



TRANSTORNO MENTAL ADULTO: SAIBA COMO TRATAR NESSA FASE



H O S P I T A L
SANTA MÔNICA
Medicina e cuidados em saúde mental

Introdução..... 3

O que é transtorno mental?..... 5

Quais são os sintomas de transtornos mentais?..... 9

Quais são os principais transtornos mentais
em adultos e como tratá-los?..... 13

Como o HSM ajuda no tratamento de
transtornos mentais? 19

Conclusão 23

Sobre o Hospital Santa Mônica 25



Introdução



Pode acontecer de um transtorno mental que se manifesta na infância acompanhar a pessoa até a vida adulta, como no caso da hiperatividade e do déficit de atenção. Mas você sabia que **também existem transtornos que se desenvolvem no adulto?** Essas condições podem causar grandes prejuízos para a qualidade de vida.

Muitas vezes, trazem dificuldades que interferem negativamente em aspectos importantes, como os estudos, a vida profissional e o convívio social. Ainda, há o fato de os transtornos mentais no adulto causarem sofrimento psíquico em função da falta de diagnóstico e da ausência de apoio e de tratamento adequado.

Por isso, precisamos vencer as barreiras do preconceito e da discriminação para tratar esse assunto com a atenção que ele merece. Foi pensando nisso que preparamos este material com a ajuda do **psiquiatra e coordenador de práticas médicas do Hospital Santa Mônica (HSM), Dr. Guilherme Shirakawa (CRM 170279 / RQE 79725).**

Nele, você vai entender o que é transtorno mental, quais são os principais transtornos que se manifestam em adultos, os sintomas e sinais que identificam essas condições e como elas podem ser tratadas. Boa leitura!





O que é transtorno mental?



Doutor Guilherme começa apresentando o conceito de transtorno mental:

“O transtorno mental é uma condição que afeta o funcionamento normal do cérebro, das emoções e do comportamento de uma pessoa, causando sofrimento significativo e interferindo em suas atividades diárias”.

De acordo com a especialista, ele pode apresentar diversas causas, por exemplo, **fatores genéticos, biológicos, psicológicos, neuroquímicos e ambientais**. Além disso, envolve diferentes alterações que ocorrem no pensamento, no comportamento, nas relações interpessoais e no humor.

Em função das dificuldades que provoca, o transtorno mental pode ser mal compreendido pelas pessoas que estão ao redor do portador. No entanto, Guilherme ressalta que é muito importante entender que ter um transtorno não é sinal de fraqueza ou de falta de caráter.

“Assim como outras condições de saúde, os transtornos mentais são condições médicas legítimas que podem ser tratadas com intervenções apropriadas, como terapia, medicamentos ou uma combinação de ambos. O apoio da família, amigos e profissionais de saúde mental desempenha um papel crucial no manejo e na recuperação dessas condições”.





Doutor Guilherme ainda conta que não existe um momento específico da vida para a ocorrência de transtornos mentais. Segundo ele, **esses transtornos podem se manifestar desde a infância até a velhice**, em função da interação complexa que acontece entre os fatores que podem causá-los.

“O desenvolvimento humano é um processo contínuo, e diversos fatores genéticos, biológicos, ambientais e psicossociais podem influenciar o surgimento de transtornos mentais em diferentes estágios”, esclarece o psiquiatra do HSM.



Existem alguns transtornos mentais que podem se manifestar ainda na infância, persistir ao longo da adolescência e acompanhar a pessoa até a sua fase adulta. É o que acontece, por exemplo, com o TDAH (Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade).



Já outras condições, como a ansiedade e a depressão, segundo Dr. Guilherme, podem se manifestar em pessoas de qualquer faixa etária, inclusive durante a infância. Contudo, ele ressalta:

“Há transtornos mentais que podem se desenvolver mais frequentemente na fase adulta. Transtornos psicóticos, como a esquizofrenia, geralmente têm início na adolescência ou no início da idade adulta”.

Outro detalhe importante que precisamos compreender, e que Guilherme também destaca, é a maneira correta de nos referirmos a essas condições. O ideal é que sejam tratadas como transtornos mentais, e não doenças mentais.



Quais são os sintomas de transtornos mentais?



Como existem diferentes tipos de transtornos mentais, **os sintomas também são muito variados**. Além disso, uma pessoa pode ter mais de uma condição, ampliando a diversidade de manifestações.

De toda forma, **existem algumas características em comum entre certas condições**, por exemplo:

- padrões de sono perturbados;
- alterações no humor;
- dificuldade de concentração;
- alterações no apetite;
- problemas de autoestima.

Guilherme ainda cita exemplos de **sintomas que são observados em diversos transtornos mentais**. São eles:

- insônia;
- alterações no apetite;
- problemas de concentração;
- isolamento social.

O psiquiatra também alerta que, em alguns casos, os **transtornos apresentam sintomas que se confundem com problemas de saúde**. É o caso da falta de ânimo e da taquicardia.

Isso pode dificultar ainda mais o diagnóstico preciso, para o encaminhamento do tratamento correto. Daí a necessidade de uma investigação muito bem realizada, conforme o psiquiatra do HSM explica:

“O diagnóstico preciso requer uma avaliação abrangente de um profissional de saúde mental, como um psiquiatra e/ou psicólogo. Eles levarão em consideração a história clínica, a gravidade dos sintomas, a duração e outros fatores para chegar a um diagnóstico apropriado. A sobreposição de sintomas destaca a complexidade da saúde mental e a necessidade de uma abordagem individualizada no diagnóstico e tratamento”.





Com a atuação de uma equipe multidisciplinar, fica mais fácil vencer as dificuldades na hora de fazer o diagnóstico. Doutor Guilherme também destaca a necessidade da educação continuada dos profissionais para entender a interconexão entre a saúde mental e a física, a fim de melhorar o atendimento aos pacientes com sintomas complexos.

Como você viu, os transtornos mentais têm uma ampla variedade de condições. Segundo o psiquiatra do HSM, cada um deles apresenta características específicas, critérios diagnósticos e métodos de tratamentos associados, **além das singularidades individuais.**

“É importante notar que a saúde mental é complexa, e os transtornos muitas vezes se apresentam de maneiras únicas para cada pessoa”.



Quais são os principais transtornos mentais em adultos e como tratá-los?



Existem diversos transtornos mentais que acometem pessoas na idade adulta. Nos tópicos a seguir, listamos os principais e as suas formas de tratamento.

Ansiedade

Segundo Guilherme, **a ansiedade abrange diferentes condições**, como o transtorno de ansiedade generalizada, o transtorno do pânico, o transtorno de estresse pós-traumático e as fobias específicas.

A ansiedade é um quadro que provoca instabilidade emocional ou preocupações contínuas, além de um estado constante de tensão. As crises ainda manifestam sintomas físicos, como dor no peito, falta de ar e sensação de sufocamento.

Os quadros os transtornos de ansiedade podem ser tratados por meio de **psicoterapia, terapia cognitivo-comportamental e medicamentos**, além de mudanças de hábito.

Depressão

Os transtornos depressivos incluem a depressão maior, a distímia e o transtorno afetivo sazonal. **Fatores biológicos costumam estar relacionados à depressão**, uma vez que alteram a química cerebral. Há uma angústia persistente e a perda por interesse de maneira geral.

O tratamento da depressão combina sessões de psicoterapia e psiquiatria, além da administração de medicamentos e mudanças no estilo de vida.



Transtorno alimentar

Segundo Doutor Guilherme, os transtornos alimentares englobam a anorexia nervosa, a bulimia nervosa e o transtorno da compulsão alimentar periódica. Tais condições **alteram a relação da pessoa com a comida**, acarretando comportamentos alimentares persistentes e negativos que prejudicam a saúde e a qualidade de vida.

O tratamento dos transtornos alimentares inclui cuidados psiquiátricos, que podem ser associados à psicoterapia, medicamentos e educação nutricional. Quando há risco de vida, pode ser preciso hospitalização.



TOC (transtorno obsessivo-compulsivo)

O transtorno obsessivo-compulsivo tem como característica pensamentos ou medos irracionais que desencadeiam comportamentos compulsivos e repetitivos, como lavar as mãos excessivamente pelo medo de adoecer. Também pode ser caracterizado por rituais muito rígidos criados pela própria pessoa.

A psicoterapia associada à terapia cognitivo-comportamental e ao uso de medicamentos costuma ser o protocolo adotado para o tratamento do TOC. Gradativamente, a pessoa consegue se libertar das compulsões e obsessões.





Esquizofrenia

A esquizofrenia, segundo Doutor Guilherme, **é um transtorno psicótico que afeta o pensamento, a emoção e o comportamento**. Assim, prejudica a capacidade que a pessoa tem de pensar, de sentir e de se comportar de uma forma clara e coerente.

O tratamento da esquizofrenia costuma ser necessário ao longo de toda a vida. Geralmente, é uma combinação de psicoterapia, medicamentos e reabilitação psicossocial, para que a pessoa consiga voltar a conviver com as demais sem nenhum prejuízo para ela ou para os outros.

Transtornos de personalidade

Doutor Guilherme explica que se trata de um tipo específico de transtorno mental que se concentra em padrões persistentes de pensamento, comportamento e funcionamento emocional da pessoa. Geralmente, esses transtornos são inflexíveis e causam bastante sofrimento ou prejuízos significativos:

“Eles incluem condições como o transtorno de personalidade **borderline**, transtorno de personalidade antissocial, transtorno de personalidade narcisista, entre outros. São caracterizados por traços de personalidade que se desviam significativamente das expectativas culturais, causando dificuldades em vários aspectos da vida”, explica a especialista.

O tratamento dos transtornos de personalidade costuma ser feito por meio de psicoterapia. A medida inclui tanto as sessões individuais quanto a terapia em grupo. Contudo, medicamentos também podem ser recomendados, mas para aliviar os sintomas ou comorbidades associados ao transtorno, como a depressão.



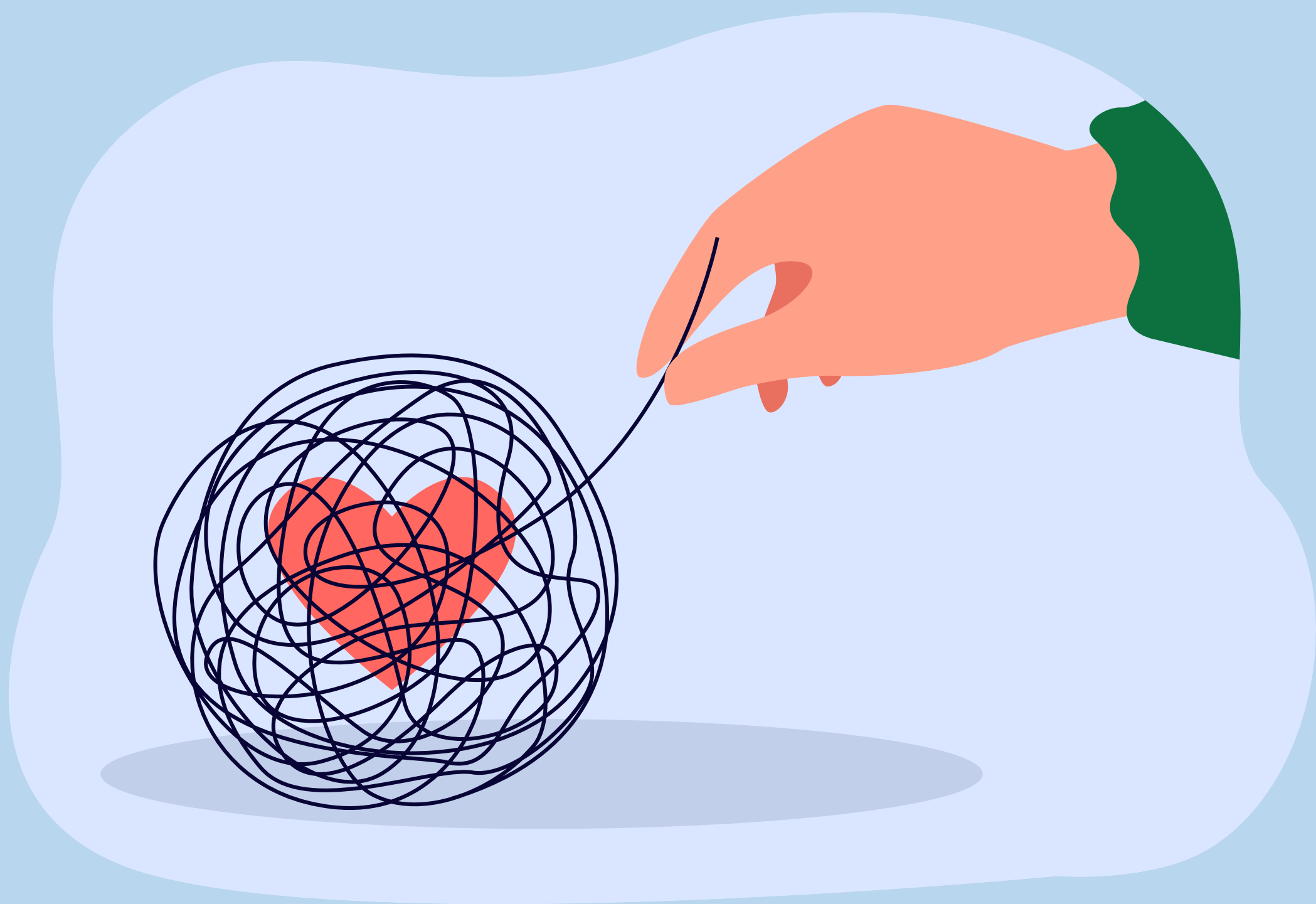
Transtorno bipolar

É um tipo de transtorno do humor, também chamado de **transtorno afetivo bipolar**. Caracteriza-se por mudanças extremas de humor. Guilherme explica que, nesse caso, os indivíduos experimentam episódios de mania e de depressão de maneira alternada.

O tratamento do transtorno bipolar é realizado por meio da administração de fármacos que ajudam a estabilizar o humor. Algumas vezes, também é adotada a psicoterapia e, geralmente, os cuidados se estendem ao longo de toda a vida.

É interessante ressaltar que os transtornos mentais podem acontecer devido ao uso de substâncias que causam dependência química, como o álcool e as drogas ilícitas.





Como o HSM ajuda no tratamento de transtornos mentais?



O preconceito, a discriminação e os julgamentos são grandes desafios que acabam dificultando a busca por ajuda. Por isso, Doutor Guilherme ressalta que é fundamental romper os estigmas que giram em torno dos transtornos mentais para promover uma sociedade mais inclusiva e compreensiva.

Segundo ele, “apoiar alguém na busca por tratamento de saúde mental é crucial para promover o bem-estar e a recuperação”. **Observar os sinais de alerta que podem indicar a possibilidade de um transtorno mental é indispensável para recorrer à ajuda especializada.**

Além dos sinais que já apresentamos, é preciso observar:

- mudanças no peso ou nos hábitos alimentares;
- dificuldade para tomar decisões;
- sentimento de desamparo ou desespero;
- comportamentos autodestrutivos;
- alterações na energia;
- perda de desempenho;
- sintomas físicos sem causas aparentes.



Ao identificar esses sinais em si mesmo ou em uma pessoa próxima, é fundamental procurar a ajuda de especialistas. O Hospital Santa Mônica tem toda a estrutura necessária para tratar os transtornos mentais.

O HSM dispõe de médicos 24 horas por dia, assim como enfermagem e farmácia clínica. Ainda, tem **certificação ONA 3**, que atesta os padrões de qualidade e segurança na assistência aos pacientes. Também foi o primeiro hospital psiquiátrico privado certificado pela Organização Nacional de Acreditação.

Assim, tem um compromisso com o tratamento sério e de qualidade para pessoas que enfrentam problemas de transtorno mental. **O HSM conta com uma equipe multidisciplinar** para oferecer um atendimento completo para a pessoa e seus familiares. Em casos mais graves, disponibiliza a internação hospitalar e programas de reabilitação, para que o paciente possa retornar à sua vida cotidiana.





Dessa forma, **oferece um tratamento holístico em uma estrutura hospitalar completa.** Além da atenção médica, psiquiátrica e psicológica, o Hospital Santa Mônica proporciona diferentes atividades com finalidades terapêuticas para promover a recuperação do paciente e tornar o tratamento mais agradável.



São esportes, atividades físicas, artes, terapias com cães, em grupo e outras mais. Portanto, trata o paciente em sua individualidade, contribuindo para a superação dos desafios causados pelos transtornos mentais e garantindo muito mais qualidade de vida, além de saúde física e mental.



Conclusão



Não se esqueça de que nem sempre os transtornos mentais acompanham o indivíduo desde a sua infância ou adolescência. Essas condições podem se manifestar em qualquer fase da vida, por isso, é muito importante observar os sinais de alerta em pessoas adultas.



Conviver com um transtorno mental sem tratamento compromete de forma significativa a socialização e diversos aspectos da vida pessoal e profissional do indivíduo. De toda forma, existe tratamento para que a pessoa consiga estabilizar o seu estado emocional, a saúde da sua mente e, por consequência, promover o equilíbrio do seu organismo.

No entanto, para tudo isso, é fundamental identificar os sintomas e buscar ajuda especializada, além de cumprir o tratamento corretamente e adotar as medidas recomendadas pelos profissionais, a fim de manter o equilíbrio da saúde mental e viver uma vida mais tranquila e com qualidade.



H O S P I T A L
SANTA MÔNICA

**Psiquiatra / Coordenador
de Práticas Médicas do
Hospital Santa Mônica**

Dr. Guilherme Itiro Malta
Shirakawa

CRM 170279 / RQE 79725

Diretor Clínico

Dr. Carlos Eduardo
Zacharias

CRM SP 53952/ RQE
28648

O Hospital Santa Mônica oferece um tratamento especializado na área de saúde mental. Além de garantir suporte para pessoas que não estão conseguindo retomar as atividades após o isolamento social, ele também trata de pacientes com problemas psiquiátricos.

Com uma área de 83 mil m², sendo 50 mil m² só de mata nativa preservada, o hospital proporciona cuidados específicos direcionados às particularidades de cada paciente. A instituição possui unidades para internação, dependência química e cuidados agudos em saúde mental.

Com uma história de mais de 55 anos em atividade e prestação de serviços na área da saúde, o hospital atende planos de saúde e clientes particulares.

Todo paciente em tratamento no Hospital Santa Mônica, além do auxílio de um médico psiquiatra especialista, tem acesso ao atendimento de um médico clínico, à farmácia e a um apoio 24 horas.

Hospital Santa Mônica

Est. Santa Mônica, 864

CEP 06863-210

Itapecerica da Serra - SP

hospitalsantamonica.com.br

contato@hospitalsantamonica.com.br

PABX (11) 4668-7455



(11) 98657-4262

