

---

Envio do Projeto Revisado e Aprovado

---

Código do Projeto Aprovado

012

**Parte 1 - Dados Cadastrais**

NOME DO ORIENTADOR

Gustavo Capobianco Volaco

FORMAÇÃO DO ORIENTADOR (graduando, graduação, especialização, mestrado, doutorado, pós-doutorado)

Psicanalista; Graduado em Psicologia pela PUC-PR; Mestre em Letras pela UFPR; Doutor em Literatura pela UFSC e Pós-Doutor em Psicologia Clínica pela USP

NOME DO PROPONENTE

Bruna Santos De Bairros

Matrícula

1099432

FORMAÇÃO (graduando, graduação, especialização, mestrado, doutorado, pós-doutorado)

Graduanda em Psicologia

E-MAIL do ORIENTADOR

prof.gustavo.volaco@unifacvest.edu.br

E-MAIL do PROPONENTE (Aluno)

brunasantosdebairros@gmail.com

Telefone do Proponente

49999909933

Curso de Graduação do Proponente

15 PSICOLOGIA

## **Parte 2 - Descrição do Projeto**

## TÍTULO DO PROJETO

Psicologia e Depressão

Início do Projeto

03/03/2020

Fim do Projeto

30/06/2020

## GRANDE ÁREA E ÁREA DE CONHECIMENTO

Ciências Humanas

LOCAL DE REALIZAÇÃO: (se envolver outras instituições, exceto a Facvest, será necessário o termo de ciência e concordância da instituição envolvida a ser entregue posteriormente)

[https://youtu.be/U-uq\\_H\\_yEdg](https://youtu.be/U-uq_H_yEdg)

## RESUMO DO PROJETO

### **O que é?**

A depressão é um transtorno mental caracterizado por depressão (tristeza persistente) ou perde de interesse em atividades do cotidiano.

Mais de 300 milhões de pessoas de todas as idades sofrem de depressão, em suas piores manifestações a depressão pode levar à automutilação e até ao suicídio.

### **Vamos desmistificar um mito sobre a depressão que circula por ai :**

Depressão NÃO é tristeza.

Tristeza é um sentimento, e um sentimento extremamente comum, todos nós já o sentimos, a tristeza é um sentimento passageiro, vem e com alguns dias vai embora, já a depressão é um transtorno, não um sentimento. Quando se está triste pode apontar um motivo (ou vários), pessoas com o quadro depressivo ficam tristes com tudo todo o tempo, a depressão não requer um motivo, pode até mesmo não haver, porém a pessoa depressiva ainda se sente mal.

### **Quais são os sintomas da depressão?**

#### **COMPORTAMENTO:**

- não socializar mais;
- não produzir (escola/trabalho);
- isolamento de família e amigos;
- deixar de praticar atividades que costuma praticar;

#### **SENTIMENTOS :**

- exaustão;
- irritabilidade;
- desânimo;
- tristeza;
- culpa;

#### **FÍSICO :**

- sentir-se cansado o tempo todo;
- ficar doente e/ou abatido;
- dormir pouco ou dormir muito;
- falta de apetite ou comer em excesso;

### **Como ajudar um pessoa com depressão?**

- Ouça a pessoa e seja empático
- Incentive a busca por um profissional especializado
- Seja paciente
- Incentive-o a manter um rotina saudável

### **Como funciona o tratamento para depressão?**

O tratamento consiste em uso de medicamentos, terapia e/ou a combinação de ambos.

JUSTIFICATIVA (descrever o problema da pesquisa e sua importância científica e/ou tecnológica e/ou sócio-econômico-ambiental)

Ainda nos dias de hoje as doenças mentais ainda são estigmatizadas, pessoas com problemas psicológicos que procuram a ajuda ainda são vistas como “loucas, esse pensamento nada mais é do que um pré conceito enraizado na sociedade.

É de extrema importância falar sobre transtornos psicológicos e difundir a mensagem de quem sofre destes problemas não só pode como deve procurar por ajuda.

OBJETIVO GERAL

Este trabalho tem como objetivo informar sobre o que é a depressão e a importância desse tema ser discutido.

#### OBJETIVOS ESPECÍFICOS (ou metas)

Este trabalho tem como objetivo informar sobre o que é a depressão e a importância desse tema ser discutido.

**METODOLOGIA** (caracterização do estudo, população e amostra, instrumentos de medida, coleta de dados, tratamento e análise de dados)

Para este trabalho foi elaborado um vídeo em slides com breves informações sobre o tema proposto e postado na plataforma de vídeos YouTube, o mesmo sendo enviado através do link para pessoas interessadas tendo como resultado mais informação difundida e sendo de grande proveito.

**EQUIPE (OPCIONAL)** (brevíssimo histórico da equipe e de sua experiência na área do projeto)

**RESULTADOS ESPERADOS (Hipóteses)** - (ressaltar impactos científicos, tecnológicos, econômicos, sociais, ambientais na região e ações de disseminação)

Para este trabalho foi elaborado um vídeo em slides com breves informações sobre o tema proposto e postado na plataforma de vídeos YouTube, o mesmo sendo enviado através do link para pessoas interessadas tendo como resultado mais informação difundida e sendo de grande proveito.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

<https://portaldadepressao.com/estou-com-depressao/sintomas-da-depressao/>

FORMAS DE COMUNICAÇÃO DOS RESULTADOS (relatório, livros, revistas, artigos, congressos)

Impressa e Webnário

**Se não avançar ao clicar em PRÓXIMA PÁGINA é porque algum campo não foi preenchido, revise desde o início da página.**

## Parte 3 - CRONOGRAMA DE EXECUÇÃO

Cronograma

