

Referências na UFSM:

Atividades/Oficinas do Projeto Espaço Alternativo.
Fone: 3220-8826

Referência: Equipe de Apoio Psicossocial da Unidade de
Atenção a Saúde Ocupacional do Servidor.
Contato: (55) 3220- 8064 / 3220-8391

Lembre-se:

PREVENÇÃO É A MELHOR OPÇÃO:

Os exames periódicos são medida fundamental para a promoção de saúde e identificação precoce de doenças. Direcionados à todos os servidores e custeados integralmente pela União.

Adote esta prática. Informe-se:

3220-8134 ou cvqs@mail.ufsm.br



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SANTA MARIA
PRÓ-REITORIA DE RECURSOS HUMANOS
SERVIÇO DE PERÍCIA OFICIAL EM SAÚDE



Elaboração:

Equipe multidisciplinar de atenção
a saúde do servidor

Responsáveis:

Quênia R. Gonçalves
Luciana T.S. Ferreira

Serviço de Perícia Oficial em Saúde

Coord. Dr^a Liliani Mathias Brum
Edição: Adm. Marcelo Schuster
Fone: 55- 3220 - 9228

UNIDADE DE ATENÇÃO À SAÚDE DO SERVIDOR

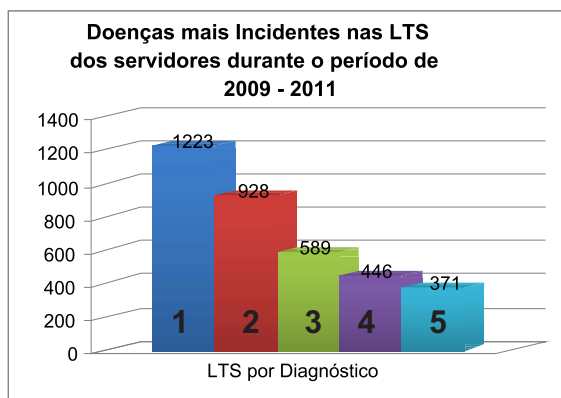
Doenças Mentais



Serviço de Perícia Oficial em Saúde

O Serviço de Perícia Oficial em Saúde (Perícia Médica) da UFSM, nos últimos anos detectou que as doenças que mais geram afastamentos do trabalho são:

1. Doenças Mentais;
2. D. Osteomuscular e Tec Conjuntivo
3. D. do Aparelho Respiratório
4. D. do Aparelho Circulatório
5. D. do Aparelho Digestivo



Fonte: Serviço de Perícia Oficial em Saúde — UFSM

Dados Epidemiológicos Mundiais

De acordo com a Organização Mundial da Saúde (OMS, 2011), estima-se, com relação ao sofrimento psíquico mundial, cerca de 450 milhões de pessoas sofrem de transtornos mentais sendo que depressão situa-se em quarto lugar entre as dez principais patologias.

O que é doença Mental?

Popularmente há uma tendência em se julgar a sanidade das pessoas, de acordo com seu comportamento, de acordo com sua adequação às conveniências sócio-culturais como, por exemplo, a obediência aos familiares, o sucesso no sistema de produção, a postura sexual, etc. Medicamente, entretanto, Doença Mental pode ser entendida como uma variação mórbida do natural, variação capaz de produzir prejuízo na performance global da pessoa (social, ocupacional, familiar e pessoal) e/ou das pessoas com quem convive.

Quais as causas das Doenças Mentais?

Assim como as demais doenças, podemos dizer que para se desenvolver uma Doença Mental há necessidade, no mínimo, de 2 fatores; a disposição pessoal para a doença e dos agentes ocasionais.

O que é Depressão?

Depressão não é: loucura, não é falta de força de vontade, não é um problema de caráter, não é preguiça, não é manipulação.

Depressão é uma doença, diagnosticada por profissionais especializados. Seus sintomas têm duração de no mínimo duas semanas manifestando-se diariamente.

É importante diferenciar depressão do sentimento normal de tristeza. Pois, se você perdeu um familiar ou passou por uma separação conjugal, por exemplo, é normal o seu estado de humor estar alterado e tende a se estabilizar com o tempo.

Alguns sintomas

- Sentimento de tristeza e pessimismo;
- Falta de interesse nas coisas que costumava gostar;
- Choro fácil ou sem motivo;
- Problemas para dormir ou sono excessivo;
- Dificuldade de concentração;
- Ansiedade e irritabilidade aumentada;
- Sentimentos exagerados de frustração e desvalia;

Possíveis Causas

- Histórico familiar de depressão;
- Eventos estressantes ou perdas importantes (como, perda de emprego, luto, divórcio);
- Uso indevido de medicamentos, álcool ou outras drogas;
- Doenças Físicas (doenças cardíacas e câncer, por exemplo);

Tratamento da depressão

É realizado através de psicoterapia e medicamentos específicos. É importante manter o acompanhamento com o médico para possíveis ajustes do tratamento medicamentoso.

O tratamento precoce previne a piora da doença, sua recorrência. Portanto, se você apresenta alguns sintomas de depressão procure logo um especialista.

É importante enfatizar que o tratamento é longo e gradativo.