



# 7ª SEMANA DE CONHECIMENTO

Depressão X Tristeza

28/10 a 01/11



## Autor(es)

Juliana Gomes De Souza  
Joene Vitoria De Souza Gomes  
Miguel De Melo Fernandes Pereira  
Vitor Manoel Batista Folha  
Renato Oliveira Jacintho  
Evellyn Lino Da Silva Palmeira  
Lindaura Maria De Oliveira De Sousa  
Taís Carvalho Nascimento Barros

## Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

## Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA

## Introdução

A depressão e tristeza são situações frequentemente confundidas, porém tem grandes diferenças em sua natureza e impacto. A tristeza é formulada como uma resposta emocional transitória a acontecimentos específicos. Depressão é um transtorno psicológico difícil e persistente, que afeta milhões de pessoas em qualquer faixa etária no mundo inteiro. A depressão não escolhe cor, raça e muito menos etnia. O (OMS) Organização Mundial de Saúde indica que a depressão é uma das principais causas de incapacidade global, com impactos profundos na saúde mental e física dos indivíduos, bem como em seus vínculos e em desempenho profissional.

## Objetivo

Nosso trabalho tem o objetivo aprofundar a compreensão sobre as diferenças e semelhanças entre tristeza e depressão, investigando cada classificação, seus fatores de risco, tratamentos entre outros.

## Material e Métodos

Este trabalho tem como materiais: Fontes bibliográficas, bem como os artigos científicos e ou publicações acadêmicas. Este trabalho tem como métodos: Revisão bibliográfica, bem como a análise de licenciatura científica sobre os conceitos de tristeza e depressão, com foco nos critérios diagnósticos, fatores de risco, diferenciação entre os dois estados emocionais e possíveis abordagens e intervenção.

## Resultados e Discussão

A partir de nossa pesquisa sobre tristeza e depressão fica claro a diferença, validando a literatura mostra a tristeza como uma resposta emocional passageira a eventos específicos, enquanto a depressão revela-se como uma condição persistente e incapacitante. A tristeza é continuamente relacionada a eventos recentes e particulares, bem como conflitos familiares ou desafios acadêmicos, sociais, e se manifesta bastante autolimitada, ou seja,



tende a se solucionar sem intervenções terapêuticas.

### Conclusão

Esses resultados mostram o quanto são importantes conhecermos e sabermos diferenciar tristeza e depressão para contrariarmos diagnósticos sem precisão e inadequados. A tristeza sendo uma emoção transitória, pode ser ultrapassada com ajuda emocional e adaptações às situações, enquanto a depressão demanda uma intervenção mais ampla e específica.

### Referências

- <https://www.reconstruindoamente.com.br/blog/tristeza-versus-depressao-como-saber-diferenciar/>
- <https://educapes.capes.gov.br/bitstream/capes/571871/2/Compreendendo%20a%20Tristeza%20e%20a%20Depress%C3%A3o.pdf>
- [https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.msdmanuals.com/pt/casa/dist%C2%5C3%25BArb%C3%83os-de-sa%C2%5C3%BAde-mental/mental/transtornos-dos-humor/depress%C2%5C3%25A3o&ved=2ahUKEwjO0lefo6iJAxW0H7kGHX2bHOEQFnoECC0QAQ&usg=AOvVaw3Dfb1ZW9sZc2Tkl-4Z5\\_Rs](https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.msdmanuals.com/pt/casa/dist%C2%5C3%25BArb%C3%83os-de-sa%C2%5C3%BAde-mental/mental/transtornos-dos-humor/depress%C2%5C3%25A3o&ved=2ahUKEwjO0lefo6iJAxW0H7kGHX2bHOEQFnoECC0QAQ&usg=AOvVaw3Dfb1ZW9sZc2Tkl-4Z5_Rs)
- <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://www.significados.com.br/tristeza/amp;ved=2ahUKEwimr7iDo6iJAxUMDrkGHYjzBgAQFnoECBIQAAQ&usg=AOvVaw15-dBY2GT4sIZ1QajUAtLh>
- <https://www.drandersonpsiquiatria.com.br/areas-de- atuacao/tratamento-farmacologico#:~:text=O%20tratamento%20farmacol%C3%83gico%20%C3%83%A9%20um,baseia%20neles%20para%20obter%20sucesso>
- <https://www.msdmanuals.com/pt/casa/dist%C3%BArbios-de-sa%C3%BAde-mental/transtornos-do-humor/medicamentos-para-o-tratamento-da-depress%C3%A3o>

