

Sobre a depressão infantil

Por Maria Nurymar Brandão Benetti

Inverno 2003

O significado psicopatológico da palavra depressão aponta para um quadro marcado pelo humor de tristeza vivida de modo melancólico e que se manifesta como desânimo, falta de vontade de viver, de agir, de se comunicar e, no caso da criança, falta de vontade de brincar.

Difere da "mera" tristeza por não se encontrar umnexo causal evidente que justifique esse estado. Em contrapartida, a tristeza tem uma causa evidente: trata-se de uma perda pessoal ou material, de uma vivência de solidão, de sentimento de abandono ou de desamparo procedentes.

Sem questionar a pesquisa da colega Myriam Cruvinel, que não conheço em profundidade, me pergunto quantas crianças dadas como "depressivas", não são, de fato, tristes.

A experiência de desamparo, de terem que "se virar" sozinhas é muito freqüente entre crianças que, pelas mais diversas contingências, por muitas horas durante o dia, não contam com a presença da mãe ou do pai, desde muito pequenas. Muitas vezes, ou não há substitutos temporários para os pais, as crianças ficam sós, por conta própria ou tem substitutos inadequados e mal preparados. Essa situação, em geral, acarreta sentimentos de solidão, de desamparo e de tristeza que tem uma causa identificável e aos quais eu não chamaria de depressão.

Em todo o caso, é lamentável que haja tantas crianças tristes - deprimidas ou não- ao invés de serem, como é natural na infância, alegres e despreocupadas. Segundo a colega, são 3,5% da população escolar de Campinas entre 8 e 15 anos.

Não obstante haja a necessidade de ficarem muitas horas por dia longe de seus filhos, como poderiam os pais contribuir para que eles não se sintam solitários, tristes, desanimados? Soluções mágicas não existem, mas ajuda bastante uma disposição genuína de saber da vida deles, ouvir sobre o dia da criança: dificuldades encontradas, coisas boas que viveram, acontecimentos simples, aparentemente sem importância. Oferecer a elas a certeza de que elas contam com os pais, com seu apoio e com a sua compreensão, não apenas com reclamações e reprimendas que, é óbvio, às vezes são necessários. Também ajuda saberem onde encontrar os pais a qualquer momento e que serão bem recebidas se os procurarem.

Por fim, para que também os pais não se sintam tristes, sabemos que essa "disposição genuína" e o contato com os filhos a qualquer momento nem sempre é possível. Mas se os filhos puderem contar com eles a maior parte do tempo, serão mais felizes e menos propensos a estados melancólicos.

Maria Nuryrmar Brandão Benetti é Psicóloga especialista em Psicologia Clínica, Docente e Supervisora do Curso de Psicologia da PUCCAMP.