

## ANSIEDADE, DEPRESSÃO E QUALIDADE DE VIDA EM IDOSOS <sup>1</sup>

Viviane Aparecida Ribeiro Pimenta<sup>2</sup>; Camila de Oliveira Barbosa<sup>2</sup>;  
Cecília Gonçalves<sup>2</sup>; Gécica de Souza Cardoso<sup>2</sup>;  
Grasiela Brumano<sup>2</sup>; Maria Tereza Brandi<sup>3</sup>

**Resumo:** *O envelhecimento é um processo de transformação do organismo, que reflete em suas estruturas físicas, cognitivas e na percepção subjetiva de tais modificações. Este estudo buscou apresentar o índice e a relação entre ansiedade, depressão e qualidade de vida em idosos. Participaram desta pesquisa 10 idosos do asilo Lar dos Velinhos da cidade de Viçosa, Minas Gerais, com idades entre 62 e 84 anos, sendo cinco do sexo feminino e cinco do masculino. Foram utilizados o Inventário de Depressão de Beck (BDI) e o Inventário de Ansiedade Geriátrica (GAI) para os dados de caracterização dos idosos. Os resultados apontaram que 60% as mulheres apresentaram sintomas de ansiedade e os homens, 40%. Quanto aos sintomas de depressão, 30% das mulheres evidenciaram depressão em nível moderado; 20%, em nível mínimo; e nenhuma delas demonstrou depressão em nível leve e grave. Entre os homens, 10% apresentaram depressão em nível moderado; 20%, em nível mínimo; e 20%, em nível leve. Nenhum homem evidenciou sintomas em nível grave.*

**Palavras-chave:** *envelhecimento; expectativa de vida; saúde mental; vida saudável.*

### Introdução

O envelhecimento é uma etapa de vida que ainda é pouco estudada, apesar de apresentar aumento significativo nas últimas décadas. Estima-se que o número de idosos continuará aumentando rapidamente mais do que qualquer outro grupo etário durante os próximos anos (PARENTE, 2006).

---

<sup>1</sup>Pesquisa realizada como requisito para obtenção de créditos na disciplina Métodos e Técnicas de Pesquisa em Psicologia.

<sup>2</sup>Graduandas em Psicologia – FACISA/UNIVIÇOSA – Viçosa, MG; e-mail: viviane-ribeiro@hotmail.com

<sup>3</sup>Professora do Curso de Psicologia – FACISA/UNIVIÇOSA – Viçosa; e-mail: [tereza\\_brandi@yahoo.com.br](mailto:tereza_brandi@yahoo.com.br)

É importante ressaltar que o aumento da expectativa de vida não é acompanhado pelo processo natural de envelhecimento, não proporcionando boa qualidade de vida aos idosos, podendo esses passar por mudanças de afeto, na cognição, no caráter e no comportamento. Esses idosos enfrentam mudanças em múltiplas funções e são mais vulneráveis a doenças, o que reduz suas funções ocupacionais, tornando-se mais suscetíveis a transtornos psíquicos, como a depressão, ansiedade, com alterações cognitivas, incluindo dificuldades de memória e raciocínio (CELESTINO, 2009).

A qualidade de vida está relacionada à autoestima, ao bem-estar, tanto físico como também mental, ao nível socioeconômico, à interação social, ao suporte familiar, ao próprio estado de saúde, às crenças e à religiosidade, enfim a uma série de fatores que constituem uma boa qualidade de vida do idoso. É um conceito subjetivo, dependente do nível sociocultural, da faixa etária e dos próprios valores do idoso (VECCHIA *et al.*, 2005).

Portanto, é fundamental proporcionar uma devida atenção a essa população que vem aumentando não somente para garantir maior sobrevida, mas principalmente para oferecer melhor qualidade de vida.

O objetivo geral deste estudo foi analisar a presença ou não de estados depressivos e ansiosos e a qualidade de vida dos idosos que residem no asilo Lar dos Velinhos, da cidade Viçosa, Minas Gerais.

### **Material e Métodos**

Esta investigação foi um estudo de campo de natureza qualitativa e quantitativa, uma vez que se propôs a descrever as variáveis e as relações que ocorrem entre essas. Realizou-se esta pesquisa no Lar dos Velinhos da cidade de Viçosa, Minas Gerais, com 10 idosos, com idade entre 62 e 84 anos, sendo cinco do sexo feminino e cinco, do masculino. Para a coleta dos dados, foi utilizado o recurso de escalas já existentes, bem como o Inventário de Depressão de Beck (BDI) e o Inventário de ansiedade Geriátrica (GAI), de forma a analisar as variáveis analisadas neste trabalho, com o consentimento dos entrevistados por meio do Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).

## Resultados e Discussão

O resultado deste estudo evidencia que, dos idosos provenientes do asilo Lar dos Velhinhos, em relação ao sintoma de ansiedade, 60% das mulheres apresentaram sintomas de ansiedade; e 40%, dos homens. A ansiedade é um distúrbio psicológico, caracterizado por sentimentos de antecipação de perigo, tensão e sofrimento e por tendências de esquiva ou fuga (DAVIDOFF, 2001). Segundo Oliveira (2006), são frequentes os sintomas de ansiedade em idosos e na maioria das vezes essa vem associada a sintomas depressivos e doenças físicas. Os sintomas mais comuns em indivíduos com ansiedade são taquicardia, distúrbios do sono, sudorese, vertigens, náuseas e distúrbios gastrintestinais.

Apresentaram-se nos dados obtidos e analisados do Inventário de Beck (BDI) que 30% das mulheres demonstraram depressão em nível moderado; e 20%, em nível mínimo. Nenhuma delas evidenciou depressão em nível leve e grave. Entre os homens, 10% apresentaram depressão em nível moderado; 20%, em nível mínimo; e 20%, em nível leve. Não houve nenhum homem com sintomas de depressão em nível grave.

Segundo Neto (2010), a pessoa com depressão exibe uma tristeza profunda e duradoura, acompanhada de desânimo, apatia, desinteresse, impossibilidade de desfrutar dos prazeres da vida. Não se interessa pelas atividades diárias, não dorme bem, não tem apetite, muitas vezes tem queixas vagas, aparecem pensamentos “ruins” como ideias de culpa, inutilidade, desesperança, podendo ocorrer as de suicídio.

Pôde-se notar que os sintomas de depressão e ansiedade se evidenciaram mais frequentes nas mulheres que nos homens nesta pesquisa. É importante ressaltar que ainda são poucos os estudos sobre sintomas depressivos e ansiosos em idosos, uma vez que é necessário avançar as pesquisas nessa área que ainda é pouco explorada.

## Conclusões

Desta pesquisa, concluiu-se que os sintomas de ansiedade e depressão estão presentes na faixa etária da terceira idade, principalmente entre as

mulheres. Esses sintomas estão associados a inúmeras causas como a má qualidade de vida, o que torna propício o aumento de doenças físicas e mentais nessa faixa etária. Estudos e pesquisas dessa faixa etária ainda são pouco explorados.

Espera-se que novos estudos nessa área comecem a avançar para que possam contribuir para uma melhor saúde e qualidade de vida dessa população que vem apresentando uma expectativa de vida cada vez mais alta.

### Referências Bibliográficas

CELESTINO, F. K. S.; **Enfrentamento, Qualidade de vida, Estresse, Ansiedade e Depressão em idosos demenciados e seus cuidadores: Avaliações e Correlações.** 2009. 90f. Dissertação de Mestrado (Mestrado em ciências do Comportamento, Área de Concentração Cognição e Neurociências do Comportamento), Universidade de Brasília, Brasília.

DAVIDOFF, L. L. **Introdução à Psicologia.** 2 ed. São Paulo: Pearson Makron Books, 2001.

NETO, M. R. L. ,2010. Disponível em:< <http://www.saudemental.net/>>. Acesso em: Abril, 2013.

OLIVEIRA, K. L., et al. Relação entre Ansiedade, Depressão e Desesperança entre Grupos de Idosos. **Psicol. estud.**2006, vol.11, n.2, pp. 351-359.

PARENTE, M. A. P. e COLABORADORES. **Cognição e Envelhecimento.** Porto Alegre: Artmed, 2006. 331p.

VECCHIA, R. D.; RUIZ, T.; BOCCHI, S. C. M.; CORRENTE J. E. Qualidade de vida na terceira idade: um conceito subjetivo. **Rev. bras. epidemiol.** 2005, vol.8, n.3, pp. 246-252.