



ATUAÇÃO DA FISIOTERAPIA NA QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO COM DEPRESSÃO

Autor(es)

Cinara De Souza Nunes Freire

Anderson De Oliveira Costa

Walbron Arlan Freire De Sousa

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

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/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^A MOSTRA CIENTÍFICA

