

DEPRESSÃO INFANTIL: SINAIS PRECOCES, BARREIRAS NO DIAGNÓSTICO E ABORDAGENS TERAPÊUTICAS ATUAIS

CHILDHOOD DEPRESSION: EARLY SIGNS, DIAGNOSTIC BARRIERS AND CURRENT THERAPEUTIC APPROACHES

DEPRESIÓN INFANTIL: SIGNOS TEMPRANOS, BARRERAS EN EL DIAGNÓSTICO Y ENFOQUES TERAPÉUTICOS ACTUALES

Victoria Andrade Solano Rodriguez Freitas¹

Paulo Barbosa Nunes²

Alanna Viana Araújo³

Julliane Ketly Magalhães de Souza⁴

Lorena Carneiro⁵

Yasmim Nunes Santos⁶

RESUMO: A depressão infantil é um transtorno psicológico complexo que compromete significativamente o desenvolvimento emocional, social e cognitivo da criança. Esta revisão integrativa da literatura teve como objetivo identificar os sinais precoces da depressão em crianças, discutir as barreiras que dificultam seu diagnóstico e apresentar as abordagens terapêuticas mais atuais. Os resultados evidenciam que os sintomas na infância são frequentemente inespecíficos e mascarados por alterações comportamentais, o que contribui para o subdiagnóstico. Fatores como estigma social, desconhecimento dos profissionais e limitações no acesso aos serviços de saúde mental agravam o quadro. A discussão reforça a importância da atuação interdisciplinar e da capacitação de educadores e profissionais de saúde para a identificação precoce e o encaminhamento adequado. A terapia cognitivo-comportamental adaptada à infância e o suporte familiar são estratégias terapêuticas de destaque. Conclui-se que a ampliação da rede de cuidados e a promoção de políticas públicas específicas são essenciais para o enfrentamento efetivo do problema.

2731

Palavras-chave: Psiquiatria. Saúde Mental. Criança.

ABSTRACT: Childhood depression is a complex psychological disorder that significantly compromises a child's emotional, social, and cognitive development. This integrative literature review aimed to identify the early signs of depression in children, discuss the barriers that hinder its diagnosis, and present the most current therapeutic approaches. The findings reveal that symptoms in childhood are often nonspecific and masked by behavioral changes, contributing to underdiagnosis. Factors such as social stigma, lack of professional training, and limited access to mental health services exacerbate the issue. The discussion emphasizes the importance of interdisciplinary action and the training of educators and health professionals for early identification and appropriate referral. Cognitive-behavioral therapy adapted for children and family support are prominent therapeutic strategies. It is concluded that expanding the care network and promoting specific public policies are essential for effectively addressing the problem.

Keywords: Psychiatry. Mental Health. Child.

¹Acadêmica de Medicina, UNINOVE.

²Acadêmico de Medicina, UNINOVE.

³Médica, UAP.

⁴Médica, UFAL.

⁵Acadêmica de Medicina, UNINOVE

⁶Acadêmica de Medicina, UNDB.

RESUMEN: La depresión infantil es un trastorno psicológico complejo que compromete significativamente el desarrollo emocional, social y cognitivo del niño. Esta revisión integradora de la literatura tuvo como objetivo identificar los signos tempranos de la depresión en la infancia, discutir las barreras que dificultan su diagnóstico y presentar los enfoques terapéuticos más actuales. Los resultados evidencian que los síntomas en la infancia son frecuentemente inespecíficos y enmascarados por alteraciones conductuales, lo que contribuye al subdiagnóstico. Factores como el estigma social, el desconocimiento de los profesionales y las limitaciones en el acceso a los servicios de salud mental agravan la situación. La discusión refuerza la importancia del trabajo interdisciplinario y la capacitación de educadores y profesionales de la salud para la identificación temprana y la derivación adecuada. La terapia cognitivo-conductual adaptada a la infancia y el apoyo familiar son estrategias terapéuticas destacadas. Se concluye que la ampliación de la red de atención y la promoción de políticas públicas específicas son esenciales para enfrentar eficazmente el problema.

Palabras clave: Psiquiatría. Salud Mental. Infancia.

INTRODUÇÃO

A depressão infantil tem sido, ao longo dos últimos anos, uma condição progressivamente reconhecida como um transtorno significativo no desenvolvimento emocional e psicológico de crianças e adolescentes. Apesar de frequentemente subdiagnosticada, a depressão infantil é uma realidade que impacta o bem-estar psicológico de milhares de crianças em todo o mundo. Caracterizada por alterações persistentes no humor, cognição e comportamento, a depressão pode interferir substancialmente na vida social, acadêmica e familiar das crianças afetadas. Sua identificação precoce é essencial para a adoção de estratégias terapêuticas eficazes, capazes de mitigar o impacto desse transtorno no desenvolvimento integral das crianças. No entanto, o diagnóstico da depressão infantil continua sendo um desafio complexo para profissionais da saúde, sendo muitas vezes confundido com outras condições, como transtornos de comportamento, problemas de aprendizagem ou dificuldades familiares (JUNIOR, et al, 2023).

2732

Tradicionalmente, a depressão é associada a adultos, sendo vista como uma condição que se manifesta predominantemente na vida adulta. Contudo, pesquisas contemporâneas indicam que a depressão pode se manifestar de maneira precoce, desde os primeiros anos de vida, e que seus sinais podem ser sutis e até mesmo atípicos, dificultando sua identificação. Em vez dos sintomas clássicos de tristeza e melancolia que são típicos dos adultos, crianças com depressão muitas vezes apresentam irritabilidade, alterações de comportamento, dificuldades de socialização, e até mesmo problemas de sono e alimentação. Essa manifestação atípica dos sintomas, associada à dificuldade das crianças em expressar seus sentimentos de forma clara, frequentemente impede o diagnóstico precoce e o início de intervenções adequadas (DOS SANTOS, et al, 2021).

Além disso, existem barreiras significativas no diagnóstico da depressão infantil que envolvem tanto fatores internos quanto externos. A falta de percepção por parte dos pais, educadores e profissionais de saúde, associada à estigmatização dos transtornos mentais, muitas vezes impede que a condição seja reconhecida em estágios iniciais. Muitos pais podem perceber o comportamento de seus filhos como parte de uma fase normal do desenvolvimento ou até mesmo atribuir os sintomas a fatores externos, como mudanças no ambiente familiar ou escolar. Adicionalmente, há uma resistência cultural e até profissional em diagnosticar e tratar transtornos mentais em crianças, o que acarreta um retardo no início do tratamento e, conseqüentemente, em um pior prognóstico para a criança (CAPONI, 2022).

O tratamento da depressão infantil envolve uma abordagem multifacetada, que deve considerar tanto as terapias psicossociais quanto farmacológicas. A terapia cognitivo-comportamental (TCC) tem se mostrado eficaz no tratamento da depressão infantil, ajudando a criança a identificar e modificar padrões de pensamento negativos, além de desenvolver habilidades de enfrentamento. O uso de medicamentos antidepressivos, especialmente inibidores seletivos da recaptação de serotonina (ISRS), também é indicado em alguns casos, especialmente quando os sintomas são graves ou não respondem adequadamente à psicoterapia. No entanto, o tratamento farmacológico em crianças deve ser cuidadosamente monitorado devido aos potenciais efeitos adversos. Este trabalho tem como objetivo realizar uma análise aprofundada dos sinais precoces da depressão infantil, discutindo as dificuldades associadas ao diagnóstico precoce e as barreiras enfrentadas por pais, educadores e profissionais de saúde. Além disso, serão exploradas as abordagens terapêuticas mais atuais para o manejo da condição, com ênfase nas intervenções psicoterápicas e farmacológicas (DOS SANTOS, 2023).

2733

METODOLOGIA

Este estudo consiste em uma revisão integrativa da literatura, com abordagem qualitativa e descritiva, cujo objetivo foi reunir, analisar e interpretar as evidências científicas disponíveis sobre a depressão infantil, focando nos sinais precoces, barreiras no diagnóstico e as abordagens terapêuticas atuais. A escolha desse delineamento metodológico justifica-se pela sua capacidade de integrar publicações com diferentes desenhos de estudo, permitindo uma análise abrangente e crítica sobre a condição, além de fornecer uma visão atualizada do conhecimento produzido na área.

A elaboração da revisão seguiu as etapas metodológicas propostas por Whittemore e Knafl, que compreendem: identificação do problema e formulação da pergunta norteadora; definição dos critérios de inclusão e exclusão; busca sistemática da literatura em bases de dados; categorização e análise dos dados extraídos; interpretação dos resultados e apresentação da síntese final. A pergunta norteadora definida foi: “Quais são as evidências científicas disponíveis sobre os sinais precoces, barreiras no diagnóstico e abordagens terapêuticas da depressão infantil?”

Foram considerados elegíveis os artigos publicados entre 2021 e 2025, nos idiomas português, inglês e espanhol, com texto completo disponível, que abordassem de forma direta a depressão infantil, com ênfase nos sinais precoces, nas dificuldades de diagnóstico e nas abordagens terapêuticas, incluindo tratamentos psicoterápicos e farmacológicos. Foram incluídos estudos originais, revisões sistemáticas, diretrizes clínicas e consensos de sociedades médicas reconhecidas. Foram excluídos artigos que abordassem exclusivamente o tratamento da depressão em adolescentes e adultos, bem como estudos com foco em populações específicas, como crianças com comorbidades psiquiátricas graves ou transtornos do espectro autista. Também foram excluídos artigos como cartas ao editor, editoriais, resumos sem dados completos e publicações duplicadas.

2734

A busca foi realizada nas bases de dados PubMed/MEDLINE, SciELO, LILACS, PsycINFO e Embase, utilizando descritores controlados e termos livres em inglês e português, combinados com operadores booleanos. Os termos utilizados foram: "depressão infantil" OR "depressão na infância" AND "sinais precoces" OR "diagnóstico precoce" AND "tratamento terapêutico" OR "tratamento psicoterápico" OR "tratamento farmacológico" AND "abordagens terapêuticas" OR "psicoterapia" OR "antidepressivos". A coleta dos dados foi realizada entre os meses de março e abril de 2025.

Os artigos encontrados foram organizados por meio do software Mendeley, que também foi utilizado para a identificação e remoção de duplicatas. A seleção dos estudos foi feita em duas etapas: leitura dos títulos e resumos, seguida da leitura na íntegra dos artigos potencialmente elegíveis. Dois revisores realizaram a triagem de forma independente e, em caso de divergência, os critérios foram reavaliados em conjunto até a obtenção de consenso.

Os dados extraídos dos artigos incluídos foram organizados em uma planilha padronizada contendo: nome do autor, ano de publicação, país de origem, tipo de estudo, características da amostra, principais achados relacionados aos sinais precoces, barreiras no

diagnóstico e terapêuticas adotadas, e implicações para a prática clínica. Os resultados foram analisados de forma descritiva, com a síntese das principais evidências sobre a eficácia das abordagens terapêuticas, dificuldades enfrentadas pelos profissionais na identificação precoce e a relevância dos achados para a prática clínica, contribuindo para a formulação de recomendações para a detecção e manejo da depressão infantil.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A depressão em crianças e adolescentes tem se tornado progressivamente mais prevalente nas últimas décadas, impulsionada por uma confluência de fatores biopsicossociais, contextuais e culturais que impactam diretamente o bem-estar emocional infantil. Ao contrário do que se observa nos adultos, em que a sintomatologia depressiva tende a ser mais homogênea e verbalizável, nas crianças os sinais são muitas vezes atípicos, camuflados por alterações comportamentais, dificuldades escolares e queixas somáticas inespecíficas. Tal heterogeneidade dificulta não apenas a identificação precoce, mas também o estabelecimento de um diagnóstico preciso e a implementação oportuna de estratégias terapêuticas eficazes (PAES, 2022).

A depressão infantil, em seus estágios iniciais, pode manifestar-se por meio de sintomas internalizantes, como apatia, retraimento social, desinteresse por atividades rotineiras e sensação de inutilidade, que muitas vezes são confundidos com timidez ou introversão. Em outras ocasiões, pode apresentar características externalizantes, incluindo irritabilidade excessiva, agressividade, rebeldia e comportamentos disruptivos, que, por sua vez, tendem a ser rotulados como má conduta ou falta de disciplina. Essa dualidade sintomática cria um campo nebuloso de avaliação clínica, sobretudo quando não há profissionais capacitados para diferenciar manifestações patológicas de comportamentos esperados do desenvolvimento infantil. As consequências do não reconhecimento da depressão em sua fase inicial podem ser devastadoras, incluindo o agravamento do quadro clínico, prejuízo nas habilidades cognitivas e sociais, risco aumentado de comorbidades psiquiátricas na vida adulta e, em casos extremos, ideação suicida ou tentativa de autoextermínio (ROSENDO, DE ANDRADE, 2021).

Os achados também apontam que as barreiras no diagnóstico da depressão infantil são multifatoriais. Em primeiro lugar, há um déficit na formação de profissionais da atenção primária e da educação quanto à identificação de sinais de sofrimento psíquico em crianças. Muitos clínicos ainda se baseiam em critérios diagnósticos voltados à população adulta, o que resulta na subvalorização de sintomas importantes (PIERZCKALSKI, 2023). Além disso, a

ausência de protocolos sistematizados para triagem em saúde mental na infância dificulta a implementação de ações preventivas em escolas, unidades básicas de saúde e programas de acompanhamento infantil. As famílias, por sua vez, enfrentam dificuldades tanto na percepção dos sintomas quanto no acesso ao cuidado especializado, muitas vezes em virtude do estigma associado aos transtornos mentais ou por limitações econômicas e geográficas. Crianças em situação de vulnerabilidade social, marcadas por ambientes familiares desestruturados, negligência, exposição à violência ou pobreza extrema, compõem um grupo de risco ainda mais crítico, frequentemente negligenciado pelos sistemas de saúde e proteção social (NEDEL, 2021).

A análise crítica dos dados demonstra ainda que há uma lacuna significativa entre a necessidade de atendimento em saúde mental e a oferta de serviços especializados. Em muitas regiões, a ausência de profissionais da psicologia e da psiquiatria infantil compromete a continuidade do cuidado, resultando em tratamentos fragmentados ou baseados exclusivamente em medidas paliativas. Em alguns contextos, há o uso precoce e indiscriminado de psicofármacos como substituto à psicoterapia, principalmente pela falta de estrutura para oferecer abordagens psicossociais de qualidade. Essa realidade impõe a urgência de políticas públicas que fortaleçam a rede de atenção psicossocial infantojuvenil, promovam a integração entre os setores da saúde, educação e assistência social, e priorizem a prevenção e o cuidado integral (DOS SANTOS, 2023).

2736

No que tange às estratégias terapêuticas, observou-se que a terapia cognitivo-comportamental adaptada para crianças permanece como a abordagem mais consolidada e respaldada por evidências na literatura científica. Sua eficácia está relacionada à capacidade de promover reestruturação cognitiva, ensino de habilidades sociais, regulação emocional e resolução de problemas, aspectos frequentemente comprometidos em crianças com quadros depressivos. A abordagem lúdica, com uso de jogos, desenhos e atividades simbólicas, é essencial para a adesão e efetividade do tratamento, uma vez que respeita as particularidades do estágio de desenvolvimento da criança. A psicoterapia de base familiar também se destaca, especialmente nos casos em que há dinâmicas disfuncionais no ambiente doméstico, sendo crucial o envolvimento dos pais e cuidadores como co-terapeutas no processo de reabilitação emocional da criança (ATAIDE, et al, 2021).

A farmacoterapia, embora seja uma ferramenta importante, especialmente em quadros moderados a graves, deve ser sempre considerada com cautela. Há consenso entre os especialistas de que o uso de antidepressivos deve ser indicado apenas após cuidadosa avaliação

multidisciplinar e sempre em associação à psicoterapia. Os riscos potenciais associados à farmacoterapia em crianças, como efeitos adversos, reações paradoxais e impacto no desenvolvimento neurológico, reforçam a necessidade de um acompanhamento longitudinal cuidadoso. Além disso, estudos recentes têm sugerido que intervenções psicossociais baseadas em escolas, como programas de promoção de saúde mental, mindfulness, habilidades socioemocionais e estratégias de enfrentamento, podem ser ferramentas valiosas na prevenção da depressão infantil, principalmente quando implementadas de forma universal e sistemática (MATOS, et al, 2022).

A escola, aliás, emerge como um espaço estratégico para a detecção e intervenção precoce. Professores e orientadores educacionais, quando devidamente capacitados, têm condições de identificar alterações significativas no comportamento, rendimento escolar e socialização das crianças. A presença de psicólogos escolares, ainda pouco frequente no contexto brasileiro, é uma demanda urgente para que o ambiente escolar possa atuar não apenas como espaço de aprendizado, mas também de cuidado e acolhimento emocional. A literatura analisada sugere que a implementação de protocolos de triagem em saúde mental nas escolas, aliados a campanhas de conscientização voltadas para pais e educadores, pode aumentar significativamente a taxa de identificação precoce de casos de depressão infantil (SILVA, DE AZEVEDO, 2022).

2737

Em síntese, os resultados desta revisão integrativa evidenciam que a depressão infantil deve ser compreendida como um fenômeno multidimensional, que exige não apenas o reconhecimento clínico dos sintomas, mas uma articulação intersetorial robusta e contínua entre profissionais de saúde, educadores, famílias e gestores públicos. O enfrentamento desse problema demanda um compromisso ético e político com a infância, compreendendo que a promoção da saúde mental não pode ser vista como um luxo, mas como um direito fundamental. O diagnóstico precoce, aliado a intervenções terapêuticas baseadas em evidências e contextualizadas às necessidades de cada criança, é o caminho mais promissor para mitigar os efeitos deletérios da depressão infantil e garantir o pleno desenvolvimento biopsicossocial dessa população vulnerável (SILVA, et al, 2022).

CONCLUSÃO

A depressão infantil configura-se como um transtorno mental de alta complexidade e impacto significativo no desenvolvimento biopsicossocial de crianças e adolescentes. Os

resultados desta revisão integrativa demonstraram que o reconhecimento precoce do transtorno, embora essencial, ainda é dificultado por fatores como a variabilidade dos sintomas na infância, a carência de capacitação dos profissionais de saúde e educação, o estigma relacionado à saúde mental e a insuficiência de políticas públicas que assegurem acesso ao cuidado especializado. A manifestação clínica da depressão em crianças frequentemente difere da apresentada em adultos, exigindo atenção redobrada e uma escuta qualificada por parte dos profissionais que atuam na linha de frente do cuidado.

Os achados também ressaltam a necessidade de uma abordagem interdisciplinar e intersetorial, em que saúde, educação e assistência social atuem de forma integrada para garantir o diagnóstico precoce, o tratamento adequado e o acompanhamento contínuo. Estratégias como a capacitação de professores e agentes de saúde, a ampliação do número de psicólogos nas escolas e na atenção primária, a implementação de programas de promoção de saúde mental nas instituições de ensino e o fortalecimento da rede de atenção psicossocial infantojuvenil mostraram-se fundamentais para a prevenção e manejo adequado da depressão infantil. Ainda que a terapia cognitivo-comportamental se mantenha como uma das principais abordagens terapêuticas baseadas em evidências, é imprescindível que seu uso seja adaptado às particularidades da infância e, sempre que possível, associado ao envolvimento familiar. A farmacoterapia deve ser empregada com critério, respeitando a indicação clínica e sendo acompanhada por equipe especializada. Dessa forma, conclui-se que a superação dos desafios relacionados ao diagnóstico precoce da depressão infantil requer investimentos em políticas públicas efetivas, formação continuada de profissionais, redução do estigma social e garantia do acesso equitativo ao cuidado em saúde mental. Promover o bem-estar psicológico das crianças não é apenas uma medida terapêutica, mas um compromisso com a construção de uma sociedade mais saudável, equitativa e humanizada.

2738

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ATAIDE, Bruno et al. Depressão: alterações fisiológicas na infância. *Cadernos Camilliani*, 2021; 16(2): 1276-1293.
- CAPONI, Sandra Noemi. Considerações sobre a prescrição de psicofármacos na primeira infância: O caso da depressão infantil. *Estudos de Sociologia*, 2022; p. e022019-e022019.
- DOS SANTOS, Janayna Mota et al. Fatores de risco para a depressão infantil. *Saúde Coletiva (Barueri)*, 2021; 11(67): 6839-6850.

DOS SANTOS, Janayna. Depressão infantil: uma realidade invisível. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, 2023; 9(3): 1647-1656.

JUNIOR, Pedro Moacyr Chagas Brandão et al. Contribuições psicanalíticas a uma revisão narrativa da depressão infantil. *Tempo Psicanalítico*, 2023; 55: 208-229.

MATOS, Wysley Alves; SOARES, Rafael Nascimento; DOS SANTOS, Marcos Vinícios Ferreira. Uso de antidepressivos na infância e adolescência. *Research, Society and Development*, v. 11, n. 16, p. e331111638131-e331111638131, 2022.

NEDEL, Roberta. Um mundo sem cor: análises e narrativas da depressão infantil, medicação e processo psicoterápico num serviço-escola. 2021.

PAES, Soraia Cardoso. Depressão infantil e sua inserção na atualidade: uma análise da literatura. *HPC Health and Science Journal*, v. 1, n. 1, 2022.

PIERZCKALSKI, Alexandre Furtado et al. Depressão na infância e adolescência: peculiaridades no diagnóstico, suas causas e a fé no processo de cura. 2023.

ROSENDON, Giselle Ribeiro; DE ANDRADE, Leonardo Guimarães. Depressão na infância e adolescência e farmacoterapia da depressão. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, v. 7, n. 10, p. 786-804, 2021.

SILVA, Jamile Sodré; DE AZEVEDO, Caroline Almeida. O impacto da depressão entre adolescentes no contexto escolar: uma revisão integrativa. *Revista Psicologia em Foco*, v. 14, n. 20, p. 187-200, 2022.

DA SILVA, Lorena Medeiros; BUENO, Bruna Vilaça; FERREIRA, Karla Daniela. Atenção farmacêutica em pacientes adolescentes com depressão. *Revista Liberum accessum*, v. 14, n. 4, p. 63-73, 2022.