

TEXTO DE OPINIÃO - IFNMG/2018, adaptado  
DEPRESSÃO  
ID: EFK

## Texto I

A depressão precisa ser tratada como uma doença, cujos sintomas não podem ser relativizados. Atualmente, há tratamentos específicos (psicológicos e/ou psiquiátricos) para a depressão. Alguns dados são preocupantes:



## Texto II

### Depressão: Um problema pouco reconhecido entre os jovens

As pessoas tendem a pensar na adolescência como um período difícil, turbulento, com variações do humor e crises emocionais. Os adolescentes realmente se deparam com várias situações novas e pressões sociais quando se aproximam da idade adulta e, para alguns, este período de transição é muito difícil. Muitas pessoas consideram estas flutuações do humor e as mudanças no comportamento como uma fase normal da adolescência. No entanto, há evidências de que estes problemas não fazem parte necessariamente, do processo normal de amadurecimento.

Na verdade, para muitos adolescentes, sintomas como descontentamento, confusão, solidão, incompreensão e atitudes de rebeldia podem indicar depressão. Durante muitos anos, acreditou-se que os adolescentes não eram afetados por esta doença, mas atualmente os especialistas sabem que os adolescentes são tão suscetíveis à depressão quanto os adultos. Em todas as faixas etárias, a depressão é um distúrbio que deve ser encarado seriamente. Ela pode interferir de maneira significativa na vida diária, nas relações sociais e no bem-estar geral. Nos casos mais graves, a depressão pode levar ao suicídio. Infelizmente, nos últimos 30 anos, o índice de suicídio entre adolescentes triplicou.

<http://www.pfizer.com.br/sua-saude/depressao/depress%C3%A3o-e-adolescente>

**COMANDO:** A partir dos textos motivadores e do conhecimento adquirido ao longo de sua formação, produza **TEXTO DE OPINIÃO**, que contenha respostas para:

- ✓ Que mudanças (individuais, coletivas e culturais) devem ser adotadas para evitar-se a depressão?
- ✓ Como construir uma sociedade emocionalmente saudável?

Boas atividades!