

## O ENVELHECIMENTO E A DEPRESSÃO

Cleópatra Tessa Loiana Paz Araújo Loiola; Nancy Nay Leite de Araújo Loiola Batista; Mickaelle Cristina Capuchu da Costa; Naelson Soares da Silva

Universidade Estadual do Piauí(UESPI), Faculdade Santo Agostinho(FSA), Faculdade NovaUnesc

### INTRODUÇÃO

O envelhecimento faz parte do processo natural, é dinâmico, progressivo, desliza pelos aspectos físicos, psíquicos e motores provocando mudanças e conseqüentes perdas(OHARA , SAITO, 2014). Maior vulnerabilidade diante dos acontecimentos do dia-a-dia, sejam estes de afetos ou das atividades da rotina. As doenças surgem ou intensificam-se, as aprendizagens ocorrem de maneira mais lentas, as capacidades cognitivas diminuem aos poucos e a estrutura física fica mais frágil. Diante de tais aspectos do envelhecimento, ressalta-se também a convivência social e os papéis sociais que, dependendo de diversos fatores, podem provocar isolamentos e decorrentes transtornos associados(GARCIA et AL, 2006).

O interesse da pesquisadora surgiu a partir das aulas da disciplina Tanatologia no curso de Psicologia, ao entrar em contato com conceitos de morte, perda e luto, e a leitura do livro A solidão dos moribundos(NORBERT, 2001). Neste temos reflexões acerca do envelhecimento e a solidão, diante das realidades de sofrimento e as relações que o cercam.

A presente pesquisa poderá servir de subsídio para outras pesquisas, haja vista a atualidade da temática. Poderá vir a nortear práticas de profissionais da área da saúde que lidam com idosos. Espera-se que este estudo possa trazer alguma contribuição a toda sociedade diante do desejo de envelhecimento saudável físico e mental. Nas pesquisas realizadas observou-se a falta de artigos recentes e uma predominância do período de 2006 a 2008.

A pesquisa objetiva identificar nas bases dados o conhecimento produzido sobre a relação do envelhecimento e depressão e analisar os fatores encontrados como causa desta. Teve como questão norteadoras “o que constitui-se como relação entre envelhecimento e depressão?”.

### METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão de literatura integrativa que é um método de pesquisa em que as conclusões de estudos anteriormente conduzidos são sumarizados para se formular inferências sobre

um tópico específico. Possibilita a síntese de vários estudos já publicados, permitindo a geração de novos conhecimentos, pautados nos resultados apresentados pelas pesquisas anteriores.

A partir dos passos seguidos, foram selecionadas as produções científicas sobre a temática escolhida no decorrer do mês de agosto do ano de 2016, nas bases de dados online Scielo (Scientific Electronic Library Online), Pepsic (Periódicos Eletrônicos em Psicologia) e Google Acadêmico. Foram utilizadas as palavras chaves: envelhecimento, depressão e idoso. Dos critérios de inclusão: artigos nacionais e internacionais publicados em língua portuguesa que apontam a relação da depressão e envelhecimento, e possíveis causas da patologia em idosos., datados entre o período de 2006 e 2016. Como critério de exclusão artigos de outras línguas, fora do período estabelecido, não abordar idosos e a depressão, não apresentar texto completo e fuga do objetivo da pesquisa.

## RESULTADO E DISCUSSÃO

Nas três bases de dados foram encontrados no total 30 artigos do tema indicado. Destes, 24 artigos excluídos, pois se analisou perda de foco do assunto (12), fora do período estabelecido (10) em outra língua (2). A análise destes foi feita a partir da leitura dos resumos ou artigo completo. Na abrangência do tema, foram selecionados 5 artigos, sem redundância no assunto ou repetição de dados e referências.

TABELA 1

1	<p><b>A depressão e o processo de envelhecimento</b> (GARCIA et al, 2006)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Alterações músculo-esqueléticas</li> <li>• Alterações do sistema endócrino</li> <li>• Perdas de memória e dificuldades em outros processos cognitivos</li> <li>• Desvalorização do idoso no seio familiar</li> <li>• Isolamento como fator depressivo e atenuado pela fragilidade perda da força muscular</li> <li>• Importância do diagnóstico precoce</li> </ul>
---	---	---

		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Depressão com aspectos incapacitantes, apontada como pseudodemência</li> </ul>
2	<p><b>Percepção de classe social entre idosos e suas relações com aspectos emocionais do envelhecimento</b> (BATISTONI, NERI, 2007)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Depressão com causas multifatoriais</li> <li>• Papel social do idoso e classe social</li> <li>• Entendimento do idoso de suas atividades e importâncias</li> <li>• Depressão como consequência de sentimento de inutilidade</li> <li>• Necessidade de recursos humanos, sociais e culturais disponíveis para se sentir útil e parte de um grupo</li> </ul>
3	<p><b>Mulheres na maturidade e queixa depressiva: compartilhando histórias, revendo desafios</b> (CARVALHO, COELHO, 2006)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Questão de gênero sob a perspectiva hormonal</li> <li>• Depressão no sexo feminino</li> <li>• Saída dos filhos de casa, cuidado ou perda dos pais, divórcio ou viuvez, questionamento das escolhas</li> <li>• Grupo de risco para transtorno de humor</li> <li>• Quadros depressivos, ansiedade, agitação, insônia</li> <li>• Fatores biopsicossociais</li> </ul>
		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Saúde mental do idoso</li> <li>• Diagnóstico precoce de transtornos mentais</li> <li>• Tratamento psiquiátrico e psicológico</li> </ul>

4	<p><b>Prevenção e promoção da saúde mental no envelhecimento: conceitos e intervenções</b> (LEANDRO—FRANÇA, MURTA, 2014)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prevenção de patologias</li> <li>• Importância da psicoterapia</li> <li>• Importância do empoderamento do idoso, papel social e familiar</li> <li>• Adaptação às mudanças econômicas familiares</li> </ul>
5	<p>Depressão no idoso (BRAGA, SANTANA, FERREIRA, 2015)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Histórico de depressão em diferentes fases da vida</li> <li>• Grupo de risco a transtornos de humor, psicose e ansiedade</li> <li>• Tendência a hipocondria e ansiedade somática</li> <li>• Distúrbios psicomotores como limitantes</li> <li>• Envelhecimento e baixa na produção de dopamina</li> <li>• Dificuldades motoras</li> <li>• Apatia, perda de interesse nas atividades e dificuldade de execução de tarefas cotidianas</li> <li>• Depressão com aspectos incapacitantes, apontada como pseudodemência</li> <li>• Histórico de doenças neuropsiquiátricas</li> <li>• Processos psicológicos básicos afetados(memória, linguagem)</li> </ul>

Após leitura exaustiva dos cinco artigos foi definida a seguinte categoria: **Envelhecimento e depressão: uma possibilidade real**. Os autores dos artigos 1, 3 e 5 (vide tabela 1) relatam que o envelhecimento por trazer alterações biopsicossociais, compreendidas a partir das mudanças fisiológicas, metabólicas, endócrinas, psíquicas, sociais e de autoconceito podem culminar com isolamentos social que levaria ao transtorno de depressão maior.

O artigo 2 também traz a depressão com causas multifatoriais e destaca a importância da classe e papel social, quanto maior a classe social e o papel desempenhado pelo idoso menor a possibilidade de depressão.

O artigo 4 enfoca principalmente as estratégias para promoção da saúde mental e prevenção de transtornos no idoso. É o único artigo que enfatiza o tratamento medicamentoso e não medicamentoso da depressão no idoso, e reforça importância do empoderamento do idoso.

O artigo 5 ressalta como grupo de risco indivíduos com histórico de depressão em outras fases da vida e de outros transtornos psíquicos, as dificuldades psicomotoras e suas conseqüentes limitações, e a baixa da dopamina devido ao envelhecimento.

## **CONCLUSÃO**

O envelhecimento é fato natural, e traz consigo mudanças e novidades na vida humana. O corpo não responde como antes, a rotina muda e uma série de adaptações precisam ocorrer, as importâncias e competências alteram-se, o indivíduo que antes podia fugir das suas condições agora depara-se com a aceitação do processo contínuo e do ser falível. Envelhecer exige aceitação das mudanças. Os sentimentos confundem-se, o isolamento, as limitações físicas e os próprios processos fisiológicos podem gerar patologias, em grandes partes psíquicas. A depressão, transtorno de humor e patologia mais incapacitante segundo a OMS, caminha lado a lado das mudanças. Sua maior incidência é na faixa da terceira idade, e seu aparecimento acarreta profundas marcas.

Foram encontrados diversos pontos na relação do envelhecimento e a depressão, e todos parecem culminar a partir da falta de cuidado, saúde mental e apoio social. Envelhecer e deixar de ser a voz da casa, o principal provedor, a figura principal. Envelhecer e ver o corpo ruir sem cuidados ou adoecido, estar sujeito ao crônico, à ansiedade, à voz nunca escutada. Envelhecer e deixar de ser dono de si, responsável e sujeito ativo em suas escolhas. O empoderamento do idoso e a qualidade de vida proporcionada por este está no oposto do que a depressão provoca na fase idosa.

O físico que repercute no mental: as doenças que isolam e limitam movimentos, o idoso que não sai mais e tem posição de peso para família. A mente que sofre os efeitos do limite. O mental que repercute no físico: a depressão que angustia e adoce, as dores do cansaço mental, o corpo que enrijece pela mente sem sentido e motivo para viver. Percebe-se num ciclo natural conseqüências dolorosas e patológicas, a depressão vence na falta de atenção, na carência e negligência. A promoção de saúde luta contra o fim das razões e do físico que já define ao tempo.

## **REFERÊNCIAS**

BATISTONI, S. S. T.; NERI, A. L. **Percepção de classe social entre idosos e suas relações com aspectos emocionais do envelhecimento.** *Psicol. pesq.* [online]. 2007, vol.1, n.2, pp. 03-10

BRAGA, I.B.; SANTANA, R.C.; FERREIRA, D.G. **A Depressão no Idoso.** *Id on Line Revista de Psicologia.* 2015, vol.9, n.26, Supl. Esp. p. 142-151.

CARVALHO, I. S.; COELHO, V. L. D. **Mulheres na maturidade e queixa depressiva: compartilhando histórias, revendo desafios.** *PsicoUSF* [online]. 2006, vol.11, n.1, pp. 113-122.

LEANDRO-FRANCA, C.; MURTA, S. G. **Prevenção e promoção da saúde mental no envelhecimento: conceitos e intervenções.** *Psicol. cienc. prof.* [online]. 2014, vol.34, n.2, pp.318-329.

GALLO, J.J. et al. **Aspectos clínicos do envelhecimento.** 5ª Ed. Rio de Janeiro, Guanabara, 2001.

GARCIA, A. et al. **A depressão e o processo de envelhecimento.** *Ciênc. cogn.* [online]. 2006, vol.7, n.1, pp. 111-121. ISSN 1806-5821.

MENDES, K. D. S., SILVEIRA, R. C. D. C. P.; GALVÃO, C. M. **Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem.** *Texto and Contexto Enfermagem*, 17(4), 758. (2008)

OHARA, E. C. C.; SAITO, R. X. S. **Saúde da família: Considerações teóricas e aplicabilidades.** 3ª Ed. São Paulo: Martinari, 2014. 535 p.

TAVARES, LAT. **A depressão como "mal-estar" contemporâneo: medicalização e (ex)-sistêcia do sujeito depressivo** [online]. São Paulo: Editora UNESP; São Paulo: Cultura Acadêmica, 2010. 371 p.