

O TRATAMENTO DO TRANSTORNO DEPRESSIVO MAIOR EM UMA ABORDAGEM MULTIDISCIPLINAR EM SAÚDE: Revisão de literatura.

Ana Luiza Moreira Sereno²

Daiana Moraes Costa³

Felipe Eduardo Pinheiro Luz⁴

Guilherme Lindoso Pinheiro de Carvalho⁵

Rita de Kássia Assunção de Souza⁶

Wadson Aguiar Veloso Silvestre⁷

Adriana Soraya Araújo⁸

RESUMO

O Transtorno Depressivo Maior (TDM) é uma condição psiquiátrica prevalente que impacta negativamente a qualidade de vida e funcionalidade dos indivíduos afetados, tornando essencial uma abordagem de tratamento que integre diferentes especialidades. Este estudo visa uma revisão de literatura existente sobre a importância de uma abordagem multidisciplinar no tratamento do TDM, com foco na combinação de intervenções médicas, nutricionais, fisioterápicas e de enfermagem, buscando resultados que melhorem a qualidade de vida e o prognóstico dos pacientes. Foi realizada uma revisão de literatura abrangente em bases de dados como PubMed e Scielo, utilizando os termos Transtorno Depressivo Maior, Abordagem Multidisciplinar, Tratamento, Aspectos neurobiológicos e Qualidade Vida. Foram incluídos estudos publicados nos últimos 7 anos, que abordam o uso de terapias combinadas para o tratamento do TDM e sua eficácia. Resultados: Os achados corroboram a importância de um tratamento mais abrangente que vise um tratamento multidisciplinar considerando os aspectos cognitivos, comportamentais e neurobiológicos do paciente. Conclusão: Essas conexões abrem perspectivas para estudos futuros nos quais pesquisas multidisciplinares poderão auxiliar mais efetivamente no tratamento dos transtornos mentais.

Palavras-chave: Transtorno depressivo maior. Abordagem multidisciplinar. Aspectos neurobiológicos. Tratamento. Qualidade de vida.

¹ *Paper* apresentado à liga acadêmica Lamsp, do Centro Universitário Unidade de Ensino Superior Dom Bosco-UNDB.

² Aluna do 6º Período do curso de Medicina da UNDB, annaserennolz1998@gmail.com

³ Aluna do 5º Período do curso de Enfermagem da UNDB, d.ayannamoraes@hotmail.com

⁴ Aluno do 6º Período do curso de Medicina da UNDB, felipe31dudu@gmail.com

⁵ Aluno do 7º Período do curso de Fisioterapia da UNDB, guilhermelindoso2@gmail.com

⁶ Aluna do 8º Período do curso de Fisioterapia da UNDB, ritakassiaazaze09@gmail.com

⁷ Aluno do 7º Período do curso de Nutrição da UNDB, wadsonaguiarveloso@gmail.com

⁸ Professora orientadora, adriana.araujo@undb.edu.br

1. INTRODUÇÃO

A prevalência dessa patologia é preocupante não só nos países subdesenvolvidos, mas também em países emergentes como o Brasil, o fenômeno do aumento do número de pessoas desenvolveu depressão e ansiedade. É grande a importância a prevenção dessas, visto que apresentam grandes consequências psicológicas e podendo desencadear problemas físicos a partir desses (BRASIL, 2020).

Organização Mundial da Saúde (OMS), 322 milhões de pessoas em todo o mundo sofrem de depressão, em conformidade com esse dado, um levantamento feito pela Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios (PNAD) de 2008, identificou que 4,13% da população brasileira autorrelatou ter tido diagnóstico médico de depressão (JULIÃO; GUIMARÃES, 2013).

Cerca de 3 a 5% da população geral será afetada por um quadro depressivo em algum momento da vida. Outro dado importante é o de que a prevalência de depressão maior em adultos jovens entre 18 a 29 anos, é, 3x mais do que em pessoas acima dos 60 anos (JULIÃO; GUIMARÃES, 2013).

A depressão, uma das condições de saúde mental mais prevalentes e incapacitantes do mundo, exige uma abordagem multidisciplinar para seu manejo eficaz. Caracterizada por sintomas como tristeza persistente, perda de interesse, fadiga e alterações no sono e apetite, a depressão afeta profundamente a qualidade de vida e o funcionamento diário dos indivíduos. Dada a sua complexidade e as múltiplas causas que podem estar associadas ao seu desenvolvimento, o tratamento da depressão não pode ser limitado a uma única abordagem terapêutica, devendo englobar o trabalho conjunto de profissionais de diferentes áreas, como psiquiatria, psicologia, nutrição, serviço social e educação física, entre outros (MOTTA et al., 2021).

É importante destacar que a característica essencial como o de um quadro depressivo maior é um período de pelo menos duas semanas em que há um humor depressivo ou perda do interesse ou de prazer em quase todas as atividades (ARTMED, 2014).

O tratamento do Transtorno depressivo maior geralmente envolve uma abordagem multidisciplinar que combina intervenções médicas, psicoterapia, mudanças no estilo de vida e suporte social. Portanto o tratamento multidisciplinar em saúde do Transtorno Depressivo Maior (TDM) envolve cada área da saúde que desempenha um papel fundamental, abordando diferentes aspectos da doença e contribuindo para uma recuperação abrangente do paciente.

Em primeiro lugar, a psiquiatria desempenha um papel central no tratamento da depressão, especialmente nos casos mais graves, onde o uso de medicamentos pode ser essencial. Os antidepressivos, como os inibidores seletivos da recaptação da serotonina (ISRS) e os tricíclicos, são comumente prescritos para reequilibrar os neurotransmissores no cérebro, o que pode aliviar os sintomas depressivos. Contudo, o uso de medicação não resolve todos os aspectos da doença. Muitos pacientes podem não responder adequadamente aos tratamentos farmacológicos ou experimentar efeitos colaterais indesejados, o que torna necessário integrar outras formas de intervenção no plano terapêutico (QUEMEL et al., 2021).

A psicoterapia é uma dessas intervenções complementares e se mostra extremamente eficaz no manejo da depressão, principalmente em casos leves e moderados. Terapias cognitivo-comportamentais (TCC), por exemplo, têm como objetivo modificar padrões de pensamento distorcidos que perpetuam o estado depressivo, ajudando os pacientes a desenvolver habilidades para lidar com suas emoções e situações difíceis. Ao lado da TCC, outras abordagens, como a terapia interpessoal ou a psicoterapia psicodinâmica, também podem ser aplicadas, dependendo da natureza do quadro clínico e da história de vida do paciente. A aliança terapêutica entre o psicólogo e o paciente é um fator essencial no sucesso do tratamento, reforçando a importância de se olhar além da intervenção medicamentosa (MOTTA; MORÉ, 2017).

Outro aspecto importante da abordagem multidisciplinar é o papel da nutrição no manejo da depressão. Estudos recentes apontam que a alimentação pode influenciar o estado mental, especialmente quando se considera a conexão entre a saúde intestinal e a saúde cerebral, conhecida como "eixo intestino-cérebro". Uma dieta equilibrada, rica em nutrientes como ômega-3, vitaminas do complexo B e triptofano, pode melhorar o bem-estar geral e auxiliar no combate aos sintomas depressivos. Em contrapartida, uma alimentação deficiente pode piorar o quadro depressivo, contribuindo para a fadiga e a falta de disposição (BARBOSA, 2020).

A prática de atividades físicas supervisionadas por profissionais de educação física também pode ser integrada ao tratamento da depressão. O exercício físico, especialmente atividades aeróbicas como caminhada e corrida, libera endorfinas, substâncias que atuam no cérebro promovendo sensação de bem-estar e aliviando os sintomas da depressão. Além disso, a prática regular de atividades físicas ajuda a regular o sono, aumentar a autoestima e melhorar o controle sobre o próprio corpo, o que pode ter um impacto positivo na redução da ansiedade e da depressão (ANIBAL; ROMANO, 2017).

O apoio social e a inclusão de assistentes sociais no plano de tratamento são também fundamentais para lidar com os fatores psicossociais que contribuem para a depressão. Pacientes que enfrentam dificuldades econômicas, familiares ou de inserção social podem precisar de auxílio na reorganização de sua vida cotidiana, o que inclui acesso a serviços de saúde, direitos sociais, e programas de reabilitação ocupacional. O serviço social pode atuar, assim, como um elo entre o paciente e a rede de apoio comunitária, facilitando sua reintegração na sociedade e combatendo o isolamento social, um dos maiores agravantes da depressão (MENDES, 2023).

É importante destacar também a educação e o apoio familiar no tratamento da depressão. A sensibilização da família e de amigos próximos quanto à natureza da doença e às melhores formas de oferecer apoio emocional é crucial. Muitos pacientes com depressão enfrentam estigma, falta de compreensão e expectativas irreais, o que pode dificultar sua recuperação. A educação sobre a doença pode reduzir preconceitos e fornecer aos cuidadores ferramentas mais adequadas para lidar com as necessidades do paciente (CAMARGO et al., 2019).

2. OBJETIVOS GERAL

O presente estudo tem como objetivo geral analisar a relevância da assistência de uma equipe multiprofissional no tratamento de pacientes com depressão, integrando aspectos psicológicos, biológicos e sociais para promover uma abordagem eficaz e holística.

Objetivos Específicos:

- Explorar assistência de cada profissional da equipe multidisciplinar;
- Avaliar a eficácia de intervenções multiprofissionais;

- Apresentar exemplos de intervenções multiprofissionais com resultados positivos.

3. METODOLOGIA

O estudo utilizou como método uma revisão integrativa, que tem como finalidade coletar dados a partir de fontes secundárias, através de um levantamento bibliográfico da literatura. A fonte principal acerca do tema: tratado de psiquiatria e o DSM- 5 e também plataformas digitais para o levantamento dos artigos na literatura, realizou-se uma busca nas seguintes bases de dados especializadas: Biblioteca Nacional de Medicina dos Estados Unidos (PubMed) e Biblioteca Eletrônica Científica Online (SCIELO). Foram utilizados como meios de pesquisa, os seguintes descritores e suas combinações nas línguas portuguesa e inglesa: Transtorno Depressivo Maior, Abordagem Multidisciplinar, Aspectos Neurobiológicos, Tratamento, Qualidade de Vida. Os critérios de inclusão utilizados para a seleção dos artigos foram: artigos publicados em português e inglês; artigos empíricos e de metanálise que retrata a temática referente ao TDM e sua abordagem multidisciplinar em saúde; e por fim, estudos publicados nos últimos 7 anos. Inicialmente, os artigos foram selecionados em uma primeira análise através do título e resumo e, posteriormente, através de uma leitura na íntegra com o objetivo de certificação de que o artigo apresentava todos os critérios e relevância metodológica de acordo com o assunto principal do estudo. O critério de exclusão estabelecido foi o de artigos que evidenciavam o TDM como uma patologia secundária à outra condição agravada de saúde.

4. RESULTADOS E DISCUSSÃO

De acordo com estudos de Trindade et al (2023). O estudo para investigar os efeitos da fisioterapia nas dores psicossomáticas em pacientes com transtorno mental comum. O artigo Aborda a utilização da terapia manual, cinesioterapia, atividade grupal e hidroterapia como condutas que melhoram as dores psicossomáticas dos pacientes, promovendo a melhora na qualidade de vida por meio da redução de sintomas emocionais, proporcionando melhora funcional e motora. Diante disso observa-se resultados significativos na qualidade de vida do indivíduo que apresenta depressão, as dores psicossomáticas apresentam redução, por meio de exercícios fisioterapêuticos, estabelecendo assim a qualidade de vida do paciente.

No estudo de Salomão et al (2021). A nutrição tem o importante papel no acompanhamento do paciente com depressão. O desequilíbrio da microbiota intestinal é definido pelo padrão alimentar que o indivíduo adquire, contribuindo para o aumento do risco

de doenças inflamatórias crônicas, como a depressão. Diante disso, verificou-se que o desequilíbrio da microbiota intestinal e a deficiência de nutrientes, principalmente vitaminas, minerais e a diminuição dos antioxidantes circulantes estão associados à depressão. Devido a isso, a boa alimentação tem feed Back positivo para prevenir ou reduzir os sintomas depressivos.

De acordo com os estudos de Silva et al (2022). A enfermagem atua também diretamente na prevenção da depressão durante o período de pós parto. Diante das análises, observa-se que o apoio da equipe de enfermagem deve ocorrer focado não somente no pré-natal, mas também no planejamento da gestação e puerpério, no qual o enfermeiro orienta a futura mãe quantos aos sintomas e situações que irão aparecer, oferecendo explicação à gestante sobre todas as percepções emotivas que poderiam surgir durante esse período. Desta forma, esta orientação irá prevenir e tratar, evitando o suicídio, ou a rejeição.

As análises de Bassan et al (20209). A depressão pós-parto tem aspectos e sintomatologias como a tristeza, desespero e falta de esperança, características essas que ocorrem após o parto, no período chamado puerpério. o acompanhamento psicológico se faz necessário desde o pré-natal, cabendo ao psicólogo possibilitar suporte a mulher, oferecer um lugar de escuta a ela em todos os momentos da gestação, parto e pós-parto. Dessa forma, a psicologia tem um papel significativo no tratamento psicológico de pacientes que se encontram fragilizadas após ocorrências de eventos traumáticos.

Nesse aspecto a grande incidência de câncer de mama no Brasil e a problemática na resolubilidade de diagnósticos eficazes e eficientes de tratamento, as mulheres acabam adquirindo depressão no enfrentamento dessa doença, visto os diversos obstáculos percorridos durante o tratamento. Um melhor ajuste e adesão do serviço de saúde público no Cuidado psiquiátrico frente à doença, contribuem para um melhor manejo de tratamento médico psiquiátrico.

5. CONCLUSÃO

A depressão é uma condição complexa que afeta não apenas o indivíduo, mas também sua família, amigos e comunidade. Uma visão multidisciplinar reconhece que a depressão envolve aspectos biológicos, psicológicos, sociais e ambientais. Essa abordagem integral considera fatores como neurotransmissores, pensamentos negativos, estresse crônico, relações interpessoais e condições socioeconômicas. Ao entender a depressão como um problema multifacetado, podemos desenvolver estratégias terapêuticas mais eficazes.

A visão multidisciplinar da depressão permite uma abordagem personalizada e integrada para o tratamento. Isso pode incluir terapia cognitivo-comportamental, medicamentos, suporte social, mudanças de estilo de vida e intervenções ambientais prevenção de agravos. Além disso, essa abordagem reconhece a importância do apoio familiar e comunitário. Ao trabalhar juntos, profissionais de saúde podem ajudar o indivíduo a superar a depressão e recuperar sua qualidade de vida. Essa visão holística é fundamental para combater a depressão e promover a saúde mental.

REFERÊNCIAS

ANIBAL, Cíntia; ROMANO, Luis Henrique. Relações entre atividade física e depressão: estudo de revisão. *Revista Saúde em Foco*, v. 9, p. 190-199, 2017.

ANDRETTA, Ilana & OLIVEIRA, Margareth da Silva. Manual prático de terapia cognitivo-comportamental. Casa do Psicólogo. São Paulo. 2012.

American Psychiatric Association. *Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-IV-TR)* Washington. APA.2003.

American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (5th ed.)*. Arlington, VA: American Psychiatric Publishing. Kessler, R. C., et al. (2003).

BASSAN, A. Et al. Depressão pós-parto: diagnóstico e acompanhamento psicológico TCC-Psicologia, 2020 Para Demarque et al (2016). A psiquiatria é um dos principais pilares para assistência e apoio ao paciente acometido pela depressão frente ao diagnóstico de doenças como o câncer de mama.

BARBOSA, P. B. Terapia nutricional da depressão –Como nutrir a saúde mental: Uma revisão bibliográfica. *Brazilian Journal of Development*, Curitiba, v. 6, n. 12, 2020.

BARBOSA, Érika Guerrieri; SILVA, Edilene. Aparecida Moreira. Fisioterapia na saúde mental: uma revisão de literatura: *Revista Saúde Física & Mental*. Disponível em: <https://revista.uniabeu.edu.br/index.php/SFM/article/view/1433/1039>. Acesso em 23 out. de 2024.

BARBOSA, Barbara Postal. Terapia nutricional na depressão–como nutrir a saúde mental: uma revisão bibliográfica. *Brazilian Journal of Development*, v. 6, n. 12, p. 100617-100632, 2020.

CAMARGO, Gabriel Aurélio et al. Causas de depressão em crianças e adolescentes. *Revista Educação em Saúde*, v. 7, p. 189-199, 2019.

CORDIOLI, Aristides Volpato. *Psicoterapias: Abordagens Atuais*. 4 edição. Artmed. Porto Alegre. 2019.

DSM V. Manual Diagnóstico e estatístico dos Transtornos Mentais. DSM-5. 5 edição. Artmed. 2014.

DREHER, Carolina Blaya; XAVIER, Alice C.M.; BERIA, Pedro. Transtornos depressivos: terapias cognitivo-comportamentais in CORDIOLI, Aristides Volpato. Porto Alegre. 2019.

Demarque et al. Depressão e câncer de mama. Debates em Psiquiatria [Internet]. 29º de fevereiro de 2016 l.

GREENBERGER, Dennis; PADESKY, Christine A. A Mente vencendo o humor. Artmed. Porto Alegre. 2017.

GONÇALVES et al. A Atuação da Enfermagem Frente à Prevenção da Depressão Pós-Parto. Ensaios e Ciência: Ciências Biológicas, Agrárias e da Saúde, [S. l.], v. 23, n. 2, p. 140–147, 2019. DOI: 10.17921/1415-6938.2019v23n2p140-147.

HAYES, Steven C.; STROSAHL, Kirk; WILSON, Kelly. G. Terapia de aceitação e compromisso. Artmed. Porto Alegre. 2021.

JULIÃO & GUIMARÃES, 2013. Sexo, ocupação e a prevalência de sintomas depressivos na população brasileira: um estudo com base na pesquisa nacional de saúde (2018). Disponível em: https://repositorio.ipea.gov.br/bitstream/11058/11434/1/ppp_n61_sexo_ocupacao_e_a_prevalencia.pdf

MENDES, Sylmara Teixeira Pereira. Depressão na infância e adolescência: desafios e intervenções do serviço social. Revista Cronos, v. 24, n. 2, p. 137-158, 2023.

MOTTA, Cibele Cunha Lima da et al. Depressão: Sua compreensão e significados à luz da prática dos psicólogos no contexto de uma rede municipal de saúde mental. 2021.

MOTTA, Cibele Cunha Lima da; MORE, Carmen Leontina Ojeda Ocampo; NUNES, Carlos Henrique Sancineto da Silva. O atendimento psicológico ao paciente com diagnóstico de depressão na Atenção Básica. Ciência & Saúde Coletiva, v. 22, p. 911-920, 2017.

PAVEI, Denise et al. A influência da dopamina nos transtornos de depressão: revisão de literatura. Arquivos de Ciências da Saúde, Umuarama, v. 27, n. 8, 2023.

QUEMEL, Gleicy Kelly China et al. Revisão integrativa da literatura sobre o aumento no consumo de psicotrópicos em transtornos mentais como a depressão. Brazilian Applied Science Review, v. 5, n. 3, p. 1384-1403, 2021.

SABAN, Michael Terena. Introdução à Terapia de Aceitação e Compromisso. Artesã. Belo Horizonte. 2015.

TRINDADE; B. S. R. et al. atuação da fisioterapia nas dores psicossomáticas de pessoas com transtornos mentais comuns. (2022). Revista CPAQV - Centro De Pesquisas Avançadas Em Qualidade De Vida, 14(2).