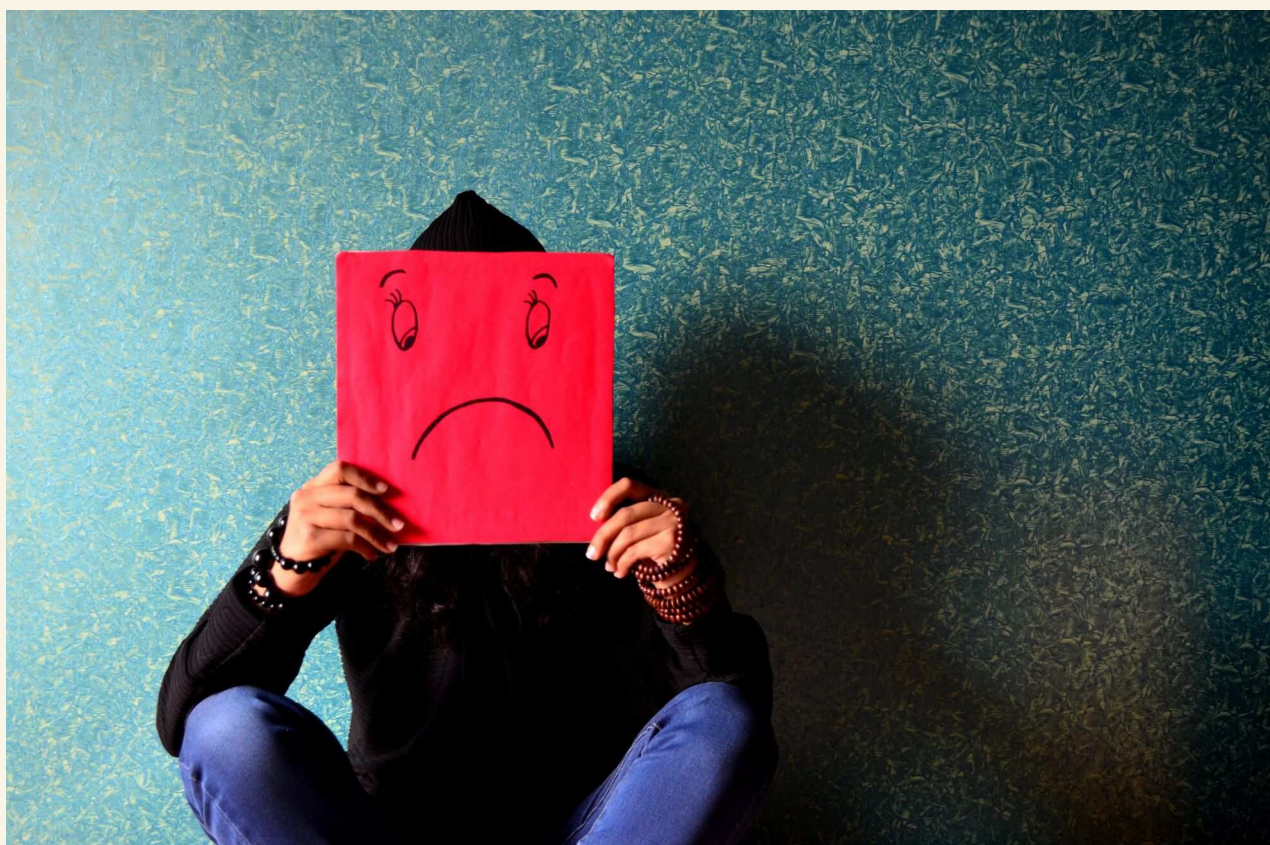

Depressão e Prevenção do suicídio

Exercícios de Escrita Terapêutica



por Shirley Batista Braghin



A Depressão

É uma doença psiquiátrica que afeta o estado humoral da pessoa de forma recorrente apresentando sintomas de tristeza profunda, anedonia, baixa autoestima.

Falar da Depressão nos dias de hoje é falar de algo sério, questão de saúde pública, há vários fatores que influenciam um cérebro deprimido, as alterações neuroquímicas e a relação dos neurotransmissores, substâncias que transmitem impulsos nervosos as células.

As principais causas são:

Predisposição Genética

Alteração Neuroquímica

devido Somatização Psíquica.

DEPRESSÃO E PREVENÇÃO DO SUICÍDIO EXERCÍCIOS DE ESCRITA TERAPÊUTICA

Sintomas:

1. Humor Depressivo sem motivo ou irritabilidade
2. Desânimo ou cansaço fácil
3. Anedonia ou desprazer nas atividades.
4. Apatia
5. Medo e Desespero
6. Péssimismo
7. Perda ou Aumento do Apetite.

Você sente quais sintomas?
