

## TRANSTORNO DISTÍMICO

SEPEDE, Carmen Lucia Ramos Vinholi

CAMPIGOTTO, Rosana Maria Monteiro

Acadêmicas do Curso de Psicologia do Centro de Ensino Superior de Maringá - Cesumar, Maringá - PR

CAMPESATTO- MELLA, Eliane (Orientador)

Docente das disciplinas de Farmacologia e Psicofarmacologia do Centro de Ensino Superior de Maringá - Cesumar - Maringá - PR

De origem grega, o termo distímia significa "mal-humorado" e, se apresenta como um transtorno crônico cuja característica básica é a tendência do indivíduo em experimentar um humor deprimido durante grande parte do dia, por quase todos os dias. Pode se iniciar na infância, na adolescência ou no início da vida adulta, levando o indivíduo a ter maior número de problemas com relacionamentos sociais, gerando sentimentos de inadequação e impotência diante de atividades normais do dia-a-dia. Caracterizar os conceitos básicos referentes ao Transtorno Distímico. Durante o desenvolvimento deste trabalho, a metodologia utilizada foi a pesquisa bibliográfica efetuada em bibliotecas e na Internet, onde os textos foram trabalhados e os conteúdos extraídos para elaboração do mesmo. A literatura demonstra que o Transtorno Distímico é uma depressão leve e persistente, não chegando a ser tão profunda como a depressão maior ou o transtorno bipolar. Durante a distímia o trabalho e as atividades sociais são levemente prejudicados, tornando-se mais difíceis e cansativas, mas com esforço o indivíduo pode cumpri-las. Sua duração é mais longa do que a depressão maior, intercalada por alguns dias de humor quase normal, sendo que a maioria dos dias é de humor depressivo. Seus sintomas podem ser tão sutis que a pessoa não sabe ou não aceita que está deprimido, dificultando a busca de auxílio e a aproximação ou manutenção dos relacionamentos e, quando o início dessa depressão é precoce, o indivíduo pode pensar erroneamente que o estado de ânimo depressivo é parte de sua personalidade. Existem ainda relatos de que pessoas nomeadas como pessimistas, mal-humoradas ou queixosas, podem apresentá-lo. A causa deste transtorno ainda não é completamente conhecida, porém fatores biológicos e psico-sociais parecem ser importantes no desencadeamento e manutenção da distímia, podendo ou não ter um fator desencadeante que faz com que a predisposição à doença se manifeste. Atinge em média 3 a 5% da população geral e 30 a 50% da população clínica. Estudos sugerem um bom diagnóstico considerando as características individuais, devendo ser utilizado a combinação de tratamento farmacológico e acompanhamento psicoterápico, considerados efetivos para este tipo de transtorno.

e-mail: [carmensespede@zipmail.com.br](mailto:carmensespede@zipmail.com.br) ; [eliane@cesumar.br](mailto:eliane@cesumar.br)