

Gás é esperança contra a depressão

Maior estudo sobre novo tratamento para combater sintomas depressivos tem resultados promissores com o uso de óxido nitroso, especialmente em condições mais graves e que não respondem aos medicamentos tradicionais

» ÁLVARO AUGUSTO*

Quando DB** percebeu que teria de fazer uma pausa na vida profissional para se dedicar mais ao tratamento de saúde mental, teve que abrir mão de muitas coisas. Adiou em quase um ano um mestrado que faria e, desde o início de 2025, trabalhou apenas uma vez como freelancer, com os serviços autônomos que costuma prestar. Isso tudo por conta do cuidado que precisou ter com a depressão refratária, diagnosticada no início do ano passado.

“Tive que parar e buscar uma solução, porque, se eu estivesse com um problema na perna iria no ortopedista, no olho iria no oftalmologista, por que não ir ao médico e se tratar normalmente quando o problema é mental?”, questiona ela. Esse tipo da doença é um grau mais sério do problema, com sintomas mais resistentes ao tratamento e difíceis de serem amenizados.

Também chamada de Transtorno Depressivo Maior, essa forma de depressão está no centro de um novo estudo com uso de gás

óxido nitroso como medicamento para tratar pacientes mais graves. Comandado por cientistas da Universidade de Birmingham, na Inglaterra, o trabalho descobriu que o óxido nitroso tem grande potencial de controle dos sintomas depressivos, com alívio rápido (em alguns casos, quase imediato) das crises logo após a inalação.

A rejeição pelo organismo dos pacientes ao gás foi baixa, e os efeitos colaterais ficaram em níveis bastante leves, se comparados aos de antidepressivos convencionais. A pesquisa, publicada na revista *eBioMedicine*, do grupo da relevante *The Lancet*, é a maior já realizada na análise dos efeitos do óxido nitroso como remédio para a depressão.

Segundo os cientistas, o trabalho pode servir de base para futuras adequações e descobertas do modo ideal de usar o gás como medicamento clinicamente. Todos os testes do estudo foram feitos em ambiente controlado e com acompanhamento médico. Além dos efeitos positivos da inalação do gás em casos de depressão resistente, observou-se melhora em quadros de depressão bipolar, um tipo da doença ligada ao transtorno bipolar.

Stephen Andrews/Pexels



Segundo estudo britânico, substância pode ser bastante eficaz no tratamento, principalmente, em casos mais graves

Efeito analgésico

É um gás incolor, com leve odor adocicado, utilizado principalmente como anestésico fraco e analgésico nas áreas médica e odontológica. Conhecido como “gás hilariante”, também é empregado na indústria alimentícia e automotiva.

O óxido nitroso já é utilizado em outros procedimentos médicos como analgésico e até anestésico, principalmente em tratamentos dentários, mas seu efeito contra doenças psíquicas ainda é pouco dominado. O estudo britânico conclui que, com uma concentração de 50% do gás aplicado em pacientes, os sintomas diminuem em até no máximo 24 horas, com efeito positivo que dura por cerca de uma semana após uma única dose. Inalações por períodos constantes tendem a causar melhorias ainda mais duradouras, de acordo com o estudo.

Duas perguntas para

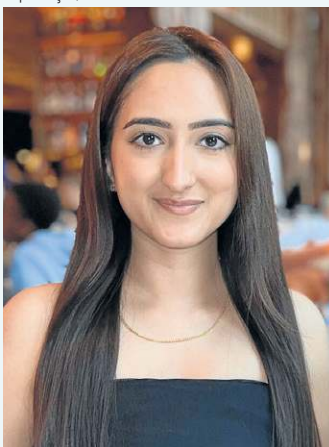
KIRANPREET GILL, AUTORA PRINCIPAL DO ESTUDO

Quais são suas expectativas sobre o potencial de uso e eficácia do gás e como você se sente em relação à possibilidade de descobrir uma nova alternativa para quem enfrenta a depressão?

Vimos sinais encorajadores nas evidências, como as rápidas melhorias no humor que foram relatadas, mas é importante abordar esse trabalho com cautela. Muitas pessoas com depressão grave ou resistente ao tratamento têm poucas opções eficazes, e os atrasos associados aos antidepressivos padrão podem fazer com que elas sofram por longos períodos.

É por isso que explorar tratamentos mais rápidos é tão importante, mas também significa que

Reprodução/Oxford Health Biomedical Research Centre



Como o óxido nitroso inalado age no corpo de um paciente com depressão e causa a melhora dos sintomas?

Em termos simples, doses controladas do gás clínico afetam alguns dos sistemas de sinalização química do cérebro envolvidos no humor. Um deles é o sistema glutamatérgico, que auxilia na comunicação entre as células cerebrais, e que parece sofrer alterações rapidamente com o tratamento.

Há também evidências de que o óxido nitroso pode influenciar redes cerebrais ligadas ao pensamento negativo e alterar a atividade em sistemas envolvidos no processamento emocional. Em conjunto, esses efeitos iniciais podem ajudar a explicar porque algumas pessoas têm uma mudança de humor mais rápida em comparação com os tratamentos tradicionais. (AA)

precisamos de estudos robustos e de longo prazo para entender a melhor forma de usar o óxido nitroso clínico e quem tem maior chance de se beneficiar. Nossa esperança é que essa pesquisa, com o tempo, ajude a ampliar a gama de tratamentos disponíveis.

Inzmam Khan/Pexels



Resistência contínua

A Depressão Resistente ao Tratamento, condição de DB**, por exemplo, ainda é desconhecida por boa parte da população. Ainda assim, a estimativa é de que ela atinja milhões de pessoas em todo o mundo; no Reino Unido, os autores da pesquisa concluíram que 48% dos pacientes depressivos sofrem com o tipo mais resistente da doença.

A DRT é diagnosticada quando o indivíduo usa dois ou mais antidepressivos diferentes como tratamento, mas não apresenta melhoras significativas. Com isso, os sintomas persistem, podem se agravar e as opções de controle da doença ficam mais escassas. Casos mais leves da DRT até permitem alguma melhoria dos sintomas, mas os medicamentos não conseguem controlar todos eles, nem de maneira plenamente eficaz, o que afeta a qualidade de vida dos pacientes.

No caso de DB**, o diagnóstico

do tipo correto da doença que possui não foi imediato. Ela começou a ter sintomas depressivos durante a pandemia e o isolamento social, mas que a princípio foram confundidos com a ansiedade, que ela já apresentava há mais tempo; os sinais da depressão depois melhoraram e alguns até sumiram com o fim do distanciamento.

Porém, com o tempo, os problemas de saúde mental daquela época voltaram, como tristeza aguda, terror noturno e choro intenso, mas agora bem fortes e incontroláveis. Ela chegou a ser internada em momentos mais críticos da doença, que, nesse momento, foi diagnosticada como depressão refratária.

Preconceitos

A falta de conhecimento geral sobre a forma mais resistente do transtorno pode gerar preconceitos

e estereótipos sobre os pacientes. DB conta ao *Correio* que, no caso dela, os pais não entendem plenamente que os sintomas são consequência de um problema de saúde, e não de uma questão de

“escolhas” de quem está doente.

“Só meu pai que até consegue compreender um pouco mais, mas não tenho da minha mãe, por exemplo, um apoio familiar tão grande. Até por isso faço meus

tratamentos ‘escondidos’, e não abro sobre a doença para muitas pessoas para evitar preconceitos. Atualmente minha rede de apoio tem só quatro pessoas que sabem”, comenta ela.

Futuro possível

Os cientistas britânicos afirmam que o potencial do óxido nitroso para tratar a Depressão Resistente ao Tratamento (DRT) é considerável e promissor, especialmente pelo efeito rápido do gás após o uso. Além disso, o estudo demonstra que a quantidade inalada da substância é relativamente pequena e aplicada em poucas doses (as quais mantém a melhora dos sintomas por vários dias), o que pode facilitar o tratamento.

Outro fator importante são os efeitos colaterais, que foram considerados poucos e leves após as inalações. Ao *Correio*, a pesquisadora líder do estudo, Kiranpreet Gill, explica que nenhum sintoma colateral do gás precisou de maiores cuidados, como medicação para controlá-lo. “Os efeitos, como náuseas, tonturas e dores de cabeça, foram de curta duração e relativamente leves. Isso contrasta com os efeitos colaterais contínuos ou cumulativos que as pessoas podem experimentar com antidepressivos diários.”

“Nenhum dos ensaios relatou eventos adversos graves e o óxido nitroso clínico demonstrou, até agora, um perfil de sintomas colaterais breves e controláveis durante o tratamento”, completa Gill. Ela ressalta que, embora ainda não se saiba exatamente de quanto seriam os custos de um tratamento com o gás para a depressão, o fato de ele já ser usado em outros processos médicos pode facilitar o acesso.

Para aliviar o humor deprimido, o óxido nitroso atua em pontos do cérebro ligados ao prazer e às emoções. O gás tem ação no sistema nervoso dos pacientes num processo semelhante ao de alguns medicamentos específicos, como a cetamina, que causam efeitos mais rapidamente no organismo.

O estudo, focado em pacientes com DRT, foi feito pela Universidade de Birmingham em parceria com a Universidade de Oxford e com a NHS Foundation, órgão ligado ao NHS, o sistema público de saúde do Reino Unido. Os cientistas reforçam que novos estudos serão necessários para que se chegue aos parâmetros ideais.

* Estagiário sob a supervisão de Lourenço Flores

** Nome preservado a pedido da entrevistada

Os vários tipos de depressão e o preconceito podem fazer com que os pacientes travem batalhas silenciosas e solitárias contra a doença

DB tem feito tratamentos combinados de medicamentos para tratar seu quadro de depressão resistente, e tem esperança de que consiga retomar sua rotina e qualidade de vida, mesmo com um grau mais complexo da doença. “Eu quero fazer, eu quero estar capaz, mas isso sem eu me cobrar, sem me pressionar, só com esperança”, diz ela, que pretende retomar seu mestrado na UnB em abril de 2026.

Para DB, que convive com um tipo agressivo de depressão, novos tratamentos que ajudem a melhorar a vida de quem tem o transtorno são importantes, inclusive, como esperança de que a doença seja mais compreendida e alvo de menos estereótipos. “Acho que o pior de tudo é o preconceito, e fazer a rede de apoio — que você precisa, não tem como — entender o que é isso e te ajudar no processo.” (AA)