



## **A RELAÇÃO ENTRE EMOÇÃO E DEPRESSÃO NO CONTEXTO DA SAÚDE HUMANA E OS DIVERSOS MEIOS TERAPÊUTICOS NO TRATAMENTO DE PACIENTES DEPRESSIVOS**

Thaynã Crysley Silva Tavares<sup>1</sup>; Dara Rayanne da Silva Guedes<sup>1</sup>; Pablo Grieco Cavalcanti da Silva<sup>2</sup>  
Laryssa lays Paulino Da Cunha Silva<sup>3</sup>; Francilene Araújo de Morais<sup>4</sup>

*1,2 - Acadêmicos do Curso de Biomedicina - FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DE CAMPINA GRANDE<sup>1,2</sup>*

*3-Acadêmica do Curso de Farmácia- FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DE CAMPINA GRANDE<sup>3</sup>*

*4 – Professora de Psicologia em Saúde do Curso de Biomedicina - FACULDADE DE CIÊNCIAS MÉDICAS DE CAMPINA GRANDE; E-mail: thaynacrysley@gmail.com; dararaymedicina@gmail.com; pblgrieco@gmail.com; laryssalays7@gmail.com*

### **INTRODUÇÃO**

As emoções são um conjunto de expressões físicas e sentimentais do estado psicossocial e mental do indivíduo apresentados por influência do meio ambiente que o ser humano está inserido. O ser humano, de fato, é o único animal que tem capacidade de chorar para expressar seus receios e emoções em meio social, sejam eles positivos ou negativos. Vale salientar que nem todas as emoções mostradas fisicamente pelas pessoas são ditas reais, o indivíduo pode estar sorrindo, mas pode carregar consigo um significado diferente de estar bem e saudável, o mesmo se dá para aqueles que estão com uma expressão facial séria, ou seja, eles serão identificados como pessoas tristes, que guardam mágoas ou rancores.

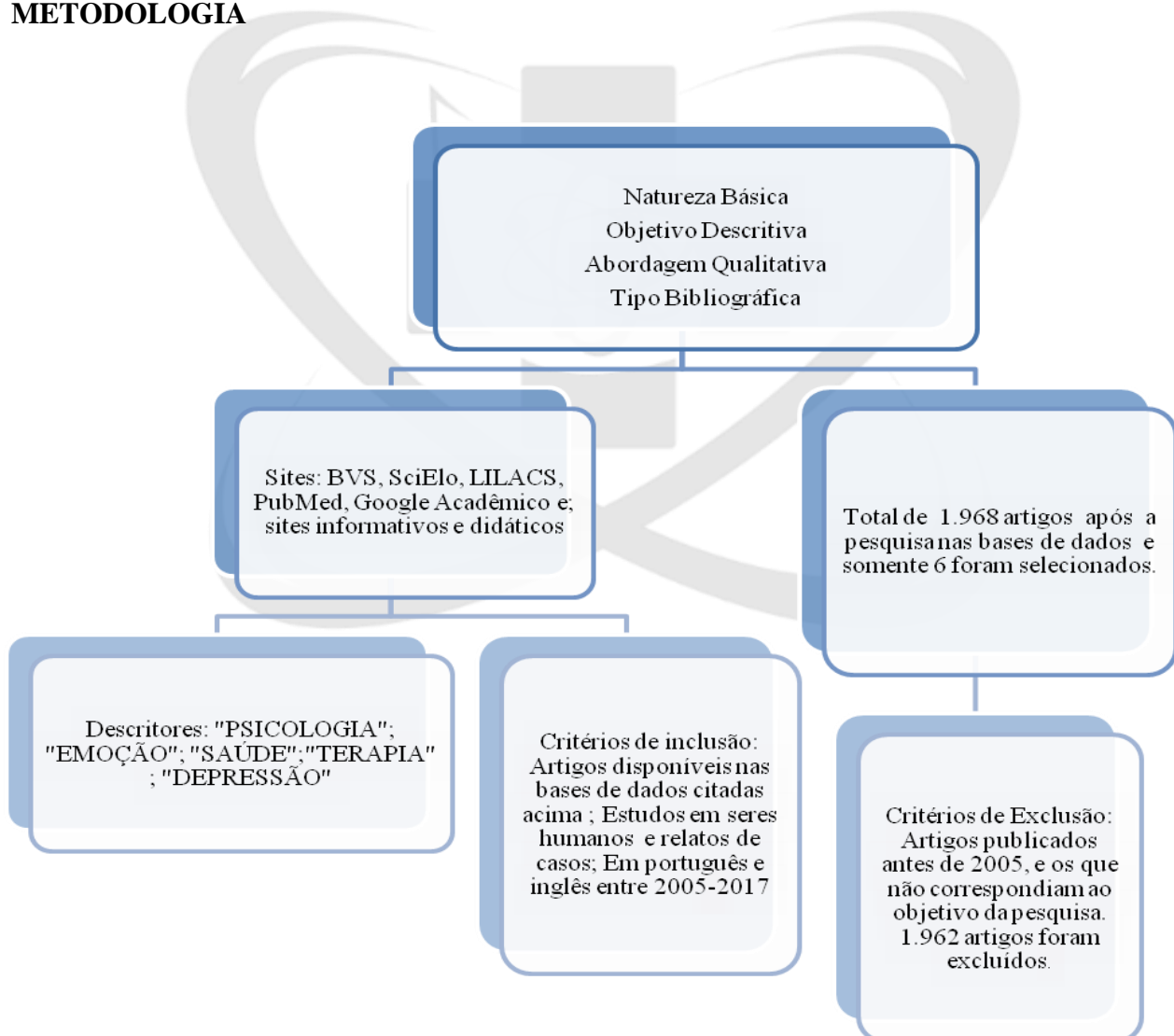
Os seres humanos estão regidos por um modelo de vida atual que exige demasiadamente a cada dia, e devido a isso, a frequência de pessoas ansiosas ou com outros estados psíquicos congêneres encontra-se em crescimento exponencial. Segundo dados da OMS (Organização Mundial da Saúde), relatados no site do G1, o Brasil é recordista mundial em prevalência de transtornos de ansiedade: são 18,6 milhões de pessoas, totalizando 9,3% da população que sofre com o problema. Fatores como desemprego, violência e o custo de vida estão cada vez mais elevados. A exigência no ambiente de trabalho, excesso nos estudos e desgaste familiar acarretam muitas vezes ao descontrole emocional, culminando com o surgimento de desordens psicológicas.



Diante desse cenário a psicologia hoje se tornou uma disciplina de extrema importância para dar suporte em grande parte às pessoas que acabaram por adquirir a esse descontrole que é tido pela sociedade de forma preconceituosa, ou até mesmo quando presente é despercebido.

Nesse contexto, essa pesquisa tem como principal objetivo expor de maneira sucinta o que é emoção, como ela funciona no âmbito da saúde, e a relação da mesma com pessoas depressivas, como também mostrar os principais achados terapêuticos psicológicos que podem ajudar a controlar as manifestações e emoções exacerbadas dessa doença como melhoramento da qualidade de vida dos doentes com depressão.

## **METODOLOGIA**





## RESULTADOS E DISCUSSÕES

A “emoção” apresenta significados complexos. A palavra é derivada do francês *émotion*, que quer dizer perturbação moral, e do latim *motio* ou *emovere*, que apresenta o contexto de movimento, perturbação, agitação. A emoção humana desperta a atenção de muitas pessoas, visto que, sempre foram cantadas, versejadas, escritas e estudadas pelos compositores, poetas, filósofos, romancistas e cientistas de outrora e dos tempos atuais na sociedade (COSTA, 2011). As emoções humanas têm sido estudadas atualmente na área de saúde, pois as mesmas se mostraram envolvidas em doenças mentais, e a principal delas é a depressão.

O transtorno da depressão é caracterizado por uma multiplicidade de sintomas, os quais, agrupados caracterizam a como uma doença que afeta as relações interpessoais, levando a pessoa que convive com ela a prejuízos sociais e pessoais, e por esse motivo é considerada uma doença biopsicossocial na população (SILVA; ZANINI; PEREIRA, 2008). Vale salientar que a síndrome da depressão se manifesta por meio das alterações do humor, da cognição, da psicomotricidade e dos sintomas vegetativos. Ela pode acometer a sociedade, em pessoas de diversas idades devido a fatores estressantes, psicológicos, sociais e econômicos, podendo advir pela presença de outros quadros clínicos, tais como: doenças infecciosas, doenças cardiopulmonares, doenças endocrinológicas, neoplasias, alcoolismo e demais vícios bioquímicos, esquizofrenia, transtorno do estresse pós-traumático, processos de demências etc. (COSTA, 2011).

A depressão tem sido considerada um dos transtornos psiquiátricos mais prevalentes no mundo. Entretanto, devido à alta incidência, cresceu também o interesse e o envolvimento dos profissionais da área da saúde em conhecer e buscar intervenções que mostram resultados significativos na redução dos sintomas e na prevenção do reaparecimento do problema (CARDOSO, 2011).

A emoção está diretamente relacionada com a depressão, pois ela como foi relatada à cima e citada se manifesta principalmente por alterações do humor, segundo Eric Berne, entre as emoções básicas do ser humano são o medo, a tristeza, a raiva, a alegria e o afeto, as únicas que não se relacionam diretamente com os sintomas e características da doença é a alegria e o afeto, porque elas são de cunho positivo, visto que, a doença trás manifestações negativas para o indivíduo. A tristeza é uma emoção principal para a causa do surgimento da doença, se persistir por vários meses e anos. No entanto, a alegria e o afeto são emoções que participam diretamente no tratamento ou em terapias para a cura e melhoramento da doença.



Na tentativa de combater ou amenizar os quadros de depressão, foram reunidas no **Quadro 1.0** algumas terapias que são as mais utilizadas sozinhas ou em combinação como protocolo de tratamento contra doenças de cunho psicossomático.

**Quadro 1.0. Terapias psicológicas de tratamento**

<b>Terapias psicológicas</b>	<b>Exemplos</b>	<b>Efeitos</b>	<b>Autores</b>
<b>As psicoterapias comportamentais</b>	Terapia comportamental ou analítica comportamental; terapia da aceitação e compromisso; psicoterapia analítica funcional; ativação comportamental e terapia cognitivo-comportamental.	Positivo	(CARDOSO, 2011)
<b>Antidepressivos</b>	Propranolol, Carbamazepina, Lorazepam e Alprazolam.	Positivo e negativo. Em maioria das vezes causa dependência	(IBANEZ <i>et al</i> , 2014). (RIBEIRO <i>et al</i> , 2014)
<b>Musicoterapias</b>	Banho de gongo; Mesa Lira; Taças tibetanas.	Positivo	(MARTINS, 2016)
<b>Uso de animais</b>	Cães, gatos, etc.	Positivo	(DOTTI, 2005)

Uma forma de expressão inerente ao ser humano é a música, ela é suscetível de partilha de emoções ou afetos nos seres humanos. A interação que a mesma promove fortalece as relações entre os humanos, aumentando a empatia e o prazer nesse relacionamento interpessoal. Favorece a evocação de memórias emocionais, sendo um veículo para sentimentos inatingíveis, desse modo está envolvida com as emoções humanas (AREIAS, 2016). Diante disso, em um estudo de pesquisa de campo, feito por SILVA *et al*. (2008), no qual foram realizados vários relatos acerca de





experiências musicoterapias clínicas, com o principal objetivo de fazer uma inter-relação entre a musicoterapia e a saúde mental de pacientes com depressão, a pesquisa foi desenvolvida com cinco pacientes atendidos em um hospital psiquiátrico na cidade de Goiânia e uma no Laboratório de Musicoterapia da Universidade Federal de Goiás. A partir da análise dos dados de caráter qualiquantitativo, foi observado que a Musicoterapia provocou mudanças positivas e significativas nos sentimentos e nas emoções dos pacientes, diminuindo os sintomas da depressão e contribuindo positivamente no tratamento das mesmas.

DOTTI, J. (2005), mostra os aspectos históricos do uso de animais para fins terapêuticos, vale salientar que o autor menciona também os variados benefícios do uso de animais para pacientes portadores de diferentes doenças, entre elas doenças mentais como Alzheimer e depressão.

Os antidepressivos utilizados no tratamento contra depressão deixam a desejar, como relatados por IBANEZ *et al.* (2014), no qual pacientes submetidos expressaram ambivalência em relação à terapêutica medicamentosa. Entretanto, mesmo sendo necessário e útil para reduzir os sintomas da doença, o estudo feito com 27 pessoas atendidas em um serviço ambulatorial do interior de São Paulo, mostrou que o tratamento medicamentoso contínuo era desgastante e nem sempre proporcionava resultados condizentes com as expectativas dos depressivos. Algo que às vezes torna-se rotina no dia a dia dos pacientes que sofrem com a depressão é a dificuldade para o seguimento da terapia medicamentosa, a falta de conhecimento quanto ao impacto dos sintomas depressivos, à insatisfação com efeitos dos psicofármacos, a carência de apoio, a polifarmacoterapia e a ausência ou diminuição de conhecimento sobre o transtorno e o tratamento. O estudo citado à cima aponta fatores críticos para a promoção da segurança do paciente no seguimento da terapia medicamentosa (IBANEZ *et al.*, 2014).

## **CONCLUSÃO**

As emoções podem influenciar o bem estar do individuo, seja por fatores físico, social e mental. Diante dessa pesquisa, houve a compreensão que a emoção tem uma forte relação com as doenças mentais, principalmente a depressão. Foi mostrado que algumas terapias ajudam no tratamento, o melhoramento da qualidade de vida, conseqüentemente, também o controle das emoções exacerbadas dos depressivos. Os achados de terapias e as destacadas na pesquisa são as terapias comportamentais, terapias com uso de animais, musicoterapias e antidepressivos, este último houve uma ressalva, pois ela nem sempre traz bons resultados para os pacientes que sofrem



dessa doença, pois existem em sua maioria mais pontos negativos em relação ao seu uso do que pontos positivos. Então as demais terapias são ótimas alternativas para os pacientes depressivos que são dependentes e utilizam somente terapia medicamentosa para o tratamento da doença. Entretanto, esta pesquisa por ser apenas um estudo bibliográfico, requer mais investigações e leituras sobre este assunto de extrema importância para sociedade, sugere-se posteriormente que seja feita uma pesquisa empírica entrevistando pessoas que já passaram pelas terapias psicológicas, apurando dados quantitativos e/ou qualitativos sobre este tema.

## REFERÊNCIAS

AREIAS, J. C. A música, a saúde e o bem estar. NASCER E CRESCER revista de pediatria do centro hospitalar do porto, vol. XXV, n.º 1, 2016.

As Emoções Básicas do Ser Humano. 2016. Disponível em:

<https://www.institutoluz.com.br/artigos/as-emocoes-basicas-do-ser-humano/>. Acesso em: 29/03/2017

CARDOSO, L. R. D. Psicoterapias comportamentais no tratamento da depressão. Psicologia Argumento, p. 479-489, out./dez. 2011.

COSTA, E. S. As emoções e os transtornos depressivos - o teatro do perdão como palco de resgates. REVISTA BRASILEIRA DE PSICODRAMA, p.85-99, 2011.

DOTTI, J. Terapia & animais. São Paulo: PC Editorial, 2005

IBANEZ, G.; MERCEDES, B. P. C.; VEDANA, K. G. G.; MIASSO, A. I. Adesão e dificuldades relacionadas ao tratamento medicamentoso em pacientes com depressão. Revista Brasileira de Enfermagem, p.556-62, jul/ago, 2014.

MARTINS, A. R. 26 set. 2013. Disponível em: <http://casa.abril.com.br/bem-estar/musicoterapia-conheca-algumas-terapias-feitas-com-musica/>. Acesso em: 22/03/2017

Portal G1, Bem estar. Depressão cresce no mundo, segundo OMS; Brasil tem maior prevalência da América Latina. 23 de fev. 2017. Disponível em: <http://g1.globo.com/bemestar/noticia/depressao-cresce-no-mundo-segundo-oms-brasil-tem-maior-prevalencia-da-america-latina.ghtml>. Acesso em: 20/03/2017

RIBEIRO, A. G.; CRUZ, L. P.; MARCHI, K. C.; TIRAPELLI, C. R.; MIASSO, A. I. Antidepressivos: uso, adesão e conhecimento entre estudantes de medicina. Ciência & Saúde Coletiva, p. 1825-1833, 2014.

SILVA, C. L.; ZANINI, C. R. O.; PEREIRA, M. A. D. A contribuição da musicoterapia no tratamento de pacientes depressivos. Apresentado no Encontro de Musicoterapia do Rio de Janeiro, VIII Encontro Nacional de Pesquisa em Musicoterapia e VIII Jornada Científica do Rio de Janeiro. 2008.