

PREVALÊNCIA DE SINTOMAS DEPRESSIVOS E SUA ASSOCIAÇÃO COM A FORÇA DOS MEMBROS INFERIORES EM IDOSAS

José Francisco da Silva¹
Thiago Coelho de Aguiar Silva²
Eduarda Lais Lisboa Franco³
Thamires Cristina Dantas Machado⁴
Lucas Mattos de Lima Sobral⁵
Carlos Augusto Mulatinho de Queiroz Pedrosa⁶

RESUMO

O envelhecimento está associado com o comprometimento da saúde física, cognitiva e ao aumento dos sintomas depressivos e depressão. Nos idosos, os sintomas depressivos estão associados com perda da autonomia e independência, podendo resultar em suicídio. Portanto objetivou-se analisar a associação entre sintomas depressivos e força dos membros inferiores em idosas. Trata-se de um estudo transversal com 110 idosas (≥ 60 anos) praticantes de hidroginástica e Mat Pilates do programa de extensão da Universidade de Pernambuco (MASTER-VIDA UPE). A Escala de Depressão Geriátrica de 5 itens foi utilizada para rastrear os sintomas depressivos. O teste de sentar e levantar foi utilizado para mensurar a **força dos membros inferiores**. Distribuições de frequências foram calculadas de acordo com o desempenho baixo e normal no teste de sentar e levantar para cada sintoma depressivo. O teste qui-quadrado foi utilizado para analisar a associação entre eles. Todas as análises foram realizadas no pacote estatístico SPSS 20.0, adotando um nível de significância de $p < 0.05$. A média de idade foi de $70,6 \pm 7$ anos, os sintomas depressivos mais prevalentes foram “se aborrecer facilmente” (32,7%); “preferir ficar em casa a sair e fazer coisas diferentes” (30%); “não está satisfeito com a vida” (5,5%); “se sentir inútil” (4,5%) e “se sentir desamparado” (2,7%), respectivamente. O resultado do teste qui quadrado indicou que o bom desempenho no teste de sentar e levantar está associado com o sintoma de se sentir inútil ($X^2 = 5,67$; $p = 0,04$) com maior proporção de indivíduos com desempenho normal no teste de sentar e levantar no grupo que não se sentem inúteis (82,9%). Desenvolver força dos membros inferiores em idosas pode diminuir a chance de ter o sintoma depressivo de se sentir inútil.

Palavras-chave: Idoso, Depressão, Funcionalidade, Força, Autonomia.

¹ Doutorando pelo Curso de Educação Física da Universidade de Pernambuco-UPE, francisco.silva2@upe.br;

² Prof. Doutor do Curso de Educação Física da Universidade de Pernambuco – UPE, thiago.silva@upe.br;

³ Graduanda do Curso de Educação Física da Universidade de Pernambuco – UPE, eduarda.lisboa@upe.br;

⁴ Graduanda do Curso de Educação Física da Universidade de Pernambuco – UPE, thamires.machado@upe.br;

⁵ Mestrando do Curso de Educação Física da Universidade de Pernambuco – UPE, lucas.mattos@upe.br;

⁶ Orientador do Curso de Educação Física da Universidade de Pernambuco – UPE, carlos.mulatinho@upe.br;