



## Cuidados com idosos com depressão e a prevenção ao suicídio

Care for older adults with depression and suicide prevention

Cuidados con personas mayores con depresión y la prevención del suicidio

Sandra Aparecida Vilella Domingues<sup>1</sup>, Simone Camargo de Oliveira Rossignolo<sup>1</sup>, Valéria Aparecida Masson, Débora Luiza da Silva<sup>1</sup>, Luis Eduardo Miani Gomes<sup>1</sup>.

### RESUMO

**Objetivo:** Estudar qual o melhor maneira para se tratar os idosos com depressão e assim prevenir o suicídio.

**Método:** Revisão integrativa realizada através de pesquisas na base de dado da BVS, durante junho de 2024, usando os descritores e operadores booleanos: atenção à saúde and idoso and depressão; idoso and prevenção do suicídio. Os critérios de seleção foram texto completo, estar dentro do recorte temporal de 2019 a 2023, estar no idioma português, portanto aqueles que não estavam disponíveis na integra, estarem fora do recorte temporal (2019 a 2023) ou não estiverem no idioma português, foram excluídos da pesquisa.

**Resultados:** O melhor tratamento para a depressão nos idosos são as terapias individuais para cada caso, a melhora das comorbidades de cada um, entender o motivo da depressão, e em relação ao suicídio a melhor maneira de evita-lo é tratando os sintomas da depressão nesta faixa etária. **Considerações finais:** Pode ser considerar a necessidade de seguir as melhores maneiras de tratamento para a depressão, melhorando assim a qualidade de vida dos pacientes idosos e diminuindo as chances de uma ideação suicida.

**Palavras-chave:** Depressão, Idoso, Atenção à saúde, Prevenção ao suicídio.

### ABSTRACT

**Objective:** To study the best way to treat elderly people with depression and thus prevent suicide. **Methods:** Integrative review carried out through research in the BVS database, during June 2024, using the descriptors and Boolean operators: health care and elderly and depression; elderly and suicide prevention. The selection criteria were full text, being within the time frame from 2019 to 2023, being in Portuguese; therefore, those that were not available in full, were outside the time frame (2019 to 2023) or were not in Portuguese were excluded from the research. **Results:** the best treatment for depression in the elderly are individual therapies for each case, improving each person's comorbidities, understanding the reason for depression, and in relation to suicide, the best way to prevent it is by treating the symptoms of depression in this age group. **Final considerations:** It may be necessary to consider the need to follow the best ways to treat depression, thus improving the quality of life of elderly patients and reducing the chances of suicidal ideation.

**Keywords:** Depression, Older adults, Health care, Suicide prevention.

### RESUMEN

**Objetivo:** Estudiar la mejor forma de tratar a las personas mayores con depresión y así prevenir el suicidio.

**Métodos:** Revisión integradora realizada a través de investigación en la base de datos BVS, durante junio de 2024, utilizando los descriptores y operadores booleanos: atención de salud y adulto mayor y depresión; ancianos y prevención del suicidio. Los criterios de selección fueron texto completo, estar dentro del marco temporal de 2019 a 2023, estar en portugués, por lo tanto, aquellos que no estuvieran disponibles en su totalidad, estar fuera del marco temporal (2019 a 2023) o no estar en portugués, fueron excluidos de la investigación. **Resultados:** El mejor tratamiento para la depresión en el adulto mayor es la terapia individual para cada caso, mejorando las comorbidades de cada persona, entendiendo el porqué de la depresión, y en relación al suicidio la mejor forma de evitarlo es tratando los síntomas de la depresión. grupo de edad.

<sup>1</sup> Faculdade de Americana – Americana - SP.

**Consideraciones finales:** Puede ser necesario considerar la necesidad de seguir los mejores métodos de tratamiento para la depresión, mejorando así la calidad de vida de los pacientes mayores y reduciendo las posibilidades de ideación suicida.

**Palabras clave:** Depresión, Personas mayores, Atención a la salud, Prevención del suicidio.

---

## INTRODUÇÃO

A longevidade aumenta cada vez mais no mundo, com isso é possível observar como a população idosa vem crescendo cada vez mais. No século passado se estimava uma média de 600 mil idosos com 60 anos ou mais, sendo que, para a década de 2020 há uma estimativa de dobrar esta quantidade e chegar aproximadamente próximo aos 2 bilhões até 2050 (SILVA CKA, et al., 2022a). No Brasil o número da população idosa também cresceu, sendo contabilizados 14 milhões de idosos acima de 65 anos em 2010 (7,4% da população) (IBGE, 2022). Porém isso não quer dizer que essa população esteja saudável, ou seja, há muitas doenças que afetam esta faixa etária (Paradela EMMP, 2011). A população idosa está submetida a muitos fatores biopsicossociais, podendo ser eles, o medo da incapacidade e de se tornar um fardo para a família, doenças neurodegenerativas que prejudicam a memória, deixando está mais fraca, demências, perdas, instabilidade financeira, passam pelo processo de luto, solidão, algumas vezes abandono de seus familiares e todas essas situações podem ser estímulos para acarretar em doenças (SILVA CKA, et al., 2022a).

Uma vez que, com o avanço da idade, as doenças crônicas acabam chegando e a maioria dos idosos acabam adoecendo, havendo uma preocupação significativa em relação às políticas de saúde pública voltadas para este grupo, já que as políticas públicas não estão acompanhando esse crescimento desta faixa etária, pois o setor da saúde ainda não está totalmente preparado para atender essa quantidade de idosos e todas as suas demandas, realizando um atendimento íntegro, tanto prevenção quanto no cuidado propriamente dito, com isso as doenças crônico-degenerativas so tendem a aumentar (NÓBREGA IRAPD, et al., 2015).

Apesar de ser descrito e explicado de diversas formas o envelhecimento acaba, de alguma maneira, sendo apontado como uma situação na qual se há patologias, ou seja de qualquer maneira a população que esta envelhecendo traz consigo um fardo de doenças, entre essas há um grupo que pode ser preocupante, o grupo dos transtornos psíquicos, há até uma definição como velhice psicológica, na qual se é falado sobre um declínio cognitivo, uma dificuldade de aprendizagem e uma facilidade de esquecimento (Rommel AF, 2012). Essas características auxiliam nos fatores de risco para esses distúrbios de humor, sendo esses fatores biopsicossociais, os quais desempenham um papel determinante na origem e na evolução da doença. Entre esses fatores, incluem-se a escassez de recursos, situações econômicas como o desemprego, a falta de apoio familiar, diversos estressores ambientais e conflitos familiares, patologias crônicas, falta de vínculo, ansiedade, falta de suporte emocional, eventos como perdas importantes, dores crônicas e solidão; (PARADELA EMMP, 2011; SILVA CKA, et al., 2022a).

A causa exata e precisa desse transtorno ainda não é completamente entendida, mas é evidente que torna o indivíduo mais suscetível a outros problemas de saúde mental. Segundo o DSM-5 (2014), a depressão abrange múltiplas categorias de diagnóstico que podem predispor o indivíduo ao desenvolvimento de outros transtornos, o que amplia as perspectivas de estudo e a compreensão clínica sobre o assunto. Portanto, é comum que ela esteja associada a diversos outros tipos de adoecimento, sendo influenciada por uma variedade de fatores (SILVA CKA, et al., 2022a). A depressão pode ser caracterizada como um distúrbio com natureza multifatorial que afeta a área afetiva ou do humor, exercendo grande impacto funcional e envolvendo fatores biológicos, psicológicos e sociais, apresentando como principal sintoma a baixa do humor e a perda de interesse e prazer nas atividades diárias (NÓBREGA IRAPD, et al., 2015).

Os transtornos depressivos em idosos representam um desafio significativo no contexto do cuidado geriátrico, destacando a importância da prevenção, das diferenças na patogênese, da complexidade diagnóstica e terapêutica, bem como do alto risco associado de falha e do impacto severo na qualidade de vida. De acordo com a velhice é um período da vida em que a fragilidade emocional é particularmente

pronunciada. Além das mudanças neurobiológicas no cérebro, o processo de envelhecimento inevitavelmente acarreta perdas significativas ao longo dos anos, não apenas em termos emocionais, mas também em termos de saúde física e status social (SILVA CKA, et al., 2022a).

Alguns dos sinais apresentados pelos idosos afetados por essas doenças podem ser diminuição da energia, afetando seus afazeres do dia a dia, baixa autoconfiança e autoestima, perda de concentração e atenção, alteração do sono e alimentação, ideia de desvalor, tristeza, choro, falta de libido e pensamentos suicidas (Paradela EMMP, 2011; Sanches VS, et al., 2022). A depressão é uma das maiores causas de inaptidão mundialmente falando, sendo assim um assunto de extrema importância para a saúde pública (MEDEIROS GLDF, et al., 2020). O diagnóstico da depressão em idosos é complexo, pois na maioria das vezes pode ser confundido com demência. Dito isso, para que esse seja realizado é necessária uma análise clínica que investigue a fundo os sinais e sintomas daquele paciente, avaliando todas as suas queixas e analisando cada dado da anamnese, para que possa diagnosticar uma depressão no idoso (PARADELA EMMP, 2011; SANCHES VS, et al., 2022; SILVA, CKA, et al., 2022a).

O tema preocupa a sociedade contemporânea, especialmente devido aos altos índices de depressão, frequentemente relacionados ao desgaste físico e mental do cotidiano agitado e aos padrões sociais vigentes. Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), nos últimos anos, mais de 322 milhões de pessoas foram diagnosticadas com depressão, representando um aumento de 18,4% em relação aos anos anteriores, sendo considerada por muitos como a "doença do século" (Silva CKA, et al., 2022a), no idoso, os números podem variar de acordo com o local que se é estudado, podendo ser de 15% a 40% da população idosa estudada, sendo que isso varia por conta da própria população, a qual pode ter mais ou menos fatores biopsicossociais envolvidos. Em relação ao sexo, as mulheres apresentam maiores taxas de depressão e a idade mais afetada é de 60 a 69 anos (COSTA TNM, et al., 2022).

Em alguns casos, a depressão no idoso pode se agravar e trazer como consequência até mesmo o suicídio, sendo que, por este motivo, é necessária muita atenção durante a velhice, pois como visto, esta é uma classe que apresenta sinais de depressão, porém com um diagnóstico difícil, sendo assim o suicídio também acaba sendo despercebido pelas pessoas próximas a esse idoso. Muitas das vezes o suicídio é precedido por discursos de invalidez, falta de vontade de sentir-se vivo e até mesmo cansaço de viver (TEIXEIRA SMO e MARTINS JCO, 2018). É extremamente importante e fundamental direcionar uma atenção especial e um cuidado abrangente aos idosos que sofrem de depressão.

Reconhecer as nuances dessa condição em idades avançadas, incluindo os sintomas menos evidentes e os fatores de risco frequentemente subestimados, é crucial para oferecer um suporte eficaz. Além disso, é imperativo considerar não apenas a sintomatologia, mas também os fatores de proteção, como resiliência psicológica, envolvimento social e espiritualidade. A promoção da saúde mental dos idosos requer uma abordagem holística, que abarque não apenas o tratamento dos sintomas, mas também a promoção do bem-estar emocional e social, visando assim proporcionar uma melhor qualidade de vida para essa parcela da população. Isso posto, o presente artigo teve como objetivo avaliar qual a melhor maneira para se tratar os idosos com depressão e assim prevenir o suicídio.

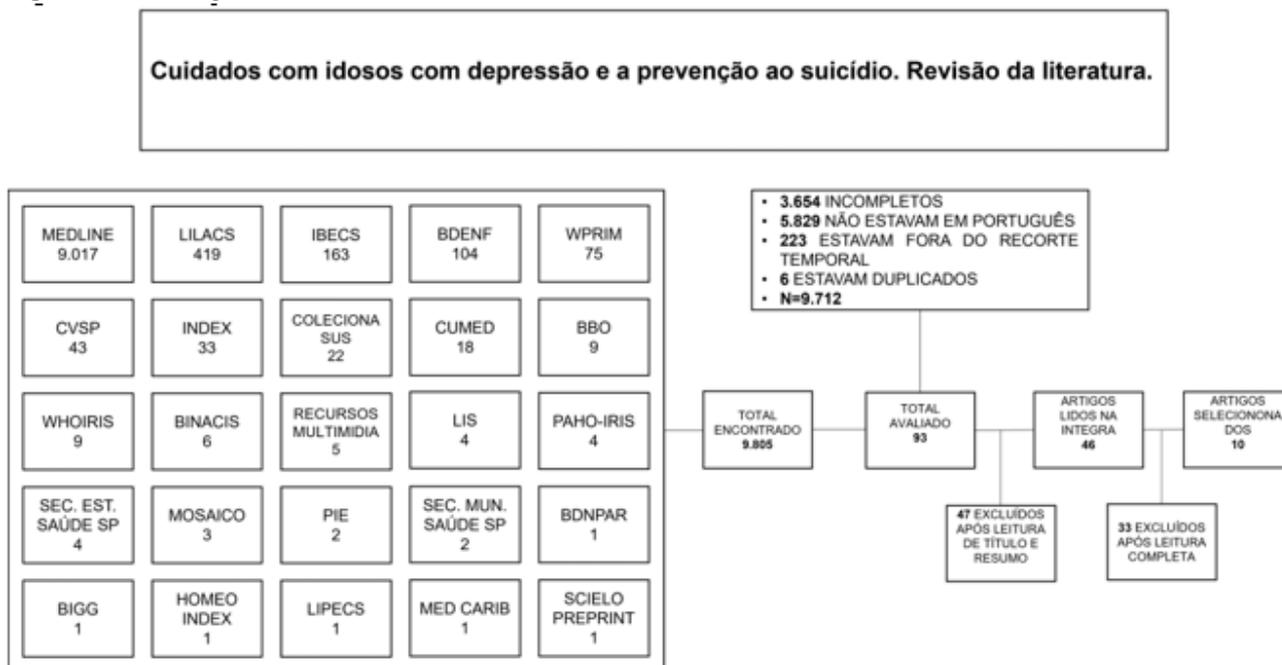
## MÉTODOS

O artigo é uma revisão integrativa da literatura, o qual agrupa informações retiradas de outros estudos fazendo com que haja uma junção de tudo para que possa ficar com acesso mais fácil de todas as informações, no caso sobre a depressão e o suicídio entre os idosos. Foram usadas seis etapas para que esta revisão fosse elaborada: formulação da questão norteadora com base no tema escolhido, critérios para inclusão e exclusão de amostras, extração de dados das amostras coletadas, análise dos dados e apresentação dos resultados (MENDES KDS, et al. 2008). Para a elaboração da pergunta norteadora foi usada a estratégia PICO: "P" de paciente ou população; "I" de intervenção ou indicador; "C" de comparação ou controle; e "O" de outcome, (Santos CMD, et al., 2007). Como guia dessa revisão foi usada a seguinte pergunta norteadora: Qual o melhor maneira para se tratar os idosos com depressão e assim prevenir o suicídio?

A busca dos dados foi realizada junto à Biblioteca Virtual de Saúde (BVS) acessando as bases de dados MEDLINE, LILACS, IBECs, WPRIM, CVSP, INDEX COLECCIONA SUS, CUMED, BBO, WHOIRIS, BINACIS, RECURSOS MULTIMIDIA, LIS, PAHO-IRIS, SECRETARIA ESTADUAL DE SÃO PAULO, MOSAICO, PIE, SECRETARIA MUNICIPAL DE SÃO PAULO, BDNPAR, BIGG HOMEIO INDEX, LIPECS, MED CARIB., SCIEL PREPRINT, em junho de 2024, usando os seguintes descritores e operadores booleanos: atenção à saúde and idoso and depressão; idoso and prevenção do suicídio. Os critérios de seleção foram texto completo, estar dentro do recorte temporal de 2019 a 2023, estar no idioma português, portanto aqueles que não estavam disponíveis na íntegra, estarem fora do recorte temporal (2019 a 2023) ou não estiverem no idioma português, foram excluídos da pesquisa.

No total foram encontrados 9.805 artigos durante a pesquisa, ao aplicar o filtro texto completo foram excluídos 3.654 por estarem incompletos, sobrando assim 6.151 artigos; após esse filtro foi aplicado o idioma português, ficando com 322 artigos, ou seja, 5.829 artigos foram excluídos por estarem em outro idioma; ao analisar o recorte temporal (2019 a 2023) sobraram 99 artigos na pesquisa, assim 223 artigos estavam fora deste recorte temporal, por isso acabaram sendo excluídos da pesquisa. Foram excluídos da pesquisa 6 que estavam duplicados, sobrando assim 93 artigos para leitura de título e resumo, após a leitura 10 artigos foram selecionados pois respondiam à pergunta norteadora. O fluxograma ilustra o processo de seleção dos estudos incluídos na revisão integrativa utilizando os critérios pré-estabelecidos de inclusão e exclusão (**Figura 1**).

**Figura 1-** Estratégias de buscas realizadas de acordo com as bases de dados selecionadas.



Fonte: Domingues SAV, et al., 2025.

Após a pesquisa, com os artigos selecionados como amostra final foi elaborado um fichamento dos artigos, nos quais os principais dados foram extraídos dos artigos, como título, tipo de publicação, ano, autores, idioma, objetivos e resultados em evidência. Após o fichamento ocorreu a leitura dos estudos para que fosse possível identificar os cuidados com idosos com depressão e a prevenção ao suicídio. Sendo possível dividir em categorias através de semelhanças temáticas, com o intuito de resgatar de forma sistemática os achados.

## RESULTADOS

Com base na metodologia foram encontrados 9.805 artigos durante a pesquisa, ao aplicar o filtro texto completo foram excluídos 3.654 por estarem incompletos, sobrando assim 6.151 artigos; após esse filtro foi aplicado o idioma português, ficando com 322 artigos, ou seja, 5.829 artigos foram excluídos por estarem em outro idioma; ao analisar o recorte temporal (2019 a 2023) sobraram 99 artigos na pesquisa, assim 223 artigos

estavam fora deste recorte temporal, por isso acabaram sendo excluídos da pesquisa. Foram excluídos da pesquisa 6 que estavam duplicados, sobrando assim 93 artigos para leitura de título e resumo, após a leitura 10 artigos foram selecionados pois respondiam à pergunta norteadora. Diante disso, os artigos foram organizados em 2 quadros (**Quadro 1 e Quadro 2**).

**Quadro 1-** relação dos artigos selecionados apontando suas características como código, título, autor, país de pesquisa, revista que foi publicada e ano de publicação do artigo.

Código	Autores	País de pesquisa	Revista	Ano de publicação
1	Lacerda	Brasil	Reciis – Revista Eletrônica de Comunicação, Informação e Inovação em Saúde	2023
2	Paiva et al.	Brasil	Revista de Saúde Pública	2023
3	Silva et al.	Brasil	Enfermagem Atual In Derme	2022
4	Brandão et al.	Brasil	Enfermagem em Foco	2021
5	Gusmão et al.	Brasil	SMAD. Revista eletrônica saúde mental álcool e drogas	2021
6	Gomes; Vasconcelos; Carvalho	Brasil	Psicologia: Ciência e Profissão	2021
7	Oliveira	Brasil	Escola Anna Nery	2021
8	Ferreira et al.	Brasil	Scientia Medica Porto Alegre	2021
9	Pinho et al.	Brasil	SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog.	2020
10	Mendes et al.	Brasil	Reme: Revista Mineira de Enfermagem	2019

**Fonte:** Domingues SAV, et al., 2025.

**Quadro 2-** relação dos artigos com suas principais informações contextuais, sendo elas código, objetivos, tipo de estudo e os principais resultados dos artigos.

Código	Objetivos	Tipo de estudo	Principais resultados
1	Analisar dois episódios da primeira temporada da Unidade Básica (2016), a fim de identificar sentidos sobre a saúde mental de idosos.	Análise de narrativa.	A série aponta as doenças físicas como foco principal nos idosos, negligenciando as doenças mentais e os médicos da série demonstram que não precisam de profissionais específicos para tratarem das doenças mentais, outros estudos apontam o mesmo assunto na vida real.
2	Estimar a associação entre a autopercepção negativa da audição e a depressão em idosos do sul do Brasil.	Estudo transversal	A prevalência da autopercepção negativa da audição e depressão foi de 26,0% e 21,8%, respectivamente. Na análise ajustada, idosos com autopercepção negativa da audição apresentaram 1,96 vezes mais chance de referirem depressão quando comparados aos idosos com autopercepção positiva da audição.
3	Investigar a ocorrência de queixa de memória e o risco de depressão entre idosos e avaliar a relação da ocorrência de queixa de memória e o risco de depressão entre idosos.	Estudo observacional transversal.	A maior parte dos idosos apresentaram falta de memória segundo eles, e em relação a depressão, 20,7% dos idosos estudados apresentaram depressão leve ou moderada. Os idosos que possuíam quadro mental normal apontavam uma melhor autopercepção de memória.
4	Avaliar a qualidade de vida de idosos, relacionando com	Estudo quantitativo,	O estudo apontou que os idosos com menor qualidade de vida são os que

	condições gerais de saúde, satisfação com a vida, resiliência, apoio social e afetos positivos e negativos.	analítico, de caráter transversal.	mais apresentam sintomas depressivos, problemas dentários e osteoporose, sendo assim necessárias ações para melhorar a qualidade de vida desses idosos.
5	Estimar a prevalência de depressão em pacientes atendidos em Centro de Atenção Psicossocial, identificar os fatores sociodemográficos e diagnósticos de Enfermagem associados ao desfecho	Estudo transversal.	Dentro dos resultados do estudo foi visto que os diagnósticos de Enfermagem prioritários entre os pacientes com depressão foram: humor deprimido (100%), crise (68,4%), insônia (45,6%) e risco de suicídio (49,1%). Os CAPS são lugares com equipes multiprofissionais importantes para o processo de cuidar desses pacientes com a saúde mental afetada.
6	investigar a atuação de psicólogos e psicólogas em um ambulatório do SUS, referente à psicoterapia com idosos; identificar recursos utilizados na prática ambulatorial; e analisar a percepção dos profissionais sobre os idosos que buscam psicoterapia e sobre os resultados de suas intervenções.	Estudo transversal e de caráter qualitativo.	O artigo apresenta uma entrevista na qual os especialistas em psicologia apontam sobre as consultas com os idosos, mostrando que as principais falas são sobre a sensação de se sentir inútil. E que após o tratamento terapêutico alguns idosos já apresentam melhoras, como conseguir expressar seus sentimentos, conseguir pedir ajuda quando precisam sem se sentirem inúteis.
7	Verificar a associação entre os marcadores de fragilidade e as características sociodemográficas e clínicas em idosos na Atenção Primária à Saúde.	Estudo transversal.	O estudo aponta que a maioria dos idosos apresentam fragilidade e qualidade de vida ruim, com isso aumentam os riscos de depressão e para que esses riscos sejam menores as unidades básicas devem estar mais atentas ao início desses sinais de fragilidade.
8	Verificar a prevalência de depressão e as variáveis sociodemográficas e clínicas associadas a esse transtorno nos idosos atendidos na Atenção Primária à Saúde (APS) em região metropolitana do Distrito Federal.	Estudo transversal	O estudo aponta as características principais dos idosos com depressão de uma Unidade Básica de Saúde (UBS), sendo uma delas o uso de antidepressivos, porém aponta também a necessidade de tratamentos não medicamentosos para a depressão.
9	analisar as evidências de como a prática das intervenções baseadas em mindfulness tem sido empregada terapeuticamente e quais os efeitos dessas intervenções em adultos e idosos acometidos por transtornos mentais.	revisão integrativa da literatura	Encontrou-se variabilidade nos métodos das intervenções baseadas em mindfulness, sendo Redução de Estresse Baseado em Mindfulness (MBSR), Terapia Cognitiva Baseada em Mindfulness (MBCT) e, a Prevenção à Recaída Baseada em Mindfulness (MBRP) as mais utilizadas. As práticas de intervenções baseadas no mindfulness apresentaram benefícios fisiológicos, melhora no bem-estar psicológico e emocional e mostraram-se ser moduladoras de interação social. Influências positivas foram observadas no gerenciamento do estresse, na redução do grau de ansiedade e sintomas de depressão e no

			desenvolvimento da atenção. Achados promissores foram encontrados sobre o uso dessas práticas em indivíduos com sintomas psicóticos.
10	analisar a prevalência de práticas preventivas de declínio cognitivo (DC) entre idosos e os fatores sociodemográficos e de saúde associados.	Estudo transversal analítico	O estudo aponta práticas que podem ser usadas para prevenir o declínio cognitivo, mostrando que essas práticas são benéficas para a qualidade de vida dos idosos, consequentemente ajudando na prevenção da depressão.

Fonte: Domingues SAV, et al., 2025.

Através da análise dos artigos selecionados foram construídas 2 categorias temáticas (apresentadas no **Quadro 3** com seus respectivos artigos).

**Quadro 3-** relação das categorias temáticas sobre os cuidados com idosos com depressão e a prevenção ao suicídio, o código de seus respectivos artigos correspondentes e a porcentagem que corresponde a cada categoria em relação aos artigos selecionados.

Categoria	Código	Porcentagem (%)
Tratamento de idoso com depressão	2, 3, 4, 5, 6, 8	60%
Prevenção do suicídio em idoso com depressão	1, 7, 9, 10	40%

Fonte: Domingues SAV, et al., 2025.

### Tratamento de idoso com depressão

Ao pensar em tratamento para depressão na população idosa foi visto dentro do estudo que 18% dos pacientes diagnosticados com depressão usavam antidepressivos, porém apesar do uso dos medicamentos, não havia uma melhora 100% dos sintomas da depressão, uma vez que o estudo fez um questionário de rastreio diagnóstico possibilitando identificar os pacientes com sintomas de depressão, e os que estavam sendo medicados ainda apresentavam os sintomas, sendo assim é possível perceber a importância do tratamento com psicoterapia além da terapia medicamentosa (FERREIRA FG, et al., 2021). Pensando neste ponto do tratamento terapêutico, pacientes em um CAPS foram estudados e dentro deste estudo foi apontado que o método de tratamento deve ser baseado nos conceitos do SUS e da reforma psiquiátrica, ou seja, visando a reinserção social (Gusmão ROM, et al., 2021).

Ainda no conceito de terapia psicológica foram feitas entrevistas com psicólogos que atenderam pacientes idosos com depressão, e após a análise destas foi visto que a maioria dos profissionais apresentam dificuldades para tal fato, por conta da fragilidade dessa faixa etária, porém apesar disso é importante tratar a pessoa individualmente independente da faixa etária e cada profissional avalia a necessidade saúde-doença de cada paciente para que cada um tenha o tratamento específico para o seu caso. Foi visto que a importância da psicoterapia é fundamental no tratamento da depressão, pois através dela o ego dos pacientes podem aumentar, os traumas podem ser tratados e compreendidos pelos pacientes, fazendo com que assim os sintomas possam diminuir e melhorar a depressão da população idosa (GOMES EAP, et al., 2021).

A depressão nos idosos possui vários fatores associados, sendo assim além dos tratamentos próprios para depressão as vezes é necessário um tratamento dependendo do fator que pode estar associado a esta depressão, como é citado no estudo, a baixa audição, é possível tratar este fator para que ajude na melhora da depressão. Ao solucionar o problema de audição dos idosos os níveis de depressão podem diminuir (Paiva KMD, et al., 2023). Um estudo sobre os fatores associados a depressão aponta que o isolamento social faz com que os idosos apresentem maior sintomas de depressão, sendo assim um dos tratamentos para a depressão pode ser a interação social com esses idosos, fazendo com que se sintam mais ativos dentro da sociedade.

Outro ponto são tratar as doenças crônicas que também auxiliam no aumento da depressão, pois uma vez tratado o motivo da depressão é mais fácil tratar a depressão em si (Brandão BMLDS, et al., 2021). Outro

fator que pode estar associado é a perda de memória, uma vez que os sinais de depressão e este fator podem caminhar juntos, porém segundo um estudo é necessária mais atenção dos profissionais de saúde para não confundirem esses sinais e sintomas de depressão e perda de memória com sinais de velhice apenas, pois a depressão pode ser tratada com ações e intervenções (SILVA LRAD, et al., 2022b). Neste tipo de tratamento o CAPS é importante, pois em alguns casos a depressão é tão avançada que há risco de suicídio, então a intervenção multiprofissional, incluindo o cuidado da enfermagem, a qual realiza a SAE com esses pacientes fazendo com que assim seja possível captar informações e planejar um meio de cuidado com esses pacientes que também se enquadra dentro do tratamento da depressão (GUSMÃO ROM, et al., 2021).

### **Prevenção do suicídio em idosos com depressão**

Após uma análise sobre dois episódios de uma série de televisão, o estudo aponta alguns pontos sobre a questão do suicídio nos idosos. Essa população é uma população mais susceptível a depressão e esta pode acabar fazendo com que os mesmos percam a vontade de viver e o suicídio nesta classe pode ocorrer de diversas maneiras, uma delas, como aponta em um episódio é parar com o tratamento para outras comorbidades. Foi apontado também como dentro do sus falta a questão do tratamento psicológico, porém o mesmo faz total diferença, um dos pontos falado no estudo é sobre a aceitação dos tratamentos após início de terapia, diminuindo assim, as chances de tentativas suicidas (Lacerda I, 2023).

Dentro das unidades básicas de saúde (UBSs) os idosos são a população mais fragilizada e para que essa população possa ser atendida de maneira adequada para que a sua depressão seja tratada adequadamente fazendo com que assim as chances de evoluir para uma ideação suicida diminua é de responsabilidades das UBSs que a depressão nessa população seja identificada e tratada conforme cada caso e suas respectivas fragilidades (OLIVEIRA PRC, et al., 2021).

Uma pesquisa sobre métodos de prevenção do declínio cognitivo, tais como exercícios físicos, estimulação cognitiva, alimentação correta entre outras atividades, mostra que os idosos que praticam esses métodos possuem uma qualidade de vida melhor, com menores riscos de fragilidades, fazendo com que as chances de depressão diminuam, juntamente com isso os níveis de suicídio nessa taxa da população (Mendes KDS, et al., 2019). Outro meio de prevenção ao suicídio é uma técnica de meditação chamada mindfulness, que ao traduzir se torna sinônimo de atenção plena, foi visto que ao implementar essa técnica com idosos foi possível observar melhoras dos sintomas da depressão e diminuição das ideações suicidas (PINHO PH, et al., 2020).

### **DISCUSSÃO**

Os resultados encontrados no presente estudo apontam quais são os melhores tratamentos para a depressão no idoso e as maneiras de prevenir o suicídio nesta faixa etária. Durante a análise dos resultados é possível perceber que não apenas fármacos são recomendados no tratamento contra depressão do idoso, uma vez que os idosos que apenas estão sendo medicados sem o conjunto de terapias ainda apresentam sintomas recorrentes da depressão, sendo assim necessário incluir, juntamente dos fármacos, modelos de terapias para que o tratamento apresente melhores resultados (FERREIRA FG, et al., 2021).

Outro ponto visto é como as terapias psicológicas devem ser diante de estudos com essa faixa etária foi visto a dificuldade dos psicólogos em atendê-los, por conta da complexidade de cada caso, porém os mesmos apontam que é necessário a avaliação afundo de cada caso para que se possa fazer uma terapia individual visando cada necessidade específica de cada um, para que assim a terapia possa ter efeito, aumentando o ego e a vontade de viver de cada um (Gomes EAP, et al., 2021). Com isso se torna possível respeitar a questão trazida pela reforma psiquiátrica e pelas leis do SUS, o fato de tratar os pacientes para que os mesmos possam ser reinseridos na sociedade de maneira saudável para todos (GUSMÃO ROM, et al., 2021).

Como foi visto, os idosos estão sujeitos a vários fatores biopsicossociais, podendo ser comorbidades, isolamento, perda da memória, dificuldade auditiva, porém todos esses fatores encarrutam na piora da depressão sendo assim, as vezes necessário que antes mesmo de pensar em tratar a depressão em si pensar em como esses fatores podem ser resolvidos, e somente ai poder focar em tratar da depressão (Brandão BMLDS, et al., 2021; Paiva KMD, et al., 2023; Silva LRAD et al., 2022b). Sabendo disso os CAPS são lugares

com importância extrema durante esse tratamento, pois nele há toda uma equipe para poder fazer esse olhar holístico de cada paciente e analisar cada situação e o melhor tipo de terapia (GUSMÃO ROM, et al., 2021).

A depressão dependendo do seu estágio pode acarretar em uma situação mais grave, o suicídio e este assunto dentro do estudo dos idosos é um estudo importante, uma vez que o suicídio entre esta faixa etária normalmente é silencioso e eficaz, pois muitos acreditam que é normal algumas falas nos idosos, como estar cansado de viver, porém isto pode ser um aviso de ideação suicida, uma das maneiras de suicídio comum entre os idosos e parar com tratamentos para comorbidades, acarretando assim em uma piora da situação da mesma podendo evoluir para morte (Lacerda I, 2023). Com isso foi visto nos resultados do presente estudo a necessidade de cuidar da saúde mental desses idosos para que a depressão não chegue neste estágio.

Dentro das UBSs o cuidado que os idosos devem ter é dobrado, pois são a população mais fragilizada, necessitando de atenção a cada detalhe, para que cada necessidade seja atendida da melhor maneira, para que além do bem estar físico, a saúde mental destes também esteja em dia, assim evitando que haja uma depressão evoluindo para ideação suicida (Oliveira PRC, et al., 2021). Foi apontado também que idosos que realizam atividades físicas e mentais, tais quais como meditação, caminhada, esportes, alimentação correta, estimulações cognitivas, possuem uma qualidade de vida melhor, evitando razões para que os mesmos apresentem ideações suicidas (MENDES PA, et al., 2019; PINHO PH, et al., 2020). O presente estudo apresentou algumas dificuldades, uma vez que a maioria dos estudos se encontravam em outros idiomas e alguns dos que estavam em português não apresentavam informações de interesse ao presente estudo, sendo assim foram encontrados poucos artigos que realmente responderam à pergunta norteadora.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Os resultados desta revisão permitem concluir que a população idosa, vem apresentando maiores chances de desenvolver depressão com conseqüente necessidade de elaboração de um tratamento, e a maneira mais eficaz de tratar os pacientes que apresentam sintomas de depressão é a terapia individualizada para cada caso, além disso tratar o paciente como um todo, pensando nas causas e assim tratar a causa e não apenas os sintomas. Destaca-se ainda a taxa de suicídio em idosos é crescente, principalmente pelo fato de que a maioria das tentativas de suicídios se tornarem consumadas, com isso há necessidade de entender como o tratamento da depressão pode ser benéfico, evitando quadros depressivos com chances de ideações suicidas. Portanto, conclui-se a pela necessidade de implementação dos melhores tratamentos para esta faixa etária indicada, para além de terem uma expectativa de vida mais longa, esta vida seja bem vivida, aumentando o bem estar biopsicossocial desta população.

## REFERÊNCIAS

1. BRANDÃO BMLDS, et al. Qualidade de vida entre idosos comunitários: estudo transversal. *Enfermagem em Foco*, 2021; 12(3).
2. COSTA TNM, et al. Prevalência e aspectos epidemiológicos de depressão em idosos. *Research, Society and Development*, 2022; 11(3): 21811326383.
3. FERREIRA FG, et al. Prevalência de depressão e fatores associados em idosos atendidos na Atenção Primária à Saúde em região metropolitana do Distrito Federal. *Scientia Medica*, 2021; 31(1): 38237.
4. GOMES EAP, et al. Psicoterapia com Idosos: Percepção de Profissionais de Psicologia em um Ambulatório do SUS. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 2021; 41: 224368.
5. GUSMÃO ROM, et al. Depressão em pacientes atendidos em serviço de saúde mental: fatores associados e diagnósticos de enfermagem. *SMAD, Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português)*, 2021; 17(2): 44–53.
6. IBGE. Conheça o Brasil: Pirâmide Etária. Brasil, 2022. Disponível em: <<https://educa.ibge.gov.br/jovens/conheca-o-brasil/populacao/18318-piramide-etaria.html>>. 2024
7. LACERDA I. Saúde mental de idosos: uma análise da série Unidade Básica (2016). *Revista Eletrônica de Comunicação, Informação & Inovação em Saúde*, 2023; 17(1): 146–161.
8. MEDEIROS GLDF, et al. Depressão em idosos: Implicações sociais e outras intercorrências /. *ID on line REVISTA DE PSICOLOGIA*, 2020; 14(53): 474–483.
9. MENDES KDS, et al. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. *Texto & Contexto - Enfermagem*, 2008; 17(4): 758–764.

10. MENDES PA, et al. Cognitive decline preventive practices and associated factors carried out by elderly people. *Reme Revista Mineira de Enfermagem*, 2019; 23: 1266.
11. NÓBREGA e IRAPD, et al. Fatores associados à depressão em idosos institucionalizados: revisão integrativa. *Saúde em Debate*, 2015; 39(105): 536–550.
12. OLIVEIRA PRC, et al. Fatores associados à fragilidade em idosos acompanhados na Atenção Primária à Saúde. *Escola Anna Nery*, 2021; 25(4): 20200355.
13. PAIVA KMD, et al. Autopercepção negativa da audição e depressão em idosos: um estudo de base populacional. *Revista de Saúde Pública*, 2023; 57(1): 15.
14. PARADELA EMMP. Depressão em idosos. *HUPE: Hospital Universitário Pedro Ernesto*, 2011; 10(2): 31–41.
15. PINHO PH, et al. Mindfulness no contexto dos transtornos mentais: uma revisão integrativa. *SMAD Revista Eletrônica Saúde Mental Álcool e Drogas (Edição em Português)*, 2020; 16(3): 105–117.
16. ROMMEL AFB. O processo de envelhecimento: as principais alterações que acontecem com o idoso com o passar dos anos. *Inter Science Place*, 2012; 1(20): 106–132.
17. SANCHES VS, et al. Incidência e efeitos psíquicos e comportamentais da depressão e ideação suicida em idosos incluídos e afastados do convívio social primário: revisão sistemática de literatura. 2022; 11(1).
18. SANTOS CMD, et al. The PICO strategy for the research question construction and evidence search. *Revista Latino-Americana de Enfermagem*, 2007; 15(3): 508–511.
19. SILVA CKA, et al. Depressão em idosos: um estudo de revisão bibliográfica de 2013 a 2020. *Research, Society and Development*, 2022; 11(7): 47611730429.
20. SILVA LRAD, et al. Queixa de memória e risco de depressão em idosos assistidos pela estratégia saúde da família. *Revista Enfermagem Atual In Derme*, 2022; 96(39).
21. TEIXEIRA SMO e MARTINS JCO. O suicídio de idosos em Teresina: fragmentos de autópsias psicossociais. *Fractal: Revista de Psicologia*, 2018; 30(2): 262–270.