

O número de brasileiros com quadros de depressão e ansiedade cresceu desde o início da pandemia da Covid-19. A mais recente pesquisa do Ministério da Saúde sobre o quadro psiquiátrico dos brasileiros neste período revela que 32,6% dos entrevistados se sentiram para baixo ou deprimidos de março para cá.

Outro estudo, do Instituto de Psicologia da Universidade do Estado do Rio de Janeiro (UERJ), aponta que o número de brasileiros com depressão praticamente duplicou nos primeiros dois meses de isolamento social. O percentual de pessoas com a doença passou de 4,2% para 8%. Já os casos de ansiedade saltaram de 8,7% para 14,9%. A pesquisa feita com 1.460 pessoas em 23 estados indica um aumento preocupante nos casos de pessoas com transtornos mentais.

Para especialistas, o isolamento social colabora para o aumento no número de casos de transtornos mentais. É o que explica o psiquiatra Luan Diego Marques. “Já era uma tendência desde 2019 o brasileiro ter quadros de alterações de humor e ansiedade. O isolamento, as mudanças abruptas e a quarentena só impulsionaram um maior desgaste e uma eliminação dos recursos de saúde mental, que é a liberdade, o lazer e a interação social.”

Ele também atribui à crise econômica papel importante nos indicadores. “A vulnerabilidade financeira prejudica o quadro emocional e essa também é uma das possibilidades da piora do nível de ansiedade aqui no Brasil”, complementa.

**Percepção médica** A percepção da maior ocorrência de quadros depressivos também ocorre entre os médicos. Um estudo da Associação Brasileira de Psiquiatria (ABP) entrevistou profissionais da área. Quase 90% dos psiquiatras afirmaram que os quadros psiquiátricos de seus pacientes se agravaram com a pandemia da Covid-19.

Apesar do momento crítico e do confinamento, Marques afirma que é possível minimizar as chances de depressão. “A depressão pode sim ser evitada”, assegura. Segundo ele, uma das melhores ferramentas para a saúde mental é cultivar relacionamentos.

“Ter uma rede de apoio é uma das ferramentas para reduzir a chance dessa pessoa desenvolver depressão. Existem algumas pesquisas que mostram pessoas que possuem confidentes, que podem desabafar, têm menor risco de desenvolver depressão.”

**Ampliação do atendimento** Há cidades que tentaram minimizar o impacto da suspensão de consultas com psicólogos e psiquiatras neste período. Em Teresina, por exemplo, a Fundação Municipal de Saúde (FMS) se organizou para garantir o atendimento em saúde mental à população durante a pandemia do novo coronavírus. O órgão disponibilizou um telefone para quem precisar falar com um psicólogo gratuitamente.

Além disso, a Rede de Atenção Psicossocial do município continua funcionando, de segunda a sexta-feira, das 8h às 11h e das 14h às 17h. Ao todo, há sete Centros de Atenção Psicossocial (CAPS) para pessoas com transtornos mentais graves. Teresina conta ainda com um ambulatório, o Provida, que atende pessoas que tentaram suicídio.

**Ações** Preocupado com os efeitos das medidas de distanciamento social, sobretudo entre os jovens e adolescentes, o Governo Federal lançou recentemente uma ação de prevenção ao suicídio e automutilação com foco nesses grupos. A medida é uma forma de o país se antecipar à chamada “quarta onda da pandemia”, que se caracteriza pelo agravamento das doenças mentais entre a população.

O objetivo do Ministério da Saúde é qualificar profissionais da saúde, educadores da rede pública e privada de ensino, líderes de associações religiosas, profissionais que atuam em conselhos tutelares, entidades beneficentes e movimentos sociais para que saibam abordar adolescentes entre 11 e 18 anos.

RAPSA Rede de Atenção Psicossocial (RAPS) é formada por diversos pontos de atenção à saúde mental, que atendem a pessoas com quadros psíquicos em diferentes níveis de complexidade. Os Centros de Atenção Psicossocial (Caps) espalhados por municípios de todo o país constituem um dos principais pontos de atendimento para pacientes com sofrimento ou transtorno mental. Existem ainda os serviços de urgência e emergência, como o SAMU 192, a sala de estabilização, Unidades de Pronto Atendimento (UPA) e prontos-socorros que integram a rede.

Também fazem parte os Serviços Residenciais Terapêuticos (SRTs), que são moradias destinadas a cuidar de pacientes com transtornos mentais e que não possuem suporte social ou laços familiares. Além disso, a rede tem Unidades de Acolhimento (UA), ambulatórios multiprofissionais de saúde mental e comunidades terapêuticas. A ideia é que todos esses serviços funcionem de forma integrada. **Felipe Moura**