



TRANSTORNOS DE HUMOR

Saiba mais sobre os desafios
e tratamentos para a
bipolaridade e depressão



DR. TÁRIK JABOUR
MÉDICO PSIQUIATRA

ÍNDICE ÍNDICE ÍNDICE

3

Introdução

4

O que são transtornos de humor

5

O que é transtorno afetivo bipolar?

6

O que é depressão?

7

Por que o transtorno de humor deve ser tratado por um psiquiatra?

8

Conheça mais sobre a Psiquiatria

9

Conheça o Dr. Tárik Jabour

INTRODUÇÃO:

Os transtornos de humor são condições psiquiátricas que afetam a regulação emocional e podem causar alterações significativas no humor, na energia e no funcionamento cotidiano de uma pessoa. Esses transtornos são caracterizados por episódios distintos de humor elevado e/ou humor deprimido. Os dois transtornos de humor mais conhecidos são a bipolaridade e a depressão. Neste e-book, discutiremos sobre o que são os transtornos de humor, como identificá-los e como funciona o tratamento.

BOA LEITURA!

Dr. Tárík Jabour

PSIQUIATRA E PROFESSOR



O QUE SÃO OS TRANSTORNOS DE HUMOR?

Os transtornos de humor são condições psiquiátricas que podem causar alterações significativas no humor, na energia e no funcionamento cotidiano de uma pessoa. Esses transtornos incluem uma ampla gama de condições, contudo os mais comuns e que geram dúvidas são a bipolaridade e a depressão.

Cada um desses transtornos possui características específicas, mas todos compartilham o impacto profundo que têm na vida das pessoas afetadas.

MAS, AFINAL, COMO IDENTIFICAR UM TRANSTORNO DE HUMOR?

Esteja atento(a) a sinais como:

- ◆ Oscilações de humor e energia;
- ◆ Episódios de euforia intensa, excitação ou irritabilidade;
- ◆ Impulsividade e compulsões;
- ◆ Tristeza;
- ◆ Falta de interesse e prazer;
- ◆ Fadiga;
- ◆ Dificuldade em realizar atividades diárias.

Ressalto que apenas um psiquiatra pode fazer um diagnóstico preciso. Um diagnóstico adequado é o primeiro passo para obter o tratamento adequado e iniciar o caminho para uma vida equilibrada e saudável.



O QUE É TRANSTORNO AFETIVO BIPOLAR?

A bipolaridade é um transtorno de humor caracterizado por oscilações extremas ou sutis na energia da atividade cerebral de uma pessoa. É uma condição crônica que afeta a maneira como alguém se sente, pensa e se comporta. As pessoas com bipolaridade experimentam episódios de mania (ou hipomania, uma forma menos intensa de mania) e episódios de depressão.

DURANTE OS EPISÓDIOS DE MANIA, O INDIVÍDUO PODE APRESENTAR:

- ✦ Humor elevado ou irritável;
- ✦ Aumento da energia;
- ✦ Pouca necessidade de sono;
- ✦ Pensamento e fala acelerada;
- ✦ Comportamentos impulsivos;
- ✦ Senso de razão aumentado.

POR OUTRO LADO, DURANTE OS EPISÓDIOS DE DEPRESSÃO, OS PRINCIPAIS SINTOMAS SÃO:

- ✦ Tristeza na maior parte dos dias;
- ✦ Perda de interesse ou prazer em atividades antes apreciadas;
- ✦ Alterações no apetite e no sono;
- ✦ Fadiga;
- ✦ Dificuldade de concentração;
- ✦ Sentimentos de culpa ou inutilidade;
- ✦ Irritabilidade;
- ✦ Baixa autoestima;
- ✦ Ideação suicida.

Vale lembrar que o que difere um episódio de depressão bipolar para uma depressão unipolar são os episódios prévios (um ou mais) de mania ou hipomania. Com o tratamento adequado, é possível controlar os sintomas, reduzir a frequência e a intensidade dos episódios e levar uma vida plena e equilibrada!



O QUE É DEPRESSÃO?

Assim como a bipolaridade, a depressão é um transtorno de humor comum e debilitante que afeta a maneira como uma pessoa se sente, pensa e age. A depressão afeta tanto o corpo quanto a mente, causando uma variedade de sintomas emocionais, cognitivos e até mesmo físicos.

OS PRINCIPAIS SINTOMAS DA DEPRESSÃO INCLUEM:

- ◆ Tristeza na maior parte dos dias;
- ◆ Perda de interesse ou prazer em atividades antes apreciadas;
- ◆ Alterações no apetite e no sono;
- ◆ Fadiga;
- ◆ Dificuldade de concentração;
- ◆ Sentimentos de culpa ou inutilidade;
- ◆ Irritabilidade;
- ◆ Baixa autoestima;
- ◆ Ideação suicida.

Esses sintomas podem persistir por semanas, meses ou até mesmo anos, dependendo da gravidade do transtorno. Com o tratamento adequado, muitas pessoas com depressão podem experimentar uma melhora significativa em seu bem-estar emocional e retomar uma vida plena e satisfatória.



POR QUE O TRANSTORNO DE HUMOR DEVE SER TRATADO COM UM PSQUIATRA?

O psiquiatra é um médico especializado em saúde mental, capacitado para diagnosticar, tratar e acompanhar doenças psiquiátricas incluindo transtornos de humor como a bipolaridade e a depressão.

O psiquiatra é capaz de realizar uma avaliação abrangente da saúde mental, levando em consideração os sintomas, histórico médico e familiar, além de fatores sociais e ambientais, bem como outros aspectos relevantes. Essa avaliação minuciosa ajuda a estabelecer um diagnóstico preciso e diferenciar o transtorno de humor de outras condições semelhantes.

Além disso, esse profissional é qualificado para prescrever medicamentos psicotrópicos, como estabilizadores de humor ou antidepressivos, se necessário. Além disso, o psiquiatra pode oferecer apoio emocional, orientação terapêutica e encaminhamento para outras formas de terapia, como psicoterapia.

Caso lide com sintomas citados anteriormente, procure um psiquiatra!



CONHEÇA MAIS SOBRE A PSIQUIATRIA

A psiquiatria desempenha um papel fundamental na área da saúde mental, proporcionando diagnóstico, tratamento e cuidados especializados para uma ampla gama de transtornos psiquiátricos. Essa especialidade médica concentra-se no estudo e na compreensão dos distúrbios mentais, bem como na identificação de intervenções terapêuticas eficazes.

A importância da psiquiatria reside no fato de que transtornos mentais, como a depressão, a ansiedade, a esquizofrenia, a bipolaridade e outros, podem ter um impacto significativo na qualidade de vida das pessoas e requerem abordagens de tratamento especializadas.

O trabalho dos psiquiatras contribui para melhorar a qualidade de vida, reduzir o sofrimento emocional e promover a saúde mental em indivíduos e comunidades!

CONHEÇA O DR. TÁRIK JABOUR

Graduado em Medicina pela Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF), o Dr. Tárík Jabour fez sua residência em Psiquiatria no Centro Hospitalar Psiquiátrico de Barbacena (CHPB/FHEMIG).

Além de seu atendimento especializado em doenças psiquiátricas como Transtorno Bipolar, Depressão, Transtornos ansiosos e afins, o **Dr. Tárík Jabour** também atua como professor da Faculdade de Medicina de Barbacena, além de ser o preceptor da residência de psiquiatria do CHPB/FHEMIG.

AGENDE SUA CONSULTA

ENTRE EM CONTATO:



Responsável técnico:
Dr. Tárík Jabour
Psiquiatria
CRM-MG: 73168 | RQE: 50129



DR. TÁRIK JABOUR
MÉDICO PSIQUIATRA