

## ASSOCIAÇÃO DO ENVELHECIMENTO HUMANO COM O SURGIMENTO DA DEPRESSÃO

Andrielly Cavalcante Fonseca<sup>1</sup>  
Monique Pereira da Silva<sup>2</sup>  
Maria Clara Soares Dantas<sup>3</sup>  
Maria Alice Freitas de Araújo<sup>4</sup>  
Jaqueline Araújo Paula Lima<sup>5</sup>

### RESUMO

**Introdução:** O envelhecimento humano é uma realidade consolidada na atualidade. Habitualmente a senescência carrega consigo as doenças crônicas degenerativas, entre elas a demência com destaque para os sintomas depressivos que posteriormente podem evoluir para o diagnóstico de depressão. **Objetivo:** sumarizar a contribuição acerca das produções científicas sobre a relação existente entre o envelhecimento humano e o transtorno da depressão. **Metodologia:** Trata-se de uma revisão narrativa com o intuito de alcançar o objetivo proposto na pesquisa em tela. A coleta dos materiais foi realizada na LILACS, MEDLINE e PUBMED no período de maio de 2020, por meio dos Descritores em Ciências da Saúde (DECS) em português e inglês, com uso do operador booleano “AND”. **Resultados e discussão:** A depressão é uma doença grave que atinge a área afetiva ou do humor, durante a velhice é uma patologia muito frequente acometendo cerca de 15% dos idosos. A presença de sintomas depressivos na pessoa idosa afeta a qualidade de vida, interfere na saúde física, mental, funcional, desejos, relações afetivas, motivação, independência e autonomia. Quando esses sintomas são associados a outras patologias concomitantes o risco de morte é maior, pela falta de esperança na saúde, maior número de hospitalizações e tratamento. **Conclusão:** O artigo possibilitou a compreensão sobre os fatores de associação do envelhecimento com a depressão, quando é subdiagnosticada acarreta o agravamento dessa condição patológica no idoso. Fatores como aposentadoria, isolamento social, uso de polifarmácia, presença de doenças crônicas, incapacidade funcional, isolamento, fragilidade são contributivos para o quadro da depressão na pessoa idosa.

**Palavras-chave:** Depressão, Saúde do Idoso, Envelhecimento, Qualidade de Vida.

### INTRODUÇÃO

O curso do crescimento populacional vem conquistando seu decréscimo nos últimos decênios, gerando alterações no perfil da população global, assim como no Brasil. Toda

---

<sup>1</sup>Graduando do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [andriellycavalcante11@gmail.com](mailto:andriellycavalcante11@gmail.com)

<sup>2</sup>Graduando do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [moniquepereiragba@hotmail.com](mailto:moniquepereiragba@hotmail.com)

<sup>3</sup>Graduando do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [dantasclarinha@gmail.com](mailto:dantasclarinha@gmail.com)

<sup>4</sup>Graduando do Curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande - UFCG, [alicefreitas3211@gmail.com](mailto:alicefreitas3211@gmail.com)

<sup>5</sup> Professor orientador: Enfermeira. Especialista em Unidade de Terapia Intensiva e em Enfermagem em Geriatria e Gerontologia, e-mail: [jaqueline\\_kelly\\_01@hotmail.com](mailto:jaqueline_kelly_01@hotmail.com)

essatransição se deve ao alargamento das taxas de expectativa de vida e diminuição das taxas de fecundidade e natalidade, resultando que número de pessoas idosas venha crescendo consideravelmente (SOUSA, et al., 2017; MARQUES, et al., 2017).

O envelhecimento humano é um processo que se emprega de forma bastante natural, ocorrendo universalmente e sendo irreversível e inevitável. Este, porém, não ocorre de forma concomitante em todas as estruturas orgânicas, o seu declínio é lento e gradual atingindo as esferas divergentemente, atingindo os âmbitos psicológicos, fisiológicos e sociais (PREVIATO, 2016; LOPES; ARAÚJO; NASCIMENTO, 2016).

Para obter-se de forma gradativa a qualidade de vida nos anos vividos é preciso entrelaçar fatores intrínsecos e extrínsecos, sendo de fundamental relevância a aceitação de suas mudanças fisiológicas decorrentes do avanço da idade, bem como para uma senilidade com mais autonomia e saúde. Sendo necessários hábitos que promovam saúde, como alimentação balanceada, exercícios físicos diários, bem como interação com a sociedade e inclusão destes nas diversas áreas (SIMÕES; SAPETA, 2017; LOPES; ARAÚJO; NASCIMENTO, 2016).

Dessamaneira, o envelhecimento habitualmente carrega consigo as doenças crônicas degenerativas, e os idosos devido sua vulnerabilidade acabam desencadeando-as, entre elas a demência com relevância aos sintomas depressivos que posteriormente podem possivelmente evoluir ao diagnóstico de depressão (LOPES; ARAÚJO; NASCIMENTO 2016).

A depressão, uma das mais comuns injúrias da velhice, é conceituada como um distúrbio que tem sua localização na área afetiva ou de humor no cérebro, sendo um dos transtornos mais comuns e bastante relevante na pessoa idosa. Apesar de ser uma população presente nos serviços de saúde, quando há a incidência de casos neste público, por muitas vezes, estes são ignorados pela equipe multidisciplinar por não saber distinguir seus sintomas das características da senescência (MARQUES, et al., 2017).

Aplicando-se a neurofisiologia, caracterizada pelo déficit da metabolização do neurotransmissor serotonina, sendo este o principal encarregado pela homeostasia tanto do humor quanto do bem-estar humano. Entre seus fatores de risco destacam-se os seguintes: distúrbios do sono, ser do sexo feminino, possuir baixa escolaridade, alta faixa etária, presença de comorbidades, declínio cognitivo, estado marital, restrições socioeconômicas, dentre outras (MARQUES, et al., 2017; SOUSA, et al., 2017).

Os sinais e sintomas do quadro depressivo podem interferir de forma direta na qualidade de vida do idoso, seja mediante a sua funcionalidade física ou mental, ou no que diz

respeito a sua afetividade e fatores motivacionais, aumentando assim o risco de suicídio e mais tardarse constitui como um fator de risco para o progresso a demência (LAMPERT; FERREIRA, 2018).

Vendo-se então a relevância da discussão dessa temática e diante da sua diferenciação sintomática, é preciso identificar, acolher, prevenir e diagnosticar corretamente esse público tão negligenciado. Como também a utilização de instrumentos que facilitem o rastreio destes, a fim de pautarem as ações que serão direcionadas a longitudinalidade dos cuidados dos mesmos. Diante do exposto, o presente estudo objetiva sumarizar a contribuição acerca das produções científicas sobre a relação existente entre o envelhecimento humano e o transtorno da depressão. Assim, justificando-se a importância do levantamento das produções científicas, no sentido de contribuir para uma assistência preventiva, resolutiva e abrangente.

## **METODOLOGIA**

Trata-se de uma revisão narrativa com o intuito de alcançar o objetivo proposto na pesquisa em tela. Para elaboração desta revisão foram utilizados os seguintes passos: (1) Identificação do tema; (2) proposição da questão norteadora do estudo; (3) busca na literatura de referência; (4) leitura e interpretação da literatura; (5) resultados e discussão acerca dos (SOUZA; SILVA; CARVALHO, 2010).

Para conduzir a pesquisa foi aplicada a seguinte questão norteadora: Quais as contribuições da produção científica acerca da relação entre envelhecimento e depressão? A coleta dos materiais foi realizada na Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências e Saúde (LILACS), Sistema Online de Busca e Análise de Literatura Médica (MEDLINE) e National Library of Medicine National Institutes of Health (PUBMED). A busca nas bases de dados e biblioteca virtual teve como finalidade ampliar o âmbito da pesquisa e minimizar vieses.

O levantamento dos artigos foi realizado no período de maio de 2020 por meio dos Descritores em Ciências da Saúde (DECS) em português e inglês: Aging (envelhecimento), Health of the Elderly (saúde do idoso) e Depression (depressão) com uso do operador booleano AND.

O procedimento da coleta dos artigos foi realizado através da leitura dos títulos, resumos e texto na íntegra considerando os seguintes critérios de inclusão: estudos que fossem artigos, disponíveis gratuitamente na íntegra, nos idiomas inglês, português e

espanhol, publicados nos últimos cinco anos e que atendessem a questão norteadora. Dessa forma, 11 artigos fizeram parte dos resultados deste estudo.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para melhor compreensão do tema e análise dos resultados, a discussão foi dividida em três categorias: I-Epidemiologia do envelhecimento populacional e incidência da depressão na população idosa; II- O cuidado à saúde da pessoa idosa com depressão: diagnóstico, fatores de risco e sintomas; III- Promoção à saúde e qualidade de vida do idoso com quadro de depressão.

### **Categoria 01- Epidemiologia do envelhecimento populacional e incidência da depressão na população idosa**

As mudanças epidemiológicas e demográficas estão trazendo modificações consideráveis no perfil etário em todo o mundo, o número de pessoas com idade igual ou superior a de 60 anos tem crescido consideravelmente. Esse fenômeno do aumento na expectativa de vida vem ocorrendo inicialmente em países desenvolvidos, porém, nos países em desenvolvimento recentemente essa longevidade ocorre de forma rápida e intensa. Por exemplo, em países como a Bélgica foram necessários 100 anos para o contingente populacional de idosos dobrarem, já no Brasil em 40 anos esse número cresceu 500% (VERAS; OLIVEIRA, 2018).

Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) no Brasil a população idosa representa 14,3%, sendo aproximadamente 20 milhões de pessoas com 60 anos de idade ou mais, a estimativa futura é de 32 milhões em 2025. Esse aumento da longevidade é decorrente da diminuição da taxa de mortalidade e natalidade, melhora na qualidade de vida, nos serviços de saúde, avanço da tecnologia médica e da inserção das mulheres no mercado de trabalho, entre outras conquistas sociais (SCHAAB; DUARTE; CRUZ, 2017; MIRANDA, MENDES, SILVA, 2016).

Em menos de 40 anos, no Brasil ocorreu uma grande mudança no cenário epidemiológico das doenças que mais atingem os idosos, de patologias infectocontagiosas passaram a ter caráter de cronicidade. Dentre as doenças decorrentes da velhice destacam-se a prevalência das doenças neurodegenerativas e as tendências à depressão. A Organização

Mundial de Saúde (OMS) estima que cerca de 350 milhões de pessoas sofrem com depressão e 800.000 mil pessoas por ano morrem de suicídio (ZIS et al., 2017).

Cerca de 15% dos idosos apresentam sintomas de depressão, sendo que a grande maioria é população institucionalizada, acredita-se que em 2030 o transtorno depressivo assuma a segunda posição como causa de incapacidade em todo o mundo. Na velhice a depressão possui o pior prognóstico, a maior incidência de suicídio e apenas 50% dos idosos são diagnosticados (SCHAAB; DUARTE; CRUZ, 2017).

## **Categoria 02- O cuidado à saúde da pessoa idosa com depressão: diagnóstico, fatores de risco e sintomas**

A depressão é uma doença grave que atinge a área afetiva ou do humor é caracterizada por uma alteração bioquímica na condução dos estímulos através dos neurônios, devido a uma deficiência no metabolismo de serotonina. Os sintomas depressivos são devido à falta de serotonina, considerado o principal neurotransmissor responsável pelo equilíbrio do humor e da sensação de bem-estar do indivíduo (MARQUES et al., 2017).

Na velhice a depressão é de difícil diagnóstico devido, a muitas vezes, o profissional de saúde confundir os sintomas da doença com as manifestações naturais da senescência. Esse fator aliado às deficiências cognitivas, físicas, combinação de vários medicamentos, comorbidades, complicações clínicas e interações medicamentosas são problemas para a adesão ao tratamento, que muitas vezes é inexistente (GALLI et al., 2016).

Na saúde mental da pessoa idosa a depressão é o transtorno de humor mais frequente, tendo como sintomas: desesperança, ansiedade, anedonia, sentimento de solidão, diminuição do interesse, lentidão, fadiga, pensamentos pessimistas, irritabilidade e desespero. Essas alterações influenciam diretamente na qualidade de vida do idoso, auto-negligência exacerbada, causando prejuízos no sono, na alimentação, nas relações sociais e familiares, no envelhecimento ativo e nas alterações comportamentais, o que conseqüentemente colabora para o aumento do número da mortalidade nessa população (ALMOMANI; BANI-ISSA, 2017).

Segundo SILVA et al., (2019), os fatores de risco para o acometimento da depressão são os sociodemográficos como sexo feminino; idade avançada; baixa escolaridade, não ter companheiro conjugal; como também os fatores relacionados à saúde: tabagismo, uso de polifarmácia, insônia, carência, pensamentos desestimulantes sobre a saúde e condições

patológicas, incapacidade funcional, isolamento, dependência, fragilidade, entre outros fatores que desencadeiam os sintomas depressivos.

### **Categoria 03- Promoção à saúde e qualidade de vida do idoso com quadro de depressão**

Qualidade de vida na velhice é definida como uma percepção individual e subjetiva sobre o bem estar pessoal, autonomia, autoestima e envelhecimento ativo, envolve uma grande quantidade de fatores associados como: saúde, condições socioeconômicas, ambiente social e familiar, capacidade funcional, atividade intelectual, autocuidado, valores culturais e éticos, religiosidade, estilo de vida, satisfação com o emprego e com as atividades da vida diária (AVDs). Dessa maneira, envelhecer com qualidade não depende apenas do indivíduo é um processo que parti de políticas públicas, infraestrutura, apoio e todas as experiências ao longo da vida (MIRANDA; SOARES; SILVA, 2016).

Em um estudo realizado por Galli., et al (2016), sobre a associação do envelhecimento ativo com a depressão, os idosos que relataram que trabalhar, conversar com amigos, ler, praticar exercícios físicos diminuíam os sintomas depressivos, apresentavam melhoras na saúde mental e qualidade de vida, em contra posição os idosos sedentários, sem envelhecimento ativo não gozavam dos mesmos benefícios.

A presença de sintomas depressivos na pessoa idosa afeta a qualidade de vida, interfere na saúde física, mental e funcional, desejos, relações afetivas, motivação, independência e autonomia, além de aumentar o risco de suicídio e o desenvolvimento de um processo demencial. Quando esses sintomas são associados a outras patologias concomitantes o risco de morte é maior, pela falta de esperança na sua saúde, maior número de hospitalizações e tratamento. O cuidado com esse idoso é de extrema importância, tendo início com os profissionais das Unidades Básicas de Saúde da Família (UBSF), por essa instituição estar mais próxima à população e ser a porta preferencial de entrada do SUS- Sistema Único de Saúde (LAMPERT; FERREIRA, 2018).

Diante de todas as patologias que acometem o idoso a depressão precisa ter uma atenção especial, a velhice não está diretamente relacionada com essa patologia, porém os vários fatores presentes no envelhecimento podem causar esse adoecimento. Inicialmente o ponto mais importante é a preparação dos profissionais da saúde e o entendimento dessa doença, para o atendimento e acolhimento, quando necessário prosseguir com protocolo de

encaminhamento dentro das Redes de Atenção a Saúde(RAS). A Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa aborda as ações de prevenção, visando um envelhecimento livre de incapacidades, mas requer planejamento efetivo baseado em diagnóstico situacional realístico (MATIAS et al., 2016).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

A depressão em idosos é uma temática de importante discussão, pois é muito presente durante a velhice e uma patologia de difícil diagnóstico e assim, acaba não recebendo o devido tratamento eventualmente. Como consequência, não havendo o diagnóstico correto, acarreta problemas de saúde ou agravamento da condição patológica da pessoa idosa. Diante de tudo que foi exposto, o artigo possibilitou a compreensão das contribuições científicas sobre os fatores de associação do envelhecimento com a depressão.

Assim os fatores contributivos para o quadro da depressão na pessoa idosa são a aposentadoria, o isolamento social, a perda do cônjuge, tabagismo, o uso de polifarmácia, a insônia, os pensamentos desestimulantes sobre a saúde, a presença de doenças crônicas, a incapacidade funcional, o isolamento, a fragilidade, todos esses fatores comuns no envelhecimento são determinantes para o acometimento do idoso com a depressão atrapalhando a qualidade de vida.

Esse artigo proporciona ao leitor, principalmente aos profissionais da saúde, conhecimento científico para compreender os sintomas depressivos e os fatores que podem agravar a saúde dos idosos. Com o intuito de facilitar o diagnóstico e o tratamento, além de diminuir a incidência e prevenir a depressão, ou seja, proporcionar a uma assistência e escuta qualificada, com atenção a pessoa idosa na sua complexidade biopsicossocial.

As evidências científicas encontradas em sua maioria demonstravam as questões epidemiológicas relacionadas às características do idoso acometido com a depressão, deixando uma lacuna na interferência na qualidade de vida, no rastreamento da doença, cuidados ofertados e problemas de saúde causados pela depressão no envelhecimento.

Portanto, de acordo com os resultados deste artigo, sugere-se aos profissionais de saúde, maior atuação tanto na assistência quanto na produção de pesquisas direcionadas aos idosos com transtorno depressivo e o desenvolvimento de estudos relacionados à prevenção, as questões psicológicas e afetivas da pessoa idosa, cuidadores e familiares que convivem com essa patologia.

## REFERÊNCIAS

ALMOMANI, F.M.; BANI-ISSA, W. The incidence of depression among residents of assisted living: prevalence and related risk factors. **ClinIntervAging**. 2017; v. 12, p.1645–1653. DOI: 10.2147/CIA.S147436. Disponível em: <<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5640406/>>. Acesso em: 14 jun 2020.

GALLI, R. et al. Active aging is associated with low prevalence of depressive symptoms among Brazilian older adults. **Rev Bras Epidemiol**. V.19, n.2, p.307-316, abr-jun 2016. DOI: <10.1590/1980-5497201600020008>. Disponível em: <<https://www.scielo.org/pdf/rbepid/2016.v19n2/307-316/en>>. Acesso em: 14 jun 2020.

LAMPERT, C. D. T.; FERREIRA, V. R. T. Fatores Associados à Sintomatologia Depressiva em Idosos. **Avaliação Psicológica**. 2018; v. 17, n. 2, p. 205-212. DOI: <<http://dx.doi.org/10.15689/ap.2018.1702.14022.06>>. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/avp/v17n2/07.pdf>>. Acesso em: 14 jun 2020.

LOPES, M. J.; ARAÚJO, J. L.; NASCIMENTO, E. G. C. O envelhecimento e a qualidade de vida: a influência das experiências individuais. **Revista Kairós Gerontologia**. 2016; v. 19, n.2, p. 181-199. DOI: <<https://doi.org/10.23925/2176-901X>>. 2016; v19, n.2, p181-199. Disponível em: <<https://revistas.pucsp.br/kairos/article/view/32155/22221>>. Acesso em: 14 jun 2020.

MARQUES, J.F.S. et al. Transtorno depressivo maior em idosos não institucionalizados atendidos em um centro de referência. **Arq. Ciênc. Saúde**. v.24, n.4, p.20-24, 2017. DOI: <[doi.org/10.17696/2318-3691.24.4.2017.804](https://doi.org/10.17696/2318-3691.24.4.2017.804)>. Disponível em: <<file:///C:/Users/Kleber/Downloads/804-1-6388-1-10-20171221.pdf>>. Acesso em: 14 jun 2020.

MATIAS, A. G. C. et al. Indicadores de depressão em idosos e os diferentes métodos de rastreamento. **einstein**. 2016; v.14, n.1, p:6-11. DOI: <10.1590/S1679-45082016AO3447>. Disponível em: <[https://www.scielo.br/pdf/eins/v14n1/pt\\_1679-4508-eins-14-1-0006.pdf](https://www.scielo.br/pdf/eins/v14n1/pt_1679-4508-eins-14-1-0006.pdf)>. Acesso em: 14 jun 2020.

MIRANDA, G.M.D.; MENDES, A.C.G.; SILVA, A.L.A. O envelhecimento populacional brasileiro: desafios e consequências sociais atuais e futuras. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol**. v.19, n.3, p.507-519. Rio de Janeiro, 2016. DOI: <<http://dx.doi.org/10.1590/1809-98232016019.150140>>. Disponível em: <[https://www.scielo.br/pdf/rbagg/v19n3/pt\\_1809-9823-rbagg-19-03-00507.pdf](https://www.scielo.br/pdf/rbagg/v19n3/pt_1809-9823-rbagg-19-03-00507.pdf)>. Acesso em: 14 jun 2020.

MIRANDA, L. C. V.; SOARES, S. M.; SILVA, P. A. B. Qualidade de vida e fatores associados em idosos de um Centro de Referência à Pessoa Idosa. **Ciênc. saúde colet**. 2016; v.21, n. 11. DOI: <10.1590/1413-812320152111.21352015>. Disponível em: <<https://www.scielo.org/article/csc/2016.v21n11/3533-3544/>>. Acesso em: 14 jun 2020.



SCHAAB, B.L.; DUARTE, M.Q.; ABSDA, D.V. Estudos para construção e propriedades psicométricas da escala contextual de depressão em idosos. **Mudanças**. 2017; v.25, n.1, p. 37-47, jan.-jun. Disponível em: <<https://www.metodista.br/revistas/revistas-ims/index.php/MUD/article/view/7240/5789>> Acesso em: 14 jun 2020.

SILVA, P.O. et al. Prevalência de sintomas depressivos e seus fatores associados em idosos atendidos por um centro de referência. **Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.** V.22, n.5, e.190088, 2019. DOI:<<http://dx.doi.org/10.1590/1981-22562019022.190088>>. Disponível em:<[https://www.scielo.br/pdf/rbgg/v22n5/pt\\_1809-9823-rbgg-22-05-e190088.pdf](https://www.scielo.br/pdf/rbgg/v22n5/pt_1809-9823-rbgg-22-05-e190088.pdf)>. Acesso em: 14 jun 2020.

SIMÕES, A. L.; SAPETA, P. Construção Social do Envelhecimento Individual. **Revista Kairós — Gerontologia**. V. 20, n.2, p. 09-26. São Paulo. abr-jun. 2017. DOI: <<http://dx.doi.org/10.23925/2176-901X.2017v20i2p9-26>>. Disponível em:<<file:///C:/Users/Kleber/Downloads/34049-92653-1-SM.pdf>>. Acesso em: 14 jun 2020.

SOUSA, K.A., et al. Prevalência de sintomas de depressão em idosos assistidos pela Estratégia de Saúde da Família. **REME – Rev Min Enferm.** v.21, 2017. DOI: 10.5935/1415-2762.20170028. Disponível em:<<https://cdn.publisher.gn1.link/remem.org.br/pdf/e1018.pdf>>. Acesso em: 13 jun 2020.

SOUZA, M.T.; SILVA, M.D.; CARVALHO, R. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **einstein**. v.8, n. 1, p.102-6, 2010. Disponível :<[https://www.scielo.br/pdf/eins/v8n1/pt\\_1679-4508-eins-8-1-0102.pdf](https://www.scielo.br/pdf/eins/v8n1/pt_1679-4508-eins-8-1-0102.pdf)>. Acesso em: 14 jun 2020.

VERAS, R.P.; OLIVEIRA, M. Envelhecer no Brasil: a construção de um modelo de cuidado **Ciênc. saúde colet.** V.23, n.6 Jun 2018. DOI:<<https://doi.org/10.1590/1413-81232018236.04722018>>. Disponível em:<<https://www.scielosp.org/article/csc/2018.v23n6/1929-1936/>>. Acesso em: 14 jun 2020.

ZIS, P. Depression and chronic pain in the elderly: links and management challenges. **ClinIntervAging**. v.12, p. 709–720. Apr 212017. DOI: <10.2147/CIA.S113576>. Disponível em:<<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5407450/>>. Acesso em: 14 jun 2020.