

A IMPORTÂNCIA DO SUPORTE FAMILIAR EM ADOLESCENTES COM DEPRESSÃO

THE IMPORTANCE OF FAMILY SUPPORT IN ADOLESCENTS WITH DEPRESSION

Glenda Gonçalves da Silva Freitas *

Daniela Soares Rodrigues **

RESUMO

Durante muito tempo a depressão foi descrita como psicopatologia própria da fase adulta e somente com o avanço nas pesquisas, principalmente as realizadas a partir da década de 1960 é que sua prevalência foi verificada em crianças e adolescentes. Diante dessa problemática, o presente estudo visou responder à seguinte questão: Ao se tratar de adolescentes com depressão, qual a importância do suporte familiar? Assim, seu objetivo geral foi compreender como o quadro depressivo pode afetar o contexto psicossocial dos adolescentes, considerando o que a literatura discorre sobre a depressão e os cuidados familiares. Por sua vez, os objetivos específicos do estudo foram: discorrer sobre o conceito de saúde mental e depressão; analisar como a depressão se manifesta em adolescentes; relatar a importância do apoio familiar ao se tratar de adolescentes com depressão. Na efetivação da pesquisa sobre a depressão em adolescentes, foi realizada uma pesquisa bibliográfica, tendo como ponto de partida a literatura que discorre sobre a temática. Destaca-se que a pesquisa bibliográfica, pode ser definida com a produzida a partir do que outros pesquisadores já postularam. Assim, para a realização do estudo, foram considerados os achados científicos, tais como artigos, dissertações e teses. Os textos que embasam o caráter científico do estudo foram buscados no Google Acadêmico, Scielo e LILACS. Dentre os resultados obtidos, menciona-se que a família seja salutar, no sentido de ofertar apoio e acolher os adolescentes que sejam acometidos pela depressão.

Palavras-chave: Adolescente. Consequências. Depressão. Família. Psicoterapia. Proteção.

ABSTRACT

For a long time, depression was described as a psychopathology of the adult phase and it was only with the advancement of research, especially those carried out from the 1960s onwards, that its prevalence was verified in children and adolescents. Faced with this problem, the present study aimed to answer the following question: When dealing with adolescents with depression, what is the importance of family support? Thus, its general objective was to understand how depression can affect the psychosocial context of adolescents, considering what the literature says about depression and family care. In turn, the specific objectives of the study were: to discuss the concept of mental health and depression; to analyze how depression manifests itself in adolescents; to report the importance of family support when dealing with adolescents with depression. In carrying out the research on depression in adolescents, qualitative bibliographic research was carried out, having as a starting point the literature on the subject. It is noteworthy that bibliographic research can be defined as produced from what other researchers have already postulated. Thus, to carry out the study, scientific findings such as articles, dissertations and theses were considered. The texts that support

* Graduando em Psicologia pela Faculdade de Iporá, GO. E-mail: glendagsf@gmail.com

** Orientador, Graduado em Psicologia pela Universidade Salgado de Oliveira- UNIVERSO, e Pós Graduado em Docência Universitária pela Faculdade de Iporá. E-mail: soaresdaniela675@gmail.com

the scientific character of the study were searched on Google Scholar, Scielo and LILACS. Among the results obtained, it is mentioned that the family is healthy, in the sense of offering support and welcoming adolescents who are affected by depression.

Keywords: Adolescent. Depression. Family. Psychotherapy.

INTRODUÇÃO

Durante muito tempo a depressão foi descrita como psicopatologia própria da fase adulta e somente com o avanço nas pesquisas, principalmente as realizadas a partir da década de 1960 é que sua prevalência foi verificada em crianças e adolescentes. No entanto, ressalta-se que os sintomas da depressão já haviam sido identificados nesses sujeitos, mas não houve aprofundamento em sua pesquisa (BIAZUS; RAMIRES, 2012).

Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS) e da Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS, 2022), a cada ano cerca de 12 milhões de jovens e adolescentes recebem o diagnóstico de depressão. Em muitos casos, somente após uma tentativa ou suicídio é que são feitas as relações entre o comportamento do sujeito e os sintomas da depressão. Segundo a OPAS, a depressão pode ser descrita como um transtorno com maior frequência, sendo que em média, 300 milhões de pessoas, considerando todas as idades, sofrem com a doença (OPAS, 2022).

A depressão é responsável pela incapacitação, sendo também resultado das condições inferiores no exercício da atividade laboral. Por sua vez, os estudos denotam que as mulheres sejam mais afetadas que os homens e os tratamentos podem ser de cunho medicamentoso ou psicológico. Ainda sobre os números da depressão, uma publicação da OMS, datada de 2 de março de 2022, ressaltou que no período de isolamento e distanciamento causado pela pandemia da Covid-19, houve um aumento significativo dos quadros de ansiedade e depressão, com a prevalência da doença em 25% dos casos atendidos nas redes públicas de saúde. A partir desse estudo, a organização passou a incentivar a adoção de cuidados em relação à saúde mental da população, considerando os impactos que a pandemia impôs à vida cotidiana das pessoas (OMS, 2022).

Um estudo realizado pela Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo, tendo como sujeitos 7 mil crianças e adolescentes no ano de 2020 revelou que o número de casos de depressão foi significativamente ampliado e a pesquisa

comprovou que a cada quatro crianças e adolescentes, uma desenvolveu alguma doença mental na pandemia, sendo a depressão a com maior prevalência (G1, 2022).

A depressão é uma doença cujo alcance não leva em consideração alguns grupos específicos, embora tenha maior incidência entre mulheres. Segundo a OMS, em relação ao número de óbitos, é a segunda causa de morbidade entre jovens com idade variando entre 15 e 19 anos (BRASIL, 2020). Diante dessa problemática, o presente estudo visou responder à seguinte questão: Ao se tratar de adolescentes com depressão, qual a importância do suporte familiar? Assim, seu objetivo geral foi compreender como o quadro depressivo pode afetar o contexto psicossocial dos adolescentes, considerando o que a literatura discorre sobre a depressão e os cuidados familiares. Por sua vez, os objetivos específicos do estudo foram: I) Discorrer sobre o conceito de saúde mental e depressão; II) Analisar como a depressão se manifesta em adolescentes; III) Relatar a importância do apoio familiar ao se tratar de adolescentes com depressão.

Quando se trata de adolescentes o comportamento opositor é natural, pois os sujeitos estão se descobrindo em um mundo estritamente adulto. No entanto, quando o adolescente se cala e se retrai, a família nem sempre se preocupa, pois para muitos, isso representa um momento de calma (BRAGA; DELL'AGLIO, 2013; BORGES; PACHECO, 2018).

Em seus estudos, Thiengo et al. (2014), ressaltaram que as medidas de combate e prevenção à depressão em adolescentes partem do fato de que existem alguns fatores preponderantes em relação à depressão na adolescência, podendo ser relacionados aos aspectos genéticos, bem como os ambientais e individuais. Além disso, antes de qualquer tipo de intervenção, busca-se saber mais sobre algum histórico de doença mental na família, vivência de situações violentas, não apenas em família, mas na comunidade, além de como a família se encontra organizada (THIENGO et al., 2014).

Diante do exposto, evidencia-se a necessidade de um aprofundamento teórico em relação às formas como a família pode auxiliar na detecção da depressão em adolescentes. Ressalta-se que por meio da pesquisa, pretende-se analisar os referenciais teórico que abordam o conceito de depressão, como ela pode afetar não apenas o adolescente, mas toda a família.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Saúde mental e depressão

O termo “saúde mental” é amplamente utilizado, estando presente nas legislações e políticas públicas, voltadas para os serviços de manutenção da saúde individual e coletiva. Nos manuais, assim como nas pesquisas científicas, a saúde mental não corresponde a nenhuma ideia única, a qual possa definir o que de fato seja (ALCÂNTARA; VIEIRA; ALVES, 2019).

A Organização Mundial da Saúde (OMS) tem como saúde mental “ um estado de bem-estar no qual o indivíduo perceba as suas próprias capacidades, possa lidar com as tensões normais da vida, possa trabalhar de forma produtiva e frutífera e possa contribuir com a sua comunidade.” (OMS, 2001, p. 2).

A saúde mental encontra-se também ligada ao bem-estar sendo esse também parte de seu conceito. Desse modo, uma pessoa mentalmente saudável é aquela que apresenta bem-estar físico, psíquico e social. Observa-se que no Brasil, somente no final dos anos 1970 é que os problemas relacionados à saúde mental passaram a ser atendidos pelas instituições de saúde pública. O denominado “Movimento de Reforma Psiquiátrica” visou fazer com que a saúde mental pudesse ser evidenciada mediante sua universalidade, bem como interação e descentralização (MONTEIRO; SILVA, 2019).

Para American Psychiatric Association (APA), a saúde mental pode ser conceituada como uma circunstância na qual as pessoas se encontram bem o suficiente para lidarem com o seu dia a dia e sua imprevisibilidade. Isso significa o preparo suficiente para viver as pressões sociais, principalmente as contemporâneas (APA, 2014).

Ao se tratar de crianças e adolescentes, a saúde mental pode ser conceituada pela perspectiva do desenvolvimento. Isso significa a construção de uma visão positiva sobre si, além de conseguir lidar com pensamentos e emoções, além de visar a construção das relações sociais, tanto familiares, quanto escolares. Almeida Filho, Coelho e Peres (1999, p.102) definiram a saúde mental enquanto “[...] emprego, satisfação no trabalho, vida cotidiana significativa, participação social, lazer, qualidade das redes sociais, equidade, enfim, qualidade de vida.”

A saúde mental também pode ser descrita como sendo um agregado de recursos individuais aplicados no cotidiano, para que seja possível à pessoa lidar com os fatores de stress, materializados na sobrecarga laboral, além da perda de entes familiares ou mesmo as dificuldades originadas por questões financeiras. Não obstante, quando os indivíduos estão mentalmente saudáveis, tornam-se capazes de construir relacionamentos interpessoais positivos e saudáveis. Mesmo que tenha que lidar com diversos conflitos, as pessoas mentalmente saudáveis conseguem fazer suas escolhas, considerando as mais simples e as de maior complexidade (APA, 2014).

A depressão é um transtorno que emerge da decadência da saúde mental e pode ocorrer a partir da dificuldade de lidar com os diversos conflitos cotidianos. De acordo com Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-5), a depressão se refere a qualquer um dos denominados “transtornos depressivos”. Por sua vez, esses recebem algumas classificações, a saber “transtorno depressivo maior ou depressão maior; transtorno depressivo persistente ou destemia; transtorno depressivo específico ou inespecífico.” (DSM-5, 2013, p. 155). Considerando sua etiologia, o manual classifica os transtornos em “transtorno disfórico pré-menstrual; transtorno depressivo decorrente de outra condição médica; transtorno depressivo induzido por substância/medicação.” (DSM-5, 2013, p. 155).

Segundo mencionado por Brasil (2020) no manual são definidos nove critérios para confirmar o quadro de depressão, sendo eles: sentir-se deprimido na maior parte do tempo; anedonia; sensação de culpa ou inutilidade excessiva; dificuldade de concentração; fadiga constante; distúrbios do sono; problemas psicomotores; perda ou ganho significativo de peso; ideias recorrentes de morte ou suicídio.

Desses, pelo menos cinco precisam estar presentes para que a pessoa possa ser diagnosticada com depressão. Nesse sentido, para que seja possível afirmar o diagnóstico, é preciso avaliar o tempo de apresentação dos sintomas, por pelo menos duas semanas. Além disso, a que se analisar se a pessoa apresenta alguma alteração significativa em relação ao humor, prazer ou interesse. Assim, de acordo com o DSM-5 (2013), os sintomas:

Caracterizam-se por tristeza grave ou persistente que interferir no funcionamento e, às vezes, para diminuir o interesse ou até mesmo o prazer nos deveres. A causa certa não é conhecida, mas provavelmente envolve hereditariedade, que altera os níveis de neurotransmissores, alteração da função neuroendócrina e fatores psicossociais. O diagnóstico baseia-se na

história. O procedimento geralmente inclui medicações, psicoterapia ou ambos e, algumas vezes, eletroconvulsoterapia (etc) (DSM-5, 2013, p.//85 168).

Conforme disposto nos estudos de Brasil (2020), para que seja possível fechar um diagnóstico sobre depressão, é preciso que o indivíduo apresente alguns sintomas entre duas semanas ou mais, sendo eles “Sintoma deprimido ou falta de motivação para as tarefas diárias do dia a dia; Dificuldade de concentração; Perda ou aumento de apetite; Insegurança; Insônia; Sensação de vazio; Vontade de morrer; Angústia muito grande no peito.” (BRASIL, 2020, p. 12).

A depressão também está referenciada no Código Internacional de Doenças, sendo classificada como nível 10 (CID 10, 1993). De acordo com o referido, a depressão maior quando inicia de forma precoce, pode significar um considerável risco familiar, afetando significativamente a saúde mental, bem como a social, não somente em curto, mas em longo prazo. Isso também influencia o aprendizado e os resultados educacionais. Assim, a literatura recomenda a investigação aprofundada sobre os riscos familiares e de que forma o transtorno poderá ser desenvolvido na adolescência, por exemplo (RICE et al., 2016).

De acordo com Esteves e Galvan (2006), a depressão é considerada como um dos transtornos mais pesquisados, pois afeta o humor e a forma como os sujeitos se veem dentro de sua realidade.

Tratada como a doença da sociedade moderna, a depressão tem características que podem traduzir uma patologia grave ou ser apenas mais um sintoma do sujeito diante de uma situação real de vida, ou seja, suas características podem determinar uma melancolia em si ou ser apenas um sintoma constituinte de uma outra patologia. (ESTEVES; GALVAN, 2006, p. 127).

Em seus estudos, Roudinesco (2000) evidenciou que a depressão é uma forma de manifestação do sofrimento psíquico, caracterizando-se pela tristeza e apatia. Nesse sentido, compreende-se que a desorganização do pensamento, principalmente aquela gerada pelo sentimento de culpa ou de perda faz com que a pessoa se veja em um ciclo do qual não consegue sair.

No entanto, Esteves e Galvan (2006) reforçaram que não são somente as ações subjetivas que originam o sofrimento ou a dor da pessoa com depressão. Assim, segundo os autores, existem vários outros fatores que podem ser considerados, dentre esses, as alterações afetivas, os transtornos de humor e até mesmo o excesso ou falta de uma crença sobrenatural.

Para Rodrigues (2000) os fatores genéticos, bem como os hereditários também precisam ser considerados quando se tratar da depressão, a qual também pode ser ocasionada por alguma disfunção biológica e química ocorrida no cérebro. Para que possa ser tratada com eficácia a literatura recomenda a psicoterapia que pode ser associada ao tratamento farmacológico. Na adolescência, o quadro depressivo pode decorrer de diversos fatores, mas o mais preocupante são os seus desdobramentos, uma vez que grande parte dos casos de adolescentes com depressão pode evoluir para suicídio (RODRIGUES, 2000).

Depressão na adolescência

Os estudos sobre desenvolvimento humano denotaram que a adolescência é o marco inicial da puberdade, demarcando o momento de transição da infância e sendo compreendida como momento de crescimento. De acordo com Cunha (2015), na psicologia o conceito de adolescência passou a ser adotado em 1904, por Stanley Hall, a partir da publicação de seu estudo denominado *“Adolescence: Its Psychology and Its Relations to Physiology, Sociology, Religion and Education”*. A partir dos estudos de Hall, esse período que marca a passagem da infância para a fase adulta foi inserido enquanto estágio do desenvolvimento humano (CUNHA, 2015).

Sobre o conceito de adolescência, os estudos de Biazus (2012) confirmam que essa fase se caracteriza por um movimento constante de transformações significativas que ocorrem não apenas no contexto psíquico, mas principalmente nos aspectos físicos e sociais. Ressalta-se que a criança, ao entrar na adolescência passa por mudanças corporais que influenciam sua busca por uma identidade, algo que a insira nos grupos sociais. Isso pode gerar diversos conflitos, pois não se tem mais uma criança e ao mesmo tempo, ainda não existe um adulto. Esse espaço que o adolescente ocupa é dicotômico e por isso, quando há o adoecimento mental, a preocupação e atenção devem ser redobradas (BIAZUS, 2012; BRASIL, 2020).

Segundo postulado por Brasil (2020), o que ocorre com frequência é a falta de compreensão dos grupos sociais, principalmente os familiares, sobre como as mudanças de ordem psíquica, biológicas e sociais afetam o adolescente. De um lado se encontram as alterações que de um dia para o outro se instalam e de outro, a desorganização emocional, materializada por altos e baixos constantes, as quais

tornam os adolescentes mais vulneráveis aos conflitos e situações estressantes, vivenciadas em seu contexto sociocultural. A partir da dificuldade de lidar com esses conflitos é que os quadros de depressão podem acontecer (BRASIL, 2020).

Em relação aos casos de depressão em adolescentes observa-se que na faixa etária dos 14 aos 15 anos é que ocorre o maior número de diagnósticos, sendo mais comuns em meninas. Além disso, considera-se que as variações hormonais, associadas ao stress sejam também responsáveis pela depressão em adolescentes (MELO; MOREIRA, 2017).

A percepção de algo não está bem em relação ao adolescente é o que torna possível a detecção precoce dos sintomas da depressão. Um dos sinais mais evidentes diz respeito ao rendimento escolar, pois verifica-se ser comum sua diminuição. Outros fatores relacionados aos sentimentos também podem ser considerados evidências de sintomas da depressão.

Os sintomas de depressão podem começar na adolescência e podem levar a alterações no peso, no apetite e no sono. Os autores apontam que podem aparecer nesses jovens um misto de sentimentos, como sentimento de tristeza e desespero, como também alguns adolescentes se sentem inúteis e acham que nunca vão melhorar. Outros sinais de depressão incluem isolamento social, dificuldades de concentração e de memória e pensamentos ou atos suicidas. (BRASIL, 2020, p. 16).

Devido às mudanças na carga hormonal, o adolescente tem uma relativa fragilidade em relação à sua saúde emocional. Isso significa que a exposição às situações estressantes também podem ser causadora da depressão. Não que seja uma regra, pois nem todos os adolescentes passam por conflitos, mas grande parte dos adolescentes diagnosticados com depressão não possuem uma rede de apoio familiar ou mesmo optam por não pedirem socorro em casa (BIAZUS,2012).

O quadro depressivo na adolescência se tornou também um problema de saúde pública. O número de suicídios entre os adolescentes é descrito como uma das consequências mais extremas da depressão. Alguns sintomas poderiam ser observados de forma precoce, mas em muitas circunstâncias, quando a família percebe já é tarde demais. Dentre os sintomas mais comuns em adolescentes, assim como nos adultos, cita-se a baixa autoestima, sentimentos e narrativas desesperançadas, marcadas pelo desânimo e pela constante irritação. Além disso, a literatura descreve o desinteresse, apatia, perda de energia, comportamentos extremos, ora de euforia, ora de letargia, exagero na alimentação ou quadros de perda de apetite são relatados como sinais de depressão (APA, 2014; OMS, 2022).

Entre adolescentes é grande o número de suicídios, nem sempre relacionados à depressão, mas de alguma forma, ligados a algum fator que compromete a saúde mental. Segundo a OMS, o suicídio ou o autoextermínio ocorre mais em adolescentes cuja idade varia entre 15 e 19 anos. A maioria dos suicidas é composta por meninas (OMS, 2018; OMS, 2019).

De acordo com Papalia e Feldman (2013, p.386), a adolescência é um estágio importante na vida dos indivíduos, pois sendo um período de transição, perpassa por “mudanças físicas, cognitivas, emocionais e sociais e assume formas variadas em diferentes contextos sociais, culturais e econômicos.”

Costa et al (2014) ressalta que a adolescência é uma etapa de transição, na qual há um amadurecimento que causa confusão e insegurança. Assim, é preciso todo suporte socioemocional e quando isso não ocorre, existem grandes chances da depressão se instalar. Nesse sentido, concorda-se com Jatobá e Bastos (2007, p. 172) ao afirmarem que “[...] a depressão na adolescência vem se constituindo em um crescente e preocupante problema de saúde pública [...]”.

Para D’Auria-Tardeli e Barros (2020, p. 124) na adolescência a identidade se encontra em construção e “nesse processo de construção da identidade, o qual ocorre por toda a vida, compreende-se que certas figuras de autoridade, exercem profunda influência sobre os adolescentes”. Mesmo que não queiram estar presentes no cotidiano familiar, o adolescente ainda carece da autoridade da figura do pai, da mãe ou de quem os representa, pois precisa ter um elemento norteador de sua própria ação social.

Seja no modo de agir, falar, pensar, vestir-se ou mesmo de se comportar, os adolescentes podem tender a repetir ou mesmo a se inspirar em seus ídolos, tomando-os como referência, seja em um aspecto considerado positivo ou negativo. Todavia, podemos destacar ainda que o processo de elaboração psíquica é mais complexo do que a simples repetição de comportamentos, porém é inegável que certa influência ou mesmo tendência para pensar ou agir, possa se concretizar a partir do que os adolescentes apreendam da realidade ao admirarem os seus ídolos. (D’AURIA-TARDELI; BARROS, 2020, p. 124).

Conforme discorrem Lima e Sousa (2020, p.1118) a adolescência pode ser compreendida como “[...] um período permeado de contradições, frequentemente confuso, marcado por conflitos com o meio familiar, social, de transição e busca pelo conhecimento”. Devido a essas características é que a depressão em adolescentes é considerada também como problema de saúde pública, pois urge a disposição de intervenções capazes de mudar a realidade e reinserir o adolescente no contexto

social. Segundo Erse et al (2016), são necessárias medidas que possam definir os fatores evidenciadores do comportamento suicida, por exemplo, sendo uma das formas possíveis de intervir neste aspecto e fazer com que o adolescente possa retomar sua vida social.

Importância do apoio familiar voltado para adolescentes com depressão

A depressão na adolescência compõe um quadro epidemiológico de difícil contenção pois a doença não se manifesta de forma tão evidente como ocorre com outras patologias. Além dos fatores subjetivos, próprios de cada indivíduo, os relacionados ao meio no qual se encontram inseridos também podem influenciar o quadro de depressão em adolescentes (THIENGO et al., 2014).

De acordo com Thiengo et al., (2014) a vivência em contextos nos quais existem episódios de violência, em qualquer dimensão, é um dos fatores preponderantes relacionados à depressão em crianças e adolescentes. Destaca-se que o núcleo familiar tanto pode oferecer apoio como riscos. Nesse sentido, a literatura demonstra que a família é essencial para que o adolescente possa desenvolver todo o seu potencial psicossocial.

No geral, a família é considerada como a base para todas as demais relações sociais que são constituídas pelos sujeitos. Desde quando os seres humanos passaram a se agrupar, as estruturas familiares são responsáveis por diversos aprendizados, principalmente aqueles consignados à vivência social. Nem sempre os laços de parentesco são positivos e quando os adolescentes são expostos a um ambiente no qual os conflitos se sucedem de forma desrespeitosa, toda a constituição subjetiva passa a ser ameaçada (GONÇALVES, 2006; MARQUES et al., 2015).

Segundo Gonçalves (2006) ainda que a tradição familiar seja difícil de ser superada, inegavelmente a família passou por significativas transformações ao longo do tempo. Em relação às atitudes familiares, ressalta-se a narrativa construída de forma errada de que o adolescente esteja contra a família. Há uma interpretação instituída de forma errônea, voltando-se para a eterna ideia de rebeldia adolescente. Conforme os estudos de Marques et al., (2015) é comum que os genitores misturem as formas de educar os filhos. Como os adolescentes são naturalmente opositores,

a falta de diálogo ou o excesso de liberdade injustificado podem fazer com que os adolescentes se sintam ainda mais inseguros.

De acordo com Marques et al., (2015), nos casos de depressão, a família normalmente se distancia da pessoa doente. Isso não é diferente com os adolescentes. O abandono afetivo ou o distanciamento faz com que os sentimentos e a autoestima sejam ainda mais desgastados, o que contribui para o isolamento do adolescente. Quando as mudanças ocorrem na dinâmica familiar, principalmente quando a referência do adolescente é deslocada, o apoio físico e psicológico se torna essencial. Isso significa deixar de lado a forma tradicional de conceber a depressão, para construir uma rede de apoio funcional e efetiva (MARQUES et al., 2015).

O que mais prejudica a relação da família é perceptível na falta de paciência, principalmente para ouvir o adolescente. Além disso, a toxicidade familiar, materializada pelas brincadeiras de mau gosto, críticas ao corpo ou comportamento, ações nas quais o bullying também é constante, contribuem para que o quadro depressivo se agrave (SILVA, 2012).

Clement (2014) *apud* Brasil (2020) alerta para o fato de que a relação do adolescente com depressão e o núcleo familiar tem sofrido muitos questionamentos originados pelo distanciamento, além da perda da confiança. Quando o adolescente tem depressão, a tendência é se isolar ainda mais, não porque deseja fazer as coisas sozinho, mas pela inexistência do reconhecimento da importância que a família tem em sua vida. Quando tratado com autoritarismo, o adolescente pode ter seu quadro depressivo ampliado, tornando muito difícil sua superação. O adolescente sente-se perdido sem saber o que fazer, nem em quem confiar, pois o que está em casa, ao invés de ajudar, só piora a situação (CLEMENT, 2014, *apud* BRASIL, 2020, p. 20).

Segundo mencionado por Marques et al. (2015), a falta de confiança do adolescente no seu núcleo familiar é um dos grandes problemas ao se tratar da depressão. Para que isso se resolva satisfatoriamente, o autor mencionado recomenda adoção de estratégias capazes de fazer com que os laços de confiança sejam estabelecidos (MARQUES et al., 2015).

Silva (2019) reforça que os adultos com depressão podem ter sido adolescentes depressivos, para os quais não houve nenhum olhar especializado. Claro que mediante os fatores desencadeadores da depressão não significa que

seja uma regra, mas alerta para os sintomas apresentados pelos adolescentes que não são percebidos e se tornam crônicos na fase adulta.

Os casos de depressão são relatados também no início da adolescência, justamente quando a criança entra na puberdade. A quantidade de hormônios que passam a circular no organismo, além de seus efeitos na plasticidade cerebral colabora para que a confusão de sentimentos e comportamentos deem espaço para a depressão (SILVA, 2019).

Embora existam documentos históricos capazes de comprovar que os quadros depressivos existem desde os tempos mais antigos, a depressão traz consequências extremamente negativas. Mas no caso dos adolescentes, quanto mais a família investir no diálogo e não nas cobranças, maiores são as oportunidades para superação da depressão. O que é preciso é o investimento maciço na família enquanto rede de apoio ao adolescente com depressão. Um dos primeiros passos é respeitar o tempo desses sujeitos, apoiando, ainda que de forma silenciosa, os seus próprios silêncios (PARKER et al., 2012).

Quando a doença surge, é no seio da família que a alteração do comportamento da pessoa com depressão se faz sentir de modo mais intenso, pelo abandono das tarefas e papéis que tinham seu cargo, pelas atitudes, principalmente marcada de transformações das relações que acontecem no ambiente intrafamiliar. De toda esta problemática, o papel de cuidar da família procura dar respostas às necessidades das pessoas com depressão. (BRASIL, 2020, p. 22).

A realidade, infelizmente demonstra que na maioria das vezes a família não consegue construir a rede de apoio defendida pela literatura. Nem sempre por desleixo ou descaso, mas devido a falta de conhecimento sobre a saúde mental, pois isso ainda é revestido de estigmas. Sendo um tipo de doença mental, a depressão é a doença do século XXI, originada na dificuldade em lidar com os problemas e os conflitos pois a sociedade cada vez cobra ainda mais dos seus integrantes (BRASIL, 2020).

De acordo com Fernandez (2010), a família não somente deverá ser o ponto de apoio do adolescente com depressão, mas precisa também ofertar toda a assistência necessária para que o adolescente seja acompanhado de forma sistemática. O núcleo familiar não pode se isolar ou fazer o mesmo com o adolescente com depressão. Pelo contrário, é preciso que seja buscado todo o apoio

multidisciplinar, bem como os tratamentos ofertados, tanto na rede pública, quanto na privada.

Borba et al. (2011) lembra que a convivência com alguém que tenha depressão pode se tornar desgastante, principalmente ao se considerar o humor flutuante e o comportamento que sofre inúmeras variações ao longo do dia. O que é preciso ter conscientemente é a responsabilidade familiar sobre todos os seus membros e se porventura houver necessidade, realizar todas as alterações necessárias na rotina familiar, como forma de ajudar o adolescente a superar seus problemas.

METODOLOGIA

Na efetivação da pesquisa sobre a depressão em adolescentes, foi realizada uma pesquisa bibliográfica, de cunho qualitativo, tendo como ponto de partida a literatura que discorre sobre a temática.

Destaca-se que a pesquisa bibliográfica, segundo mencionado por Prodanov e Freitas (2013), pode ser definida com a produzida a partir do que outros pesquisadores já postularam. Assim, para a realização do estudo, foram considerados os achados científicos, tais como artigos, dissertações e teses. Os textos que embasam o caráter científico do estudo foram buscados no Google Acadêmico, Scielo e LILACS. O critério de inclusão foi determinado a partir de algumas palavras-chave, sendo elas: depressão, adolescente, consequências, família, proteção. Como critério de exclusão, a princípio não foram considerados os trabalhos muito antigos com a finalidade de preservar a legitimidade dos conceitos.

De modo significativo, a depressão se tornou um dos grandes problemas relacionados à saúde mental, pois se instala em silêncio, podendo resultar na morte, não apenas de adultos, mas de crianças e adolescentes. Nesse sentido, pretende-se com este estudo abordar a importância do apoio familiar, principalmente ao se tratar de tratamento e prevenção da depressão em adolescentes.

O tema foi escolhido a partir dos estudos realizados, nos quais evidenciou-se que ainda prevalece o discurso de que a depressão é uma espécie de “frescura”, coisa de quem não tem o que fazer. Assim, a temática visa desconstruir essa narrativa, pois qualquer pessoa, não importando a classe social ou mesmo a raça pode apresentar sintomas depressivos. Em uma sociedade impulsionada por

padrões rígidos de comportamento e até mesmo estéticos, compreende-se que na adolescência a depressão assume contornos ainda mais sérios, pois pode se originar da baixa autoestima e levar ao suicídio. Por outro lado, a família, sendo o apoio do adolescente com depressão, poderá detectar de forma precoce qualquer tipo de mudança comportamental que não tenha uma origem explicável, sendo esse um dos sintomas da depressão.

Ressalta-se que o público-alvo da pesquisa serão os acadêmicos e futuros profissionais da Psicologia, os quais precisarão lidar com a problemática que a depressão representa. Além disso, visualiza-se que o estudo poderá embasar novos achados, os quais são de grande relevância para a construção teórica da profissão. A base será constituída pelos estudos já realizados, sendo eles utilizados para contextualizar o problema de pesquisa e elencar seus objetivos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Mediante a pesquisa realizada, a qual teve a depressão como temática, compreendeu-se que a depressão tem se tornado um fenômeno cada mais presente na realidade do adolescente, o que exige atenção em saúde e cuidado constante. Diante de qualquer suspeita de que o adolescente possa estar com depressão, é preciso assegurar a ajuda profissional e não deixar que os sintomas se agravem antes de procurá-la.

Com a pesquisa, observou-se que a família precisa exercitar o acolhimento, pois a tendência do adolescente com depressão é buscar se isolar. O auxílio de um terapeuta é essencial para que a família, além do adolescente, seja atendida. Além disso, evidencia-se que seja muito significativo que busquem informações sobre a depressão antes de saírem fazendo juízos de valor acerca dessa ou daquela atitude tomada pelo adolescente em depressão.

Destaca-se que a busca por grupos de apoio seja essencial para a família dos adolescentes depressivos, para que a troca de experiências ocorra como uma forma de dar suporte emocional fora de casa. No entanto, nada disso irá valer se não houver o reconhecimento de que o adolescente está passando por um momento complicado e isso é legítimo, não esperar que ele consiga sair da situação sozinho, mais cedo ou mais tarde, não usar a depressão para fazer chacotas e não aceitar isso sob qualquer circunstância, oferecer apoio sempre, tratar com amor e afeto,

acreditar no potencial e sempre lembrar o adolescente disso é essencial como apoio familiar.

Receber um diagnóstico de depressão não é algo fácil e isso abrange muitos outros aspectos que transformam a rotina familiar e que podem gerar outros tipos de conflitos, principalmente os conjugais. Nesse sentido, o apoio de um psicólogo irá auxiliar a família a novamente entrar em equilíbrio com seus papéis e funções, não deixando que seus membros se percam em meio aos danos que a depressão pode causar.

REFERÊNCIAS

ALCÂNTARA, V.P; VIEIRA, C.A.L; ALVES, S.V. Perspectivas acerca do conceito de saúde mental: análise das produções científicas brasileiras. Temas livres. **Revista ciência e saúde coletiva**. Janeiro de 2019. Disponível em < <https://www.scielo.br/j/csc/a/Q3q7tgFtypyLXf9c9tRHMNr/abstract/?lang=pt> Acesso em: 25 mai., 2022.

ALMEIDA FILHO N, COELHO M.T.A.; PERES M.F.T. O conceito de saúde mental. **Revista USP**, 43, p. 100-125: 1999.

DSM – 5. AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION (APA). Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BIAZUS, C. B.; RAMIRES, V. R. R. Depressão na adolescência: uma problemática dos vínculos. **Psicol. estud.**, Maringá, v. 17, n.1, p.8391, Mar. 2012 Available from. <https://doi.org/10.1590/S1413-73722012000100010>. Acesso em: 25 mai., 2022.

BORBA, L. O. et al. A família e o portador de transtorno mental: Dinâmica e sua relação familiar. **Revista Escola de Enfermagem USP**, 45(2), 442-449, 2011. Disponível em <https://www.scielo.br/j/reeusp/a/hnHfKyBVnXcz8s57dt3gFgQ/?lang=pt> Acesso em: 12, mai. 2022.

BORGES, L.; PACHECO, J.T.B. Sintomas depressivos, autorregulação emocional e suporte familiar: um estudo com crianças e adolescentes. **Estudos Interdisciplinares em Psicologia**, Londrina, v. 9, n. 3supl, p. 132-148, dez. 2018. Disponível em < http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2236-64072018000400009> Acesso em: 4 jun. 2022.

BRAGA, L.; DELL'AGLIO, D. **Suicídio na adolescência: fatores de risco, depressão e gênero**. São Leopoldo: Casa do Psicólogo, 2013.

BRASIL, M. G. **Depressão na adolescência: impacto do diagnóstico para a família**. Trabalho de Conclusão de Curso. Psicologia. FAEMA, 2020. Disponível em < <https://repositorio.faema.edu.br/bitstream/123456789/2754/1/TCC%20Marcela%20G>

%20Brasil%20OFICIAL%20corrigido%20E%20assinado_assinado_assinado1606845223.pdf> Acesso em: 20 mai. 2022.

CLEMENT, S., Qual o impacto do estigma relacionado à saúde mental na procura de ajuda? Uma revisão sistemática de estudos quantitativos e qualitativos. **Medicina Psicológica**, 1-17, 2014. Acesso em: 15, Maio. 2022.

COSTA, F. C.; JUNIOR, E. G. J.; FAJARDO, R. S. Depressão e suicídio na adolescência: representações sociais e indicadores de risco. **Visão Universitária**, v. 1, n. 1, p. 9-19, 2014. Disponível em: <http://www.visaouniversitaria.com.br/ojs/index.php/home/article/view/32/12> . Acesso em: 24 mai., 2022.

CUNHA, J.P.S. **Desenvolvimento humano: adolescência**. São Paulo: Elsevier, 2015.

D' AURIA-TARDELI, D.; BARROS, L S. Vilões e anti-heróis: percepções de adolescentes sobre lideranças políticas. **Aprender - Caderno de Filosofia e Psicologia da Educação**, [S. l.], n. 24, p. 123-141, 2020.

ERSE, M.P.Q.A, et al . Depressão em adolescentes em meio escolar: Projeto + Contigo. **Rev Enf Ref** [Internet]. 2016. IV(9): 37-45. Disponível em: http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0874-02832016000200005&lng=pt . <http://dx.doi.org/10.12707/RIV15026>.

ESTEVES, F.C; GALVAN, A.L. Depressão numa contextualização contemporânea. **Aletheia**, n.24, p.127-135, jul./dez. 2006. Disponível em< http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942006000300012> Acesso em: 2 jun., 2022.

FERNANDEZ, A., F. **As quatro dimensões do doente depressivo**. Lisboa: Gradiva. 2010. http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_nlinks&ref=000097&pid=S1647-2160201500010000900001&lng=pt

G1 Notícias. **Estudo feito na pandemia indica que uma a cada quatro crianças tem depressão ou ansiedade; psicólogos alertam para mudanças no comportamento. Foz do Iguaçu**, 29 de abril de 2022. Disponível em < <https://g1.globo.com/pr/oeste-sudoeste/noticia/2022/04/29/estudo-feito-na-pandemia-indica-que-uma-a-cada-quatro-criancas-tem-depressao-ou-ansiedade-psicologos-alertam-para-mudancas-no-comportamento.ghtml>> Acesso em: 29 mai., 2022.

GONÇALVES, F. T. D. **A relação familiar com adolescentes depressivos**: Uma compreensão de como a relação familiar pode influenciar na origem, evolução e recuperação dos transtornos depressivos no adolescente. Trabalho de conclusão de curso. Teresina, 2006.

JATOBÁ, J.D.V.N; BASTOS, O. Depressão e ansiedade em adolescentes de escolas públicas e privadas. **J Bras Psiquiatr**, v. 56, nº3, p. L171-179, 2007.

LIMA, F. R.; SOUSA, D. J. de. Drogadição e juventude: uma leitura integrativa entre

os saberes das políticas públicas sociais no campo da saúde e da educação.

Brazilian

Applied Science Review, Curitiba, v. 4, n. 3, p. 1115-1129 mai/jun. 2020.

MARQUES, M.F. et al. O cuidador familiar no olhar da pessoa com depressão. **Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental** [online]. 2015, n.spe2, pp.51-56. ISSN 1647-2160. Acesso em 25 Mar. 2022.

MELO, A. K. ; MOREIRA, V. Depressão em Adolescentes: Revisão da Literatura e o Lugar da Pesquisa Fenomenológica. **Psicol. cienc. prof.**, Brasília , v. 37, n. 1, p. 18-34, Jan. 2017.

MONTEIRO, F.S.C.T; SILVA, D.G. Intervenções em saúde mental na estratégia saúde da família: uma revisão bibliográfica. **Cadernos Brasileiros de Saúde Mental**, ISSN 1984-2147, Florianópolis, v.11, n.28, p.26-37, 2019. Disponível em < <https://periodicos.ufsc.br/index.php/cbsm/article/view/69189> Acesso em: 12 mai., 2022.

OMS. Organização Mundial da Saúde. **Depressão**. 2022. Disponível em < <https://www.paho.org/pt/topicos/depressao>> Acesso em: 2 jun. 2022.

OMS. Organização Mundial de Saúde. **Classificação de Transtornos Mentais e de Comportamento da CID-10**: Descrições clínicas e diretrizes diagnósticas. Porto Alegre: Artes Médicas, 2001.

OMS. Organização Mundial De Saúde. **Folha informativa – Depressão**. 2018. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5635:fol. Acesso em: 02 jun.,2022.

OMS. Organização Mundial De Saúde. **Uma pessoa morre por suicídio a cada 40 segundos, afirma OMS**. 2019. Disponível em: https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=6017:sui. Acesso em: 02 jun., 2022.

OPAS. Organização Pan-Americana da Saúde. **OMS faz chamado de alerta a todos os países para intensificar os serviços de saúde e apoio em saúde mental**. 2 de março de 2022. Disponível em < [https://www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao-em#:~:text=2%20de%20mar%C3%A7o%20de%202022,Mundial%20da%20Sa%C3%BAde%20\(OMS\).](https://www.paho.org/pt/noticias/2-3-2022-pandemia-covid-19-desencadeia-aumento-25-na-prevalencia-ansiedade-e-depressao-em#:~:text=2%20de%20mar%C3%A7o%20de%202022,Mundial%20da%20Sa%C3%BAde%20(OMS).>)> Acesso em:29 mai. 2022.

PAPALIA, D. E.; FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento humano**. Porto Alegre: AMGH, 2013.

PARKER, G., et al. Fora da escuridão: o impacto de um transtorno de humor ao longo do tempo. **Australasian Psychiatry**, 20 (6), 487-491. Doi: 10.1177 / 103985621. Acesso em: 12 Mar. 2020.

PRODANOV, C. C. ; FREITAS, E. C. **Metodologia do Trabalho Científico: Métodos e Técnicas da Pesquisa e do Trabalho Acadêmico** , 2ª Ed., Novo Hamburgo - RS, Associação Pró-Ensino Superior em Novo Hamburgo - ASPEUR Universidade Feevale, 2013.

RICE, F. et al. **Antecedentes do transtorno depressivo maior de início recente em crianças e adolescentes com alto risco familiar**. São Paulo: Saraiva, 2016.

RODRIGUES, M. J. S. F. O diagnóstico de depressão. **Psicol. USP**, v. 11, n. 1, p. 155-187, 2000.

ROUDINESCO, E. **Por que a Psicanálise?** Rio de Janeiro: Jorge Zahar Editor, 2000.

SILVA, É. V. R. A Influência do Suporte Familiar na Depressão em Adolescentes. **Psicologado**, 2012. Disponível em <https://psicologado.com.br/psicopatologia/saudemental/ainfluencia-do-suporte-familiar-na-depressao-em-adolescentes> .Acesso em: 29 Abr. 2022.

SILVA, I. R. A Depressão do Adolescente no Meio Familiar. **Psicologado**, 2019. Disponível em <https://psicologado.com.br/atuacao/psicologia-da-familia/adepressao-do-adolescente-no-meio-familiar>. Acesso em: 10 mai. 2022.

THIENGO, D. L.; CAVALCANTE, M. T.; LOVISI, G. M. Prevalência de transtornos mentais entre crianças e adolescentes e fatores associados: Uma revisão sistemática. **Jornal Brasileiro de Psiquiatria**, 63(4), 360-372, 2014. doi.org/10.1590/0047-2085000000046.