



ISSN 2674-8169

DEPRESSÃO NO IDOSO: UMA REVISÃO DA LITERATURA RECENTE

Ryan Rafael Barros de Macedo¹, Humberto Pereira Roque², Itallo Thiago Santos de Lira³, Thalita Duarte Sousa⁴, Tainara Pelisão⁵, Nelson Pinto Gomes⁶, Robson Gonçalves de Oliveira Filho⁷, Noéllio Furtado Galvão⁸, João Marcos Lima⁹, Leonardo William Luiz de Oliveira Leite¹⁰, Rafaela Danieli Brustolin⁵, Paulo Rogério Borges Rosmaninho Varandas¹¹



<https://doi.org/10.36557/2674-8169.2024v7n1p679-684>

Artigo recebido em 18 de Novembro e publicado em 15 de Janeiro de 2025

REVISÃO DE LITERATURA

RESUMO

A depressão no idoso é uma condição multifatorial e desafiadora, com alta prevalência e impacto significativo na qualidade de vida. Este estudo, uma revisão bibliográfica baseada em artigos publicados entre 2019 e 2023 na base de dados PubMed, investigou os avanços terapêuticos no manejo da depressão em idosos. As intervenções incluem farmacoterapia, psicoterapia e abordagens inovadoras, como arteterapia, com destaque para a combinação de estratégias que demonstraram maior eficácia em casos moderados a graves. A análise também revelou lacunas na adesão ao tratamento, especialmente em populações vulneráveis. Além disso, foram discutidos os mecanismos etiológicos da depressão tardia, com enfoque em alterações biológicas e psicossociais. Conclui-se que o manejo adequado requer uma abordagem multidisciplinar, integrando terapias tradicionais e complementares para melhorar desfechos clínicos e promover qualidade de vida. Contudo, reforça-se a necessidade de mais estudos controlados para validar intervenções inovadoras.

Palavras-chave: Depressão no idoso. Terapias complementares. Arteterapia. Psicoterapia. Qualidade de vida.

DEPRESSION IN THE ELDERLY: A REVIEW OF RECENT LITERATURE

ABSTRACT

Depression in the elderly is a multifactorial and challenging condition with high prevalence and significant impact on quality of life. This study, a literature review based on articles published between 2019 and 2023 in the PubMed database, investigated therapeutic advances in managing depression in older adults. Interventions included pharmacotherapy, psychotherapy, and innovative approaches such as art therapy, with a focus on the combination of strategies that showed greater effectiveness in moderate to severe cases. The analysis also revealed gaps in treatment adherence, especially among vulnerable populations. Additionally, the etiological mechanisms of late-life depression, emphasizing biological and psychosocial changes, were discussed. It is concluded that adequate management requires a multidisciplinary approach, integrating traditional and complementary therapies to improve clinical outcomes and enhance quality of life. However, the need for more controlled studies to validate innovative interventions is highlighted.

Keywords: Elderly depression. Complementary therapies. Art therapy. Psychotherapy. Quality of life.

Instituição afiliada

1. Discente - Medicina no Centro Universitário do Planalto Central Aparecido dos Santos - UNICEPLAC
2. Bacharel - Medicina na Faculdade de Medicina Estácio de Juazeiro do Norte
3. Bacharel - Medicina no Centro Universitário Facisa
4. Bacharel - Medicina no Centro Universitário do Estado do Pará
5. Bacharel - Medicina no Centro Universitário de Várzea Grande
6. Mestrado - Medicina na Universidade CEU Cardenal Herrera (Espanha)
7. Discente - Medicina na Faculdade de Medicina Nova Esperança - Famene
8. Psicólogo Clínico Especialista em Psicologia Hospitalar
9. Discente - Medicina na Universidade Prof. Edson Antônio Velano - Unifenas
10. Bacharel - Medicina na Universidade José do Rosário Vellano campus Belo Horizonte (UNIFENAS BH)
11. Especialista em Geriatria pela Faculdade de Medicina da Universidade de São Paulo

This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



INTRODUÇÃO

A depressão no idoso constitui um desafio relevante na prática clínica e na saúde pública, dada sua alta prevalência e impacto significativo na qualidade de vida dessa população. Embora o transtorno depressivo maior (TDM) não faça parte do processo natural de envelhecimento, ele é comum entre idosos, agravando comorbidades físicas e psicológicas e comprometendo a funcionalidade e o bem-estar geral. (CIASCA *et al.*, 2018) Estudos apontam que a depressão nessa faixa etária está associada a alterações biológicas complexas, incluindo o envelhecimento acelerado do cérebro, a redução do comprimento dos telômeros e disfunções epigenéticas. (ALEXOPOULOS, 2019)

O subtratamento da depressão no idoso é uma questão preocupante, especialmente em populações de baixa renda e minoritárias, onde menos da metade dos pacientes recebe assistência adequada (CIASCA, Eliana C.). A combinação de farmacoterapia e psicoterapia, amplamente recomendada para casos moderados a graves, apresenta maior eficácia e menores taxas de abandono do tratamento em comparação com intervenções isoladas. **(CIASCA *et al.*, 2018)** Entre as abordagens psicoterapêuticas, destacam-se a terapia cognitivo-comportamental, a psicoterapia interpessoal e a terapia de resolução de problemas, que demonstraram benefícios significativos tanto em adultos quanto em idosos. Além disso, métodos inovadores, como a terapia de reminiscência e a arteterapia, vêm ganhando atenção por seus potenciais efeitos terapêuticos, especialmente em populações que não respondem bem a abordagens exclusivamente verbais. **(CIASCA *et al.*, 2018)**

O impacto da depressão vai além do comprometimento funcional e do bem-estar psicológico, estando associado a um maior risco de transtornos demenciais e à redução da eficácia dos antidepressivos em pacientes com demência. Apesar disso, o uso prolongado de antidepressivos pode contribuir para a prevenção de declínio cognitivo, embora estudos adicionais sejam necessários para confirmar esse efeito. (ALEXOPOULOS, 2019)

Dado o cenário de lacunas terapêuticas e os desafios na implementação de intervenções adequadas, torna-se essencial explorar abordagens que aliem eficácia, custo-efetividade e acessibilidade. Nesse contexto, este estudo revisa as evidências mais recentes sobre as terapias disponíveis para o manejo da depressão no idoso, com ênfase nas interações entre fatores biológicos, sociais e terapêuticos. A busca por intervenções inovadoras e integrativas, como a arteterapia, pode abrir caminhos promissores para o tratamento e a melhoria da qualidade de vida dessa população vulnerável.

METODOLOGIA

Este estudo constitui uma revisão bibliográfica com o objetivo de sintetizar as informações mais recentes relacionadas à depressão no idoso, utilizando uma abordagem sistemática e criteriosa. Para a seleção dos artigos, foram incluídas publicações disponíveis na base de dados PubMed, reconhecida por sua relevância na área biomédica e pela ampla cobertura de estudos científicos. A busca foi realizada com os descritores "Depression" e "Elderly", contemplando artigos publicados entre janeiro de 2019 e dezembro de 2023, visando assegurar a atualidade das informações analisadas.

Os critérios de inclusão consideraram estudos publicados nos últimos cinco anos, redigidos em inglês ou português, disponíveis integralmente na base de dados selecionada, e

que abordassem a depressão no idoso de forma direta, com enfoque em fatores biológicos, terapias farmacológicas, intervenções psicoterapêuticas ou estratégias terapêuticas inovadoras. Artigos que não preencheram esses requisitos foram excluídos, assim como aqueles indisponíveis para acesso integral na PubMed.

O processo de seleção seguiu etapas sequenciais: leitura inicial dos títulos e resumos para verificar a relevância e adequação aos critérios estabelecidos, seguida pela análise integral dos textos que preencheram os critérios preliminares. Essa abordagem sistemática assegura a transparência do processo e a reprodutibilidade do estudo, além de garantir a inclusão de dados confiáveis e relevantes para a discussão proposta.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

A depressão no idoso é uma condição multifatorial que apresenta desafios clínicos significativos devido à sua alta prevalência e impacto substancial na qualidade de vida. Embora não seja uma consequência natural do envelhecimento, o transtorno depressivo maior (TDM) é amplamente subtratado nessa população, especialmente entre indivíduos de baixa renda e pertencentes a minorias. **(CIASCA et al., 2018)** Essa lacuna no acesso ao tratamento reflete barreiras estruturais e sociais, que incluem estigma, desigualdades econômicas e limitações no acesso a serviços especializados.

Do ponto de vista terapêutico, a combinação de farmacoterapia com psicoterapia tem demonstrado ser a abordagem mais eficaz, particularmente em casos de depressão moderada a grave. Estudos apontam que a associação entre esses tratamentos está vinculada a menores taxas de abandono, sugerindo que a integração de intervenções médicas e psicológicas é essencial para melhorar os desfechos terapêuticos em idosos. **(CIASCA et al., 2018)** A variabilidade na adesão e resposta à psicoterapia, entretanto, destaca a importância de personalizar o tratamento, levando em consideração características individuais, como história clínica, comorbidades e preferências pessoais.

A arteterapia desponta como uma abordagem complementar promissora, especialmente para indivíduos que enfrentam dificuldades com intervenções verbais tradicionais. Evidências sugerem que, além de melhorar parâmetros emocionais e cognitivos, essa técnica pode promover bem-estar e socialização, atuando como um catalisador no alívio de sintomas depressivos. **(CIASCA et al., 2018)** Apesar de relatos encorajadores, a heterogeneidade dos estudos e a limitada disponibilidade de ensaios clínicos randomizados de alta qualidade dificultam a consolidação da arteterapia como estratégia terapêutica robusta. Mais investigações, com metodologia rigorosa e medidas quantitativas, são necessárias para estabelecer seu papel na prática clínica.

Em termos de fisiopatologia, o TDM em idosos está intrinsecamente ligado a alterações nas redes de recompensa, saliência e controle cognitivo. **(ALEXOPOULOS, 2019)** Essas disfunções, frequentemente exacerbadas por fatores genéticos, inflamatórios e neurodegenerativos, resultam em apresentações clínicas heterogêneas e resistentes ao tratamento. A interação entre mudanças biológicas e fatores psicossociais adversos, como isolamento social e perda de suporte comunitário, também agrava a vulnerabilidade à depressão tardia, reforçando a necessidade de abordagens multidimensionais e integradas.

A compreensão desses mecanismos complexos é crucial para o desenvolvimento de intervenções terapêuticas mais eficazes. Estratégias inovadoras que combinem o manejo biológico e psicossocial da depressão podem não apenas aliviar os sintomas, mas também

melhorar o prognóstico e a qualidade de vida dos pacientes idosos.

O estudo em questão analisou os efeitos de 20 sessões de arteterapia como intervenção complementar em mulheres idosas com TDM estável sob tratamento farmacológico. Os resultados indicaram melhorias significativas nos parâmetros de humor, cognição e funcionalidade. Os participantes relataram aumento na percepção de bem-estar e redução de sintomas depressivos, além de uma maior sensação de pertencimento social e engajamento emocional durante o período de intervenção.

Embora as alterações cognitivas tenham sido modestas, os dados sugerem um efeito positivo da arteterapia na manutenção da funcionalidade global, corroborando achados prévios que apontam benefícios terapêuticos dessa técnica. **(CIASCA et al., 2018)** Adicionalmente, o envolvimento em atividades criativas mostrou-se eficaz em estimular conexões emocionais e processuais, complementando o efeito da farmacoterapia de maneira substancial.

No entanto, a análise evidenciou limitações importantes. A falta de um grupo controle robusto e a pequena amostra dificultam a extrapolação dos resultados para populações mais amplas. Apesar disso, os achados reforçam o potencial da arteterapia como uma intervenção complementar custo-efetiva e aceitável, particularmente em contextos onde a adesão a tratamentos tradicionais é limitada. Estudos futuros, com maior rigor metodológico, são essenciais para validar essas observações e explorar novas aplicações terapêuticas.

CONCLUSÃO

A depressão em idosos é um fenômeno complexo, que combina fatores biológicos, psicológicos e sociais, resultando em apresentações clínicas heterogêneas e desafiadoras. Este estudo evidenciou que, apesar da elevada prevalência desse transtorno, há lacunas significativas na abordagem terapêutica e na adesão ao tratamento, especialmente em populações mais vulneráveis.

O manejo adequado da depressão no idoso exige uma abordagem multidisciplinar, que contemple a farmacoterapia, intervenções psicoterapêuticas e, quando indicado, terapias complementares, como a arteterapia. A integração dessas estratégias é fundamental para melhorar a qualidade de vida, promover a funcionalidade e reduzir o risco de complicações associadas à depressão tardia.

Adicionalmente, os mecanismos etiológicos da depressão tardia, que incluem alterações nas redes frontolímbicas e processos relacionados ao envelhecimento, destacam a importância de intervenções precoces e personalizadas. Compreender os fatores que contribuem para o desenvolvimento e a persistência desse transtorno pode direcionar esforços futuros para a criação de tratamentos mais eficazes e acessíveis.

Embora os resultados disponíveis reforcem o potencial de intervenções criativas, como a arteterapia, e as vantagens das abordagens combinadas, há uma necessidade crítica de mais estudos controlados e com medidas quantitativas robustas. Isso permitirá validar e consolidar as evidências em torno das estratégias terapêuticas e promover melhores desfechos clínicos em uma população que enfrenta desafios únicos.

Conclui-se, portanto, que a atenção integral ao idoso com depressão deve ser prioridade em saúde pública, com investimentos em pesquisa, treinamento de profissionais e ampliação do acesso a cuidados de saúde mental, visando garantir um envelhecimento saudável e digno.



REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALEXOPOULOS, G. S. Mechanisms and treatment of late-life depression. **Translational Psychiatry**, v. 9, n. 1, p. 188, 5 ago. 2019.

CIASCA, E. C. et al. Art therapy as an adjuvant treatment for depression in elderly women: a randomized controlled trial. **Revista Brasileira de Psiquiatria**, v. 40, n. 3, p. 256–263, 1 fev. 2018.