

Fatores associados e tratamentos da depressão em idosos*Associated factors and treatments of depression in elderly*Tarlíane Miguel de Assunção¹, Vinícius Pereira Pinto Xavier²**RESUMO**

Introdução: O envelhecimento humano é caracterizado como uma transformação funcional e estrutural do organismo que diminui a vitalidade do corpo alterando seus aspectos físicos, cognitivos e comportamentais. Nesse período é possível constatar o aparecimento de diversas doenças físicas e psiquiátricas. A depressão é uma das doenças que podem aparecer nessa faixa etária.

Objetivo: Identificar os fatores associados à depressão em idosos e as modalidades de tratamentos.

Metodologia: Para a elaboração do artigo realizou-se uma revisão de literatura sistemática e descritiva tendo como fonte as bases de dados online Lilacs e SciELO. Os critérios de inclusão adotados foram: artigos publicados em língua portuguesa e com os seguintes descritores: Depressão em idosos, fatores associados, tratamento.

Resultados: Constatou-se uma prevalência maior de sintomas depressivos em sujeitos do sexo feminino, idosos com idade acima de 80 anos e com acometimento de doenças crônicas.

Considerações Finais: É necessário um diagnóstico específico de cada caso para identificar os fatores que estão associados com a depressão, da mesma forma acontece com o tratamento, que necessita ser personalizado para cada idoso.

Descritores: Assistência à saúde do idoso. Psicologia. Saúde do idoso. Saúde mental. Transtorno depressivo.

ABSTRACT

Introduction: Human aging is characterized as a functional and structural transformation of the organism that decreases the vitality of the body by altering its physical, cognitive and behavioral aspects. During this period it is possible to verify the appearance of several physical and psychiatric diseases. Depression is one of the diseases that can appear in this age group.

Objective: To identify the factors associated with depression in the elderly and the modalities of treatment.

Methodology: For the elaboration of the article a systematic and descriptive literature review was carried out using Lilacs and SciELO online databases. Inclusion criteria were: articles published in Portuguese and with the following descriptors: Depression in the elderly, associated factors, treatment.

Results: There was a higher prevalence of depressive symptoms in female subjects, elderly individuals over 80 years old and with chronic diseases.

Final considerations: A specific diagnosis of each case is necessary to identify the factors that are associated with depression, just as with the treatment, which needs to be personalized for each elderly person.

Descriptors: Depressive disorder. Health of the elderly. Health services for the aged. Mental health. Psychology.

¹ Psicóloga. Pós-graduanda do curso de especialização em Psicologia clínica: avaliação e intervenção, Centro Universitário UnirG, Gurupi -TO.
E-mail: tarlianemiguel@hotmail.com

² Mestre, Psicólogo. Professor do curso de especialização em Psicologia clínica: avaliação e intervenção, Centro Universitário UnirG, Gurupi-TO.
E-mail: psicologo.viniuxavier@gmail.com

ENDEREÇO PARA CORRESPONDÊNCIA:
Tarlíane Miguel de Assunção.
Av. Amazonas, Qd 58, Lt 40,
Centro, Campos Lindos – TO.
Cep: 77777-000.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento humano pode ser definido como uma modificação funcional e estrutural do organismo, que diminui a vitalidade do corpo. Nesse período pode-se constatar o aparecimento natural de diversas doenças.¹ O envelhecimento é um processo natural decorrente da passagem do tempo, porém a qualidade do envelhecer está associado a fatores distintos, tais como: ocupações, tipo de alimentação, cuidados com o corpo e

higiene, e a própria relação e contexto social e familiar que os idosos estão inseridos.²

O processo de envelhecimento da população é um dos desafios mais atuais da sociedade. Na população brasileira o número de idosos (60 anos de idade) passou de 3 milhões em 1960, para 7 milhões em 1975 e 14 milhões em 2002 (um aumento de 500% em quarenta anos) e estima-se que alcançará 32 milhões em 2020.³

Dentre as enfermidades que se intensificam na velhice pode-se destacar o aumento nas doenças psiquiátricas, sendo a depressão uma das

doenças prevalente. Porém, a depressão muitas vezes é negligenciada se comparada com as demais doenças orgânicas. Contudo, o agravamento da depressão pode causar alterações na qualidade de vida do idoso, tais como, diminuir o prazer em realizar atividades físicas e isolamento social.¹

O diagnóstico e o tratamento da depressão geralmente acontecem tardiamente, pois ainda existem dificuldades para que a mesma seja detectada. Entre as queixas mais comuns estão a falta de apetite, diminuição do sono e perda de prazer nas atividades do dia a dia.^{4,5}

Partindo desses pressupostos, o presente estudo identificou na literatura acadêmica atual os fatores que estão associados à depressão em idosos e seus possíveis tratamentos.

METODOLOGIA

Tratou-se de uma revisão de literatura, através de pesquisa bibliográfica em publicações de língua portuguesa, nas bases de dados Lilacs e SciELO, para verificar os fatores associados e tratamento da depressão em idosos. Os critérios de inclusão adotados foram: artigos publicados em língua portuguesa e com os seguintes descritores: Depressão em idosos, fatores associados, tratamento. Foram selecionados quatorze artigos com temáticas relacionadas aos descritores. O período verificado com maior número de publicações sobre a temática foi o ano de 2015. Os artigos publicados nesse período têm como assuntos principais, a prevalência dos sintomas e os fatores associados.

Por não se tratar de estudo com seres humanos, o presente trabalho não necessitou ser submetido ao comitê de ética em pesquisa, conforme a resolução CNS 466/12.

DESENVOLVIMENTO

A depressão caracteriza-se por sintomas de humor deprimido, perda de interesse ou prazer em atividades comuns da vida diária. É um distúrbio que afeta a área do humor e envolve diversos aspectos biológicos, psicológicos e sociais.⁴

Segundo Domingues⁶, os sintomas depressivos manifestados por idosos são caracterizados por aspectos clínicos específicos quando comparados a sintomas depressivos apresentados por indivíduos jovens. Nos idosos há uma manifestação somática, comportamental e motivacional.

A prevalência de sintomas depressivos está presente em sujeitos cuja idade ultrapasse 80 anos, supondo que esses indivíduos têm um estado de saúde pior que os idosos que estão em uma faixa etária inferior. O estado de saúde precário pode

levar a uma maior probabilidade de desenvolver sintomas depressivos.¹

Lopes¹ identificou uma prevalência de depressão em mulheres. Esse fato pode estar associado ao próprio processo social e cultural em que a mulher está inserida onde, geralmente, é vitimizada pela sociedade, sofrem abusos e violência, ou até mesmo devido a fatores relacionados à baixa escolaridade e posição inferior no mercado de trabalho. Além disso, citam-se também, os fatores ligados a genética da mulher, as alterações hormonais e menopausa.

De acordo com Bretanha⁹ há uma prevalência de sintomas depressivos em sujeitos do sexo feminino, nos idosos com idade acima dos 80 anos, pessoas que vivem sem companheiro, que tenha pouca escolaridade e com uma renda financeira baixa.

Já Cohen⁴ defende que em seus estudos não foi observada uma relação entre sintomas depressivos, sexo, faixa etária e grau de escolaridade que possa ser significativo como determinantes.

Sintomas depressivos estão relacionados a diversas doenças crônicas como mal de Parkinson, câncer e osteoporose. As doenças crônicas contribuem fortemente para o desenvolvimento de quadros depressivos, pois além de terem uma ação direta na função cerebral do paciente, elas desencadeiam efeitos psicossociais. Desta forma a coexistência da depressão com uma doença tende a dificultar que a mesma seja percebida e tratada.¹

O tratamento inicial para depressão pode ser feito através de medicamentos. Atualmente uma gama de antidepressivos está sendo comercializados, porém, somente esse tipo de tratamento não é o bastante para uma melhora eficaz. Desta forma fica evidente a necessidade de outros métodos de tratamento associados ao medicamento.¹¹

Para Rabelo¹² sintomas depressivos estão intimamente ligados à incapacidade física dos idosos. Idosos deprimidos têm mais incapacidade funcional que idosos não deprimidos. A perda do manejo de atividades instrumentais e atividades da vida diária estão frequentemente associados a sintomas depressivos.^{13,14}

Após identificar a depressão e necessário que seja realizado um tratamento efetivo por uma equipe multiprofissional, levando em consideração que a depressão pode ter várias causalidades e diversas formas de manifestação. O tratamento não deve ser restrito aos cuidados medicamentosos, apesar de sua importância. É preciso mostrar ao paciente sua responsabilidade no tratamento, estabelecer metas tanto na manutenção como na eliminação de sintomas.²

As atividades físicas têm se tornado recursos fundamentais na manutenção da saúde e das capacidades funcionais, podem ser utilizadas como tratamento primário ou secundário na prevenção de

doenças crônicas e outros distúrbios vivenciados pelos idosos. As atividades físicas podem ser praticadas sozinhas ou associadas com o tratamento psicológico e farmacológico. Essa junção tem contribuído na manutenção das relações sociais, melhora da autoestima e do humor.^{9,10}

Quando os idosos envolvem-se em atividades de lazer prazerosas, eles têm uma probabilidade maior de descobrir novas habilidades na velhice, habilidades essas que poderão transformar-se em uma proteção para o surgimento de sintomas depressivos. Porém, é importante ressaltar que essa descoberta necessita muitas vezes da disponibilidade de outras pessoas do meio social onde esses idosos estão inseridos.^{1,7}

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Através da pesquisa realizada foi possível identificar os fatores que podem associar-se ao aparecimento de sintomas depressivos, porém é necessário um diagnóstico específico para cada indivíduo, sendo que as pessoas respondem de formas diferentes a situações semelhantes. É necessário levar em consideração a história de vida de cada indivíduo, suas queixas e a rede social em que está inserido.

Conhecer os fatores que podem estar associados à depressão, bem como suas diferentes formas de tratamento poderá auxiliar profissionais e familiares no desafio de assegurar um envelhecimento saudável à população idosa, reforçando a prioridade da saúde mental de idosos e garantindo sua cidadania e dignidade.

Para tanto, é necessário uma qualificação nos serviços de saúde primários e secundários para que se possa identificar precocemente os sintomas depressivos nos idosos, e agir na melhoria das condições de saúde dos mesmos, focando sempre na manutenção da independência física e autonomia sem esquecer as condições econômicas e o suporte social.

Nos artigos pesquisados para elaboração desse trabalho pouco mencionou-se sobre a participação da família nos cuidados do idoso com depressão, bem como as possíveis influências negativas que a relação familiar ou a falta dela pode causar no idoso, agravando assim os quadros de depressão. Desta forma seria de vital importância estudos futuros sobre o convívio familiar do idoso.

REFERÊNCIAS

1. Lopes FM, Wendt WG, Nascimento LF, Argimon LI. Correlações entre ansiedade e depressão no desempenho cognitivo de idosos. *Diversitas perspectiv psicol* 2014;10(1): 143-150.

2. Silva RE, Sousa PR, Ferreira BL, Peixoto MH. Prevalência e fatores associados a depressão entre idosos institucionalizados: Subsídios aos cuidados de enfermagem. *Rev Esc Enferm USP* 2012; 46(6):1387-1393.

3. Costa M, Veras R, Saúde pública e envelhecimento. *Cad Saúde Pública* 2003;19(3):700-701.

4. Cohen R, Paskulin GM, Prieb GG. Prevalência de sintomas depressivos entre idosos em um serviço de emergência. *Rev bras geriatr gerontol* 2015;18(2): 307-317.

5. Nóbrega PA, Leal CC, Marques OP, Vieira MC. Fatores associados à depressão em idosos institucionalizados: revisão integrativa. *Saúde Debate* 2015;39(105):536-550.

6. Domingues CP, Neri LA. Atividade física habitual, sintomas depressivos e doenças auto-relatadas em idosos da comunidade. *Rev Bras Ativ Fis Saude* 2009;14 (3):164-173.

7. Santana JA, Filho CJ. Prevalência de sintomas depressivos em idosos institucionalizados na cidade do Salvador. *Rev baiana de saúde pública* 2007;31(1):134-146.

8. Lopes MJ, Fernandes GG, Dantas GF, Medeiros AL. Associação da depressão com as características sociodemográficas, qualidade do sono e hábitos de vida em idosos do Nordeste brasileiro: estudo seccional de base populacional. *Rev bras geriatr gerontol* 2015;18(3): 521-531.

9. Bretanha FA, Facchini AL, Nunes PB, Munhoz NT, Tomasi E, Thumé E. Sintomas depressivos em idosos residentes em áreas de abrangência das Unidades Básicas de Saúde da zona urbana de Bagé, RS. *Rev bras epidemiol* 2015;18(1):1-12.

10. Souza AS, Sena SL, Meira CE, Silva MD, Alves RM, Pereira CL. Perfil sociodemográfico e de saúde de idosos com sintomas depressivos. *Rev enferm UERJ* 2013;21(3):355-360.

11. Moraes H, Deslandes A, Ferreira c, Pompeu SM, Ribeiro P, Laks J. O exercício físico no tratamento da depressão em idosos: revisão sistemática. *Rev psiquiatr Rio Gd Sul* 2007;29(1):70-79.

12. Rabelo FD, Neri LA. Tipos de configuração familiar e condições de saúde física e psicológica em idosos. *Cad Saúde Pública* 2015;31(4):874-884.

13. Rabelo FD, Neri LA. Arranjos domiciliares, condições de saúde física e psicológica dos idosos e sua satisfação com as relações

familiares. Rev bras geriatr gerontol
2015;18(3):507-519.

14. Santos VA, Santos FL. O desempenho de papéis ocupacionais de idosos sem e com sintomas depressivos em acompanhamento geriátrico. Rev bras geriatr gerontol 2015;18(2):273-283.