

## QUALIDADE DE VIDA E SEUS EFEITOS NO DESENCADEAMENTO DA DEPRESSÃO EM IDOSOS

Dalila Maria Trovão de Souza<sup>1</sup>; Jhonatan Fausto Guimarães<sup>2</sup>; Mário Sérgio Borges Medeiros<sup>2</sup>; Larissa Guimarães Santos Plech<sup>2</sup>, Ezymar Gomes Cayana<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Graduanda de Medicina da Universidade Federal de Campina Grande, [dalilatrovao30@gmail.com](mailto:dalilatrovao30@gmail.com);

<sup>2</sup>Graduando de Medicina da Universidade Federal de Campina Grande;

<sup>3</sup>Professor Efetivo, Curso de Medicina, da Universidade Federal de Campina Grande

### RESUMO

**Introdução:** As variações decorrentes do processo de envelhecimento alteram a percepção da qualidade de vida entre idosos e modificações nas relações sociais, autonomia, disposição e saúde podem ter grande influência sobre o equilíbrio psicológico, sendo assim, o presente estudo busca apresentar uma revisão bibliográfica enfatizando a influência de fatores determinantes da qualidade de vida no desencadeamento da depressão em idosos. **Metodologia:** Foram realizadas buscas nas bases de dados LILACS, SciELO, MEDLINE e COCHRANE com os descritores “Depression”; “Elder”; “Quality”; “Geriatric”. Dos 26 encontrados, 14 se encaixavam nos seguintes critérios de inclusão: ter sido publicado na língua inglesa ou portuguesa, no período de 2006 a 2016, com textos disponíveis na íntegra. Pela busca manual de referências, foram incluídos mais dois estudos. Ao final da leitura dos resumos, foram selecionados 6 artigos. **Resultados e Discussão:** É possível destacar fatores determinantes da qualidade de vida e positivamente relacionados à depressão: maus tratos, status não aceitáveis de nutrição, alterações fisiológicas sensíveis ao tempo, problemas de saúde e uso de medicamentos, por outro lado, é possível notar também influência positiva sobre a qualidade de vida fatores como atividade física e participação em grupos de convivência para idosos, relação conjugal estável e pertencer a uma alta classe social. **Conclusão:** É notável a influência de modificações sensíveis ao tempo como fatores nutricionais, físicos, psicológicos sociais e fisiológicos sobre o equilíbrio psicológico do idoso de forma positiva ou negativa, podendo culminar no processo de depressão. **Palavras-chave:** Idoso, qualidade de vida, depressão.

### Introdução

Compreender os fatores relacionados à qualidade de vida na senilidade tem sido uma preocupação cada vez maior na literatura, uma vez que, a população idosa tem crescido exponencial em todo o mundo como aponta a declaração da Organização Mundial da Saúde, na qual se espera que a população mundial com mais de 60 anos venha a alcançar a marca de 2 bilhões até o ano de 2050.

Com o aumento da idade, surgem mudanças relacionadas à autonomia, disposição, estabilidade cognitiva e autoestima, o que é resultado do caráter dinâmico e progressivo desse

processo que envolve alteração morfológicas, físicas, psicológicas, fisiológicas e bioquímicas. Esses, por sua vez, tendem a agravar as condições de vida da pessoa idosa (Coelho, Gobbi, S., Costa, & Gobbi, L.T.B, 2013). Diante disso, são somadas novas variáveis ao conceito de qualidade de vida.

Tal conceito foi definido pela Avaliação da Qualidade de Vida da Organização Mundial de Saúde (WORLD HEALTH ORGANIZATION QUALITY OF LIFE ASSESSMENT –WHOQOL) como a “percepção dos indivíduos da sua posição na vida no contexto dos sistemas culturais e de valores, nos quais esses vivem em uma relação com seus objetivos expectativas, padrões e preocupações”. Sob essa perspectiva, é possível compreender a contínua busca dos indivíduos por manter um satisfatório padrão de vida. Diferentes fatores compõem esses padrões que são cada vez mais difíceis de se manter na velhice, tais como fatores sociodemográficos, psicossociais e aqueles relacionados à saúde.

É possível afirmar, então, que a percepção da qualidade de vida é alterada com idade, isso se mostra notável diante do aumento do número de indivíduos com sintomas depressivos em decorrência desse envelhecimento populacional, uma vez que o percentual de pessoas com depressão aumenta nas faixas etárias mais avançadas (Beekman et al., 1995; Kay et al., 1985; Kramer, German, Anthony, Van Korff, & Skinner, 1985; Prince et al., 1999). Dessa forma, surge a necessidade de compreender as novas expectativas e preocupações dessa etapa da vida.

Portanto, este trabalho tem por objetivo apresentar uma revisão bibliográfica enfatizando a influência da qualidade de vida dos idosos sobre os fatores de modificações, físicas, sociais, psicológicas e fisiológicas consecutivas à ação do tempo, propiciando uma avaliação entre as mudanças na percepção da qualidade de vida e o desenvolvimento efetivo da depressão entre idosos.

## **Metodologia**

Foi realizada uma revisão bibliográfica na base de dados LILACS, Scielo, MEDLINE e COCHRANE. Foram utilizadas as palavras chaves: “Depression”; “Elder”; “Quality”; “Geriatric”. Foram encontrados 26 estudos dentre os quais, 14 se encaixavam nos seguintes critérios de inclusão: ter sido publicado na língua inglesa ou portuguesa, no período de 2011 a 2016, com textos

disponíveis na íntegra. Pela busca manual de referências, foram incluídos manualmente mais dois resultados. Após a leitura dos resumos foram selecionados 6 artigos para o estudo.

## Resultados e Discussão

De acordo com as informações contidas nos textos, é possível agrupar as variáveis que influenciam na qualidade de vida em fatores sócio demográficos, psicossociais e fatores associados à saúde. A compreensão do status e postura da população idosa diante de tais variáveis permite compreender a influência dessas na manifestação da depressão.

A tabela 1 reúne informações sobre os artigos referentes à autor e ano de publicação, objetivos e resultados.

TABELA 1: características dos estudos segundo seus objetivos e resultados.

<b>Autor; Ano de publicação</b>	<b>Objetivos</b>	<b>Resultados</b>
<b>Luo; Waite <sup>3</sup>; 2011</b>	Relacionar o bem-estar psicológico do idoso, seus recursos psicossociais e déficits aos riscos de maus tratos.	Aponta forte relação entre bem-estar psicológico e maus tratos contra idosos e também relação entre esses últimos e recursos psicossociais e déficits nessa faixa etária.
<b>Rodrigues et al. <sup>6</sup>; 2012</b>	Caracterizar os idosos com indicativo de depressão, residentes na zona rural segundo as variáveis sociodemográficas e econômicas e mensurar a sua qualidade de vida.	O quadro de depressão prevaleceu entre as mulheres, idosos mais jovens, casados, residindo apenas com o cônjuge, com escolaridade média e baixa renda proveniente de aposentadoria.
<b>Oliveira et al. <sup>4</sup>; 2013</b>	Investigar relações entre variáveis sociodemográficas, psicossociais e de saúde sobre a qualidade de vida em idosos.	Idosos pertencentes a altas classes sociais e que participam de trabalhos voluntários tem melhor percepção da qualidade de vida enquanto idosos que possuem problemas de saúde e fazem uso de medicamentos tem uma percepção negativa da

mesma.

**Payahoo et al.<sup>5</sup>; 2013**

Avaliar as relações entre as condições de nutrição e depressão.

O status de depressão foi notável no grupo estudado no qual os níveis de nutrição não eram aceitáveis.

**Fulmer; Rodgers; Pelger<sup>1</sup>; 2014**

Explorar associação entre violência verbal entre idosos e depressão e qualidade de vida

Violência verbal é uma forma de abuso de idosos e pode estar associada a redução da saúde mental e física.

**Gonçalves et al.<sup>2</sup>; 2014**

Verificar se existe diferença entre sintomas depressivos e qualidade de vida em idosos de diferentes faixas etárias praticantes de atividade física.

A atividade física regular, bem como a participação em grupos de convivência voltados para idosos, trazem benefícios para diferentes faixas etárias nessa população.

---

### **Atividade Física e participação em grupos de convivência**

A análise da participação de idosos em atividades físicas e grupos de convivência voltados para idosos evidenciou o benefício dessa para a qualidade de vida dos mesmos. Isso pode ser evidenciado através da avaliação de qualidade de vida satisfatória e da falta de sintomas depressivos entre os idosos. Embora o caráter de ser ativo seja um fator mais determinante do que a idade, esse estudo conseguiu evidenciar que mesmo que o aumento da idade possa trazer maiores níveis de depressão, a atividade física pode ser um importante recurso para reverter esse quadro.

### **Maus tratos contra idosos**

Os textos destacam também a relação entre abuso verbal entre idosos e depressão. Tal variável está intimamente relacionada à qualidade de vida da população idosa devido à crescente necessidade de acompanhamento nas atividades diárias. O artigo admite como abuso maus tratos que incluam abuso verbal, humilhação, coerção ou ter sido ignorado. Diante disso, aponta que aqueles que reportaram abuso verbal apresentaram maiores níveis de depressão e pior qualidade de vida em comparação aos que não o reportaram. O artigo reforça essa relação mostrando que o abuso

verbal foi também um indicador negativo de desempenho social e saúde mental. Outros estudos relacionados ao tratamento do idoso mostraram que aqueles que sofreram algum tipo de violência, seja física ou psicológica, apresentam maior probabilidade de desenvolverem alterações psíquicas.

### **Alimentação**

A alimentação dos também é um coeficiente da qualidade de vida e, quando associada a status nutricionais não aceitáveis, relaciona-se com a depressão. Se, por um lado, bons status psicológicos e nutricionais podem promover a qualidade de vida em pessoas idosas e diminuir mortalidade e morbidade, por outro, mal nutrição e obesidade podem se tornar problemas comuns de saúde dessa população e nesse caso, alguns sintomas depressivos podem ser percebidos de forma mais notória entre idosos malnutridos. É essencial perceber que tais fatores podem aparecer com a idade pois a falta de apetite e dificuldade de mastigar podem afetar o consumo de alimentos, fato que comprova uma relação intrínseca da saúde do indivíduo na medida em que a idade avança.

### **Alterações fisiológicas e sexo**

Na comparação entre os sexos, os estudos mostram que os níveis de depressão se destacam mais no sexo feminino e aponta como principais motivo tanto às alterações hormonais resultantes da menopausa como à crença no término da vida pessoal e profissional com o aumento da idade.

### **Situação conjugal**

Nos textos analisados, a situação conjugal aparece como determinante não só da qualidade de vida mas também dos níveis de depressão idosos. Aqueles ainda apresentavam um conjugue manifestavam menor quadro depressivo quando em uma relação estável e feliz isso devido ao fato do companheiro representar uma presença constante nessa fase da vida.

### **Convivência com problemas de saúde**

Outros fatores relacionados aos níveis de depressão que emergiram dos estudos analisados indicaram uma alta prevalência de problemas de saúde e uso de alguns medicamentos em idosos que vivem em instituições a longo prazo, o que interfere em sua qualidade de vida. A diminuição da capacidade funcional também foi associada à um comprometimento desse aspecto.



## Classe social e renda

É notável que idosos pertencentes a classes sociais mais altas tendem a ter melhor qualidade de vida. Entre os motivos que reforçam essa relação, estão a diminuição da renda e o fato de que os idosos com menor renda são mais suscetíveis à doença, deficiência e dependência. Sob outra perspectiva, nota-se que o desenvolvimento da depressão nos idosos está bastante ligado ao papel social que o mesmo exerce na sociedade em que vive. Muitos passam a se sentir como se já não tivessem importância no desenvolvimento de atividades cotidianas, a isso pode se somar a solidão. Os estudos mostram que pessoas mais velhas que são viúvas ou que vivem longe de outros entes familiares têm maior propensão a desenvolver os sintomas da depressão.

## Conclusão

Nessa perspectiva, percebe-se que fatores determinantes da qualidade de vida dos idosos quando relacionados modificações sensíveis à ação do tempo como alterações nas relações sociais, autonomia, disposição e saúde podem alterar a chance de desencadeamento de depressão em idosos. Entre tais fatores, destaca-se que a falta de exercícios físicos, uma má alimentação, situação conjugal, renda e, também, abusos do convívio social na vida do idoso, culminam pra a depressão.

## Referências

1. FULMER, Terry; RODGERS, Rachel F.; PELGER, Allison. Verbal Mistreatment of the Elderly. **Journal Of Elder Abuse & Neglect**, [s.l.], v. 26, n. 4, p.351-364, 9 jun. 2014. Informa UK Limited. <http://dx.doi.org/10.1080/08946566.2013.801817>.
2. GONÇALVES, Andréa Kruger et al. Qualidade de vida e sintomas depressivos em idosos de três faixas etárias praticantes de atividade física. **Revista Kairós Gerontologia**, São Paulo, v. 17, p.79-94, set. 2014
3. LUO, Y.; WAITE, L. J. Mistreatment and Psychological Well-being Among Older Adults: Exploring the Role of Psychosocial Resources and Deficits. **The Journals Of Gerontology Series B: Psychological Sciences and Social Sciences**, [s.l.], v. 66, n. 2, p.217-229, 14 jan. 2011. Oxford University Press (OUP). <http://dx.doi.org/10.1093/geronb/gbq096>
4. OLIVEIRA, Sérgio Eduardo Silva de et al. Associations between self-perceived quality of life and socio-demographic, psychosocial, and health variables in a group of elderly. **Caderno de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 29, n. 7, p.1437-1448, jul. 2013
5. PAYAHOO, Laleh et al. Assessment of Nutritional and Depression Status in Free-Living Elderly in Tabriz, Northwest Iran. **Health Promotion Perspectives**, [s.l.], v. 3, n. 2, p.288-293, dez. 2013. Tabriz University of Medical Sciences. <http://dx.doi.org/10.5681/hpp.2013.033>.

6. RODRIGUES, LEINER RESENDE et al. Qualidade de vida de idosos com indicativo de depressão: implicações para a enfermagem. **Revista Enfermagem Uerj**, Rio de Janeiro: Universidade do Estado do Rio de Janeiro, v. 20, n. esp. 2, p. 777-783, dez. 2012.

