

# DEPRESSÃO NA TERCEIRA IDADE

**Eduardo Amintas dos SANTOS,<sup>1</sup> Elena Claudia de JESUS<sup>2</sup>  
Alcione Aparecida Oliveira NAVARRO<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Estudante de Enfermagem – Enfermagem/Unincor – e-mail: [Eduardo.amintas@yahoo.com.br](mailto:Eduardo.amintas@yahoo.com.br)

<sup>2</sup>Estudante de Enfermagem –Enfermagem / Unincor – email:[elenaclaudia@com.br](mailto:elenaclaudia@com.br)

<sup>3</sup>Orientadora e professora do curso de enfermagem / Unincor– e-mail:[prof.navarros@unincor.edu.br](mailto:prof.navarros@unincor.edu.br)

**Palavras-chave: Depressão, Terceira idade, Qualidade de vida**

## RESUMO

Apesar de muitos estudos sobre depressão e, principalmente dos reflexos da mesma na terceira idade muito ainda se tem para discutir, pois a mesma pode vir acompanhada de outras doenças, ou sintomas que podem mascarar/confundir os médicos. Desta forma torna-se necessário refletir sobre esta questão e todos os aspectos ligados a mesma na terceira idade. Para realizar este trabalho utilizou-se o levantamento bibliográfico por objetivar levantar dados referentes ao assunto. Para tanto, foram consultados artigos, encontrados a partir de buscas on-line/Internet. Através dos mesmos, pode-se concluir que, muitos podem ser os motivos para que a depressão na terceira idade aconteça, porém o carinho de familiares e amigos, a atenção por parte do governo e de profissionais, a melhoria na qualidade de vida aliada a tratamentos corretos, podem fazer a diferença para vencer a doença. De uma forma geral, negamos o envelhecimento. Estamos sempre em busca de novidades milagrosas que possam atuar a favor da juventude, encobrendo e recalçando os sinais que são inevitáveis, visíveis a olho nu; sendo assim, vamos em busca de varias estratégias e disfarces que possam combater o surgimento de linhas de expressões, por exemplo. Desta forma, estar no caminho do envelhecimento é redobrar os cuidados com a saúde física e mental; ou seja, obter medidas preventivas, procurar vivenciar este processo que faz parte do nosso ciclo de vida, da melhor maneira possível, e encará-lo com alegria, eliminando problemas futuros que poderão surgir dependendo de como iremos encarar esta realidade; pois de nada adianta camuflar o envelhecimento, “ele” está simplesmente exposto diante de nós. Desta forma, tanto família e amigos podem contribuir de forma significativa para minimizar os efeitos da mesma sobre o indivíduo na terceira idade, buscando compreendê-lo, e incentivando-o a procurar tratamento, mantê-lo e melhorar suas condições de vida através de exercícios físicos, boa alimentação, lazer, entre outros. Enfim, pode-se concluir que o governo e os profissionais da saúde têm importante papel na luta contra a depressão na terceira idade. O governo provendo campanhas de conscientização, melhorando o atendimento nos postos de saúde e, procurando dar não só ao idoso, mas a toda população condições melhores de vida.