Câmara Municipal de Bertioga

Estado de São Paulo

Estância Balneária

Protocolo: 1802/14
Data: 08/10/14 Hora: 10:04
Ofício nº: _____
Aprovado na 28 SO,
realizada em 07.10.14
1 adendo

Presidente
LUÍS HENRIQUE CAPELLINI
Presidente da Câmara

INDICAÇÃO Nº 475 / 14

Assunto: Distimia
Ref: 084/2014

Bertioga, 23 de Setembro de 2014

Excelentíssimo Sr. Presidente,
Nobres Vereadores:

Dra. Elisabeth Dotti Consolo, no uso de suas atribuições regimentais, vem perante Vossa Excelência, ouvido o Douto Plenário, fazer a seguinte Indicação:

Com certeza não há quem não conheça algumas pessoas que parecem sempre estar de mal com a vida, para elas nada está bom, nada as deixa felizes. Se concordam em ir ao cinema e permanecem até o final da sessão, o que é raro, saem reclamando que o filme explora um tema batido, os atores são fracos e inexpressivos, o cenário e os figurinos de baixa qualidade e a sonoplastia, um verdadeiro desastre. Se vão ao teatro, a ladainha é a mesma: o texto é pobre e os diálogos não tem força dramática. Mal começou a ler um livro e ele é posto de lado, porque o autor não sabe escrever, comete erros grosseiros e o enredo não prende a atenção, são aquelas pessoas que normalmente tudo é sempre ruim, chato, cansativo, monótono, decepcionante e irritante.

Sem contar que, para piorar, muitas vezes você trabalha com pessoas assim, ou tem chefes assim.

Esse tipo de postura diante da vida pode representar apenas um quadro de mau humor ou de falta de educação, simplesmente. Ele pode, porém, ser sinal de uma doença que se chama DISTIMIA que interfere com a qualidade de vida dos seus portadores e das pessoas que lhe são próximas. Afinal, não é fácil conviver com pessoas que só conseguem ver o lado feio e perigoso das coisas.

Distimia é um tipo de depressão crônica, de moderada intensidade. Diferente da depressão que se instala de repente, a distimia não tem essa marca brusca de ruptura. O mau humor é constante. Os portadores do transtorno são pessoas de difícil relacionamento, com baixa auto-estima e elevado senso de autocrítica. Estão sempre irritados, reclamando de tudo e só enxergam o lado negativo das coisas. Na maior parte das vezes. Tudo fica por conta de sua personalidade e temperamento complicado.

Sintoma:

- Mau humor;
- Baixa auto-estima;
- Desanimo e tristeza;
- Predominância de pensamentos negativos;
- Alterações do apetite e sono;
- Falta de energia para agir;
- Isolamento social;
- Tendência ao uso de drogas licitas, ilícitas e de tranqüilizantes.

Socialmente, estes sintomas são confundidos como " essa pessoa é assim mesmo", ou "tal pessoa é de lua" e por aí vai, assim fica muito mais difícil o diagnóstico da doença que é muito mais freqüente do que se pode imaginar.

O diagnóstico é eminentemente clinico. O dado mais importante a considerar é a manifestação dos sintomas por pelo menos dois anos consecutivos .

Via de regra, os portadores de distimia desenvolvem concomitantemente episódios de depressão grave. Quando se recuperam, porém, retornam a um patamar de humor que está sempre abaixo do normal. A maior dificuldade é que raramente se dão conta do próprio problema. Acham que é mau humor.
A falta de prazer e interesses pelas coisas e a tristeza que não dá trégua, fazem parte de sua personalidade e do seu jeito de ver o mundo, e quase nunca procuram ajuda.

Diagnosticar o transtorno precocemente e introduzir o tratamento adequado é de extrema importância, uma vez que por volta de 15% a 25% dos pacientes tentam suicídio.

A distimia pode aparecer na infância ou numa fase mais tardia da vida. O mais comum, porém, é que surja na adolescência,. Há evidencias de que muitos idosos já tinham manifestado sinais de transtorno na adolescência.

Na infância, acomete igualmente meninos e meninas. Depois é mais prevalente nas mulheres do que nos homens.

A associação de medicamentos antidepressivos com psicoterapia tem apresentado bons resultados no tratamento da distimia. Isoladamente, um ou o outro não funcionam com eficácia. Embora os antidepressivos corrijam o distúrbio biológico, o paciente precisa aprender novas possibilidades de reagir e estabelecer relações inter-pessoais.

A psicoterapia sem respaldo farmacológico é contraproducente , porque cobra uma mudança de comportamento que a pessoa é incapaz por causa da sua limitação orgânica.

Recomendações;

- Se você conhece alguém sempre de mau humor, irritado, pessimista, considere a possibilidade de que seja portador Distimia, um distúrbio de humor para o qual existe tratamento, e tente convencê-lo a procurar assistência médica;
- Fique atento: a distimia, assim como a depressão clássica, pode acometer crianças e adolescentes. Às vezes, esses transtornos estão camuflados atrás de baixo rendimento escolar, comportamento anti-social e do temperamento agressivo que não consegue controlar;
- Se nos últimos dois anos pelo menos, seus amigos e parentes têm comentado que você anda de cara amarrada, irritado, descontente com tudo e com todos, esteja certo que isso não é normal e procure um médico;
- Não subestime os sintomas da distimia .Para aliviar os sintomas, é comum o paciente recorrer ao uso de drogas e de tranqüilizantes;
- Não se engane: não atribua ao envelhecimento, o mau humor e as queixas do idoso que só reclama e não quer sair de casa. A distimia pode acometer pessoas na terceira idade;
- Mantenha a adesão ao tratamento farmacológico e à psicoterapia. Os medicamentos ajudam a corrigir o problema físico e a psicoterapia, a aprender novas formas de relacionamento.

Ouso a reafirmar que todos aqui, conhecem ou já conheceram amigos, colegas, companheiros de trabalho portadores de DISTIMIA.

Assim, diante da importância deste tema, venho fazer a presente INDICAÇÃO- que a nossa Secretaria de Saúde faça uma ampla CAMPANHA DE DIVULGAÇÃO E ESCLARECIMENTO SOBRE A DISTIMIA, com amplo material informativo, panfletagens, palestras. Gostaria que a nossa secretaria procure realizar intercâmbios e convênios com o Ministério da Saúde e instituições sérias que trabalhem com esta doença, pois nossa população merece e deve receber o Maximo de informações sobre essa doença se está cada vez mais freqüente.

Observados os preceitos regimentais, esta é a Indicação que vai devidamente subscrita.

Elisabeth D Consolo

Dra. Elisabeth Dotti Consolo
Vereador

LUÍS HENRIQUE CAPELLINI
Presidente da Câmara

LUIZ CARLOS PACÍFICO
Vereador

ANTÔNIO RODRIGUES FILHO
Vereador

Marcia Regina Braz Lia
Vereadora

JOSÉ FELICIANO IRMÃO
2º Secretário

EDVALDO ALECRIM SILVA
1º Secretário

ALFONSO DARI WEILAND
Vereador

VALÉRIA BENTO
Vice Presidente
da Câmara