



Infância Falta de vínculos emocionais pode provocar depressão nos primeiros meses de vida. Em Portugal há duas unidades especializadas

Os bebés também têm depressão

JOANA PEREIRA BASTOS

Quando um bebé passa os dias a chorar sem nenhuma causa aparente, o mais certo é que os pais pensem que a criança tem mau feitiço ou está com alguma dor. O que não ocorre à maioria é que o sofrimento pode ser psicológico. A verdade é que os bebés também ficam deprimidos e os sintomas podem aparecer logo nos primeiros meses de vida. Só no ano passado, 450 bebés até aos três anos foram observados nas duas unidades de pedopsiquiatria existentes no Serviço Nacional de Saúde e especializadas na primeira infância. Cerca de 20% tinham depressão.

“Por muito que custe a crer, a depressão nos bebés é um problema real. Pode haver fatores orgânicos, mas as causas são sobretudo relacionais”, assegura Pedro Caldeira da Silva, responsável da Unidade da Primeira Infância (UPI) do serviço de pedopsiquiatria do Hospital Dona Estefânia, em Lisboa, que tem duas consultas pioneiras a nível nacional: uma só para “bebés irritáveis”, que fazem birras constantes e têm grande dificuldade em acalmarse, e outra destinada apenas a “bebés silenciosos”, que não choram quase nunca, não protestam, não

exigem atenção. A grande irritabilidade ou a apatia excessiva são, muitas vezes, atribuídas pelos pais ao feitiço da criança, mas na realidade podem ser sintomas de uma depressão (ver caixa).

Um bebé chega ao mundo como uma máquina biologicamente programada com mecanismos sensoriais, motores e afetivos destinados a estabelecer, da forma mais rápida e intensa possível, um vínculo emocional com a mãe ou com um cuidador, de forma a garantir a sua proteção e sobrevivência. O proble-

ma é quando esse laço não existe ou não é suficientemente forte.

“Há bebés que têm experiências repetidas de frustração no que diz respeito aos vínculos emocionais, por exemplo, porque a mãe sofre de depressão pós-parto e não consegue relacionar-se afetivamente com eles, porque sofreram abandonos precoces ou porque têm uma grande alternância de cuidadores”, explica o especialista.

Os bebés que foram abandonados ou retirados às famílias e que vivem em instituições são particularmente

vulneráveis. Os técnicos que cuidam deles rodam ao sabor dos turnos e não há ninguém com quem estabeleçam uma relação afetiva primordial. Podem ser fisicamente bem tratados, mas emocionalmente é como se fossem deixados à fome. “Ao institucionalizar os bebés, em vez de pô-los em famílias de acolhimento e facilitar a adoção, o Estado está a criar crianças doentes. No geral, as instituições que acolhem bebés em Portugal deixam muito a desejar”, acusa Pedro Caldeira da Silva.

Goretti Dias, coordenadora da UPI do serviço de pedopsiquiatria do Centro Hospitalar do Porto — o único a nível nacional, a par da do Hospital Dona Estefânia — observa com frequência bebés institucionalizados e fica “profundamente impressionada” com o olhar triste e vazio de muitos deles. “Os tribunais continuam a prolongar medidas de institucionalização, com consequências gravíssimas para a saúde mental das crianças”, corrobora.

Não é por acaso que a depressão na primeira infância foi, aliás, inicialmente descoberta em crianças institucionalizadas. Nos anos 40, o psicanalista austríaco radicado nos Estados Unidos, René Spitz, estudou o fenómeno em bebés criados em orfanatos a partir dos seis meses de idade. Com a privação emocional, muitos entravam em depressão, ficando cada vez mais apáticos e “com um olhar distante como se estivessem num estado de estupor”. Nos casos mais graves, permaneciam deitados de bruços no berço, com a cara escondida, recusavam comer e adoeciam. Alguns acabaram por morrer.

Mas as crianças institucionalizadas estão longe de ser a maioria entre as que são observadas por depressão nas Unidades da Primeira Infância de Lisboa e Porto. Na maior parte dos casos, os bebés vivem com os pais. “Há sempre maior risco nas famílias disfuncionais ou em que a mãe sofre de depressão, por exemplo, mas também surgem casos em famílias aparentemente muito normais”, garante Gonçalo Cordeiro Ferreira, diretor do serviço de Pediatria do Centro Hospitalar de Lisboa Central.

Cuidado com as creches

A entrada muito precoce para a creche, logo aos três meses, e um tempo muito longo de permanência diária na instituição podem ser fatores de risco. “Há bebés que, desde muito cedo, ficam oito ou dez horas por dia na creche, onde podem ser bem tratados do ponto de vista da alimentação e da higiene, mas ficam tempo de mais no berço, com muito pouca interação. É dramático”, alerta Pedro Caldeira da Silva.

Na maioria dos casos, os bebés são encaminhados para as unidades especializadas de pedopsiquiatria pelos próprios pais, que se queixam das birras constantes, da irritabilidade e do choro frequente — sintomas que costumam aparecer mais tardiamente, entre os 12 e os 18 meses. Já nos bebés mais pequenos, a apatia, o desinteresse pelos estímulos à volta ou a dificuldade de manter um contacto visual são sinais de alarme mais comuns, a par de alterações no sono, perda de apetite e atraso no desenvolvimento.

“Habitualmente, os bebés chegam à UPI com um ano e meio, dois anos. Mas quando fazemos a história clínica, percebemos que a depressão começou muito antes, por volta dos 6 meses”, diz Goretti Dias.

O tratamento não envolve medicação, uma vez que os bebés não podem tomar antidepressivos. A psicoterapia passa, sobretudo, por jogos e brincadeiras específicas com as crianças, muitas vezes envolvendo os pais. Quanto mais precoce for detetado, mais rápidos são os resultados: dois meses podem ser suficientes para reverter a situação. O problema é quando os sinais são desvalorizados e os pais “esperam que passe” — um erro que pode ter consequências graves: “Uma depressão não tratada deixa sequelas ao nível do desenvolvimento que podem ficar para sempre”, alerta Goretti Dias.

jbastos@expresso.imprensa.pt

SINAIS DE ALARME

- Não chorar ou chorar muito pouco não significa que o bebé não esteja triste. A calma excessiva, a apatia, pouca reação aos estímulos e desinteresse em explorar o que está à volta são sinais que podem aparecer precocemente, por volta dos seis meses de idade. “Se um bebé não sorri, não gracinha, não tenta agarrar a mão ou interagir” deve ser visto
- Dificuldade em manter contacto visual: o bebé desvia o olhar
- Alterações do sono
- Perda de apetite
- Atraso na aquisição da linguagem
- Atraso no desenvolvimento motor
- Irritabilidade excessiva, birras constantes e choro frequente sem razão aparente podem aparecer mais tarde, depois de um ano de idade





Os bebés
também
ficam
deprimidos ^{P18}