

## ATIVIDADE INTERMEDIÁRIO: COMPLETE COM AS PALAVRAS QUE FALTAM

DEPRESSÃO NÃO É SÓ TRISTEZA, A DEPRESSÃO É UMA \_\_\_\_\_ GRAVE. MUITA GENTE POR DESCONHECER OS \_\_\_\_\_, PENSA QUE A PESSOA COM DEPRESSÃO SÓ VIVE QUIETA, \_\_\_\_\_ PELOS CANTOS, MAS É BOM REFORÇAR QUE NEM SEMPRE ELA SE APRESENTA \_\_\_\_\_ MANEIRA.

A DEPRESSÃO PODE SER \_\_\_\_\_ COM TRISTEZA NUM PRIMEIRO MOMENTO, MAS DIFERENTE DA DEPRESSÃO, A TRISTEZA É PASSAGEIRA. NA DEPRESSÃO A EVOLUÇÃO NÃO É TÃO SIMPLES ASSIM, QUANDO UMA PESSOA ESTÁ \_\_\_\_\_, VÁRIAS ÁREAS DA VIDA SÃO AFETADAS, NÃO SÓ O HUMOR, SÃO SINAIS QUE PODEM SER COMPLETAMENTE OPOSTOS, MAS SE CARACTERIZAM PELA \_\_\_\_\_. A PESSOA PODE TER FALTA DE APETITE OU FOME \_\_\_\_\_, INSÔNIA OU SONO EXCESSIVO, GANHO OU PERDA DE PESO, ALÉM DISSO É COMUM SENTIR ANSIEDADE, IRRITABILIDADE, FALTA DE \_\_\_\_\_ E PRINCIPALMENTE UM FORTE \_\_\_\_\_ DE DESESPERANÇA, QUE NOS EXTREMOS PODE LEVAR A PENSAMENTOS \_\_\_\_\_.

SE VOCÊ CONHECE UMA PESSOA QUE APRESENTA ESSES \_\_\_\_\_, CONVERSE COM ELA E A INCENTIVE A PROCURAR AJUDA. SE VOCÊ MESMO ESTIVER SE SENTINDO ASSIM, REÚNA FORÇAS E PROCURE UM ESPECIALISTA, PORQUE EXISTE \_\_\_\_\_. MUITAS VEZES O TRATAMENTO PSICOTERÁPICO PODE SER SUFICIENTE, EM ALGUNS CASOS, ALÉM DA \_\_\_\_\_, PODE SER NECESSÁRIO O USO DE ANTIDEPRESSIVOS, NÃO TENHA MEDO DESSAS DROGAS, ELAS PODEM SER FUNDAMENTAIS PARA O SUCESSO DO TRATAMENTO, MAS É PRECISO TER \_\_\_\_\_, ESSES REMÉDIOS SÃO EFICAZES MAS LEVAM SEMANAS PARA FAZER EFEITO.

LEMBRE-SE: DEPRESSÃO NÃO É FRESCURA, NEM SINAL DE FRAQUEZA, FRASES COMO “VAI PASSAR”, NÃO AJUDAM O \_\_\_\_\_ COM DEPRESSÃO. TRATA-SE DE UMA DOENÇA. NA VERDADE, ESSE TIPO DE ATITUDE, SÓ VAI FAZER O PACIENTE SE SENTIR \_\_\_\_\_.

ACOLHIMENTO: ESSA É A \_\_\_\_\_-CHAVE PARA AJUDAR PESSOAS COM DEPRESSÃO.