REVISTA SAÚDE DOS VALES

ISSN: 2674-8584 V.7 – N.1– 2023

ANSIEDADE E DEPRESSÃO EM ADOLESCENTES: INCIDÊNCIA E TRATAMENTO

ANXIETY AND DEPRESSION IN ADOLESCENTS: INCIDENCE AND TREATMENT

Larissa Lopes Martins
Acadêmica do curso de Farmácia na Faculdade
Presidente Antônio Carlos de Teófilo Otoni, Brasil.
Email: larismart@hotmail.com

Victoria Sampaio Alves
Acadêmica do curso de Farmácia na Faculdade
Presidente Antônio Carlos de Teófilo Otoni, Brasil.
Email: victoriasampaioalves16@hotmial.com

Karine Rodrigues da Silva Neumann
Docente do curso de Nutrição da Faculdade
Presidente Antônio Carlos de Teófilo Otoni. Brasil.
E-mail:krsnut@yahoo.com.br

Resumo

Esta pesquisa trata-se da utilização de antidepressivos por adolescentes que ocorre sobretudo em decorrência de doenças psicológicas, sendo as principais depressão e ansiedade. Neste aspecto, pode-se dizer que a depressão na adolescência é uma das principais condições adquiridas, uma vez que entre 4 adolescentes 1 é acometido por sintomas depressivos, que é um grave problema de saúde, principalmente relacionado ao seu meio ambiente. Porém, há uma problemática que envolve a utilização abusiva desses fármacos, os reflexos negativos no organismo desses utentes, juntamente com a farmacoterapia aplicada, visando a melhoria da saúde do paciente. Por isso é de suma importância da conscientização do paciente através da atenção familiar e profissional. Este estudo trata-se de uma pesquisa baseada em um levantamento bibliográfico qualitativo e descritivo, através de livros, artigos informativos e publicações em bases de dados científicas com o objetivo de fazer uma breve análise acerca do índice de depressão e ansiedade em adolescentes. Busca-se, também, analisar formas de tratamento para esses problemas, principalmente, através da terapia farmacológica, compreendendo os principais medicamentos utilizados, seus mecanismos de ação, efeitos adversos e a importância do tratamento medicamentoso. Ressalta que todos os adolescentes medicados com antidepressivos devem ser cuidadosamente monitorizados em relação ao comportamento suicidário e a eventuais efeitos secundários.

Palavras-chaves: Ansiedade; Depressão; Adolescentes; Psicotrópicos.

Abstract

This research deals with the use of antidepressants by adolescents, which occurs mainly as a result of psychological illnesses, the main ones being depression and anxiety. In this aspect, it can be said that depression in adolescence is one of the main acquired conditions, since among 4 adolescents1 is affected by depressive symptoms, which is a serious health problem, mainly related to their environment.However, there is a problem that involves the abusive use of these drugs, the negative effects on the body of these users, together with the pharmacotherapy applied, aiming to improve the patient's health. Therefore, it is extremely important to raise patient awareness through family and professional care. This study is research based on a qualitative and descriptive bibliographical survey, through books, informative articles and publications in scientific databases with the aim of making a brief analysis of the rate of depression and anxiety in adolescents. We also seek to analyze forms of treatment for these problems, mainly through pharmacological therapy, understanding the main medications used, their mechanisms of action, adverse effects and the importance of drug treatment. It emphasizes that all adolescents taking antidepressants should be carefully monitored for suicidal behavior and possible side effects.

Keywords: Anxiety; Depression; Teenagers; Young people; Psychotropics.

1. Introdução

A adolescência é uma fase de transição entre a infância e a vida adulta, caracterizada por mudanças fisiológicas e biológicas, conhecida como puberdade. Esse período pode ser desafiador, marcado por flutuações no humor e crises emocionais. O início da puberdade varia de acordo com o sexo, ocorrendo a menarca nas meninas e a primeira ejaculação nos meninos (GUSMÃO et al., 2020).

A depressão é um transtorno mental que representa uma das principais causas de incapacidade em todo o mundo. Ela está associada a sintomas como irritabilidade, isolamento social, pessimismo, tristeza, perda do prazer em atividades cotidianas e outros sentimentos que podem afetar significativamente a qualidade de vida. De acordo com a Organização Pan-Americana de Saúde (OPAS/OMS, 2020), estima-se que mais de 300 milhões de pessoas em todo o mundo sofrem com a depressão, sendo o Brasil o país com a maior prevalência desse transtorno nas Américas (BRASIL, 2022).

Nos últimos anos, houve um aumento na compreensão dos conceitos de comportamento, especialmente na adolescência, quando esse comportamento desempenha um papel significativo. Pesquisadores têm se dedicado a entender as diversas manifestações e funções do comportamento agressivo, bem como a desenvolver modelos explicativos específicos para diferentes culturas. Comportamentos agressivos, como a agressão relacional e indireta, podem ter sérios impactos na saúde física e psicológica dos adolescentes e requerem atenção (WENDT; LISBOA, 2013).

No tratamento da depressão, existem várias classes de medicamentos e métodos auxiliares disponíveis. No entanto, é importante destacar que o uso de antidepressivos em adolescentes aumentou consideravelmente em todo o mundo, apesar de evidências de que esses medicamentos podem aumentar o risco de pensamentos e comportamentos suicidas em adolescentes com transtorno depressivo maior. Portanto, é fundamental compreender o contexto em que esses medicamentos são utilizados e promover práticas seguras e racionais (OLIVEIRA et al., 2019).

A puberdade é uma fase de constantes mudanças, abrangendo aspectos físicos, psicológicos e emocionais. Essas transformações podem ser influenciadas por uma variedade de fatores, como alterações hormonais, pressões sociais, influências de amizades, primeiras experiências amorosas e pressões escolares ou sociais. Os sintomas da adolescência podem variar, incluindo preocupação excessiva, fadiga, insônia, dificuldades de socialização e baixa autoestima, entre outros. É fundamental que as famílias e os profissionais da educação estejam atentos a esses comportamentos (PIMENTA, 2021).

Esta pesquisa tem como objetivo investigar a possível relação entre ansiedade, depressão e o uso de substâncias psicoativas por parte de adolescentes. Assim, a pergunta que se busca responder é: Qual é a incidência de ansiedade e depressão em adolescentes, e como esses transtornos são tratados, seja por meio de medicamentos ou terapia? O estudo é baseado em uma revisão qualitativa e descritiva da literatura, utilizando livros, artigos e publicações em bases de dados científicas.

1.1 Objetivo Geral

O objetivo deste artigo é fazer uma breve análise acerca do índice de depressão e ansiedade em adolescentes. Busca-se, também, analisar formas de tratamento para esses problemas, principalmente, através da terapia farmacológica, compreendendo os principais medicamentos utilizados, seus mecanismos de ação, efeitos adversos e a importância do tratamento medicamentoso.

2. Revisão da Literatura

2.1. Ansiedade e depressão em adolescentes

Segundo a Organização Pan-Americana de Saúde (2022), cerca de um bilhão de pessoas, em 2019, incluindo 14% dos adolescents, sofriam de algum transtorno mental, tendo o número de casos de ansiedade e depressão agravados em cerca de 25% apenas no início da pandemia.

Conforme a Organização Mundial de Saúde (2023), cerca de 280 milhões de pessoas sofram de depressão no mundo. Além da depressão corresponder a uma das principais causas de incapacidade, esta também é responsável pelo suicídio de mais de 700 mil pessoas todos os anos. Destaca-se que o suicídio é a quarta principal causa responsável pela morte de adolescentes entre 15 a 29 anos de idade.

Nessa perspectiva, os problemas de saúde mental na adolescência podem influenciar o bem-estar psicológico e emocional, bem como, comprometer aspectos físicos, o humor, o pensamento, a atenção e a concentração. Além disso, a adolescência pode ser vistacomo uma fase em que os transtornos mentais podem aparecer, o que torna as pesquisas sobre a saúde mental dos adolescentes bastante relevantes (LUZ et al., 2018).

Os transtornos mentais que envolvem a ansiedade e depressão em adolescentes são considerados patológicos, sendo responsáveis por comprometer o cotidiano de muitos além de causar problemas físicos e psicológicos. Nesse sentido, destaca-se a necessidade de atenção a esse grupo, como acompanhamento

psicológico e, principalmente, apoio dos familiares, tendo em vista o fato de ainda estarem em fase de desenvolvimento (FLÔR et al., 2022).

É importante frisar, ainda, dados colhidos com relação aos problemas mentais agravados durante a pandemia da COVID-19. Conforme o Instituto de Estudos para Políticas de Saúde (IEPS-2022), o número de casos de transtornos mentais em pessoas entre 18 e 24 anos dobraram no ano de 2019. Em 2013 o percentual de adolescentes que sofriam de depressão era de 5,6%, sendo que esse número subiu para 11,1% em 2019. Ainda, destaca-se que somente no primeiro ano da pandemia 1 em cada 5 adolescentes sofrem de ansiedade (JAMA PEDIATRICS, 2021).

2.1.1 **Ansiedade**

Devido as profundas transformações vividas pelo adolescente, estereage de diversas formas, principalmente com sentimentos de inquietação e deestranheza em relação a si próprio. Nessa fase, os adolescentes perdem até mesmo o prazer por atividades que antes eram consideradas prazerosas, como as desportivas ou artísticas. Elespraticamente perdema própria identidade, sentindo-se desajeitados, sem controle sobre osprópriosc orpos e sexualidade. Nota-se, também, mudanças no comportamento e na forma de agir com os outros, tornando-se críticos, rebelando-se àmínima contrariedade e, por fim,afastando-se (BRITO, 2011).

Ademais, pode-se compreender a ansiedade como uma emoção vivida de forma frequente, na qual apresenta um sinal de alarme sempre que uma determinada situação seja vista como uma ameaça..Essas ameaças podem ser compreendidas através das diversas alterações hormonais e físicas que se desenvolvem e, também, em relações pessoais e familiares, ou nas suas relações no cumprimento de obrigações sociais, que pode ser observado no comportamento na escola (STOPA et al., 2015).

É frequente apresentarem sintomas físicos, que osfazementrar em contato como Clínico Geral/Médico: dores abdominais, musculares, nosmembros, nas costas, cefaleias, fadiga. Podem ter uma sudação excessiva,tremer, sentirtonturas e desmaios. Os familíares devem tentar estabelecer uma relação de interesse e

empatia com o jovem, para que este consiga expressar as suas emoções e sentir-se mais seguro (PFIZER, 2021).

Frisa-se, que é comum a ansiedade no processo de aprendizagem e na inserção escolar, além de comprometer a relação com seu grupo social, acentuar os conflitos com a família e, consequentemente, conduzir ao isolamento do adolescente. Este, por sua vez, pode desenvolver ataques de pânico ou fobias, bem como apresentar comportamentos de risco através do consumo deálcool edrogas,terumcomportamentosexual impulsivo, como tentativas para negar os seus medos (BRITO, 2011).

Além dos sintomas comuns da ansiedade, como o medo, angústia, o indíviduo pode apresentar, também, sintomas físicos, como a arritmia/taquicardia, que é a alteração no ritmo do coração; vertigens; dificuldade para respirar; tonturas; boca seca. Alterações psíquicas também podem decorrer desse transtorno, como reações cognitivas ligadas a preocupação excessiva, dificuldades para concentrar e outros, bem como reações comportamentais (tremores, paralisação) e sociais (a pessoa apresenta dificuldade para falar em público, evita eventos sociais e aglomerações de pessoas). Todos esses sintomas são capazes de alterar significantemente a vida do adolescente (DURÃO, 2022).

Do ponto de vista comportamental, a ansiedade desempenha um papel significativo na promoção do hábito de evitar situações cotidianas que antes eram enfrentadas com facilidade. No ambiente escolar, diversos fatores podem atuar como gatilhos desencadeadores de ansiedade entre os adolescentes, tais como a pressão das provas, a competitividade, as apresentações em público, as flutuações hormonais, as exigências por notas excepcionais, a busca por aprovação social e o bullying. Muitas vezes, os adolescentes buscam desesperadamente a aceitação por parte de grupos, o que os leva a renunciar às suas próprias vontades a fim de se sentirem incluídos (LUZ et al., 2018).

Aqueles que se recusam a seguir esse padrão de conformidade, assim como aqueles que desafiam as normas estéticas ou de comportamento preestabelecidas, frequentemente são marginalizados e excluídos. Como resultado, eles se tornam alvos de zombarias, piadas e perseguições, o que, por sua vez, aumenta ainda mais seus níveis de ansiedade (BASONI et al., 2020).

Para complementar, é importante destacar que o ciclo de ansiedade e evitação pode perpetuar-se, criando um ambiente prejudicial para o desenvolvimento saudável dos adolescentes. Além disso, é fundamental ressaltar a importância de intervenções e suporte emocional para ajudar os adolescentes a lidarem com esses desafios de forma mais saudável e a construírem uma autoestima e autoconfiança resilientes diante das pressões do ambiente escolar e social.

2.1.2 Depressão

O termo "depressão" é utilizado para descrever um amplo espectro de estados afetivos, desde uma simples tristeza até síndromes clínicas complexas e doenças mentais graves. A tristeza, por sua vez, é uma reação humana comum diante de perdas, derrotas, desapontamentos e outros momentos adversos. A depressão, por outro lado, é uma doença mental séria, notoriamente associada ao risco de suicídio. Ela tende a ser crônica e recorrente, influenciando tanto a saúde mental como a física do indivíduo, além de ser afetada por fatores ambientais (XAVIER et al., 2022).

Os sintomas mais comuns da depressão englobam variações de humor, uma profunda tristeza, distúrbios do sono, sentimentos de dor e culpa, bem como mudanças no apetite, podendo ocorrer tanto perda quanto aumento do apetite. Diversos desencadeadores podem precipitar a doença, desde a perda de entes queridos até o uso de medicamentos potentes no tratamento de doenças graves, alterações hormonais e até mudanças nos hábitos, como a transição para a vida acadêmica (BRITO, 2011).

É crucial destacar que a depressão não tem uma causa única e específica, geralmente resultando de uma complexa interação de fatores internos e externos, além da dificuldade em lidar com desafios emocionais e mudanças hormonais que podem afetar o controle das emoções (PFIZER, 2021).

A depressão tem o potencial de influenciar negativamente o humor, o pensamento, a disposição e o comportamento de uma pessoa, muitas vezes manifestando-se por meio de uma combinação variada de sintomas. Um adolescente em um estado depressivo pode exibir uma tristeza profunda, uma

preocupação excessiva e um sentimento melancólico. Freqüentemente, a pessoa perde o interesse e o prazer nas atividades que costumava desfrutar e se distancia das relações sociais. Em casos mais graves, a depressão pode culminar em pensamentos suicidas, tornando-se a quarta principal causa de morte entre pessoas com idades entre 15 e 29 anos (OMS, 2023).

Conforme artigo publicado pela equipe do Hospital Santa Mônica (2018) é importante destacar que nem todos os sinais de tristeza ou falta de interesse referem-se a um comportamento depressivo, pois na adolescência, as mudanças biológicas, como as alterações hormonais decorrentes, são bastante significativas e, como dito, podem provocar oscilações no comportamento da pessoa. Ademais, as pessoas não apresentam o mesmo comportamento ou sente as mesmas emoções todos os dias, sendo que em alguns ela está mais alegre, em outros mais cansada, e assim por diante.

Tudo isso faz parte da vivência humana e sofre alterações de acordo as situações enfrentadas e as relações vividas. Contudo, essas emoções são temporárias e não causam grandes interferências nas atividades realizadas ao longo do dia, bem como não provocam mudanças significativas na personalidade e no comportamento; o que é diferente quando se trata de um caso de depressão na adolescência (XAVIER et al., 2022).

O comportamento do adolescente em depressão pode sofrer uma drástica transformação. Em determinados cenários, os familiares podem se deparar com uma transformação tão profunda no comportamento do seu ente querido que este se torna irreconhecível, muitas vezes culminando em manifestações de comportamento violento. Essa situação se torna particularmente evidente nos episódios de violência que ocorrem em escolas públicas. Diante desse contexto, é fundamental que tanto os familiares como os profissionais que trabalham nas instituições de ensino se envolvam de maneira mais ativa e comprometida, a fim de abordar e solucionar esse desafio complexo. A prevenção e o suporte adequado são essenciais para garantir um ambiente seguro e saudável para os alunos e a comunidade escolar como um todo. (INSTITUTO SOL, 2023).

2.2 Tratamento da Ansiedade e Depressão em adolescentes

A Perturbação da Ansiedade e a Perturbação Depressiva constituem entidades clínicas de elevada prevalência na adolescência, e podem ser precursoras de psicopatologia na idade adulta. Por ambos os motivos, é de extrema importância o diagnóstico precoce com intervenção o quanto mais rápido, Isso pode ocorrer através de abordagens comunitárias eficazes voltadas para a prevenção. Já com relação ao tratamento é comum que ele seja de interferência psicológica e medicamentosa (OMS, 2023).

Os Cuidados de Saúde Primários têm um papel crucial no cuidado e tratamento de pessoas que sofrem de depressão ou ansiedade. Essas condições têm se tornando cada vez mais comuns na população brasileira, afetando pessoas de todas as idades, gêneros e níveis socioeconômicos. Nesse cenário, a atenção primária desempenha um papel fundamental na identificação precoce, acompanhamento e fornecimento de tratamento adequado para esses pacientes. Através dela, é possível fazer uma triagem eficiente, diferenciando aqueles que necessitam de intervenção psicológica daqueles que não possuem um diagnóstico claro. Dessa forma, meios alternativos de tratamento podem ser adotados para esses casos, promovendo maior acessibilidade e eficácia nos cuidados de saúde (XAVIER et al., 2022).

Os transtornos ansiosos são comumente tratados por meios medicamentosos que também podem ser utilizados no tratamento de depressão. Os mais utilizados são os ISRSs e os SNRIs, como alprazolam, diazepam, buspirona e o lorazepam. Esses remédios agem para bloquear a recaptação ou a reabsorção da serotonina e da norepinefrina, aumentando a atividade dessas substâncias no cérebro (UNIMED, 2023).

É importante destacar que os fármacos atuam apenas nos sintomas físicos dos transtornos mentais, não agindo nas causas que levaram cada indivíduo a adoecer. Desse modo, um processo terapêutico é essencial para que pessoas diagnosticadas com qualquer distúrbio obtenham um resultado efetivo com maior rapidez e com mais durabilidade. No entanto, os medicamentos psiquiátricos devem ser utilizados apenas com base em orientação médica de um profissional

qualificado. Cada fármaco possui uma ação diferente e, dependendo da dose, traz benefícios diferenciados para cada caso (PIMENTA, 2019).

Conforme explica Dias (2020), o tratamento inicial da ansiedade em adolescentes deve ser através de uma abordagem psicoterápica. Ademais, é importante que o adolescente compreenda a situação na qual está vivendo, já que se trata de um momento delicado em sua vida, sendo importante que compartilhe isso com seus responsáveis, a fim de buscar ajuda de um profissional, como um psicólogo, que poderá o auxiliar num possível diagnóstico e tratamento.

Como existem quase sempre repercussões do problema na escola, como o baixo rendimento escolar do adolescente que sofre com ansiedade ou depressão, é fundamental que haja uma preparação estrutural das escolas para que esses profissionais possam lidar com temas referentes a saúde mental, tendo em vista que as pessoas que estão no dia a dia com esses adolescentes podem ser os primeiros a observarem algum comportamento diferente que mereça atenção. No entanto, ressalta-se mais uma vez que essa é função que deve ser trabalhada em conjunto, na escola e pelos familiares, já que os profissionais da educação já vivem sobrecarregados com suas funções cotidianas (TAVARES, 2022).

É crucial ressaltar dois dos sintomas que são prevalentes entre os adolescentes: a automutilação e o risco de suicídio. De acordo com Brito (2011), embora a automutilação seja um fenômeno alarmante, é fundamental compreender que sua intenção não é encerrar a própria vida. Na verdade, ela representa uma maneira de transformar a dor psicológica em uma dor física, temporária e localizada. É essencial enfatizar que a automutilação é um sinal de um sofrimento psicológico profundo e de uma necessidade desesperada de lidar com ele.

Quanto ao estado emocional das pessoas que se automutilam, os resultados indicam que a depressão é o principal desencadeador desse comportamento, seguido pela autodesvalorização e pela sensação de culpa. Infelizmente, a automutilação pode progredir para tentativas de suicídio. À medida que a angústia emocional se intensifica e o ciclo de automutilação se repete, a pessoa pode começar a se sentir impotente e desesperada, acreditando que a única solução é acabar com a própria vida. Nesse momento crítico, o apoio e a intervenção de profissionais de saúde mental se tornam cruciais (TARDIVO et al., 2019).

O suicídio, de acordo com dados da OMS, é a segunda principal causa de morte entre pessoas com idades entre 15 e 29 anos. É importante destacar que existem alguns mitos em relação ao suicídio, sendo o maior deles a frase famosa "quem fala não faz", ou a ideia de que alguém está apenas "querendo chamar a atenção". No entanto, sabe-se que isso não é verdade, pois a maioria dos casos de suicídio consumado é precedida por tentativas. É essencial salientar que quando alguém expressa pensamentos suicidas, isso já passou pela sua cognição e deve ser tratado com seriedade, pois pode ser um pedido de ajuda em que ainda há esperança (MOREIRA; BASTOS, 2015; RESENDE et al., 2013; RIBEIRO et al., 2010).

Outro aspecto importante identificado na pesquisa é a necessidade de identificar fatores de risco e de proteção, que podem reduzir o risco de suicídio. Isso inclui o apoio da família, dos amigos e de outros relacionamentos significativos, bem como o envolvimento na comunidade, uma vida social satisfatória, tempo de lazer e acesso a serviços de saúde mental. A psicoeducação é enfatizada em muitos dos estudos examinados, sendo um fator fundamental na prevenção da depressão. A psicoeducação é uma intervenção educacional que fornece informações sobre questões psicológicas, destinada tanto aos pacientes quanto às suas famílias. Além disso, ajuda a reduzir o estresse na família, fornece apoio social e encorajamento (CAMPOS et al., 2014).

A família pode desempenhar um papel significativo no desenvolvimento da depressão, uma vez que a falta de apoio familiar representa um grande risco. Causas comuns relacionadas à família incluem a falta de afeto, negligência, má gestão da separação dos pais, conflitos, brigas, discussões e dificuldades financeiras. Além disso, a pressão excessiva exercida pelos familiares em relação aos estudos, trabalho e formação pode contribuir para a depressão. No entanto, quando a família está ciente da situação e busca estabelecer um relacionamento afetivo e orientador, isso pode desempenhar um papel significativo na prevenção e tratamento desse transtorno. Uma convivência positiva com a estrutura familiar e um bom suporte familiar podem aumentar a satisfação na vida (ANTUNES et al., 2018).

Embora os dados sobre o tratamento específico com terapia cognitivo-comportamental sejam limitados e insuficientes para análise detalhada, é importante

destacar que cerca de 70% dos adolescentes com depressão, de acordo com Resende et al. (2013), não recebem tratamento algum. Portanto, é crucial fornecer diretrizes e disseminar informações sobre estratégias para lidar com essa condição de saúde mental.

A psicoterapia na abordagem cognitivo-comportamental é apontada como uma das abordagens mais eficazes no tratamento dos sintomas depressivos e de outros transtornos mentais. Essa terapia é caracterizada por ser breve, empática, estruturada e eficaz na redução e eliminação dos sintomas, especialmente na depressão maior (depressão) (CIZIL, BELUCO, 2019; BECK, 2013).

Ela define objetivos terapêuticos claros e distribui tarefas terapêuticas e psicoeducação para auxiliar na compreensão da doença e nas mudanças cognitivas e comportamentais necessárias para restaurar a funcionalidade e a adequação dos pensamentos, emoções e comportamentos do indivíduo. Além disso, a terapia cognitivo-comportamental identifica crenças distorcidas que contribuem para o desenvolvimento do transtorno (BECK, 2013; ASSUNÇÃO, DA SILVA 2019).

2.2.1 Tratamento medicamentoso da Ansiedade e Depressão

Conforme a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2023), a depressão possui tratamento eficaz, o que inclui tanto o tratamento psicológico quanto o medicamentoso. Os primeiros tratamentos para a depressão podem ocorrer através de tratamentos psicológicos, podendo ser combinados com medicamentos antidepressivos na depressão de grau moderado ou grave. Nesse caso, não é recomendado o tratamento medicamento para a depressão leve.

Tanto a depressão quanto a ansiedade possuem formas de tratamento variadas, como terapias e a adoção de hábitos saudáveis, no entanto, há situações que exijam a necessidade de medicamentos. Conforme explica a psicóloga Priscilla Mendes, a terapia continua sendo a principal forma de tratamento para condições ligadas a ansiedade leve, como a terapia cognitivo-comportamental, sendo caracterizada pela realização de atividades e exercícios voltados para que o paciente possa mudar comportamentos nocivos. No entanto, é necessário que, em

casos graves, haja a prescrição de medicamentos psiquiátricos, pois estes possuem a função de controlar sintomas acentuados (MENDES, 2021).

Frisa-se, conforme destaca o Ministério da Saúde (2022), que o Brasil é o país com maior índice de depressão na América Latina, além de ser o segundo com maior prevalência em todas as Américas. Tudo isso resulta no consumo crescente de medicamentos psiquiátricos no país, pois conforme Lucas Rocha da CNN explica em seu artigo, é crescente a comercialização de antidepressivos e estabilizadores de humor no Brasil. Dados apontados pelo Conselho Federal de Farmácia destacam que a venda desses medicamentos teve um acréscimo de 58% durante os anos de 2017 a 2021 (ROCHA, 2023).

A escolha do medicamento é uma tarefa que deve ser analisada apenas por um profissional da saúde mental, como o psiquiatra, isso porque é levado em consideração o diagnóstico do paciente, de modo em que é analisado uma variedade de particularidades, como o histórico pessoal do paciente, idade, patologias físicas, histórico de doenças e respostas ausos anteriores. Ademais, é comum que o paciente experimente mais de um medicamento até encontrar de fato um que aja da maneira mais eficaz para o seu caso específico (PIMENTA, 2019).

2.2.1.1 Mecanismos de ação e seus efeitos adversos

No processo de escolha do fármaco pode ser levado em consideração a resposta anterior a um antidepressivo específico. Ademais, os Inibidores Seletivos de Recaptação de Serotonina (ISRS) costumam ser os medicamentos de escolha inicial. Esses fármacos em específico atuam de forma que inibem a recaptação de serotonina. Entre eles, destacam-se o citalopram, escitalopram, fluoxetina, fluxovamina, vilazodona e sertralina. É importante compreender que embora esses fármacos possuam o mesmo mecanismo de ação, as diferenças apresentadas em suas propriedades clínicas tornam importante a sua seleção (CORYELL, 2021).

Conforme o Corryel dispõe no Manual MSD (2021), existem fármacos alternativos aos bloqueadores de recaptura de serotonina que têm efeitos antidepressivos e ansiolíticos, porém não causam disfunção sexual. Dois exemplos desses fármacos são a Bupropiona e a Vilazodona. A Bupropiona atua

principalmente como inibidor da recaptação de dopamina e noradrenalina, o que a diferencia dos antidepressivos tradicionais. Além de não afetar a função sexual, a Bupropiona também possui efeitos positivos na cessação do tabagismo. Já a Vilazodona é um inibidor seletivo da recaptação de serotonina e possui uma ação adicional como agonista parcial do receptor 5-HT1A, o que contribui para a melhora dos sintomas de ansiedade sem causar dependência. Ambas as opções são alternativas viáveis para pacientes que apresentam disfunção sexual como efeito colateral dos antidepressivos.

Entre os principais efeitos adversos causados pelos ISRS estão a estimulação de receptores 5-HT_2, que comumente causa ansiedade, insônia e disfunção sexual. Frisa-se que alguns pacientes podem apresentar sintomas de inquietude, ou seja, podem parecer mais agitados, deprimidos e ansiosos na primeira semana após o início do tratamento com ISRS, ou até mesmo após aumentar a dose. Além desses efeitos, são comuns a presença de náuseas, cefaleia e ganho de peso. Destaca-se para o uso da fluoxetina, que pode ocasionar a anorexia nos primeiros meses (CORYELL, 2021).

Quanto a ansiedade, é comum a prescrição de medicamentos como o Diazepam, bromazepam, Alprazolam e Lorazepam. O Diazepam, por exemplo, é comumente utilizado no alívio de sintomas de ansiedade e outras patolofias ligadas a síndrome de ansiedade generalizada, além disso, ele é capaz de produzir efeito calmante, bem como funcionar como sedativo. Já o Bromazepam tem o efeito de reduzir a tensão da ansiedade, e quando recomendado em doses mais elevadas, pode gerar efeito sedativo e relaxante muscular, sendo recomendado apenas em casos graves. Em casos de transtorno de ansiedade generalizada, pode o profissional qualificado poderá recomendar, também, o uso de Lorazepam, de modo que este age em diferentes áreas do sistema nervoso central, diminuindo estímulos nervosos (PIMENTA, 2019).

Portanto, há a recomendação de antidepressivos mais modernos, pois são tão eficazes quanto os ISRSs, além de possuírem praticamente os mesmos efeitos colaterais. Nesse sentido, cita-se os inibidores de recaptação de noradrenalina-dopanina, como a bupropiona; moduladores de serotonina, como a mirtazapina e trazodona; e inibidores de recaptação de serotonina-noradrenalina, como a

venlafaxina e duloxetina. No entanto, verifica-se que assim como ocorre nos ISRSs, pode haver o aumento temporário de riscos de suicídio, bem como a síndrome de abstinência, em casos de consumo pela primeira vez ou da interrupção abrupta. É válido chamar a atenção para os antidepressivos melatonérgicos, que estimulam os receptores de melatonina, usados no tratamento depressivo mais graves, já que possuem menos efeitos colaterais, não causa sonolência diurna, insônia ou ganho de peso, além de não correr o risco de provocar abstinência (CORYELL, 2021).

2.2.1.2 Importância desses medicamentos

Conforme explica a médica psiquiatra Julia Pizzolati do Instituto de Neurociências Dr. João Quevedo (2021), os tratamentos para os transtornos mentais evoluíram significativamente nas últimas décadas. Até a década de 1980, os antidepressivos eram representados apenas por duas classes: os inibidores de monoaminoxidase e os tricíclicos, sendo que hoje estão presentes diversas classes desses medicamentos, como os inibidores de recaptação de serotonina, de dopamina, noradrenalina e cetamina.

Os medicamentos utilizados no tratamento de depressão e ansiedade agem no sistema nervoso central, auxiliando na alteração comportamental, no humor e na cognição. Sendo importante que todo medicamento seja prescrito por um profissional, com base num diagnóstico preciso e levando em consideração as pessoalidades do paciente. Além disso, a indicação de terapia com medicamentos deve sempre considerar alguns pontos, como a necessidade do seu uso no tratamento do transtorno diagnosticado, a efetividade desse medicamento, e se ele é seguro, considerando seus benefícios e riscos (MONTEIRO, 2021).

Tratando-se de adolescentes, o que se tem visto na prática é que quadros depressivos entre esse grupo não só tem se tornado mais frequente, mas como também tem se mostrado mais grave, com prevalência de mais sintomas e com mais riscos de suicídio. Tal fato demonstra a necessidade de que o tratamento seja realizado com base na adoção de fármacos, especificamente os antidepressivos ou ansiolíticos (PAÚL, 2023).

Apesar que os medicamentos para tratamentos psiquiátricos estejam atrelados a muito preconceito e julgamento equivocado, estes medicamentos assumem uma parte essencial no tratamento da ansiedade e da depressão. No que pese esses medicamentos poderem apresentar diversos efeitos colaterais, é sempre válido consultar o psiquiatra responsável pelo tratamento para que prescreva aquele medicamento que melhor se adapte ao organismo do paciente, mas o importante é que não deixe de tomar o medicamento (PIMENTA, 2021).

Portanto, tanto no caso da ansiedade quanto da depressão, haverá situações que serão necessários o tratamento via medicamento. Em caso de ansiedade, é comum o uso de ansiolíticos ou benzodiazepinas, que agem na diminuição dos sintomas, principalmente quando agudos. Há uma ressalva nos casos dos benzoadiazepinas, que podem levar ao risco de dependência, por isso a necessidade de doses controladas. Já na depressão, a terapia farmacológica ocorre mediante o uso de antidepressivos. Destaca-se, que neste caso, a medicação atua apenas atenuando os sintomas, para que a pessoa possa levar uma vida controlada (DURÃO, 2022).

3 **Considerações Finais**

Atualmente, estima-se que 3,8% da população sofra com depressão. Esta, por sua vez, é uma das principais causas de suicídio no mundo, sendo que mais de 700 mil pessoas morrem todos os anos, correspondendo a quarta principal causa de morte de pessoas na faixa etária entre 15 e 29 anos. No que pese a existência de tratamentos eficazes para esses transtornos mentais, mais de 755 das pessoas que vivem em países subdesenvolvidos não recebem tratamento adequado.

Frisa-se que a depressão é responsável por transformar radicalmente a vida de uma pessoa, mudando completamente o seu cotidiano e interferindo nas relações pessoais, familiares e sociais. Esses episódios podem ser enquadrados em categorias distintas, que variam de grau leve, médio e grave. Ademais, sua ocorrência pode se dá por diversos episódios, como único, recorrente, por transtorno bipolar e outros. No entanto, destaca-se que suas causas não decorrem de um fato específico, pois comportamentos ansiosos e depressivos podem decorrer do

conjunto de fatores sociais, biológicos e psicológicos, ou em consequência de problemas adversos na vida, como o luto, separação, desemprego etc.

A adolescência é um período que impõe diversos desafios para a pessoa, no qual esse adolescente vive com constantes crises emocionais e variações de humor. Adolescentes são submetidos constantemente a pressões sociais e outras situações que exijam atitudes relacionadas ao período de transição para a vida adulta. Apenas no primeiro ano da pandemia da COVID-19, 1 em cada 4 jovens em todo o mundo apresentaram sintomas elevados de depressão, já a ansiedade elevada foi detectada em 1 a cada 5 jovens.

A prevenção continua sendo um dos principais meios para reduzir a depressão, isso pode se dá por meio de abordagens comunitárias eficazes, como programas escolares, intervenção da família a partir da observância de problemas no comportamento desses adolescentes. Dessa forma, tanto o tratamento psicológico quanto medicamentoso é adequado, outros tratamentos como ativação comportamental, terapia cognitivo-comportamental, terapia de resolução de problemas e psicoterapia interpessoal também são recomendados. Já os medicamentos antidepressivos possuem inibidores da recaptação de serotonina (ISRS), como a fluoxetina. No entanto, é necessário que os profissionais da saúde estejam alertas aos efeitos adversos associados ao uso de antidepressivos.

Referências

ALVES, T.C.T.F. (2015). **Depressão e ansiedade entre estudantes da área de saúde**. Revista de Medicina, 93(3),101- 105. doi: 10.11606/issn.1679-9836.v93i3p101-105. Disponível em: https://www.revistas.usp.br/revistadc/article/view/103400/101872. Acesso em 21 de maio de 2023.

ANTUNES, Joana; MATOS, Ana Paula; COSTA, José Joaquim. Regulação emocional e qualidade do relacionamento com os pais como preditoras de sintomatologia depressiva em adolescentes. Revista Portuguesa de Enfermagem de Saúde Mental, Porto, p. 52-58, 2018. Disponível em: <http://www.scielo.mec.pt/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S164721602018000200008&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 14 de setembro de 2023.

ASSUNÇÃO, Wildson Cardoso; DA SILVA, Jeann Bruno Ferreira. Aplicabilidade das técnicas da terapia cognitivo-comportamental no tratamento de depressão e ansiedade. Revista Educação, Psicologia e Interfaces, v. 3, n. 1, p. 77-94, 2019.

BASONI, A. et al. **Uma revisãobibliográficaacerca do bullying e suas consequências no ambiente escolar**. Revista FAROL –Rolim de Moura –RO, v. 10, n. 10, p. 7-17,

jul./2020.Disponívelem: <https://revista.farol.edu.br/index.php/farol/article/view/205>. Acessoem 11 de julho de 2023.

BECK, Judith. Terapia Cognitivo Comportamental – Teoria e Prática. Porto Alegre: Artmed, 2013

BRITO, Isabel. **Ansiedade e depressão na adolescência**. Universidade de São Paulo. Rev. Port Clin geral 2011;27:208-14. Disponível em: <https://www.studocu.com/pt-br/document/universidade-de-sao-paulo/psicologia-do-excepcional/ansiedade-e-depressao-na-adolecencia/7621576>. Acesso em 01 de setembro de 2023.

CAMPOS, Josiane Rosa; DEL PRETTE, Almir; DEL PRETTE, Zilda Aparecida Pereira. Depressão na adolescência: habilidades sociais e variáveis sociodemográficas como fatores de risco/proteção. Estudos e Pesquisas em Psicologia, v. 14, n. 2, p. 408-428, 2014.

CIZIL, MJ; BELUCO, ACR (2019). **As Contribuições da TerapiaCognitivoComportamental no Tratamento da Depressão**. RevistaUningá , 56 (S1), 33–42.. Disponívelem: <https://revista.uninga.br/uninga/article/view/88/1857>. Acessoem 11 de Agosto de 2023.

CORYELL, William. **Tratamento farmacológico da depressão**. MANUAL MSD- Universityoflowa Carver Collegeof Medicine, 2021. Disponível em: <https://www.msdmanuals.com/pt-br/profissional/transtornos-psiqui%C3%A1tricos/transtornos-do-humor/tratamento-farmacol%C3%B3gico-da-depress%C3%A3o>. Acesso em 2 de setembro de 2023.

DE GUSMÃO, Anaís Bezerra et al. Tratamento da depressão infantil: atuação multiprofissional do psicólogo e do farmacêutico treatment of childhood depression: multiprofessional role of psychologist and pharmacist. 2020. Disponível em: < https://repositorio.animaeducacao.com.br/bitstream/ANIMA/19676/1/TCC%20-%20Nat%C3%A1lia%20Santos%20de%20Santana.pdf>. Acesso em 15 de Agosto de 2023.

DIAS, Gabriely do Prado. **Ansiedade e depressão na adolescência: como lidar**?. Psicologia viv, 2020. Disponível em: <https://blog.psicologiaviva.com.br/depressao-adolescencia/>. Acesso em 2 de setembro de 2023.

DURÃO, Ana. **Ansiedade.** Saúde bem estar.pt, 2022. Disponível em: https://www.saudebemestar.pt/pt/blog/psicologia/ansiedade/. Acesso em 02 de setembro de 2023.

FLÔR, Sander Paulo Carneiro et al. **Impactos do transtorno de ansiedadeemadolescentes: umarevisão da literatura**. Research, Society and Development, v.11, n15, 2022 | ISSN 2525-3409 (online). Disponívelem: file:///C:/Users/greic/OneDrive/%C3%81rea%20de%20Trabalho/37344-Article-410439-1-10-20221119.pdf. Acessoem 15 de Agosto de 2023.

HOSPITAL SANTA MÔNICA. **Depressão na adolescência: como identificar e buscar ajuda?** Hospital São Paulo, 2023. Disponível em: https://hospitalsantamonica.com.br/depressao-na-adolescencia-como-identificar-e-buscar-ajuda/#:~:text=Nem%20todos%20os%20sinais%20de,mesmas%20emo%C3%A7%C3%B5es%20todos%20os%20dias. Acesso em 02 de setembro de 2023.

INSTITUTO SOL. **Precisamos falar sobre saúde mental**. São Paulo, 2023. Disponível em:https://www.institutosol.org.br/post/precisamos-falar-sobre-saude-mental?gclid=Cj0KCQjwusunBhCYARIsAFBsUP_XtDnTi_cr4-mYZdEQTSxiKQQ99B75Yz-luc10QUtcFbMxJ8yAerkaApGcEALw_wcB. Acesso em 30 de agosto de 2023.

LUZ, A. B.; FIGUEIRA, H. V. O.; ALMEIDA, S. L. M. Britagem e Moagem. In: LUZ. A B.; FRANÇA, S. C. A.; BRAGA, P. F. A. **Tratamento de Minérios**. 6. ed. Rio de Janeiro: CETEM/MCTIC, 2018.Disponívelem: https://edisciplinas.usp.br/pluginfile.php/7739097/mod_resource/content/0/Flota%C3%A7%C3%A3o.pdf. Acessoem 11 de setembro de 2023.

MENDES, Priscilla. **Ansiedade: tratamentos mais comuns.** PSI: Psicólogo e terapia, 2021. Disponível em: <https://www.psicologoeterapia.com.br/blog/ansiedade-tratamentos/>. Acesso em 30 de agosto de 2023.

MONTEIRO, Cleverton; PEREIRA, Patrícia**. O papel da medicação na construção do equilíbrio mental.** Universidade Federal de Ouro Preto. 2021. Disponível em:https://ufop.br/noticias/em-discussao/o-papel-da-medicacao-na-construcao-do-equilibrio-mental. Acesso em 3 de setembro de 2023.

MOREIRA, L. C. O.; BASTOS, P.R.H.O**. Prevalência e fatores associados à ideação suicida na adolescência: revisão de literatura**. Scielo, 2015. Disponível em: https://www.scielo.br/j/pee/a/d6wbJxC3KF5QZ7sJb67kVPr/?format=pdf&lang=pt. Acesso em 20 de julho de 2023.

OLIVEIRA, W.R.; FREITAS, D.L.; SANTIAGO, R.O.; CAMPOS, S.T.P.; MORAIS, I.C.O.D. A utilização de antidepressivosnaadolescência. Unicatólica. 2019. Disponívelem: http://publicacoesacademicas.unicatolicaquixada.edu.br/index.php/mostracientificafarmacia/article/view/3519. Acessoem 3 de setembro de 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS/2023**). Dia mundial da prevenção ao suicídio de 2023. "criando esperança através da ação**." Disponível em:https://www.who.int/campaigns/world-suicide-prevention-day/2023. Acesso em 03 de setembro de 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS/2023). **Saúde mental**. 2023. Disponível em: https://www.who.int/health-topics/mental-health#tab=tab_1. Acesso em 24 de agosto de 2023.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS/2023). **Transtorno depressivo (depressão).** 2023. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/depression>. Acesso em 24 de agosto de 2023.

PAÚL, Fernanda. **Depressão de adolescentes é hoje mais frequente e tem maior risco de suicídio.** BBC NEWS Brasil, 2023. Disponível em: https://www.bbc.com/portuguese/articles/c51jd00z9d2o. Acesso em 3 de setembro de 2023.

PFIZER. **Depressão na adolescência**. Pfizer, 2021. Disponível em:https://www.pfizer.com.br/sua-saude/sistema-nervoso-central/depressao/depress%C3%A3o-e-adolescente#:~:text=N%C3%A3o%20existe%20uma%20%C3%BAnica%20causa,horm%C3%B4nios%20que%20controlam%20as%20emo%C3%A7%C3%B5es. Acesso em 02 de setembro de 2023.

PIERI, Julia Pizzolatti. **Qual a importância de aderir ao tratamento medicamentoso?** Instituto de Neurociências Dr. João Quevedo. Blog do InJQ. 2021. Disponível em:https://www.injq.com.br/single-post/importancia-aderir-tratamento-medicamentoso. Acesso em 2 de setembro de 2023.

PIMENTA, Tatiana. **Medicamentos psiquiátricos: quais são os mais utilizados e para o que servem.**Vittude, 2019. Disponível em:https://www.vittude.com/blog/medicamentos-psiquiatricos/. Acesso em 01 de setembro de 2023.
Porto Alegre, pp20-28, 2000.

RACINE, Nicole et al. **Prevalência global de sintomas depressivos e de ansiedade em crianças e adolescentes durante a COVID-19- Uma meta análise**. JAMA Pedriatr. 2021; 175 (11):1142-1150. Doi:10.1001/jamapediatrics.2021.2482. Disponível em: https://jamanetwork.com/journals/jamapediatrics/fullarticle/2782796 Acesso em 25 de agosto de 2023.

RESENDE, Catarina et al. Depressão nos adolescentes- mito ou realidade? Nascer e crescer, revista de pediatria do centro hospitalar do porto, 2013, v. XXII, nº3. Disponível eletronicamente em: <

https://www.researchgate.net/publication/262554998_Depressao_nos_adolescentes_mito_ou_realidade>. Acesso em 12 de agosto de 2023.

ROCHA, Lucas. **Uso de medicamentos para a saúde mental cresce no Brasil; especialistas alertam sobre cuidados**. CNN BRASIL. São Paulo, 2023. Disponível em: https://www.cnnbrasil.com.br/saude/uso-de-medicamentos-para-a-saude-mental-cresce-no-brasil-especialistas-alertam-sobre-cuidados/. Acesso em 2 de setembro de 2023.

STOPA, S.R.; MALTA, D.C.; DE OLIVEIRA, M.M.; LOPES, C.S.; MENEZES, P.R.; KINOSHITA, R.T. Prevalência do autorrelato de depressao no Brasil: resultados da Pesquisa nacional de saúde, 2013. Disponível em: https://www.scielo.br/j/rbepid/a/VGmSdkDBd7WcjHnW4BrP8kg/?format=pdf&lang=pt. Acesso em 15 de setembrode 2023.

TARDIVO, Leila Salomão de La Plata Cury et al. Autolesão em adolescents, depressão e ansiedade: um estudo compreensivo. Boletim Academia Paulista de Psicologia, São Paulo- v.39, nº97, p157-169. Disponível eletronicamente em: http://pepsic.bvsalud.org/pdf/bapp/v39n97/a02v39n97.pdf. Acesso em 11 de Agosto de 2023.

TAVARES, Viviane. **Saúde mental: especialistas falam sobre os desafios no cuidado de jovens e adolescentes**. EPSJV/FIOCRUZ, 2022. Disponível em: https://portal.fiocruz.br/noticia/saude-mental-especialistas-falam-sobre-os-desafios-no-cuidado-de-jovens-e-adolescentes. Acesso em 3 de setembro de 2023.

UNIMED. **Ansiedade e depressão: a importância de seguir as orientações médicas para iniciar e encerrar o tratamento medicamentoso.** Cascavel, 2023. Disponível em: https://www.unimed.coop.br/site/web/cascavel/-/ansiedade-e-depress%C3%A3o-a-import%C3%A2ncia-de-seguir-as-orienta%C3%A7%C3%B5es-m%C3%A9dicas-para-iniciar-e-encerrar-o-tratamento medicamentoso#:~:text=Os%20transtornos%20ansiosos%20s%C3%A3o%20comumente,atividade%20dessas%20subst%C3%A2ncias%20no%20c%C3%A9rebro. Acesso em 03 de setembro de 2023.

XAVIER, D.O.; LINO, A. M.; FERRAZ, J. G.; NUNES, N. A. H. **Covid-19: impactos na saúde mental e estratégias da atenção primária.** Revista Biociências- Universidade de Taubaté. V.28 – n.2 – p. 01-11, 2022 – ISSN: 14157411. Taubaté, 2022. Disponível em: http://periodicos.unitau.br/ojs/index.php/biociencias/article/view/3322/2164. Acesso em 02 de setembro de 2023.

WENDT, Guilherme Welter; LISBOA, Carolina Saraiva de Macedo. **Agressão entre pares no espaço virtual: definições, impactos e desafios do cyberbullying.**Scielo, 2013. Disponível em: https://www.scielo.br/j/pc/a/N83JQQXmpnxNkQNwcVvmZgh/abstract/?lang=pt. Acesso em 15 de julho de 2023.