

Terapia é tão eficaz quanto droga na depressão infantil

30/06/2009
Folha de São Paulo

Resultado é de estudo dos EUA; para médicos, tratamento combinado é a melhor opção; Segundo a OMS, a taxa de crianças e adolescentes deprimidos cresce em todo o mundo; violência e excesso de atividades são fatores

A terapia comportamental é tão eficaz quanto o uso de remédio no tratamento da depressão de crianças e adolescentes. A associação das duas técnicas, contudo, traz resultados mais rápidos e com menos chances de recaídas.

A conclusão é de um estudo recente realizado a partir de um levantamento financiado pelo Instituto de Saúde Mental dos Estados Unidos, com 439 crianças e adolescentes entre 12 e 17 anos. O trabalho foi publicado no "Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry".

A taxa de depressão infanto-juvenil vem crescendo em todo o mundo, segundo a OMS (Organização Mundial da Saúde). Na faixa etária entre seis e 16 anos, por exemplo, ela passou de 4,5% para 8% na última década. A violência urbana, o excesso de atividades na agenda diária e a falta de espaço para o lazer são apontados como os principais fatores.

O trabalho envolveu 13 instituições norte-americanas e testou, isoladamente, três tipos de tratamento: terapia cognitivo-comportamental, antidepressivo (fluoxetina) e a associação de ambos. Ao final de 36 semanas, a taxa de eficácia dos três foi parecida: em torno de 60%.

Até a 18ª semana de tratamento, porém, a combinação de terapia comportamental e de remédio foi melhor do que a chamada monoterapia. As taxas de remissão (ausência de sintomas da depressão) foram de 56% (tratamento combinado) contra 37% (remédio) e 27% (terapia).

Tratamento combinado

Para o médico John March, professor de psiquiatria do Centro Médico da Universidade Duke e coordenador do estudo, se a depressão na criança for de moderada a severa, a recomendação é que o tratamento seja combinado. Se for leve, há indicação de terapia comportamental -e de acrescentar antidepressivo se não houver resposta rápida.

"A terapia comportamental é muito boa, mas o tratamento combinado traz resultados muito melhores, mais rápidos e mais duradouros do que somente a terapia ou a fluoxetina. A associação de tratamentos também elimina o risco de suicídio associado à medicação [fluoxetina]", explicou à Folha.

A psiquiatra Betsy Kennard, da Universidade do Texas, que também participou do estudo, observa que, com a monoterapia, há uma demora de dois a três meses para surgirem os resultados, em relação ao tratamento combinado.

"As crianças que recebem apenas remédio ou apenas terapia comportamental chegarão ao mesmo ponto em 36 meses [em relação àquelas que usam terapia combinada]. Mas, como pai ou mãe, você não vai querer ver seu filho sofrendo por tanto tempo." Recaídas

O psiquiatra infantil Fábio Barbirato, professor da Santa Casa do Rio de Janeiro, acrescenta que a terapia associada à medicação traz menos chances de recaída. "A depressão costuma ser flutuante: há uma melhora, uma piora. As crianças que tomam o remédio e fazem terapia têm menos recaídas em relação às outras."

Para Barbirato, a mensagem do estudo é que os médicos não devem desistir de tratar crianças e adolescentes deprimidos. "Muitos acabam sendo expostos a um tratamento ineficaz e que traz riscos à sua saúde por conta de diagnósticos errados, baseados em mitos."

Vários estudos têm demonstrado que crianças com sintomas depressivos não tratados possuem mais chances de cometer suicídio, de se tornarem dependente de drogas ou de manter a doença na idade adulta. "Não tem essa conversa de que as coisas vão melhorar com o tempo. Sem tratamento, quem sofre é a criança."

O psiquiatra acredita que a polêmica que ainda existe em torno do uso de antidepressivo em crianças "é coisa de profissional que não está bem atualizado e que vai contra tudo o que existe de mais atual".

Barbirato diz que já atendeu um garoto de sete anos de idade que havia tentado duas vezes o suicídio. "Ele já tinha passado por várias terapias inúteis. Depois de dois anos com terapia comportamental e remédio, ele teve alta. Está sem remédio, nunca mais recaiu."

Na avaliação do psiquiatra Eurípedes Miguel, professor titular do departamento de psiquiatria da USP (Universidade de São Paulo), a grande importância do estudo foi ter demonstrado que a manutenção do tratamento a longo prazo é fundamental para os adolescentes conseguirem a remissão dos sintomas da depressão.