

SAÚDE

Jovens usam cada vez mais antidepressivos

Especialistas indicam que falta de convívio social e cobranças excessivas estão por trás dos altos índices de adoecimento mental, em crescimento desde a pandemia. Medicação até pode ser benéfica, incluindo exercícios físicos e passatempos

» LETÍCIA MOUHAMAD

O uso de antidepressivos tem crescido significativamente no Brasil, especialmente após a pandemia de covid. Dados da Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) mostram um aumento expressivo do consumo desses remédios, sobretudo após 2019. Especialistas da área de saúde ouvidos pelo **Correio** afirmam que boa parte da utilização desses medicamentos é feita por jovens. Segundo esses profissionais, o motivo dos mais novos apelarem a essas substâncias se deve a eventuais situações psíquicas e emocionais resultantes das cobranças que enfrentam na escola, no trabalho, em casa e no convívio social, situações que se agravam, em alguns casos, pela falta de apoio familiar.

Vanessa (nome fictício), 21 anos, se enquadra no perfil traçado por especialistas para pessoas que têm recorrido a antidepressivos. Ela começou a usar o cloridrato de sertralina em 2023, devido a ataques de pânico e a um episódio de depressão. "Apesar de fazer terapia desde a infância, percebi que precisava de algo a mais para conseguir me sentir melhor. Nesse momento, receitaram-me o remédio", contou.

Ela disse que, entre seus amigos, vários usam antidepressivos. "Depois da pandemia, várias pessoas do meu entorno estão mais ansiosas e desanimadas. Parece um adoecimento coletivo", observou.

Dados do primeiro semestre de 2023, da Anvisa, indicam que, entre os antidepressivos mais receitados, o cloridrato de escitalopram registrou aumento de 81,2% em comparação ao primeiro semestre de 2019, antes da pandemia. Em relação ao receitado a Vanessa, o aumento, no mesmo período, foi de 48,5%. Já o do cloridrato de fluoxetina foi de 8,37%.

Em sintonia com esses indicadores, a pesquisa *Inquérito Telefônico de Fatores de Risco para Doenças Crônicas não Transmissíveis em Tempos de Pandemia (Covitel)* mostra que a quantidade de pessoas entre 18 e 34 anos diagnosticadas com depressão saltou de 14,9%, no período pré-pandêmico, para 24,7 no primeiro trimestre de 2023. Esse estudo tem a participação da Universidade Federal de Pelotas.

Cobranças

Para a psicóloga Daniele Fontoura Leal, mestra em psicologia clínica e cultura, algumas das queixas mais comuns entre jovens incluem o desinteresse em atividades que antes os alegravam, a falta de vontade de sair da cama e a sensação de não conseguir cumprir suas responsabilidades. "Desde a infância, já existe uma cobrança muito grande dos pais em relação aos filhos, que precisam aprender novas línguas, tirar boas notas e passar nas melhores universidades. Tudo visando a oportunidades futuras no mercado de trabalho. O dar conta é uma ordem que precisa ser cumprida, mas também é um fator de adoecimento", explicou.

Ela acrescentou que a sociedade exige funcionalidade e resultados a todo custo. "Vivemos na lógica do conserto rápido. Se por acaso ficamos doentes, precisamos nos

recuperar rapidamente para voltar a funcionar. É como um modelo de trabalho, incorporado, desde cedo, a nossa rotina", completou.

A psiquiatra Danielle Admoni, especialista pela Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP), segue na mesma linha da psicóloga. Ela também acredita que os jovens estejam mais suscetíveis a desenvolver transtornos mentais, devido a serem forçados a assumir mais compromissos do que as gerações anteriores. "Eles (os jovens) sentem que precisam estar sempre à frente. Observo que faltam condições, inclusive relacionadas ao apoio familiar, para que esse grupo consiga lidar melhor com obstáculos que, naturalmente, vão surgir durante a vida", analisou.

Medicação

Questionada sobre os prós e os contras do uso de medicamentos psiquiátricos, Danielle foi enfática: "só vejo prós. Se a gente tem uma doença, e — ainda bem — há um remédio para tratá-la, isso é muito bom. Os contras são os efeitos colaterais, como ocorre em qualquer idade. No entanto, sabemos que o prejuízo do transtorno, principalmente em uma fase de desenvolvimento, é infinitamente maior do que qualquer efeito colateral. O prejuízo (pior) é não tratar".

No caso de Helena (nome fictício), 18, iniciar um tratamento com cloridrato de fluoxetina, sete anos atrás, foi completado com consultas ao psicólogo e ao

Quando buscar ajuda profissional?

- » Diminuição do ânimo
- » Cansaço excessivo
- » Alteração no sono
- » Perda da concentração
- » Irritabilidade
- » Dificuldade em sentir satisfação com o que agradava
- » Desmotivação em planejar o futuro
- » Desinteresse em se cuidar

hebiatra (pediatra especializada no tratamento do adolescente), devido ao receio com os efeitos colaterais que poderia sofrer. "Senti muito incômodo nas mudanças repentinas de humor, em especial, na sensação de não conseguir mais ter emoções", revelou.

Ao longo do uso do antidepressivo, iniciado em 2017, a estudante chegou a trocar de medicação algumas vezes por não sentir melhoras. "Creio que a parte mais complexa desse processo foi a aceitação dos pais, principalmente dos meus pais, visto que eu era muito nova e já tomava medicação. Mesmo que os transtornos psicológicos sejam cada vez mais comuns, ainda é um assunto banalizado e não tratado com o devido cuidado", disse.



Sabemos que o prejuízo do transtorno, principalmente em uma fase de desenvolvimento, é infinitamente maior do que qualquer efeito colateral (dos remédios). O (pior) prejuízo é não tratar"

Danielle H. Admoni,
psiquiatra geral e da infância e adolescência



O dar conta é uma ordem que precisa ser cumprida, mas também é um fator de adoecimento"

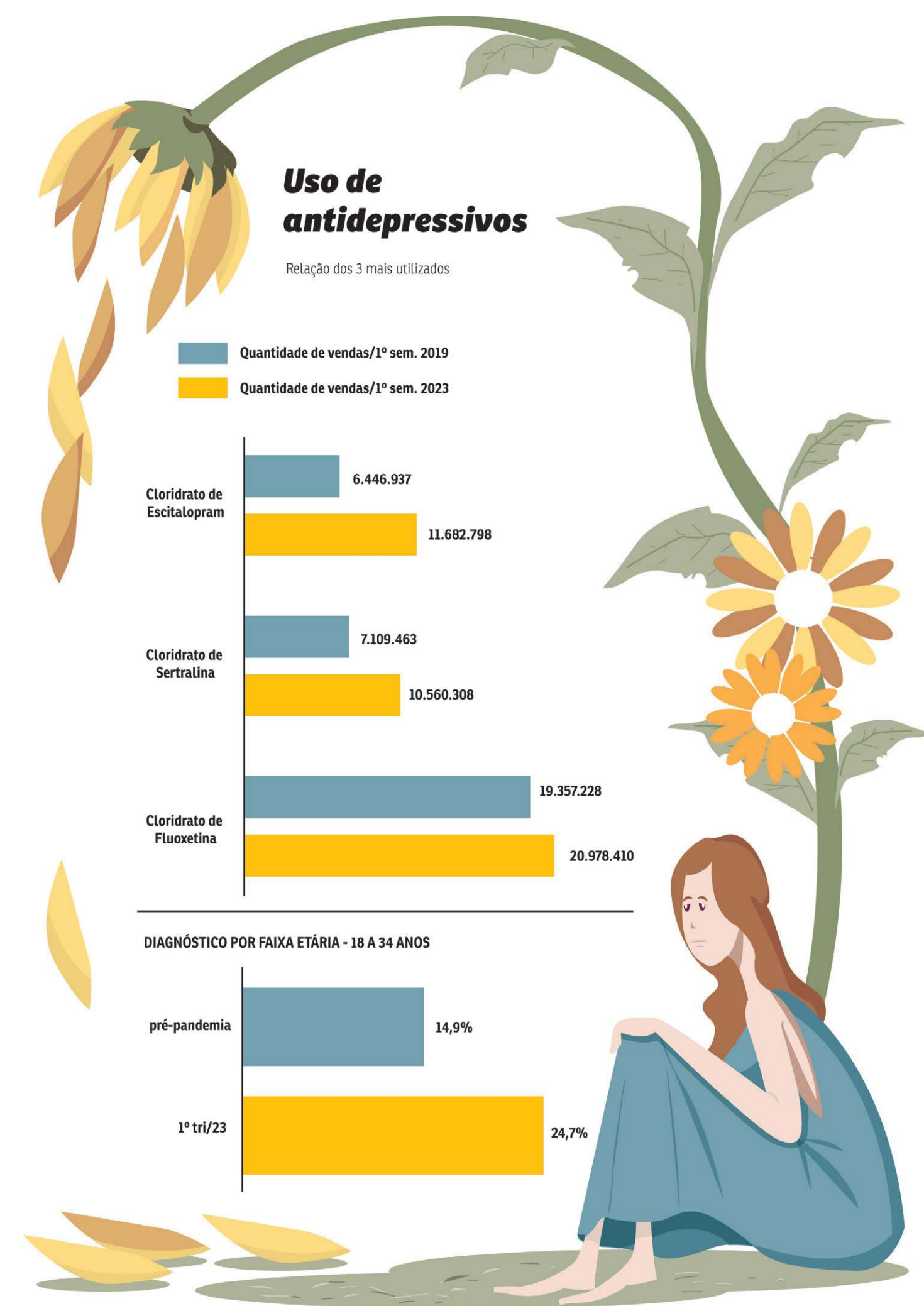
Daniele Fontoura Leal,
psicóloga clínica

Tratamento integral

Atualmente, Helena também toma ansiolítico. Ela, porém, não busca ajuda nas medicações. Frequenta sessões de terapia semanalmente, além de realizar exercícios físicos e participar de atividades que ocupam a mente, como conversas com amigos e até passatempos sozinha. "Creio que, muitas vezes, o ambiente em que estamos e o apoio que temos vale tanto quanto uma dose de remédio, não anulando, claro, a sua importância. Vejo que os medicamentos são uma forma de ajuda, que nem sempre funcionaram tão bem, mas que, por muitos dias, me fizeram sentir melhor", avaliou.

A psiquiatra Danielle ressaltou que nada substitui a medicação, apesar de o tratamento ser sempre uma questão conjunta. "É evidente que, se você conseguir dormir bem, comer de forma equilibrada e fizer atividades físicas, que são tarefas difíceis (de realizar) quando não se está bem do ponto de vista mental, essas medidas ajudam muito. Mas, a partir do momento que se tem um transtorno mental, com prejuízos clinicamente significativos, é preciso (buscar orientação especializada para se) medicar, assim como utilizar outros métodos, como terapia, por exemplo".

Para a psicóloga Daniele, a integração do jovem à sociedade é uma intervenção saudável e permite maior chance de sucesso no tratamento, associando, também, a medicação à terapia. Além disso, ela cita: praticar esportes, visitar pessoas agradáveis, fazer novas amizades e buscar momentos de prazer — de preferência, longe das telas dos celulares — completam a lista.



Fonte: Agência Nacional de Vigilância Sanitária (Anvisa) e Inquérito Telefônico de Fatores de Risco para Doenças Crônicas não Transmissíveis em Tempos de Pandemia (Covitel)

Pacífico/CB/D.A Press