

# ESTUDO EXPLORATÓRIO SOBRE A CONCEPÇÃO DE DEPRESSÃO

## RUI MANUEL CARRETEIRO

Licenciado pela Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação  
Universidade de Lisboa

A depressão é uma realidade que afecta cada vez mais a população (Widlöcher, 1995; Vallejo-Nágera, 2002). A maioria das famílias da nossa sociedade já contactou, contacta ou virá a contactar com um ou mais casos de pessoas deprimidas. Sendo assim, o que será que as pessoas pensam sobre a depressão?

Para o estudo concepção de depressão, parece possível destacar três dimensões: *Conceptual* – relacionada com o conceito – *Causal* – etiologia/causas da depressão – e *Procedimental* – procedimentos a adoptar face à depressão.

Para a doença, em sentido *lato*, já foram realizados alguns estudos que permitiram a extracção de algumas categorias relativas à *concepção leiga de doença*, parecendo indicar diferenças nas variáveis sexo e idade dos sujeitos (Reis, 1998).

No domínio da depressão não foram encontradas referências literárias, pretendendo-se com o presente estudo – cujas pretensões não podem ir além do carácter exploratório – dar um contributo, quiçá pioneiro, nesta área.

Para estudar a concepção de depressão construiu-se um questionário, ao qual responderam 80 sujeitos, obtidos a partir de uma amostra inicial de 300 indivíduos, construída a partir de um critério de acessibilidade.

A presente metodologia apresenta algumas semelhanças à utilizada por Fradique, Canaipa, André, Bernardes & Carreteiro (2001).

A partir da análise das respostas, verificou-se que a depressão parece sobretudo ser encarada como um estado de abatimento e tristeza, caracterizado pela solidão e isolamento, que se deve essencialmente ao *stress* do dia-a-dia que pode ser minimizado pelo recurso a um técnico de saúde (e.g. psicólogo, já que o uso da medicação parece ser encarado com algumas reticências).

A globalidade dos sujeitos parece discordar completamente que a depressão seja a ausência de saúde ou uma mera anomalia do organismo, consequência do destino e passível de tratar através da astrologia ou de poderes sobrenaturais.

No que concerne à dicotomia doença vs. estado (Schwartz & Schwartz, 1993), verifica-se que a maioria dos sujeitos apresenta a depressão como um estado e raramente como doença.

Tal como nos estudos acerca da concepção de saúde e de doença realizados por Blaxter (cit in Reis, 1998) e Herzlich (cit in Reis, 1998), verificou-se que ao longo das três dimensões consideradas, as respostas geralmente não se baseiam numa única categoria, sendo antes multi-categoriais.

Considerando a sexo dos respondentes, as mulheres tendem concordar mais facilmente que a depressão seja “aquilo que o médico/psicólogo diz que é” ( $a=.001$ ), devendo-se a “uma alteração do funcionamento neurológico do cérebro” ( $a=.04$ ), ou ao excesso de trabalho/falta de tempos livres” ( $a=.05$ ), e mostrando uma maior receptividade para as medicinas alternativas ( $a=.04$ ) e psicoterapia ( $a=.05$ ).

No que concerne à idade, os resultados parecem sugerir uma maior tendência em concordar que a depressão signifique perda de autonomia ( $a=.05$ ) proporcional à idade, sendo igualmente os idosos quem mais facilmente associa a depressão ao não cumprimento dos cuidados médicos.

Assistem-se ainda a algumas diferenças ( $a=.01$ ) quanto ao admitir recorrer ao médico de família, que parece obter o apoio dos indivíduos com idade compreendida entre os 45-59 anos, mas alguma discórdia dos indivíduos mais jovens (15-29 anos).

Quando consideradas as habilitações, verifica-se que os indivíduos com uma escolaridade inferior ao 9º ano tendem a concordar mais facilmente que a depressão signifique perda de autonomia ( $a=.03$ ), o mesmo acontecendo com a ideia de que a depressão “é o que o médico/psicólogo diz que é”, ou da depressão como algo de base neurológica, que tendem a perder apoio com o aumento da escolaridade ( $a=-.01$ ).

Quanto ao recorrer ao médico de família face a uma situação de depressão, verificam-se novamente alguma diferenças, parecendo os indivíduos com menores habilitações concordar mais com esta forma de acção quando comparados com os indivíduos com uma escolaridade superior,

Uma vez considerada a área de formação, observa-se que os sujeitos com formação na área das ciências tendem mais a considerar a depressão como uma anomalia do organismo, seguidos pelos sujeitos da área da saúde, sendo os indivíduos com formação em letras os que parecem concordar menos com esta afirmação.

Quando a depressão é encarada sob o prisma da culpabilização ou baixa auto-estima, o apoio parece sobretudo surgir por parte de sujeitos com formação na área da saúde e minoritariamente pelos sujeitos com formação em letras.

O recurso à psicoterapia como forma de resolução da situação de depressão tende a ser defendido sobretudo pelos indivíduos da área da saúde.

Face a estes resultados, parece ser de concluir que diferentes sujeitos diferem entre si quanto à concepção de depressão, parecendo o género (m/f), idade, grau de habilitações e área da formação académica, ser factores a considerar..

Só por si, este aspecto parece defender a pertinência das investigações dentro desta área, bem como um maior investimento no estudo daquela que muitos afirmam ser a perturbação da sociedade actual.

### Referências

Fradique, F, Canaipa, R., André, M.J., Bernardes, D., Carreteiro, R. (2001). *Representações cognitivas acerca do cancro da mama: Estudo exploratório em mulheres com diferentes formações e carreiras profissionais*. Encontro Internacional "Percurso no feminino: saúde e Psicopatologia da Mulher". Porto.

Reis, J.C. (1998). *O Sorriso de Hipócrates: A integração biopsicossocial dos processos de saúde e doença*. Lisboa: Vega.

Schwartz, A. & Schwartz, R.M. (1993). *Depression Theories and Treatments: Psychological, Biological and Social Perspectives*. New York: The Guilford Press.

Vallejo-Nágera, J. (2002). *A Depressão – Como lidar com a doença do nosso tempo*. Lisboa: Principia.

Widlöcher, D. (1995). *As lógicas da Depressão*. Lisboa: Climepsi Editores.

**Palavras-chave:** *Depressão; Etiologia; Procedimentos*