



OS EFEITOS DO PLANTÃO PSICOLÓGICO NA SINTOMATOLOGIA DEPRESSIVA: UM RELATO DE EXPERIÊNCIA

ARIELI ALVES FAVARETO; STÉPHANY TEDS MENDONÇA PEREIRA; MARIA CAROLINA
ALBUQUERQUE BOTARO

Introdução: O presente trabalho trata-se da análise de um estudo de caso de depressão realizado pelo plantão psicológico em unidade concedente, onde se desenvolveu seis sessões de acompanhamento do quadro clínico e de intervenções. A literatura expõe que um dos fatores primordiais da depressão é o humor deprimido ou perda do prazer em desenvolver quase todas as atividades. Em consonância o plantão psicológico tem como foco a redução das sintomatologias indicativas e retorno ao estado de homeostase do sujeito. **Objetivos:** Desse modo, diante da história de vida de A, mulher, cinquenta e três anos, casada, passando por problemas trabalhista, familiares e sociais, foi trabalhada a queixa apresentada de Transtorno Depressivo Maior, em concordância com os demais aspectos. **Relato de Experiência:** Com base em metodologias com comprovação científica e eficazes da Terapia Cognitivo Comportamental em situações de crise, foram aplicadas as técnicas acalme-se, seta descendente, questionamento socrático, psicoeducação, acolhimento, registro de pensamento disfuncional e gráfico em forma de pizza. **Discussão:** Os sintomas iniciais de choro intenso, tremor, falta de apetite, indisposição para sair de cama, afastamento social, insônia e desvalorização pessoal, teve uma redução pontual, visto que houve o retorno às atividades cotidianas, melhora na qualidade do sono, minimização das crises de taquicardia, de choro, assim como identificação e aceitação pessoal. **Conclusão:** Obtendo-se como resultado um grau significativo de retorno ao estado de equilíbrio primário, anterior ao comprometimento das funções, além da compreensão de mecanismos de enfrentamento qualitativos que lhe auxiliaram a melhor lidar com os problemas durante o transcorrer de suas vivências.

Palavras-chave: **PLANTÃO; PSICOLÓGICO; DEPRESSÃO; PACIENTE; TÉCNICAS**