

Proposta

Texto I

Mentes cada vez mais doentes

A julgar pelo número de pessoas que têm suas vidas afetadas por transtornos mentais – cerca de 400 milhões em todo o mundo – e pelas projeções da Organização Mundial de Saúde (OMS), o futuro não será leve para o nosso cérebro: uma em cada cinco pessoas, em algum momento da vida, terá uma alteração psiquiátrica que necessite de acompanhamento especializado. A OMS projeta que em oito anos a depressão será a segunda causa de incapacitação para o trabalho, provocando a perda de anos produtivos – hoje ela está em quarto lugar.

“Os dados nos dão um alerta: em uma sociedade competitiva e sem colaboração entre os indivíduos, as pessoas vão adoecer mais. Temos muitos papéis para desempenhar e isso nos leva à exaustão e nos traz sentimentos de impotência e incapacidade”, avalia o psicólogo clínico Guilherme Falcão, conselheiro do Conselho Regional de Psicologia do Paraná (CRP-PR).

Dados mostram que 18,4% dos brasileiros têm pelo menos um episódio depressivo durante a vida, o que coloca o país na terceira colocação no ranking de mais deprimido do mundo (ver infográfico) – em primeiro lugar vem a França (21%) e, em segundo, os Estados Unidos (19,2%). Apesar dos números alarmantes, os profissionais da saúde explicam que interpretá-los como um sinal de epidemia de doenças mentais é incorreto. “De fato cresce o número de certos problemas mentais, como a depressão e a dependência química. Mas, além do aumento da incidência, as pessoas estão mais conscientes sobre esse tipo de situação e procuram atendimento”, avalia o professor Neury José Botega, do departamento de Psicologia Médica e Psiquiatria da Universidade Estadual de Campinas (Unicamp).

(Fonte: <http://www.gazetadopovo.com.br/saude/conteudo.phtml?id=1217802> – Acessado em 18 de agosto de 2014.)

Texto II



(Fonte: https://fbcdn-sphotos-a-a.akamaihd.net/hphotos-ak-ash3/p480x480/1390738_560584317347666_2111963283_n.jpg - Acessado em 18 de agosto de 2014.)

Texto III

Solidão prejudica saúde mais do que obesidade

A solidão é a principal causa de infelicidade para 60 milhões de pessoas nos Estados Unidos: um em cada cinco americanos. É também causa de muitas doenças, segundo o diretor do Centro de Neurociência da Universidade

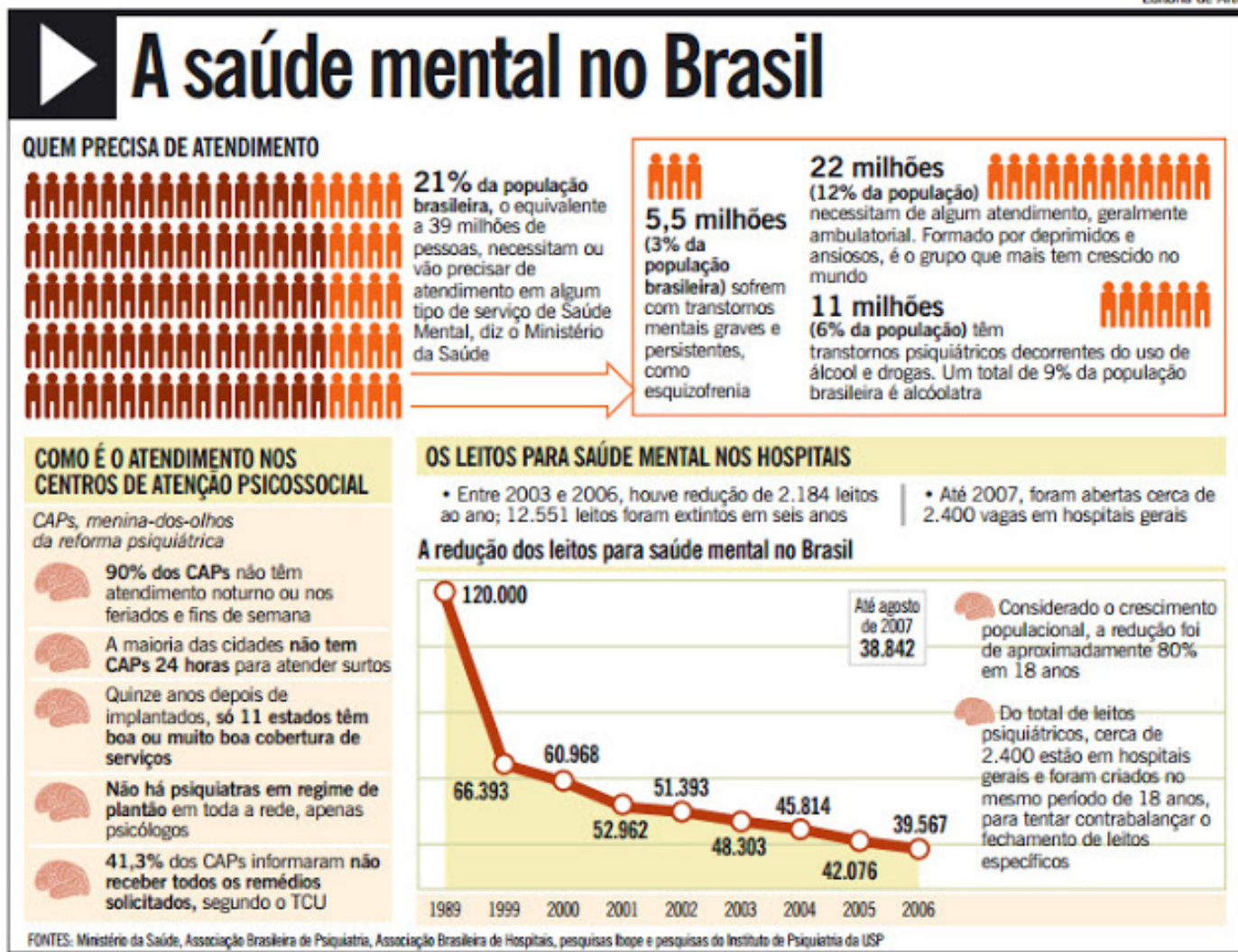
de Chicago, o psicólogo John Cacioppo. "A solidão prejudica a saúde mais do que a obesidade", afirma o pesquisador que estuda a relação entre o cérebro e o corpo há mais de 30 anos.

"Descobrimos que a solidão aumenta a pressão do corpo e os riscos de doenças cardiovasculares, que diminui a imunidade do nosso organismo e facilita o ataque de bactérias e de vírus como o da gripe. Uma pesquisa feita com jovens estudantes solitários descobriu que esse grupo era mais suscetível a pegar gripe. A solidão ajuda a degradar mais rapidamente o nosso corpo", diz o psicólogo.

Em média, nós passamos 80% da nossa vida na companhia de outras pessoas. Fazer parte de um grupo e ter amigos é uma necessidade do nosso corpo, segundo os pesquisadores. Assim como a fome indica que nós precisamos comer e que a sede é um sinal para beber água, o sentimento de solidão é um alerta para buscarmos companhia e rompermos com o isolamento.

"Muitos médicos reconhecem que a solidão é um problema de saúde, mas este é um assunto difícil de discutir com o paciente, porque há muito preconceito", declara John Cacioppo.

Fonte: <http://g1.globo.com/globo-reporter/noticia/2011/06/solidao-prejudica-saude-mais-do-que-obesidade-afirma-pesquisador.html> Acesso em 20 de agosto de 2014.)



Tema:

Saúde Mental: Desafio para a medicina do século XXI