



# ATUAÇÃO DA FISIOTERAPIA NA QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO COM DEPRESSÃO

## Autor(res)

Cinara De Souza Nunes Freire  
Anderson De Oliveira Costa  
Walbron Arlan Freire De Sousa

## Categoria do Trabalho

1

## Instituição

FACULDADE ANHANGUERA TAGUATINGA SHOPPING

## Introdução

A expectativa de vida média no país é de cerca de 68 anos, e projeções apontam que até 2025, o Brasil deverá atingir média de 32 milhões de idosos. Esse aumento na população idosa está intrinsecamente relacionado com a alta prevalência de doenças crônico-degenerativas, incluindo aquelas que afetam o funcionamento do sistema nervoso central, como as doenças neuropsiquiátricas, em particular, a depressão. O diagnóstico da depressão em idosos é um processo complexo, envolvendo uma anamnese detalhada, consultas com o paciente e seus familiares ou cuidadores, exames psiquiátricos e clínicos minuciosos, avaliação neurológica, identificação de possíveis efeitos adversos de medicamentos, além de exames laboratoriais e de neuroimagem. Esses procedimentos são cruciais para a identificação da depressão, desenvolvimento de intervenções psicofarmacológicas e formulação de prognósticos, sobretudo devido à maior incidência de comorbidades e ao aumento do risco de mortalidade nessa faixa etária.

## Objetivo

O objetivo deste trabalho é investigar e destacar a importância da Fisioterapia no tratamento da depressão em idosos, evidenciando seus benefícios para a saúde mental e física, promovendo a integração mente-corpo, e enfatizando a necessidade de mais pesquisas e divulgação sobre o tema para melhorar a qualidade de vida dessa população crescente no Brasil.

## Material e Métodos

Trata-se de uma revisão de literatura, com buscas nas seguintes bases de dados: Scientific Electronic Library Online (SciELO); National Library of Medicine (PubMed); Portal Regional da Biblioteca Virtual em Saúde (BVS). Utilizando combinação das palavras-chaves: depressão, idoso, fisioterapia, qualidade de vida. No período de 2007 até 2024. Foram selecionados conforme a relevância para o estudo, sobre a atuação da fisioterapia em idosos com depressão. Após a avaliação, as pesquisas que atenderam aos critérios de inclusão foram selecionadas.

## Resultados e Discussão

Embora subvalorizado na saúde mental, estudos evidenciam sua eficácia na depressão, com a OMS



Anhanguera





reconhecendo terapias psicológicas e medicamentos como tratamentos eficazes. A Fisioterapia complementa esses tratamentos, melhorando a interação social e aliviando sintomas psíquicos. Exercícios de alta intensidade, combinados com antidepressivos, são mais eficazes para idosos que fazem exercícios de baixa intensidade. A Fisioterapia utiliza técnicas variadas como expressão corporal, cinesioterapia, exercícios posturais, relaxamento muscular, massagem terapêutica e atividades de interação, envolve a funcionalidade motora, relaxamento, consciência corporal e interação social. Compreender os aspectos psicológicos na reabilitação é essencial, pois cada paciente é influenciado pelo seu ambiente e grupo social. A Fisioterapia promove a integração mente-corpo, aprimorando a compreensão corporal, integração social, intelectual e autoconfiança.

### Conclusão

Apesar de poucos estudos, a Fisioterapia mostra resultados significativos no tratamento da depressão, sendo crucial promover mais pesquisas e divulgação para ampliar seus benefícios. A depressão muitas vezes passa despercebida, agravando o sofrimento mental dos idosos. A atividade física melhora a saúde e o bem-estar mental, trazendo benefícios biológicos como melhor circulação, redução da pressão arterial, capacidade pulmonar, força muscular e densidade óssea. A Fisioterapia reabilita mente e corpo, promovendo integração social, intelectual e autoconfiança.

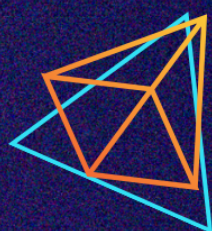
### Referências

SILVA, N.V., HENRIQUES, F.R. Benefícios da Fisioterapia em Pacientes com Depressão. XVI Simpósio Internacional De Ciências Integradas Da Unaerp Campus Guarujá. Disponível em: <https://www.unaerp.br/documentos/3763-xvisici-beneficios-da-fisioterapia-em-pacientes-com-depressao/file>

MINISTÉRIO DA SAÚDE. Saúde Mental. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/saude-de-a-a-z/s/saude-mental>

MORAES. H. et al. O exercício físico no tratamento da depressão em idosos: revisão sistemática. Revista de Psiquiatria do Rio Grande do Sul. 29 (1), Abr 2007. DOI: <https://doi.org/10.1590/S0101-81082007000100014>

# 3<sup>a</sup> MOSTRA CIENTÍFICA



Anhanguera