Setembro Amarelo: Psicóloga aborda os sinais e cuidados com a depressão na infância e adolescência

Com o lema ***"Se precisar, peça ajuda!",*** a campanha Setembro Amarelo deste ano começou. Logo, profissionais da área de saúde mental têm trazido como temática a depressão na infância e adolescência. O evento tem como data oficial o dia 10 deste mês, que marca o Dia Mundial de Prevenção ao Suicídio, mas os cuidados e a prevenção dos diferentes transtornos a esse público devem ocorrer durante o ano todo, como explica Sandra Vieira, psicóloga da Faculdade Serra Dourada, da Trivento Educação.

De acordo com a docente, um dos principais sinais de que a criança e o adolescente estejam passando por um processo depressivo, ou evoluindo para um transtorno depressivo, são claros e, por isso, podemos observar, como a alteração no comportamento, que vai se expressar num retraimento, isolamento social.

"A criança ou o adolescente vai ficar mais quietinho. Vai ter problemas na socialização, geralmente na escola, mas também pode ser em casa, na família. Ele (a) vai ficar mais calado, mais silencioso, no quarto, mais no canto dele, sem interagir socialmente com as pessoas", explica Vieira.

A psicóloga explica, ainda, que especificamente na adolescência, esse problema é um sintoma comum, mas que precisamos prestar atenção na intensidade desse isolamento. Se está atrapalhando as relações, a interação social, pode ser um sintoma de depressão.

Outros sinais

Alterações relacionadas ao sono e apetite são sintomas adicionais que podem ser observados, uma vez que tanto a criança quanto o adolescente podem ter problemas de insônia ao dormir demais (hipersonia) e com a perda de peso.

"Portanto, vai existir aí uma perda de peso importante, porque a criança não quer se alimentar, por não sentir vontade de comer nada. Além disso, queixas somáticas são comuns, como problemas

gastrointestinais: dor de barriga, dor de estômago, vômito, enjoo, também dor de cabeça, tonturas. São sintomas físicos, mas que estão relacionados a um transtorno depressivo”, detalha.

Consequências

Os riscos de a doença/transtorno surgir na fase infantojuvenil trazem prejuízos nos âmbitos da vida, na socialização, na formação da personalidade, na interação familiar, no rendimento escolar e, também, de evoluir para transtornos mais graves: transtorno bipolar, transtorno depressivo com sintomas psicóticos (que vem delírios e alucinações).

Desse modo, Sandra esclarece que o risco de acontecer esses transtornos na infância e na adolescência, se não for tratado, é de evoluir para algo ainda mais crítico, como também o risco iminente da ação suicida, a autoagressão e tentativa de suicídio, que são índices bem alarmantes e que diferente dos adultos, a criança e o adolescente depressivos podem se tornar pessoas irritadas e apresentar um certo nível de agressividade.

“Quando a gente observa que esses sintomas estão trazendo prejuízo para a vida do adolescente, para interação familiar, para o rendimento acadêmico, é um sinal de alerta, é um sinal de necessidade de se buscar ajuda profissional, como um psicólogo, uma avaliação psiquiátrica com um psiquiatra especialista na infância e na adolescência para que possa tirar todas dúvidas, verificar se esse diagnóstico existe, se ali um começo leve, para iniciar, então, o tratamento”, alerta.

Tratamento

O tratamento para o transtorno depressivo na infância e adolescência vai de acordo com a avaliação do médico psiquiatra, se há a necessidade de um tratamento medicamentoso e, acompanhado do tratamento medicamentoso, a psicoterapia, que consiste no acompanhamento psicológico com o psicólogo, sendo que, segundo Sandra, a psicoterapia cognitiva comportamental tem se mostrado, com bastantes evidências científicas, uma das melhores abordagens e tratamentos para o transtorno da depressão na infância e adolescência.

“Além da psicoterapia e do tratamento medicamentoso, faz-se necessário a orientação para os pais dessa criança e desse adolescente, uma vez que eles não têm a maturidade para tomar suas decisões e levar o ritmo da sua vida sozinhos. Então, o apoio da família, dos pais, a participação na psicoterapia, no tratamento é essencial para a melhora e evolução do caso”, conclui a psicóloga.

https://www.territorionoticias.com.br/noticia/2884/setembro-amarelo-psicologa-aborda-os-sinais-e-cuidados-com-a-depressao--a-infancia-e-adolescencia em 14/07/2025 14:23