



Sintomas depressivos em idosas: conhecer para cuidar

Maria do Livramento Fortes Figueiredo¹

O aumento na expectativa de vida associada à melhoria nas condições de saúde tem resultado na crescente e contínua elevação da população idosa na maioria das sociedades. Projeções indicam que em 2050 existirão cerca de dois bilhões de idosos no mundo, sendo que grande parte destes estarão vivendo em países em desenvolvimento. O envelhecimento populacional no Brasil é um fenômeno resultante dos avanços tecnológicos em saúde, especialmente, a redução da mortalidade infantil, a diminuição da fecundidade em decorrência da introdução dos métodos contraceptivos, ampliação da cobertura vacinal, uso de antibióticos e quimioterápicos que tornaram possível a prevenção e cura de muitas doenças. Embora a velhice seja um processo universal, sua vivência apresenta uma grande diferenciação por gênero, principalmente, por existir um número maior de mulheres idosas, na medida em que o envelhecimento aumenta. Esse fenômeno é caracterizado como a feminização da velhice, soma-se a este o aparecimento de várias doenças crônicas, dentre elas a depressão e sua sintomatologia.

A síndrome depressiva é caracterizada pela presença de humor predominantemente depressivo e/ou irritável e anedonia (diminuição da capacidade de sentir prazer ou alegria). E ainda pode ocorrer uma sensação subjetiva de diminuição de energia (cansaço e fadiga), desinteresse, lentificação, pensamentos pessimistas e ideias de ruína. Em geral, esses sintomas são acompanhados de alterações no sono e apetite, prejuízo cognitivo, alterações comportamentais e sintomas físicos.

Epidemiologicamente as mulheres idosas apresentam características importantes que as tornam mais vulneráveis na velhice, entre elas: maior propensão às doenças e problemas relacionados à adaptação às mudanças fisiológicas decorrentes da idade, que são agravadas pela pobreza, gestações múltiplas, desgaste físico e psicológico das árduas jornadas de trabalho, pela falta de atividade física, além de sua subordinação social e econômica frente à figura masculina.

Os achados deste estudo também revelaram a associação dos sintomas depressivos à organização familiar experimentada pelas participantes da investigação e ao maior tempo de aposentadoria, bem como, a percepção das idosas quando compararam sua condição econômica com outras pessoas da mesma idade. A etapa qualitativa da investigação se deu por meio de entrevistas domiciliares com as idosas que apresentaram sintomatologia depressiva mais significativa, revelando como os principais desencadeadores destes sintomas foram: sentimentos de abandono, solidão e desprezo; perdas de filhos; problemas com descendentes e ainda a presença de doenças.

Diante destas evidências reitera-se a importância da criação e implementação de programas de inclusão da mulher idosa em movimentos socioculturais e de lazer; bem como a implantação do rastreamento de sintomas depressivos na rotina da Atenção Básica; e ainda a qualificação dos profissionais de saúde, em especial do enfermeiro, para o desenvolvimento de um cuidado fundamentado no conhecimento integral do processo de envelhecimento humano. Desta forma, propõe-se assistir esta clientela atendendo satisfatoriamente suas necessidades e demandas com vistas, a promoção da saúde, a prevenção de doenças, diagnósticos precoce, tratamentos adequados e reabilitação efetiva. Finalmente, acredita-se que o conhecimento dos sintomas depressivos na Atenção Básica possibilitará o cuidado integral e multidimensional de mulheres idosas assistidas pela Estratégia Saúde da Família.

¹Universidade Federal do Piauí. Teresina, PI, Brasil.