

## Transtornos psicológicos são mais comuns em mulheres, segundo OMS

Aline Sabino, psiquiatra da Rede São Camilo, explica como a jornada dupla de trabalho pode ocasionar transtornos mentais



De acordo com dados do relatório Alerta Amarelo, feito em 2021 pelo Instituto Cactus, uma em cada cinco mulheres possuem algum tipo de transtorno mental. Além disso, as alterações hormonais fazem com que o tratamento para mulheres exija um cuidado especial. Dentre os transtornos mentais mais comuns em mulheres estão a depressão, ansiedade, compulsão alimentar, bulimia. Segundo dados da Organização Mundial da Saúde (OMS), o índice de depressão chega a ser o dobro da incidência em homens. E, para cada fase da vida, existem situações diferentes que podem desencadear algum quadro de transtorno mental.

“No puerpério, por exemplo, as mães estão suscetíveis a depressão pós-parto. Assim como rotinas sobrecarregadas podem ocasionar dificuldades de lidar com a ansiedade e o estresse”, explica Aline Sabino, psiquiatra na Rede de Hospitais São Camilo de São Paulo.

Para a mulher, os cuidados no decorrer do tratamento são redobrados, a produção cíclica de hormônios do corpo feminino faz com que a escolha do medicamento, caso necessário, seja feita com mais atenção para não ocorrer conflitos com métodos de prevenção sexual, por exemplo.

“Também é importante reparar que alguns sintomas de transtornos podem agravar ou atenuar dependendo de qual momento do ciclo

de hormônios que a mulher está vivenciando”, comenta a especialista.

Burnout também afeta mais as mulheres

Nesse cenário, a síndrome de burnout é mais frequente em mulheres devido às jornadas duplas de trabalho, dentro ou fora de casa. Um exemplo disso é a jornalista Izabella Camargo que teve um apagão ao vivo apresentando a previsão do tempo na televisão antes de ser diagnosticada com burnout.

A jornalista declarou em entrevistas que já apresentava sintomas como bruxismo, problemas no estômago e taquicardia dois anos antes do ocorrido ao vivo no telejornal em 2018.

Além disso, com um salário de até 20% a menos do que o dos homens – apontado pelo relatório da Organização Internacional do Trabalho (OIT), o fator motivacional do trabalho também pode diminuir.

“Seja a mulher mãe ou não, a cobrança da sociedade para a mulher no trabalho não é pequena e um trabalho que não gera motivação pode adoecer as pessoas. Mas com a jornada dupla de trabalho, o esgotamento psicológico é mais frequente e pode afetar as mães em até 20% mais do que os pais”, finaliza Sabino.

**Fonte: Fernanda Fernandes da Cruz**