

Qualidade de vida e depressão em idosos

*Por Leila Cury Tardivo**

Resumimos um projeto de pesquisa que realizamos com idosos; em especial aqueles que sofrem com depressão. Tivemos como objetivo principal apresentar um estudo dos aspectos emocionais desses idosos bem como estudar e comparar o nível de qualidade de vida de idosos com e sem depressão. Fizeram parte da pesquisa 102 participantes com idades de 60 a 99 anos de idade, sendo 27 homens e 75 mulheres, corroborando estudos da literatura que confirma haver mais mulheres nessa faixa etária.

Foram divididos em dois grupos: um grupo estava composto por 47 pessoas que freqüentam a Universidade Aberta da Terceira Idade, e não apresentavam sinais de depressão. E um grupo foi composto por 55 pessoas da mesma idade e sexo, sendo composto por sujeitos que buscaram atenção psicológica, por queixas de depressão. Metade do grupo vivia com familiares e outra metade em um asilo, onde recebem um cuidado muito bom, assim considerado pelos próprios moradores. Vimos que nesse grupo há mais mulheres do que homens, confirmando a tendência dessa faixa etária.

Observamos que as pessoas com depressão tem uma qualidade de vida mais comprometida que as pessoas sem depressão. O que é muito importante, pois é necessário que se sejam implementados programas de prevenção, com a participação dos próprios idosos e da comunidade, de forma a melhorar a qualidade de vida deles.

Obtivemos um resultado importante: nesse estudo observamos que os idosos que vivem em casa com familiares apresentam mais depressão do que os que vivem em uma Instituição de Longa Permanência para Idosos, asilados. Possivelmente aqui tem a ver com o Lar onde coletamos os dados, que tem uma estrutura que dá um suporte aos idosos. Por outro lado, a vida em casa

pode mesmo muitas vezes trazer muita dor e sofrimento, confirmados por relatos e dados que revelam nos testes aplicados. Há nesse grupo, idosos que se sentem isolados e rejeitados na casa, o que parece não ocorrer no lar onde colhemos os dados, de forma geral.

Na avaliação dos aspectos emocionais houve uma maior presença do traço de insegurança entre os depressivos, quando comparados aos idosos sem depressão. Também entre os deprimidos uma presença mais forte de sentimentos como solidão, abandono e rejeição. Assim se pode falar em maior grau de sofrimento e na presença de ansiedade nessas pessoas mais deprimidas.

Observamos também uma intensa necessidade dessas pessoas falarem de suas experiências e serem ouvidas, o que ocorreu ao longo de todo o trabalho.

Pelos dados deste estudo, junto de outros realizados, apontamos a necessidade de serem desenvolvidos programas de prevenção e atenção a essa população idosa, de forma a que possa sentir-se melhor, com a sua verdadeira participação. Concluímos que é a hora e a vez de todos tratarmos desse aspecto: cuidar e prevenir a depressão na população idosa.

*Professora Associada Leila Cury Tardivo - Departamento de Psicologia Clínica
Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo