



Natação: às vezes uma sobrecarga.



Notas baixas podem indicar problemas



Curso extra: é preciso saber dosar.

MEU FILHO MAL TINHA TEMPO PARA BRINCAR, PARA SER CRIANÇA.

(De Regina David, mãe de Daniel, de 10 anos.)

Livre seu filho do estresse

AS CRIANÇAS PODEM SOFRER DE DEPRESSÃO E ANSIEDADE. SAIBA COMO RECONHECER OS SINTOMAS.

As cobranças — de bom desempenho na escola, na aula de inglês, no curso de natação — começam bem cedo. As crianças também reagem com ansiedade a situações de conflito familiar e, por mais que se tente protegê-las, não estão a salvo da violência das ruas: não são poucos os casos de escolares assaltados por causa de um relógio ou um par de tênis.

Se seu filho, criança ou adolescente, começa a ir mal na escola e perde a motivação para estudar, antes de tachá-lo de “vagabundo” ou “preguiçoso”, pense na possibilidade de ele estar sofrendo de uma crise de depressão ou ansiedade. Coisas de adulto? Não. Cada vez mais as crianças — até mesmo as de berço — são vítimas desses problemas, que até pouco tempo atrás pareciam ser exclusivos dos adultos.

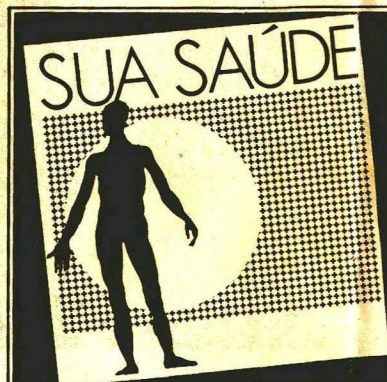
Uma pesquisa norte-americana, feita entre jovens de várias faixas sociais, apontou que 0,9% das crianças da pré-escola (entre 4 e 6 anos) nos Estados Unidos sofre de depressão. Essa porcentagem aumenta conforme a idade: dos 7 aos 10 anos há 1,9% de deprimidos e, entre os adolescentes (até 17 anos), o índice é de 4,7%. Mais grave ainda é o que ocorre no Japão. A exigência por parte dos pais e de uma sociedade extremamente competitiva por um excelente desempenho escolar já levou muitas

crianças e adolescentes ao suicídio por terem simplesmente repetido de ano.

“Entre bebês, e mesmo crianças pequenas, o diagnóstico de depressão não é fácil de ser feito”, alerta o psiquiatra infantil Marcos Mercadante, médico da Santa Casa de São Paulo. No adulto, o diagnóstico é mais simples. “Quem tem o problema reclama de tristeza e desânimo. Na criança, o que deve ser observado são as mudanças de comportamento”, enfatiza Mercadante.

O diagnóstico de ansiedade e depressão podem fazer parte de um mesmo quadro, observados com certa frequência em crianças a partir de 1 ano e meio. “A ansiedade é mais comum do que a depressão e, esta, quando aparece, pode trazer consequências mais sérias”, diz o pediatra Paulo Schiller, médico da Maternidade São Luís e da Escola Paulista de Medicina, especializado em Higiene Mental.

Mercadante também prefere o termo ansiedade a estresse. “Uma criança pode entrar em falência (confundida com estresse) pelo excesso de ansiedade”, explica o psiquiatra. Como reação a isso, pode desenvolver alguns sinais, como obesidade, distúrbios do sono e prejuízo da sociabilidade, acredita Mercadante. “Na verdade, o agente causador de tudo foi a ansiedade, não o ‘estresse’”, afirma.



Para muitas crianças a volta às aulas significa o reinício de uma maratona que começa no colégio e continua nas aulas de judô, natação, inglês, computação e por aí afora. Agenda lotada nem sempre produz estresse, tudo depende da criança. Mas a cobrança exagerada dos pais pode gerar ansiedade e depressão até mesmo em crianças de colo. Por Maria Lígia Pagenotto.