

INCIDÊNCIA DE SINTOMAS DE DEPRESSÃO EM PESSOAS IDOSAS AO LONGO DA MATURIDADE - UTILIZAÇÃO DO *EPIDEMIOLOGIC STUDIES DEPRESSION SCALE REVISED - CESD-R-20* POR FAIXAS ETÁRIAS QUINQUENAIS

Pedro Cavalcanti Teles Netto¹ (PIBIC/CNPq); Ana Luiza Oliveira Freitas (PROVIC/Unit); Beatriz Carvalho de Cerqueira¹ (PROVIC/Unit); Francisco Prado Reis² (Orientador); Karollyni Bastos Andrade Dantas² (Co-Orientadora)
(pedroctnetto@gmail.com);

¹Universidade Tiradentes/Medicina/Aracaju/SE.

²Universidade Tiradentes/Programa de Biociências e Saúde/Aracaju/SE.

4.00.00.00-1 - Ciências da Saúde; 4.06.00.00-9 – Saúde Coletiva

RESUMO

Introdução: O envelhecimento, reconhecido no Brasil a partir dos sessenta anos conforme o Estatuto do Idoso (Lei nº 10.741/2003) e as diretrizes da Organização Mundial da Saúde, não deve ser compreendido apenas como um processo biológico, mas também como fase em que é possível manter participação saudável (Miranda, 2020)¹. Entretanto, este período está frequentemente associado a desafios físicos, psicológicos e sociais que aumentam a vulnerabilidade ao transtorno depressivo maior. Estudos indicam sobreposição entre alterações biológicas típicas da depressão e aquelas próprias do envelhecimento, agravadas pela presença de doenças crônicas, perdas afetivas, aposentadoria e isolamento social (Lorenzo, 2023; Dominiak et al., 2022)². A depressão em idosos compromete a qualidade de vida em diferentes dimensões e pode repercutir negativamente na adesão a tratamentos e no risco de doenças físicas (De Oliveira et al., 2019)³. **Objetivo(s):** Avaliar a incidência dos sintomas de depressão e os níveis de qualidade de vida de pessoas idosas, e analisar o perfil epidemiológico dessa população. **Metodologia:** O presente estudo conta com grupos de intervenção, com pré e pós-teste e avaliação somativa após 16 semanas. Para cada uma das variáveis estudadas escolheu-se o cálculo que indicasse o maior "n" amostral. O programa de treinamento de força, destinado aos grupos de intervenção, consistirá em um período inicial de duas semanas para familiarização, seguido por 16 semanas de treinamento com duas sessões por semana, totalizando 32 sessões. Os exercícios de força serão realizados utilizando um circuito de exercícios resistidos em equipamentos de musculação, e serão prescritos com base na escala de esforço percebido OMNI-Res (LOPES et al., 2020)⁴, semelhante ao método utilizado no estudo de Jiang & Wu (2022). Após o término de cada fase de intervenção, os participantes do estudo serão submetidos a uma nova avaliação adicional sob os mesmos procedimentos. Após completar o ciclo completo de 32 semanas, os participantes serão submetidos a uma nova rodada de avaliações. O instrumento desenvolvido e recomendado pelo Centro de Estudos Epidemiológicos Depressão Escala (CESD), utilizado neste estudo, é uma ferramenta reconhecida e validada, inclusive em amostras da mesma faixa etária, para detectar sintomas depressivos em diferentes grupos populacionais (Park, 2021)⁵. Esta escala é composta por 20 itens, cada um pontuado de 0 a 3, resultando em uma pontuação total máxima de 60 pontos. A interpretação dos resultados permite avaliar a presença e a intensidade dos sintomas depressivos, classificando-os como leves (pontuação ≥ 16), moderados (pontuação entre 17 e 23) ou graves (pontuação ≤ 24) (Teixeira, 2021)⁶. **Resultados e Conclusão(ões):** A redução média e a queda da mediana apontam para um efeito favorável dos exercícios sobre os sintomas depressivos na população idosa estudada. O aumento do desvio padrão na avaliação formativa pode indicar respostas heterogêneas ao programa de exercícios (alguns idosos melhoraram muito enquanto outros mudaram pouco ou até pioraram). Em suma, os dados indicam uma redução

modestamente favorável nos escores de depressão após o período de exercício, acompanhado de maior variabilidade nas respostas e redução dos valores extremos altos.

PALAVRAS-CHAVE: estudo epidemiológico, idosos, incidência de depressão

Agradecimentos: Os autores agradecem ao CNPq – Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico – pelo apoio fornecido ao longo deste trabalho, sendo de grande importância o fomento à pesquisa fornecido pelas entidades estudantis. Também agradecemos o apoio do Laboratório de Biociências e Motricidade Humana (LABIMH), pela presença e força estrutural mostrada neste e em outros projetos.

ABSTRACT

Introduction: Aging, recognized in Brazil from the age of sixty according to the *Statute of the Elderly* (Law No. 10.741/2003) and the guidelines of the World Health Organization, should not be understood merely as a biological process, but also as a phase in which healthy participation can be maintained (Miranda, 2020)¹. However, this period is often associated with physical, psychological, and social challenges that increase vulnerability to major depressive disorder. Studies indicate an overlap between the biological changes typical of depression and those inherent to aging, worsened by the presence of chronic diseases, affective losses, retirement, and social isolation (Lorenzo, 2023; Dominiak et al., 2022)². Depression in the elderly compromises quality of life in different dimensions and can negatively impact treatment adherence and the risk of physical illnesses (De Oliveira et al., 2019)³. **Objective(s):** To assess the incidence of depressive symptoms and quality of life levels among older adults, and to analyze the epidemiological profile of this population. **Methodology:** This study includes intervention groups, with pre- and post-tests and a summative evaluation after 16 weeks. For each variable studied, the calculation indicating the largest sample size (“n”) was selected. The strength training program, designed for the intervention groups, will consist of an initial two-week familiarization period, followed by 16 weeks of training with two sessions per week, totaling 32 sessions. Strength exercises will be performed using a circuit of resistance exercises on weight-training machines and will be prescribed based on the OMNI-Res perceived exertion scale (LOPES et al., 2020)⁴, similar to the method used in the study by Jiang & Wu (2022). After the end of each intervention phase, study participants will undergo a new evaluation under the same procedures. Upon completing the full 32-week cycle, participants will be subjected to another round of assessments. The instrument developed and recommended by the *Center for Epidemiologic Studies Depression Scale* (CES-D), used in this study, is a recognized and validated tool, including in samples of the same age group, for detecting depressive symptoms in different population groups (Park, 2021)⁵. This scale consists of 20 items, each scored from 0 to 3, resulting in a total maximum score of 60 points. The interpretation of results allows the assessment of the presence and intensity of depressive symptoms, classifying them as mild (score ≥ 16), moderate (score between 17 and 23), or severe (score ≤ 24) (Teixeira, 2021)⁶. **Results and Conclusion(s):** The average reduction and drop in the median suggest a favorable effect of exercise on depressive symptoms in the elderly population studied. The increase in standard deviation in the formative assessment may indicate heterogeneous responses to the exercise program (some older adults improved greatly while others changed little or even worsened). In summary, the data indicate a modestly favorable reduction in depression scores after the exercise period, accompanied by greater variability in responses and a decrease in high extreme values.

KEYWORDS: epidemiological study, incidence of depression, older adults

ACKNOWLEDGEMENTS: The authors would like to thank CNPq – the National Council for Scientific and Technological Development – for the support provided throughout this work, as the research funding offered by academic institutions is of great importance. We also extend our gratitude to the Laboratory of Biosciences and Human Motricity (LABIMH) for its presence and structural support demonstrated in this and other projects.

REFERÊNCIAS/REFERENCES:

Censo Demográfico 2022 População por idade e sexo Pessoas de 60 anos ou mais de idade Resultados do universo Brasil, Grandes Regiões e Unidades da Federação. [s.l.: s.n.]. Disponível em: <<https://biblioteca.ibge.gov.br/visualizacao/livros/liv102038.pdf>>.

¹MIRANDA, R. DE C. N. A. et al. Sentido da vida e espiritualidade em idosos institucionalizados. **Research, Society and Development**, v. 9, n. 6, p. e72962799, 15 abr. 2020.

- ² DOMINIAK, M. et al. Recommendations for the prevention and treatment of postpartum depression. **Ginekologia Polska**, v. 92, n. 2, p. 153–164, 26 fev. 2021.
- ² LORENZO, Erica C. et al. Major depression and the biological hallmarks of aging. **Ageing research reviews**, v. 83, p. 101805, 2023. MAZHAR, A. The Moderating Role of Personality Traits on Relationship Between Occupational Stress and Quality of Life. 2020. Disponível em: <http://doi.org/10.2139/ssrn.3633280>.
- ³ DE OLIVEIRA LDSSCB, Souza EC, Rodrigues RAS, Fett CA, Piva AB. The effects of physical activity on anxiety, depression, and quality of life in elderly people living in the community. **Trends Psychiatry Psychotherapy**. 2019 Jan-Mar;41(1):36-42. <https://doi.org/10.1590/2237-6089-2017-0129>
- ⁴ LOPES, Paula B.; CABRAL, Luana L.; ROBERTSON, Robert J.; FRANCO, Andrea H.; PEREIRA, Gleber. A Systematic Review of Validity and Reliability of Perceived Exertion Scales to Older Adults. **Revista de Psicología del Deporte (Journal of Sport Psychology)**, [S. l.], v. 29, n. 4, p. 74–89, 2021. Disponível em: <https://www.rpd-online.com/index.php/rpd/article/view/230> . Acesso em: 15 nov. 2023.
- ⁵ PARK S-H, Yu HY, . How useful is the center for epidemiologic studies depression scale in screening for depression in adults? An updated systematic review and meta-analises. **Psychiatry Res** 2021;302:114037. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.114037>
- ⁶ TEIXEIRA, Luis Gustavo Soares Neves et al. Prevalência de sintomas da depressão e fatores associados nos colaboradores técnicos de uma instituição de ensino superior Prevalence of depression symptoms and associated factors in tchenical employees of a higher education institution. **Brazilian Journal of Health Review**, v. 4, n. 5, p. 19540-19551, 2021. DOI:<https://doi.org/10.34119/bjhrv4n5-086>.