

O que se passa nessas cabecinhas

Pediatras e psiquiatras se unem para cuidar da saúde mental de crianças de 0 a 6 anos

Simone Inrator

Do nascimento à adolescência, a criança terá no mínimo 20 consultas com o pediatra para avaliar sua saúde física e prevenir doenças. Já a saúde mental só será percebida se virar um problema para pais e mães, a maioria refém do modo de vida contemporâneo, em que predominam o estresse, as muitas horas fora de casa, as dificuldades para impor limites e, muitas vezes, a terceirização da educação a babás e escola. Os reflexos da modernidade e da competitividade incidem sobre os filhos. No corre-corre da rotina, são cada vez mais cedo submetidos a provas rígidas, precisam dar conta de grande quantidade de deveres de casa, têm menos tempo para brincar e muitas vezes isolam-se em frente a telas de TV, videogames, computadores.

Mas algumas mudanças já podem ser vislumbradas nesse cenário. Até o fim do ano, a Sociedade Brasileira de Pediatria, atendendo a um pleito antigo de psiquiatras da área infantil, começará a capacitar os pediatras para que eles identifiquem também a quantidade de saúde mental da criança. Um dos objetivos é diagnosticar precocemente problemas graves, como o autismo, para o tratamento ser iniciado imediatamente. Mas o desafio não se restringe às patologias: o pediatra também será fundamental para perceber comportamentos inadequados e dificuldades dos pequenos, como agressividade, problemas de aprendizagem, ansiedade e medos. E poderão passar a bola para o psiquiatra orientar a família no tratamento.

— É muito importante acompanhar as crianças entre 0 e 6 anos, para percebermos os sinais de alerta. Muitas vezes, a criança está só passando por uma fase mais difícil porque vai ganhar um irmãozinho e orientamos a família a ajudá-la. Outras vezes, há uma dificuldade simples que a impede de avançar na escola e ninguém percebe. E há também casos mais graves, como Transtorno do Déficit de Atenção e Hiperatividade (TDAH) e autismo. O bacana é que todas essas crianças que vão ao ambulatório são acompanhadas até os 15, 16 anos — diz a psiquiatra Gabriela Dias, coordenadora do Ambulatório Pré-Escolar da Santa Casa, autora junto com o marido e psiquiatra Fabio Barbirato, chefe do Setor de Psiquiatria Infanto-Juvenil da Santa Casa, de "A mente do seu filho" (Agir), um guia para a família estimular as crianças e identificar distúrbios psicológicos na infância.

Ansiedade atinge crianças pequenas

• Ok, saúde mental é importantíssima, mas será que crianças tão novas precisam realmente de um acompanhamento? Segundo Barbirato e Gabriela, sim. Primeiro, porque nesta fase, até os 6 anos, é possível prevenir problemas mais graves no futuro, só com a terapia familiar e orientações simples, e evitar que um probleminha vire um problema. E depois porque pesquisas internacionais, como a coordenada pela psiquiatra americana Hellen Egger, mostram que cerca de 10% das crianças entre 0 e 6 anos têm algum transtorno psiquiátrico grave, que causa grande comprometimento em suas vidas.

— Pouco se falava de ansiedade e depressão na infância e hoje já sabemos que 10% das crianças sofrem do problema. É duas vezes mais frequente na infância que TDAH e autismo. E, segundo a Organização Mundial de Saúde, ansiedade e depressão são muito mais incapacitantes na vida

adulta do que qualquer outra doença — explica Barbirato.

Mas aquela criança agitada, ansiosa, ligeiramente estressada se enquadra nesses 10%?

— Não — garante Gabriela. — Nesses 10% é quando ocorre o comprometimento: a criança que não quer mais ir à escola, sair de casa, ver amigos.

Jéssica, de 9 anos, paciente da Santa Casa, faz parte dessa porcentagem. Diagnosticada com Transtorno de Ansiedade Generalizada, ela é tratada com terapia.

— Eu sou muito ansiosa, perco o sono, tenho bruxismo. Estudo, sei a matéria, mas sempre acho que vou me dar mal na prova. E fico estudando mais e mais.

Vitoria, de 9 anos, de olhar sério e poucos sorrisos, sente um enorme complexo de inferioridade, como definiu sua tia, apesar de muito inteligente. É super-responsável, preocupada ao extremo, e agora acha que tem poucos amigos na escola.

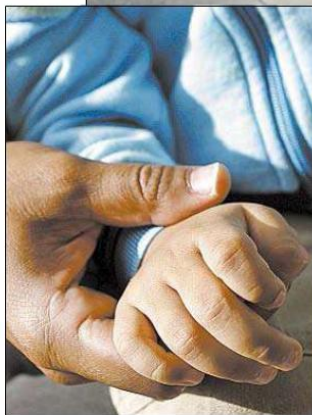
— Eu tinha algumas amigas, elas arrombaram novas e eu fiquei sobrando. Agora estou me esforçando para fazer outras amizades — conta.

Dados epidemiológicos apresentados no Congresso da Academia Americana de Psiquiatria da Infância e Adolescência em 2007 mostram que os transtornos de ansiedade são os mais comuns na fase pré-escolar, seguidos por transtorno opositivo-desafiador, TDAH e depressão.

— Mas o foco principal do ambulatório pré-escolar e desse trabalho integrado com os pediatras não é a doença. Queremos, sim, identificar logo alterações de temperamento, reconhecer aquele que é mais introspectivo, o mais agressivo, os problemas de convivência em grupo, as dificuldades de cognição, a birra frequente, os comportamentos inadequados, para ajudar a família. O tratamento consiste basicamente na orientação aos pais. Temos que ouvir a família e saber que nela está a chave da mudança — destaca Barbirato.

Para o presidente da Sociedade Brasileira de Pediatria, Eduardo Vaz, é o pediatra quem entende de desenvolvimento infantil e daí a importância da parceria com o psiquiatra. As etapas do desenvolvimento cognitivo e físico são muito individuais e compreendem uma faixa etária extensa, mas alguns marcos — como uma criança de 1 ano e meio não estar falando nada — não podem ser desprezados. E compreender essas etapas, serviço que o livro de Barbirato e Gabriela destrincha para os pais, ajuda tanto a não minimizar os diagnósticos como também a não maximizá-los.

— O desenvolvimento do cérebro é muito importante até os 6 anos, mas principalmente até os 3. Quem não recebe afeto nos primeiros anos de vida dificilmente vai gostar do outro. O pediatra precisa entender a dinâmica da família. Temos 35 mil pediatras no Brasil. Se eles estiverem treinados para identificar doenças ou problemas de comportamento da criança, tudo pode ficar mais fácil — explica Vaz, que destaca o trabalho do pediatra Ricardo Halpern, presidente do Departamento Científico de Pediatria do Desenvolvimento e Comportamento da SBP. — Houve uma mudança grande no estilo de vida dos pais e dos filhos. E há uma busca desenfreada pelo sucesso. Isso gera um impacto sobre a saúde mental das crianças. ■



PACIENTES DO AMBULATÓRIO de

Pré-Escolar da Santa Casa, que atende crianças de 0 a 6 anos: mais do que o diagnóstico de patologias como o autismo, o objetivo é identificar pequenas dificuldades comportamentais antes que elas virem um problema.

Ansiedade, agressividade e baixa autoestima estão entre as queixas mais comuns



Como os pais podem ajudar

• A psicanalista Maria Corrêa de Oliveira, mestre em Psicologia Clínica com grande experiência com crianças e adolescentes, lança a pergunta: de fato, em nossa contemporaneidade, há tantas crianças com transtornos de atenção, com graus de ansiedade inadministráveis, com tristezas patológicas dignas de medicamentos tarja preta?

— Ou estamos diante de uma sociedade com pais e educadores asserbados em seus compromissos (que não são com as crianças propriamente), com menos disponibilidade para essa vida de filhos pequenos, com urgência de resultados, com dificuldades de administrar decepções e fazer lutos e com muita, muita pressão, de ter crianças precocemente crescidas e excessivamente estimuladas para um mundo que ainda não lhes pertence? — completa Maria.

Para ela, a depressão não é mais frequente nessa contemporaneidade: tristeza não é doença. O problema reside no modo como adultos e crianças encaram as frustrações.

— Nossa sociedade tem urgência em prazeres e satisfações imediatas. Vivenciar fracassos, administrar tristezas e decepções são recursos que possibilitam ultrapassar obstáculos. Exigem paciência e introspecção. Num sociedade que alimenta a dispersão e pílulas de felicidade, é complexo aceitar a tristeza, estado emocional inerente ao ser humano — diz.

E como os pais podem atuar?

— O sentimento de suportar a condição humana se exercita e se aprende. É estar diante das dificuldades do outro e acompanhar, oferecer recursos, disponibilizar afeto, mas, sobretudo, suportar insucessos e falhas, é colaborar no crescimento de alguém. É administrar o próprio narcisismo e suspender, por alguns momentos, expectativas e projeções. Para crescer é necessário adquirir autonomia, é fundamental que se faça os lutos necessários, que se encaie de frente os fracassos, que se tenha capacidade e condições para inventar e construir sentido à própria vida — conclui Maria.

Confira regras que Barbirato e Gabriela recomendam aos pais:

• **ATENÇÃO:** Preste atenção às brincadeiras que ajudam a conhecer os filhos. Tenha uma postura de compreensão.

• **ELOGIO:** Elogie o que a criança pode fazer e não aja em função das suas próprias expectativas. Valorize pequenas mudanças. Não enfatize o ruim. Faça acordos.

• **ESTÍMULO:** Estimule a criança a se posicionar e a questionar. E a enfrentar as dificuldades.

• **PARCERIA:** Ajude a criança a encontrar solução para seus problemas. Pense com ela, não tenha pressa. Estimule-a a pensar no que fez, a perceber por que está errada, sem ter culpa, e ajude-a a considerar soluções possíveis. Não rotule a criança.

• **TEMPO:** Arranje tempo para o filho ou arque com as consequências da sua falta, não culpando a criança.