

COMO A FISIOTERAPIA PODE PROPORCIONAR QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO COM DEPRESSÃO

SANTOS, D. de O. dos S.¹; GROSSI, C. L. Del²

RESUMO

Objetivo: Conscientizar a importância da fisioterapia do idoso com depressão. **Método:** Trata-se de uma revisão bibliográfica, realizada em artigos científicos do período 2000 a 2021. **Resultados:** Conscientização dos profissionais, em indivíduos Idosos com transtornos mentais. **Conclusão:** Conclui-se que a associação de recursos fisioterapêuticos e estratégias que contribuirá, para a qualidade de vida do idoso com depressão. Terá respostas no tratamento, a partir da conscientização multiprofissional.

Palavras-chave: Depressão. Qualidade de vida. Idoso.

ABSTRACT

Objective: To raise awareness of the importance of physical therapy for the elderly with depression. **Method:** This is a literature review, carried out on scientific articles from the period 2000 to 2021. **Results:** Awareness of professionals in elderly individuals with mental disorders. **Conclusion:** It is concluded that the association of physical therapy resources and strategies will contribute to the quality of life of elderly people with depression. Will have answers in the treatment, from the multiprofessional awareness.

Keywords: Depression. Quality of life. Elderly

INTRODUÇÃO

Os principais problemas que ocorrem durante o período de envelhecimento são os danos no sistema nervoso central (que comprometem a memória tornando-a mais fraca com o passar do tempo) e problemas psicológicos. A expressão “envelhecimento ativo” tem crescido consideravelmente, assim como o número de seus adeptos. Trata-se de envelhecer priorizando, além de atividades sociais, as afetivas, profissionais e amorosas. Essas atividades preenchem o dia dos idosos deixando-os ocupados e tornando-os presas mais difíceis aos problemas de saúde e

¹ Danyelle Cristina de Oliveira dos Santos. Graduanda do Curso de Fisioterapia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2021. Contato: danyellesantos185@gmail.com

² Cássio Lúcio Del Grossi. Orientador da pesquisa. Docente do Curso de Fisioterapia da Faculdade de Apucarana – FAP. Apucarana – Pr. 2021. Contato: cassio.lucio@fapmail.com.br

psicológicos (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE, 2005).

As causas de depressão no idoso configuram-se dentro de um conjunto amplo de componentes onde atuam fatores genéticos, eventos vitais, como luto e abandono, e doenças incapacitantes, entre outros. Cabe ressaltar que a depressão no idoso frequentemente surge em um contexto de perda da qualidade de vida associada ao isolamento social e ao surgimento de doenças clínicas graves (STELLA; GOBBI; CORAZZA; COSTA, 2002).

METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão bibliográfica sobre o tema de característica qualitativa, por meio da integração da leitura e escolha de estudos selecionados para o trabalho em questão. A busca por publicações científicas foi realizada por meio das bases de dados indexadas ao GOOGLE Acadêmico, *Scientific Eletronic Library Online* (SciELO), publicados entre 2000 a 2021. Incluindo os descritores: Depressão, Qualidade de vida, Idoso, Fisioterapia. Foram incluídos artigos disponibilizados na língua portuguesa, e que estabelecessem a relação entre a depressão e os recursos fisioterapêuticos utilizados no bem estar do idoso.

RESULTADOS

Foram encontrados oito estudos relevantes à revisão. Os artigos incluídos na revisão encontram-se no quadro 1.

Quadro 1 – Resumo dos estudos

AUTORES	TIPO DE ESTUDO	CONCLUSÃO
LEITE; CARVALHO; BARRETO; FALCÃO (2006)	Estudo de caso	A presença de DP na população estudada, a ponta planejamento por parte do programa, de ações direcionadas aos casos.
POWELL; ABREU; OLIVEIRA; SUDAK (2008)	Revisão não sistemática, provenientes de metanálises e livros- texto especializados	A TCC apresenta evidências empíricas de eficácia no tratamento da DP, oferecida de forma isolada ou em combinação com farmacoterapia

FREITAS; SCHEICHER (2010)	Estudo de caso	Os resultados permitem concluir que a QV em IIS tende a ser ruim. Pelo fato de não haver alternativas como recreação e/ou fisioterapia.
LISBOA; MEEREIS; GONÇALVES; SILVA (2013)	Estudo transversal	Idosos ex- tabagistas GI apresentem piores condições respiratórias, maiores níveis DP prejuízo na QV em relação GIN.
SANTOS; ALMEIDA; ARAÚJO; PAIVA (2017)	Estudo de caso	Os resultados sugerem que associe música com a FT pode ter impacto positivo sobre IIS, contribuindo para a melhora DP.
SILVA; VIEIRA; BRITO (2019)	Revisões bibliográficas	Promove saúde e tratamento DP, exercício físico refletindo QV. Se percebe que a Hidroterapia proporciona satisfação na prática do exercício.
MEDEIROS; ATAÍDE; CAVALCANTE; COSTA (2020)	Revisão integrativa da literatura	Fisioterapia é de grande importância em pacientes DP.
ALMEIDA; GABRIEL; AMORIM (2021)	Revisão bibliográfica	A Fisioterapia e a equipe multidisciplinar, a assistência a este paciente com DP e de suma importância.

Fonte: Autora da pesquisa, 2021.

Sigla: (QV) qualidade de vida, (GNI) grupo não institucionalizados, (GI) grupo institucionalizados, (FT) fisioterapia, (IIS), (TCC) terapia cognitivo- comportamental.

CONCLUSÃO

A depressão afeta o hipocampo, a amígdala e o córtex pré- frontal. Que fornece a aprendizagem, concentração e as memórias processadas e arquivadas. E através dos recursos fisioterapêuticos citados, promover aos pacientes com transtornos mentais, estímulos neurotransmissor. Que promovem saúde, previne doenças, contribuindo de forma significativa com o tratamento alternativo para estes pacientes.

REFERÊNCIAS

ALMEIDA, Marina Tzortzato; GABRIEL, Larissa Bolzani; AMORIM, Patrícia Brandão. O papel do fisioterapeuta no tratamento de pacientes com transtornos Mentais. **Revista Científica Multidisciplinar**, Ciências Exatas e da Terra, Sociais, da Saúde, Humanas e Engenharia/Tecnologia, v. 2, n. 8, 2021. Disponível em: <http://www.recima21.com.br/index.php/recima21/article/view/604/533>. Acesso em: 30 Ago. 2021.

FREITAS, Mariana Ayres Vilhena de; SCHEICHER, Marcos Eduardo. Qualidade de vida de idosos institucionalizados. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, 2010. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/ZwHmySy3rqG4YbSjkbvHjYL/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 11 Jul. 2021.

GIOVONI, Adriana; MELO, Gislaine de Ferreira; PARENTE, Isabela; DANTAS, Gabriela. **Elaboração e validação da Escala de Depressão para Idosos**. Disponível em: <https://www.scielo.org/pdf/csp/2008.v24n5/975-982/pt>. Acesso em: 12 Maio 2021.

GRAVE, Magali; ROCHA, Cristianne Famer; PÉRICO, Eduardo. **A formação do profissional fisioterapeuta na atenção à saúde do idoso: uma revisão integrativa**. Disponível em: <http://seer.upf.br/index.php/rbceh/article/view/2295>. Acesso em: 18 Jul. 2021.

LEITE, Valéria Moura Moreira; CARVALHO, Eduardo Maia Freese de; BARRETO, Kátia Magdala Lima; FALCÃO, Ilka Veras. **Depressão e envelhecimento: estudo nos participantes do Programa Universidade Aberta à Terceira Idade**. [2006]. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbsmi/a/374WDBwMmGjRDd6PWKjs8Cs/?lang=pt&format=pd>. Acesso em: 2 Set. 2021.

LISBOA, Aline Porto Alegre Zeilmann; MEEREIS, Estele Caroline Welter; GONÇALVES, Marisa Pereira; SILVA, Antônio Marcos Vargas da. **Análise comparativa entre idosos ex- tabagistas institucionalizados e não institucionalizados quanto à função respiratória, níveis de ansiedade, de depressão e de qualidade de vida**. [2013]. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/19630/14504>. Acesso em: 16 Jul. 2021.

MACEDO, Camila; GAZZOLA, Juliana Maria; NAJAS, Myrian. **Síndrome da fragilidade no idoso: importância da fisioterapia**. Disponível em: <file:///C:/Users/User/Downloads/154-Texto%20do%20artigo-301-1-10-20140326.pdf>. Acesso em: 21 Jul. 2021.

MEDEIROS, André; ATAÍDE, Douglas da Silva; CAVALCANTE, Jeffson Pereira; COSTA, Celciane Gama da. **Os efeitos da cinesioterapia em pacientes idosos com depressão: uma revisão integrativa da literatura**. [2020]. Disponível em: <https://www.novafisio.com.br/os-efeitos-da-cinesioterapia-em-pacientes-idosos-com-depressao-uma-revisao-integrativa-da-literatura/>. Acesso em: 14 Set. 2021.

NASCIMENTO, Bruna P. *et al.* Melhoria da qualidade de vida e nível de atividade

físicados idosos. **Revista Digital Efdeportes**, Buenos Aires, año 14, n. 131, Abr. 2009. Disponível em: <http://www.efdeportes.com/efd131/nivel-de-atividade-fisica-dos-idosos.htm>. Acesso em: 17 Set. 2021.

OLIVEIRA, E. N.; AGUIAR, R. C.; ALMEIDA, M. T. O.; ELOIA, S. C.; LIRA, T. Q. Benefícios da Atividade Física para Saúde Mental. **Saúde Coletiva**, v. 8, n. 50, p.126-130, 2011. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/842/84217984006.pdf>. Acesso em: 3 Set. 2021.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE. **Classificação estatística internacional de doenças e problemas relacionados à saúde**. 10. ed. São Paulo: Centro Colaborador da OMS para a Classificação de Doenças em Português, 2005. v. 1. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbepid/a/grJnXGSLJSrbRhm7ykGcCYQ/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 20 Ago. 2021.

POWELL, Vania Bitencourt; ABREU, Neander; OLIVEIRA, Irismar Reis de; SUDAK, Donna. [2008]. **Terapia cognitiva: comportamental da depressão**. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1516-44462008000600004>. Acesso em: 4 Set. 2021.

SANTOS, N. L. S. V.; ALMEIDA, P. A.; ARAÚJO, T. C.; PAIVA, M. F. S. **Impacto da Fisioterapia associada à música sobre a depressão de idosos institucionalizados**: relato de casos. [2017]. Disponível em: [file:///C:/Users/User/Downloads/4538-9279-1-PB%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/User/Downloads/4538-9279-1-PB%20(1).pdf). Acesso em: 10 Set. 2021.

SILVA, R. F.; VIEIRA, A. P. O.; BRITO, A. P. **Efeitos positivos da fisioterapia na depressão através do exercício físico e hidroterapia Scire Salutis**. [2019]. Disponível em: <http://sustenere.co/index.php/sciresalutis/article/view/2755>. Acesso em: 3 Set. 2021.

SILVEIRA, M. M.; PASQUALOTTI, A.; COLUSSI, E. L.. **Educação Gerontológica, Envelhecimento Humano e Tecnologias Educacionais**: Reflexões sobre velhice ativa. Disponível em: <https://www.seer.ufrgs.br/RevEnvelhecer/article/view/26983/25390>. Acesso em: 15 Ago. 2021.

STELLA, Florindo; GOBBI, Sebastião; CORAZZA, Danilla Icassatti; COSTA, José Luiz Riani. **Depressão no Idoso**: Diagnóstico, Tratamento e Benefícios da Atividade Física. [2002]. Disponível em: <https://www.nescon.medicina.ufmg.br/biblioteca/imagem/2544.pdf>. Acesso em: 17 Jun. 2021.