

**DEPRESSÃO NA ADOLESCÊNCIA: UM ARTIGO DE REVISÃO**BILIBIO, Graziela Cristina<sup>1</sup>; NICOLAO, Giovani Reginatti<sup>1</sup>; POMPERMAIER, Charlene<sup>2</sup>

## Resumo

Atualmente, a depressão em adolescentes é considerada comum, debilitante e recorrente, envolvendo um alto grau de morbidade e mortalidade, representando um sério problema de saúde pública. O objetivo deste artigo foi compreender a depressão na adolescência, sua incidência, sinais e sintomas e os principais fatores de risco para ocorrência. Trata-se de uma revisão integrativa de literatura realizada no mês de março de 2021 na base de dados Biblioteca Virtual da Saúde, utilizando os descritores adolescência e depressão. Foram inclusos seis artigos para debater o assunto. A incidência é maior em mulheres. Os fatores de risco são história familiar, aspectos relacionados à personalidade, experiências desagradáveis, transtornos mentais em particular a depressão e a falta de sono. Os sinais e sintomas, apresentam queixas físicas, ansiedade, fobias e irritabilidade. Conclui-se que a doença depressiva em adolescentes possui alta incidência. Desse modo, é fundamental o conhecimento em relação aos principais fatores de risco para a doença e o reconhecimento dos sinais e sintomas iniciais para melhor abordagem da equipe de saúde e família.

Palavras-chave: Depressão. Adolescência. Cuidados de Enfermagem.

**1 INTRODUÇÃO**

Os transtornos mentais, de acordo com a Classificação Internacional de Doenças (CID-10), identificam-se como doenças com manifestações psicológicas, associadas ao comprometimento funcional devido a perturbações biológicas, sociais, genéticas, físicas ou químicas. Podem ocasionar modificações no modo de pensar ou até mesmo no humor, provocando alterações no desempenho global do indivíduo, isto é, no âmbito

pessoal, social, ocupacional ou familiar (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2011).

Dentre os transtornos mentais mais comuns, está a depressão. Em todo o mundo, estima-se que mais de 300 milhões de pessoas de todas as idades sofram de depressão (OPAS, 2018).

Considerado problema de saúde pública, a depressão é uma doença multifatorial que compromete o funcionamento interpessoal, social e profissional do indivíduo. Caracteriza-se por mudanças do humor, ausência de iniciativa, desentusiasmo em geral, disfunções do sono, inexistência de autocuidado, redução da capacidade de concentração, ansiedade, entre outros sintomas. Os transtornos mentais comuns na população mais jovem são problemas emergentes e preocupam pela sua prevalência e por seus efeitos deletérios à saúde. Além disto, denominam também atenção os casos de suicídio nesta divisão da população pelas suas tendências crescentes. Diante a problemática deste, assunto torna-se pertinente conhecer a prevalência de sintoma ansiosos e depressivos nos alunos para que se possa desenvolver ações de prevenção e outros mecanismos de fortalecimento da saúde mental destes adolescentes (FERNANDES et al., 2018).

O início da adolescência é uma fase na vida das pessoas que se caracteriza por diversas mudanças, tanto no comportamento como também transformações corporais. Segundo Silva et al. (2019), essa é uma fase que possui grande importância e que é definida por várias alterações "corporais, hormonais e comportamentais" sem mencionar que é nesta etapa da vida que o adolescente começa a construir sua própria identidade e se torna um pouco independente.

Desta forma, o presente artigo tem como objetivo compreender a depressão na adolescência, sua incidência, sinais e sintomas e os principais fatores de risco para a sua ocorrência.

## 2 DESENVOLVIMENTO

O presente artigo, trata-se de uma revisão integrativa de literatura. Segundo Souza, Silva e Carvalho (2010), as revisões integrativas nos trazem um

conhecimento atual acerca de determinado assunto, visto que identifica, analisa e sintetiza resultados de autores sobre o tema. É dividida em cinco etapas, sendo elas: elaboração da pergunta, busca na base de dados, coleta de dados, análise dos dados e por fim, a discussão dos resultados.

A busca foi realizada na Base de Dados da Biblioteca Virtual de Saúde no mês de março de 2021, utilizando os descritores em saúde (DECS): Adolescência e Depressão, totalizando em 70.823 artigos. Foram selecionados os artigos disponíveis, em idioma português, publicados nos últimos 5 anos, com assunto principal depressão e o tipo de estudo: fatores de risco e estudo de etiologia, totalizando em 18 artigos. Após a leitura dos resumos, doze artigos foram excluídos por não abordarem o tema proposto, totalizando em 6 artigos. Foi acrescentado ao banco de dados o Manual da Organização Mundial de Saúde 2011 e Organização Panamericana de Saúde 2018, para auxiliar na introdução do tema.

Da amostra selecionada, dois artigos foram publicados em 2020, dois artigos em 2019, um artigo em 2018 e um artigo em 2017. Não houve publicações nos anos de 2021 e 2016.

Em se tratando da compilação dos dados, foram avaliadas as seguintes categorias: incidência da depressão na adolescência, fatores de risco e os principais sinais e sintomas.

Em relação a incidência da depressão, segundo Fernandes et al., (2018), "as mulheres tiveram maior prevalência de sintomas depressivos, corroborando a literatura, que aponta a prevalência de depressão em mulheres como o dobro da prevalência em homens". Uma provável explicação pode estar relacionada a condições educacionais. Inicialmente, sintomas depressivos (tristeza, choro) estão em dissensão com os ideais sociais da masculinidade, melhor dizendo, os homens conseguem ser relutantes em descrever a experiência desses sintomas. Em segundo lugar, as experiências masculinas de depressão são capazes de se manifestar com sintomas que nos dias de hoje não estão implicados nos critérios diagnósticos tradicionais, como raiva, comportamento autodestrutivo, auto distração, uso de substâncias

psicoativas, vício em jogos de azar e em trabalho excessivo, e associação com inúmeras parceiras.

De acordo com Gomes et al., (2017), "os adolescentes atletas apresentam alta prevalência de má qualidade do sono e de sintomas de depressão e ansiedade/estresse. Além disso, foi constatada associação significativa da má qualidade do sono com a idade, o IMC e os sintomas psicológicos avaliados".

Conforme Fonseca et al., (2019), a depressão na adolescência é uma das principais causas de morbidade e mortalidade, associada a dificuldades nas relações interpessoais, a défices no desempenho acadêmico e o acréscimo do risco para o excesso de substâncias, atitude agressiva, atividade sexual impropria e comportamento suicida.

Barbosa et al., (2020), "a elevação da autoestima, base social, cooperação, autonomia, aproximação familiar afetiva e auto eficácia criam fatores protetivos em relação à doença." Por outro lado, dentre os fatores principais para o aumento da depressão nesta população, destacam-se a depressão entre os pais, negligência, uso de substâncias psicoativas e abuso sexual na infância.

SILVA et al., 2020, não abordaram o assunto.

Tratando-se dos principais fatores de risco, Fernandes et al., (2018), "há uma gama notável de fatores estressantes que corroboram com o surgimento de transtornos depressivos." Entre os fatores de risco mais associados à depressão podem ser destacados história familiar, aspectos relacionados à personalidade, bem como experiências desagradáveis no cotidiano das pessoas. Ademais, transtornos mentais em particular a depressão, estão entre os fatores de risco mais fortes para tentativas de suicídio.

Gomes et al., (2017), abordam a falta de sono como fator de interferência na capacidade dos adolescentes para lidar com o estresse diário e como prejudicial a seus relacionamentos com colegas e adultos. Os queixumes quanto à qualidade do sono são mais constantes em adolescentes com depressão, e necessitam maior atenção por reportarem intenções suicidas e automutilação.

Estudos realizados sobre sonolência diurna excessiva (SDE) em adolescentes têm verificado que diversos fatores estão associados à sua ocorrência: nível socioeconômico, sexo, fumo, álcool, drogas ilícitas, consumo de cafeína, bebidas energéticas, atividade física, composição corporal, uso de dispositivos eletrônicos, depressão, além de fatores relacionados ao sono (BARBOSA ET AL., 2020).

Fonseca et al., (2019), em sua pesquisa com estudantes de enfermagem, citam o fato de morar sozinho como um dos fatores que impactam negativamente. Sentimento de solidão ou baixo apoio social pode interferir em condições físicas e psicológicas que impactam negativamente o desempenho acadêmico, trazendo um risco para a depressão.

Outro fator importante destacado foi a violência sexual. Silva et al., (2020), destacam a violência sexual acarreta danos para saúde das vítimas, com inúmeras consequências físicas e psicológicas como depressão, ansiedade, abuso de substâncias, transtorno alimentar, distúrbio do sono, problema sexual, transtorno de estresse pós-traumático (TEPT), infecções sexualmente transmissíveis (IST) e ideação suicidas.

Silva et al., (2020). O comportamento suicida na adolescência apresenta alguns fatores conhecidos de risco: idade, sexo masculino, presença de tentativas anteriores, história familiar de transtornos psiquiátricos (especialmente com tentativa de suicídio e/ou suicídio), ausência de apoio familiar, presença de arma de fogo em casa, orientação sexual minoritária, doença física grave e/ou crônica, presença de depressão e comorbidade com transtornos de conduta e abuso de substâncias, sendo que o risco de comportamento suicida em adolescentes deprimidos é três vezes maior na presença destas patologias.

Silva et al., (2019) não abordaram o assunto.

Os sinais e sintomas também devem chamar a atenção. Barbosa et al., (2020), citam que “aproximadamente 70% dos casos de depressão maior em crianças e adolescentes apresentam queixas físicas. Os queixumes de sintomas físicos são subseqüências por ansiedade (principalmente ansiedade de separação), fobias, euforia psicomotora ou hiperatividade, irritabilidade,

diminuição do apetite com dificuldade em alcançar o peso apropriado, e ausência do sono", e com menor frequência, a ocorrência de enurese e encoprese, fisionomia triste, comunicação deficiente, choro frequente, movimentos repetitivos e auto e heteroagressividade na forma de comportamento agressivo e destrutivo.

Conforme Gomes et al., (2017), "cabe salientar que as repercussões da má qualidade de sono podem ter relação de reciprocidade com sintomas psicológicos, como a depressão, que pode desencadear intenções suicidas em adolescentes." Por volta dos 15 anos de idade, cerca da metade das desordens psiquiátricas pode emergir, indicando que essa fase é marcada por grandes mudanças capazes de expor os adolescentes a situações de vulnerabilidade social.

Os sinais depressivos conseguem levar ao sofrimento e a prejuízos sociais e ocupacionais significativos e, junto à avaliação clínica, são capazes de configurar o transtorno depressivo, que é a quarta maior causa incapacitante no mundo (FONSECA ET AL., 2019). Essa sintomatologia é examinada com ênfase nos componentes afetivos e comportamentais, que incluem: humor deprimido, comoção de culpa e ineficácia, sensação de falta de estrutura e desalento, retardo psicomotor, ausência de apetite e distúrbios do sono (SILVA ET AL., 2019).

Fernandes et al., (2018) relatam que "houve associação entre o nível de sintomas depressivos e o exercício de atividades de trabalho ou emprego. Tal fato pode ser relacionado ao esforço, seja ele físico ou mental, que é empregado para a realização diária das atividades laborais". Pouco tempo para distração da mesma forma foi associado ao nível de sintomas depressivos.

Silva et al., (2020) não abordaram o tema.

### 3 CONCLUSÃO

Neste artigo, procurou-se entender a ocorrência da depressão no contexto da adolescência. Atribui-se da maior importância na medida que

representa não somente um grupo de patologias com altos e crescentes índices na população mais jovem, como também em muitos casos conduz a um trágico desenlace por meio de suicídio.

Estas considerações idealizam a doença depressiva em adolescentes como um dos principais problemas de saúde pública. Reconhece-se nos dias de hoje, que os transtornos depressivos em adolescentes são insuficientemente diagnosticados, e mesmo nos casos identificados, grande parte deles não recebe tratamento adequado.

Entende-se assim que esse estudo possibilitou ampliar o conhecimento sobre a depressão na adolescência e no contexto acadêmico e seus principais implicações, observou-se a necessidade de estudos que explorem de forma mais aprofundada formas de tratamento e enfrentamento da depressão, visto que dada a sua prevalência essa é uma necessidade importante do ponto de vista científico e social.

### REFERÊNCIAS

BARBOSA, Sara Machado Miranda Leal et al. Prevalência de sonolência diurna excessiva e fatores associados em adolescentes da coorte RPS, em São Luís (MA). *Rev. bras. epidemiol.* [online]. 2020, vol.23, e200071. Epub July 06, 2020. ISSN 1980-5497. <https://doi.org/10.1590/1980-549720200071>.

FONSECA, Jose Ricardo Ferreira da et al. Associação dos fatores de estresse e sintomas depressivos com o desempenho acadêmico de estudantes de enfermagem. *Rev. esc. enferm. USP* [online]. 2019, vol.53, 03530. Epub Dec 02, 2019. ISSN 1980-220X. <https://doi.org/10.1590/s1980-220x2018030403530>.

FERNANDES, Márcia Astrês et al. Prevalência de sintomas ansiosos e depressivos em universitários de uma instituição pública. *Rev. Bras. Enferm.* [online]. 2018, vol.71, suppl.5, pp.2169-2175. ISSN 1984-0446. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0752>.

GOMES, Gabriel Cordeiro et al. QUALIDADE DE SONO E SUA ASSOCIAÇÃO COM SINTOMAS PSICOLÓGICOS EM ATLETAS ADOLESCENTES. *Rev. paul. pediatr.* [online]. 2017, vol.35, n.3, pp.316-321. Epub July 31, 2017. ISSN 1984-0462. <https://doi.org/10.1590/1984-0462/;2017;35;3;00009>.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. Classificação de Transtornos Mentais e de comportamento da CID10. Institui a Rede de Atenção Psicossocial. Brasília, 2011.

ORGANIZAÇÃO PAN-AMERICANA DE SAÚDE. Organização Mundial da Saúde. Relatório sobre a saúde no mundo 2018. Saúde Mental: nova concepção, nova esperança. 2018.

SILVA, Flávia Calanca da et al. Os impactos da violência sexual vivida na infância e adolescência em universitários. Rev. Saúde Pública [online]. 2020, vol.54, 134. Epub Dec 14, 2020. ISSN 1518-8787. <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2020054002576>.

SILVA, Rodrigo Marques da et al. Alterações de saúde em estudantes de enfermagem um ano depois do ingresso no curso de graduação. Rev. esc. enferm. USP [online]. 2019, vol.53, e03450. Epub July 15, 2019. ISSN 1980-220X. <https://doi.org/10.1590/s1980-220x2018008103450>.

SOUZA, M. T. DE et al. Revisão integrativa: o que é e como fazer. Einstein (São Paulo), v. 8, n. 1, p. 102–106, mar. 2010. Disponível em: [https://www.scielo.br/pdf/eins/v8n1/pt\\_1679-4508-eins-8-1-0102.pdf](https://www.scielo.br/pdf/eins/v8n1/pt_1679-4508-eins-8-1-0102.pdf). Acesso em: 21 de mar.2021.

Sobre o(s) autor(es)

1 Graduanda em Enfermagem, Universidade do Oeste de Santa Catarina, SC, Xanxerê, Brasil. E-mail: [cristina\\_bilibio@hotmail.com](mailto:cristina_bilibio@hotmail.com).

1 Graduando em Enfermagem, Universidade do Oeste de Santa Catarina, SC, Xanxerê, Brasil. E-mail: [giovanireginatti@hotmail.com](mailto:giovanireginatti@hotmail.com).

2 Mestre em Biociências e Saúde, Docente da Universidade do Oeste de Santa Catarina, SC, Xanxerê. E-mail: [contato@preveconsultoria.com.br](mailto:contato@preveconsultoria.com.br)