



Depressão, Ansiedade e Apatia na Doença de Parkinson: Fatos Essenciais para Pacientes

A DOENÇA DE PARKINSON PODE AFETAR O HUMOR?

Sim, a doença de Parkinson (DP) pode produzir uma série de problemas não motores (ou seja, não relacionados a movimentos) além dos sintomas motores. Problemas de humor são sintomas importantes e frequentes. Eles podem prejudicar a qualidade de vida mais do que dificuldades motoras em alguns pacientes.

QUAIS SÃO AS ALTERAÇÕES DE HUMOR MAIS COMUNS NA DP?

Os sintomas de humor mais comuns que podem afetar os pacientes com DP são depressão, ansiedade e apatia.

- **Depressão** é um estado de humor deprimido, tristeza, desespero, às vezes com sentimento de vazio ou culpa.
- **Ansiedade** é uma sensação de nervosismo, preocupação, tensão e desconforto. Pacientes com ansiedade podem experimentar medo ou ataques de pânico.
- **Apatia** é falta de interesse, entusiasmo ou motivação para fazer as coisas ou estar com outras pessoas.

QUANDO OCORREM OS SINTOMAS DE HUMOR?

Sintomas de humor podem ocorrer a qualquer momento. Alguns pacientes podem desenvolver sintomas de humor mesmo antes do início dos problemas motores. Outros podem notá-los após anos de DP. Alguns pacientes também notam mudanças de humor devido à medicação dopaminérgica. Por exemplo, a ansiedade geralmente ocorre quando os níveis de medicação são baixos, durante os períodos “off” da medicação.

COMO POSSO IDENTIFICAR ESSES SINTOMAS?

Depressão e ansiedade são frequentemente acompanhadas por falta de energia e fadiga, diminuição do apetite e problemas de sono. Mas esses problemas também podem acontecer sozinhos, por isso tê-los nem sempre significa que você está deprimido. Outros sintomas às vezes são mais visíveis para sua família e amigos do que para você. Estes podem incluir:

- Aumento do medo
- Maior irritabilidade
- Isolamento social
- Falta de participação em eventos ou atividades familiares

COMO OS SINTOMAS DE ALTERAÇÕES NO HUMOR SÃO DIAGNOSTICADOS?

Informe ao seu médico imediatamente sobre alterações de humor,

sono ou apetite, para que possa obter um diagnóstico e iniciar o tratamento. Seu médico pode querer saber:

- Quando os sintomas iniciaram
- Quão incômodos eles são
- Quaisquer sintomas associados
- Qualquer relação com o tempo da medicação

Se você tem um cônjuge ou cuidador, eles também podem ajudar relatando quaisquer outras mudanças que tenham notado em seu humor, comportamento e/ou sono.

POR QUE OS SINTOMAS DE ALTERAÇÕES DO HUMOR ACONTECEM?

A DP pode causar certas alterações nas áreas do cérebro que controlam o humor. A doença pode reduzir os mensageiros neuronais, como a dopamina, a serotonina e a noradrenalina, que podem estar por trás de alguns distúrbios de humor. Sua resposta à sua doença e alguns fatores psicossociais também podem levar a esses sintomas.

COMO VOCÊ TRATA OS SINTOMAS DE HUMOR NA DP?

Existem diferentes maneiras de tratar sintomas de humor, incluindo:

- Medicamentos antidepressivos e ansiolíticos podem tratar depressão e ansiedade.
- Os medicamentos dopaminérgicos que melhoram os sintomas de movimento também podem melhorar a depressão e a ansiedade, especialmente se mudarem com o cronograma de medicação.
- A psicoterapia pode ajudar na depressão e ansiedade.
- Atividades programadas, exercícios e socialização podem ajudar no tratamento da apatia.
- Obter mais sono e apoio social, evitando o estresse, pode ajudar.

RESUMINDO

- Depressão, ansiedade e apatia podem ser sintomas de DP e são bastante comuns.
- Eles podem aparecer precocemente, mesmo antes de os problemas motores começarem, ou se desenvolverem mais tarde no curso da doença.
- É importante informar ao seu médico sobre esses sintomas porque você tem opções de tratamentos específicos.
- Medicamentos, psicoterapia e apoio social são as principais ferramentas para tratar esses sintomas.