

## ANAIS I CAMEG

# Aplicação de uma metodologia ativa sobre depressão com idosos da Universidade Aberta da Terceira Idade (UniATI): um relato de experiência

Fábio Ferreira Marques<sup>1</sup>, Erick Verner de Oliveira Aquino<sup>1</sup>, Daniel Ferreira de Paula Moraes<sup>1</sup>, Júlia Maria Rodrigues de Oliveira<sup>2</sup>

1. Discente de Medicina do Centro Universitário de Anápolis
2. Docente de Medicina do Centro Universitário de Anápolis

### RESUMO:

**Introdução:** A Universidade Aberta da Terceira Idade (UniATI) é um projeto da UniEVANGÉLICA, que permite a inclusão e acessibilidade do idoso no meio acadêmico, proporcionando uma aprendizagem e interação acadêmica por meio de oficinas interdisciplinares a todo indivíduo com idade maior ou igual a 60 anos. Nesse sentido, o curso de Medicina, possui uma monitoria voluntária com eles chamada “Envelhecer com Saúde”, em que várias temáticas são abordadas de acordo com a relevância na faixa etária idosa. Dentre as temáticas, merece destaque a depressão, especialmente por ser uma das doenças mentais que mais atinge os idosos, e por estar associada a comorbidades. **OBJETIVO:** Relatar a experiência dos acadêmicos de medicina como monitores durante a realização da oficina “Envelhecer com Saúde” sobre depressão. **RELATO DE EXPERIÊNCIA:** Inicialmente foi projetado um vídeo sobre depressão e seus sintomas, e em seguida os idosos foram dispostos em um círculo na sala para aplicação da metodologia ativa. Foi oferecido a cada idoso um pedaço de barbante, no qual deveriam dar um nó sempre que a resposta sobre perguntas da Escala de Depressão Geriátrica (GDS30) fosse positiva. Após, os alunos dirigiram os idosos para a segunda parte da metodologia, em que um rolo de barbante foi oferecido a um participante. O mesmo deveria dizer para todos o que considerava ser importante para superar seus medos, angústias e dificuldades do dia-a-dia, e então deveria passar o rolo para outro indivíduo, enquanto segurava uma ponta do barbante, gerando uma verdadeira rede, que representa a rede de ajuda que pode ser criada entre os idosos. Ao final, foi realizada uma reflexão, com ênfase na importância da ajuda mútua, de buscar ajuda médica quando necessário e de participar de atividades em grupo. **Discussão:** A aplicação da metodologia permitiu que os alunos tivessem uma visão geral do estado de saúde mental dos idosos presentes. Nenhum idoso teve 11 nós no barbante, o limite inferior de pontos para suspeitar de depressão moderada. Existe a possibilidade de alguns não terem compreendido a metodologia ou as perguntas feitas, ou não terem habilidade manual para darem muitos nós, o que pode representar um falso-negativo. Sabe-se que o idoso naturalmente pode passar por um processo de luto e tristeza, correspondente a perdas esperadas da idade, como redução da capacidade funcional de órgãos sensitivos, ou decorrente da Síndrome do Ninho Vazio, e os sintomas como tristeza ou luto precisam ser diferenciados de depressão. A explicação de que a rede de barbante criada representa a rede de ajuda mútua, foi o ápice da aula, bem como o espaço reservado para os idosos se manifestarem livremente. Alguns mencionaram ter diagnóstico de depressão ou outro transtorno afetivo, e isso gerou uma comoção entre todos e ampliou a percepção da importância da afetividade, e especialmente evitar julgar quem sofre da doença como preguiçoso ou outros adjetivos. **Material e método.** **Conclusão:** A metodologia aplicada e a reação dos idosos permitiu aos alunos uma compreensão da importância das monitorias voluntárias e da promoção de saúde que é desenvolvida durante os encontros. A troca de saberes e o espaço que é reservado para livre expressão dos participantes permite que seja criado um ambiente acolhedor para os idosos, por vezes sendo mecanismo de escape de situações como solidão, e permite a criação de vínculos que os ajudam a passar pelo processo de envelhecimento de maneira saudável.

### Palavras-chave:

Acessibilidade.  
Depressão. Inclusão.  
Saúde do Idoso.