

## Trabalho apresentado no 17º CBCENF

**Título:** OS BENEFÍCIOS DO TRATAMENTO E DA ATIVIDADE FÍSICA NO IDOSO COM DEPRESSÃO

**Relatoria:** ALINE RAQUEL DE SOUSA IBIAPINA  
Claudete Ferreira de Souza Monteiro

**Autores:** Delmo de Carvalho Alencar  
Girzia Sammya Tajra Rocha  
Antonio Tiago Silva Souza

**Modalidade:** Pôster

**Área:** Força de trabalho da enfermagem: recurso vital para a saúde

**Tipo:** Pesquisa

**Resumo:**

**INTRODUÇÃO:** A depressão constitui enfermidade mental frequente no idoso, comprometendo intensamente sua qualidade de vida, sendo considerado fator de risco para processos demenciais. É uma condição que coloca em risco a vida, sobretudo daqueles que têm alguma doença crônico-degenerativa ou incapacitante, pois há uma influência recíproca na evolução clínica do paciente. **OBJETIVO:** Identificar e descrever um tratamento adequado ao idoso com depressão. **METODOLOGIA:** Trata-se de uma pesquisa bibliográfica, onde foram coletados 15 artigos nos bancos de dados: Scielo e Lilacs, no período de janeiro a abril de 2014. **RESULTADOS:** As estratégias de tratamento mais utilizadas são psicoterapia, intervenção medicamentosa e exercício físico. A atividade física, quando, regular e bem planejada, contribui para a minimização do sofrimento psíquico do idoso deprimido, além de oferecer oportunidade de envolvimento psicossocial, elevação da autoestima, implementação das funções cognitivas, com saída do quadro depressivo e menores taxas de recaída. Uma das vantagens do exercício físico é o efeito positivo também na prevenção e tratamento de outros agravos comuns nas pessoas idosas. Propõe-se que as administrações municipais organizem programas de atividade física, além da inclusão de exercícios físicos nas programações dos Grupos de Terceira Idade. **CONCLUSÃO:** Diante a importância da atividade física na prevenção e tratamento da depressão e de outras doenças que acometem especialmente as pessoas idosas, propõe-se que as administrações municipais, através da articulação entre as Secretarias de Esporte e de Saúde, organizem serviços que ofereçam cada vez mais atividade física para a população idosa.