



## **OS ANTIOXIDANTES COMO POSSÍVEIS COADJUVANTES NO TRATAMENTO DA DEPRESSÃO**

Sofia Giacomet Borges (PIBIC-CNPq-Ensino Médio), Ana Paula Vargas Visentin, Júlia Maiara dos Santos e Cátia dos Santos Branco, Mirian Salvador (Orientador(a))

A depressão é uma doença caracterizada por originar mudanças de humor, incluindo tristeza, perda de interesse ou prazer, sentimento de culpa ou baixa autoestima, sono e apetite perturbados, cansaço, dificuldade de concentração e, em casos extremos, pode levar ao suicídio. Mundialmente, esse transtorno afeta 4,4% da população, cerca de 322 milhões de pessoas. Na América Latina, o Brasil possui o maior número de indivíduos com esse transtorno neuropsiquiátrico, sendo 5,8% da população, porcentagem acima da média global. Os estados da região Sul têm os índices mais altos do país e, no topo da lista, está o Rio Grande do Sul, cujo percentual é de 13,2 pacientes. Com a predominância em mulheres, essa desordem mental afeta 5,1% da população feminina, e da masculina, somente 3,6%. Apesar de acometer todas as idades, atinge o pico na idade adulta, dos 55 aos 74 anos, porém, também atinge pessoas abaixo dos 15 anos. Os sintomas são os mesmos, podendo haver a predominância de alguns característicos em cada faixa etária, como em crianças pré-escolares, em que os sintomas físicos são mais comuns. Os estudos apontam que pacientes depressivos apresentam níveis elevados de estresse oxidativo podendo acelerar o processo de inflamação e disfunção mitocondrial. O estresse oxidativo é resultado do desequilíbrio entre a produção de radicais livres e o níveis de antioxidantes. Os radicais livres são átomos ou moléculas com elétrons desemparelhados, produzidos naturalmente ou por agentes externos. Em baixas quantidades, são componentes essenciais do ser humano pela sua importância em diversos processos fisiológicos. Em contrapartida, quando há exagero em sua produção, se tornam prejudiciais, dessa forma, o organismo busca restabelecer o equilíbrio, ativando o sistema antioxidante enzimático. Além dos antioxidantes enzimáticos produzidos pelo corpo, existem os antioxidantes provenientes da dieta que são denominados antioxidantes não enzimáticos. Dentre os dietários é possível citar o resveratrol, presente na uva; as catequinas no chá verde, as antocianinas no morango e a quercetina na maçã, os quais apresentam vários efeitos descritos na literatura: anti-inflamatório, antidepressivo, neuroprotetor, anticancerígeno, dentre outros. Diante desses fatos é possível compreender porque os antioxidantes podem ser bons coadjuvantes para o tratamento da depressão.

Palavras-chave: estresse oxidativo, antioxidantes, depressão

Apoio: UCS, CAPES, CNPq, FAPERGS