



UNIVERSIDADE FEDERAL DE SÃO PAULO
UNIVERSIDADE ABERTA DO SUS

GABRIEL ANTONIO VILLAS BOAS DO PRADO

PREVENIR E IDENTIFICAR A DEPRESSÃO NA TERCEIRA IDADE

SÃO PAULO
2020

GABRIEL ANTONIO VILLAS BOAS DO PRADO

PREVENIR E IDENTIFICAR A DEPRESSÃO NA TERCEIRA IDADE

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Curso de Especialização em Saúde da
Família da Universidade Federal de São Paulo
para obtenção do título de Especialista em
Saúde da Família

Orientação: CAROLINA SIMAO

SÃO PAULO
2020

Resumo

O presente trabalho tem como objetivo facilitar o manejo da depressão que é uma doença crônica psiquiátrica no idoso, pois muitas vezes seus sintomas nessa faixa etária podem ser confundidos com características da idade, portanto é de suma importância sempre estarmos atentos aos pequenos detalhes, pois quanto antes for detectada e tratada, melhor será a qualidade de vida desse e idoso e diminuirá as possibilidades de problemas decorrentes dessa patologia futuramente.

Palavra-chave

Conscientização. Idoso. Depressão.

PROBLEMA/SITUAÇÃO

O presente trabalho tem como objetivo facilitar a promoção, prevenção, diagnóstico e tratamento da depressão que é uma doença crônica no idoso, que está se aumentando gradativamente na minha Cidade de alocação, pois ,os sintomas nessa faixa etária podem ser confundidos com características da idade. Portanto é de suma importância sempre estarmos atentos aos pequenos detalhes, essa doença, quanto antes for detectada e tratada, melhor será a qualidade de vida desse e idoso e diminuirá as possibilidades de problemas futuros. Ao longo dos 10 meses em exercício da função já foram diagnosticados mais de 70% dos idosos com casos de depressão, causada por vários motivos, dentre eles os familiares.

ESTUDO DA LITERATURA

Para entendermos a depressão é necessário saber diferenciá-la de tristeza. Então conceituamos tristeza como quando perdemos, mudamos ou deixamos de conquistar algo que realmente almejamos ou que tínhamos carinho extremo, como por exemplo, a perda de um ente querido, mudança de emprego, ou uma nota ruim em uma prova. Porém esse sentimento perdura nada mais do que algumas horas ou dias e é considerado uma tristeza justificável. Já a depressão é uma tristeza profunda, um sentimento ruim que pode durar de duas semanas a meses ou anos dependendo do quanto tempo o indivíduo percebe que precisa de ajuda para mudar esse fato. E é uma tristeza totalmente sem motivo, a pessoa se sente desmotivada, lenta, sem vontade de trabalhar, sair ou até mesmo se cuidar. Pode causar ainda alterações no apetite, dificuldade de concentração, e insônia, todos esses fatores pode ser o caminho para desencadear doenças oportunistas o que faz com que a depressão seja uma patologia extremamente prejudicial. Estudos realizados em pessoas com 55 anos ou mais mostrou que, em média, a prevalência de depressão é de 14,4% no âmbito hospitalar, 10,4 % na comunidade e 7,77% em pacientes da atenção primária. (Wannmacher, 2016, p. 1) É importante também se atentar ao gênero feminino que é mais suscetível a desenvolver uma depressão devido ao fato das mulheres serem mais sensíveis a episódios do cotidiano como, perda, luto, ansiedade, autoestima e falta de prazer.

Segundo a Classificação internacional de doenças e problemas relacionados com a saúde (CID), é uma tabela criada pela Organização Mundial de Saúde (OMS) para classificar os tipos de doenças existentes no mundo e suas divisões como por exemplo a depressão, que está nomeada de F32, têm como subtipos: depressão leve, moderada, grave sem sintomas psicóticos, grave com sintomas psicóticos, outros episódios depressivos e depressão não especificada (THEES, 2019).

Segundo a OMS o CID F32, a depressão possui episódios que é possível diagnosticar, conforme o sintoma que o indivíduo sente, sintomas esses podendo ser: diminuição da energia; perda de interesse; baixa autoestima; diminuição da capacidade cognitiva; perda de apetite; perda de peso; falta de prazer; problemas no sono; pensamentos suicidas; perda da libido; dificuldade em realizar tarefas diárias; falta de vida social. São exemplos de sintomas que somados pode aumentar gradativamente o grau de depressão e geralmente sem o tratamento adequado tende a aumentar.

Episódio de depressão leve (F32.0): Nessa classificação geralmente o paciente tende a apresentar dois ou três sintomas citados acima. Mas conseguirá realizar suas atividades diárias normalmente.

Episódio de depressão moderada (F32.1): Agora o paciente passa a ter quatro ou mais sintomas citados e provavelmente começa a ter dificuldades em realizar suas tarefas de rotina.

Episódio de depressão grave sem sintomas psicóticos (F32.2): Nesse estado o paciente começa a apresentar sintomas somáticos e conseqüentemente mais presentes e intensos, pensamentos suicidas e atos que atentam sobre sua própria vida.

Episódio de depressão grave com sintomas psicóticos (F32.3): Este é considerado a pior fase da patologia, pois o indivíduos tende a ter delírios, confusão mental, reações não condizentes

com sua índole, é capaz de atentar contra a sua vida e de outras pessoas até mesmo familiares e colegas, infelizmente nessa fase é comum ocorrer o suicídio.

Outros episódios depressivos (F32.8): São geralmente episódios isolados de depressão com sintomas mais leves.

Episódio depressivo não identificado (F32.9): Depressão SOE (sem outras especificações), transtornos depressivos SOE (sem outras especificações).

Conscientizar sobre os riscos e perigos de uma depressão em idosos, que comumente pensamos que esses iram adoecer, esse estigma deve ser quebrado, pois, muitas das vezes eles adoecem por falta de informação e até mesmo por falta de atenção, e amor da família e pessoas que vivem ao seu redor. Envelhecer é um processo normal de todo ser humano, mas as patologias que acompanha essa realidade pode ser prevenida com mudanças de hábitos no cotidiano que tornam os indivíduos mais saudáveis. Dentre esse escopo, a atividade física, é um recurso que deve ser usado muito antes do corpo começar a sentir as dores do tempo, e com certeza fará com que a sua saúde física e mental estejam em consonância para a prevenção de doenças nessa fase da vida. As patologias quando associadas a depressão que é capaz de desencadear inúmeras doenças oportunistas, como hipertensão e demência por exemplo. Tal doença pode ser fatal para alguns idosos e que vivem abandonados, negligenciados e institucionalizados, ou seja eles não tem a força de vontade e nem o desejo de viver devido ao fato de que acham que não tem valor algum, nem para a família e muito menos pra si próprio, esse tipo de pensamento pode resultar em uma tentativa de suicídio ou até mesmo o suicídio em si que pode ser muitas vezes confundido como “coisas da idade”, e que muitas das vezes fechamos os olhos para a verdadeira realidade de tristeza vivida por essas pessoas.

Os registrou entre os anos de 2011 e 2016, mostram que foram 62.804 mortes por suicídio, a maioria (62%) por enforcamento. Os homens concretizaram o ato mais do que as mulheres, correspondendo a 79% do total de óbitos registrados. Os solteiros, viúvos e divorciados, foram os que mais morreram por suicídio (60,4%). Na comparação entre raça/cor, a maior incidência é na população indígena. A taxa de mortalidade entre os índios é quase três vezes maior (15,2) do que o registrado entre os brancos (5,9) e negros (4,7). (MACIEL, 2017).

De acordo com esse estudo, podemos ver a gravidade da depressão e o quanto é abrangente na nossa sociedade, a prevenção dessa doença fica cada vez mais necessária no mundo fútil em que vivemos. Por isso, vejo a necessidade de implementar ações de promoção e prevenção para os idosos do território, tais como, a desinstitucionalização e acolhimento, ouvílos e representá-los perante a situação como profissionais da saúde.

AÇÕES

O presente trabalho aborda as questões que envolvem o envelhecimento precoce das funções sociais do indivíduo, dentre elas enfatizamos a depressão na terceira idade, e mostrar o quão importante a identificação do problema. Para a formulação do trabalho foram utilizadas pesquisas descritivas e bibliográficas para uma maior abrangência do assunto e discussão, afim de minimizar o surgimento de mais casos da patologia. Para isso estou promovendo com minha ESF visitas mais regulares, um acompanhamento continuada em domicilio e realizando a participação dos Idosos na sociedade, de que forma?

Local: Itapura - São Paulo

Público alvo: Pessoas da Terceira Idade

Profissionais envolvidos e a função de cada um no projeto: Médicos realizando visitas de controle, enfermeiros dando seguimento e orientações sobre medicação, psicóloga orientando na rotida e mudanças necessárias, ACs realizando acompanhamento diário e informando sobre a necessidade de dar seguimentos.

Criando grupos de idosos, com danças, esportes, brincadeiras coletivas, grupos de bate papo sobre o problema e junto realizando o tratamento e avaliações necessárias que irá minimizar o sentimento de futilidade na sociedade que está instaurado em cada pesquisado por mim e minha equipe. Pretendo com minha equipe dar continuidade em alguns projetos e colocar novos projetos em práticas já supracitados. Estou integrando os idosos realizando convites em consultório e também na Visita Domiciliar, o convido para um grupo de bate papo para aprenderam formas de se alimentar e a importancia de realizar o tratamento, e devagar ele mesmo vai tomando decisões de participar de outros grupos.

As fontes para a escolha do assunto podem originar-se da experiência pessoal ou profissional, de estudos e leituras, da observação, da descoberta de discrepâncias entre trabalhos ou da analogia com temas de estudo de outras disciplinas ou áreas científicas (MARCONI e LAKATOS, p.45, 2003).

Dentro das ações, estará inserido toda a Equipe de Estratégia de Saúde da Família, e o maior triunfo será realizado pela visitas diárias dos Agente Comunitários de Saúde por terem maior acesso a essa família, e com isso, fazer agendamentos e dar seguimento ao tratamento e dar orietações.

RESULTADOS ESPERADOS

Contribuir com a qualidade de vida do Idoso. Deve se mostrar como é importante a presença dos idosos em nossa sociedade, para entendermos o envelhecer, abordar assuntos como sexualidade, convivência social e cultural com nossos idosos, proporcionando-lhes, informação adequada para que eles saibam como enfrentar esse fato biológico e especial que é o envelhecimento. Deve se levar em consideração também o fato da prevenção que ainda é a forma mais viável de diminuir a incidência da depressão na terceira idade.

Esperando assim que o paciente volte a ter participação na sociedade como um membro ativo e preparado aos desafios dessa nova fase da vida.

REFERÊNCIAS

ALBIERO, Ana Carolina Leandro da Rocha, ITSUKO, Suely Ciosak. **Doença Crônica no idoso: Espiritualidade e enfrentamento**. Revista da escola de Enfermagem (2014). P. 95.

ANDRADE Ainpa, MARTINS Rml. **Funcionalidade familiar e qualidade de vida dos idosos**. Millenium. 2011, v. 40, p.185-99.

BERNARDES, Fátima. **Depressão: causas, sintomas, tratamentos, diagnósticos e prevenção**. Ministério da Saúde. 2019. Disponível em:<
<http://saude.gov.br/saudede-a-z/depressao>>. Último acesso em: 03/11/2019.