

# Depressão

**muito para além  
da tristeza**

Catarina Lucas  
Susana Ferreira



**CLIMEPSI**  
EDITORES

# Resumo de Depressão Muito Para Além da Tristeza

A incidência da depressão atinge proporções cada vez maiores, bem como a prescrição de antidepressivos. Todavia, estarão as pessoas conscientes das diferenças entre uma depressão e estados de tristeza temporários?

O processo evolutivo de cada pessoa é marcado por momentos de tristeza e perda, contudo, é importante aprender a distinguir a tristeza inerente a momentos negativos, da tristeza que se instala enquanto sintoma de uma perturbação de humor.

É «normal» ficarmos tristes com o falecimento de alguém que nos é próximo, contudo, deixa de ser «normal» se tais sintomas se prolongarem por longos períodos de tempo, interferindo significativamente nos vários domínios da vida da pessoa.

As consequências de uma depressão são enormes, podendo mesmo em casos mais graves instalar-se um sentimento de desesperança que conduz a pessoa para um «local» do qual não consegue ver uma fuga possível, ou onde a única saída vislumbrada passa por colocar termo à vida, sendo esta uma saída sem retorno, uma solução definitiva para um problema transitório.

É assim impreterível que sujeitos com depressão recebam ajuda especializada o mais precocemente possível, com o intuito de minimizar os danos. É nesta perspectiva que surge este trabalho de parceria, pretendendo servir como um guia no tratamento da depressão, bem como um manual de informação para técnicos e famílias destes pacientes.

Catarina Lucas

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)