

# Um terço dos doentes com depressão não melhora com a medicação P22

**Depressão** Escassez de respostas no SNS e falta de participação de psicoterapia e terapias alternativas comprometem o tratamento

# Um terço dos doentes não melhora com medicação

JOANA PEREIRA BASTOS

Um em cada três doentes com depressão em Portugal (32%) apresenta sintomas moderados a graves que não respondem aos antidepressivos e a grande maioria não tem acesso a psicoterapia ou a outros tratamentos que são indicados para estes casos por falta de respostas no Serviço Nacional de Saúde (SNS) e incapacidade para os pagar no privado, revela um estudo pioneiro que inquiriu quase 300 pessoas com diagnóstico da doença.

Promovido pela Federação das Associações das Famílias de Pessoas com Experiência de Doença Mental (FamiliarMente), em parceria com a Johnson & Johnson Innovative Medicine e a MOAI Consulting, o estudo "A Perspetiva dos Doentes com Depressão em Portugal", a que o Expresso teve acesso, revela que 95% tomam antidepressivos, o que mostra que o tratamento "permaneça excessivamente centrado" na medicação, mesmo quando esta não funciona. Só 29% aliam a psicoterapia aos fármacos, enquanto que as terapêuticas inovadoras ou alternativas, especialmente indicadas para os casos de depressão resistente, como a escetamina, a eletroconvulsivoterapia ou a estimulação magnética transcraniana, são utilizadas por apenas 3%.

Olhando para os custos, não se estranha que a psicoterapia esteja ao alcance de uma minoria. A escassez de psicólogos no SNS faz com que este tratamento seja feito sobretudo no privado, com baixa ou nula participação do Estado e mesmo de seguros de saúde. De acordo com o estudo, os doentes que a fazem têm gastos anuais que, em média, ultrapassam os €1700, o que representa mais do triplo do valor despendido pelos que são seguidos somente pelo psiquiatra e cerca de 15 vezes mais do que os que são acompanhados pelo médico de família.

Por isso, o relatório frisa que "o acesso a cuidados especializados depende fortemente da capacidade económica dos doentes", o que compromete a equidade no tratamento da depressão em Portugal. Ao Expresso, o presidente da Sociedade Portuguesa de Psiquiatria e Saúde Mental, Albino Maia, corroborou: "Falamos muito sobre a importância da psicoterapia, mas a verdade é que os doentes têm de pagá-la do seu bolso e muitos não podem. E há outros tratamentos que sabemos

que funcionam no caso da depressão resistente e a que os doentes também não conseguem aceder porque as respostas do SNS são insuficientes e a comparticipação no privado praticamente não existe. Isso faz com que as pessoas continuem a fazer apenas terapêuticas que, em muitos casos, não funcionam bem", lamenta.

Metade dos doentes apresentam sintomas moderados a graves e mais de um terço (36%) têm pensamentos suicidas, "apontando para uma população com sofrimento psicológico persistente, que requer vigilância próxima e acompanhamento continuado". Mas não é isso que acontece muitas vezes, sobretudo entre os que têm menores rendimentos. Entre estes, 43% admitem que já foram forçados a faltar ou a adiar consultas e tratamentos por dificuldade em suportar os gastos, revela o estudo, salientando que "é urgente reduzir o peso financeiro individual no tratamento da depressão".

## Anos de tratamento

Quase 60% dos inquiridos receberam o diagnóstico há mais de 10 anos, "o que evidencia o carácter frequentemente prolongado e recorrente da depressão, que em vários doentes assume um curso crónico". Cerca de 40% estão a fazer antidepressivos há pelo menos uma década e a grande maioria (72%) já teve de mudar de medicação, em alguns casos várias vezes, devido ao decréscimo da sua eficácia ao longo do tempo e à ocorrência de efeitos adversos.

"A estabilidade da terapêutica é difícil de alcançar, o que pode refletir fenómenos de resistência ao tratamento", aponta o estudo, explicando que a depressão é considerada resistente quando os sintomas persistem ao fim de pelo menos dois antidepressivos diferentes.

O processo de chegar ao tratamento também é moroso. Uma em cada três pessoas demora mais de um ano

a pedir ajuda, o que contribui "para o agravamento do quadro clínico e dificulta uma resposta terapêutica eficaz". A falta de reconhecimento dos sintomas depressivos como problema de saúde e as barreiras de acesso estão entre os fatores que atrasam a procura de apoio, a par do estigma, que continua fortemente presente, mesmo nos próprios doentes. Segundo o inquérito, metade dos participantes confessa que ter depressão os faz sentir inferiores ou que falharam de alguma forma e 75% consideram que há preconceito em relação à doença.

Por isso, com medo de serem discriminadas, 29% das pessoas ocultam o diagnóstico no local de trabalho ou onde estudam, enfrentando a doença de forma silenciosa. E, entre os que contaram, só um quinto considera que a chefia ou os professores mostraram compreensão face ao problema.

"Infelizmente, a sociedade ainda não aceita as doenças mentais da mesma forma que as doenças orgânicas ou funcionais", lamenta a presidente da FamiliarMente, Joaquina Castelão.

Além da vida pessoal e familiar, a depressão tem um impacto profundo na esfera académica e profissional. Cerca de um terço das pessoas afirmam que a doença as levou a desistir, atrasar ou a não prosseguir estudos no ensino superior, comprometendo o acesso a melhores oportunidades profissionais no futuro.

Entre os que estão empregados, 31% já estiveram de baixa devido à depressão, que leva, em média, a 160 horas de ausências ao trabalho por ano, o que resulta numa perda anual de mais de €5000 por cada trabalhador que sofre da doença. Com base na prevalência estimada da depressão em Portugal, ajustada à percentagem de trabalhadores determinada neste estudo, pode ser extrapolado que existam cerca de 330 mil pessoas com depressão no mercado de trabalho.

O estudo estima, assim, que a perda económica total associada ao absentismo provocado pela depressão ascenda a 1,69 mil milhões de euros anuais. "A depressão não se limita ao sofrimento emocional: traduz-se em perda de rendimento, isolamento social e frustração perante um sistema de saúde mental que continua insuficientemente estruturado. Muitos doentes não têm acesso contínuo nem condições económicas para manter terapias eficazes, perpetuando um ciclo de instabilidade e recaídas", conclui o relatório.

jbastos@expresso.imprensa.pt

## NÚMERO

# 43%

dos doentes com rendimentos até €2000 já foram forçados a faltar ou adiar consultas e tratamentos por dificuldade em suportar os gastos

