao longo da história. *Jornal da USP*. 2017; 1(1): 210-5.
- [7] Ministério da Saúde (BR). Depressão: causas, sintomas, tratamentos, diagnóstico e prevenção. *Cadernos do Aluno*. 2013; 1(2):215-37.
- [8] Ministério da Saúde (BR). Profissionalização de auxiliares de enfermagem. *Cadernos do Aluno, Série F. Comunicação e Educação da Saúde*. 2009; 5(5):29-50.
- [9] Silva LJ, Silva LSP. Depressão: o preconceito acerca do depressivo na sociedade contemporânea. *Psicologia*. São Paulo, 2016; 3(1):116-19.
- [10] Esteves FC, Galvan AL. Depressão numa contextualização contemporânea. *Aletheia*. 2009; 2(2): 127-35.
- [11] Alamy S. Depressão no ambiente hospitalar: do paciente ao profissional da saúde. *Revista de Psicologia*. 2017; 3(3):12-24.
- [12] Pereira MBM, Azevedo JM. Depressão e angústia: modos de expressão na contemporaneidade. *Revista da Graduação em Psicologia da PUC*. 2017. 2(3): 355-6.
- [13] Souza FGM. Tratamento da depressão. *Revista Brasileira de Psiquiatria*. 2009;31(Supl I):S7-17.
- [14] Monteiro KCC, Lage AMV. A Depressão na adolescência. *Psicologia em Estudo*. 2007; 2(2): 257-65.
- [15] Waidman MAP, Marcon SS, Pandini A, Bessa JB, Paiano M. Assistência de enfermagem as pessoas com transtornos mentais e as famílias na atenção básica. *Acta Paulista de Enfermagem*. 2012; 5(3): 346-51.
- [16] Escobar SG, Medina JLV. Significado Psicológico da Depressão em Médicos e Psicólogos. *Psicologia e Saúde*. 2009; 3(2):257-62.
- [17] Ministério da Saúde (BR). Depressão é tema de campanha para o dia mundial da saúde. *Cadernos do Aluno*. 2017; 8(3):52-72.