

MELHOR PREÇO SEMPRE
A MAIOR REDE DE LOJAS DE
COSMÉTICA DOS AÇORES
A Loja da Beleza Açoriana

São Miguel
 Rua Machado dos Santos Nº77 - tel: 296 288 296
 Rua dos Mercadores Nº22 - tel: 296 282 347
 Rua El Rei D.Carlos I Nº61 - tel: 296 473 733

Terceira
 Rua de S.João Nº18 - tel: 295 216 349
 Rua de Jesus Nº42/44 - tel: 295 513 269

www.facebook.com/lojacentraldoscabelos

Diário dos Açores ANO 145º **abOURO**
 Domingo, 26 de Outubro de 2014 Ano 145º, Nº 40.524
 www.diariodosacores.pt

0,60 € Fundado em 1870 por M. A. Tavares de Resende *O quotidiano mais antigo dos Açores* Director: Paulo Hugo Viveiros Sub-Director: Manuel Moniz

abOURO
 A primeira casa de OURO dos Açores
 NOVO-USADO-PARTIDO
COBRIMOS TODAS AS OFERTAS
 968 090 670
 962 505 090
 913 857 675
 RUA MACHADO DOS SANTOS, 52
 PONTA DELGADA

Depressão na infância atinge mais meninos do que meninas

Embora pouco relatado, o suicídio na infância acontece. Não são conhecidos números em Portugal, mas a terapeuta Cláudia Pires de Lima garante ao Diário dos Açores que casos graves de depressão podem ter esse desfecho. A perda de um ente querido, o divórcio dos pais, o afastamento de familiares e amigos, a mudança de residência e o "bullying" são alguns dos factores que facilitam o aparecimento de sintomas depressivos numa criança, pelo que é funda-

mental estar atento e procurar ajuda psicológica. Ao contrário dos adultos, nas crianças a depressão surge predominantemente em meninos, sendo inferior a taxa de meninas. Dados estatísticos apontam também que nos adultos os quadros depressivos são mais frequentes nas mulheres. Contudo, o mesmo não acontece na infância. "Ao contrário dos adultos, nas crianças a depressão surge predominantemente em meninos, sendo

inferior a taxa de meninas. Com a entrada na adolescência esta tendência inverte-se", afirma. Efectivamente, as crianças têm uma percepção da morte muito diferente da dos adultos. Por esse motivo, temos tendência a recear que as elas possam não ser capazes de aceitar ou lidar com a perda de alguém ou de algo que lhes é querido. "Nestes casos, uma comunicação clara facilita o entendimento e "elimina complicações futuras"...**P.4 e 5**



SATA "prepara-se para desafio da abertura do mercado"...
 "O novo modelo, felizmente, é um estímulo e um desafio, uma provocação para a mudança e para a melhoria", declarou Luís Parreirão. "A SATA tem a obrigação de se adaptar e transformar"...**P.3**

BE apresenta proposta de referendos locais sobre incineração em São Miguel
 O BE anunciou que vai entregar uma proposta para a realização de referendos municipais em Ponta Delgada e Ribeira Grande porque "os cidadãos têm o direito de ser ouvidos" sobre o projecto de incineração previsto para São Miguel. "A proposta é que o referendo faça às pessoas a pergunta que até agora não foi feita: estão ou não estão de acordo com a posição dos executivos municipais de através da AMISM, escolher a incineração como forma de tratamento dos resíduos?"...**P.2**

PSD-Açores "acredita" que Passos Coelho reponha diferencial fiscal em breve

Para Duarte Freitas, a reposição do diferencial fiscal deve avançar "com urgência" para permitir às famílias açorianas recuperarem rendimentos, uma iniciativa com "impacto muito positivo", que, segundo disse, poderá significar cerca de 50 milhões de euros anuais devolvidos aos açorianos. "Acredito que vamos conseguir e tenho esperanças que o primeiro-ministro de Portugal responda de forma positiva a esta pretensão dos açorianos". "O PSD/Açores defende a diminuição dos impostos cobrados na nossa região e a reposição do antigo diferencial fiscal nos termos em que ele era aplicado antes do período de assistência financeira internacional feito por Portugal", afirmou Duarte Freitas. O primeiro-ministro, que se desloca ao arquipélago oficialmente pela primeira vez nesta qualidade, entre amanhã e quarta-feira, terá reuniões e visitas em quatro das nove ilhas (S. Miguel, Terceira, Faial e Pico)...**P.2**



Governo quer região como "1º destino turístico de natureza do país em 10 anos"

O Governo Regional diz que quer "transformar o arquipélago, no espaço de uma década, no primeiro destino turístico de natureza do país", disse o secretário regional dos Transportes e Turismo. O governante açoriano, que falava no encerramento do Fórum Turismo, da Câmara de

Comércio e Indústria de Ponta Delgada, sublinhou que o sector tem um "papel muito relevante a desempenhar no desenvolvimento" da região. E defendeu que os Açores têm de ser vendidos como um destino "de excelência", um dos "segredos da Europa ainda por descobrir"...**P.3**

MAIS PARA LER: BOLSA ■ SAÚDE ■ OPINIÃO ■ NACIONAL ■ INTERNACIONAL ■ CINEMA ■ CIÊNCIA ■ CLASSIFICADOS ■ TELEVISÃO ■ HORÓSCOPO ■ ESPECTÁCULOS ■ TRANSPORTES ■ JORNAL OFICIAL ■ ANEDOTAS ■ DESPORTO ■ EFEMÉRIDES ■ FARMÁCIAS ■ CONTACTOS ÚTEIS

Jogos diferentes de 3ª a Sábado
 XADREZ - PALAVRAS CRUZADAS - CAÇA PALAVRAS - SUDOKU
 HITORI - CRIPTOGRAMA - FUTOSHIKI - WORD SPLITTER
 ANAGRAMA - PROBLEMA LÓGICO - CAMINHO ABC - LABIRINTO

PERFUMES LOW-COST
 ALTA QUALIDADE - COMPROVE!!

PERFUME BAR
 Av. Infante D. Henrique, n.º 111
 Ponta Delgada
 www.ydentik.pt

VAI RESISTIR A ESTES PREÇOS??
 ydentik pocket
 leva-me contigo...

NOVIDADE!
 ydentik pocket 3,50€
 ydentik recarga 1,50€

PERFUMES DESDE 8,95€

NOVIDADE

Depressão na infância atinge *Casos mais graves pode*

Embora pouco relatado, o suicídio na infância acontece. Não são conhecidos números em Portugal, mas a terapeuta Cláudia Pires de Lima garante ao Diário dos Açores que casos graves de depressão podem ter esse desfecho. A perda de um ente querido, o divórcio dos pais, o afastamento de familiares e amigos, a mudança de residência e o “bullying” são alguns dos factores que facilitam o aparecimento de sintomas depressivos numa criança, pelo que é fundamental estar atento e procurar ajuda psicológica. Ao contrário dos adultos, nas crianças a depressão surge predominantemente em meninos, sendo inferior a taxa de meninas.



Cláudia Pires de Lima, psicóloga e terapeuta familiar

POR SÍLVIA AGUIAR

Embora pouco relatado, o suicídio na infância acontece. Não são conhecidos números em Portugal, mas a terapeuta Cláudia Pires de Lima garante que casos graves de depressão podem ter esse desfecho. Ao Diário dos Açores explica que devido ao facto de as crianças

não verem a morte como algo “irreversível”, podem ser criadas fantasias de uma vida melhor após a morte. “Situações de maior stress com as quais a criança não consiga lidar ou famílias com histórico de suicídio são factores de risco que devem manter o alerta para a prevenção”, realça.

Dados estatísticos apontam também que nos adul-

tos os quadros depressivos são mais frequentes nas mulheres. Contudo, o mesmo não acontece na infância. “Ao contrário dos adultos, nas crianças a depressão surge predominantemente em meninos, sendo inferior a taxa de meninas. Com a entrada na adolescência esta tendência inverte-se”, afirma.

Efectivamente, as crian-

ças têm uma percepção da morte muito diferente da dos adultos. Por esse motivo, temos tendência a recear que as elas possam não ser capazes de aceitar ou lidar com a perda de alguém ou de algo que lhes é querido.

Cláudia Pires de Lima, psicóloga e terapeuta familiar, esclarece que, nestes casos, uma comunicação clara facilita o entendimento e “elimina complicações futuras”. Além disso, expressões como “Foi para o céu e tornou-se numa estrela” e “Vai estar sempre a olhar por ti e a protegerte” só devem ser utilizadas após o bom entendimento da criança sobre o facto de ter havido uma perda. “Caso contrário, poderemos estar a criar falsas expectativas que se transformarão em frustração e revolta”, provocando uma depressão na criança.

Ignorada durante muito tempo, essa patologia manifesta-se quando o comportamento curioso e explorador próprio da infância dá lugar ao medo excessivo, apatia, desânimo, cansaço e ao descuido com a sua aparência e com os seus bens (brinquedos e material escolar). Paralelamente, a baixa auto-estima e a falta de confiança nas suas capacidades são também características de quem sofre de depressão, assim como a alteração do sono e do apetite. Segundo a especialista, “a apatia e a falta de energia podem ser, por vezes, tão significativas que a criança tem dificuldades em expressar-se, fazendo-o de forma mais

comum, através da linguagem corporal (por exemplo, o encolher os ombros ou abanar a cabeça)”.

Para além da morte ou perda de um ente querido, existem outros factores que facilitam o aparecimento de sintomas depressivos numa criança, como o afastamento de familiares e amigos por longos períodos de tempo ou múltiplas vezes (por exemplo divórcio, pais que trabalham longe e têm de se ausentar vários dias, mudança de residência e internamento hospitalar), insucesso escolar, desvalorização por parte das figuras parentais, ‘bullying’ e doença prolongada.

Questionada sobre o modo como se comportam as crianças depressivas, a psicóloga admite que, por vezes, o diagnóstico faz-se tardiamente porque são crianças que normalmente não “incomodam”. “É mais fácil acharmos que uma criança não está bem quando o seu comportamento provoca ruído, chama a atenção do adulto em casa e/ou na escola. Uma criança deprimida, por norma, expõe-se menos, interage com menor frequência com outras crianças e refugia-se nalgum adulto que lhe dê mais segurança”, explica.

O tratamento para a depressão na infância consiste em terapia e, em casos excepcionais, na utilização de fármacos. Para além disso, é fundamental que os pais participem e apoiem o filho em todo o processo. “Deve-se dar espaço à família de forma a dissolver dúvidas e mitos e poder definir estratégias que facilitem a recu-

mais meninos do que meninas m levar ao suicídio

peração”, defende.

Estreitamente relacionada com essa doença está a ansiedade – patologia que se caracteriza pela presença de medo (medo de perder um ente querido, medo de falhar numa avaliação ou medo da reacção de um adulto), apreensão ou preocupação. Existem, contudo, alguns sintomas físicos que auxiliam a identificá-la, como o batimento cardíaco acelerado, respiração acelerada, sensação de falta de ar, boca seca, tensão muscular, náuseas, dores de barriga e dores de cabeça.

No entanto, embora a ansiedade seja uma parte normal do desenvolvimento das crianças, conforme nos diz Cláudia Pires de Lima, esta pode ser manifestada de forma mais intensa e frequente do que a maioria das crianças/jovens da mesma idade. “Nestes casos, o sofrimento causado pode perturbar o seu bem-estar e a sua rotina, bem como comprometer o seu desenvolvimento. É nesta altura em que a ajuda deve ser solicitada”, afirma.

Comportamentos de oposição

Outra alteração de comportamento que necessita igualmente de ajuda psicológica na infância é a “Perturbação de Oposição e Desafio” que se caracteriza pela teimosia persistente, desinteresse em assumir e cumprir com os compromissos e resistência quan-

do são impostas ordens a cumprir. Constantemente estas crianças põem à prova as regras que são estabelecidas, dificilmente assumem a culpa que possam ter e, por isso, envolvem-se e são motivo para constantes brigas e discussões. Estes comportamentos surgem preferencialmente com adultos ou crianças/jovens com os quais a criança tenha mais à vontade e co-

Tratamento para a depressão na infância consiste em terapia e, em casos excepcionais, na utilização de fármacos

nheça melhor.

Questionada sobre o que os pais não devem fazer quando são “desafiados” pela criança, a terapeuta defende que “grandes discursos e ‘sermões’ sobre o que está correcto e errado não ajudam, pois estas crianças/jovens sabem perfeitamente distinguir o que está bem e o que está mal. Na terapia com os pais, é fulcral centrarmo-nos naquilo que podem fazer. Treinam-se alguns cenários de forma a que seja mais fácil para os pais poderem reagir de forma assertiva, empática e construtiva, e ser eliminado o factor ‘surpre-



“Uma criança deprimida, por norma, expõe-se menos, interage com menor frequência com outras crianças e refugia-se nalgum adulto que lhe dê mais segurança”, explica

sa’ que os pode deixar sem reacção. Poucas palavras acompanhadas pela atitude adequada, são fulcrais para a terapia ser bem sucedida”.

Nos dias 17 e 18 de Novembro e 13 e 14 de Dezembro, Cláudia Pires de Lima irá ministrar uma formação em Angra do Heroísmo e Ponta Delgada, respectivamente, sobre os planos de intervenção psicológica na infância, onde nes-

sa formação profissional, entre muitas outras que a ForAll – Desenvolvimento Pessoal e Bem-Estar tem promovido no arquipélago, pretende-se abordar estas quatro temáticas (Reacção ao Luto, Depressão, Ansiedade e Comportamentos de Oposição) com o olhar de quem intervém com estas crianças ao nível psicológico.

Trata-se, assim, de uma acção que está focada na

intervenção profissional abrangendo, não só as crianças, mas todos os que são relevantes para a sua recuperação, com base em planos cientificamente validados pela sua eficácia. Pelo facto de ser muito específica, destina-se exclusivamente a psicólogos e eventualmente também a estudantes de psicologia. Os interessados poderão solicitar informações pelo e-mail: geral@forall.pt.

PUBLICIDADE

ogiro
restaurant

Buffet a 6,5€
ao almoço todos os dias c/ ementa variada

Prato Económico a 5,50€
Inclui: bebida, pão e café

Prato da Crise a 3,50 €

Aceita-se encomendas de refeições para o seu dia-a-dia!

Rua do Diário dos Açores, 35 - Ponta Delgada Telef. 296 287 062

ra
GRÁFICA | AÇOREANA

SERVIÇOS DE PRÉ-IMPRESSÃO E IMPRESSÃO OFFSET UM GRUPO EDITORIAL AO SERVIÇOS DOS AÇORES

FLYERS/CARTAZES
BROCHURAS/REVISTAS
FOLHETOS
JORNAIS
LIVROS
CARTÕES

CONVITES
CALENDRÁRIOS
ENVELOPES
FATURAS
e muito mais!
contacte-nos!

Correio dos Açores | Diário dos Açores | Atlântico Expresso | açorianissima

Tels. 296 201 060 / Fax: 296 286 119
Rua Dr. João Francisco de Sousa, 14 - Ponta Delgada - São Miguel - Açores
email: pub@correiodosazores.net

CARNE DOS AÇORES DO PRADO AO PRATO

Restaurante da Associação Agrícola de São Miguel

DIIGNIDADE E RESPONSABILIDADE
PRODUTORES
CONSUMIDORES
RENDIMENTO

Agora também aos DOMINGOS

HORÁRIO:
Domingos, Segundas e Terças das 12:00 às 15:00
Quartas, Quintas, Sextas e Sábados das 12:00 às 15:00 e das 19:00 às 22:30

Agora também na internet em www.aasm-cua.com.pt

Recinto da Feira - Campo de Santana
9600-096 Ribeira Grande - Telef. 296 490 001