 NOTA=9,2
MARIA M. BREVIDELLI
Profª Dra - UNIP
Coren - SP 42522

UNIVERSIDADE PAULISTA
Instituto De Ciências Da Saúde
Curso De Enfermagem

**ANA CAROLINA EVELLYN DE OLIVEIRA
ANNE KANDRATAVICIUS ALVAREZ
GABRIELA POSSIDENTI BARRETO
JESSICA STROMER HICKMAN DE PAULA
TABATHA STROMER HICKMAN DE PAULA**

**FATORES QUE CONTRIBUEM PARA
DEPRESSÃO EM IDOSOS**

São Paulo

2024

**ANA CAROLINA EVELLYN DE OLIVEIRA
ANNE KANDRATAVICIUS ALVAREZ
GABRIELA POSSIDENTI BARRETO
JESSICA STROMER HICKMAN DE PAULA
TABATHA STROMER HICKMAN DE PAULA**

**FATORES QUE CONTRIBUEM PARA
DEPRESSÃO EM IDOSOS**

Trabalho de conclusão de curso
apresentado como exigência da
disciplina de Produção técnico-
científica interdisciplinar do Curso de
Enfermagem, campus Vergueiro, do
Instituto de Ciências da Saúde da
Universidade Paulista.

Orientadora: Prof.^a Dr.^a Maria Meimei
Brevidelli

São Paulo

2024

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) de acordo com o
Código de Catalogação Anglo-Americano (AACR2)

Fatores que contribuem para a depressão em idosos / Ana Carolina
Evellyn de Oliveira... *et al.* São Paulo: UNIP, 2024.
29 f.; il.

Trabalho de Conclusão de Curso (Enfermagem) – Universidade
Paulista,
São Paulo, 2024.
Orientador: Prof.^a Dr.^a Maria Meimei Brevidei

1. Depressão – Fatores de Risco. 2. Idosos – Brasil. I. Oliveira,
Ana Carolina Evellyn de. II. Alvarez, Anne Kandravicius. III. Barreto,
Gabriela Possidenti. IV. Paula, Jessica Stromer Hickman de. V. Paula,
Tabatha Stromer Hickman de. VI. Brevidei, Maria Meimei (orientadora).
VII. Título.

UNIVERSIDADE PAULISTA
Instituto De Ciências Da Saúde
Curso De Enfermagem

Ana Carolina Evellyn De Oliveira

Anne Kandratavicius Alvarez

Gabriela Possidenti Barreto

Jessica Stromer Hickman De Paula

Tabatha Stromer Hickman De Paula

FATORES QUE CONTRIBUEM PARA DEPRESSÃO EM IDOSOS

BANCA EXAMINADORA

Aprovado em:

____/____/____

Profª Drª. Maria Meimei Brevideili

Profª Drª. Tais Fortes

Profª Drª. Karina Gomes L. Mendes

SÃO PAULO

2024

*Dedico este trabalho,
primeiramente, a todos aqueles
que, de alguma forma,
enfrentam a luta silenciosa
contra a depressão,
especialmente aos idosos que,
com sabedoria e experiência,
continuam a buscar luz em meio
aos desafios.*

AGRADECIMENTOS

Agradecemos aos professores, preceptores, assim como, toda parte à qual compõem o corpo estudantil, e que, com empenho, se dedicaram à arte de ensinar, contribuindo para o nosso crescimento acadêmico e pessoal.

Especialmente gratas à nossa docente, Profa. Dra. Maria Meimei Brevidei, pela sua orientação e competência.

Aos amigos que compartilharam conosco momentos de alegria e superação a cada etapa.

Aos familiares que, presentes e/ou em memória que, foram nossa força e apoio.

Aos membros da banca Prof^a Dr^a. Maria Meimei Brevidei, Prof^a Dr^a. Tais Fortes, Prof^a Dr^a. Karina Gomes L. Mendes pela disponibilidade em assistirem à nossa conclusão de curso.

A todos que, de alguma maneira, marcaram nossa trajetória; deixamos aqui nosso profundo e sincero agradimento.

RESUMO

Atualmente podemos observamos a prevalência da depressão em grande parte da população geriátrica no Brasil. O objetivo deste trabalho é investigar fatores que contribuem para depressão em idosos brasileiros. Trata-se de uma revisão literária científica realizado um pesquisa bibliográfica eletrônica nas bases de dados da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). A busca guiada pelos descritores "Fatores de Risco", "Depressão", "Idosos" e "Brasil" e abrangeu trabalhos científicos publicados de 2014 a 2024, em português. Os resultados com base nos 12 artigos foram que depressão afeta idosos devido às mudanças físicas, sociais e emocionais do envelhecimento, como isolamento social, perda de autonomia e doenças crônicas. A combinação de isolamento social, baixa renda, falta de atividade física e dificuldades no acesso a cuidados de saúde contribui significativamente para o aumento da depressão dessa faixa etária. A abordagem efetiva para enfrentar essa questão exige políticas públicas que promovam o envelhecimento saudável, com atenção integral à saúde mental, estímulo à convivência social e oferta de serviços de saúde acessíveis e de qualidade. Somente por meio de uma estratégia multifacetada será possível melhorar a qualidade de vida dos idosos e reduzir a prevalência da depressão desta população.

Palavra-chave: Fatores de risco; idosos; depressão; Brasil

ABSTRACT

Currently, we can observe the prevalence of depression in a large part of the geriatric population in Brazil. The objective of this work is to investigate factors that contribute to depression in elderly Brazilians. This is a scientific literature review carried out through an electronic bibliographic search in the databases of the Virtual Health Library (BVS). The search was guided by the descriptors "Risk Factors", "Depression", "Elderly" and "Brazil" and covered scientific papers published from 2014 to 2024, in Portuguese. The results based on the 12 articles were that depression affects the elderly due to the physical, social and emotional changes of aging, such as social isolation, loss of autonomy and chronic diseases. The combination of social isolation, low income, lack of physical activity and difficulties in accessing health care contributes significantly to the increase in depression in this age group. An effective approach to addressing this issue requires public policies that promote healthy aging, with comprehensive attention to mental health, encouragement of social coexistence and provision of accessible and quality health services. Only through a multifaceted strategy will it be possible to improve the quality of life of the elderly and reduce the prevalence of depression in this population.

Keywords: Risk Factors; elderly; depression; Brazil

SUMARIO

1	INTRODUÇÃO	10
2	OBJETIVO.....	12
3	METODOS.....	12
3.1	Tipo de pesquisa	12
3.2	Local da pesquisa bibliográfica.....	12
3.3	Descritores e períodos de busca bibliográficas	12
3.4	Critérios para inclusão e exclusão dos sujeitos.....	12
3.5	Procedimento para seleção dos trabalhos científicos	12
3.6	Procedimento para análise dos trabalhos científicos	13
4	RESULTADOS E DISCUSSÃO	13
5	CONCLUSÃO.....	22
	REFERÊNCIA	23

1 INTRODUÇÃO

O envelhecimento da população é uma realidade no Brasil, esse processo é frequentemente acompanhado por uma alta incidência de doenças crônicas e degenerativas, como por exemplo, a depressão, que é uma condição globalmente difundida, afetando mais de 150 milhões de pessoas em todo o mundo, especialmente entre os idosos, onde até 15% experimentam sintomas depressivos. Para os idosos que residem na comunidade, a taxa varia de 2% a 14%, enquanto aqueles em instituições de cuidados podem chegar a 30%. ¹

Por diferentes fatores e características, com a chegada na terceira idade, podemos notar distúrbios psicológicos em alguns casos, que contribuem para piora na qualidade de vida e no funcionamento fisiológico e psicológico dos envolvidos. A depressão, uma das doenças agravantes nessa questão, é extremamente prevalente na geriatria, afetando, principalmente, idosos com idade superior a 65 anos. ²

De acordo com o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais (DSM-V), o diagnóstico do transtorno depressivo maior envolve humor deprimido na maior parte do dia e/ou perda do interesse ou prazer, associado a outras repercussões importantes na vida do indivíduo, com duração a partir de 2 semanas. ³ É importante ressaltar que referir tristeza ou humor deprimido não é essencial para o diagnóstico da depressão, especialmente entre idosos. ⁴

Como também, as apresentações são principalmente de humor depressivo: sensação de tristeza, autodesvalorização e sentimento de culpa; retardo motor, falta de energia, preguiça ou cansaço excessivo, lentificação do pensamento, falta de concentração, queixas de falta de memória, de vontade e de iniciativa; insônia ou sonolência. ⁵

Os fatores de risco para a ocorrência da depressão integram o gênero feminino, a idade avançada, a cognição e a funcionalidade física reduzidas (nível de funcionamento do indivíduo), a capacidade de enfrentamento e o luto, com isso a qualidade de vida é alterada. ⁶

A depressão é definida pela organização mundial da saúde (OMS) como a

percepção dos indivíduos acerca de seus lugares no mundo onde vivem em relação ao contexto cultural e social e aos seus objetivos, preocupações, padrões e expectativas pessoais. Além disso, fatores como falta de um parceiro, aposentadoria e baixa escolaridade estão associados a um maior risco da doença nessa faixa etária. ⁶

A relação dos sintomas depressivos com as condições de saúde dos idosos evidencia sérios fatores de risco. Sobretudo, a utilização inadequada de medicamentos, a ocorrência de quedas nos últimos seis meses, e a ausência de percepção de saúde e existência de comorbidades, demonstra a apresentação de sintomas depressivos nesse grupo populacional. Por conseguinte, outros estudos relataram em suas conclusões que condições de saúde mais graves foram associadas aos indicadores de sintomas depressivos com significativa periodicidade. Da mesma forma, a presença de uma ou mais doenças foi relacionada com a incidência de sintomas depressivos. ⁷

Estratégias de detecção precoce e intervenção, incluindo programas de apoio psicossocial, são essenciais para melhorar a qualidade de vida dos idosos afetados pela depressão. Uma abordagem ampla que considera não apenas os sintomas depressivos, mas também outras condições médicas e fatores psicossociais, é fundamental para garantir um tratamento eficaz e um melhor bem-estar geral para os idosos.¹

Não somente decorrentes de distúrbios orgânicos a depressão aparece em indivíduos idosos devido a estadia em Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPI). Além dos problemas institucionais, como a insuficiência de profissionais de saúde e cuidadores, a falta de qualificação profissional e de atividades físicas, recreativas e ocupacionais; há o aumento da vulnerabilidade a quadros depressivos consequentes da dependência funcional, abandono do apoio familiar, gerando solidão, tristeza e medo. ⁸

Estratégias de detecção precoce e intervenção, incluindo programas de apoio psicossocial, são essenciais para melhorar a qualidade de vida dos idosos afetados pela depressão. Uma abordagem ampla que considera não apenas os sintomas depressivos, mas também outras condições médicas e fatores psicossociais, é fundamental para garantir um tratamento eficaz e um melhor bem-estar geral para os idosos.^{1 2}

2 OBJETIVO

Investigar fatores que contribuem para depressão em idosos.

3 METODOS

3.1 Tipo de pesquisa

Foi realizado um estudo científico utilizando o método de revisão de literatura científica, o qual foi buscado uma análise integrativa literária sobre quais fatores que contribuem para depressão em idosos.

3.2 Local da pesquisa bibliográfica

Desenvolvemos uma pesquisa eletrônica científica literária nas bases de dados componentes da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS): Literatura Latin Scientific Electronic Library Online Brasil (SciELO) e Google Academy.

3.3 Descritores e períodos de busca bibliográficas

Foram utilizados os seguintes descritores: "Fatores de Risco", "Depressão", "Idosos" e "Brasil". Os trabalhos científicos publicados no período de 2014 a 2024, acompanharam os norteadores da busca bibliográfica

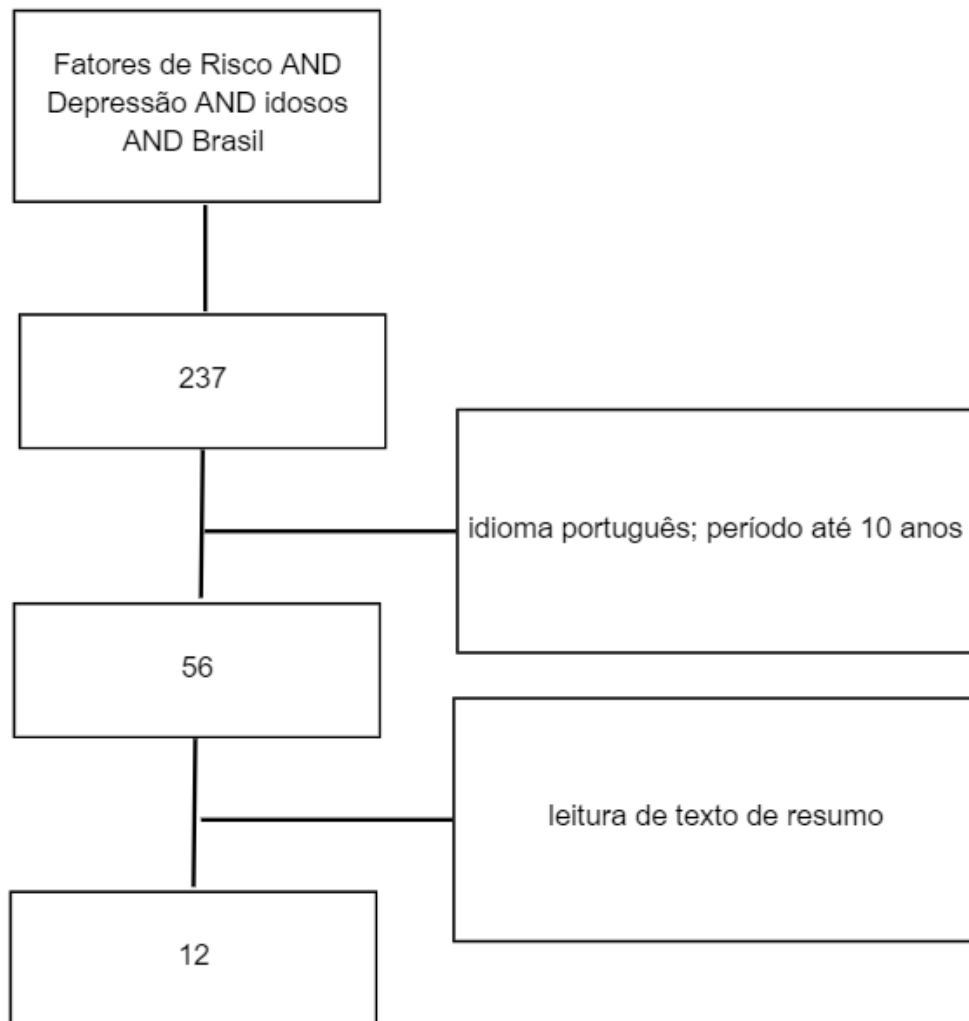
3.4 Critérios para inclusão e exclusão dos sujeitos

Os critérios para inclusão dos artigos científicos definidos para a revisão da literatura eram os seguintes: publicação de estudos entre 2014 e 2024, no idioma português, com resumos disponíveis nas bases de dados selecionados. Sendo excluídos os trabalhos que não estavam disponíveis na íntegra na web, artigos repetidos e não pertinentes aos objetivos desta pesquisa.

3.5 Procedimento para seleção dos trabalhos científicos

Avaliamos os artigos com base em critérios de inclusão e exclusão. Inicialmente, a análise foi feita pelo título, e aqueles que atendiam aos critérios de busca desejados foram selecionados. Em seguida, os resumos desses artigos foram lidos. Os artigos que abordavam o tema esperado foram escolhidos para serem utilizados no estudo, os mesmos foram demonstrados abaixo (Figura 1).

Figura 1 – Fluxograma de seleção de artigos. São Paulo, 2024



Fonte: De autoria própria.

3.6 Procedimento para análise dos trabalhos científicos

Os procedimentos que foram utilizados nessa pesquisa serviu para buscar por artigos literários, idioma em português, local de publicação no Brasil, ano de 2014 a 2024, com análises qualitativas dos trabalhos científicos. Todos os artigos foram lidos na íntegra e escolhidos conforme se enquadraram em nosso tema e estudo, com informações suficientes para a realização de nosso trabalho.

4 RESULTADOS E DISCUSSÃO

O quadro 1 apresenta um resumo das informações relevantes dos artigos selecionados.

Quadro 1. Descrição do conteúdos artigos selecionados, 2014-2023, São Paulo

Autor/Ano	Objetivos	Método	Amostra/Local	Resultados
Filho et al. ⁹ , 2014	Analisar a tendência e os fatores associados ao uso de antidepressivos por idosos mais velhos.	Estudo de base populacional, utilizando entrevistas e verificação de embalagens e prescrições médicas.	351 idosos em 1997 e 462 em 2012, cidade de Bambuí, Minas Gerais, Brasil	O consumo de antidepressivos aumentou de 8,3% (1997) para 23,6% (2012), com destaque para o aumento do uso de ISRS. Fatores associados: sexo feminino, idade, renda mais alta, autoavaliação de saúde razoável, e número de consultas médicas.
Minayo et al. ¹⁰ , 2015	Revisar a literatura sobre as tentativas de suicídio em idosos entre 2002-2013.	Revisão de literatura (análise de 75 artigos).	Estudos majoritariamente da América do Norte, Europa e Ásia.	Depressão grave é o principal fator predisponente, associada a doenças físicas e problemas sociais. Tentativas de suicídio entre idosos estão relacionadas a depressão, solidão, e perdas pessoais.
Gulich et al. ¹¹ , 2016	Medir a prevalência e identificar fatores associados à ocorrência de depressão entre idosos.	Estudo transversal de base populacional	552 idosos com 60 anos ou mais em Arroio Trinta, Santa Catarina, Brasil.	Prevalência de depressão de 20,4%. Fatores de risco: sexo feminino, solteiros, baixa renda, tabagismo, hospitalizações recentes.
Hellwig et al. ¹² , 2016	Medir a prevalência e identificar fatores associados aos sintomas depressivos em idosos.	Estudo transversal de base populacional.	1.451 idosos, Pelotas, Rio Grande do Sul, Brasil.	Prevalência de sintomas depressivos foi de 15,2%. Fatores associados incluíram: ser mulher, baixa condição econômica, inatividade física, pior autopercepção de saúde e incapacidade funcional.

Minayo et al. ¹³ , 2017	Resumir e analisar histórias de vida de idosos institucionalizados que tentaram suicídio ou apresentaram comportamento suicida.	Estudo qualitativo.	16 idosos (8 homens e 8 mulheres) residentes em 9 Instituições de Longa Permanência no Estado do Rio de Janeiro.	Os principais fatores associados ao comportamento suicida foram: perda de laços afetivos, abuso de álcool e drogas, inadequação à vida institucional, doenças crônicas dolorosas. As mulheres apresentaram maiores níveis de solidão e abandono familiar, enquanto os homens associaram mais frequentemente o comportamento suicida ao alcoolismo e AVCs.
Marques et al. ¹⁴ , 2017	Analisar a prevalência de transtorno depressivo maior em idosos atendidos em um centro de referência e as associações com fatores sociodemográficos.	Estudo transversal e documental.	3362 prontuários de pacientes idosos atendidos no Centro de Referência em Montes Claros, MG, Brasil (2008-2011).	56,8% dos idosos foram diagnosticados com transtorno depressivo maior. Houve associação significativa com sexo feminino, estado civil e alfabetização.
Silva et al. ¹⁵ , 2018	Analisar as experiências de vida de mulheres idosas nordestinas com ideação e tentativa de suicídio.	Estudo qualitativo com entrevistas.	14 idosas com histórico de ideação ou tentativa de suicídio em Piri-piri (PI), Teresina (PI), Fortaleza (CE) e Recife (PE).	As mulheres entrevistadas nasceram e viveram em áreas rurais, em pobreza e exclusão social. Relataram histórico de violência física e sexual por parceiros íntimos e familiares, além de isolamento social e várias tentativas de suicídio ao longo da vida. O estudo destaca que os eventos traumáticos vividos intensificaram sentimentos de desesperança e sintomas depressivos.
Mendes-Chiloff et al. ¹⁶ , 2018	Estimar a prevalência de sintomas depressivos em idosos e identificar fatores de risco e proteção entre 2000 e 2006.	Estudo transversal e longitudinal.	972 idosos em 2006, São Paulo, Brasil.	Prevalência de sintomas depressivos foi de 14,2% em 2006. Fatores associados incluíram: visão, saúde bucal, memória e saúde geral como ruins, dependência em atividades básicas e disfunção familiar. Fatores de proteção: sexo

				masculino, ausência de doença pulmonar e avaliação positiva da saúde.
Uchoa et al. ¹⁷ , 2019	Identificar a prevalência e fatores associados a sintomas depressivos e capacidade funcional em idosos.	Estudo analítico, transversal.	100 idosos em Unidade Básica de Saúde no norte do Brasil.	Prevalência de sintomas depressivos foi de 22%, maior em idosos com autopercepção ruim da saúde, sedentários e não participantes de grupos de convivência.
Oliveira et al. ¹⁸ , 2019	Analisar os fatores intervenientes nos indicativos de depressão em idosos.	Estudo transversal.	654 idosos em unidades básicas de saúde de Maringá, Paraná.	Idosos com menor renda mensal, percepção de saúde ruim, histórico de quedas e três ou mais comorbidades prática de atividades físicas leves foi associada a menor tendência de depressão.
Santos et al. ¹⁹ , 2020	Identificar fatores associados a sintomas depressivos e função cognitiva em idosos(as) vítimas de violência.	Estudo transversal quantitativo.	56 idosos(as) classificados(as) como vítimas de violência, Recife, Pernambuco, Brasil	Sintomas depressivos foram mais prevalentes em homens >70 anos, sem companheiro, analfabetos, sem trabalho e que moravam sozinhos. Deficit cognitivo predominou em mulheres.
Volz et al. ²⁰ , 2023	Avaliar a incidência cumulativa de depressão e seus fatores associados na população	Estudo de coorte, prospectivo, de base populacional.	615 idosos, com 60 anos ou mais, residentes em Bagé, RS, que não apresentavam depressão em 2008, e foram acompanhados até 2016/2017.	Incidência de depressão foi de 10,3%. Sair de casa uma ou nenhuma vez por semana e ter incapacidade para atividades da vida diária, associam ao maior risco de depressão. 32,6% dos idosos diagnosticados com depressão em 2008 continuaram com sintomas em 2016/2017, enquanto 67,3% remeteram.

Com base nos 12 artigos achados especificamente sobre o tema, de forma criteriosa, com aprofundamento nos resultados esperados, conclui-se que, a depressão propriamente dita se manifesta de diversas formas e por infinitos fatores;

Nossos achados demonstraram que o aumento dos casos de depressão entre idosos está diretamente relacionado ao envelhecimento da população brasileira. O processo de envelhecimento é dinâmico e progressivo, marcado por diversas alterações tanto fisiológicas quanto psicológicas. Essas mudanças impactam não apenas a saúde física, mas também o bem-estar mental, contribuindo para o aumento da vulnerabilidade dos idosos a transtornos como a depressão.¹⁷

Existem diversos fatores que contribuem para a depressão em idosos, sendo um deles o fator fisiológico, relacionado ao funcionamento normal do corpo humano. No caso dos idosos, o envelhecimento provoca um declínio progressivo nas funções fisiológicas, resultando em problemas de saúde, como o aumento da incidência de doenças crônicas como diabetes e hipertensão, limitações na mobilidade e dificuldades no autocuidado. Esses desafios físicos podem gerar frustração e sentimento de dependência, impactando negativamente o bem-estar emocional e contribuindo para o desenvolvimento de quadros depressivos nessa faixa etária.^{11 12}
13 14

Ainda falando sobre fator fisiológico, as mulheres podem ser mais suscetíveis a eventos estressores, muitas vezes moldados por papéis sociais e de gênero, o que contribui para uma maior predisposição a sintomas depressivos. A pressão decorrente dessas múltiplas responsabilidades e expectativas sociais podem gerar uma sobrecarga emocional significativa. As mulheres idosas têm a redução dos níveis de estrogênio após a menopausa, que é apontado como um fator de risco adicional para a depressão. Esse desequilíbrio hormonal, somado às questões sociais e emocionais, aumenta a vulnerabilidade à depressão, destacando a importância de uma abordagem integral para o bem-estar mental das mulheres nessa fase da vida.¹¹
12 13 14

Outro fator identificado é o social, que envolve aspectos da vida de uma pessoa que influenciam sua identidade, comportamento, valores, crenças e desejos. Estudos indicam que idosos viúvos, separados ou divorciados, com baixo nível de escolaridade e que enfrentam afastamento social tendem a apresentar maior

predisposição ao desenvolvimento de sintomas depressivos. A institucionalização de idosos está diretamente associada ao aumento dos casos de depressão, principalmente devido ao isolamento social, à perda de autonomia e ao distanciamento familiar, que agravam sentimentos de solidão. A falta de apoio familiar e a progressiva perda da independência física e cognitiva intensificam esse quadro, afetando ainda mais o bem-estar emocional. Além disso, a exposição a situações de violência, incluindo abuso sexual, pode gerar um impacto psicológico, exacerbando a tristeza e os sintomas depressivos.^{11 14 15 10}

O analfabetismo juntamente com a baixa renda foi identificado associado ao fator social, pois em idosos o aumento da vulnerabilidade está relacionado à depressão, influenciando diversos fatores sociais e psicológicos. A dificuldade em acessar informações sobre saúde mental e serviços de apoio, somada a condições socioeconômicas desfavoráveis, como baixa renda e oportunidades limitadas, aumenta o risco de estresse e sofrimento emocional. Além disso, a falta de alfabetização tende a reduzir a participação social desses idosos, promovendo o isolamento e agravando sentimentos de solidão, que são fatores críticos para o desenvolvimento de sintomas depressivos. A baixa escolaridade também pode impactar negativamente a autoestima, gerando sensações de inadequação e impotência que, por sua vez, contribuem para o surgimento ou a intensificação da depressão. Assim, a combinação de isolamento social, falta de apoio e baixa autoestima torna o idoso analfabeto mais suscetível a problemas de saúde mental, principalmente a depressão.^{11 19 14}

A baixa renda contribui para o aumento da depressão em idosos ao limitar o acesso a serviços de saúde, medicamentos e condições de vida adequadas, gerando estresse e agravando problemas físicos e emocionais. Ainda, a insegurança financeira pode levar a sentimentos de impotência, ansiedade e isolamento, uma vez que a falta de recursos reduz as oportunidades de participação social e atividades de lazer. Esses fatores combinados contribuem para que os idosos nessas condições desenvolvam transtornos depressivos.^{12 18 15}

O declínio social e a solidão estão relacionados e têm um impacto significativo na depressão em idosos. À medida que perdem amigos e vínculos sociais, muitos idosos experimentam um aumento no isolamento, o que intensifica a solidão e gera sentimentos de tristeza e desesperança. Essa ausência de conexões significativas

não apenas contribui para o desenvolvimento de transtornos depressivos, mas também pode levar a uma percepção negativa de si mesmos, exacerbando a baixa autoestima. Além disso, a falta de apoio social diminui as oportunidades de engajamento em atividades que promovem o bem-estar mental, criando um ciclo vicioso que aumenta a vulnerabilidade emocional. Assim, o declínio social e a solidão se alimentam mutuamente, elevando o risco de depressão nessa população.^{20 19 15 17}

O estilo de vida dos idosos mostrou-se um fator significativo na relação com a depressão. Idosos que não praticam atividades físicas e fazem uso de cigarro ou álcool apresentam níveis mais elevados de ansiedade, o que aumenta suas preocupações diárias. Essas condições, associadas ao acesso limitado a serviços de saúde, contribuem tanto para o surgimento quanto para a persistência de quadros depressivos. Ademais, idosos que não estão mais no mercado de trabalho demonstraram uma maior prevalência de sintomas depressivos em comparação àqueles que ainda trabalham, pois o emprego lhes proporciona um senso de utilidade e pertencimento social, fatores importantes para o bem-estar emocional.^{15 18 12}

A falta de atividade física contribui para o desenvolvimento de doenças crônicas, como diabetes e hipertensão, que podem agravar os sintomas depressivos, também reduzem a liberação de endorfinas, neurotransmissores que promovem o bem-estar. E ainda, o sedentarismo pode levar ao isolamento social, uma vez que a falta de envolvimento em atividades físicas limita as oportunidades de socialização, intensificando sentimentos de solidão e desesperança. Essa combinação de fatores torna os idosos mais vulneráveis à depressão, destacando a importância da promoção de um estilo de vida ativo para melhorar a saúde mental e a qualidade.¹⁵

^{18 12}

A autopercepção também é um fator que possui uma influência significativa na depressão em idosos, pois está diretamente ligada à forma como eles enxergam suas capacidades e seu valor pessoal. Idosos que se percebem de forma negativa, seja em relação ao seu estado de saúde, habilidades cognitivas ou contribuição social, tendem a desenvolver sentimentos de inutilidade, baixa autoestima e desesperança, fatores que aumentam a suscetibilidade à depressão. No caso de idosos com baixo nível de escolaridade ou que enfrentam isolamento social, essa autopercepção pode ser ainda mais prejudicada, já que a falta de instrução ou o afastamento de atividades sociais pode reforçar a ideia de incapacidade ou falta de propósito. Esses sentimentos,

quando persistentes, podem desencadear ou intensificar quadros depressivos, à medida que o idoso internaliza essas percepções negativas e se sente cada vez mais desamparado e desconectado da sociedade.^{17 18}

Os dados apontaram que pacientes têm uma associação positiva entre a prática regular de atividade física e a melhora da saúde mental. Identificou-se que a atividade física em idosos promove maior interação social e aumenta a sensação de controle sobre as demandas e eventos do cotidiano. Um estudo destacou que os benefícios do exercício físico para os idosos incluem melhora do humor, redução das respostas fisiológicas ao estresse e efeitos positivos na imagem corporal.^{12 17}

A depressão em idosos é influenciada por diversos fatores que afetam sua saúde física e emocional. O sedentarismo e o uso de substâncias como cigarro e álcool também agravam os sintomas, ao promover ansiedade e limitar a participação em atividades que poderiam trazer bem-estar. Além disso, a baixa renda e o analfabetismo criam barreiras no acesso a serviços de saúde, intensificando a vulnerabilidade emocional. A percepção negativa de si mesmo, resultante da perda de autonomia e de papéis sociais, como a falta de trabalho, somam-se a esse quadro. Um sistema de saúde pública eficiente, com acesso a cuidados de saúde mental, programas de convivência e apoio, pode ajudar a mitigar esses fatores, promovendo um envelhecimento mais saudável e melhor qualidade de vida.^{20 17 18 16}

O estudo feito na cidade de Bambuí, Minas Gerais entre os anos 1997 e 2012, mostrou que o consumo de antidepressivos, praticamente triplicou, passando de 8,3% para 23,6%. Esse aumento foi observado em ambos os sexos e em todas as faixas etárias, com maior prevalência entre as mulheres. O crescimento se deve principalmente ao aumento no uso dos inibidores seletivos da recaptação de serotonina (ISRS), que substituíram os antidepressivos tricíclicos (ADT) por serem mais seguros e melhor tolerados. Fatores como sexo feminino, idade avançada, renda familiar mais elevada (superior a quatro salários mínimos), autoavaliação de saúde como razoável e a realização de cinco ou mais consultas médicas no último ano foram positivamente associados ao uso de antidepressivos.⁹

Esse aumento no uso de antidepressivos pode ser explicado, em parte, pelo reconhecimento e diagnóstico mais eficaz de transtornos depressivos entre idosos, especialmente considerando que a depressão é comum em decorrência de doenças crônicas, perda de capacidade funcional e isolamento social. Além disso, o prolongamento dos tratamentos com antidepressivos, principalmente em pessoas com múltiplos episódios depressivos, também contribui para esse aumento. O estudo alerta ainda para uma possível desigualdade no acesso a esses medicamentos, uma vez que o uso de antidepressivos foi mais elevado entre os idosos com maior renda.⁹

Alguns estudos demonstram a importância da saúde pública para a melhora destes pacientes com depressão. O fortalecimento de políticas sociais e de saúde, aliado a ambientes comunitários seguros, é fundamental para promover a qualidade de vida e o envelhecimento saudável. A qualificação do atendimento à pessoa idosa na atenção primária, juntamente com o incentivo à criação de grupos de convivência, pode contribuir significativamente para o bem-estar físico e emocional dos idosos, oferecendo suporte social e prevenindo o isolamento. Essas ações são essenciais para melhorar a saúde e a qualidade de vida dessa população.^{20 17}

Em resumo, a depressão em idosos é um problema de saúde pública crescente no Brasil, impulsionado pelo envelhecimento da população e agravado por fatores fisiológicos, sociais e econômicos. A combinação de isolamento social, baixa renda, falta de atividade física e dificuldades no acesso a cuidados de saúde contribui significativamente para o aumento da depressão dessa faixa etária. A abordagem efetiva para enfrentar essa questão exige políticas públicas que promovam o envelhecimento saudável, com atenção integral à saúde mental, estímulo à convivência social e oferta de serviços de saúde acessíveis e de qualidade. Somente por meio de uma estratégia multifacetada será possível melhorar a qualidade de vida dos idosos e reduzir a prevalência da depressão desta população.

5 CONCLUSÃO

A partir dos resultados encontrados nesta pesquisa, concluímos que as mudanças enfrentadas durante o envelhecimento podem levar à depressão em idosos, que se manifesta de diversas formas. Além disso, conhecida como o mal do século, ao lado da ansiedade, a depressão impacta diretamente a qualidade de vida do indivíduo. Portanto, se faz necessário estar atento em como a doença se desenvolve e evolui.

Por conseguinte, a depressão em idosos pode ser causada por diversos fatores, entre os quais, destacam-se o isolamento social, analfabetismo, fatos fisiológicos e sociais, presença de doenças crônicas, perda de amigos e parentes, perda da independência e da autonomia devido às limitações físicas causadas por doenças incapacitantes próprias da terceira idade.

Diante do exposto, não só esse cenário pode impactar no custo econômico do indivíduo, como também, a família e sociedade. A depressão é causada por uma disfunção bioquímica no cérebro. Sendo, portanto, uma doença que exige acompanhamento médico frequente.

Ademais, alguns quadros leves costumam responder bem ao tratamento psicoterápico. Considerando isso, em outros casos mais graves, os pacientes que perdem a qualidade de vida, é essencial o uso de medicações antidepressivas. Existem evidências de que a atividade física, associada aos tratamentos farmacológicos e psicoterápicos, é um recurso importante para reverter os quadros de depressão.

O envelhecimento é uma fase do ciclo da vida. Em vista disso, envelhecer se torna inevitável. Sendo assim, as pessoas que alcançam a terceira idade precisam de mais atenção e cuidado, já que a depressão em idosos está aumentando.

REFERÊNCIA

1. Moreira LG, Cabral MG, Paniz AB, Ferreira KA, Carrijo AF. Fatores associados a depressão em idosos: uma revisão integrativa. In: Anais Colóquio Estadual de Pesquisa Multidisciplinar (ISSN-2527-2500) & Congresso Nacional de Pesquisa Multidisciplinar [Internet]. 16-18 de maio 2022; Goiás: UNIFIMES – Centro Universitário de Mineiros. Disponível em: <<https://publicacoes.unifimes.edu.br/index.php/coloquio/article/view/1655>>
2. Freitas EV; PY L. Tratado de geriatria e gerontologia. 4. ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2016. 08p.
3. Magnus APM. Manual diagnóstico e estatístico de transtornos mentais. 5. ed. Porto Alegre: Artmed; 2014. 49-50p.
4. Ramos GC, Carneiro JA, Barbosa ATF, Mendonça JM, Caldeira AP. Prevalência de sintomas depressivos e fatores associados em idosos no norte de Minas Gerais: um estudo de base populacional. *Jornal Brasileiro de Psiquiatria*. Junho 2015;64(2):122–31. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0047-20850000000067>>
5. Ministério da Saúde. Depressão [Internet]. Ministério da Saúde. Disponível em: <<https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/d/depressao>> Acesso em: 10 de maio 2024
6. Monteiro LH, Mello PF de, Carvalho RD, Cambraia RP, Andrade RA de. Rastreio de sintomas depressivos e fatores associados em idosos na atenção primária à saúde. *Revista Interdisciplinar de Estudos em Saúde* [Internet]. 2023 [citado em 10 de maio de 2024];12(1):39–55. Disponível em: <<https://periodicos.uniarp.edu.br/index.php/ries/article/view/2353/1695>>
7. Oliveira DV, Silva DA, Andrade WB, Batista RP, Antunes MD, Nascimento Júnior JR. Sintomas depressivos em idosos da atenção básica à saúde de um município do noroeste paranaense – estudo transversal. *Cad Saúde Colet*, 2022; 30(1):85-93. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1414-462X202230010017>>
8. Guimarães LA, Brito TA, Pithon KR, Jesus CS, Souto CS, Souza SJ, *et al.* Sintomas depressivos e fatores associados em idosos residentes em instituição de longa permanência. *Ciência & Saúde Coletiva*. Setembro 2019;24(9):3275–82. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1413-81232018249.30942017>>
9. Filho AI, Castro-Costa E, Firmo JO, Peixoto SV. Tendências no uso de antidepressivos entre idosos mais velhos: Projeto Bambuí. *Rev Saúde Pública* 2014;48(6):857-865. Disponível em <<https://doi.org/10.1590/S0034-8910.2014048005406>>
10. Minayo MC, Cavalcante FC. Tentativas de suicídio entre pessoas idosas: revisão de literatura (2002/2013). *Ciência & Saúde Coletiva*, 20(6):1751-1762, 2015. Disponível em <<https://doi.org/10.1590/1413-81232015206.10962014>>
11. Gullich I, Duro SM, Cesar JA. Depressão entre idosos: um estudo de base populacional no Sul do Brasil. *Rev Bras Epidemiol* OUT-DEZ 2016; 19(4): 691-701. Disponível em < <https://doi.org/10.1590/1980-5497201600040001>>
12. Hellwing N, Munhoz TN, Tomasi E. Sintomas depressivos em idosos: estudo transversal de base populacional. *Ciência & Saúde Coletiva*, 21(11):3575-

- 3584, 2016. Disponível em < <https://doi.org/10.1590/1413-812320152111.19552015>>
13. Minayo MC, Figueiredo AE, Mangas RM. O comportamento suicida de idosos institucionalizados: histórias de vida. *Physis Revista de Saúde Coletiva*, Rio de Janeiro, 27 [4]: 981-1002, 2017. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/S0103-73312017000400007>>
 14. Marques JF, Sá SC, Filho WF, Santo LR, Prince KA, Oliveira MV. Transtorno depressivo maior em idosos não institucionalizados atendidos em um centro de referência. *Arq. Ciênc. Saúde*. 2017 out-dez: 24(4) 20-24. Disponível em: <<https://doi.org/10.17696/2318-3691.24.4.2017.804>>
 15. Silva RM, Sousa GS, Vieira LJ, Caldas JM, Minayo MC. Ideação e tentativa de suicídio de mulheres idosas no nordeste do Brasil. *Rev Bras Enferm [Internet]*. 2018;71(suppl 2)807-15. Disponível em <<https://doi.org/10.1590/0034-7167-2017-0413>>
 16. Mendes-Chiloff CL, Lima MC, Torres AR, Santos JL, Duarte YO, Lebrão ML, et al. Sintomas depressivos em idosos do município de São Paulo, Brasil: prevalência e fatores associados (Estudo SABE). *Rev Bras Epidemiol* 2018; 21(Suppl 2): E180014.Supl.2. Disponível em <<https://doi.org/10.1590/1980-549720180014.supl.2>>
 17. Uchoa VS, Chaves LL, Botelho EP, Polaro SH, Oliveira MF. Fatores associados a sintomas depressivos e capacidade funcional em idosos. *Cogitare enferm*. 24: e60868, 2019. Disponível em <<https://doi.org/10.5380/ce.v24i0.60868>>
 18. Oliveira DV, Pivetta NR, Oliveira GV, Silva DA, Júnior JR, Cavaglieri CR. Fatores intervenientes nos indicativos de depressão em idosos usuários das unidades básicas de saúde de Maringá, Paraná, 2017. *Epidemiol. Serv. Saúde*, Brasília, 28(3):e2018043, 2019. Disponível em <<https://doi.org/10.5123/S1679-49742019000300010>>
 19. Santos RC, Souto RQ, Almeida AM, Araújo GK, Sousa RC, Santos RC. Fatores associados a sintomas depressivos e cognição em idosos(as) vítimas de violência. *Rev Bras Enferm*. 2020;73(Suppl 3):e20190383. Disponível em < <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2019-0383>>
 20. Volz PM, Dilélio AS, Facchini LA, Quadros LC, Tomasi E, Kessler M, et al. Incidência de depressão e fatores associados em idosos de Bagé, Rio Grande do Sul, Brasil. *Cad. Saúde Pública* 2023; 39(10):e00248622. Disponível em <<https://doi.org/10.1590/0102-311XPT248622>>

ANEXO I**DECLARAÇÃO**

Eu, Ana Carolina Evellyn De Oliveira, portador (a) do documento de identidade RG nº 59.106.471-6, CPF nº 488.941.018-00, aluno (a) regularmente matriculado (a) no Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Paulista - UNIP, campus Vergueiro, sob o RA nº G2536J1, declaro a quem possa interessar e para todos os fins de direito, que:

1. Sou a legítimo (a) autora da monografia cujo título é Fatores que contribuem para depressão em idoso, da qual esta declaração faz parte, em seus ANEXOS;
2. Respeitei a legislação vigente sobre direitos autorais, em especial, citado sempre as fontes as quais recorri para transcrever ou adaptar textos produzidos por terceiros, conforme as normas técnicas em vigor.

Declaro-me, ainda, ciente de que se for apurado a qualquer tempo qualquer falsidade quanto às declarações 1 e 2, acima, este meu trabalho monográfico poderá ser considerado NULO e, conseqüentemente, o certificado de conclusão de curso/diploma correspondente ao curso para o qual entreguei esta monografia será cancelado, podendo toda e qualquer informação a respeito desse fato vir a tornar-se de conhecimento público. Por ser expressão da verdade, dato e assino a presente DECLARAÇÃO.

São Paulo, de de 2024.

Assinatura do (a) aluno (a)

ANEXO II**DECLARAÇÃO**

Eu, Anne Kandratavicius Alvarez, portador (a) do documento de identidade RG nº 55.349.942-7, CPF nº 481.726.888-30, aluno (a) regularmente matriculado (a) no Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Paulista - UNIP, campus Vergueiro, sob o RA nº N698DA7, declaro a quem possa interessar e para todos os fins de direito, que:

1. Sou a legítimo (a) autora da monografia cujo título é Fatores que contribuem para depressão em idoso, da qual esta declaração faz parte, em seus ANEXOS;
2. Respeitei a legislação vigente sobre direitos autorais, em especial, citado sempre as fontes as quais recorri para transcrever ou adaptar textos produzidos por terceiros, conforme as normas técnicas em vigor.

Declaro-me, ainda, ciente de que se for apurado a qualquer tempo qualquer falsidade quanto às declarações 1 e 2, acima, este meu trabalho monográfico poderá ser considerado NULO e, conseqüentemente, o certificado de conclusão de curso/diploma correspondente ao curso para o qual entreguei esta monografia será cancelado, podendo toda e qualquer informação a respeito desse fato vir a tornar-se de conhecimento público. Por ser expressão da verdade, dato e assino a presente DECLARAÇÃO.

São Paulo, de de 2024.

Assinatura do (a) aluno (a)

ANEXO III**DECLARAÇÃO**

Eu, Gabriela Possidenti Barreto, portador (a) do documento de identidade RG nº 39.027.927-5, CPF nº 490.469.158-08, aluno (a) regularmente matriculado (a) no Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Paulista - UNIP, campus Vergueiro, sob o RA nº G2840F8, declaro a quem possa interessar e para todos os fins de direito, que:

1. Sou a legítimo (a) autora da monografia cujo título é Fatores que contribuem para depressão em idoso, da qual esta declaração faz parte, em seus ANEXOS;
2. Respeitei a legislação vigente sobre direitos autorais, em especial, citado sempre as fontes as quais recorri para transcrever ou adaptar textos produzidos por terceiros, conforme as normas técnicas em vigor.

Declaro-me, ainda, ciente de que se for apurado a qualquer tempo qualquer falsidade quanto às declarações 1 e 2, acima, este meu trabalho monográfico poderá ser considerado NULO e, conseqüentemente, o certificado de conclusão de curso/diploma correspondente ao curso para o qual entreguei esta monografia será cancelado, podendo toda e qualquer informação a respeito desse fato vir a tornar-se de conhecimento público. Por ser expressão da verdade, dato e assino a presente DECLARAÇÃO.

São Paulo, de de 2024.

Assinatura do (a) aluno (a)

ANEXO IV**DECLARAÇÃO**

Eu, Jéssica Stromer Hickman de Paula, portador (a) do documento de identidade RG nº 36.485.768-7, CPF nº 424.783.908-09, aluno (a) regularmente matriculado (a) no Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Paulista - UNIP, campus Vergueiro, sob o RA nº G2291B1, declaro a quem possa interessar e para todos os fins de direito, que:

1. Sou a legítimo (a) autora da monografia cujo título é Fatores que contribuem para depressão em idoso, da qual esta declaração faz parte, em seus ANEXOS;
2. Respeitei a legislação vigente sobre direitos autorais, em especial, citado sempre as fontes as quais recorri para transcrever ou adaptar textos produzidos por terceiros, conforme as normas técnicas em vigor.

Declaro-me, ainda, ciente de que se for apurado a qualquer tempo qualquer falsidade quanto às declarações 1 e 2, acima, este meu trabalho monográfico poderá ser considerado NULO e, conseqüentemente, o certificado de conclusão de curso/diploma correspondente ao curso para o qual entreguei esta monografia será cancelado, podendo toda e qualquer informação a respeito desse fato vir a tornar-se de conhecimento público. Por ser expressão da verdade, dato e assino a presente DECLARAÇÃO.

São Paulo, de de 2024.

Assinatura do (a) aluno (a)

ANEXO V**DECLARAÇÃO**

Eu, Tabatha Stromer Hickman de Paula, portador (a) do documento de identidade RG nº 54.101.362-2, CPF nº 527.592.968-95, aluno (a) regularmente matriculado (a) no Curso de Graduação em Enfermagem da Universidade Paulista - UNIP, campus Vergueiro, sob o RA nº G229223, declaro a quem possa interessar e para todos os fins de direito, que:

1. Sou a legítimo (a) autora da monografia cujo título é Fatores que contribuem para depressão em idoso, da qual esta declaração faz parte, em seus ANEXOS;
2. Respeitei a legislação vigente sobre direitos autorais, em especial, citado sempre as fontes as quais recorri para transcrever ou adaptar textos produzidos por terceiros, conforme as normas técnicas em vigor.

Declaro-me, ainda, ciente de que se for apurado a qualquer tempo qualquer falsidade quanto às declarações 1 e 2, acima, este meu trabalho monográfico poderá ser considerado NULO e, conseqüentemente, o certificado de conclusão de curso/diploma correspondente ao curso para o qual entreguei esta monografia será cancelado, podendo toda e qualquer informação a respeito desse fato vir a tornar-se de conhecimento público. Por ser expressão da verdade, dato e assino a presente DECLARAÇÃO.

São Paulo, de de 2024.

Assinatura do (a) aluno (a)