



## PREVALÊNCIA, FATORES DE RISCO E TRATAMENTO DA DEPRESSÃO NA TERCEIRA IDADE

*Carolina Arnaut dos Santos<sup>1</sup>, Adriane Behring Bianchi<sup>2</sup>, Sonia Maria Marques Gomes Bertolini<sup>3</sup>*

**RESUMO:** O objetivo do estudo foi levantar, por meio de uma revisão de literatura, a prevalência, fatores de risco e tratamento da depressão na terceira idade. Para realização desse trabalho foi feito um levantamento bibliográfico dos últimos 15 anos a partir dos descritores: depressão, idoso e saúde mental. As bases de dados consultadas foram a Lilacs e Scielo e livros periódicos. A seleção dos textos foi realizada conforme os objetivos, após a leitura de cada artigo e livro. Foram realizadas as anotações após a leitura, feita a transcrição dos dados exatos e úteis em relação ao assunto proposto, seguindo a normatização dos direitos autorais. O levantamento do material foi realizado durante os meses de março a maio de 2015. Esta revisão de literatura evidenciou a importância da saúde mental dos idosos. Devido a alta prevalência de sintomas depressivos em idosos, conhecer seus fatores de risco e tratamento é importante para melhor diagnóstico e conduta profissional com o idoso, promovendo o envelhecimento ativo e saudável.

**PALAVRAS-CHAVE:** Depressão; Idoso; Saúde mental.

### 1 INTRODUÇÃO

O processo de envelhecimento populacional tem sido observado em todos os continentes. O aumento do número de idosos, tanto proporcional quanto absoluto, impõe mudanças profundas nos modos de pensar e viver a velhice na sociedade. Todas as dimensões da vida humana já estão sendo desafiadas nesse sentido (BRASIL, 2006). Durante o envelhecimento ocorrem mudanças fisiológicas que afetam diretamente as capacidades funcionais do ser humano, sejam elas, físicas, metabólicas ou cognitivas. Com a diminuição das capacidades funcionais, o indivíduo tende a se tornar mais frágil, interagindo cada vez menos com o meio em que está inserido. A saúde física é importante para a manutenção de algumas funções, prevenções de quedas e morbidades, porém negligenciamos a saúde mental, tão vital para a sobrevivência quanto à saúde física (FREITAS et al, 2011).

Dentre os transtornos que atingem os idosos, a depressão apresenta alta frequência e prejuízos na qualidade de vida dos idosos (GAZALLE et al, 2004). É certo afirmar que em qualquer momento da vida a depressão é uma doença devastadora. Uma moléstia mais incapacitante do que outras doenças físicas como hipertensão, diabetes e artrite. A prevalência estimada dos distúrbios depressivos em idosos varia amplamente, isso porque existe uma dificuldade de reconhecer a depressão em pacientes geriátricos (DUTHIE JÚNIOR; KATZ; GESTEIRA, 2002). Moraes (2008) define a depressão como uma síndrome psiquiátrica caracterizada por humor deprimido, perda do interesse ou prazer, alterações do funcionamento biológico, com repercussões importantes na vida do indivíduo e com duração, sem tratamento, de meses a anos.

A prevalência da depressão varia consideravelmente de acordo com os critérios utilizados e a metodologia de rastreamento. Fatores associados aos sintomas depressivos tornam-se cada vez mais comuns em uma população que envelhece. Doenças físicas, solidão, viuvez, institucionalização, demências, doença de Parkinson e doença cerebrovascular dificultam o diagnóstico e pioram o prognóstico (FREITAS et al, 2011).

Devido a saúde mental ser indispensável para a manutenção do bem-estar do indivíduo e da sociedade, a pouca atenção a ela atribuída e o crescente número de indivíduos portadores de transtornos mentais (FREITAS et al, 2011), estudar a depressão torna-se indubitavelmente relevante. Dessa forma, o objetivo do estudo foi levantar, por meio de uma revisão de literatura, a prevalência, fatores de risco e tratamento da depressão na terceira idade.

### 2 MATERIAL E MÉTODOS

Para realização desse trabalho foi feito um levantamento bibliográfico dos últimos 15 anos a partir dos descritores: depressão, idoso e saúde mental. As bases de dados consultadas foram a Lilacs e Scielo e livros periódicos. A seleção dos textos foi realizada conforme os objetivos, após a leitura de cada artigo e livro. Foram realizadas as anotações após a leitura, feita a transcrição dos dados exatos e úteis em relação ao assunto

<sup>1</sup>Enfermeira, mestranda em Promoção da Saúde pelo Centro Universitário de Maringá - UNICESUMAR, Maringá - PR. krou\_arnaut@icloud.com

<sup>2</sup>Fisioterapeuta, mestranda em Promoção da Saúde pelo Centro Universitário Cesumar - UNICESUMAR, Maringá - PR. Bolsista CAPES. adrianebb@hotmail.com

<sup>3</sup>Fisioterapeuta, doutora em Ciências Morfofuncionais/USP. Docente do Mestrado em Promoção da Saúde do Centro Universitário de Maringá - UNICESUMAR, Maringá - PR. sonia.bertolini@unicesumar.edu.br



proposto, seguindo a normatização dos direitos autorais. O levantamento do material foi realizado durante os meses de março a maio de 2015.

### 3 DESENVOLVIMENTO

Conhecer a epidemiologia da depressão em idosos é muito importante para a prática clínica, pois auxilia no planejamento de serviços (FORLENZA; CARAMELLI, 2000). A prevalência da depressão em idosos varia de acordo com o local estudado. Quando na comunidade, as taxas de prevalência variam de 3 a 5%, na atenção primária, de 5 a 10% e em instituições de longa permanência, 15 a 25% (MORAES, 2008).

O estudo realizado por Gazalle et al (2004), de delineamento transversal de base populacional, entrevistou 583 idosos e observaram que a média de sintomas depressivos por sujeito foi de  $3,4 \pm 2,1$ , sendo o sintoma mais freqüente a ausência de disposição para realizar atividades habituais. Mulheres, idosos mais velhos, baixa escolaridade, sem trabalho remunerado, tabagistas atuais e aqueles que tiveram morte de familiar ou pessoa importante no último ano apresentaram mais sintomas depressivos.

Já Borges et al (2013) realizaram um estudo epidemiológico transversal e de base domiciliar com 1.656 idosos e verificaram prevalência de sintomas depressivos em 23,9% dos sujeitos. Também observaram que escolaridade inferior a oito anos, piora da situação econômica, déficit cognitivo, percepção de saúde regular e ruim, dependência funcional e dor crônica são fatores de risco para depressão. Por outro lado, a prática de atividade física de lazer, participação em grupos de convivência ou religiosos e atividade sexual mostraram-se fatores protetores ao aparecimento dos sintomas depressivos.

Quando analisados os idosos residentes em instituições de longa permanência, o índice de sintomas depressivos é ainda maior. Carreira et al (2011) avaliaram 60 idosos institucionalizados e observaram que 61,6% apresentaram quadro depressivo e 31,6% faziam uso de medicamentos antidepressivos.

A farmacoterapia no tratamento da depressão em idosos é difícil em função da alta variabilidade na apresentação clínica e da resposta ao tratamento. Para uma prescrição correta e eficaz o médico deve ter conhecimento das características do diagnóstico, de doenças pré-existentes que podem afetar o tratamento, da medicação que esse idoso utiliza, se esse idoso já fez uso de algum antidepressivo e da história familiar (DUTHIE JÚNIOR; KATZ; GESTEIRA, 2002).

Os sintomas depressivos podem ser diminuídos também com a prática de atividade física. Os exercícios físicos podem beneficiar o tratamento terapêutico convencional, reduzindo os efeitos colaterais da medicação, como, por exemplo, o sobrepeso corporal. A prática deve ser supervisionada, regular e de preferência de três sessões semanais (PULCINELLI; BARROS, 2010).

A alta prevalência de sintomas depressivos em idosos demonstra a necessidade de uma investigação mais ampla pelo fato dos mesmos apresentarem características próprias, além de que a depressão não tratada em pacientes com doenças preexistentes, como a hipertensão arterial e diabetes mellitus, tende a ter um curso mais prolongado ou recorrente, necessitando de uma intervenção mais específica e com uma equipe multidisciplinar (SASS et al, 2012).

### 4 CONCLUSÃO

Esta revisão de literatura evidenciou a importância da saúde mental dos idosos. Devido a alta prevalência de sintomas depressivos em idosos, conhecer seus fatores de risco e tratamento é importante para melhor diagnóstico e conduta profissional com o idoso, promovendo o envelhecimento ativo e saudável.

### REFERÊNCIAS

BRASIL, Ministério da Saúde. **Atenção à Saúde da Pessoa Idosa e Envelhecimento**. Série Pactos pela saúde, v.12, 2006.

BORGES, L.J. et al. Fatores associados aos sintomas depressivos em idosos: estudo EpiFloripa. **Rev. Saúde Pública**, v.47, n.4, p.701-710, 2013.

CARREIRA, L. et al. Prevalência de depressão em idosos institucionalizados. **Rev.Enferm**, v.19, n.2, p.268-273, 2011.

DUTHIE JÚNIOR, E.H.; KATZ, P.R.; GESTEIRA, R.M. **Geriatría prática**. 3. ed. Rio de Janeiro: Revinter, 2002.

FORLENZA, O.V.; CARAMELLI, P. **Neuropsiquiatria geriátrica**. São Paulo: Atheneu, 2000.

FREITAS, E.V. et al. **Tratado de geriatria e gerontologia**. 3. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2011.



GAZALLE, F.K. et al. Sintomas depressivos e fatores associados em população idosa no Sul do Brasil. **Rev. Saúde Pública**, v.38, n.3, p.365-371, 2004.

MORAES, E.N. **Princípios básicos de geriatria e gerontologia**. Belo Horizonte: COOPMED, 2008.

PULCINELLI, A.J.; BARROS, J.F. O efeito antidepressivo do exercício físico em indivíduos com transtornos mentais. **R. bras. Ci e Mov**, v.18, n.2, p.116-120, 2010.

SASS, A. et al. Depressão em idosos inscritos no Programa de Controle de hipertensão arterial e diabetes mellitus. **Acta Paul Enferm**, v.25, n.1, p.80-85, 2012.