

Idoso com Depressão e sua Relação com o Contexto Familiar

Depressive Elderly and His Relationship with the Familiar Context

Oswaldo Albuquerque Sousa Filho¹

Mirna Albuquerque Frota²

Maria Grasiela Teixeira Barroso³

Resumo

A depressão é um estado de humor, também característico da velhice, assim conhecida há bastante tempo, e ocasionada por motivos psicológicos, sociais e culturais. Objetiva investigar os aspectos que desencadeiam a depressão no idoso. Percebe-se que a solidão é sempre associada à velhice e é um dos grandes medos que assaltam o indivíduo ao envelhecer. Concluímos, portanto, que a família constitui um suporte importante na reabilitação do idoso. Esperamos conscientizar o profissional de enfermagem quanto à importância de uma assistência diferenciada, individualizada e priorizando a relação família – idoso.

Palavras-chave: Idoso; depressão; família.

Abstract

The depression is a humor state and also a characteristic of the elderly, known this way for a long time, and caused by psychologic, social and cultural reasons. This study aims to investigate the aspects that take the elderly to depression. It was realized that the loneliness is always associated with the elderly, and is one of the biggest fears that happens to the getting old people. We concluded that the family constitutes the most important support to the elderly rehabilitation. We hope to conscious the nursing professional about the importance of the different, individual attendance and prioriting the relationship of family – elderly.

Keywords: Elderly; depression; family.

Introdução

O homem nasce e consigo traz a luz e a alegria da maternidade. É frágil, vulnerável e extremamente dependente de tudo e de todos. Assim começa sua vida: mama pela primeira vez, provocando ainda mais amor através do intercâmbio com o seio materno. Dorme, toma seu primeiro banho de sol, chora e ri quando recebe afagos e carícias. E assim vai percorrendo o seu processo, até que é preparado para o seu primeiro dia na escola. Assim é introduzido no seio da convivência social. Este estágio família/sociedade corresponde à ruptura do seu segundo cordão umbilical.

À proporção que vai crescendo, passa da infância à adolescência e vai se tornando cada vez mais independente. A

convivência impõe-lhe responsabilidades e obrigações. A afetividade é exacerbada e os sentimentos afloram; passa a sentir alegrias e tristezas, ama e tem decepções, faz planos e sonha.

Com o passar inexorável do tempo, torna-se adulto, consegue o primeiro emprego, encontra uma primeira companheira e alegre-se com a chegada dos filhos. Realiza muito dos seus sonhos, outros não, no entanto continua a persegui-los, pois ainda é jovem e o mundo representa um desafio.

Com o evoluir dos anos, e quase sem perceber, torna-se avô. Muitas coisas acontecem, é quase impossível lembrá-las. Aquele bebê de ontem se enternece com os netos. Hoje já não vai às festas, já não pratica esportes, já não faz planos e já não sonha. Sente as limitações do corpo e do espírito. Percebe-se triste e irrita-se com facilidade. A depressão passa a ser uma companhia constante.

Assim é a velhice! Do presente, o cárcere das limitações; do passado a nostalgia das lembranças; e do futuro, a

¹ Especialista em Enfermagem Clínico - Cirúrgico. Enfermeiro do Instituto Dr. José Frota - IJF

² Doutora em Enfermagem. Docente da Universidade de Fortaleza - UNIFOR e-mail: mirnafrota@unifor.br

³ Professor Emérito da Universidade Federal do Ceará.

nebulosidade da incerteza. Aliado a isto, o idoso também é vítima dos preconceitos inerentes a uma sociedade egoísta, sem memória e sem respeito às tradições. Vítima desta circunstância, surge o questionamento: - e agora? Agora só resta a certeza de que a estrada da vida está para findar-se, só porque envelheceu.

A partir daí, ele passa a vivenciar sentimentos inerentes a entrega e a passividade em abandono; a “psicossomatização” torna-se uma constante, gerando episódios de languidez, adinamia, desconforto, entre outros. Pensa estar doente e espera sempre recuperar-se, quando finalmente percebe que o conjunto destes sintomas, na realidade, se constitui a velhice e, inevitavelmente, passa a conviver com a depressão.

A depressão é um estado de humor, também característico da velhice, assim conhecida há bastante tempo, e ocasionada por motivos psicológicos, sociais e culturais. Do ponto de vista psicológico, representa a auto-rejeição da velhice e também a não-aceitação da terceira idade como parte integrante do ciclo da vida. As causas sociais interferem no processo que leva o idoso a sentir-se debilitado em suas funções físicas, limitado em suas atividades e, em consequência, dependente como indivíduo. Já os aspectos culturais estão relacionados com a forma como a sociedade discrimina o idoso, rotulando de desnecessário e retirando seus direitos de cidadão (Bolsanello & Bolsanello, 1980).

Diante dessa conjunção de problemas e imbuídos de curiosidade científica, sentimos a necessidade de pesquisar as causas de depressão na terceira idade e a influência familiar. Sabemos que este problema vem tomando proporções alarmantes, gerando preocupação entre os técnicos da área de saúde mental e até mesmo da Organização Mundial de Saúde (OMS). Esperamos, com este trabalho, contribuir para investigação das causas da depressão na terceira idade no sentido de permitir a melhoria das opções e métodos da sua prevenção e tratamento, envolvendo, para tanto todo o contexto familiar.

Tencionamos alcançar o seguinte objetivo: Investigar os aspectos que desencadeiam a depressão no idoso.

Metodologia

Este é um estudo qualitativo, que nos possibilita uma análise mais aprofundada sobre o assunto. A população da pesquisa foi constituída por pessoas na faixa etária de 65 a 105 anos, residentes no âmbito da comunidade comum e em instituição de amparo à velhice. A amostra ficou assim constituída:

- Dez idosos residentes na comunidade comum, sendo três do sexo masculino e sete do sexo feminino;

- Dez idosos residentes na instituição, sendo quatro do sexo masculino e seis do sexo feminino.

A pesquisa teve como instrumento de coleta de dados um formulário, contendo vinte e oito itens abertos.

Resultados e discussão

Mediante a aplicação do instrumento utilizado, obtivemos alguns resultados a serem apresentados através das falas dos sujeitos da pesquisa, que são analisadas e comentadas, de forma que venham trazer maior compreensão sobre a velhice, no que diz respeito aos aspectos psicológicos, sociais e culturais, juntamente com as causas desencadeadoras da depressão na terceira idade.

Os achados das falas revelam que os idosos referem como significado da vida o amor, a paz, a felicidade, fazer o bem, uma dádiva de Deus, uma experiência e ter saúde. *Vida é espalhar amor e fazer bem ao próximo; Vida é a coisa mais sublime que Deus pode conceder à pessoa; É a condição de saúde; Viver em paz com todo mundo; É a experiência e a fé em Deus.*

Verificamos, ainda, que os idosos referiram ser o significado da vida o sofrimento, a dificuldade e a ilusão, o que está representado nas falas: *É importante quando a pessoa é feliz; Não passei pela vida, a vida passou por mim; Vida é uma ilusão; Vida é muito trabalho e sofrimento.*

Ao serem questionados sobre o relacionamento familiar, referiram ter relacionamento bom com a família. Segundo Batista (1985), enfocando as mudanças sociais a que o idoso tem que se ajustar, diz que o processo de adaptação no envelhecimento gera conflitos, principalmente quando é exigida a mudança de habitação, e que, muitas vezes, exige transformações drásticas no estilo de vida, da pessoa que avança na idade.

Observamos, portanto, que alguns idosos aceitam a velhice como sendo algo bom e bonito, como também possuem a consciência de que se trata do inevitável. Esses idosos, de uma certa forma, estavam preparados para envelhecer ou, pelo menos, estavam preparados para aceitar a idéia de que um dia iriam ficar velhos. Pikunas (1979) diz que a senescência é o último período da vida, durante o qual o processo de envelhecer se acelera.

Em consonância com o autor acima, Bolsanello & Bolsanello (1980) assinala que as pessoas envelhecem em todos os sentidos e em diferentes proporções – biológicas e psicológicas, como também sociologicamente. Dentre os que responderam que ser velho é dependência e doença e, ainda, que é abandono e solidão, vejamos alguns depoimentos: *Ser abandonado, sem as funções; É uma doença; É ruim. É bom quando a gente pode fazer as coisas. Mas tudo pela mão dos outros não é bom não; É ser desprezado.*

Observamos também pelos depoimentos ora citados que muitos idosos encaram a realidade de ficar velho como doença. Isso se explica em virtude da diminuição de suas funções

físicas, levando-os a depender de outras pessoas. Pikunas (1979) ensina que o declínio biológico é inevitável, já que praticamente todos os sistemas do corpo decaem, tanto nos aspectos estruturais como funcionais.

Outros idosos encaram a idéia de envelhecer como o início da solidão e do desprezo. O velho não se afasta voluntariamente dos grupos sociais em que vive, isto é, não é porque quer que o faz. É evidente que ele não se isola por gostar de sentir solidão, desprezo e sofrimento. É claro que se encontra assim por absoluta falta de opção: os problemas foram impostos a ele.

Os idosos relataram perceber que estavam velhos com o passar dos anos, a diminuição da capacidade física, o aparecimento da doença, o abandono de que foi alvo, após ser internado no asilo. Acompanhamos Bolsanello & Bolsanello (1980), quando diz que "Fisicamente a pessoa idosa apresenta-se com várias alterações: arqueamento dos ombros, menor estatura, epiderme adelgada, flexível e flácida, perdendo a elasticidade."

Aparecem as rugas, os tremores nas mãos e a perda de cabelo, que é mais acentuada nos homens. Existe a perda da capacidade de recordar fatos, ao que se somam as mudanças na sensibilidade gustativa. De modo geral, isso acontece juntamente com as outras funções sensoriais. Também há perda de visão, audição, sensibilidade tátil etc.

Todas essas mudanças que ocorrem com o passar dos anos, adicionadas à diminuição da capacidade física e ainda com o aparecimento de certas doenças próprias da velhice, levam o idoso a perceber que ficou velho, levando-o a se aposentar.

O abandono e a internação em asilos levam bruscamente o idoso a perceber que envelheceu. Muitas vezes eles convivem normalmente com toda mudança sofrida, tanto física como mentalmente. Todavia, ele não sabia que essas mudanças não seriam aceitas por sua família, chegando ao ponto de interná-lo em um asilo.

Revelam que são desprezados/abandonados pela sociedade; acham que a sociedade discrimina o idoso, que a sociedade trata o idoso com falta de respeito, desprezo e com mentira.

Freitas (1991), criticando a situação social, relata que triste é o país que prefere investir no futuro sem saber da própria realidade presente, e que os velhos são esses aí sentados nos bancos dos jardins, esmolando nas esquinas, esquecidos pela família, esperando apenas que se concluam os dias para que os olhos se fechem, para que tudo passe a pertencer a um passado que nada significou.

Quando questionados, afirmaram que os fatores que os levaram a sentir depressão decorreram da sensação de solidão, *Monotonia; Com a morte de dois filhos queridos; Porque não estou acolhida como antes; Saudade do povo, da minha*

mocidade e dos meus filhos; Fico imaginando as coisas, o que a gente era, e o que é agora.

Observamos que entre os entrevistados que referiram os problemas do dia-a-dia como causa de sua depressão, destacamos marido alcoólatra e trabalho excessivo como os mais citados. Brunner & Suddarth (1999) afirmam que depressão e tristeza são comuns nos velhos, uma vez que as perdas são inevitáveis.

Afirmam ainda que o acúmulo de perdas de pessoas, de coisas e de esperança pode depletar os recursos internos do indivíduo e a capacidade de lutar.

Destacamos também que a depressão nos velhos manifesta-se geralmente por sentimentos de apatia, quietude, vazio, muitas vezes, levando-os à vontade de morrer. Acreditamos, portanto, que a solidão, a insegurança e as desgraças na família, entre outros fatores, são as causas precipitantes e/ou contribuintes para o aparecimento da depressão no idoso, mas não as específicas.

Referiram como seu maior temor os marginais e ladrões, revelados nas falas: *Tenho medo de ladrão e de ser estuprada; Tenho medo de ladrão.*

Esse fato nos leva a pensar que esse medo de marginais e ladrões se deve ao fato de os idosos se sentirem indefesos diante de uma sociedade tão violenta, onde a criminalidade é algo constante na vida das pessoas.

Outros afirmaram que seu maior temor é a morte. *Tenho medo de morrer, dos últimos momentos.*

Observamos, portanto, em depoimentos transcritos há pouco, que alguns velhos se apavoram com a idéia da morte por tê-la como uma perda irreversível. Outros se amedrontam com a maneira de morrer, que é um dos grandes problemas e focos inconscientes para a neurose. Há também aqueles que se imaginam em outro mundo, conservando a consciência de si mesmo, apresentando-se em forma de almas e espíritos.

Os idosos observados neste estudo afirmaram como maior temor o de ficarem desamparados. *Meu maior medo é de ficar desamparado; É de adoecer sem nenhuma assistência, ficar desamparado.*

Em relação ao desamparo temido pelo idoso, Bolsanello & Bolsanello (1980) assinalou que a tensão gerada pelas crescentes limitações físicas e mentais, pela solidão resultante da perda de amigos e parentes, produz uma ansiedade que pode evocar vários mecanismos protetores; e que a depressão no idoso constitui, com frequência, o resultado da perda da auto-estima através da debilitação do funcionamento, associado ao sentimento de depreciação pessoal, vergonha e desamparo. E complementa, a angústia do ser é a defesa natural e instintiva que acompanha de perto a pessoa idosa.

Afirmam temer enormemente permanecer na dependência de outras pessoas. Observamos, então, pelos dados, que há

um grande temor por parte dos idosos de ficarem dependendo de outros. Esse fato pode ser explicado em virtude da redução das limitações físicas e mentais sofridas pelo idoso, levando-o, muitas vezes, à invalidez.

É válido ressaltar que um idoso afirmou como maior temor os castigos divinos. *Só tenho medo dos castigos divinos*. Essa afirmativa só nos leva a ter certeza de que o medo do desconhecido é sentido pelo idoso, fato que se credita à fé que ele deposita em Deus.

Conclusões

Concluimos, portanto, que a solidão é sempre associada à velhice, e é um dos grandes medos que assalta o indivíduo ao envelhecer. Como a doença, o abandono e a morte, ela se faz sinônimo da velhice. Assim, a depressão é quase que uma constante na vida de todos os idosos em razão de vários fatores, do ponto de vista psicológico, social e cultural.

O papel familiar, constitui um suporte importante na sua necessidade de amor, auto-estima, compreensão e segurança,

contribuindo em sua aceitação no seio da família e conseqüentemente, no aspecto afetivo. Esperamos conscientizar o profissional de enfermagem quanto à importância de uma assistência diferenciada, individualizada e priorizando a relação família - idoso .

Referências

- BATISTA, M. D. *A terceira idade e suas necessidades: uma visão de enfermagem*. Rio de Janeiro: [s.n.], 1985.
- BRUNNER, Lillian Sholtis; SUDDARTH, Doris Smith. *Moderna prática de enfermagem*. 2. ed. Rio de Janeiro: Interamericana, 1999.
- BOLSANELLO, A.; BOLSANELLO, M. A. *Análise do crescimento em psicologia: a velhice*. 2. ed. Curitiba: Educacional Brasileira, 1980.
- PIKUNAS, J. *Desenvolvimento humano: uma ciência emergente*. São Paulo: McGraw-Hill, 1979.