

Depressão infantil é mais grave do que em adultos

Elas são cheias de energia, gostam de brincar, quase sempre sociáveis, mas de repente tudo muda. Ficam apáticas, com semblante distante e alterações significativas no comportamento.

Esses podem ser alguns dos sintomas de uma criança com depressão. Um estudo da Sociedade Brasileira de Pediatria mostra que transtornos de humor como este levam quatro vezes mais crianças e adolescentes à internação do que há 10 anos.

A doença é **mais difícil de ser identificada** nos pequenos e, quando começa na infância é mais grave, já que, com o passar do tempo, as deixa vulneráveis ao uso de álcool e drogas e até ao suicídio. Por isso deve ser tratada rapidamente, alertam os médicos.

Quer saber mais sobre [depressão](#) infantil? Então, não deixe de ler nosso post de hoje!

Histórico

A **depressão infantil e de adolescentes** só começou a ser reconhecida há 20 anos. Diante da dificuldade de identificar a doença, até então ela era feita por eliminação.

Quando uma criança começava a apresentar um comportamento diferente na escola, como a dificuldade de aprendizado, a primeira atitude era levá-la ao oftalmologista, otorrino e fonoaudiólogo.

Elas eram submetidas a testes para déficit de atenção e hiperatividade e só depois foi observada a questão psicológica.

Dificuldade de identificação

Por estarem no começo da vida, os próprios pequenos têm dificuldade de identificar o que estão sentindo.

Sem saber direito do que se trata frequentemente alegam mal estar, mas sem saber a razão. Esse quadro pode ser interpretado como um problema diverso, até como físico, por exemplo.

Sintomas comuns

Segundo a Sociedade Brasileira de Pediatria entre os principais sintomas estão:

- Sentimento de culpa;
- Baixa autoestima;
- Distúrbios do sono, como excesso ou insônia;
- Apatia;
- Desinteresse pelas atividades habituais e brincadeiras;
- Irritabilidade ou agitação;
- Dificuldade de concentração;
- Alterações do apetite, como excesso dele ou anorexia;
- Pensamentos suicidas.

Os sintomas devem permanecer por mais de duas semanas para caracterizar a doença.

Nos menores

Se a criança tiver menos de 12 anos podem aparecer sintomas inespecíficos e até somáticos como:

- Dor de estômago;
- Dor de cabeça;
- Dor nos membros inferiores;
- Choro fácil;
- Hábito de roer unhas ou morder lápis;
- Tiques;
- Distúrbios do sono;
- Falta de vontade de ir à escola e dificuldades escolares;
- Comportamentopositor também é comum nessa situação.

Fatores de risco

Tal como nos adultos a depressão pode ser desencadeada nas crianças por:

- Perdas;
- Lutos;
- Dificuldade de lidar com situações novas, como mudança de cidade, casa, escola, separação dos pais;
- Situações traumáticas, como abusos sexuais, agressões físicas e atualmente cyberbullying;
- Exposição excessiva ao celular, tablets, TV, principalmente com conteúdos inadequados.

Prevenção

Primeiramente é necessária a avaliação do pediatra, que vai investigar o comportamento da criança através de perguntas sobre seus sentimentos e humor. Ele também vai avaliar se há algo na rotina que seja **indicativo de estresse**.

- Identificados os sintomas, o médico recomendará:
- A organização da rotina do sono;
- Tempo de uso de telas, como celular e TV;
- Atividades ao ar livre;
- Mais tempo com os pais, além de atividades na escola e; físicas e de lazer, por pelo menos uma hora ao dia.

Tratamento

Para esses casos, tanto a criança quando a família deve ser encaminhada à **psicoterapia**. No caso dos pais, serão orientados a criar um ambiente harmonioso, afetuoso, estimulante e equilibrado para recuperação da criança com objetivo de evitar a reincidência.

No caso dos pacientes há bons resultados com tratamento através de brincadeiras e atividades prazerosas, que tornam o processo de cura mais rápido e eficaz. Assim como técnicas de meditação. A medicação só é usada em casos moderados à graves.

Texto: [Luciana Cavalcante](#)

Este artigo sobre depressão infantil foi útil para você? Então, assine nossa newsletter e fique por dentro de conteúdos relevantes e exclusivos como este.