



Quem já enfrentou uma crise de Depressão sabe que este é um desafio respeitável, algo como bater de frente com um maciço elefante de tristezas e frustrações. Agora feche os olhos por um instante e tente imaginar alguém com um décimo da sua bagagem de vida tendo que enfrentar o mesmo elefante... No mínimo, uma covardia; no máximo, uma carnificina. É exatamente este tipo de ameaça que a Depressão Infantil representa.

Estima-se que a Depressão Infantil afete uma em cada 20 crianças abaixo dos 10 anos de idade. O problema maior (e o grande risco) está no fato de muitas de suas manifestações serem absolutamente diferentes daquelas observadas em pessoas adultas. Já presenciei casos de crianças rotuladas como difíceis e mal-educadas, quando, na verdade, estavam sofrendo de crises depressivas severas. E ninguém parecia estar entendendo coisa alguma.

As crianças não possuem vocabulário suficiente para expressar seus sentimentos. Em geral, fazem isso melhor através de atitudes. E quem tem paciência hoje em dia para prestar atenção em atitudes que perturbam? Quem nunca criou um rótulo instantâneo e descartável para um filho ou sobrinho de comportamento irritante? Infelizmente, em alguns casos, a crise de birra ou aquela agitação toda eram manifestações de um quadro depressivo. E você comeu mosca. Por exemplo, uma criança com menos de 6 anos de idade que se torna desinteressada, ansiosa, não quer ir para a escola, se queixa freqüentemente de cansaço, dor de cabeça ou dores na barriga associadas a medos irracionais, pode estar sofrendo de Depressão.

A Depressão Infantil pode afetar o rendimento escolar, o desenvolvimento emocional normal e a estabilidade de toda a família, resultando em uma maior incidência de violência doméstica e abuso de drogas. Sem tratamento adequado, 40% das crianças afetadas apresentarão uma crise grave de Depressão nos 2 anos seguintes, metade delas tentará o suicídio e 7% terão êxito.

Ainda não se sabe exatamente a causa da Depressão Infantil. Fala-se muito em fatores genéticos, orgânicos e ambientais. Sinceramente, na imensa maioria dos casos que atendo, a criança está simplesmente refletindo a falta de atenção, carinho e estrutura familiar à sua volta. Se você acordou para o problema e quer evitar que a Depressão ameace o pequeno tesouro que está sob sua responsabilidade, guarde estas Regras de Ouro em seu coração:

- Redobre sua atenção quando a criança estiver atravessando situações de risco: mudanças, separações dos pais, morte na família, chegada de um novo irmãozinho, etc.
- Se a criança apresentou uma mudança súbita de comportamento (agressividade, irritação, agitação ou desinteresse), alterações no apetite (tem dificuldade para ganhar peso) ou no padrão de sono (sofre de pesadelos e terrores noturnos), baixa auto-estima (vive dizendo "todo mundo me odeia") ou dificuldade de concentração (p.ex.: queda no rendimento escolar), leve-a para ser avaliada por um profissional de saúde capacitado. Quanto mais cedo a Depressão for diagnosticada, mais fácil e bem sucedido será o tratamento.
- Uma criança sadia, que cresce à sombra de uma orientação afetuosa e honesta, dificilmente desenvolverá um distúrbio depressivo. Por isso, demonstre sempre seu amor na mesma proporção em que cobra disciplina. Esse, talvez, seja o grande segredo de tudo.

Por Dr. Alessandro Loiola. Médico, palestrante e escritor, autor de PARA ALÉM DA JUVENTUDE – GUIA PARA UMA MATUREZA SAUDÁVEL (Ed. Leitura, 496 pág.) e VIDA E

SAÚDE DA CRIANÇA (Ed. Natureza, 430 pág.). Atualmente reside e clinica em Belo Horizonte, Minas Gerais.