

Antidepressivos : curam a depressão ou não?

O consumo de antidepressivos em Portugal teve um aumento de 110%, nos últimos dez anos, segundo relatório do INFARMED. Actualmente é a forma preponderante no tratamento da depressão muito por desconhecimento dos seus efeitos e de alternativas a este tratamento, sendo que a maioria dos diagnósticos são feitos por médicos que não tem formação ao nível da psicologia e da psiquiatria e defendem que apenas os medicamentos tratam a depressão. Existem vários tipos de antidepressivos sendo os mais receitados os (ISRS) Inibidores Selectivos de Recaptação da Serotonina, onde se inclui o famoso Prozac, o Paxetil, o Zoloft e o Cipralex. A sua designação de “antidepressivos” é enganadora uma vez que não curam a depressão. São estimulantes da família das anfetaminas cuja função é acelerar o organismo através da acção das neurohormonas, neuropeptídeos e neurotransmissores como a noropinefrina e serotonina. O estímulo que o antidepressivo provoca no organismo faz com que a pessoa se sinta melhor, no entanto a sua acção é muito mais vasta, provocando importantes alterações psíquicas e físicas, com uma importância enorme para a saúde. Alguns autores defendem que os antidepressivos não “existem”, uma vez que, se o fossem na realidade, tratariam com eficácia a depressão o que não acontece, uma vez que em alguns estudos feitos recentemente o placebo tem o mesmo efeito que a medicamante, logo a sua eficácia é muito duvidosa senão mentirosa mesmo.

O PROZAC é utilizado em curas de emagrecimento milagrosas, com compostos feitos nas farmácias e que ninguém sabe a sua composição. Grande parte desses compostos, receitados pelos médicos que trabalham na área, têm por base a Fluoxetina, genérico do Prozac, mas, quem faz essas ditas curas desconhece o que está a tomar. Se pensarmos que grande parte das pessoas que tomam antidepressivos por um período de tempo razoável (mais de dois anos) começam a perder funções cognitivas com alguma rapidez, então imagine-se o que fazem a quem os toma muitos anos, no caso de pessoas gravemente deprimidas e que não vão além das consultas de psiquiatria. É raros os psiquiatras recomendarem às pessoas com depressão que façam psicoterapia, a não ser, que sejam psicoterapeutas ou psicanalistas. Existem estudos que comprovam que a eficácia da psicoterapia é superior ao medicamento e, como os efeitos da psicoterapia nomeadamente da psicanalítica são duradouros, ou seja, o que foi adquirido em termos de auto-estima e autonomia permanece.

Por ultimo os efeitos prolongados dos antidepressivos são: retenção urinária, cáries dentarias, convulsões, distúrbios sexuais, alterações hematológicas e hepáticas, musculares, ósseas, neurológicas (as primeiras a aparecerem), gastrointestinais, estados confusos, psicose, entre muitos outros. Assim, e perante estes factos, a toma de antidepressivo, deveria ser a ultima solução depois de procurar uma psicoterapia que se adequa à pessoa. Se a psicoterapia não

funcionar ao fim de um par de meses, então sim dever-se-ia tentar um tratamento combinado, psicoterapia e psiquiatria com a finalidade de ajudar no processo da psicoterapia. Muitos das pessoas que tomam antidepressivos durante anos sem resultados, se fossem encaminhadas para uma psicoterapia, evitariam muitos problemas no círculo em que se movimentam, tais como, família e emprego, uma vez que o desgaste de quem está à volta de pessoas com depressão é muito intenso. No entanto quero aqui deixar expresso que existem outras situações em que a ajuda dos antidepressivos é necessária, nomeadamente na Esclerose Múltipla, Fibromialgia e demências tipo Alzheimer, entre outras que não estão aqui mencionadas, por isso, é muito importante fazer um diagnóstico correcto. Se é depressão por falta de auto-estima, afecto, ou perda significativa, ou se é uma doença com sintomas de depressão, porque no primeiro caso, não é necessário a toma de antidepressivos