Centro Universitário do Planalto Central Apparecido dos Santos - UNICEPLAC

Curso de Enfermagem

Trabalho de Conclusão de Curso

Sintomas depressivos no envelhecimento

Gama-DF

2019

AMANDA MOREIRA BRANDÃO DOURADO
YORRANA ALVES MORAIS RODRIGUES

Sintomas depressivos no envelhecimento

Artigo apresentado como requisito para conclusão do curso de Bacharelado em Enfermagem pelo Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – Uniceplac.

Orientador (a) Virginia Rozendo Brito: Prof (a). Especialista em Saúde Mental.

Gama-DF

2019

AMANDA MOREIRA BRANDÃO DOURADO
YORRANA ALVES MORAIS RODRIGUES

Sintomas depressivos no envelhecimento

Artigo apresentado como requisito para conclusão do curso de Bacharelado em Enfermagem pelo Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – Uniceplac.

Gama, 26 de novembro de 2019.

Banca Examinadora

Prof. Nome completo
Orientador

Prof. Nome completo
Examinador

Prof. Nome Completo
Examinador

Sintomas depressivos no envelhecimento

Amanda Moreira Brandão Dourado[1]

Yorrana Alves Morais Rodrigues[2]

Resumo:
Os sintomas depressivos em idosos têm crescido cada vez mais no Brasil e no mundo e isso está relacionado a vários fatores, os mais relevantes são: exclusão social, exclusão familiar e sentimento ou sensação de inutilidade. A depressão, emerge como um dos problemas mentais que mais se evidencia nos indivíduos do sexo feminino, predominado por pessimismo, tristeza, abatimento, alterações de humor, sono, apetite e exílio. Nesta pesquisa foram utilizadas as plataformas digitais: Lilacs (Centro Latinho-Americano de Informação em Saúde), Bdenf (Base de Dados de Enfermagem) e Medline (Medical literature Analysis and Retrieval System Online), entre os anos de 2016e 2019 em língua portuguesa. Os fatores que causam sintomas depressivos nos idosos estão diretamente ligados ao sexo, isolamento social, solidão, baixo nível socioeconômico, ser portador de doença crônica, fragilidade e o próprio envelhecimento. Sendo utilizada para a pesquisa de revisão bibliográfica sistemática integrativa foram encontrados cerca de 1.800 artigos em relação aos temas, mas, após realizado a filtragem de títulos, pontos chaves, resumo e leitura na íntegra, apenas 13 artigos foram selecionados para a pesquisa. Essa abordagem sistemática sobre os sintomas depressivos nos idosos traz para os profissionais de saúde, principalmente de enfermagem, uma preocupação acerca da valorização e estimulação da saúde mental para esse público alvo, uma vez que cabe a esses profissionais trabalharem em equipe para diminuir e/ou reduzir os casos de sintomas depressivos na população.

Palavras-chave: Depressão[1], Envelhecimento[2], Solidão[3], Tristeza[4], Enfermagem[5], Idoso[6].

Abstract:
Depressive symptoms in the elderly have been increasing in Brazil and worldwide and this is related to several factors, the most relevant being: social exclusion, family exclusion and feelings or feelings of worthlessness. Depression emerges as one of the most evident mental problems in females, predominantly pessimism, sadness, sadness, mood swings, sleep,

[1]Graduando Amanda Moreira Brandão Dourado do Curso Enfermagem, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – Uniceplac. E-mail: amandadourado8@gmail.com
[2] Graduando Yorrana Alves Morais Rodrigues do Curso Enfermagem, do Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos – Uniceplac. E-mail: yorrana.rodrigues12@gmail.com

appetite and exile. In this research we used the digital platforms: Lilacs (Latin American Center for Health Information), Bdenf (Nursing Database) and Medline (Medical Literature Analysis and Retrieval System Online), between 2016 and 2019 in Portuguese. The factors that cause depressive symptoms in the elderly are directly linked to gender, social isolation, loneliness, low socioeconomic status, chronic disease, frailty and aging itself. Being used for the research of integrative systematic bibliographic review about 1,800 articles were found in relation to the themes, but, after filtering of titles, key points, summary and full reading, only 13 articles were selected for the research. This systematic approach to depressive symptoms in the elderly brings to health professionals, especially nurses, a concern about the valorization and stimulation of mental health for this target audience, since it is up to these professionals to work in teams to reduce and / or reduce cases of depressive symptoms in the population.

Keywords: Depression[1], Aging[2], Loneliness[3], Sadness[4], Nursing[5], Elderly[6].

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é acompanhado pelo aumento da incidência de doenças crônicas não transmissíveis na população de modo geral, incluindo alguns transtornos mentais, principalmente os demenciais e os depressivos. A depressão é uma das doenças de maior prevalência entre os idosos, com grande impacto na vida do sujeito acometido, possivelmente sendo a causa mais frequente de diminuição na qualidade de vida nesta faixa etária. Ela pode ter consequências graves, além do sofrimento psíquico dos próprios idosos e da família, como prejuízos nos relacionamentos interpessoais e no desempenho de atividades cotidianas, incapacidade relacionada à doença e aumento dos custos em saúde (HELLWING; MUNHOZ; TOMASI, 2016).

Recentemente, nota-se que numerosos idosos enfrentam de forma positiva a situação de estar só, de fato a solidão, e assim transformam a fase do envelhecer a melhor de suas vidas: viajam, saem para se divertir, colocam as atividades físicas em prática para assim não darem espaço a tristeza/solidão. Contudo, conseguem vencer determinadas situações como as mudanças corporais e sentimentos negativos (depressão, inutilidade, pessimismo) deixando de lado o isolamento de seu ciclo social (CAVALCANTI, et al, 2016).

Os sentimentos de solidão são baseados em ganhos e perdas, de ordem biopsicossocioespiritual, onde, na fase do envelhecimento há diversas transformações, tanto individuais quanto familiares. Com o surgimento de novos direitos e perda de outros, o idoso fica mais frágil emocionalmente/ psicologicamente, ou seja, fatores físico, sociais e psíquicos podem de certa forma, contribuir de forma negativa para o surgimento de sentimentos desagradáveis, como depressão e solidão (CAVALCANTI, et al, 2016).

O envelhecimento ocasiona diversas transformações na vida do indivíduo (de ordem biopsicossocioespiritual) e de seus familiares, com o surgimento de novos direitos e perda de outros. Consequentemente, diversos problemas físicos, psíquicos e sociais podem contribuir para o surgimento dos sentimentos de solidão. A solidão é um sentimento de algo vazio e de isolamento que se pode manifestar em todas as fases da vida, principalmente na velhice, mesmo que o idoso conviva com várias pessoas. Assim, a participação de pessoas idosas em grupos de convivência não significa, necessariamente, ausência de solidão. Essa solidão, dentre suas inúmeras consequências, estão à depressão, o comprometimento na qualidade de vida da pessoa e até mesmo o suicídio. Este sentimento penoso e angustiante, geralmente, pode ser observado como traço de personalidade (CAVALCANTI, et al, 2016).

O ser solitário mostra história frequente e intensa de solidão, que pode ser vista

enquanto estado psicológico. As pessoas vivenciam solidão durante diferentes períodos de tempo nos momentos de sua vida. Desta forma, o ser humano pode ter momentos de solidão, pode ser uma pessoa só ou pode sentir-se sozinha, mesmo que esteja em um ambiente com outros indivíduos, sentindo que lhe falta algo, a exemplo do carinho e atenção (CAVALCANTI, et al, 2016).

Quando se afirma que um ser é solitário, estamos identificando que esse ser em diferentes momentos da vida demonstrou meios de exclusão própria. A pessoa solitária não necessariamente precisa estar excluída de algum meio social ou não ser notada (como algumas pessoas dizem debochando ser 'autista'), a real característica da solidão está ligada ao fato de: mesmo que o indivíduo esteja em um ambiente agradável com outras pessoas, ainda lhe falte algo, a exemplo: autonomia, sensação de amparo, atenção, carinho, entre outros (CAVALCANTI, et al, 2016).

A equipe que presta assistência ao grupo da terceira idade requere entender a maneira que os idosos se comunicam, já que os sintomas depressivos podem ser percebidos não somente por ações verbais, mas também não verbais, como por exemplo comportamento, expressão faciais, queixas, gestos, insinuações ou tentativas ao suicídio. Nesse olhar, de que o enfermeiro tem o objetivo de cuidado humano, observa-se como é necessário a realização a este estudo, com o intuito de aprofundar os conhecimentos sobre a depressão perante ao envelhecimento e com o intuito de contribuir para uma percepção maior diante aos familiares e a população, garantindo o bem-estar e melhor convívio social do ser idoso (CAVALCANTI, et al, 2016).

O meio para integrar os idosos na sociedade atual inclui mudar conceitos pré-estabelecidos utilizando das novas tecnologias (com criatividade, sabedoria e inovação) para assim conseguir alcançar o ideal acesso aos serviços oferecidos e facilidades a este grupo populacional, uma vez que é o que mais cresce no país. Essas maneiras integrativas são de responsabilidade dos profissionais de saúde (VERAS; OLIVEIRA, 2018).

Os conceitos psíquicos, físicos e biológicos denotam-se de forma mais enfática. A incapacidade intelectual, a perda de energia, ânimo e disposição evidenciam conceitos psíquicos, e a inaptidão, submissão, decomposição dos órgãos, o encontrar-se doente, não poder trabalhar, a modificação da imagem física, já o envelhecimento enfatizando o final da vida como um processo natural de vida identifica-se como um aspecto biológico, certificando que não é somente um fator que denomina esse fenômeno (FALLER; TESTON; MARCON, 2017).

Assim as patologias que foram alegadas anteriormente têm sido calculadas e acatadas

como algumas das fontes de sofrimento emocional e também de redução da qualidade de vida, especialmente na dos indivíduos de terceira idade, contudo os sintomas de ansiedade e de depressão têm se demonstrado com expressiva frequência entre os idosos e já são considerados problemas agravantes de Saúde Pública (GOMES; REIS 2016).

Como questão norteadora, assumiu-se, fase do envelhecer: quais pensamentos depressivos os idosos têm?

Tem-se como objetivos específicos diante da questão norteadora: identificar quais são pensamentos depressivos na terceira idade, identificar a opinião de idosos em relação aos sentimentos de solidão. Apontar experiências negativas vividas nessa fase relacionado a exclusão familiar e social e identificar pensamentos suicidas. Findou-se o objetivo geral: por que eles ficam depressivos?

Acerca da pessoa idosa em relação a sociedade e ao âmbito familiar, quando se trata da fase do envelhecimento surgem vários sentimentos como: a inutilidade, desamparo, solidão, tristeza, pessimismo, insegurança, tristeza, desconforto social, dependência, desgosto. Esses sentimentos podem gerar mágoas e incertezas que desencadeiam o mal do século: os sintomas depressivos.

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão da literatura do tipo integrativa, com abordagem descritiva. Para elaboração do presente estudo, definimos seis etapas a serem seguidas, a saber: identificação do problema elaboração e seleção da questão norteadora; estabelecimento de critérios para inclusão e exclusão de estudos; definição das informações a serem extraídas dos estudos selecionados; avaliação crítica dos estudos incluídos na revisão integrativa; interpretação dos resultados; apresentação da revisão/síntese do conhecimento (POMPEO; ROSSI; GALVÃO, 2009).

Este estudo foi guiado pela seguinte pergunta norteadora: Quais fatores levam os idodos a apresentarem sintomas depressivos? Para levantamento bibliográfico, utilizou - se as seguintes bases de dados: Lilacs (Centro Latino-Americano de Informação em Saúde), Bdenf (Base de Dados de Enfermagem), e Medline (*Medical Literature Analysis and Retrieval System Online).* Para que pudéssemos estabelecer o objeto de estudo do presente trabalho, estabeleceu – se os seguintes critérios de inclusão: artigos científicos publicados na

íntegra entre os anos de 2016 a 2019, da língua portuguesa que tivessem relevância com a temática proposta. Quanto ao critério de exclusão: monografias, teses, dissertações e resenhas nas bases de dados, bem como artigos nos quais os sujeitos eram: pacientes, outros profissionais e familiares.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

A busca deu-se através dos descritores contidos no DeCS (Descritores em Ciências da Saúde), a saber: “Depressão and Idosos”, “Envelhecimento and Solidão”, “Envelhecimento and tristeza”, “Enfermagem and Idoso and Depressão”, “Solidão and Idoso and Enfermagem”, “Idoso and Solidão”, ‘‘Depressão and Envelhecimento’’, ‘‘Tristeza and Idoso’’. Utilizou-se o operador booleano AND para realizar as combinações, apresentadas na tabela 1.

01 - TABELA GERAL DE ARTIGOS PESQUISADOS

DESCRITORES	ARTIGOS ENCONTRADOS NAS BASES DE DADOS	FILTRO (ANO E IDIOMA)	SELECIONADOS PELA LEITURA DO TÍTULO	SELECIONADOS PELA LEITURA DO RESUMO	INCLUÍDOS NA REVISÃO INTEGRATIVA
Depressão AND Idoso	1036	69	15	10	8
Envelhecimento AND Solidão	55	4	3	3	2
Envelhecimento AND Tristeza	0	0	0	0	0
Enfermagem AND Idoso AND Depressão	120	20	5	3	1
Solidão AND Idoso AND Enfermagem	0	0	0	0	0
Idoso AND Solidão	105	10	4	2	1
Depressão AND Envelhecimento	276	19	3	0	0
Tristeza AND Idoso	85	5	1	0	0
Total	1.619	127	31	18	12

02 - TABELA DE ARTIGOS ULTILIZADOS NA PESQUISA

N°/ Ano de pub.	**Autores**	**Objetivo**	**Base de dados**	**Revista**	**Qualis/ Capes**	**Fatores relacionados à sintomas depressivos**
2016	Inês Gullich; Suele Manjourani Silva Duro; Juraci Almeida Cesar.	O objetivo do presente estudo foi medir a prevalência e identificar fatores associados à ocorrência de depressão entre todas as pessoas com 60 anos ou mais de idade residentes no município de Arroio Trinta, Santa Catarina.	Scielo	Revista Brasileira de Epidemiologia	B1	• Sexo Feminino. • Viver sozinho. • Baixo Nível socioeconômico. • Consome bebida alcóolica em excesso. • Portador de doença física crônica. • Histórico familiar de depressão. • Fumantes. • Solteiro.
2016	Amanda Gilvani Cordeiro Matias; Marília de Andrade Fonsêca Gomes; Maria de Lourdes de Freitas Gomes; Marcos Antonio Almeida Matos.	Determinar a prevalência dos sintomas depressivos entre idosos e correlacionar a concordância entre os métodos de rastreamentos utilizados.	Scielo	Revista Einsten	B2	• Alteração de humor. • Fragilidade como base etiológica.
2015	Gizele Carmem Fagundes Ramos; Jair Almeida Carneiro;	Avaliar a prevalência e os fatores associados aos sintomas depressivos em idosos.	Scielo	Revista Brasileira Psiquiátrica	B1	• Alteração de humor. • Sexo feminino. • Idade avançada.

	Ana Teresa Fernandes Barbosa; José Marcio Girardi Mendonça; Antônio Prates Caldeira.					• Baixa escolaridade. • Solteiro. • Tabagismo.
2016	Giselle Fernanda Previato; Célia Maria Gomes Labegalin; Lígia Carreira; Vanessa Denardi Antoniassi Baldissera.	O objetivo do estudo foi analisar as características multidimensionais de saúde de idosos com sintomas depressivos.	Scielo	Revista Kairós Gerontologia	B3	• Doenças físicas crônicas. • Viver sozinho. • Sexo feminino.
2016	Daniele Viana Medeiros; Wenysson Noleto dos Santos; Maria das Graças de Melo Sousa; Teresinha de Cássia Dias da Silva; Polianna Teles Pontes Silva; Susane de Fátima Ferreira de Castro.	Descrever a percepção do idoso sobre a velhice e o autoprocesso de envelhecimento.	BDENF	Revista de Enfermagem - UFPE	B2	• Situação socioeconômica. • Doenças crônicas. • Viver sozinho.
2018	Letícia Alves Melo; Larissa Andrade; Helena Rita Oliveira Silva; Marisa Silvana	Analisar a relação entre fragilidade, sintomas depressivos e qualidade de vida de idosos.	Scielo	Revista Baiana de Enfermagem	B2	• Doença crônica. • Ausência de autonomia. • Gênero feminino. • Isolamento social. • Viver sozinho.

	Zazzetta; Ariene Angelini dos Santos Orlandi; Fabiana Souza Orlandi.					• Fator socioeconômico. • Baixa escolaridade.
2016	Natália Hellwig; Tiago Neuenfeld; Munhoz Elaine Tomasi.	Medir a prevalência e identificar os fatores associados aos sintomas depressivos em idosos	Scielo	Revista Ciência e saúde coletiva	B1	• Sofrimento psíquico dos próprios idosos e da família. • Prejuízos nos relacionamentos interpessoais. • Prejuízo nas atividades cotidianas. • Depressão em mulheres.
2016	Juliana Macêdo Magalhães; Arethuza de Melo Brito Carvalho; Samuel Moura Carvalho; Delmo de Carvalho Alencar; Wanderson Carneiro Moreira; Adriana da Cunha Menezes Parente	Estimar a prevalência de depressão em idosos em uma Unidade Básica de Saúde, identificar os quadros de depressão na população de idosos que realiza acompanhamento nesta UBS e o uso de medicação para tratamento dos transtornos.	Bdenf	Revista Mineira de Enfermagem	B1	• Depressão no sexo feminino. • Isolamento social. • Pessoas divorciadas e separadas. • Fatores psicossociais, emocionais e econômicos.
2016	Jamília Brito Gomes; Luciana Araújo dos Reis;	Avaliar os níveis de ansiedade e de depressão em uma população de idosos	Scielo	Revista Kairós Gerontologia	B3	• Dependência. • Fragilidade. • Predominância de idosos depressivos

		institucionalizados em municípios do interior do estado da Bahia, Brasil. estado da Bahia, Brasil.				sexo feminino.
2016	Zaida de Aguiar Sá Azeredo e Maria Alcina Neto Afonso.	Conhecer a opinião dos idosos em relação aos sentimentos de solidão.	Scielo	Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia	B2	• Solidão. • Perdas.
2016	Karla Fonseca Cavalcanti; Jogilmira Macêdo Silva Mendes; Fabiana Ferraz Queiroga Freitas; Kaisy Pereira Martins; Raquel Janyne de Lima; Patrícia Kelly Guedes Macêdo.	Identificar os fatores que influenciam a solidão das pessoas idosas.	Scielo	Revista Avances em Enfermagem	B2	• Solidão. • Isolamento. • Sentir-se vazio. • Sexo Feminino.
2017	Jossiana Wilke Faller; Elen Ferraz Teston; Sonia Silva Marcon.	Elaborar uma estrutura conceptual que explique como idosos de diferentes culturas vivenciam o envelhecimento, formulam conceitos e atribuem valores ao processo de envelhecer	Scielo	Revista Gaúcha de Enfermagem	B1	• Envelhecimento. • Conflitos sociais. • Inoperância intelectual.
2018	Renato Peixoto Veras; Martha Oliveira.	Aborda o desenvolvimento de um modelo de atenção à saúde do idoso, buscando	Scielo	Revista Ciência & Saúde	B1	• Velhice.

	colaborar com a discussão sobre o envelhecimento populacional trazida pela nova realidade epidemiológica e demográfica.		Coletiva		

03 - TABELA DOS FATORES QUE CAUSAM SINTOMAS DEPRESSIVOS MAIS RECORRENTES

13 Artigos Selecionados

Sexo Feminino	8
Solidão (viver sozinho)	6
Baixo nível socioeconômico	5
Portador de doença crônica	4
Envelhecer (idade avançada)	3
Solteiro/divorciado/viúvo	3
Isolamento Social	3
Fragilidade	2
Alterações de humor	2
Prejuízo de atividades cotidianas	2
Tabagismo	2
Alcoolismo	1
Histórico familiar de depressão	1
Perdas	1
Dependência	1
Ausência de autonomia	1
Sofrimento psíquico dos idosos e da família	1
Prejuízo nos relacionamentos interpessoais	1
Conflitos sociais	1
Fatores psicossociais,	1

emocionais e econômicos	
Busca do envelhecer saudável	1

Os fatores relacionados aos sintomas depressivos segundo Gullich et al (2016) são ser do sexo femino, viver sozinho baixo nível socieconômico, alcoolismo e tabagismo, portador de doença física e crônica, histórico familiar de depressão e ser solteiro, já para Matias et al (2016) esses fatores se resumem a alteração de humor e fragilidade, assim como para Ramos et al (2015) que se refere a esses fatores frizando a alteração de humor, ser do gênero feminino, ter idade avançada, baixa escolaridade, tabagismo e solteira. Para Previato et al (2016) as doenças físicas crônicas, ser do sexo feminino e viver sozinho são pontos chaves dos sintomas depressivos.

Segundo Medeiro et al (2016) há uma correlação dos sintomas depressivos com viver sozinho, doenças crônicas e situação socioeconômica, do mesmo modo que Melo et al (2018) que afirma sobre as doenças crônicas, ser do sexo femino, viver sozinho e isolamento social, fator socioeconômico, baixa escolaridade e ausência de autonomia. Conforme Hellwig et al (2016) os sintomas depressivos estão relacionados com sofrimento psíquico dos próprios idosos e da família, prejuízos dos relacionamentos interpessoal e nas atividade cotidianas e como encontrados nos artigos anteriormente sexo feminino.

De acordo com Magalhães et al (2016) depressão no sexo feminimo, isolamento social, viuvez, divórcios e fatores psicossociais, emocionais e econômicos se fazem parte dos sintomas da depressão na fase do envelhecimento, relacionado a Gomes e Reis (2016) dependência, fragilidade e sexo feminino fazem parte desse grupo de sintomas. Conforme Azeredo e Afonso (2016) os sintomas mais frequentes estão relacionados a solidão e perdas, já Cavalcanti et al (2016) fala sobre ser do gênero feminino, sentir-se vazio, isolamento e solidão.

Faller et al (2017) relata sobre o envelhecimento, conflitos sociais e inoperância intelectual, assim como Veras e Oliveira (2018) que afirma ser um dos sintomas depressivos a própria velhice.

Foram selecionados trezes (13) artigos para a pesquisa, os quais afirmam serem fatores que causam os sintomas depressivos mais decorrentes em idosos com destaque em: gênero feminino, solidão/viver sozinho, baixo nível socioeconômico, ser portador de doença crônica e estar no processo da fase do envelhecer, assim como ser solteiro (a), divorciado (a) ou a viuvez, e isolamento social. Outros fatores encontrados foram fragilidade, alterações de

humor, prejuízos de atividade cotidianas (falta de autonomia), tabagismo, alcoolismo, histórico familiar de depressão, perdas, dependência, sofrimento psíquico dos idosos e da família, prejuízo nos relacionamentos interpessoais, conflitos sociais e fatores psicossociais, emocionais e econômicos.

Segundo Sales et al (2016) evidencia-se que o envelhecimento no Brasil, como também em outros países, caracteriza-se como um fato influentemente caracterizado pelo sexo feminino, tornando-o assim questão de gênero. Partindo desse contexto, citam que se torna fundamental que o gênero caracteriza as desigualdades culturalmente criadas entre o sexo masculino e feminino e as correlações vivenciadas entre eles. Contudo, a partir do reparo das desigualdades de gênero, o mundo cria e ressalta os papeis de homem e mulher em meio a sociedade, papeis que serão impostos por toda vida, especialmente na fase do envelhecimento. Assim é dado a esse contexto, o dever a mulher com o lar, marido, filhos, e saúde emocional.

Assim por dados do censo demográfico brasileiro foi constatado ainda na pesquisa de Sales et al (2016), de que as mulheres se refere a cerca de 55,5% da população idosa. A análise de dados aponta que apesar de o processo envelhecer seja inevitavelmente natural, apresenta forte domínio feminino. Desse modo surgem vários aspectos relacionados ao aumento do envelhecimento relacionado ao sexo feminino, como os aspectos sociais, físicos e psíquicos.

Contudo relata Sales et al (2016) que é nesse momento da vida em que a maiorias das mulheres passam pela perda do cônjuge, descobertas e presença de doenças, dificuldades familiares, dificuldades relacionada à recursos financeiros, ausência de suporte da família e amigos, assim podendo desencadear problemas depressivos, já Stedile et al (2017) etnotam que os problemas enfrentados frente a velhice podem estar correlacionados as mudanças relacionadas ao envelhecer e as distintas perdas suportadas durante a vida. Os idosos consequentemente passam por modificações em âmbitos familiares, sociais, perda da autonomia e área financeira.

A depressão, consequentemente, emerge como um dos problemas mentais que mais se evidencia nos indivíduos do sexo feminino, predominada por pessimismo, tristeza, abatimento, alterações de humor, sono, apetite e exilio diz Sales et al (2016), assim concorda Stedile et al (2017) que os idosos costumam vivenciar mudanças em seus papeis familiares e sociais, frequentemente relacionadas à redução de autonomia, de condições financeiras e relacionamento interpessoal, até mesmo por falecimento do cônjuge ou de pessoas próximas como amigos e familiares. Contudo, lidar com essas mudanças pode fazer com que haja o

surgimento de sintomas depressivos, entretanto, o cuidado à saúde mental retrata um problema de saúde pública, pois eleva custos e prejuízos para o indivíduo que vivência a doença e também para os parentes próximos acrescentando Sales et al (2016).

As transformações naturais são notadas com a presença de rugas, cabelos grisalhos, manchas na pele, dentre outros. Já as psicológicas ressaltam pela vivência do indivíduo com cada fato vivido dia após dia, como perdas e dificuldades. Já as sociais são denominadas pela limitação, consequentemente diminuição do poder físico e improdutividade afirma Sales et al (2016).

No país, sobre a condição de saúde da mulher idosa, é aumentada devido aos aspectos socioeconômicos. Pesquisas apontam que baixo grau escolar, submissão a atividades do dia a dia influenciam a desencadear o aparecimento da depressão. Destacam-se que a aposentadoria, doenças crônicas, perdas do companheiro/companheira, ausência de apoio familiar, exílio, ausência da pratica de exercícios físicos, colaboram também para o surgimento da depressão. Porém ressalta-se que as mulheres idosas procuram mais ajuda relacionada a saúde, aceitam com mais facilidade aos tratamentos e são mais fáceis de interagir, o que resulta na maior facilidade de detectar os casos, relata Sales et al (2016).

Relacionada a perda de conhecidos, amigos ou familiares, Stedile et al (2017) compreende-se um momento traumático, independente de qual fase da vida isso aconteça. Ainda nesse contexto, mesmo que a morte durante o envelhecimento seja vista como um fato natural durante a vida, a viuvez ocasiona sérios problemas em relação a saúde do idoso, assim a morte do cônjuge se dá um dos acontecimentos de maior adaptação do idoso.

Destaca-se ainda, que a depressão, está ligada a negação do autocuidado gerando um número alto de suicídio desse grupo populacional (idosos). Assim, a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa tem como objetivo resgatar, estimular e encorajar a autonomia e liberdade dos idosos a busca dos serviços da Atenção Básica para melhor qualidade de vida narra Sales et al (2016).

Ter ou estar com um companheiro está diretamente ligada a qualidade de vida, principalmente na velhice. Com a consequência da saída dos filhos de casa, os cônjuges passam a depender de uma maneira maior um do outro, tornando o laço entre o casal fortalecido, assim, a maior convivência faz com que um seja referência de apoio ao outro, seja como companheiro e cuidador. Assim a presença de um companheiro é entendida como uma causa protetora no desenvolver da velhice relata Stedile et al (2017).

Contudo, o falecimento do parceiro, principalmente em união matrimonial de anos de duração, delimita o começo de uma nova fase da vida do idoso, adquirindo em meio a

circunstância uma visão de “estar só” mediante a sociedade. Ressaltando que as repercussões relacionadas ao meio social decorrentes da viuvez feminina e masculina são totalmente diferentes. Pesquisas mostram de um modo geral que homens se casam novamente depois das perdas de suas mulheres, fazendo com que o sofrimento em relação a viuvez sofra bem menos mudanças em comparação a mulher, fazendo assim, com que a mulher idosa vivencie um sofrimento durante um tempo maior. Assim, a visão da sociedade para o recasamento do homem é bem mais aceitável comparado a mulher, ressaltando que o mesmo, procure mulheres mais joviais para uma união, já as mulheres, homens mais velhos para uma união conjugal, fazendo com que haja maiores índices de recasamento para o gênero masculino conclui Stedile et al (2017).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A pesquisa de revisão bibliográfica sistemática integrativa com ponto chave nos sintomas depressivos, mais ocorrentes, em idosos evidenciou principalmente ser do gênero feminino, solidão, ter baixo nível socioeconômico, ser portador de doença crônica, próprio envelhecer, ser solteiro, divorciado ou viuvez e isolamento social. Esses foram os maiores fatores e índices encontrados em resposta á questão norteadora.

Segundo a análise crítica dos artigos selecionados que embasam a teoria científica acerca de sintomas depressivos, finda-se a necessidade de estimular principalmente aos profissionais de saúde a ação de desmitificar o preconceito da população relacionados aos sintomas depressivos.

Estimular ações para a população como um todo sobre o tema “saúde mental e sua importância”, levando em consideração a terceira idade, idade fragilizada como citada na pesquisa integrativa.

No entanto, realizar ações voltados para o gênero feminino demonstrando a importância da proximidade de amigos e família nessa última da vida, isso é responsabilidade em caráter técnico e ético dos profissionais de enfermagem (enfermeiro-as).

O cuidado da saúde mental vem se tornando cada vez mais necessário e evidente no seculo XXI, uma vez que segundo as referências citadas acima o público alvo que necessita dessa atenção especializada é o gênero feminimo, indivíduos que habitam sozinhos sem nenhum tipo de companheiro e idosos.

REFERÊNCIAS

AZEREDO, Zaida de Aguiar Sá and AFONSO, Maria Alcina Neto. **Solidão na perspectiva do idoso.** Rev. bras. geriatr. Gerontologia, Rio de Janeiro vol.19, nº2, pp.313-324, janeiro 2016.

CAVALCANTI, Karla Fonseca et al. **O olhar da pessoa idosa sobre a solidão.** Rev. Av. enfermagem, Bogotá, vol. 34, nº3, dezembro 2016.

DURO, Suele Manjourani Silva; CESAR, Juraci Almeida; GULLICH, Inês. **Depressão entre idosos: um estudo de base populacional no Sul do Brasil.** Revista Brasileira de Epidemiologia, São Paulo, vol.19, nº04, oct./dec. 2016.

FALLER, Jossiana Wilke; TESTON, Elen Ferraz; MARCON, Sonia Silva. **Estrutura conceptual do envelhecimento em diferentes etnias.** Rev. Gaúcha Enfermagem, Porto Alegre, vol. 39, julho 2017.

GOMES, Jamília Brito; REIS, Luciana Araújo. **Descrição dos sintomas de Ansiedade e Depressão em idosos institucionalizados no interior da Bahia, Brasil.** Revista Kairós Gerontologia, São Paulo, v. 19, nº1, março 2016.

HELLWING, Natália; MUNHOZ, Tiago Neuenfeld; TOMASI, Elaine. **Sintomas depressivos em idosos: estudo transversal de base populacional.** Rev. Ciên. Saúde coletiva, Rio de Janeiro, vol. 21, nº11, novembro 2016.

MAGALHÃES, Juliana Macêdo et al. **Depressão em idosos na estratégia saúde da família: uma contribuição para a atenção primária.** Revista Mineira de Enfermagem, Teresina, vol. 20, nº947, abril 2016.

MATIAS, Amanda Gilvani Cordeiro et al. **Indicadores de depressão em idosos e os diferentes métodos de rastreamento.** Revista Einstein São Paulo, São Paulo, vol. 14, nº01, jan/mar 2016.

POMPEO e et al. **Revisão integrativa: etapa inicial do processo de validação de diagnóstico de enfermagem.** Rev Acta Paul Enferm, São Paulo, vol. 22(4) nº434-8, 2009.

RAMOS, Gizele Carmem Fagundes et al. **Prevalência de sintomas depressivos e fatores associados em idosos no norte de Minas Gerais: um estudo de base populacional.** Revista J Bras. Psiquiatr, Minas Gerias, vol. 64, nº2, pp.122-131, abril 2015.

SALES, Jaqueline Carvalho e Silva; JÚNIOR; Fernando José Guedes da Silva; VIEIRA, Chrystiany Plácido de Brito et al. **Feminização da velhice e sua interface com a depressão: revisão integrativa.** Revista de enfermagem, Recife, vol. 10(5):1840-6, maio 2016.

STEDILE, Taline; MARTINI, Maria Ivone Grilo; SCHMIDT, Beatriz. **Mulheres idosas e sua experiência após a viuvez.** Revista Pesquisas e Práticas Psicossociais, São João, vol. 12, nº2, março 2017.

VERAS, Renato Peixoto; OLIVEIRA, Martha. **Envelhecer no Brasil: a construção de um modelo de cuidado.** Rev. Ciência Saúde coletiva, Rio de Janeiro, vol. 23, nº6, junho 2018.

AGRADECIMENTOS

A dupla agradece primeiramente a Deus, por ter ofertado saúde e condições para concluir o nivel superior, aos pais/responsáveis, familiares, marido e amigos pelo apoio, incentivo e amor durante todo esse trajeto. É com muito orgulho e alegria que concluímos essa etapa das nossas vidas, dedicamos esses cinco anos ao nosso esforço, competência e persistência . Agradecemos aos professores pelo conhecimento e paciência, foi satisfatório partilhar dessa sabedoria com os doscentes, assim, entregamos nas mãos de Deus nossa próxima fase de vida, estando o esforço, competência e persistência presente em todas as nossas ações. E com gratidão encerramos esta etapa.