

**Autor:** Marta Henriques Costa

**Última atualização:** 2024/01/31

**Palavras-chave:** Depressão; Infância; Adolescência; Distúrbio Depressivo Major

## Resumo

A depressão pediátrica é uma doença multifatorial do foro psiquiátrico que afeta cerca de 2% das crianças e 4-8% dos adolescentes, mas que é ainda pouco diagnosticada.

Pode surgir na sequência de um ou mais acontecimentos sentidos pela criança como traumáticos, em associação com alterações bioquímicas facilitadoras a nível cerebral.

É importante estar atento ao aparecimento dos sinais e sintomas característicos, como a tristeza e a desmotivação, tendo em conta o desenvolvimento da criança ou adolescente e o meio social envolvente.

O tratamento da depressão passa pela terapia cognitivo-comportamental e pode também incluir fármacos antidepressivos, tal como no adulto. Para prevenir recidivas, o tratamento deve ser prolongado. É muito importante estar atento ao risco de suicídio. Se necessário, pode ser considerado o internamento.

## Depressão na criança e adolescente

A **depressão na criança e adolescente** é uma doença do foro psiquiátrico relativamente comum, mas ainda pouco diagnosticada. Afeta cerca de 2% das crianças e 4-8% dos adolescentes. A prevalência varia entre sexos, sendo que na infância é mais comum no sexo masculino e na adolescência chega a ser três vezes mais prevalente no sexo feminino. Crianças e adolescentes com depressão têm um maior risco de ter a doença na idade adulta, principalmente se o diagnóstico e tratamento não forem atempados.

Segundo a Organização Mundial de Saúde, apesar de cerca de metade das doenças psiquiátricas nas crianças surgirem antes dos 14 anos, é comum o diagnóstico apenas ser feito mais tarde, com reflexo no tratamento e no prognóstico. A depressão é uma das causas mais comuns de doença e incapacidade entre os 10 e os 19 anos. A depressão é o principal fator de risco para o suicídio, 3.<sup>a</sup> causa de morte a nível mundial entre os 10-14 anos e a segunda entre os 15-18 anos. É necessário reconhecer, valorizar e tratar a depressão nas crianças e adolescentes e combater o estigma à volta desta doença.

## Como surge a depressão nas crianças e adolescentes?

A depressão é uma **doença multifatorial**. Pode surgir na sequência de um ou mais acontecimentos sentidos pela criança como traumáticos, como a mudança de escola, bullying, divórcio dos pais ou morte de alguém próximo. A genética também tem algum peso, embora seja menos relevante. A depressão pode ainda envolver alterações bioquímicas a nível cerebral, mas não só, o que permite uma abordagem farmacológica, quando necessária. Há ainda fatores de risco que poderão estar implicados como a presença de dano cerebral por acidentes ou paralisia cerebral, por exemplo, história familiar de distúrbios de ansiedade ou de depressão, e fatores psicossociais

(dificuldades académicas, por exemplo), entre outros.

## Quando devemos suspeitar?

---

Para se conseguir estabelecer um diagnóstico de depressão é necessário estar atento aos sinais e sintomas que não diferem muito dos da depressão no adulto. Suspeitamos da depressão perante uma criança ou adolescente que se apresenta:

- **Humor deprimido** ou irritável,
- **Diminuição do interesse** ou perda do prazer para quase todas as atividades,
- **Distúrbios do sono**,
- **Diminuição do peso** e do **apetite** ou falha em atingir o ganho ponderal esperado para a idade,
- **Diminuição da concentração** e da capacidade de tomar decisões,
- **Ideação suicida** e pensamentos recorrentes sobre a morte,
- **Agitação** ou **lentificação** psicomotora,
- **Fadiga** ou perda de energia,
- Sentimentos de **culpa** e de **inutilidade**.

De acrescentar que o diagnóstico só pode ser feito quando estes sintomas são causadores de diminuição do funcionamento da criança/adolescente e quando estes não se devem à ação direta de uma substância (medicamentos, suplementos alimentares ou drogas) ou a outra doença médica ou psiquiátrica.

Importa também ter em atenção o desenvolvimento da criança ou do adolescente, bem como a sua integração com o meio social envolvente. Nem sempre é possível estabelecer o diagnóstico numa só consulta e pode ser necessário uma entrevista a sós para caracterizar a real dimensão do problema.

## Abordagem terapêutica

---

O tratamento da depressão nas crianças e adolescentes deve ser feito sempre tendo em conta o seu contexto biopsicossocial. Inclui intervenção cognitivo-comportamental, farmacoterapia, ou uma combinação de ambos. A **terapia cognitivo-comportamental** demonstrou ser eficaz no tratamento de casos leves a moderados neste grupo etário. Tenta que os doentes aprendam a identificar dentro de si o que pode estar na origem dos seus problemas psicológicos e ensina-lhes estratégias que podem incorporar no dia-a-dia para melhorar o seu bem-estar. Nos casos mais severos, pode ser necessário acrescentar um **fármaco antidepressivo**, que será escolhido com base nas características da criança e na avaliação do seu problema. Para prevenir recidivas, o tratamento deve ser prolongado entre 6 a 12 meses após a recuperação de um episódio agudo.

## Risco de suicídio

---

É muito importante **avaliar o risco de suicídio**. Tal como no adulto, a depressão é o principal fator de risco para o suicídio.

Poderá haver risco aumentado se a criança ou adolescente se mostra preocupado com pensamentos suicidas, tem planos de ação para se matar ou tem associados outros fatores de risco para o suicídio como o isolamento social ou emocional, doença crónica, abuso físico ou psicológico ou sexual, comportamentos impulsivos, tentativas anteriores recentes de suicídio ou história de comportamentos aditivos. O internamento psiquiátrico pode ser considerado nos casos graves.

## Conclusão

---

A depressão na criança e adolescente é uma doença comum embora ainda pouco diagnosticada. É a principal causa de doença e incapacidade nesta faixa etária.

Uma intervenção precoce é importante para diminuir a sua progressão para a idade adulta e como forma de prevenção do suicídio que é uma das principais causas de mortalidade nesta faixa etária.

## Referências recomendadas

---

- [Associação Portuguesa de Psiquiatria da Infância e da Adolescência](#)
- [Mental illness in the child ? Mayo Clinic](#)
- [Son et al. Depression in Children and Adolescents. 2000. Am Fam Physician. 62\(10\):2297-2308](#)

[Voltar à página inicial](#) [Tem alguma dúvida? Fale connosco](#) \*\*\*\*\*

[Marta Henriques Costa](#)