



# Casos de depressão aumentam com a crise

**Especialistas** defendem revisão das políticas de saúde mental.

Tratamento precoce é determinante

— **ANA GASPAR**  
 — agaspar@jn.pt

**A crise está a potenciar o aumento das depressões. A doença tem tratamento, mas é preciso actuar rapidamente para melhorar a possibilidade de recuperação. É também necessário acabar com o estigma associado a este problema.**

Com o número de casos de depressão a aumentar devido “às dívidas, ao desemprego, insegurança e stress profissional” é necessário a “revisão das políticas de saúde mental em função do aumento de risco”, defendeu ontem Luís Câmara Pestana, presidente da Associação Portuguesa de Psicologia Psicológica.

Segundo o especialista, um dos intervenientes no debate “Depressão: tratar e recuperar”, os dados da Caixa Geral de Aposentações indicam que em 2010 a depressão foi a principal causa da aposentação precoce das mulheres e a terceira nos homens. “A de-

pressão é a principal causa de perda de anos de vida e de anos profissionais”, acrescentou.

Tal como nas restantes doenças a intervenção rápida é decisiva para os bons resultados. De acordo com Medeiros Paiva, se uma depressão for diagnosticada nos primeiros seis meses em que se manifesta, a possibilidade de ser tratada é de 54%. Se esse período for de um ano sobe para os 70%. Mas se se demorar cinco anos, a taxa de sucesso é de 1%. No que diz respeito ao tratamento, o psiquiatra frisou que os doentes são diferentes uns dos outros e como tal a prescrição de medicamentos também tem de ser diferenciada.

O combater ao estigma associado à doença, o papel da família no tratamento, e a importância da psicoterapia também estiveram em destaque no debate para antecipar o Dia Europeu da Depressão, que se assinala no sábado. ■



Mulheres sozinhas e com baixo nível de escolaridade são as mais afectadas

## Saber mais

**121**

### MILHÕES DE PESSOAS

Sofrem de depressão, segundo a OMS. Das que vivem nos países desenvolvidos, 75% não recebe tratamento.

### GRUPOS MAIS AFECTADOS

As mulheres e os jovens entre os 12 e os 24 anos são os mais afectados. As primeiras vivem sós e o seu nível de literacia é baixo

### CONSEQUÊNCIAS DA DEPRESSÃO

Diminuição da produtividade e da qualidade de vida; incapacidade temporária para o trabalho; sobrecarga de terceiros; hospitalizações; e aposentação precoce.

**11%**

### EM DEZ ANOS

Foi o crescimento do consumo de anti-depressivos, também porque foram utilizados noutras doenças.