

## **Intervenções da psicologia com adolescentes diagnosticados com depressão**

Psychology interventions with adolescents diagnosed with depression

Intervenciones psicológicas con adolescentes diagnosticados de depresión

Recebido: 04/01/2023 | Revisado: 17/01/2023 | Aceitado: 18/01/2023 | Publicado: 21/01/2023

**Andreia Soares Lopes**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7182-5796>

Universidade Maurício de Nassau, Brasil

E-mail: [andrea\\_s01@hotmail.com](mailto:andrea_s01@hotmail.com)

**Ilane Valdícia Custódio da Silva**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0019-9470>

Universidade Maurício de Nassau, Brasil

E-mail: [ilanevaldicia@gmail.com](mailto:ilanevaldicia@gmail.com)

**Priscilla Cristhina Bezerra de Araújo Alves**

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5104-0614>

Universidade Federal do Rio Grande do Norte, Brasil

E-mail: [priscilla\\_cristhina@yahoo.com.br](mailto:priscilla_cristhina@yahoo.com.br)

### **Resumo**

As intervenções da psicologia podem representar mudanças significativas em adolescentes diagnosticados com depressão. Em face disso, este estudo tem por objetivo geral identificar as intervenções da Psicologia em adolescentes com depressão, e os fatores psicossociais envolvidos no processo do adoecimento em jovens (sinônimo), bem como apontar quais as sintomatologias mais evidenciadas na depressão que acomete este público. Trata-se de uma revisão integrativa onde foram analisadas produções de 2016 a 2021, registradas nas bases de dados PUBMED e LILACS e empregados os descritores nos seguintes idiomas: inglês (psychology and adolescent and depression) espanhol (Psicología y adolescencia y depresión), português (psicologia and depressão and adolescente). Os dados foram tabulados e analisados através de estatística descritiva. Foram utilizados 17 artigos, destes, a maioria estava na base PUBMED 12 (70,5%). Grande parte dos artigos estavam em inglês (cerca de 13, o que corresponde a 76,5%), assim como também a maioria dos artigos foram produzidos no ano de 2017 (41,2%). Verificou-se dois eixos temáticos, a seguir: sintomatologia e fatores de risco; intervenções e prevenção. Conclui-se que aspectos negativos como a desesperança, a solidão e o desamparo podem atuar como fatores de risco para o desenvolvimento de sintomas depressivos em adolescentes. Em contrapartida características positivas, tais como a autoestima, autoeficácia e o autoconceito, possibilitam o enfrentamento de dificuldades de modo mais adaptativo. Assim como, estudos indicam que pessoas as quais, passam pelo processo Psicoterapêutico têm maior possibilidade de melhoria nos sintomas depressivos, sendo uma patologia de difícil tratamento.

**Palavras-chave:** Psicologia; Adolescente; Depressão.

### **Abstract**

Psychology interventions can result in relevant changes in adolescents diagnosed with depression. Therefore, this study has as general objective to identify psychology interventions in adolescents with depression, and the psychosocial factors involved in the disease process in young people, this study also aims to identify which symptoms are most evident in depression that affect this audience. This manuscript is integrative review of scholarly articles published from 2016 to 2021, registered in the PUBMED and LILACS databases and descriptors used in the following languages: English (Psychology and adolescent and depression), Spanish (Psicología y adolescência y depresión), Portuguese (psicologia and and depressão and adolescente). Data was tabulated and analyzed using descriptive statistics. Seventeen articles met inclusion criteria, the majority of which were published in the database PUBMED 12 (70.5%). The most articles were in English (about 13, which corresponds to 76.5%), as well as most articles were produced in the year 2017 (41.2%). The following themes axes were found, as follows: symptoms and risk factors, and interventions and prevention. It is concluded that negative aspects such as hopelessness, loneliness and helplessness can act as risk factors for the development of depressive symptoms in adolescents. On the other hand, positive characteristic, such as self-esteem, self-efficacy, and self-concept, make it possible to face difficulties in a more adaptive way. Studies indicate that people who go through the Psychotherapeutic process have a greater possibility of improvement in depressive symptoms, which is difficult to treat.

**Keywords:** Psychology; Adolescent; Depression.

## Resumen

Las intervenciones psicológicas pueden representar cambios en los adolescentes con depresión. Ante ello, este estudio tiene como objetivo general identificar las intervenciones psicológicas en adolescentes con depresión, y los factores psicosociales involucrados en el proceso de enfermedad en jóvenes (sinónimo), así como identificar qué síntomas son más evidentes en la depresión que afecta a este público. Se trata de una revisión integradora en la que se recopilaron producciones de 2016 a 2021, registradas en las bases de datos PUBMED y LILACS y los descriptores utilizados en los siguientes idiomas: inglés (psicología y adolescencia y depresión), español (Psicología y adolescencia y depresión), portugués (psicología y depresión y adolescencia). Los datos fueron tabulados y analizados usando estadística descriptiva. Se utilizaron 17 artículos, de los cuales la mayoría se encontraban en la base PUBMED 12 (70,5%). La mayoría de los artículos estaban en inglés (alrededor de 13, lo que corresponde al 76,5%), así como la mayoría de los artículos fueron producidos en 2017 (41,2%). Se verificaron dos ejes temáticos, así: sintomatología y factores de riesgo; intervenciones y prevención. Se concluye que aspectos negativos como la desesperanza, la soledad y la impotencia pueden actuar como factores de riesgo para el desarrollo de síntomas depresivos en los adolescentes. En características positivas, como la autoestima, la autoeficacia y el autoconcepto, posibilitan afrontar las dificultades de forma más adaptativa. Estudios indican que las personas que se someten al proceso psicoterapéutico tienen más probabilidades de mejorar sus síntomas depresivos, se trata de una patología de difícil tratamiento.

**Palabras clave:** Psicología; Adolescente; Depresión.

## 1. Introdução

De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS, 1993), a depressão é um distúrbio mental que se configura como um transtorno e pode afetar qualquer pessoa, independente de classe social. Há também pesquisas genéticas as quais indicam que a depressão é influenciada por vários genes que atuam juntamente com fatores ambientais.

Para o Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: DSM-5 (2014) a depressão é definida a partir da presença dos seguintes sinais e sintomas: humor deprimido na maior parte do dia, perda de interesse ou prazer, agitação ou retardo psicomotor (quase todos os dias), pensamentos recorrentes de morte, ideação suicida recorrente sem um plano específico, tentativa de suicídio ou plano específico para cometer suicídio, pensamentos recorrentes de morte.

Já a classificação internacional de doenças – CID-10, indica que os Episódios depressivos (F32) são típicos de cada um dos três graus de depressão: leve, moderado ou grave. De forma geral o paciente apresenta um rebaixamento do humor, redução da energia e diminuição da atividade. Existe alteração da capacidade de experimentar o prazer, perda de interesse, diminuição da capacidade de concentração, associadas em geral à fadiga importante, mesmo após um esforço mínimo (CID-10).

A depressão pode afetar várias fases do desenvolvimento, e em especial a adolescência, por ser uma etapa da vida marcada por transições, as quais se apresentam cheias de mudanças físicas, emocionais, mental, sexual, social e pelos esforços do indivíduo em alcançar os objetivos relacionados às expectativas culturais da sociedade em que vive. No Brasil, o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA) considera adolescência a faixa etária dos 12 aos 18 anos de idade, e em casos excepcionais, quando disposto na lei, o estatuto é aplicável até os 21 anos de idade (Eisenstein, 2005).

Além das transformações biopsicossociais supracitadas, é sabido que esta fase se define de diferentes formas dependendo dos contextos sociais, culturais e econômicos. Um dado relevante nesse contexto refere-se à grande instabilidade de humor e mudanças hormonais, podendo surgir, com frequência, sensações de angústia, pensamentos negativos e graus de agressividade (Papalia & Feldman, 2013).

No atual contexto social em que estão inseridos os adolescentes, o estilo de vida, o modo contemporâneo de viver, as necessidades individuais e sociais, bem como a autocobrança, culminam em questões que podem trazer sofrimento emocional, podendo assim gerar alguns tipos de transtornos mentais, como por exemplo a depressão, transtornos de conduta, ansiedade, violência, abuso de substâncias, transtornos alimentares e psicoses (da Silva, 2018).

Nesse sentido, a depressão passa a ser considerada um aspecto relevante de cuidado nessa fase do desenvolvimento. Os dados expõem as taxas de prevalência da depressão em adolescentes estão entre 3% a 9%, sendo cumulativa de 20% até o

final da adolescência, com uma taxa de recorrência de 70%. É considerada um dos transtornos que causa mais prejuízo econômico e social na área da saúde, inclusive levando a piora de outros quadros de algumas doenças (Callahan et al, 2012). Observa-se uma predominância do sexo feminino, com episódios mais periódicos e com maior risco de cronicidade (Nock et al., 2013).

Segundo de Lima (2016), com o estilo de vida bastante corrido na adolescência na atualidade, percebe-se que diante desse cenário foram observados alguns fatores de risco que colaboram para o desenvolvimento da depressão nesta fase da vida. Alguns dos fatores são o aumento da autocobrança, inúmeras atividades a serem desenvolvidas ao mesmo tempo, perda de sono, uso de substâncias psicoativas, como também de maneira significativa, uma associação entre trauma por perda de vínculos afetivos na infância e na vida adulta.

Além desses fatores de risco, os adolescentes estão vivenciando uma crise em sua identidade (Erikson, 1976), o que corrobora em dificuldades no seu desenvolvimento psicossocial. Segundo o teórico, nesse período, o adolescente procura entender-se, abandonando algumas características presentes nas fases anteriores do desenvolvimento e fortalecendo outras, buscando encontrar-se. Assim dificilmente perceberá algo idêntico aos pais. Tendem a rejeitar os valores deles. Esta não aceitação é uma forma de separar sua identidade dos seus pais.

O processo de adolecer é influenciado por vários aspectos do contexto familiar, das vivências escolares, da concepção cultural a qual possibilita um ambiente para implementação de normas, regras, como também estrutura política e econômica. Todas essas concepções que são enraizadas desde a infância, são afloradas nessa fase (Padilla, 2019). Desse modo, receber um diagnóstico de depressão nesse período do desenvolvimento pode vir regado de estereótipos, em que muitas vezes o adolescente pode ser por vezes taxado como imbecil, idiota e débil (Isadora., et al., 2019).

Diante do exposto, observa-se a necessidade de um planejamento multidisciplinar ao lidar com a temática do adoecimento em adolescente diagnosticados com depressão, visto que engloba aspectos diversos da vida do jovem (Silva, 2017). Dentre os acompanhamentos necessários, a Psicoterapia tem uma relevância fundamental na humanização do atendimento do paciente diante de um processo de adoecimento, caracterizado por muitas angústias, medo, insegurança, raiva, entre outros sintomas. O processo psicoterapêutico possibilita melhoria da qualidade de vida do paciente, que aprende como lidar com os sintomas e causas do adoecimento (Bruscato, 2020).

Compreende-se, dessa forma, a necessidade desse espaço de intervenções psicoterapêuticas para que o adolescente com depressão consiga desenvolver questões referente às suas demandas e perceba a sua problemática. Os estudos apontam que a psicoterapia tem sua fundamental importância com o manejo da depressão, e que mesmo sendo uma patologia de difícil tratamento, os resultados são positivos (Trevisan, 2004).

Diante dessa realidade torna-se urgente a necessidade de estudos com foco nessa situação clínica e métodos de intervenção psicológica apropriados para depressão nessa fase do desenvolvimento. Em face disso, o presente estudo objetivou identificar as intervenções da Psicologia em adolescentes com depressão. Além de investigar especificamente quais são os fatores psicossociais envolvidos no processo do adoecimento em adolescentes, como também, apontar quais as sintomatologias mais evidenciadas.

## **2.Método**

O presente estudo trata-se de uma de revisão integrativa da literatura incluindo estudos que foram analisados, correspondendo aos objetivos da pesquisa com obtenção em evidências que tenham embasamento em estudos científicos na área da saúde. Visando informações, a partir de procedimentos explícitos e integrativos, no intuito de analisar e avaliar os estudos que atendam aos critérios de elegibilidade da pesquisa (Souza et al, 2010).

A pesquisa utilizou as seguintes fases: (1) delimitação do tema e construção da pergunta norteadora que embasou a pesquisa; (2) levantamento das publicações nas bases de dados selecionadas; (3) classificação e análise das informações achadas em cada manuscrito em planilha excel; (4) análise dos estudos escolhidos (a partir dos critérios de inclusão e exclusão); (5) apresentação dos resultados encontrados e, por fim, (6) inclusão, análise crítica dos dados encontrados e síntese da revisão da literatura (Souza et al., 2010).

A pesquisa para a busca dos artigos foi realizada em agosto de 2021. Inicialmente foi elaborada a seguinte questão da pesquisa: Quais as intervenções da Psicologia utilizadas com adolescentes com depressão? Visando responder ao referido questionamento foi realizada a pesquisa em bases de dados eletrônicas com significativo reconhecimento no que se refere à publicação de estudos na área da saúde.

Para o levantamento bibliográfico utilizou-se as bases eletrônicas de dados: National Libery of Medicine (PUBMED) e Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS). Foram utilizados os descritores nos seguintes idiomas: inglês (Psychology and adolescent and depression) espanhol (Psicología y adolescencia y depresión) e, português (Psicologia and depressão and adolescente).

Os critérios de inclusão utilizados para a busca foram: publicações de artigos nos últimos cinco anos (2016 a 2021), com o texto completo disponível, artigos condizentes com os objetivos da pesquisa, escritos nos idiomas português, espanhol e inglês e indexados nas bases de dados, PUBMED e LILACS. Foram utilizados como critérios de exclusão os artigos não disponíveis gratuitamente, trabalhos repetidos nas bases de dados, como também teses, livros e monografias.

Após a seleção dos artigos incluídos, esses foram analisados em 2 etapas. Na primeira etapa, os dados foram compilados em uma planilha do programa *Excel for Windows*, para melhor organização, contendo as seguintes informações: base de dados, descritor, total de artigos incluídos, total de artigos excluídos e títulos dos artigos encontrados.

Duas pesquisadoras leram os resumos e classificaram os artigos incluídos.

Após esta etapa, foi realizada uma segunda planilha no *Excel Windows* com os artigos incluídos, diante dos métodos estabelecidos, contendo as seguintes informações: Base de dados, título, autores, idioma, ano, revista, país, objetivo, método, resultado e conclusão.

Como metodologia, foi utilizado a análise de conteúdo para a compreensão dos dados. Esta metodologia de Bardin (1977) versa que o texto é um meio de manifestação do sujeito, em que quem o analisa busca categorizar as unidades de texto (palavras ou frases) que se repetem, inferindo uma expressão que as representem. Para tanto foram utilizados, conforme preconiza Bardin (1977) o seguinte estrutura de análise: Inicialmente foi realizada uma Pré-análise, com uma leitura flutuante sobre os artigos, com o foco no objetivo; Na sequência foi feita a Exploração do material, em que foi trabalhado com a palavra, permitindo de forma prática e objetiva produzir inferências do conteúdo da comunicação dos textos; e, por fim, foi executado o Tratamento dos resultados obtidos e a interpretação - através da inferência foi possível compreender as informações, qualificando-os em núcleos temáticos.

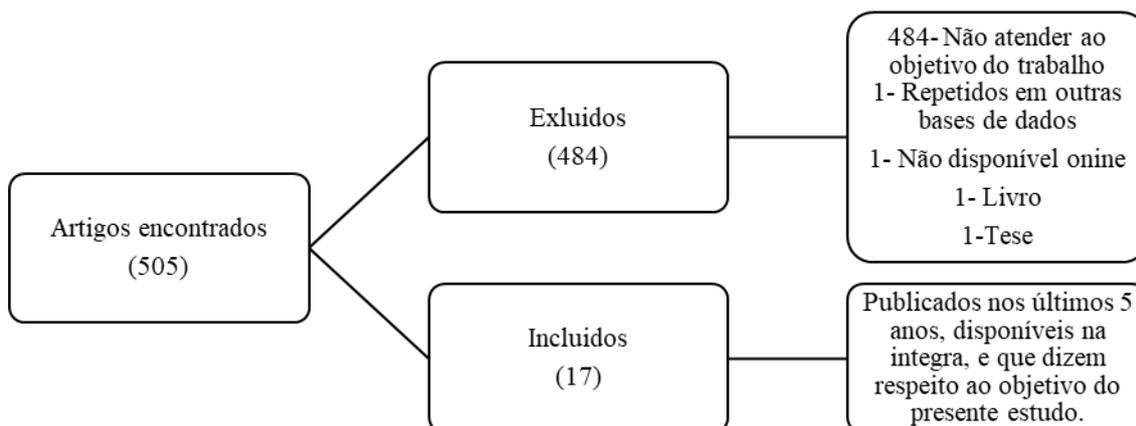
A leitura de todos os artigos incluídos possibilitou também identificar dois eixos temáticos, de acordo com os assuntos que mais foram abordados nessas produções científicas, a saber: Sintomatologia e Fatores de Risco e Prevenção e Intervenções. Vale ressaltar que, as duas pesquisadoras leram todos os textos e classificaram os artigos incluídos. O resultado obtido pela análise das duas pesquisadoras foi comparado com a ajuda de um terceiro, a fim de vislumbrar as discrepâncias, justificando devidamente a exclusão dos artigos que não fazem parte desta pesquisa.

### 3. Resultados

Ao colocar os descritores nas bases de dados, *Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS)*, National Libery of Medicine (PUBMED), chegou ao total de 505 artigos. Após os filtros 17 artigos (3,4%) foram incluídos

(Figura 1). Após a leitura dos resumos, a maioria dos artigos foram excluídos por não atender ao objetivo do trabalho 484 artigos (95,8%), seguidos da repetição de artigos em outras bases de dados 1 (0,19%) artigos não disponíveis online 1 (0,19%), artigos incompletos 4 (0,79%), livro 1(0,19%), tese 1(0,19%).

**Figura 1** – Fluxograma de seleção dos artigos.



Fonte: Dados da Pesquisa (2021).

Ao final foram incluídos 17 artigos que serão utilizados no presente trabalho (Quadro 1), desses, a maioria estava na base PUBMED 12 (70,6%), seguidos de LILACS 5 (29,4%). A maior parte dos artigos estavam em inglês 13 (76,5%), seguidos dos idiomas de português 3 (17,6%) e espanhol 1(5,9%). Percebeu-se que a maior quantidade de artigos publicados referente ao tema proposto pela pesquisa, está no ano 2017 (41,2%).

**Quadro 1** – Dados dos Artigos Incluídos.

| Nome do Artigo   | Base de Dados | Ano  | Idioma | Revista                | Autores              |
|--|---------------|------|--------|------------------------|----------------------|
| Reducing risk for anxiety and depression in adolescents: Effects of a single-session intervention teaching that personality can change.                | PUBMED        | 2016 | Inglês | HHS Public Access      | Schleider et al      |
| How do adolescents with depression experience improvement in psychodynamic   | PUBMED        | 2016 | Inglês | BMC Psychiatry.        | Schleider et al      |
| The Depression Prevention Initiative: Impact on Adolescent Internalizing and Externalizing Symptoms in a Randomized Trial                              | PUBMED        | 2016 | Inglês | HHS Public Access      | Benas et al          |
| Computerised cognitive-behavioural therapy for depression in adolescents: feasibility results and 4-month outcomes of a UK randomised controlled trial | PUBMED        | 2017 | Inglês | BMJ Open               | Wright et al         |
| Association between body image dissatisfaction and depressive symptoms in adolescents  | LILACS        | 2017 | Inglês | Rev. Bras. Psiquiatria | Flores-Cornejo et al |

|  |        |      |           |   |                         |
|--|--------|------|-----------|---|-------------------------|
| Evaluation of a school-based cognitive-behavioral depression prevention program.   | PUBMED | 2017 | Inglês    | SAGE  | Garmy et al             |
| "Did I bring it on myself?" An exploratory study of the beliefs that adolescents referred to mental health services have about the causes of their depression. | PUBMED | 2017 | Inglês    | Spernger  | Midgley et al           |
| Preventing Depression in Final Year Secondary Students: School-Based Randomized Controlled Trial.  | PUBMED | 2017 | Inglês    | JMIR, publications  | Perry et al             |
| Autoestima, imagem corporal e depressão de adolescentes em diferentes estados nutricionais.  | LILACS | 2017 | Português | Salud Pública   | Rentz-Fernandes et al   |
| Fatores de risco e proteção e sintomas de depressão na adolescência  | LILACS | 2017 | Português | Psico   | Santos- Vitti,          |
| Efficacy of Dialectical Behavior Therapy for Adolescents at High Risk for Suicide: A Randomized Clinical Trial   | PUBMED | 2018 | Inglês    | JAMA Psychiatry   | McCauley et al          |
| Variables predictoras de la ideación suicida y sintomatología depresiva en adolescentes de Chiapas, México.  | LILACS | 2018 | Espanhol  | Ciência & Saúde Coletiva  | Lara et al              |
| Family-focused cognitive behavioral treatment for depressed adolescents in suicidal crisis with co-occurring risk factors: a randomized trial                  | PUBMED | 2019 | Inglês    | HHS Public Access   | Esposito-Smythers et al |
| Cognitive behavioral treatment for depressed adolescents: results from a cluster randomized controlled trial of a group course.                                | PUBMED | 2019 | Inglês    | BMC Psychiatry.   | Idsoe et al             |
| Affect-Focused Psychodynamic Internet-Based Therapy for Adolescent Depression: Randomized Controlled Trial.  | PUBMED | 2020 | Inglês    | JMIR, publications  | Lindqvist et al         |
| Conflicted Anger as a Central Dynamic in Depression in Adolescents-A Double Case Study.  | PUBMED | 2021 | Inglês    | International Journal of Environmental Research and Public Health | Henriksen et al         |
| Bem-Estar Subjetivo, Violência e Sintomas de Depressão, Ansiedade e Estresse Em Adolescentes   | LILACS | 2021 | Português | Avaliação Psicológica   | Patias uet al           |

Fonte: Dados da Pesquisa (2021).

Foram identificados que onze artigos, ou seja, a maioria realizou estudos empíricos. Este total corresponde a 64,70%. São estudos desenvolvidos por: McCauley et al, 2018, Lindqvist et al, 2020, Benas et al, 2016, Wright et al, 2017, Løvgren et al, 2019, Schleider et al, 2016, Esposito-Smythers et al, 2019, Idsoe et al, 2019, Perry et al, 2017, Midgley et al, 2017, Midgley et al, 2021.

Já os demais realizaram seis estudos teóricos, o que corresponde a 35,3% do total. São estes: Santos- Vitti et al, 2021; Rentz-Fernandes et al, 2017; Patias et al, 2017; Flores-Cornejo et al, 2017; Lara et al, 2018; Garmy et al, 2017.

De uma forma geral, pode-se constatar que quase um terço dos artigos procuraram investigar aspectos de fatores de risco. No total foram cinco, o que equivale a 29,4%. Estudos desenvolvidos por: Santos-Vitt et al, 2020, Rentz-Fernandes et al, 2021, Patias et al, 2027, Flores-Cornejo et al, 2017, Perry et al, 2017.

Com este mesmo quantitativo, houve artigos direcionados à temática da prevenção. No total foram cinco, o que equivale a 29,4%. Os estudos foram conduzidos por: Patias et al, 2017, Benas et al, 2016, Wright et al, 2017, Garmy et al, 2017, Garmy et al, 2017.

Por fim, três estudos foram focados nos fatores de proteção, o que corresponde a 17,6%. Estudos desenvolvidos por: Santos-Vitt et al, 2020; Rentz-Fernandes et al, 2017; Lara et al, 2018.

A leitura dos artigos permitiu chegar a um consenso da existência de dois eixos temáticos, a saber: sintomatologia e fatores de risco; e intervenções e prevenção.

## **4. Discussão**

### **4.1 Sintomatologia e Fatores de Risco**

A depressão é compreendida como um humor deprimido, perda de interesse ou prazer em quase todas as atividades por um período de pelo menos 2 semanas, considerando que crianças e adolescentes podem ficar irritáveis em vez de tristes. É caracterizado por grandes taxas recorrentes (35% em 2 anos e 60% em 12 anos). De acordo com Organização Mundial de Saúde (OMS) este transtorno está sendo considerado a principal causa debilitante em todo o mundo, tem-se como levantamento estudos com adolescentes ressaltando que a depressão está ligada a vários problemas de saúde pública (Flores-Cornejo, 2017).

Nesse contexto, a depressão em adolescentes está ligada a alguns aspectos, como abandono escolar, dificuldades na escola, problemas de saúde, aumento do abuso de substâncias, bem como a problemas com colegas e família, dessa maneira podendo afetar a saúde mental, tanto da vida atual, como também do futuro (Idsoe, 2019). Nesse sentido, está associada a alguns aspectos de risco ao longo da vida, englobando episódios depressivos recorrentes, assim como também problemas relacionados à baixa escolaridade e questões socioambientais (Lindqvist, 2020).

Um estudo realizado por Santos-Vitti (2020) com adolescentes indica que a genética e ambientes disfuncionais, podem favorecer o desenvolvimento da depressão, como também de outras doenças psicológicas. Relacionando sobre estes sintomas, há um índice de maior surgimento entre 15 a 21 anos, caracterizando-se como um dos problemas de saúde mental que mais surge nessa fase da vida (Idsoe, 2019).

Debate-se a respeito das crenças causais e sua relação com as dificuldades que os adolescentes têm em resolver problemas de saúde mental. Aponta-se três aspectos associados às crenças causais: confusão por que estava deprimido; depressão como resultado de rejeição, vitimização, estresse; e, algo que os fazem sentirem-se culpados (Midgley, 2017).

A desesperança, a solidão e o desamparo podem atuar como fatores de risco para o desenvolvimento de sintomas depressivos em adolescentes (Santos-Vitti, 2020). Além desses, Rentz-Fernandes (2017) aponta as dificuldades de ajustamento social, baixo autoconceito, e também, a autoimagem como fatores desencadeantes da depressão.

A obesidade também é considerada um fator de risco. Esse transtorno alimentar está aumentando a prevalência nos adolescentes, com isso, favorecendo uma crise, e, possivelmente podendo desenvolver a depressão (Rentz-Fernandes, 2017). Os estudos relatam que nessa fase da adolescência eles têm uma variação da autoestima. Assim é válido delinear que a imagem corporal está baseada em uma imagem ideal criada pela sociedade, que está muito ligada a fatores de risco para o desenvolvimento de sintomas depressivos (Flores-Cornejo, 2017).

Ao evidenciar os fatores de risco, identifica-se que o início do adoecimento pode estar associado às origens, genéticas, biológicas, psicossociais ou até mesmo culturais (Santos-Vitti, 2020). Esses aspectos corroboram com os dados da pesquisa de Patias (2017) em que na fase da adolescência é uma fase de transição de bastante insegurança, em que o adolescente se sente desprotegido diante de alguns aspectos de violência, como de níveis socioeconômicos e culturais.

#### 4.2 Prevenção e Intervenções

Os fatores de proteção são meios que diminuem a vulnerabilidade das pessoas frente aos riscos e a resultados não adaptativos. Características pessoais positivas, tais como a autoestima, autoeficácia e o autoconceito possibilitam o enfrentamento de dificuldades de modo mais saudável (Santos-Vitti, 2020). Como fator de proteção contra problemas psicossocial, a autoestima e a atitude positiva da pessoa em relação a si mesma, por exemplo, podem estar associadas ao baixo risco de ideação suicida (Lara, 2018).

De acordo com Mccauley (2018) nos Estados Unidos ocorre uma quantidade de mortes elevada por suicídio em adolescentes. A cada morte por suicídio, há ainda, um dado relevante: o índice elevado de tentativas de suicídio associados a jovens que praticam autolesões não suicidas. A sintomatologia depressiva como também a ideação suicida em adolescente pode ter comportamentos autodestrutivos, fantasias e planos de suicídio, desta forma influenciando assim nessa fase (Lara, 2018).

Outro fator de proteção apontado nos estudos, diz respeito à prática de exercícios físicos. Os adolescentes que praticavam atividade física regularmente apresentam menores níveis de depressão, porém não se diferenciam quanto à autoestima e insatisfação corporal. As pesquisas relatam ainda que a prática de exercícios físicos ajuda na regulação dos níveis da depressão. (Flores-Cornejo, 2017).

Soma-se também como fator preponderante para prevenir a depressão na adolescência a educação nutricional (Rentz-Fernandes, 2017). Nesse sentido e, corroborando com a visão de que o estado de bem-estar de satisfação consigo mesmo possibilita a manutenção da saúde mental (Patias, 2017), faz-se necessário pensar em políticas públicas nas escolas e fora delas, com temas que envolvam o corpo e a mente (Rentz-Fernandes, 2017).

Partindo do pressuposto de que algumas pessoas satisfeitas com suas vidas tendem a perceber acontecimentos, mesmo os estressores, de forma mais otimista, programas podem ajudar nessa prevenção das sintomatologias depressivas. De acordo com Benas (2019) através dos programas escolares de prevenção, foi realizado o tratamento preventivo de Psicoterapia Interpessoal e de Treinamento de Habilidades. Nele observou-se a redução de internalização, e externalização dos sintomas em adolescentes.

Outro fator preponderante diz respeito aos acompanhamentos nessa fase. Segundo Wright (2017), a Terapia Cognitivo Comportamental (TCC) realizada com adolescentes com depressão seria uma das principais formas de tratamento recomendada para esse grupo. O pesquisador evidenciou que os adolescentes têm predileção pela psicoterapia de modo remoto, para evitar o contato frente a frente.

Em consonância, Garmy (2019) relata sobre um programa de prevenção de depressão, usando a técnica da TCC. Ele indica que as intervenções estavam pautadas na mudança de pensamentos negativos, estratégias de resolução de problemas e exercícios para o fortalecimento de habilidades sociais. Por fim, sinaliza que os participantes desse estudo diminuíram significativamente os sintomas depressivos.

Outra pesquisa, também utilizando a Terapia Cognitivo Comportamental, teve como foco acompanhar, via ambulatório, acompanhar a família de adolescentes hospitalizados psiquiatricamente, com sintomas depressivos, que tiveram tentativas de suicídio ou ideação suicida. Como resultado, verificou-se a diminuição das taxas de tentativas de suicídio, porém não foram significativas (Esposito-Smythers, 2019). Por outro lado, Mccauley (2018) relata que o tratamento através da Terapia Comportamental Dialética demonstra uma diminuição significativa nas tentativas de automutilação e suicídio.

Identificou-se que existem tratamentos que se tornam mais acessíveis para adolescentes que são as Intervenções Online. Essas permitem o acesso a um acompanhamento, possibilitando benefícios para a saúde, principalmente os adolescentes que moram nas áreas rurais (Lindqvist, 2020). Nesse sentido, a Terapia de Suporte comparada a uma Intervenção de Mentalidade Controlada por computador, percebeu-se que os adolescentes que foram submetidos a essa intervenção de

mentalidades guiada por computador, se recuperaram três vezes mais rápido nas situações de estresse do que os grupos de controle (Schleider, 2016).

Outra intervenção da Psicologia utilizada é a Psicoterapia Psicodinâmica. Essa tem evidências de eficácia para o tratamento de transtornos depressivos, apesar de ser pouco conhecida. Foi utilizada em conjunto com a TCC e evidenciou ser útil tendo bons resultados no tratamento de transtornos depressivos em adolescentes (Løvgren, 2019). Além disso foi identificado a intervenção de terapia cognitivo comportamental gamificada online, com a intenção de prevenção de sintomas depressivos e, como resultado, foi identificado taxas de redução dos sintomas (Perry, 2017).

Segundo a autora Schleider (2016) mediante as intervenções utilizadas, alguns esforços foram feitos para tentar reduzir o índice de problemas de saúde mental, de uma certa maneira houve redução, porém não diminuíram as taxas de uma forma geral das doenças mentais. A psicoterapia de forma geral, contribui com a estabilidade nessa fase conflituosa da adolescência, com isso levando a uma maturidade e evolução (Henriksen, 2021).

Associando a intervenção da psicoterapia com o uso de fármacos, verificou-se que se faz necessário uma atenção permanente, haja vista que o tratamento com medicamentos pode ter um efeito menos eficaz em pessoas mais jovens que em adultos. (Henriksen, 2021). Dessa maneira, pacientes que veem a depressão como crônica, como também de compreensão biológica tem maior adesão ao tratamento medicamentoso, em contrapartida os pacientes que têm problemas relacionais, têm menor comprometimento aos fármacos (Midgley, 2017).

Enfim, devido às taxas de depressão em adolescentes terem aumentado significativamente, faz-se necessário um tratamento precoce impedindo, assim, futuros problemas de saúde e desenvolvimento de transtornos mentais. Com destaque para a utilização da Terapia Cognitivo Comportamental associada a outros métodos, como forma de prevenção, bem como utilizada no início da doença, trazem respostas frutuosas para os adolescentes (Wright, 2017).

## 5. Conclusão

Os resultados desse estudo possibilitaram responder aos objetivos propostos, ou seja, oportunizou a compreensão das intervenções da Psicologia em adolescentes com depressão, bem como pode-se verificar quais são os fatores psicossociais envolvidos no processo do adoecimento em adolescentes e quais as sintomatologias mais evidenciadas na depressão nesta fase do desenvolvimento.

A depressão é compreendida como um humor deprimido, perda de interesse ou prazer em quase todas as atividades por um período de pelo menos duas semanas. Evidenciou-se que a depressão em adolescentes está ligada a alguns aspectos, como abandono escolar, dificuldades escolares, problemas de saúde, aumento do abuso de substâncias, problemas com colegas, família e aspectos de violência, dessa maneira afetando a saúde mental. A literatura aponta que as dificuldades de ajustamento social, baixo autoconceito, e também a autoimagem, como fatores desencadeantes da depressão.

Nessa perspectiva verificou-se nos estudos, os aspectos de proteção demonstraram, que os adolescentes que praticavam atividade física regularmente apresentaram menores níveis de depressão, porém não se diferenciam quanto à autoestima e insatisfação corporal.

Foi possível identificar que a intervenção utilizando a Terapia Cognitivo Comportamental realizada com adolescentes com depressão, seria uma das principais formas de tratamento evidenciadas na pesquisa. Ficou explícito que os adolescentes têm predileção pela psicoterapia de modo remoto. Estudos apontam que existem tratamentos que se tornam mais acessíveis, são as intervenções online que permitem acesso mais rápido aos adolescentes de todas as regiões.

Ressalta-se que para uma prática baseada em evidências é fundamental que novos estudos sejam pleiteados, a fim de embasar a prática dos Psicólogos. Ademais, em última análise, os resultados sugerem que a prática voltada para a

Psicopatologias estão direcionadas para abordagens mais cognitivas, havendo a necessidade de desmistificar que apenas a essas possa tratar essas psicopatologias, em especial a depressão

Diante dos dados encontrados nesse estudo, faz-se necessário refletir sobre importância de que sejam pensadas em estratégias voltadas para os adolescentes, englobando vários aspectos da sua vida, desde a compreensão que estão vivenciando um período de crise e que, assim, precisam ser compreendidos nas dimensões biopsicossociais. A criação de políticas públicas que abarquem programas de assistência social, proteção, defesa dos direitos faz-se primordial.

Na área de saúde, o acesso a políticas de prevenção e promoção de saúde mental é de fundamental importância para que sejam criados espaços de acolhimento e atenção ao adolescente. Ademais, faz-se necessário que o acesso à psicoterapia individual, em grupo, intervenções terapêuticas coletivas, espaços terapêuticos de orientação para pais e cuidadores, regime de atenção diária, acompanhamento contínuo, atenção hospitalar, as urgências e reabilitações sociais, voltados para essa faixa etária.

No contexto educacional, há a necessidade de intervenções de Psicoeducação nas escolas, através de programas com palestras que exponham sobre as emoções, bullying, autoestima, como os fatores psicossociais envolvidos nesse que possibilitem acolher esses sofrimentos, favorecendo a prevenção de doenças mentais, como é o caso da depressão. Nesse sentido, a escola pode atuar ainda como facilitadora ao acesso a um acompanhamento adequado, ao orientar os familiares dos adolescentes como ter acesso à Rede de atendimento Psicossocial.

Por fim, cabe frisar a necessidade de novos estudos que contemplem outras práticas interventivas em abordagens direcionadas para os adolescentes diagnosticados com depressão. Com isto, existe a necessidade abrangente de novas pesquisas contribuindo com o seguimento e fundamentando novas práticas.

## Referências

- Bardin L. (1977). Análise de conteúdo. Lisboa: Edições, (70), 1-275.
- Benas, J. S. et al. (2019). The Depression Prevention Initiative: Impact on adolescent internalizing and externalizing symptoms in a randomized trial. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 48 (sup 1), S57-S71. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5493504/>.
- Brito, I. (2011). Ansiedade e depressão na adolescência. *Revista Portuguesa de Medicina Geral e Familiar*, 27(2), 208-14. <http://www.scielo.mec.pt/pdf/>.
- Bruscatto, W. L., & Condes, R. P. (2020). Caracterização do Atendimento Psicológico na Saúde. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, 36. <https://www.scielo.br/j/ptp/a/tx3rcWYLRXjQgmncqN689XL/?lang=pt>.
- Callahan, P., Liu, P., Purcell, R., Parker, A. G., & Hetrick, S. E. (2012). Evidence map of prevention and treatment interventions for depression in young people. *Depression research and treatment*, 2012. <https://www.hindawi.com/journals/drt/2012/820735/>.
- de Lima, C. et al. (2016). Relação entre depressão e qualidade de vida de adolescentes no contexto escolar. *Psicologia, Saúde e Doenças*, 17(3), 338-351. <https://www.redalyc.org/pdf/362/36249164003.pdf>.
- da Silva, E. F., Teixeira, R. D. C. P., & Hallberg, S. C. M. (2018). Prevalência de depressão na adolescência: uma consulta a prontuários de uma clínica-escola em Porto Alegre. *Revista brasileira de psicoterapia*, 20(3), 17-29. [http://rbp.celg.org.br/detalhe\\_artigo.asp?id=257](http://rbp.celg.org.br/detalhe_artigo.asp?id=257).
- DSM-5: (2014). Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais. American Psychiatric Association. Artmed Editora,
- Eisenstein, E. (2005). Adolescência: definições, conceitos e critérios. *Adolesc. Saúde (Online)*, 6-7. [http://adolescenciaesaude.com/detalhe\\_artigo.asp?id=167](http://adolescenciaesaude.com/detalhe_artigo.asp?id=167).
- Erikson, E. H. (1976). Identidade, juventude e crise. 2. ed. Rio de Janeiro: Zahar.
- Esposito-Smythers, C. et al. (2019). Family-focused cognitive behavioral treatment for depressed adolescents in suicidal crisis with co-occurring risk factors: A randomized trial. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 60(10), 1133-1141. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6742562/>.
- Flores-Comejo, F., Kamego-Tome, M., Zapata-Pachas, M. A., & Alvarado, G. F. (2017). Association between body image dissatisfaction and depressive symptoms in adolescents. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 39, 316-322. <https://www.scielo.br/j/rbp/a/t53rstnzq3LZkDQNX56mNtK/?lang=en>.

- Garmy, P., Clausson, E. K., Berg, A., Steen Carlsson, K., & Jakobsson, U. (2019). Evaluation of a school-based cognitive-behavioral depression prevention program. *Scandinavian journal of public health*, 47(2), 182-189. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/pmc6442019/>.
- Henriksen, A. K., Ulberg, R., Tallberg, B. P. U., Løvgren, A., & Johnsen Dahl, H. S. (2021). Conflicted anger as a central dynamic in depression in adolescents—a double case study. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 18(12), 6466. [HTTPS://WWW.NCBI.NLM.NIH.GOV/PMC/ARTICLES/PMC8296314/](https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8296314/).
- Idsoe, T., Keles, S., Olseth, A. R., & Ogdén, T. (2019). Cognitive behavioral treatment for depressed adolescents: results from a cluster randomized controlled trial of a group course. *BMC psychiatry*, 19(1), 1-17. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/pmc6532239/>.
- Lara, Germán Alejandro García et al. (2018). Variáveis preditivas de ideação suicida e sintomas depressivos em adolescentes de Chiapas, México. *Ciência & Saúde Coletiva*, 23, 1089-1096. <https://www.scielo.br/j/csc/a/ XyJh9VGkHSy6DQF9Yr7hK6M/?lang=es>.
- Lindqvist, K., Mechler, J., Carlbring, P., Lilliengren, P., Falkenström, F., Andersson, G., ... & Philips, B. (2020). Affect-focused psychodynamic internet-based therapy for adolescent depression: randomized controlled trial. *Journal of medical internet research*, 22(3), e18047. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7154938/>.
- Løvgren, A., Røssberg, J. I., Nilsen, L., Engebretsen, E., & Ulberg, R. (2019). How do adolescents with depression experience improvement in psychodynamic psychotherapy? A qualitative study. *BMC psychiatry*, 19(1), 1-12. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6429792/>.
- Melo, A. K., Siebra, A. J., & Moreira, V. (2017). Depressão em adolescentes: revisão da literatura e o lugar da pesquisa fenomenológica. *Psicologia: ciência e profissão*, 37, 18-34. [https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-98932017000100018&script=sci\\_arttext](https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1414-98932017000100018&script=sci_arttext).
- Meine, I. R., Cheiram, M. C., & Jaeger, F. P. (2019). Depressão e suicídio: o adolescente frente a fatores de risco socioculturais. *Research, Society and Development*, 8(12), 20. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7167428>.
- McCauley, E., Berk, M. S., Asarnow, J. R., Adrian, M., Cohen, J., Korslund, K., ... & Linehan, M. M. (2018). Efficacy of dialectical behavior therapy for adolescents at high risk for suicide: a randomized clinical trial. *JAMA psychiatry*, 75(8), 777-785. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6584278/>.
- Midgley, N., Parkinson, S., Holmes, J., Stapley, E., Eatough, V., & Target, M. (2017). “Did I bring it on myself?” An exploratory study of the beliefs that adolescents referred to mental health services have about the causes of their depression. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 26(1), 25-34. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5233729/>.
- Nock, M. K., Green, J. G., Hwang, I., McLaughlin, K. A., Sampson, N. A., Zaslavsky, A. M., & Kessler, R. C. (2013). Prevalence, correlates, and treatment of lifetime suicidal behavior among adolescents: results from the National Comorbidity Survey Replication Adolescent Supplement. *JAMA psychiatry*, 70(3), 300-310. <https://jamanetwork.com/journals/jamapsychiatry/article-abstract/1555602>.
- (1994). Organização Mundial da Saúde (OMS). CID-10: Classificação Estatística Internacional de Doenças com disquete Vol. 1. Edusp.
- Padilla Ramírez, Y. A. (2019). Prevalencia de depresión en adolescentes de 15 a 18 años en el Complejo Educativo Capitán General Gerardo Barrios, julio a diciembre 2019. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/biblio-1150539>.
- Papalia, D. E., & Feldman D. R. (2013). *Desenvolvimento Humano*, 12. ed. Porto Alegre, Artmed, 388 p.
- Patias, N. D., Heine, J. A., & Dell'Aglio, D. D. (2017). Bienestar subjetivo, violencia y síntomas de depresión, ansiedad y estrés en los adolescentes. *Avaliação Psicológica*, 16(4), 468-477. [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1677-04712017000400011&script=sci\\_abstract&tlng=es](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1677-04712017000400011&script=sci_abstract&tlng=es).
- Perry, Y. et al. (2017). Preventing depression in final year secondary students: school-based randomized controlled trial. *Journal of Medical Internet Research*, 19(11), e8241. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5691241/>.
- Rentz-Fernandes, A. R., Silveira-Viana, M. D., Liz, C. M. D., & Andrade, A. (2017). Autoestima, imagem corporal e depressão de adolescentes em diferentes estados nutricionais. *Revista de saúde pública*, 19, 66-72. <https://www.scielosp.org/article/rsap/2017.v19n1/66-72/>.
- Santos-Vitti, L., Faro, A., & Baptista, M. N. (2020). Fatores de risco e proteção e sintomas de depressão na adolescência. *Psico*, 51(4), e34353-e34353. <https://revistaseletronicas.pucrs.br/ojs/index.php/revistapsico/article/view/34353/26680>.
- Schleider, J. L., & Weisz, J. R. (2016). Reducing risk for anxiety and depression in adolescents: Effects of a single-session intervention teaching that personality can change. *Behaviour research and therapy*, 87, 170-181. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5127737/>.
- Silva, L. M. (2017). Percepções de psicólogos clínicos acerca da depressão em adolescentes e a importância da psicoterapia para estes casos. *Psicologia-Pedra Branca*. <https://riuni.unisul.br/handle/12345/4311>.
- Souza, M. T. D., Silva, M. D. D., & Carvalho, R. D. (2010). Revisão integrativa: o que é e como fazer. *Einstein (São Paulo)*, 8, 102-106. [http://astresmetodologias.com/material/O\\_que\\_e\\_RIL.pdf](http://astresmetodologias.com/material/O_que_e_RIL.pdf).
- Trevisan, J. (2004). Psicoterapia psicanalítica e depressão de difícil tratamento: à procura de um modelo integrador. *Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul*, 26, 319-328. <https://www.scielo.br/pdf/rprs/v26n3/v26n3a09.pdf>.
- Wright, B. et al. (2017). Computerised cognitive-behavioural therapy for depression in adolescents: feasibility results and 4-month outcomes of a UK randomised controlled trial. *BMJ open*, 7(1), e012834. <https://bmjopen.bmj.com/content/7/1/e012834.long>.