

2015-04-10 09:59:10

<http://justnews.pt/noticias/estudo-internacional-traça-o-perfil-de-risco-para-a-depressao-na-adolescencia>

## **Estudo internacional traça o perfil de risco para a depressão na adolescência**

Uma percentagem significativa de adolescentes portugueses apresenta sintomatologia depressiva (8%) ou está em risco de desenvolver depressão (19%), sendo a tendência para depressão na adolescência maior nas raparigas, revela um estudo internacional realizado por investigadores da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra (UC).

Esta investigação visa traçar o perfil de risco psicológico e genético para a depressão na adolescência, assim como testar a eficácia de um Programa de Prevenção da Depressão para Adolescentes.

Características temperamentais de emocionalidade negativa (tristeza, timidez, agressão, medo, etc.), estratégias de regulação emocional menos eficazes, maior número de acontecimentos de vida negativos na escola, com os amigos e com a família, bem como experiências de abuso e negligência e fraco desempenho escolar são fatores que deixam os adolescentes mais vulneráveis à depressão, conclui a pesquisa que envolveu uma amostra comunitária de 3.300 adolescentes, a frequentarem o 8º e o 9º ano de escolaridade e com uma idade média de 14 anos.

A equipa, que integra investigadores dos EUA (University of Emory), Alemanha (Maxplanck Institute) e Islândia (University of Iceland), identificou igualmente algumas variáveis parentais que contribuem para a depressão nos filhos, nomeadamente a existência de sintomatologia depressiva nas mães, e relações pais/filhos caracterizadas por mais conflito e menos suporte e profundidade.

Numa amostra de 290 adolescentes em risco foi estudada a eficácia de um Programa de Prevenção da Depressão para Adolescentes (PPDA), uma adaptação do programa Mind and Health. Foi também estudado um programa inovador criado na UC, o Programa Parental para a Prevenção da Depressão na Adolescência (3PDA) para os pais e/ou encarregados de educação dos jovens em risco que participam no PPDA.

Os resultados mostram que «relativamente ao programa efetuado com os adolescentes em risco, para prevenir a depressão, os jovens do grupo experimental descem significativamente os níveis de sintomatologia depressiva com a intervenção e depois mantêm a mudança, não se passando o mesmo com o grupo de controlo (grupo sem intervenção)», afirma Ana Paula Matos, investigadora responsável do projeto e membro do Centro de Investigação do Núcleo de Estudos e Intervenção Cognitivo-Comportamental da UC (CINEICC).

Quando os pais participam no programa «os valores de sintomatologia depressiva dos filhos descem significativamente após a intervenção sendo estes jovens os que também apresentam os valores médios mais baixos de sintomatologia depressiva após 6 meses de seguimento, comparativamente com os adolescentes cujos pais não participam no programa. A sintomatologia depressiva dos próprios pais desce também significativamente com a intervenção, mantendo-se este ganho nos 6 meses de seguimento, o mesmo não acontecendo nos pais que não participam no programa», nota a investigadora da UC.

Sobre o impacto do estudo, iniciado em 2008 e financiado pela Fundação para a Ciência e Tecnologia (FCT), Ana Paula Matos está convicta que «os resultados obtidos irão ter um impacto de grande relevo nos conhecimentos sobre a depressão nos jovens e a forma de a prevenir e tratar. A depressão é uma das doenças mais prevalentes nas crianças e adolescentes, comprometendo o funcionamento emocional, académico e relacional».



As conclusões do estudo “Prevenção de Adolescentes Portugueses: estudo da eficácia de uma intervenção com adolescentes e pais” vão ser apresentadas e discutidas no congresso internacional “[SaudávelMente](#)”, a decorrer, na Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, nos próximos dias 14 e 15 de Abril.

Dirigido essencialmente a profissionais e estudantes das áreas da Psicologia, Saúde Mental, Educação e Formação de Crianças, Jovens e Famílias, o congresso engloba workshops, conferências, mesas redondas e posters nas temáticas da promoção da saúde mental e a apresentação de estudos e programas de intervenção, nacionais e internacionais, no domínio da prevenção e tratamento da depressão.