

Etec Dr. José Luiz Viana Coutinho

**JULIANA MEDINA DA CRUZ**

**MARIA DE FÁTIMA CASADO**

**SIMONE FURLAN**

**DEPRESSÃO NA TERCEIRA IDADE**

**JULIANA MEDINA DA CRUZ**  
**MARIA DE FÁTIMA CASADO**  
**SIMONE FURLAN**

## **DEPRESSÃO NA TERCEIRA IDADE**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Etec Dr. José Luiz Viana Coutinho, como requisito parcial para obtenção do título de Técnico em Enfermagem.

Orientadora: Profa. Thayse Mitiko Akamatsu

Autorizo a reprodução e divulgação total ou parcial deste trabalho, por qualquer meio convencional ou eletrônico, para fins de estudo e pesquisa, desde que citada a fonte.

Dados da Catalogação na Publicação Internacional (CIP)  
Felipe Leonardo Hernandez CRB8/8506.

C962d Cruz, Juliana Medina da.  
Depressão na terceira idade / Juliana Medina da Cruz; Maria de Fátima Casado; Simone Furlan. – Jales: 2021.  
32 f., il.

Orientadora: Profa. Thayse Mitiko Akamatsu.  
Trabalho de Conclusão de Curso (Técnico em Enfermagem) –  
Etec Dr. José Luiz Viana Coutinho, Jales, 2021.

1. Idosos. 2. Depressão. 3. Depressão – tratamento.  
I. Akamatsu, Thayse Mitiko. II. Etec Dr. José Luiz Viana  
Coutinho. III. Título.

CDD: 155.67

**JULIANA MEDINA DA CRUZ**  
**MARIA DE FÁTIMA CASADO**  
**SIMONE FURLAN**

## **DEPRESSÃO NA TERCEIRA IDADE**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado à Etec Dr. José Luiz Viana Coutinho, como requisito parcial para obtenção do título de Técnico em Enfermagem.

Orientadora: Profa. Thayse Mitiko Akamatsu

### **Banca Examinadora:**

---

Prof. Thayse Mitiko Akamatsu  
Escola Técnica Estadual Dr. José Luiz Viana Coutinho

---

Prof.  
Escola Técnica Estadual Dr. José Luiz Viana Coutinho

---

Prof.  
Escola Técnica Estadual Dr. José Luiz Viana Coutinho

Jales, 10 de dezembro de 2021.

## **AGRADECIMENTOS**

Em primeiro lugar agradecemos a Deus pela permissão de realizarmos e concluirmos mais uma etapa em nossas vidas.

Agradecemos também a cada professor, e a cada orientação dada a nós durante esse tempo, que mesmo a distância por conta de uma pandemia, nunca desistiram de nós.

Obrigado pelo carinho e atenção de cada professor, obrigado por trilhar conosco esse caminho todo especial.

## RESUMO

A depressão é a doença do século, atingindo milhões de pessoas ao redor do mundo, onde não se escolhe cor nem classe social, é uma doença grave que pode levar a pessoa a morte. Na terceira idade, a depressão tende a ser mais séria e confundida facilmente com doenças causadas pela idade, por isso, a família tem que ter a conscientização de como proceder com o idoso diagnosticado com a doença. O tratamento pode ser com antidepressivos, exercícios físicos e interação social ajudam no tratamento da depressão na terceira idade. Mas para que isso ocorra é necessário que a família fique atenta aos sinais e procure orientação médica que é o profissional capacitado. Este trabalho apresenta o objetivo e em fazer com que as pessoas saibam identificar a doença e como proceder, no vídeo explicativo elaborado, ensina como se deve lidar com esta doença grave que tira a vida de milhões de pessoas ao redor do mundo. O presente trabalho foi realizado para que também possa se compreender a doença e como passar este aprendizado de maneira segura para as demais pessoas, fazendo as entender sua gravidade.

**Palavras-chave:** Depressão. Depressão na terceira idade. Prevenção. Tratamento.

## **ABSTRACT**

Depression is the disease of the century, affecting millions of people around the world, where color or social class is not chosen, it is a serious disease that can lead to death. In old age, depression tends to be more serious and easily confused with diseases caused by age, so the family must be aware of how to proceed with the elderly diagnosed with the disease. Treatment can be with antidepressants, exercise and social interaction help in the treatment of depression in old age. But for this to happen it is necessary that the family pay attention to the signs and seek medical advice that is the trained professional. This work presents the objective and how to make people know how to identify the disease and how to proceed, in the explanatory video elaborated, it teaches how to deal with this serious disease that takes the lives of millions of people around the world. The present work was carried out so that the disease can also be understood and how to pass this learning on in a safe way to other people, making them understand its severity.

**Keywords:** Depression. Depression in old age. Prevention. Treatment.

## LISTA DE FIGURAS

<b>Figura 1</b> – Causa da depressão após os 60 anos .....	16
<b>Figura 2</b> – Atividade física contra depressão.....	18
<b>Figura 3</b> – Terapia do riso.....	19
<b>Figura 4</b> – Demonstração de socialização e prática de exercícios .....	22



## SUMÁRIO

<b>1</b>	<b>INTRODUÇÃO</b> .....	<b>8</b>
<b>2</b>	<b>OBJETIVOS</b> .....	<b>9</b>
2.1	OBJETIVO GERAL.....	9
2.2	OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	9
<b>3</b>	<b>METODOLOGIA</b> .....	<b>10</b>
<b>4</b>	<b>REVISÃO DE LITERATURA</b> .....	<b>11</b>
4.1	O QUE É DEPRESSÃO.....	11
4.2	COMO A DEPRESSÃO AGE NO CÉREBRO .....	11
4.3	O QUE É TERCEIRA IDADE?.....	12
4.4	DEPRESSÃO EM IDOSOS .....	13
4.5	SINAIS E SINTOMAS DA DEPRESSÃO EM IDOSOS .....	15
4.6	TRATAMENTO DA DEPRESSÃO.....	17
4.6.1	PSICOTERAPIAS COMPORTAMENTAIS NO TRATAMENTO DA DEPRESSÃO .....	19
4.7	PREVENÇÃO DA DEPRESSÃO NA TERCEIRA IDADE .....	20
4.8	A ATUAÇÃO DA ENFERMAGEM FRENTE A DEPRESSÃO NA POPULAÇÃO IDOSA .....	22
4.8.1	Conhecimento de Enfermeiras da Atenção Primária Acerca da Depressão Geriátrica .....	26
<b>5</b>	<b>DISCUSSÃO E RESULTADOS</b> .....	<b>28</b>
<b>6</b>	<b>CONCLUSÃO</b> .....	<b>29</b>
	<b>REFERÊNCIAS</b> .....	<b>30</b>

## 1 INTRODUÇÃO

O tema foi escolhido devido ao aumento significativo de pessoas idosas com depressão, onde seus familiares acabam por achar que, os sintomas apresentados são em decorrência do avanço da idade, não percebendo a gravidade da doença.

A depressão é uma doença grave que atinge milhões de pessoas ao redor do mundo, sendo o segundo maior problema de saúde dos últimos tempos. Refere-se a um transtorno mental crônico que afeta os neurotransmissores, que acabam não circulando de maneira correta. E parte desta população são os idosos que ao envelhecer, vê aparecimento de doenças, com a perda de entes queridos, acabam tendo sua saúde mental prejudicada.

Segundo a Organização mundial de Saúde (OMS, 2005) a depressão é um fator resultante de fatores sociais, psicológicos e biológicos que afetam a população idosa, comumente em pessoas do sexo feminino que tem idade avançada e baixa escolaridade, estas têm grande probabilidade de desenvolver a doença.

De acordo com Associação Paulista para o Desenvolvimento da Medicina (SPDM, 2016), os idosos que convivem com a família e estão inseridos na comunidade as chances de desenvolver depressão são de 15%, mais entre idosos que vivem em instituições como casas de repouso, asilos e aqueles que estão hospitalizados para tratar doenças, este número pode vir a ser maior chegando a 50%.

Os sintomas da depressão são choro constante, isolamento social, falta de apetite e insônia, e o tratamento medicamentoso com o acompanhamento do psiquiatra e de extrema importância, assim como a assistência com o psicólogo e a equipe da enfermagem.

O tratamento não é apenas medicamentoso, pois tem o seu complemento que é inserir na vida do idoso uma dieta alimentar de qualidade, exercícios físicos, interação social, o apoio dos familiares é de máxima importância para alcançar resultados satisfatórios.

Pode-se atribuir à ocupação dos tempos livres em idosos: ler, ver televisão, ouvir música, passear, fazer tricô, jogar às cartas, conversar com amigos, sendo que a maior pontuação corresponde maior importância dada à atividade e lazer, como uma forma de prevenção (ALMEIDA et al., 2012 apud RAMOS et al., 2019).

## 2 OBJETIVOS

### 2.1 OBJETIVO GERAL

Entender como a depressão age em pessoas idosas, quais são as causas e qual o papel da enfermagem no tratamento desta doença. Além de explicar que nem sempre, alguns dos comportamentos dos idosos estão relacionados a idade, sendo vistos como normais.

### 2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Descrever o que é a depressão e como ela age no cérebro;
- Esclarecer o que é a terceira idade;
- Explicar a depressão na terceira idade;
- Identificar as causas da depressão na terceira idade;
- Elencar os sinais e sintomas da depressão ao se envelhecer;
- Compreender as formas de tratamento e prevenção na terceira idade;
- Indicar a atuação da enfermagem nos cuidados ao paciente com depressão na terceira idade;
- Elaborar um vídeo informativo sobre que a depressão pode atingir a classe da terceira idade.

### **3 METODOLOGIA**

Este trabalho foi realizado com base em pesquisas realizadas através de sites com estudos científicos para se entender como detectar a depressão em idosos, seus tratamentos e cuidados, identificando através dos sintomas que podem ser facilmente confundidos com problemas causados pelo avanço da idade.

Trata-se de uma revisão de literatura de um estudo descritivo e qualitativo, que visa a importância da família no tratamento do idosos com depressão, e a atuação da enfermagem ao orientar de maneira clara, realizando o acompanhamento para que o paciente tenha uma qualidade de vida adequada, buscando por tratamento medicamentoso, atividades físicas e alimentação saudável junto aos profissionais de saúde mental.

A escolha do vídeo foi feita de maneira conjunta, as reuniões aconteciam por vídeo chamada por WhatsApp, e após entrar em consenso, o grupo decidiu que seria mais viável o vídeo explicativo abordando de maneira clara e simples para que todos pudessem entender o que a depressão na terceira idade.

Para a elaboração do vídeo foi utilizado um site chamado Animaker para a produção do vídeo explicativo, depois foi passado para a orientadora, e após a correção foi publicado nas redes sociais e grupos de WhatsApp.

## 4 REVISÃO DE LITERATURA

### 4.1 O QUE É DEPRESSÃO

Atualmente a depressão é o segundo maior problema de saúde em todo mundo, e esta doença se caracteriza por um ou mais episódios depressivos, episódios estes que duram de 2 semanas ou mais. Deve-se apresentar cinco sintomas ou mais para ser diagnosticado com a doença. Esta doença se encaixa no CID 10 (10ª revisão da Classificação Estatística Internacional de Doenças e Problemas Relacionados à Saúde), é uma lista de classificação médica da Organização Mundial da Saúde transtornos mentais e comportamentais.

Na maioria das vezes é comum confundir tristeza com depressão, e isso acontece até mesmo com profissionais da área da saúde. A tristeza é uma emoção natural do ser humano, e por vários motivos como a perda de um ente querido, um amigo muito próximo, um animal de estimação, ou por perda de relacionamento, este sentimento de tristeza pode durar algum tempo, mas passa.

Já a depressão é um transtorno mental crônico que afeta os neurotransmissores, milhões de pessoas ao redor do mundo sofrem com a doença e seus sintomas são o sentimento de vazio, autoestima baixa deixando achar que não é útil ou importante para alguém, que tudo que acontece no mundo a culpa é sua, a vida passa a não ter sentido, falta ou excesso de sono, perda de apetite ou compulsão alimentar, não querer tomar banho, levantar-se da cama, e chora constantemente, perda ou ganho de peso, não consegue realizar seus serviços como de costume e pensamentos suicidas.

Pesquisas apontam que a microbiota intestinal pode afetar a função do sistema nervoso central e que a suplementação de probióticos pode ter efeitos positivos nos sintomas psicológicos melhorando assim a depressão.

### 4.2 COMO A DEPRESSÃO AGE NO CÉREBRO

Houve estudos sobre a neurobiologia do transtorno depressivo relacionado aos neurotransmissores monoamina, serotonina e norepinefrina, que inicialmente propôs que as pessoas que estão deprimidas possuem um baixo nível desses neurotransmissores, já que muitos medicamentos antidepressivos aumentam os

níveis dessas substâncias. Porém, mesmo que sejam usados por muitos, exista benefícios no uso do medicamento, nem todos que consomem usufruem do benefício.

Estudos apontam que a causa da depressão como baixos níveis de certos neurotransmissores, isso ainda não prova que a doença esteja diretamente relacionada. Uma vez que, pacientes deprimidos podem apresentar baixos níveis de serotonina, porém este fator pode ser explicado de várias maneiras, como estresse e alimentação inadequada.

Mesmo assim a serotonina pode sim estar relacionada a casos depressivos, como visto em estudos com pacientes em tratamento para retardo da doença. Esses pacientes tomam um medicamento que diminui temporariamente os níveis de serotonina no organismo, e após isso apresentam uma breve recaída. E mesmo os pacientes que não tomam o remédio podem também apresentar essa recaída, em especial aqueles que estão fazendo o tratamento a poucos dias.

Alguns fatores de risco que contribuem para desenvolver a depressão é o histórico na família, estresse e ansiedade crônicos, disfunções hormonais, dependências de álcool e drogas e doenças cardiovasculares, endocrinológicas e neurológicas

#### 4.3 O QUE É TERCEIRA IDADE?

É aquela fase da vida que começa aos 60 anos de idade, e o organismo começa a ter suas mudanças de funções e comportamentos, tendo alterações de pensamentos, ações e reações. Algumas pessoas chamam de melhor idade, pois sabem aproveitar bem a chegada da idade, porém para outras pessoas essa idade nem de perto é a melhor.

Já que muitos problemas podem aparecer com o avanço da idade, como o comprometimento de certas partes do corpo. Sem dúvidas o cérebro torna-se uma das partes do corpo que mais é comprometido com a velhice, no qual a pessoa pode vir a ter problemas de perda de memória e até depressão. Essa depressão pode ser causada por diversos fatores, entre eles pode-se incluir a não aceitação do envelhecimento.

Mesmo que muitos nessa fase da vida não aceitem que possuam um problema, é de extrema importância que junto da família eles peçam ajuda de um profissional capacitado, que poderá auxiliar no tratamento da depressão.

Com a chegada da velhice nosso corpo perde forma e força nos incapacitando de realizar funções como antes, nos deixando mais lento e trazendo consigo algumas doenças crônicas.

#### 4.4 DEPRESSÃO EM IDOSOS

A depressão vem aumentando a cada ano, e cerca de 350 milhões de pessoas ao redor do mundo diz Lima et al. (2016), são diagnosticadas com a doença, e uma parte desta população são os idosos que ao envelhecer, vê aparecimento de doenças, com a perdas de entes queridos, acabam tendo sua saúde mental prejudicada.

Lima et al. (2016), afirmam que uma pesquisa da (PNS) foi realiza em uma área urbana e rural do Brasil, e constatou que 7,6% desta população com mais de 18 anos recebe o diagnóstico de depressão, onde o índice maior foi entre a população de 60 a 64 anos com 11% e adultos da área rural com 5,6%, e os estudos de Munhoz e outros, mostram que 4,1% da população adulta brasileira se encontram diagnosticados com a doença.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (OMS, 2005) a Depressão é um fator resultante de fatores sociais, psicológicos e biológicos que afetam a população idosa, afetando pessoas do sexo feminino que tem idade avançada e baixa escolaridade, estas têm grande probabilidade de desenvolver a doença. Alguns destes fatores que estão associados a depressão são o tabagismo, sedentarismo e outras doenças crônicas e uso de medicamentos.

O psiquiatra Dr Fabio Armentano e Dra Jandira Masur trazem que em 2016 realizaram um estudo, no qual a depressão é a doença que atinge os idosos, e ela se manifesta de acordo com o estilo de vida vivido por ele (SPDM, 2016).

A Dra Jandira Masur (SPDM, 2016), ainda expõe que os idosos que convivem com a família e estão inseridos na comunidade as chances de desenvolver depressão são de 15% afirma, mais entre idosos que vivem em instituições como casas de repouso, asilos e aqueles que estão hospitalizados para tratar doenças, este número pode vir a ser maior chegando a 50%.

Os idosos com depressão foram divididos em dois grupos, sendo o primeiro grupo onde verificou que a doença relacionada as dificuldades trazidas pela idade são as que afetam o raciocínio, memória e atenção, levando o idoso a perda da memória,

e suas limitações físicas. O segundo grupo são pacientes que apresentam quadros depressivos leves tratados ou não.

Nos idosos foi notado que suas queixas somáticas são mais intensas que entre jovens, nos quais são feitas queixas de dores, dificultando a realização de tarefas do dia a dia, e falta de apetite, já os sintomas mais comuns como tristeza, crise de choro, angústia, não são aparentes nas depressões normais.

A depressão afeta a vida do paciente de várias maneiras, esta doença não tem uma causa específica ela pode se manifestar nos idosos de várias formas que são relacionadas a idade avançada. Uma das causas da depressão é o falecimento do cônjuge, solidão, doenças caracterizadas pela idade, afastamento da família.

A falta de atividades físicas, boa alimentação interfere no aspecto físico levando o paciente a ter uma baixa disponibilidade para práticas essenciais de suas atividades, e dificultando o tratamento de outras doenças existentes.

Estudos demonstram que ao se perceber uma alteração no comportamento do idoso não se deve interpretar que é algo normal da idade. No aparecimento de sintomas depressivos, perda de raciocínio e memória, e perda da independência devem buscar por ajuda, isso requer tratamento e quanto mais demorar a busca por ajuda prejudica o paciente

O tratamento traz ao paciente a oportunidade de uma melhora, fazendo uso correto das medicações, incluindo ele em atividades físicas, a retomar o convívio social perdido cuidando bem da sua saúde.

Para que se tenha um envelhecimento saudável recomenda-se a começar com 30, 40 anos e não aos 60, é um cuidado ao longo da vida, devendo cuidar bem do corpo e da mente e do ambiente em que se vive.

Ter boa alimentação, fazer atividades físicas, fazer leituras, ter bons relacionamentos com as pessoas a sua volta, assim ao chegar na melhor idade pode-se colher bons frutos.

Com a chegada da idade os idosos já se sentem cansados de uma vida inteira de trabalho e esforços para conseguirem ter uma boa vida confortável na velhice, e, portanto, acabam se aposentando, em alguns casos precocemente e isso acaba prejudicando sua saúde tornando-os pessoas não ativas e não funcionais, se tornando devastador para saúde mental, física e cognitiva.



Por isso a importância de implantar atividades que estimulem o idoso com a interação social, podendo realizar atividades voluntárias, cursos, atividades físicas e realizar viagens e conhecer novas pessoas.

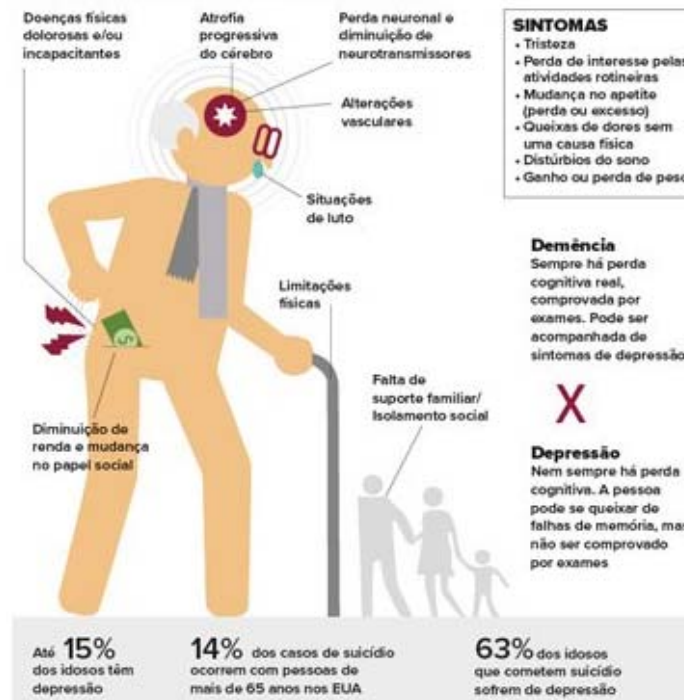
#### 4.5 SINAIS E SINTOMAS DA DEPRESSÃO EM IDOSOS

O crescimento da população idosa no Brasil acontece de forma rápida e inevitável, os idosos representam 8,6% de toda população do país (PARADELLA, 2018). Os profissionais de saúde que trabalham e convivem com pessoas idosas devem sempre estar atentos aos sintomas depressivos que se encontram mascarados por dores inespecíficas, insônia, perda de apetite e de memória (PARADELA, 2011).

A depressão pode ser estimulada devido fatores biológicos, a genética por exemplo é um fator significativo em um quadro depressivo. Fatores psicológicos causam a perda significativa da autonomia e agravamento de quadros patológicos, da mesma forma são com os fatores sociais, que interferem nas relações funcionais do idoso (NÓBREGA et al., 2015).

Martinelli (2016) outros fatores que induzem a depressão são perdas, luto, e pela sensação de vazio quando se perde o convívio com alguém de muito afeto (filhos, cônjuge), diminuição dos recursos financeiros, diminuição da independência e das capacidades cognitivas. Com isso pode-se observar na figura 1 as causas da depressão após os 60 anos.

**Figura 1 – Causa da depressão após os 60 anos**



Fonte: LEPOLD, 2015.

Segundo Paradella (2011) com o envelhecimento o corpo recebe diversas mudanças que dificultam o diagnóstico. Esse diagnóstico é clínico e baseado na anamnese, por isso a importância de buscar os sintomas, procurar saber sobre episódios depressivos anteriores, revisão de medicamentos em uso e é preciso uma abordagem totalmente cautelosa sobre questões que envolvam luta e/ou suicídio.

Para o diagnóstico formal de depressão em ambientes de pesquisa, as avaliações mais utilizadas são as entrevistas estruturadas baseadas nos critérios do CID 10 (CIDI) e do DSM-4 (SCID) (PARADELA, 2011).

Devido a possibilidade de outras patologias e do comprometimento da qualidade de vida de idosos deprimidos, o enfermeiro tem papel fundamental no processo de recuperação, principalmente no que diz respeito a independência, autonomia e autoestima do paciente. O papel do profissional de enfermagem no acompanhamento ao idoso não se restringe apenas a esclarecer dúvidas, mas também para ouvir, compreender e realizar orientações de maneira compreensível e acessível (PEREIRA et al., 2019).

Desta forma entende-se que os sinais e sintomas da depressão são o primeiro passo para a descoberta das doenças, sendo assim, de extrema importância seu cuidado e futuro tratamento.

#### 4.6 TRATAMENTO DA DEPRESSÃO

Apesar de haver inúmeras classes de fármacos antidepressivos, somente de 30 a 35% dos pacientes respondem a tratamentos psicofármacos, portanto para isso é preciso a utilização de outros métodos de tratamentos associados ao medicamentoso (MORAES et al., 2007).

Um dos fatores decisivos para aceitação ao tratamento é o elo criado entre o paciente e a equipe de saúde. O tratamento pode incluir a terapia medicamentosa com antidepressivos (AD), tratamento psicológico e/ou psiquiátrico e visitas frequentes aos médicos (ISTILLI et al., 2010).

Segundo Pereira et al. (2019) o uso racional destes medicamentos depende da incorporação farmacêutica na equipe de saúde. Ressaltando a importância dos estudos dos medicamentos e de sua utilização para determinado paciente. Esses estudos diminuem a possibilidade de efeitos adversos a medicação.

Segundo Bottino (2010), a atividade física é uma grande aliada no tratamento dos sintomas depressivos, pois essa ação providencia a diminuição de estresse e risco de ansiedade, atuando também como fator de melhora na qualidade de vida e bem-estar físico. A atividade física propicia benefícios agudos e crônicos, abrangendo a redução da incapacidade funcional, da intensidade dos pensamentos negativos e das doenças físicas (MORAES et al., 2007).

Desta forma pode-se observar de acordo com a figura 2, como a atividade física pode ajudar no tratamento contra a depressão.

## Figura 2 – Atividade física contra depressão



Fonte: REVISTA VIDA NATURAL, 2017 apud BOXE DANIEL SMITH, 2018.

O apoio dos familiares é de fundamental importância para alcançar resultados satisfatórios, pois é nesse período de vida que os pacientes se sentem incapazes e desprezados por seus amigos e parentes. A depressão deve ser compreendida e tratada da melhor forma de compreensão, para isso é a paciência e interação. Se não tratado, a doença pode avançar e causar danos para saúde física e mental (LIMA et al., 2016).

A importância atribuída à ocupação dos tempos livres em idosos: ler, ver televisão, ouvir música, passear, fazer tricô, jogar às cartas, conversar com amigos, sendo que a maior pontuação corresponde maior importância dada à atividade e lazer (ALMEIDA et al., 2012 apud RAMOS et al., 2019).

Godinho et al. (2015 apud RAMOS et al., 2019), destaca como um tratamento alternativo a “terapia do riso”, que consiste em intervenções terapêuticas voltadas em experiências do riso que ocasionem melhora na saúde física e emocional. O riso dispõe de elementos, que são, motores, cognitivo e afetivo que envolvem áreas especiais do corpo, que quando excitadas pela ação de rir, liberam endorfinas como a serotonina e dopamina, responsáveis por efeitos positivos na melhora contra depressão, aumentando a autoestima, alegria e dispensando pensamentos negativo, sendo benéfica para a não progressão da doença.

A Figura 3 deixa claro como essa “terapia do riso” pode ajudar no tratamento da depressão, mostrando seus benefícios para a imunidade, coração, estômago e pulmão.



Fonte: GARGALHAR..., 2016.

O tratamento é de suma importância para que o paciente possa continuar suas atividades e relações pessoais. É necessário buscar acompanhamento de uma equipe médica capacitada e designada a tratar da depressão.

#### 4.6.1 PSICOTERAPIAS COMPORTAMENTAIS NO TRATAMENTO DA DEPRESSÃO

De acordo com Cardoso (2011) em seus estudos, a depressão tem sido a doença que mais predomina no mundo, e a psiquiatria Americana estimou em 2004 que 5% da população tem depressão, mais em pacientes que possuem algumas comorbidades como câncer e HIV, chega a 47% o número de pessoas com a doença.

Os episódios da depressão são classificados como leve, moderado e grave, e varia de acordo com o tempo de aparição de sintomas, número e gravidade.

Cardoso (2011) diz que a depressão é uma doença crônica e decorrente, e que mais da metade dos pacientes que fizeram tratamento contra depressão

apresentaram um segundo episódio na vida, uma taxa variável de 9% a 80% dependendo do tratamento que foi realizado.

Estudos clínicos mostraram que o tratamento farmacológico combinado com a psicoterapia apresentou resultados eficazes na redução e prevenção de reaparecimentos de novos episódios depressivos, em relação aqueles que apenas tratavam com medicações, onde a psicoterapia apresenta resultados eficazes no comportamento de pacientes depressivos, reduzindo sintomas, melhora na qualidade de vida e social.

O terapeuta comportamental entende que o depressivo tende realizar com menos frequência atividade que antes ele possuía prazer ao executá-las, não possuindo mais aquele mesmo prazer de executar as mesmas atividades. E esse comportamento pode estar relacionado a dificuldade que o paciente tem de realizar essas atividades que antes eram rotineiras.

#### 4.7 PREVENÇÃO DA DEPRESSÃO NA TERCEIRA IDADE

A depressão nos idosos é muito difícil de ser diagnosticada, o que envolve um alto risco de morbidade e mortalidade para os pacientes. Visando diminuir problemas/consequências sérias, a anamnese do paciente deve ser realizada pelo enfermeiro de forma detalhada, com apoio do paciente, família ou cuidadores (ALVARENGA; OLIVEIRA; FACCENDA, 2012 apud PEREIRA et al., 2019). A avaliação em questão é um exame físico detalhado, que depende de etapas criteriosas, avaliações neurológicas e psiquiátricas associadas à escala geriátrica de depressão (ROSSETTO et al., 2012 apud SOUSA et al., 2020).

Os enfermeiros utilizam a Escala de Depressão Geriátrica (EDG) para rastrear a depressão, é de fácil aplicação e não necessita necessariamente de profissionais especializados em saúde mental. Além de ser muito útil, auxilia na caracterização do grau da doença. O enfermeiro pode adotar na prática clínica, em quaisquer que seja o nível de atenção, escalas de triagem que visam auxiliar na detecção de casos de forma precoce (SILVA et al., 2012 apud SOUSA et al., 2020, p. 70455).

Os enfermeiros precisam estar sempre atentos para prestarem os serviços de detecção dos sinais de depressão, antes que, a depressão cause prejuízo à saúde do idoso. Além de que, existem programas de estratégias clínicas que orientam o

diagnóstico precoce (ALVARENGA; OLIVEIRA; FACCENDA, 2012 apud PEREIRA et al., 2019).

Existem alguns fatores que podem auxiliar na prevenção da doença, alguns deles são a formação de grupos sociais, aceitação das suas limitações, uma vida espiritual plena e uma boa socialização familiar (LEVIVA, 2019).

Segundo Sousa et al. (2020), a formação de grupos sociais favorece a comunicação de idosos, tanto com amigos como com profissionais da saúde, que ministram esses encontros, buscando estabelecer estratégias, que ajudem na conscientização e aceitação da etapa etária que essas pessoas se encontram.

A enfermagem pode e deve promover a prevenção da depressão através da disseminação de informações e apoio aos idosos. Devem fazer busca ativa por possíveis pacientes e auxiliar as famílias para ficarem atentos a qualquer mudança de comportamento (SOUSA et al, 2020).

O enfermeiro deve atuar no bem-estar do enfermo, buscando melhorar a qualidade de vida, amenizando o sofrimento causado pela doença, e compreender o problema do paciente psíquico. A relação interpessoal é um utensílio que deve ser utilizado pelo enfermeiro para identificar, descrever e dar assistência a ele (CARLOS et al., 2016).

As atividades físicas também podem ajudar na prevenção da depressão, os exercícios fazem o cérebro liberar neurotransmissores que ajudam as pessoas a se sentirem melhor, as endorfinas são as mais conhecidas, são sensação de bem-estar e ajudam na dor (COSTA et al., 2012).

Costa et al. (2012, p. 61) ainda apresenta que:

Em um estudo desenvolvido por Blumenthal (1999), concluiu que a atividade física é uma importante modalidade terapêutica de prevenção da depressão em idosos, porém o mesmo estudo comprova que os resultados são melhores quando esta atividade física é realizada por períodos longos e associada a medicamentos. Contudo, não adianta ter só habilidade física e esquecer da parte emocional e da interação social entre os outros idosos institucionalizados. A prevenção está associada a atividade física, bem como amparada também por estratégias que associem a ação mecânica com a ação mental, contribuindo para a melhora global das habilidades do idoso e evitando o declínio que naturalmente acompanha a velhice.

Portanto torna-se indispensável a socialização das pessoas portadoras de depressão, para obter melhorias em seu desenvolvimento pessoal e relações interpessoais. Na Figura 4 pode-se observar uma forma de realização da prática de exercícios, com um grupo de pacientes idosas.

**Figura 4** – Demonstração de socialização e prática de exercícios



Fonte: ALUGAMED, 2017.

Conclui-se que a prevenção da depressão é a melhor forma de se cuidar sobre tal doença, sem contar os inúmeros benefícios que atividades físicas e socialização. Observando o papel fundamental do enfermeiro sobre tais atividades.

#### 4.8 A ATUAÇÃO DA ENFERMAGEM FRENTE A DEPRESSÃO NA POPULAÇÃO IDOSA

O envelhecimento é um fator inevitável para todo ser humano. É uma fase da vida que precisa de atenção e cuidado, principalmente para a saúde pública, já que apresenta inúmeros desafios. A cada dia que se passa, a medicina e a tecnologia avançam, e proporcionam melhorias na qualidade de vida dos cidadãos. Com o passar do tempo, houve a criação do Estatuto do Idoso, que assegura o envelhecimento com qualidade.

Segundo Trevisan et al. (2016) mudanças ocorrem ao longo de toda nossa vida, tanto a nível morfológico, fisiológico, bioquímico é psicológico, a fase idosa,



apresenta as mesmas mudanças, o que proporciona o aparecimento de diversas doenças.

Conforme a Figura 5 podemos observar as doenças mais comuns que acometem pessoas idosas, sendo citada a depressão, problemas de memória, surdez etc.

**Figura 5** – Doenças mais comuns nos idosos



Fonte: STANNAH, 2017.

Dentro dessas doenças destaca-se a depressão. Sendo assim, a depressão participa de um grupo de doenças a nível grave, que pode levar a pessoa a ter dificuldades para realizar atividades simples do dia a dia, como por exemplo, participar de festas, se cuidar, praticar exercícios, ler livros e tantas outras atividades que interferem expressivamente na qualidade de vida do cidadão (GERRITSEN et al., 2011 apud SILVA et al., 2018).

Sobre este assunto, a depressão é definida como uma doença psíquica que está ligeiramente relacionada com um tipo de tristeza não comum, ou seja, onde um sentimento negativo passageiro acaba-se tornando permanente, constituindo-se importante problema de saúde pública no Brasil e no mundo. A doença compromete a qualidade de vida de quem por ela é acometido, e ainda contribuindo para que este tenha incapacidade de concentração e uma vida normal (TREVISAN et al., 2016 apud SILVA et al., 2018).

A atuação do enfermeiro não é só acompanhar o idoso que se encontra depressivo, não se resume a dar orientações e esclarecer dúvidas sobre medicamento, mas sim em saber ouvir, compreender, e ajudar nas orientações,

transformando informações complexas, em resumos simples, no qual essas pessoas possam entender seu tratamento. Um bom acolhimento, estadia, e principalmente estimulação para prática de exercícios físicos, exercícios que mantenham a mente ativa, fazem parte de um bom atendimento de enfermagem (TREVISAN, 2016).

Segundo Fernandes et al. (2010 apud SILVA et al., 2018), é necessário a presença de um profissional de enfermagem capacitado, com visão integral do idoso e sua família. Este profissional deve ser capaz de agir e atuar com criatividade e bom senso. Agindo de forma humanizada, competente e resolutiva. A enfermagem se mostra como agente facilitador no cuidado dos idosos com depressão.

O cuidado designado a equipe de enfermagem é de suma importância para que esses profissionais tenham a devida percepção dos fatores que determinam a depressão nos idosos. Todos os fatores (sociais) que incluem o idoso, devem ser levados em consideração, seu convívio, família, amigos e relacionamentos interpessoais.

A qualificação do enfermeiro é indispensável para que haja uma atuação resolutiva e abrangente, isso tudo para que o profissional faça atendimentos responsáveis e que descubram os fatores, incluindo o ambiente em que esses idosos vivem como fatores responsáveis por desencadear a depressão (RODRIGUES et al., 2012 apud PEREIRA et al., 2019).

Sendo assim, o papel da enfermagem é crucial no reconhecimento da doença, principalmente por ter um contato mais frequente com o paciente, o que possibilita a identificação dos sinais e sintomas do transtorno e dos fatores de risco para o desenvolvimento da patologia, avaliando e implementando ações de tratamento que contribuem para minimizar danos e agravos da depressão, promovendo a saúde e a reabilitação psicossocial do paciente (FRANÇA et al., 2017).

O enfermeiro ao planejar sua assistência, garante sua responsabilidade com o paciente, fazendo com que a qualidade de seus cuidados aumente, dessa forma o profissional garante adequação da atenção primária a saúde, promovendo um envelhecimento ativo e saudável. Com o aumento da longevidade de idosos no Brasil, se torna preciso uma atenção maior a esse público, assim o enfermeiro se torna imprescindível, e sua qualificação é indispensável.

Segundo o estudo de Pereira et al. (2019), o número de idosos diagnosticados com depressão vem reduzindo, 50% deles não são diagnosticados pelos enfermeiros

que prestam atendimento primário acreditando-se que os sintomas são bem parecidos aos sintomas de idade que é a maior queixa entre os idosos, sendo eles a fadiga, falta de apetite, entre outros.

As patologias que causam a depressão na população idosa tem sido uma grande preocupação entre os enfermeiros, estas patologias acabam atrapalhando a vida dos idosos e dificultando estes pacientes a terem uma qualidade de vida satisfatória. E assim consegue-se entender a importância da enfermagem junto ao psiquiatra no tratamento de idosos com depressão, prevenindo o aparecimento de doenças, acolhendo os familiares seja no espiritual, emocional e social, o enfermeiro que é capacitado traz consigo esta ajuda no combate a depressão ao idoso, melhorando a vida dele e contribuindo com a diminuição na taxa de internações e mortalidade.

Pereira et al. (2019), citam a importância do enfermeiro na recuperação destes pacientes, trazendo a eles a autoestima e autonomia perdida, fortalecendo a relação com familiares e devolvendo seus direitos como cidadão. A enfermagem não deve somente esclarecer as dúvidas que se referem a terapia e medicações, devem ouvir o idoso, mostrar que o compreende, e orientá-los de maneira simples que ele o compreenda, orientar a família e seus cuidadores de como cuidar deste idoso, e quando o enfermeiro planeja a assistência junto ao paciente idosos aumentando os cuidados prestados, dando mais atenção à saúde e promovendo um envelhecimento saudável.

Com aumento da expectativa de vida os idosos veem um maior aparecimento de doenças, e assim se torna imprescindível que a enfermagem auxilie no tratamento desses idosos, fornecendo assim um envelhecimento mais saudável e com menos chances do desenvolvimento de doenças psicológicas como depressão e ansiedade.

Segundo Pereira et al. (2019) documentaram em sua pesquisa a depressão é considerada uma doença psiquiátrica comum entre os idosos, no qual acabam não tendo diagnóstico e nem tratamento adequados piorando sua qualidade de vida, sendo que a depressão não faz parte do envelhecer, o transtorno de humor tem prevenção e tratamento. O enfermeiro tem um contato direto com os pacientes e ele sabe que é de extrema importância a detecção dos sintomas de depressão nos idosos, levando em consideração também a importância de saber junto ao psicólogo formas de amenizar os sintomas, deixando claro a importância de cada um na saúde do mesmo.

O estudo de Pereira et al. (2019), apontam que devido ao grande número de idosos com depressão a atenção dos profissionais aos mesmos é muito precária, não somente em idosos mais em qualquer idade acabam prejudicando a qualidade de vida dos pacientes, onde acaba tornando necessário cada vez mais a atuação da enfermagem por uma busca de melhorar a qualidade de vida deles.

#### 4.8.1 Conhecimento de Enfermeiras da Atenção Primária Acerca da Depressão Geriátrica

Segundo estudo feito por Pereira et al. (2019), observa-se que os enfermeiros consideram a depressão geriátrica é um transtorno afetivo e mental e acaba afetando a vida do idoso fazendo com que o mesmo entre em um estado de tristeza permanente afetando suas atividades diárias e fazendo com que o idoso perca o contato social. A depressão na velhice faz com que ele se isole das pessoas, fazendo ter crises de choro com facilidade, perda do interesse pelas atividades cotidianas, perda de um familiar como seu cônjuge, pobreza, não desempenhar uma atividade social, e podem ser decorrentes das doenças crônicas que ele já possui.

A depressão nos idosos pode afetar o físico e o funcional dele, e sendo associado a perda da energia e força, tendo uma redução na vontade de praticar exercícios físicos, se alimentar, perdendo também sua autonomia e agravando patologias pré-existentes sendo estes os fatores que influenciam no estado depressivo do idoso segundo Magalhães et al. (2016), sendo considerado apropriado o diagnóstico e sua contribuição para uma assistência adequada ao idoso

É de extrema importância que a enfermagem conheça os aspectos da doença podendo proporcionar uma melhora do paciente, no atendimento na unidade e sabendo diferenciar os sintomas depressivos das manifestações naturais do envelhecimento, assim a depressão na terceira idade é um transtorno mental e decorre do isolamento social, abandono familiar, doenças crônicas, problemas financeiros, e acabam interferindo na vida familiar e social do idoso.

Em idosos a doença se torna grave por se relacionar com doenças de comorbidades prejudicando a qualidade de vida dele.

É muito importante que a equipe de enfermagem trabalhe em equipe, pois o idoso que pode vir a ser uma pessoa mais calada quando desenvolve a depressão o seu diagnóstico pode ser mais difícil, assim a enfermagem deve estar sempre

atualizada buscando novos conhecimentos, buscando ganhar a confiança do paciente e seus familiares proporcionando uma melhor qualidade de vida e um envelhecimento mais saudável, evitando o suicídio.

Para que os enfermeiros tenham uma estratégia enfrentar adequadamente e trabalhar em equipe, fortalecer vínculos e educação dos profissionais.

## 5 DISCUSSÃO E RESULTADOS

Diante dos resultados obtidos compreende-se que a depressão em pessoas idosas é mais comum do que se espera, sendo facilmente confundida com problemas causados pelo avanço da idade. Alguns sintomas que podem passar despercebidos, pode indicar algum quadro de depressão, como a falta de apetite, insônia, tristeza constante, e isolamento social, sabendo disso, torna-se imprescindível que a família do indivíduo seja presente.

Estudos apontam que o cuidado da família junto ao idoso tem tido uma significativa melhora no tratamento da depressão fazendo assim com que o idoso tenha uma melhor qualidade de vida. Os estudos ainda demonstram que os idosos que possuem maior chance de desenvolver a depressão são aqueles que são deixados em casas de repouso, comprovado a significativa importância da família no cuidado do idoso. Após a criação e elaboração do vídeo informativo sobre a depressão na terceira idade, onde foi postado em redes sociais como WhatsApp, Youtube teve uma boa aceitação e entendimento do público, a ideia do vídeo foi para facilitar o entendimento sobre o assunto proposto

A atuação de enfermagem é cuidar e orientar o paciente e seus familiares sobre a doença, como tratar, qual a importância da família na vida do idoso com depressão, é proporcionar conforto e mostrar a eficácia do tratamento adequado, mostrando que é possível ter uma vida de qualidade

## 6 CONCLUSÃO

Com este estudo consegue-se entender melhor as ações e prevenções no cuidado ao a depressão em idosos, potencializando os cuidados por parte do idosos e seus cuidadores.

Os objetivos foram alcançados uma vez que se compreende como é recomendado cuidar da depressão em idosos. E com o vídeo informativo alcançou-se a transmissão dessa informação de maneira clara e simples para que as pessoas, possam entender como prevenir, identificar e cuidar do doente, e a importância e gravidade desta doença.

Assim entende-se a importância deste estudo no aprendizado profissional e cuidado ao paciente e seus familiares no cuidado aos mesmos, o qual a enfermagem tem um papel de grande magnitude na prestação de cuidados, planejar e orientar a pessoa a ser um membro ativo no seu autocuidado, participante nas medidas tomadas em relação a situação de sua saúde, além da prevenção.

## REFERÊNCIAS

- ALUGAMED. Exercícios para melhorar o equilíbrio de idosos. 2017. Disponível em: <https://alugamed.com.br/blog/exercicios-para-melhorar-o-equilibrio-de-idosos/>. Acesso em: 12 set. 2021.
- ASSOCIAÇÃO PAULISTA PARA O DESENVOLVIMENTO DA MEDICINA – SPDM. **Saiba como a depressão afeta os idosos**. 2016. Disponível em: <https://www.spdm.org.br/saude/noticias/item/2313-saiba-como-a-depressao-afeta-os-idosos>. Acesso em: 12 set. 2021.
- BOTTINO, C. M. C. **Demência e depressão em idosos**. 2010. Disponível em: [http://saude.sp.gov.br/resources/ses/perfil/profissional-da-saude/homepage/grupo-tecnico-de-acoes-estrategicas-gtae/saude-da-pessoa-idosa/apresentacoes-das-videoconferencias/demencia\\_e\\_depressao\\_no\\_idoso.pdf?attach=true](http://saude.sp.gov.br/resources/ses/perfil/profissional-da-saude/homepage/grupo-tecnico-de-acoes-estrategicas-gtae/saude-da-pessoa-idosa/apresentacoes-das-videoconferencias/demencia_e_depressao_no_idoso.pdf?attach=true). Acesso em: 12 set. 2021.
- BOXE DANIEL SMITH. **Pratique atividade física!** Jundiaí, 12 jan. 2018. Facebook: [boxedanielsmith](https://m.facebook.com/boxedanielsmith/photos/a.727295300721716/1498415970276308/?type=3&source=57). Disponível em: <https://m.facebook.com/boxedanielsmith/photos/a.727295300721716/1498415970276308/?type=3&source=57>. Acesso em: 10 set. 2021.
- CARDOSO, L. R. D. Psicoterapias comportamentais no tratamento da depressão. **Psicol. Argum.**, Curitiba, v. 29, n. 67, p. 479-489, out./dez. 2011. Disponível em: <https://periodicos.pucpr.br/index.php/psicologiaargumento/article/view/20359/19627>. Acesso em: 16 set. 2021.
- CARLOS, F. S. A. *et al.* **Assistência de enfermagem ao paciente com depressão**. In: CONGRESSO BRASILEIRO DE CIÊNCIAS DA SAÚDE, 1., 2016, Campina Grande. **Anais eletrônicos** [...]. Campina Grande: Realize, 2016. Disponível em: <https://www.editorarealize.com.br/index.php/artigo/visualizar/18927>. Acesso em: 5 out. 2021.
- COSTA, J. M. S. *et al.* A prevenção da depressão em idosos institucionalizados no Hospital Santo Antônio dos Pobres de Itaperuna-RJ. **Acta Biomedica Brasiliensia**, v. 3, n. 1, jun. 2012. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3969927.pdf>. Acesso em: 23 set. 2021.
- FRANÇA, E. F. G. *et al.* Percepção dos fatores da depressão na terceira idade e o papel da enfermagem na assistência prestada. In: CONGRESSO INTERNACIONAL ENVELHECIMENTO HUMANO, 1., 2017, Maceio. **Anais** [...]. Campina Grande: Realize Eventos Científicos, 2017.
- GARGALHAR pode prevenir doenças. 2016. Disponível em: <http://jornalnovametropole.com.br/wp/gargalhar-pode-prevenir-doencas/>. Acesso em: 10 set. 2021.
- ISTILLI, P. T. *et al.* Antidepressivos: uso e conhecimento entre estudantes de enfermagem. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**, São Paulo, v. 18, n. 3, maio/jun. 2010. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/2814/281421933018.pdf>. Acesso em: 10 set. 2021.



LEPOLD, A. **Como identificar a depressão em idosos?** 2015. Disponível em: <https://adrianalepold.wordpress.com/2015/07/23/como-identificar-a-depressao-em-idosos/>. Acesso em: 10 set. 2021.

LEVIVA. **7 dicas para cuidar e evitar a depressão na terceira idade.** 2019. Disponível em: <https://leviva.com.br/7-dicas-para-cuidar-e-evitar-a-depressao-na-terceira-idade/>. Acesso em: 3 out. 2021.

LIMA, A. M. P. *et al.* Depressão em idosos: uma revisão sistemática da literatura. **R Epidemiol Control Infec**, Santa Cruz do Sul, v. 6, n. 2, p. 97-103, 2016. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/5704/570463798010.pdf>. Acesso em: 14 set. 2021.

MAGALHÃES, J. M. *et al.* Depressão em idosos na estratégia saúde da família: uma contribuição para a atenção primária. **Revista Min Enfermagem**, Teresina, n. 20, p.1-6, out./maio 2016.

MARTINELLI, J. **Principais sintomas da depressão em idosos.** 2016. Disponível em: <https://idosos.com.br/sintomas-depressao-idosos/>. Acesso em: 9 set. 2021.

MORAES, H. *et al.* O exercício físico no tratamento da depressão em idosos: revisão sistemática. **Rev. psiquiatr.**, Rio Grande do Sul, v. 29, n. 1, abr. 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rprs/a/prMmBH7m6Wj7qkYNqRwJH9Q/?lang=pt>. Acesso em: 10 set. 2021.

NÓBREGA, I. R. A. P. *et al.* Fatores associados à depressão em idoso. **Rev. Saúde em Debate**, v. 39, n. 105, p. 536-550, abr./jun. 2015. Disponível em: [https://docvirt.com/asp/acervo\\_cebes.asp?Bib=SAUDEDEBATE&PASTA=V.39%2C+N.105+-+abr.%2Fjun%2F2015&pesq=&x=72&y=7](https://docvirt.com/asp/acervo_cebes.asp?Bib=SAUDEDEBATE&PASTA=V.39%2C+N.105+-+abr.%2Fjun%2F2015&pesq=&x=72&y=7). Acesso em: 10 set. 2021.

PARADELA, E. M. P. Depressão em idosos. **Revista Hospital Universitário Pedro Ernesto**, Rio de Janeiro, v. 10, jan./mar. 2011. Disponível em: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/index.php/revistahupe/article/view/8850/6729>. Acesso em: 9 set. 2021.

PARADELLA, R. **Número de idosos cresce 18% em 5 anos e ultrapassa 30 milhões em 2017.** 2018. Disponível em: <https://www.ibge.gov.br/busca.html?searchword=idosos&searchphrase=all>. Acesso em: 12 set. 2021.

PEREIRA, B. R. S. *et al.* Atuação da enfermagem frente à depressão na população idosa. **Revista Enfermagem Digital Cuidado e Promoção da Saúde**, v. 4, n. 1, p. 51-56, jan./jun. 2019. Disponível em: <https://cdn.publisher.gn1.link/redcps.com.br/pdf/v4n1a10.pdf>. Acesso em: 27 de set. 2021.

RAMOS, F. P. *et al.* Fatores associados à depressão em idoso. **Revista Eletrônica Acervo Saúde**, v. 19, 2019. Disponível em: <https://acervomais.com.br/index.php/saude/article/view/239/154>. Acesso em: 12 set. 2021.

SILVA, L. R. *et al.* Assistência de enfermagem a pessoa idosa com depressão. *In:* CONGRESSO NACIONAL DE ENVELHECIMENTO HUMANO, 2., 2018, Campina Grande. **Anais eletrônicos** [...]. Campina Grande: Realize, 2018. Disponível em: [https://www.editorarealize.com.br/editora/anais/cneh/2018/TRABALHO\\_EV114\\_MD1\\_SA2\\_ID347\\_08102018220400.pdf](https://www.editorarealize.com.br/editora/anais/cneh/2018/TRABALHO_EV114_MD1_SA2_ID347_08102018220400.pdf). Acesso em: 5 out. 2021.

SOUSA, P. H. S. F. *et al.* Enfermagem na prevenção da depressão no idoso. **Braz. J. of Develop.**, Curitiba, v. 6, n. 9, p. 70446-70459, set. 2020. Disponível em: <https://www.brazilianjournals.com/index.php/BRJD/article/view/17024/13852>. Acesso em: 25 set. 2021.

STANNAH, J. As 9 doenças mais comuns nos idosos. *In:* STANNAH, J. **Stannah**. Braga, 6 jun. 2017. Disponível em: <https://blog.stannah.pt/vida-saudavel/as-9-doencas-mais-comuns-nos-idosos/>. Acesso em: 12 set. 2021.

TREVISAN, M. *et al.* O papel do enfermeiro na recuperação de idosos depressivos. **Revista Eletrônica Gestão & Saúde**, v. 7, n. 1, p. 428-40, 2016. Disponível em: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/5555868.pdf>. Acesso em: 2 out. 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION – OMS. **Envelhecimento ativo**: uma política de saúde. Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005.