

Reprodução Freepik



DA REDAÇÃO

Quatro em cada 10 brasileiros tiveram sintomas de ansiedade ou depressão durante a pandemia, como mostra pesquisa do Datafolha sobre saúde mental. Dos 2.055 entrevistados em 129 municípios das cinco macrorregiões do país, 44% afirmaram que tiveram proble-

Problemas psicológicos afetam 4 em cada 10 brasileiros na pandemia

mas psicológicos.

Os mais afetados foram as mulheres (53%), jovens entre 16 e 24 anos (56%), pessoas economicamente ativas (48%), pessoas com alta escolaridade (57%) e aqueles sem filhos (51%). Além disso, 28% apontaram que tiveram diagnóstico de depressão ou outra doença relacionada à saúde mental durante a pandemia de Covid-19, enquanto 46% afirmaram que algum familiar ou amigos próximos tiveram depressão nesse período.

A pesquisa faz parte da campanha "Bem Me Quer, Bem Me Quero: O diálogo sobre depressão e ansiedade pode salvar vidas", realizada pela ABRATA (Associação Brasileira de Familiares, Amigos e Portadores de Transtornos Afetivos) e pela Viatrix, empresa global de saúde, para o Setembro Amarelo, mês de prevenção ao suicídio.

"O prolongamento do período da pandemia misturado à incerteza com relação ao futuro, uma rotina com restrições de circulação, o medo da morte, o luto e a falta de convívio entre familiares e amigos fez com que aumentassem os sentimentos de ansiedade, tédio, pânico e solidão durante este período, o que pode ter levado a esses dados preocupantes", observa a neurologista e diretora médica da Viatrix, Elizabeth Bilevicius.

De acordo com a pesquisa, a conscientização dos brasileiros sobre o tema depressão ainda é deficiente. Pouco mais da metade dos entrevistados (53%) consideram muito importante oferecer suporte a quem esteja passando pela doença, e 10% não souberam agir diante de um conhecido com depressão. Essa dificuldade de lidar com a situação é um pouco maior entre os homens e pessoas que não são economicamente ativas.

Além do aumento dos casos de depressão, os sen-

timentos de sobrecarga, medo e angústia durante a pandemia também se agravaram. Cerca de 55% das pessoas concordaram que se sentiram sobrecarregadas de tarefas e 57% afirmaram ter vivenciado medo e angústia nos últimos meses.

Brasileiro entende rede de apoio como fator importante no tratamento da depressão

Ter o apoio de familiares, amigos e colegas de trabalho não impede o surgimento de doenças mentais, mas ajuda no tratamento. Dos que passaram por ansiedade ou depressão durante a pandemia, 62% tinham pessoas com quem contar, e 14% não teriam ninguém para dar suporte. Quase todos (96%) concordaram que a rede de apoio favorece a recuperação. A depressão pode ser tratada, e seus sintomas, controlados. Para isso, é fundamental que o paciente assuma o papel de protagonista da sua vida e busque ajuda profissional e também junto às pessoas com as quais convive e confia.

"O primeiro passo é admitir que está doente, que precisa de ajuda. É muito comum a negação do problema nesses casos. A partir daí, é importante se abrir com pessoas da sua confiança e estabelecer um diálogo limpo e construtivo, uma vez que a rede de apoio é um complemento fundamental à abordagem clínica. Sabemos que quem conta com esse suporte costuma ter mais adesão ao tratamento", reforça a presidente da ABRATA, Marta Axthelm.

Loterias



Acumulou - Concurso 2419

10 35 43 48 50 53



Acumulou - Concurso 5685

05 23 31 32 63



Acumulou - Concurso 2286

1ª SORTEIO
08 19 21 24 30 37
2ª SORTEIO
06 12 13 23 32 34



Acumulou - Concur 1701

34 48 57 58 69 70 77



Acumulou - Concurso 2225

02 04 06 08 20 24 31
33 35 38 44 46 59 64
67 75 81 84 93 97

DATAS COMEMORATIVAS



Dia do Profissional de Informática
Dia do Guarda Noturno
Dia Nacional da Inovação
Dia do Profissional de Tecnologia da Informação
Dia do Piauí



DIA 19

ANDRE FELIPE S. AYRES
ANTONIO JOSE P. FERNANDES
LAURA CARDOSO NASCIMENTO
MARCOS RIALTO JUNIOR
MASSATO FUKAE
WANDERLEY FACUNDO SOUZA
WILLIAN FURLAN PASCHOAL