



RATIO – FACULDADE  
TEOLÓGICA E FILOSÓFICA  
GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

JOANILENY GERMANO COELHO CASTRO

**DEPRESSÃO NA TERCEIRA IDADE: UMA REVISÃO DE LITERATURA**

FORTALEZA - CEARÁ

2019

JOANILENY GERMANO COELHO CASTRO

**DEPRESSÃO NA TERCEIRA IDADE: UMA REVISÃO DE LITERATURA**

Monografia submetida à aprovação do curso de Psicologia pela Ratio - Faculdade Teológica e Filosófica, como requisito para obtenção do título de BACHAREL EM PSICOLOGIA.

Orientadora: Prof.<sup>a</sup> Esp. Roberta Maria de Albuquerque Sá

FORTALEZA - CEARÁ

2019

JOANILENY GERMANO COELHO CASTRO

**DEPRESSÃO NA TERCEIRA IDADE: UMA REVISÃO DE LITERATURA**

Monografia como pré-requisito para obtenção do título de BACHAREL EM PSICOLOGIA, outorgado pela Faculdade Teológica e Filosófica – Ratio, tendo sido aprovada pela banca examinadora composta pelos professores.

Aprovado em: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

**BANCA EXAMINADORA**

---

Prof. Esp. Roberta Maria de Albuquerque Sá - Especialista  
Orientador

---

Virzângela Paula Sandy Mendes - Dra  
Convidada

---

Lucili Grangeiro Cortez - Dra  
Convidada

## **AGRADECIMENTOS**

Á Deus por ter me dado força e perseverança para superar as dificuldades.

A minha Mãe, meu esposo e meus amigos por estarem ao meu lado, sempre me incentivando nessa caminhada.

E a todos aqueles que de uma forma geral contribuíram para a realização desse trabalho, muito obrigado.

## RESUMO

O século XXI revela uma trajetória de mudanças relacionadas ao crescimento populacional de pessoas idosas. O envelhecimento é percebido como um fenômeno vivenciado tanto nos países desenvolvidos como nos países em desenvolvimento. Essa fase do ciclo vital é permeado por perdas e ganhos, enquanto para alguns idosos a velhice é o momento de descanso e de realizações, para outros esse momento é de declínio, isolamento e solidão. Neste sentido, o referido trabalho pretende realizar um estudo sobre a interlocução entre o processo de envelhecimento e a depressão no idoso. Para isso, fez-se uma revisão integrativa da literatura em artigos publicados no Scielo. A depressão pode ser desencadeada por diferentes fatores - biológicos, psicológicos e sociais, bem como por fatores ambientais, inerentes ao envelhecimento. No que tange a depressão em pessoas idosas problemas que estão diretamente relacionados ao processo de envelhecimento como o afastamento da família, a perda do papel social, perda do cônjuge entre outros, podem contribuir para o desenvolvimento de um quadro de depressão. Neste contexto, conclui-se que, a literatura aponta os aspectos positivos e negativos acerca do envelhecimento e como estes influenciam para o surgimento da depressão no idoso. Apresentado conteúdo expresso sobre temas relacionados à velhice, no entanto os que tratam sobre a influencia desta para o acometimento da depressão ainda é uma literatura que merece maior exploração.

**Palavras chave:** idoso; depressão; envelhecimento.

## ABSTRACT

The 21st century reveals a trajectory of changes related to the population growth of older people. Aging is perceived as a phenomenon experienced in both developed and developing countries. This phase of the life cycle is permeated by losses and gains, while for some seniors old age is the moment of rest and achievement, for others this moment of decline, isolation, and loneliness. In this sense, this paper intends to conduct a study on the dialogue between the aging process and depression in the elderly. For this, an integrative literature review was made in articles published in Scielo. Depression can be triggered by different factors - biological, psychological and social, as well as environmental factors inherent in aging. With regard to depression in the elderly, problems that are directly related to the aging process, such as withdrawal from family, loss of social role, loss of spouse, among others, may contribute to the development of a depression. In this context, it is concluded that the literature points out the positive and negative aspects about aging and how they influence the onset of depression in the elderly. Presented content expressed on topics related to old age, however those dealing with its influence on the onset of depression is still a literature that deserves further exploration.

**Keywords:** elderly; depression; aging.

## **LISTA DE ILUSTRAÇÕES**

Figura 1 – Atividade de Música e Dança

Figura 2 – Atividade de alongamento

## **LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS**

IBGE Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística

ONU Organização das Nações Unidas

STDS Secretária do Trabalho e Desenvolvimento Social

OMS Organização Mundial da Saúde

CNDI Conselho Nacional dos Direitos do Idoso

## SUMÁRIO

<b>1. INTRODUÇÃO</b> .....	9
<b>2. OBJETIVOS</b> .....	13
2.1 Objetivo Geral .....	13
2.2 Objetivos Específicos .....	13
<b>3. METODOLOGIA</b> .....	14
<b>4. REFLEXÕES SOBRE A VELHICE</b> .....	16
<b>5. DEPRESSÃO E VELHICE: INTERFACES DO DESENVOLVIMENTO HUMANO E A SÍNDROME</b> .....	19
<b>6. CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	27
<b>7. REFERÊNCIAS</b> .....	28

## 1. INTRODUÇÃO

Nas ciências sociais as discussões acerca do envelhecimento ganharam espaços significativos, tanto no que se refere às lutas sociais, como no entendimento do seu conceito. Sabe-se que essa fase é composta por representações sociais que desvelam o idoso sob diversos olhares, algumas representações assumem os aspectos positivos da velhice e pontuam o envelhecimento ativo e a qualidade de vida, enquanto outras consideram os aspectos negativos.

O envelhecimento é um processo natural, inerente ao ser humano e constitui uma das etapas do Ciclo Vital<sup>1</sup>. Nesse sentido, a velhice se desvela entre aspectos negativos e positivos que ocasiona diversas mudanças significativas na vida do sujeito envelhecendo, tais mudanças são expressas no corpo, nas alterações auditiva, visual, olfativa, equilíbrio, memória, percepção do *self*, entre outras. Diante do exposto, entendemos que estas mudanças exigem estudos multidisciplinares que promovam recursos técnicos e terapêuticos especializados para atender as demandas deste público.

Em termos conceituais encontram-se diferentes definições para a velhice. De acordo com o dicionário Aurélio (2015) a velhice é percebida como: Estado ou condição de velho; Vetustez; Antiguidade; Idade avançada; Rabugice de velho; Os velhos. Neste contexto, ser idoso é vivenciar uma fase do desenvolvimento em constante relação com o processo biológico, aspectos sociais e culturais.

No sentido demográfico, a velhice caracteriza-se por marcador numérico, ou seja, a idade de 60 a 65 anos demarca essa fase do ciclo vital. Segundo dados o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – IBGE (2018) a população brasileira apresenta projeção que variam entre 9,2% para 25,5% de idosos até 2060.

O crescimento da população idosa em sentido mais amplo representa uma importante conquista social e resulta da melhoria das condições de vida, com a ampliação do acesso a serviços médicos, tecnologia, saneamento básico, entre outros determinantes da saúde. No entanto estes fatores vão a

---

<sup>1</sup> Ciclo Vital são todas as frases e etapas que expressam as fases de vida e do desenvolvimento humano.

contra mão a uma realidade que apresenta desigualdades sociais no processo de envelhecimento. Assim, as pessoas em processo de envelhecimento ou que já estão vivenciando sua velhice e não tem acesso aos determinantes descritos acima, poderão não fazer parte dessa projeção futura, onde a velhice se coloca atualmente.

O fenômeno do envelhecimento populacional tem gerado muitos questionamentos no que tange o seu impacto no futuro na vida destas pessoas. Por tanto, concordamos que essa seja uma questão central de discussões na sociedade, considerando que a academia assume um papel fundamental para estas reflexões e contribuições científicas. Vale salientar que o envelhecimento causa impacto social e psicológico nessa população, por isso, a importância de estudos que versam acerca dessas reflexões.

Ainda nesse seguimento de demarcar a velhice encontramos uma que foi preconizada pela Organização das Nações Unidas – ONU (2004) e que também toma como parâmetro a idade cronológica para definir o idoso. Nos países em desenvolvimento o indivíduo que atingir 60 anos será considerado idoso, enquanto nos países desenvolvidos, a margem se estabelece a partir dos 65 anos. Esta faixa de idade além de promover ao sujeito uma identidade a nível de desenvolvimento humano, garante seus direitos assegurados por lei.

Em uma perspectiva biológica, a velhice se apresenta como um processo gradual e inevitável, de decadência física, alterações fisiológicas, vindo a ser o período mais propício para o surgimento de doenças e dependência de cuidado (Pereira *et al.*, 2014). Neste sentido, a velhice é perpassada por visões sociais que se interligam, mas que se direcionam aos aspectos negativos.

O envelhecimento não está associado apenas a idade que um indivíduo apresenta cronologicamente, nesse processo de reconhecimento e classificação da velhice é considerado os aspectos biológicos, históricos, sociais e psicológicos (Picollo, 2011). Assim, a velhice se constitui de forma que atravessa a caracterização da idade estando imerso em múltiplos processos contextuais e subjetivos. Neste contexto, surge a seguinte questão norteadora: De que forma o processo de envelhecimento influencia no surgimento da depressão na pessoa idosa.

Sabe-se que nessa fase do ciclo vital ocorrem mudanças físicas, orgânicas e sistêmicas que são próprias da fase, como por exemplo, pele tende a enrugar e ser menos flexível, cabelos grisalhos e finos, diminuição dos pêlos corporais, o ritmo do coração se torna mais lento e irregular, a altura diminui, aparecimento de doenças crônicas, sono reduzido. Conforme Neri e Freire (2000), ser idoso é um fim que afeta a todos, não há como escapar. Embora na contemporaneidade o idoso esteja levando uma vida mais produtiva que no passado, o declínio de certas capacidades prejudica a qualidade de vida.

O envelhecimento populacional acelerado tornou-se uma realidade mundial. O aumento da expectativa de vida está aliado aos avanços tecnológicos, medicina, entre outros fatores que contribuem para esta realidade. O processo de envelhecimento é constituído por fatores biológicos, psicológicos e sociais que ocorrem de forma concomitante. Estes acontecimentos podem afetar a pessoa idosa, desenvolvendo alguma psicopatologia, como por exemplo, a depressão. Para Dalgalarrondo (2008), a depressão é uma psicopatologia que se caracteriza por ser percebida a partir dos seus elementos mais salientes como o humor triste e o desânimo.

Para Schneider; Schwanke, (2018) a depressão é uma doença com importantes repercussões sociais e individuais, essa patologia apresenta repercussões clínicas importantes, afetando o convívio social e uma rotina de vida satisfatória da pessoa idosa. A doença também está relacionada com o aumento da mortalidade, diminuição da qualidade de vida e da autoestima dessa população.

São vários os motivos da depressão em idosos, tais como, sentimento de improdutividade, distanciamento da família, abandono, perda da autonomia, ruptura da vida social, fatores genéticos e de personalidade constituem os motivos que levam o idoso ao desenvolvimento da depressão (Carneiro, 2007). Por isso, pode-se inferir que a velhice por si já é fator que predispõe o surgimento de doenças. Assim, torna-se relevante o investimento em políticas públicas que levem os idosos a envelhecer de forma ativa, minimizando os fatores que predispõem o adoecimento psicológico.

A esse respeito, trago um grifo da minha visão sobre o tema a partir do convívio com idosos atendidos na Secretária do Trabalho e Desenvolvimento Social – STDS na qual presto serviço. Para este público são oferecidas ações

de forma grupal condizentes com os interesses e demandas desta faixa etária, dentre elas atividades de música e dança que são socialmente chamadas de “fórró dos idosos”. No compartilhamento de histórias de vida com o grupo é comum escutar histórias de desamparo, enfermidades, dificuldades econômicas, entre outros sofrimentos, que levam o idoso a falta de sentido da vida, no entanto durante os encontros com o grupo, os sentimentos negativos e depressivos dão espaço para o resgate de outro sentido, o de sentir-se vivo.

A necessidade de estudar a relação velhice e depressão surge da mudança transgeracional que marca esse momento, onde a população idosa tem crescido com elevada projeção para o futuro, em detrimento de uma sociedade onde o preconceito e a discriminação contra o idoso caminham junto com o ideal de qualidade de vida na velhice. No entanto, problematiza-se sobre as mudanças psicossociais que são experienciadas durante essa fase do desenvolvimento, e que acabam por levarem os idosos ao acometimento de doenças crônicas, psicológicas, como por exemplo, a depressão.

Logo, observa-se que, no contexto global, dar maior atenção à temas relacionados ao envelhecimento torna-se uma necessidade emergente. É preciso que todos os espaços estejam prontos para atender a demanda de um público em crescimento. Diante desse fenômeno, traçamos um diálogo acerca da interlocução entre o processo de envelhecimento e a depressão no idoso.

## **2. OBJETIVOS**

### **2.1 Objetivo Geral**

Realizar um estudo sobre a interlocução entre o processo de envelhecimento e a depressão no idoso.

### **2.2 Objetivos Específicos**

- Refletir sobre o processo de envelhecimento
- Discorrer sobre a síndrome depressiva
- Discutir a relação entre envelhecimento e depressão

### 3. METODOLOGIA

Como metodologia, este estudo caracteriza-se como uma revisão de literatura de artigos que versam sobre o tema. Assim, trata-se de um estudo do tipo exploratório de abordagem qualitativa.

Segundo Minayo (2002), o método de pesquisa qualitativa investiga a realidade social que não pode ser quantificado, trabalhando com um universo de significados, motivações, crenças, valores e atitudes. Através do estudo qualitativo o pesquisador pode acessar e refletir sobre os processos, fenômenos, que não podem ser reduzidos a operacionalização de variáveis.

A revisão integrativa da bibliografia possibilita uma resposta ao problema de pesquisa, resumizando a produção atual sobre um determinado tema. Esse método proporciona a síntese de conhecimento e a incorporação da aplicabilidade de resultados de estudos significativos na prática (Souza; Silva; Carvalho, 2010).

Os dados foram coletados na revista eletrônica *Scientific Electronic Library Online* (SciELO). Para triagem e seleção dos artigos foram considerados os seguintes descritores: idoso; depressão; envelhecimento.

A seleção dos artigos considerou os seguintes pontos como critério de inclusão: a) artigo completo, b) disponível para download, c) estudo em português, d) publicado no período de 2013 a 2017, e) artigos em que um dos autores seja psicólogo. Enquanto critérios de exclusão foram considerados os seguintes pontos: a) duplicados, b) fora do período determinado, c) publicado em outra língua que não português, d) incompletos, e) não apresentavam relação com o objetivo deste estudo, f) monografias, g) dissertações e teses.

Após a etapa de triagem, aplicando os critérios de inclusão e exclusão foram recuperados 06 artigos que compõe o corpus desse trabalho. Os artigos selecionados foram lidos na íntegra e apresentados em dois subtemas: Reflexões sobre a velhice; Depressão e Velhice: interfaces do desenvolvimento humano e a síndrome. Além dos artigos selecionados foram inclusos nas discussões capítulos de livros, leis ou políticas públicas que versavam sobre o tema.

Quadro 1 – Apresentação dos trabalhos selecionados

Artigos	Ano
Fatores associados aos sintomas depressivos em idosos: estudo Epi Floripa	2013
Fatores associados à depressão em idosos institucionalizados: revisão integrativa	2015
Sintomas depressivos em idosos residentes em áreas de abrangência das Unidades Básicas de Saúde da zona urbana de Bagé, RS	2015
Efeitos de um programa de jogos pré-desportivos nos aspectos psicobiológicos de idosos	2013
O desempenho de papéis ocupacionais de idosos sem e com sintomas depressivos em acompanhamento geriátrico	2015
Arranjos domiciliares, condições de saúde física e psicológica dos idosos e sua satisfação com as relações familiares	2015

Fonte: Elaboração própria

#### 4. REFLEXÕES SOBRE A VELHICE

O desenvolvimento humano divide-se em fases que se inicia na infância até a velhice. Estas fases são compreendidas por particularidades que as caracterizam, a partir do entendimento físico, cognitivo, social, entre outros. Segundo Abreu (2017) numa orientação cronológica, a velhice é datada entre a idade de 60 a 65 anos. No entanto, a velhice deve ser compreendida tanto por sua ordem cronológica quanto existencial. Neste sentido, essa fase da vida perpassa pelo fator tempo como algo universal e social, e por variáveis socioeconômicas, cultural, gênero, dentre outras.

A Organização Mundial da Saúde – OMS define o idoso a partir dos 60 anos em países em desenvolvimento e a partir dos 65 anos em países desenvolvidos. Essa demarcação cronológica permite com que a sociedade se organize para atender as demandas advindas deste público, tais como, aposentadoria, penalidades jurídicas, normas e benefícios condizentes com a idade.

O Conselho Nacional dos Direitos do Idoso – CNDI é um órgão colegiado criado desde 2002, e que exerce um papel importante no apoio, elaboração e acompanhamento das políticas públicas no âmbito municipal, estadual e federal destinado à pessoa idosa, articulando a Política Nacional do Idoso e outras ações que minimizam a violação dos direitos do idoso. Entre as relevantes conquistas apoiadas pelo CNDI pode-se destacar a criação do Estatuto do Idoso considerado um importante instrumento para a garantia dos direitos essenciais para este público, bem como se preocupa com a promoção da qualidade de vida.

Na contemporaneidade, o envelhecimento é demarcado por características normatizadoras que circunscrevem a idade cronológica produtivista. Assim, verificam-se demarcações que perpetuam a expansão da desvalorização da velhice, pois além de possuírem um corpo velho, estarem vinculados à pobreza e inatividade, instalam-se também, as diferenças existentes entre os gêneros e as condições psicológicas.

Gyozd e Dellarozza (2012) reforça que a educação gerontológica pode contribuir para recuperar os aspectos positivos relacionados à velhice e a interação entre as gerações. Mostrando também que, os idosos trazem

importância e contribuições positivas para a sociedade, minimizando o modo de associar a velhice apenas a aspectos negativos.

Problemas comportamentais e mentais constituem esse processo (Demência, Parkinson, Alzheimer). Na demência o idoso é vítima de declínios cognitivos e comportamentais de origem fisiológica. No Mal de Parkinson ocorre uma degeneração neurológica progressiva, caracteriza-se por tremor, rigidez, retardamento dos movimentos e postura instável. O Mal de Alzheimer é responsável por distúrbios degenerativos e progressivo do cérebro. Estas patologias acometem os idosos e influenciam na vivência do processo de envelhecimento (Papalia, 2006).

No século XXI apresentamos uma maior probabilidade de chegar aos 65 anos. Fatores como investimentos em políticas públicas, educação alimentar, prática de atividade física, entre outras ações que melhoram a qualidade de vida propiciam essa nova realidade. Vale ressaltar o Art. 3º do Estatuto do Idoso - É obrigação da família, da comunidade, da sociedade e do Poder Público assegurar ao idoso, com absoluta prioridade, a efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária (Brasil, 2003).

O Estatuto do Idoso em seu Art. 8º discorre que “o envelhecimento é um direito personalíssimo e a sua proteção um direito social”. Esta lei assegura a pessoa idosa o direito que assiste a qualquer pessoa humana, salvo as suas especificidades (Brasil, 2003). O governo e a sociedade são responsáveis por fazer cumprir a lei e garantir o acesso do idoso a cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho entre outros espaços, trata-se de um direito a cidadania.

Segundo Neri (2001) o envelhecimento populacional é caracterizado pelo declínio da mortalidade infantil e da natalidade. Estima-se um crescimento de até 7,7% da população idosa até 2020. Neste sentido, é necessário refletir sobre como a sociedade em seus diferentes seguimentos têm se preparado para essa realidade.

Os estereótipos produzidos pela sociedade influenciam diretamente os nossos pensamentos e atitudes frente ao envelhecimento. É fato que o idoso é vítima de preconceitos, essa experiência pode causar danos à qualidade de vida do idoso fazendo com que o mesmo seja colocado frente a situações de

vulnerabilidade, sofrimento e adoecimento, tanto em aspectos psíquico como social (Guerra; Caldas, 2010). Estes fatores provocam uma reflexão acerca da presença ou não do preconceito e discriminação contra a idade, denominado no âmbito acadêmico por *ageismo*<sup>2</sup>.

Numa perspectiva acadêmica o idoso tem sido valorizado como fenômeno de estudo, no entanto, numa perspectiva social ainda é percebido que nessa fase, o idoso vivencia preconceitos e discriminação, que associados aos aspectos biológicos e físicos do processo de envelhecer, podem desencadear alguma psicopatologia, como por exemplo, a depressão (Whitaker, 2010).

Na velhice ocorre um acúmulo de perdas, além de uma aproximação da finitude, tais aspectos podem produzir um estado de tristeza, sentimento natural frente às perdas, quando associado ao contexto no qual o idoso encontra-se inserido pode levar a um quadro depressivo. Santos; Santos (2015) avaliaram como a presença de sintomas depressivos influencia o desempenho de papéis ocupacionais em idosos. Neste estudo identificaram que o envelhecimento trás perdas de papéis ocupacionais (estudante, trabalhador, voluntário, cuidador, serviço domestico, outros) o limiar deste estudo é o entrelace entre as perdas como ápice para o surgimento da depressão ou a depressão como síndrome que leva o idoso as perdas de papéis ocupacionais. As autoras entenderam que o envelhecimento é um processo permeado por perdas reais, simbólicas e de papéis e que em muitos idosos a síndrome depressiva intensifica estas perdas.

Para Papalia (2013, p.664) Precisamos ir além das imagens distorcidas da idade e observar sua verdadeira realidade multifacetada, não utilizando óculos "cor-de-rosa" nem escuros. A terceira idade não é o clímax nem o anticlimax da vida. É um período normal do ciclo de vida, com seus próprios desafios e com suas oportunidades.

Os estereótipos que circunscrevem essa fase muitas vezes corroboraram para que o sujeito ao iniciar essa fase do ciclo vital apresente um estado de negação que emana junto a representação social de morte. A vivência desse estado pode colocar o idoso frente a um quadro depressivo.

---

<sup>2</sup> Refere-se as atitudes que os indivíduos e a sociedade tem com os demais em função da idade.

## **5. DEPRESSÃO E VELHICE: INTERFACES DO DESENVOLVIMENTO HUMANO E A SÍNDROME**

A depressão se apresenta sob diferentes formas e contexto, pode significar uma experiência afetiva (estado de humor), uma queixa (sintoma). Neste sentido, os seres humanos irão passar por um momento depressivo. Considerando a depressão como experiência de tristeza, estado emocional é comum a todos, já como sintoma está associado a varias doenças físicas e mentais (Maj; Sartorius, 2005).

Segundo o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais – DSM-V (2014) a depressão está categorizada no quadro de transtornos depressivo. O diagnóstico deve considerar os sintomas, a intensidade, a repetição e a história clinica do paciente. Estes elementos denominados de especificadores, são uteis para melhor caracterização, acompanhamento e prognóstico do paciente. Assim, os transtornos estão subdivididos em: Transtorno Disruptivo da Desregulação do Humor; Transtorno Depressivo Maiora; Transtorno Depressivo Persistente (Distimia); Transtorno Disfórico Pré-menstrual; Transtorno Depressivo Devido a Outra Condição Médica; Outro Transtorno Depressivo Especificado; Transtorno Depressivo Não Especificado.

A depressão está inclusa no Código Internacional de Doenças - CID10 como Transtornos de Humor, caracterizada por alteração do humor. Nos idosos, a depressão se dá a partir da identificação de cinco ou mais sintomas, dentre eles estão: humor depressivo durante maior parte do dia; diminuição ou perda de interesse em atividades antes prazerosas; insônia ou amento de sono; fadiga, perda ou ganho de peso; pensamentos suicidas, etc. A maioria dos sintomas é decorrente dos episódios individuais e frequentemente relacionados a eventos ou situações estressantes. Os sintomas mais comumente percebidos partem tanto de alterações fisiológicas quanto de mudanças de estados emocionais e cognitivos.

A Organização Mundial da Saúde - OMS, em estudo publicado em 2009 revela que no Brasil existem cerca de 13 milhões de pessoas depressivas e em todo o mundo 340 milhões, 850 mil suicídios são cometidos anualmente em todo o mundo por conta da doença (Brasil, 2004).

No idoso, a depressão consiste em enfermidade mental que frequentemente causa um elevado grau de sofrimento psíquico, porém a forma como a síndrome depressiva se manifesta pode variar de acordo com cada pessoa. O reconhecimento da depressão na terceira idade se torna muito mais difícil, pois o preconceito em relação à velhice e as doenças mentais acabam dificultando o acesso dos pacientes ao tratamento adequado.

Neste contexto, os sintomas mencionados causam sofrimento significativo e prejudica a saúde mental do idoso, comprometendo o envelhecimento saudável. A literatura aponta que, a depressão na terceira idade vem acompanhada de perdas cognitivas, essa característica dificulta o diagnóstico quando comparado com a demência. Muitos dos sintomas depressivos, como a desmotivação, apatia, dificuldades de concentração, discurso e psicomotricidade mais lentos são também sintomas de quadros demenciais que se confundem com os sintomas da síndrome depressiva.

A depressão é uma das doenças mentais que mais atinge os idosos. Considerando fatores que a influenciam como, por exemplo, aposentadoria, doenças crônicas, dependência física, social, afetiva e financeira, perdas reais e simbólicas, são fatores que afetam a experiência e as emoções da pessoa idosa e podem levar ao acometimento da depressão e suicídio.

Assim como são identificados fatores que influenciam a depressão, devem ser identificados estratégias que podem levar ao enfrentamento do quadro depressivo na velhice. Nesse sentido, ações que levam o idoso a serem inseridos na comunidade minimiza a prevalência de sintomas depressivos. Atividades como dança também é benéfica para a melhoria do bem estar físico, social, psicológico dos idosos e o aumento da autoestima.

O processo de envelhecimento relaciona-se como um fator que diminui a qualidade de vida e o surgimento de estados depressivos. No entanto não podemos entender como algo unilateral essa relação de causa e efeito. Assim, o envelhecimento deve ser compreendido como um fenômeno que é biopsicossocial.



Figura 1 – Atividade de Música e Dança  
Fonte: Arquivo da STDS (2019)

Na imagem pode-se ver a execução de uma Atividade de Vida Diária - AVD que são consideradas estratégias que corroboram para a qualidade de vida do idoso, essas atividades devem ser pensadas de forma que estimulem ao idoso na realização de ações que lhe dão prazer, autonomia, incentivem a capacidade física e cognitiva e assim possam refletir na qualidade de vida e na prevenção de doenças físicas e emocionais. A exemplo disso, pode-se citar: realização de uma atividade manual (pintura de pano, empunhar rede, desfiar e colocar varandas em rede); ajudar a preparar algum prato pra o almoço; momento livre para ver um programa de TV, jogar cartas, palavra cruzada; No final da tarde realizar uma atividade física e/ou relaxante como caminhada, pilates, hidroginástica; entre outras.



Figura 2 – Atividade de Alongamento  
Fonte: Arquivo STDS (2019)

Embora envelhecer seja uma imagem estereotipada para a maioria das população, ser idoso hoje tem características e funções diferenciadas do idoso de décadas atrás. A pessoa idosa não é mais um "velhinho" em uma cadeira de balanço que precisa de cuidados constantes, tende à manter-se em atividade sócio relacional em contextos em que a realização de atividades físicas, a educação continuada, o trabalho voluntário, o envolvimento religioso e até mesmo político. Fatores como o crescimento econômico, os cuidados com a saúde e o bem estar e uma participação social mais ativa têm contribuído para uma velhice mais saudável. Segundo Papalia (2013, p.662) "Em geral, as pessoas hoje estão vivendo mais e melhor do que em qualquer época da história".

Para Borges et al. (2013) em estudo realizado com 1.656 idosos perceberam que os sintomas depressivos estão associados a pessoa idosa que tem baixa situação econômica, escolaridade, déficit cognitivo e percepção negativa da saúde, doenças crônicas, dependência funcional. Enquanto idosos que mantinham-se ativos socialmente, participando de grupos de convivência ou religiosos, com vida sexual ativa apresentaram menor prevalência de sintomas depressivo. Neste contexto, percebe-se que as mudanças físicas e os limites impostos ao idoso são fatores que predispõem para a síndrome

depressiva, enquanto a ressignificação da idade e das atividades realizadas são benéficas, funcionando como anticorpos para a depressão.

Esses dados se associam as análises realizadas por Bretanhal et al. (2015) quando referenciam que idosos com baixa renda apresentam maior prevalência a depressão do que idosos com alta renda. Assim como idosos com baixa escolaridade comparados aos idosos com escolaridade superior. Tratando-se de acometimento e percepção da saúde, os idosos que possuíam algum diagnóstico crônico ou que percebiam sua saúde frágil apresentaram maior prevalência aos sintomas depressivos do que os idosos que não havia diagnósticos e que realizavam atividades e mantinham hábitos de vida saudáveis. Em relação às análises dos referidos estudos entende-se que a síndrome depressiva é multifatorial e suas características ou causas perpassam por áreas de cunho biopsicossocial.

Em pessoas idosas, a depressão se apresentaria com sintomas somáticos ou hipocondríacos mais frequentes. Durante o processo de envelhecimento muitas mudanças ocorrem, a pessoa idosa experiência na maioria dos casos a diminuição do suporte sócio-familiar, a perda do *status* ocupacional e econômico, o declínio físico, uma maior frequência de doenças físicas que limitam o sujeito, esses fatores podem desencadear um rebaixamento do humor. Numa perspectiva biológica, no idoso é mais frequente o aparecimento de fenômenos degenerativos ou doenças físicas capazes de produzir os sintomas característicos da depressão (Garcia et al., 2006). Assim, pode-se inferir que o próprio processo de envelhecimento por si, trás características que podem desencadear o adoecimento por depressão.

Para Nobrega et al., (2015) a velhice é um período que trás limitações para a pessoa, com isso, ocorre uma aproximação do idoso com a família que muitas vezes não estão preparadas para aceitar esse papel de cuidador e com isso institucionalizam a pessoa idosa. Neste sentido, a permanência em instituições favorece a vivencia de perdas reais e simbólicas para a pessoa idosa, essa experiência pode desencadear desordens psíquicas e agravamento de outros quadros patológicos.

Segundo Bittar (2013) o jogo pré-esportivo praticado pela pessoa idosa influencia de forma positiva na qualidade de vida. Os reflexos são percebidos através do humor, sono, cognição, dentre outros aspectos psicobiológicos que

foram avaliados em pesquisa realizada com 53 idosas. Compreende-se que a prática de atividade física torna-se uma forte aliada ao envelhecimento saudável, gerando uma população autônoma, motivada.

Neste sentido, abro um parêntese para comentar sobre as atividades realizadas nos dispositivos assistenciais no âmbito municipal que realizam atividades de esporte, cultura e lazer para a população idosa, essas atividades podem ser encaradas como meio para a construção de uma boa qualidade de vida, além de promoverem um espaço de reconhecimento, empoderamento. Esses dispositivos podem ser o canal para o fortalecimento de políticas públicas para esse público que é crescente no contexto brasileiro.

Em função da idade e da doença, o idoso necessita de acompanhamento médico para intervenção medicamentosa e psicológico para que o idoso possa elaborar as questões que envolvem seu processo depressivo, além de uma rede de apoio, seja social, familiar que irão ajudá-lo. A doença afeta a família, com isso o psicólogo amplia sua atuação para além do idoso, ajudando na compreensão do diagnóstico, no enfrentamento dos estigmas e preconceitos que permeiam o diagnóstico de depressão.

Em relação a família além de ser afetada pelo processo de envelhecimento, ela é responsável para que este processo ocorra de forma saudável. Segundo Rabelo; Neri (2015, p. 508) “a família é a principal fonte de suporte emocional, instrumental, financeiro e informativo para os idosos”. O apoio da família reflete de forma positiva sobre a saúde física e mental do idoso. Este apoio mútuo constroi formas de enfrentamento para todos os limites, preconceitos e discriminação que são experienciados nessa fase da vida.

Afinal, qual o papel do idoso na família?. Os diferentes tipos de cultura, as relações interpessoais, entre outros textos e contextos irão responder esta pergunta.

O sentido que os homens conferem à existência e seu sistema global de valores definem o sentido e o valor da velhice. Inversamente: a verdade de seus princípios e de seus fins se revela através da maneira pela qual uma sociedade se comporta com seus velhos (Beauvoir, 1990).

Associar o idoso a improdutividade, retirar sua autonomia, colocá-lo em condição passiva diante dos acontecimentos cotidianos compromete a sua relação consigo e com a estrutura social, essa situação caracteriza-se como um ato de violência. Faz-se necessário, planejar ações, investir em programas que favoreçam a qualidade de vida e as relações positivas dos idosos no seu âmbito familiar e social essas ações pode ser preventivo para o acometimento de patologias e psicopatologias.

Devido à longevidade encontram-se pessoas idosas em vários campos da vida social, o que pode levar à constituição de família dentro de contextos sociais, e culturais nos quais a pessoa idosa está se relacionando com outras pessoas. A família corresponde a um grupo social que exerce marcada influência sobre a vida das pessoas, sendo formada por um grupo com uma organização complexa, inserido em um contexto social mais amplo com o qual mantém constante interação (Berger, 2001). Por essa razão, ela compõe atualmente, o tripé (educação, trabalho e família), no qual se assentam as idéias, noções, valores e normas, isto é, o conjunto de representações sobre a velhice formuladas pela ciência gerontológica. Estas formulações configuram-se como um modelo de existência que deverá ser utilizado pelo homem para relacionar-se com seu corpo, com os outros homens e com a vida.

Para determinadas culturas, a velhice representa a continuidade da história. Podemos destacar as sociedades indígenas onde o papel do idoso é de extrema importância para a manutenção e transmissão dos conhecimentos da tribo. Em concordância a esta afirmação, é conhecido que as sociedades milenares da Ásia, como é o caso do Japão, tem uma relação de extremo respeito pela população idosa. As famílias contemporâneas brasileiras oferecem pouca oportunidade ao idoso de transmitir suas virtudes. (Freitas et al., 2010).

Neste contexto, a satisfação e as relações no ambiente familiar possibilitam uma melhor condição para o bem estar na velhice. Em idosos que apresentam uma condição mais debilitada, a família, além de promover suporte emocional, tem um papel de suma importância em termos de proporcionar ajuda nas atividades de vida diária.

Os idosos não querem ser um fardo para seus filhos, porém, podem ficar deprimidos ao temerem que seus filhos não os auxiliarão, se necessário.

Assim, os familiares não devem pensar os idosos apenas como sujeitos de direitos, mas também de desejo. Sentir-se triste é uma resposta comum a eventos da vida, esse sentimento emerge por diferentes motivos e intensidade. No entanto, em um processo depressivo, o sentimento de tristeza tem uma intensidade maior, mobilizando o idoso no sentido existencial, caracterizando-se como uma falta de controle sobre seu estado emocional.

## 6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Apesar das evidências em relação ao crescimento acelerado da população idosa no cenário mundial, podemos considerar que ainda se conhece pouco sobre esse grupo etário e como esse fenômeno influencia a vivência dessa fase da vida, especialmente se tratando de doenças psicológicas como a depressão.

A revisão da literatura aponta uma expansão da produção acadêmica sobre temas relacionados à velhice, no entanto os que tratam sobre a influência desta para o acometimento da depressão ainda é uma literatura que merece maior exploração.

No que tange ao texto dos artigos selecionados para esta revisão conclui-se que, o panorama das publicações que discutem envelhecimento e depressão refletem os aspectos positivos e negativos acerca do envelhecimento e apontam para possibilidades de intervenção social e profissional que podem corroborar para minimizar os aspectos negativos da velhice e conseqüentemente os idosos seriam menos acometido pela síndrome depressiva.

Em relação aos direitos previstos na Constituição Federal e no Estatuto do Idoso percebe-se a necessidade emergente de investimento em ações que garantam a execução de seus direitos. A depressão esta diretamente relacionada com fatores biológicos, psicológicos e sociais, por isso, garantir que a pessoa idosa estará inserida em atividades de esporte, cultura, lazer na comunidade, dentre outros direitos que dão assistência e garantem a cidadania do idoso podem promover um envelhecimento ativo, saudável, elementos que a literatura apresentam como importantes para o combate a depressão na velhice.

Considerando a interlocução entre envelhecimento e depressão proposto por este estudo e a análise da literatura que trás elementos sobre como a família, sociedade, ciências biológica, humanas e da saúde estão pensado e agindo frente ao tema. Este estudo realça a necessidade de mais reflexão e preparação para dar conta de uma realidade que se apresenta em acelerada projeção tanto no que diz respeito ao processo de envelhecimento como no adoecimento por depressão, em especial nessa fase do ciclo vital.

## 7. REFERÊNCIAS

ABREU, Maria Cecília de. *Velhice uma nova paisagem*. São Paulo: Agora, 2017.

AMERICAN PSYCHIATRIC ASSOCIATION. *Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM-5*. 5. ed. Porto Alegre: Artmed, 2014.

BEAUVOIR, Simone. **A Velhice**. RJ: Nova Fronteira, 1990.

BERGER, Kathleen Stassen. **O desenvolvimento da Pessoa do Nascimento à Terceira Idade**. 5. ed.. LCT Livros Técnicos e Científicos, 2001.

BITTAR, Irene Guarido Luz et al . Efeitos de um programa de jogos pré-desportivos nos aspectos psicobiológicos de idosos. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 4, p. 713-725, Dec. 2013. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-98232013000400713&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232013000400713&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 21 Apr. 2018.

BORGES, Lucélia Justino et al. Fatores associados aos sintomas depressivos em idosos: estudo Epi Floripa. *Rev Saúde Pública* 2013;47(4):701-710.

BRASIL. Lei n. 10.741, de 1º de setembro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. Disponível em: [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/2003/l10.741.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/l10.741.htm)

BRASIL. Ministério da Saúde. *Programa Nacional para a Saúde das Pessoas Idosas*. Brasília., 2004.

BRASIL. Secretaria Especial dos Direitos Humanos. Conselho Nacional dos Direitos do Idoso (CNDI). Disponível em: <http://www.sdh.gov.br/sobre/participacao-social/conselho-nacional-dos-direitos-do-Idoso-CNDI>. Acesso em: 01 mai. 2018. Brasil.

BRETANHA, Andréia Ferreira e cols. Sintomas depressivos em idosos residentes em áreas de abrangência de Unidades Básicas de Saúde da zona urbana de Bagé, RS. **Rev. bras. epidemiol.** São Paulo, v. 18, n. 1, p. 1-12, março de 2015. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1415-790X2015000100001&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-790X2015000100001&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 21 de abril de 2018.

CARNEIRO, Rachel Shimba et al . Qualidade de vida, apoio social e depressão em idosos: relação com habilidades sociais. **Psicol. Reflex. Crit.**, Porto Alegre , v. 20, n. 2, p. 229-237, 2007. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0102-79722007000200008&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-79722007000200008&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 18 jan. 2019.

DALGALARRONDO, Paulo. *Psicopatologia e semiologia dos transtornos mentais*. 2. ed.. Porto Alegre: Artmed, 2008.

FREITAS, Maria Célia de; QUEIROZ, Terezinha Almeida; SOUSA, Jacy Aurélia Vieira de. O significado da velhice e da experiência de envelhecer para os idosos. **Rev. esc. enferm. USP**, São Paulo, v. 44, n. 2, p. 407-412, Jun 2010. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0080-62342010000200024&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342010000200024&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 18 Set. 2018.

GARCIA, Aline et al. A depressão e o processo de envelhecimento. **Ciênc. cogn.**, Rio de Janeiro, v. 7, n. 1, p. 111-121, mar. 2006. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1806-58212006000100010&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-58212006000100010&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 27 nov. 2017.

GUERRA, Ana Carolina Lima Cavaletti; CALDAS, Célia Pereira. Dificuldades e recompensas no processo de envelhecimento: a percepção do sujeito idoso. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 6, p. 2931-2940, set. 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo>. Acesso em: 01 jun. 2018.

GVOZD, Raquel; DELLAROZA, Mara Solange Gomes. Velhice e a relação com idosos: o olhar de adolescentes do ensino fundamental. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 2, p. 295-304, 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo>. Acesso em: 31 mai. 2018.

IBGE (2018), Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Projeção da População 2018: número de habitantes do país deve crescer em 2047. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/21837-projecao-da-populacao-2018-numero-de-habitantes-do-pais-deve-parar-de-crescer-em-2047>. Acesso em: 05 Abril de 2018.

MAJ, Mario; SARTORIUS, Norman. Transtornos Depressivos. 2 ed., Artmed, 2005.

MINAYO, M. C. de S. **Pesquisa Social; Teoria, Método e Criatividade**, Petrópolis, Vozes 2002.

NERI, Anita Liberalesso. Desenvolvimento e envelhecimento: Perspectivas biológicas, psicológicas e sociológicas. Campinas, SP: Papirus, 2001.

NERI, Anita Liberalesso; FREIRE, Suely Aparecida. E por falar em boa velhice. Campinas: Papirus. 2000.

NOBREGA, Isabelle Rayanne Alves Pimentel da et al. Fatores associados à depressão em idosos institucionalizados: revisão integrativa. **Saúde debate**, Rio de Janeiro, v. 39, n. 105, p. 536-550, June 2015. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-11042015000200536&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-11042015000200536&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 21 Apr. 2018.

Organização Mundial da Saúde. CID-10 Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde. 10a rev. São Paulo: Universidade de São Paulo; 1997. vol.2.

PAPALIA, Diane E; FELDMAN, Ruth Duskin. Desenvolvimento humano. Tradução: Carla Filomena Marques. 12. ed.. Porto Alegre: KMGH, 2013.

PAPALIA, E Diana. Desenvolvimento Humano. 8º ed. Artmed., 2006.

PEREIRA, Rafaelly Fernandes; FREITAS, Maria Célia de; FERREIRA, Márcia de Assunção. Velhice para os adolescentes: abordagem das representações sociais. **Rev. bras. enferm.**, Brasília, v. 67, n. 4, p. 601-609, Aug. 2014. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-71672014000400601&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672014000400601&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 22 Out. 2017.

PICCOLO, Gustavo Martins. Os caminhos dialéticos do envelhecimento e sua relação com a educação física contemporânea. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 1, p. 169-177, Mar. 2011. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo>. Acesso em: 31 mai. 2018.

RABELO, Dóris Firmino; NERI, Anita Liberalesso. Arranjos domiciliares, condições de saúde física e psicológica dos idosos e sua satisfação com as relações familiares. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 18, n. 3, p. 507-519, Set. 2015. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-98232015000300507&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232015000300507&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 21 Apr. 2018.

SANTOS, Claudia Aline Valente; SANTOS, Jair Lício Ferreira. O desempenho de papéis ocupacionais de idosos sem e com sintomas depressivos em acompanhamento geriátrico. *Rev. bras. geriatr. gerontol.* [Internet]. 2015.

SCHNEIDER, Rodolfo Herberto; SCHWANKE, Carla Helena Augustin. Atualizações em geriatria e gerontologia: da pesquisa básica à prática clínica. Porto Alegre: ESDIPUCRS, 2008.

Significado da palavra velhice, dicionário Aurélio. Disponível em: <http://www.dicionariodoaurelio.com/Velhice>. Acesso em: 27 Nov. 2017, 11:55.

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein (São Paulo)**, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, Mar. 2010. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-45082010000100102&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-45082010000100102&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em 10 mai 2018.

SOUZA, Marcela Tavares; SILVA, Michelly Dias da, CARVALHO, Rachel de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein (São Paulo)**, 2010.

WHITAKER, Dulce Consuelo Andreatta. O idoso na contemporaneidade: a necessidade de se educar a sociedade para as exigências desse “novo” ator

social, titular de direitos. Cad. Cedes, Campinas, vol. 30, n. 81, p. 179-188, mai.-ago. 2010.