

Depressão pode ser tratada de maneira eficaz

Associação de medicamentos com psicoterapia ajuda o paciente

Atrás daquele avô sempre mal humorado, ranzinza, que parece estar constantemente de mal com a vida, que não acha mais graça em nada e reclama o tempo inteiro, pode estar escondida uma pessoa com depressão. É comum aceitar e considerar normal a mudança de humor em quem tem mais idade: "Velho é assim mesmo", dizem uns. "São coisas da idade", dizem outros. Nada disso. Por que não causa estranheza o fato de uma pessoa mais velha não ser mais alegre? Trata-se de mais um preconceito em relação aos idosos, explica a psicóloga-clínica Laura Machado, do Instituto de Gerontologia da Universidade Cândido Mendes, do Rio de Janeiro.

Segundo Laura, é grande atualmente a incidência de depressão em pessoas com mais de 60 anos e a família precisa estar atenta às alterações (*ver quadro*) de humor e comportamento para tomar as providências: "A depressão não faz parte do envelhecimento normal das pessoas. É uma doença e deve ser tratada como tal."

Eficácia – Como foi discutido no 1.º Congresso Paulista de Geriatria e Gerontologia, há consenso entre os profissionais da área de que o tratamento é mais eficaz quando existe a associação de medicamentos (antidepressivos) à psicoterapia breve (algumas sessões com psicólogos): "Em pouco tempo, é possível ajudar o paciente a aliviar os sintomas e a melhorar a sua qualidade de vida", afirma a psicóloga. O primeiro passo é identificar o que levou aquela pessoa a ter depressão – algum fator orgânico (doença física), perda de parentes, perda financeira, de status, saber se ela já teve depressão em outras fases de sua vida – para iniciar o tratamento.

Poucos serviços – Esse tipo de conduta, que associa a prescrição de remédios à psicoterapia, é recomendado pela Organização Mundial da Saúde (OMS). Só que, no Brasil, observa a especialista, existem poucos serviços públicos que trabalham com esse enfoque. Para ela, "o governo deveria investir mais no preparo de profissionais para ampliar a oferta desse tipo de tratamento à população mais idosa". Em São Paulo, por exemplo, esse serviço é oferecido pelo Hospital das Clínicas dentro do Projeto da Terceira Idade, o Proter.

O geriatra Ulysses Gabriel de Vasconcelos Cunha, de Belo Horizonte, diz que a depressão precisa ser tratada com medicamentos e psicoterapia, mas ele admite que "o estrógeno pode ajudar a aliviar sintomas como irritação, ansiedade e nervosismo". (R.P.)