



I SIMPÓSIO E II SEMANA ACADÊMICA
DE MEDICINA UFFS

URGÊNCIA E EMERGÊNCIA



SINTOMAS DEPRESSIVOS AUTORRELATADOS EM IDOSOS E SUA RELAÇÃO COM DOR CRÔNICA, DOENÇAS CRÔNICAS, QUALIDADE DO SONO E NÍVEL DE ATIVIDADE FÍSICA

Marcia Regina da Silva¹

Fátima Ferretti²

Samira Pinto³

Odanor Ferretti Tombini Filho⁴

1

Eixo: saberes e práticas.

Introdução: No Brasil, a cada ano, 650 mil novos idosos são incorporados à população brasileira, a maior parte com doenças crônicas. O país passou de um cenário de mortalidade da população jovem para um quadro de enfermidades típica dos países longevos, caracterizado por doenças que perduram por anos, com exigência de cuidados constantes, medicação contínua e exames periódicos, o que tem onerado substancialmente o sistema de saúde. Os sintomas depressivos (SD) são frequentemente vivenciados pelos idosos, constituindo-se num dos principais problemas de saúde pública. **Objetivos:** O objetivo do estudo foi verificar a relação entre sintomas depressivos com a presença e intensidade da dor crônica, com a qualidade do sono e o nível de atividade física. **Metodologia:** Pesquisa com 85 idosos residentes em município catarinense. Os critérios para inclusão dos sujeitos no estudo foram pessoas com 60 anos ou mais, residir no ambiente urbano do município estudado e apresentar boa cognição, testado de acordo com o Miniexame do Estado Mental (MEEM). Os critérios de exclusão foram idosos ausentes em seu domicílio em duas visitas; ser acamado ou cadeirante. Utilizou-se o questionário adaptado de Moraes, escala visual numérica da dor, questionário IPAQ para avaliação do nível e volume de atividade física (AF), escala de avaliação do índice de qualidade do sono de Pittsburgh (IQSP) e escala de depressão geriátrica (GDS). Análise dos dados pelo teste *U de Mann-Whitney*, Qui-Quadrado (X^2) e correlação de *Sperman*. Esta pesquisa foi apreciada e aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Instituição de Ensino Superior de origem, com número de parecer 2.047.037. **Resultados e Discussão:** dos 385 idosos avaliados, 30,6% apresentaram SD. Dentre os idosos que apresentavam sintomas depressivos aqueles com maior queixa de dor, apresentaram pior qualidade do sono (QS) e menor volume de prática de atividades físicas ($p=0,001$). Os valores do X^2 entre dor crônica, qualidade do sono e nível de atividade física com presença e ausência de SD foram 25,078, 27,707 e 9,009 respectivamente ($p<0,05$) e a correlação entre sintomas depressivos e qualidade do sono foi de 0,423 ($p<0,05$). Quanto maior o volume de prática de atividades físicas do idoso menor os índices de SD, intensidade da dor crônica e melhor a QS. Nessa direção, incentivar a prática de atividade física pode promover a diminuição dos sintomas depressivos, melhorar a qualidade do sono e minimizar a

¹ Doutoranda em Ciências da Saúde, Unochapecó, marciaf@unochapeco.edu.br

² Dra. em Saúde Coletiva, Unifesp, ferrettifisio@yahoo.com.br

³ Graduanda do internato em Medicina, Unochapecó, samyysilva@unochapeco.edu.br

⁴ Graduando do segundo ano em Medicina, Unochapecó, odanor@yahoo.com.br



I SIMPÓSIO E II SEMANA ACADÊMICA
DE MEDICINA UFFS

URGÊNCIA E EMERGÊNCIA



intensidade da dor. Dentro desse contexto, a equipe de saúde precisa planejar ações, não somente com vistas a tratar as condições clínicas desta fase da vida, mas para prevenir, manter e promover a saúde física e psíquica do idoso. **Conclusão:** Idosos com sintomas depressivos apresentaram maior intensidade da dor, pior qualidade do sono e menor intensidade de atividade física (AF). Houve associação entre a presença de dor crônica, nível de AF e qualidade do sono com SD e correlação moderada entre SD e qualidade do sono.

Palavras-chave: Idoso; Sintomas Depressivos; Doença Crônica; Transtornos do Sono-Vigília; Exercício.