Os Enfermeiros e...?

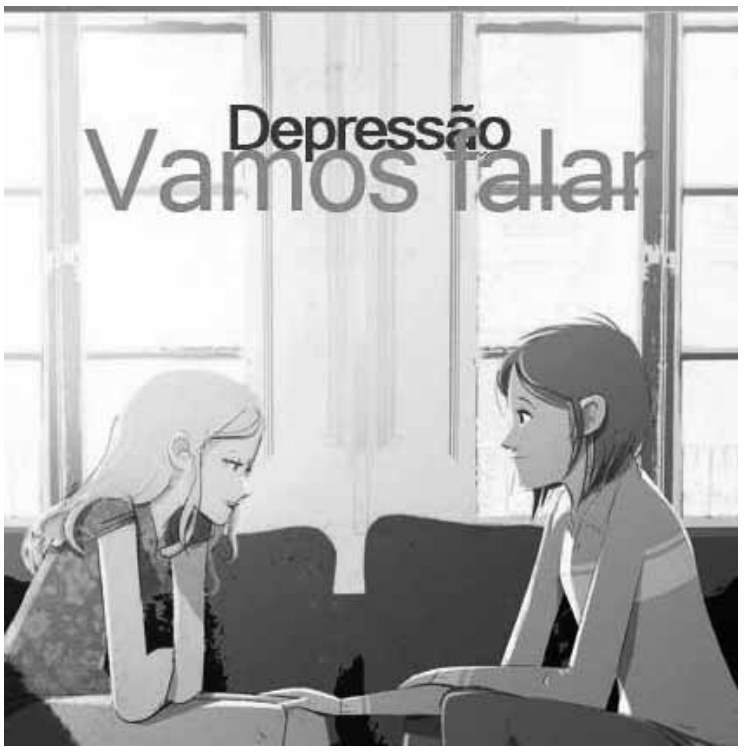
COORDENAÇÃO **LUIS COSTA**
EMAIL **sracores@ordemenfermeiros.pt**

A Pessoa com Transtorno Depressivo

É necessário falar sobre o transtorno depressivo e aumentar a literacia em saúde

Os enfermeiros estão atentos e disponíveis para fazer a diferença no panorama do sistema de saúde

ENF. LUÍS MIGUEL SALVADOR MACHADO GOMES
PROFESSOR COORDENADOR NA ESCOLA SUPERIOR DE SAÚDE DA UAÇ - POLO DE ANGRA DO HEROÍSMO







"Depressão. Vamos falar!" é o tema escolhido pela Organização Mundial da Saúde para as comemorações do Dia Mundial da Saúde 2017. Sendo uma pandemia, o transtorno depressivo engloba uma diversidade heterogénea de condições, que vão desde as fronteiras da normalidade (é cientificamente incorreto identificar saúde com normalidade) até formas muito graves de um sofrimento debilitante numa tríade negativa: visão pessimista de si; sobre o mundo e sobre o futuro. Enquanto sintoma, o transtorno depressivo pode surgir nos mais variados quadros clínicos; enquanto síndrome, o transtorno depressivo inclui não apenas alterações do humor, mas também alterações cognitivas, psicomotoras e vegetativas. Finalmente, enquanto doença, a compreensão do que o transtorno depressivo é e como pode ser prevenido e tratado ajudará a reduzir o estigma associado (carga negativa, comum a toda a doença mental) e levar a que mais pessoas solicitem ajuda.

São observados focos de atenção que afetam o autocuidado: o humor depressivo - sensação de tristeza (a tristeza constitui-se na resposta humana universal às situações de perda, derrota, desapontamento e outras adversidades. Essa resposta tem valor adaptativo, do ponto de vista evolutivo, uma vez que, através do retraimento, poupa energia e recursos para o futuro); auto desvalorização e sentimentos de culpa; redução da capacidade de experimentar prazer (em atividades, antes consideradas como agradáveis); fadiga ou sensação de perda de energia; diminuição da capacidade de pensar, de se concentrar ou de tomar decisões; alterações do sono; alterações do apetite; obstipação; redução do interesse sexual; retraimento social; crises de choro e pensamentos/comportamentos suicidas; sendo também algumas vezes o quadro associado a queixas de dor crónica.

Um diagnóstico de enfermagem focaliza a perceção e a capacidade do indivíduo em manter um determinado equilíbrio sobre a harmonia da sua situação de saúde. Inclui assim uma resposta de assistência e a mesma deve ter em atenção que o objetivo da intervenção é sempre a retoma dos níveis de funcionamento pré-mórbido do indivíduo e não apenas o alívio dos sintomas. A pessoa deverá (re)aprender a estabelecer uma relação mais funcional com a sua vida, tendo em atenção que é uma doença recorrente.

O enfermeiro focaliza a perceção e a capacidade do indivíduo em manter um determinado equilíbrio sobre a harmonia da sua situação de saúde

É reconhecido que o indivíduo com alterações da sua saúde mental tarda em procurar aconselhamento profissional porque não consegue detetar as suas necessidades de ajuda. É necessário falar sobre o transtorno depressivo e aumentar a literacia em saúde mental para obtenção de resultados em saúde: acesso e utilização dos serviços de saúde; relação interpessoal estabelecida pelo profissional e pelo utente; capacitação de competências em termos de autocuidado.

A pessoa com transtorno depressivo possui múltiplas possibilidades de intervenção para o tratamento da sua situação individual, o início faz-se pelo apelo ao cuidado e a esse os enfermeiros estão atentos e disponíveis para fazer a diferença no panorama do sistema de saúde. ◆