II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVII Jornadas de Investigación Sexto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2010.

Los síntomas depresivos y cuestiones relacionadas con sueño em los ancianos.

Melo, Romulo, Silva, Hermesson Daniel Medeiros Da, Eulalio, Maria Do Carmo y Leão, Isis.

Cita:

Melo, Romulo, Silva, Hermesson Daniel Medeiros Da, Eulalio, Maria Do Carmo y Leão, Isis (2010). *Los síntomas depresivos y cuestiones relacionadas con sueño em los ancianos. II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVII Jornadas de Investigación Sexto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-031/211>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eWpa/Bw5>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

LOS SÍNTOMAS DEPRESIVOS Y CUESTIONES RELACIONADAS COM SUEÑO EM LOS ANCIANOS

Melo, Romulo; Silva, Hermesson Daniel Medeiros Da; Eulalio, Maria Do Carmo; Leão, Isis
Universidade Estadual da Paraíba. Brasil

RESUMEN

Objetivos: Este estudio tuvo como objetivo comprender la relación de la depresión con el sueño de los ancianos. Método: El estudio se llevó a cabo con personas mayores cubiertos por el Servicio Único de Salud (SUS) en Campina Grande - PB. Se utilizaron tres cuestionarios para recoger: versión brasileña de la Escala de Depresión Geriátrica (EDG cuestionario-15) sobre los problemas relacionados con el sueño, y un cuestionario socio-demográfico. Análisis descriptivos y inferenciales se realizaron con SPSS. Resultados: Los sujetos que informaron no haber problemas de sueño (51,4%) tenían puntuaciones más bajas en el EDG-15 ($t(209) = 3.12$, $SD = 2.6$) que aquellos con un problema ($t(209) = 4.6$, $SD = 2.6$). La diferencia entre el valor medio fue de 1,48 con un efecto de $d = 0,61$. Análisis comparativo entre el grupo con depresión (24,5%) y depresión (75,5%) indican que 16,8% de las variaciones en el sueño están relacionados con síntomas depresivos, lo que sugiere una relación entre las variables ($X^2 = 13,12$; V de Cramer, de aproximadamente 0,41). Conclusiones: El sueño desempeña un papel importante en la investigación de la depresión puede facilitar el diagnóstico de este trastorno, dado ancianos con depresión son más propensos a los trastornos del sueño.

Palabras clave

Envejecimiento Depresión Sueño

ABSTRACT

DEPRESSIVE SYMPTOMS AND ISSUES RELATED TO SLEEP IN THE ELDERLY

Objectives: Considering the the growth of the elderly in contemporary society, this study aimed to understand the relationship between depression and the sleep of the elderly. Method: The study was conducted with senior citizens covered by National Health Service called Serviço Único de Saúde (SUS) in Campina Grande - PB. Three questionnaires were used to data collection: the Brazilian version of the Geriatric Depression Scale (GDS-15); a questionnaire about sleep-related problems; and a socio-demographic questionnaire. Descriptive and inferential analysis were performed using SPSS. Results: Subjects who reported no sleep problems (51.4%) had lower scores on the GDS-15 ($t(209) = 3.12$, $SD = 2.6$) than those with a problem ($t(209) = 4.6$, $SD = 2.6$). The difference between the average was 1.48 with an effect of $d = 0.61$. Comparative analysis between the group with depression (24.5%) and without depression (7.5%) indicates that 16.8% of variations in sleep are related to depressive symptoms, suggesting a relationship between variables ($X^2 = 13.12$; Cramer's V of approximately 0.41). Conclusions: Sleep plays an important role in research of depression and may facilitate the diagnosis of the disorder, because elderly depressed are more prone to sleep disorders.

Key words

Aging Depression Sleep

INTRODUÇÃO

O fenômeno do envelhecimento populacional tem ocorrido mundialmente e de maneira progressiva após a Segunda Guerra Mundial. Em outras palavras, a população mundial passa pelo aumento da expectativa ou esperança de vida. Isso se deve a diversos fatores, principalmente à redução da mortalidade infantil, à diminuição das taxas de fecundidade e ao crescimento da tecnologia médica que tem proporcionado uma maior queda nas taxas de mortalidade dos idosos (Camarano, 2006).

No tocante à realidade brasileira, Camarano (2006) relata que embora a população de idosos esteja em crescimento nas últimas décadas, a preocupação com os aspectos demográficos do envelhecimento é relativamente recente. Segundo o autor, foi no ano de 1988, durante o VI Encontro Nacional de Estudos Populacionais que o fenômeno do envelhecimento passou fazer parte do calendário dos estudiosos. Nessa perspectiva os demógrafos prevêem que no ano de 2020 existam cerca de 1,2 bilhões de idosos no mundo, dentre os quais 34 milhões serão brasileiros (Minayo, 2007).

Na medida em que tem aumentado o número de idosos, há conseqüentemente uma elevação da freqüência de transtornos psíquicos, dentre eles a depressão é a mais comum (Paradela, Lourenço, & Veras, 2005). Leite et al. (2006) apontam pesquisas em que a depressão no idoso é concebida como uma das doenças crônicas mais frequentes, que aumenta a possibilidade do desenvolvimento de incapacidade funcional. Os quadros depressivos caracterizam-se por envolverem sintomas psíquicos (humor depressivo, redução da capacidade de pensar, entre outros), fisiológicos (alterações do sono e apetite) e evidências comportamentais (retraimento social, comportamentos suicidas).

A depressão é considerada uma patologia de difícil mensuração. No que diz respeito ao idoso, possui algumas particularidades no quadro sintomático. Há uma redução da resposta emocional que influencia no predomínio de alguns sintomas como: diminuição do sono, ruminações sobre o passado, perda de prazer nas atividades habituais e de energia (Gazalle, Lima, Tavares, & Hallal, 2004).

Paradela et al. (2005) apontam estudos em que a depressão é um problema de saúde freqüente na população idosa, relacionada ao aumento do risco de morbidade e mortalidade; ao crescimento da utilização dos serviços de saúde; à negligência no autocuidado; à adesão reduzida aos regimes terapêuticos e ao maior risco de suicídio. Por outro lado, pesquisas (Chellappa & Araújo, 2007) evidenciam que cerca de 80% de pessoas com depressão apresentam algum tipo de transtorno do sono.

Assim, a depressão no idoso se constitui em temática relevante para intervenção adequada. Diante disso, o presente estudo possui o objetivo de compreender a relação da depressão com o sono dos idosos.

MÉTODO

O estudo foi do tipo transversal e analítico, com abordagem quantitativa.

A amostra foi não-probabilística, constituída por idosos assistidos pelo Serviço Único de Saúde (SUS) através das Unidades Básicas de Saúde (UBS) de Campina Grande - PB. Os participantes foram escolhidos por conveniência e acessibilidade.

Inicialmente houve um contato com os responsáveis das UBS, com a finalidade de obter autorização para a utilização dos prontuários cadastrados nas mesmas. Dessa forma, foram selecionados os idosos, para realização das visitas domiciliares e aplicação do instrumento, que obedeceram aos seguintes critérios de inclusão: ter idade igual ou superior a 65 anos e ter condições cognitivas para responder o instrumento da pesquisa.

Na coleta de dados utilizaram-se três questionários: 1) versão brasileira da Escala de Depressão Geriátrica (EDG-15) (Almeida & Almeida, 1999) - o instrumento é composto de itens sob o formato de respostas do tipo "sim" ou "não", e possui a finalidade de rastreamento de quadros depressivos em idosos; 2) questionário acerca de problemas relacionados ao sono, constituído por perguntas e respostas do tipo "sim" ou "não"; e 3) um questionário sócio-demográfico, que possuía informações acerca de idade, gênero, estado civil, religião, etc.

No tocante a análise dos dados utilizou-se do programa estatístico para ciências sociais aplicadas (*Statistical Package for the Social Sciences* - SPSS) para *Windows*. Por meio do programa foram realizadas análises descritivas e inferenciais.

A pesquisa foi realizada após o parecer positivo do Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual da Paraíba (CEP - UEPB), e obedeceu a todos os critérios éticos postulados pela Resolução 196/96 do Conselho Nacional de Saúde.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Os idosos apresentaram uma média de idade de 73,16 anos (mín.: 65; máx.: 96; DP = 6,42). Com relação ao gênero, observou-se a predominância do sexo feminino na amostra (67,9%). Verificou-se que a maioria dos idosos é casada (47,2%), não trabalha (85,4%) e é aposentada (76,9 %).

No que diz respeito à verificação de quadros depressivos em idosos, adotou-se o seguinte critério: idosos com cinco ou mais pontos na EDG foram considerados com transtornos depressivos.

Dentre os participantes, 160 (75,5%) não apresentaram indícios de sintomatologia depressiva, pois obtiveram uma pontuação abaixo dos cinco pontos na escala. No entanto, 52 participantes (24,5%), ou seja, um entre quatro idosos apresentaram pontuação acima dos cinco pontos, indicando prevalência do transtorno. No que se refere a qualidade do sono, 109 idosos (51,4%) declaram possuir algum tipo de problema, contra 103 (48,6%).

Dessa forma, para verificar se existe uma diferença de depressão entre as condições: ausência de problemas de sono e presença de problema foi realizado um teste-t. Os resultados apontaram para uma igualdade da variância com significância igual a 0,338. Os idosos que declararam não possuir problemas com o sono tiveram uma menor pontuação na escala de depressão ($t(209) = 3,12$, com um desvio padrão igual a 2,6) do que aqueles que relataram possuir algum tipo de problema ($t(209) = 4,6$, DP = 2,6). A diferença entre as médias foi de 1,48 com um efeito de $d = 0,61$. O intervalo de confiança de 95% foi de 0,78 a 2,2. O teste revelou que se a hipótese nula fosse verdadeira, o resultado encontrado seria improvável ocorrer por erro amostral ($t(209) = 4,1$; $p = 0,001$). Assim, os dados indicam que os idosos que apresentam problemas com o sono possuem maiores escores na escala de depressão.

Para fins de identificação de relacionamento entre as variáveis de frequência de depressão e qualidade do sono cruzou-se os dados para formar um arranjo 2 X 2. Entre aqueles que não possuíam indícios de depressão, 44,4% (n.71) declarou ter problemas com o sono, já 55,6% (n.89) relatou não possuir. No tocante ao grupo que apresentou indicativos da sintomatologia 73,1% (n.38) alegou ter problemas com o sono, enquanto que 26,9% (n.14) referiu não possuir. Assim, quando comparado ao grupo sem depressão, o grupo com indícios do transtorno apresentou maior diferença entre os dados de qualidade do sono. Para constatar a presença e significância dessa relação foi realizado o teste do X^2 . O valor do teste foi de 13,12 com uma probabilidade associada de menos de 0,001. O V de Cramer obtido foi de 0,41 aproximadamente 16,8% das variações do sono estão relacionadas com a presença dos escores da escala de depressão. Dessa forma, os resultados do X^2 sugerem existir relacionamento entre as variáveis.

Estes resultados somam-se a outros estudos, entre eles os de Bittencourt, Silva e Santos (2005), Lucchesi, Padella e Moraes (2005), Souza, Marciel e Reimão (2003) e Sarah e John (2007), que encontraram modificações no padrão do sono em pacientes com depressão. Dentre as principais descobertas, estão alterações na continuidade e na duração do sono, diminuição das fases 3 e 4 do sono, menor latência do sono REM (*rapid eye movements*) e maior duração e densidade do primeiro período REM.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo ressalta a relação Qualidade do sono e depressão. Por conseguinte, evidencia que o sono desempenha um importante papel na investigação da depressão, contribuindo para o diagnóstico desse transtorno, assim como para a elaboração de estratégias de tratamento e identificação de indivíduos vulneráveis ao desenvolvimento da depressão.

BIBLIOGRAFIA

- ALMEIDA, O. P. & ALMEIDA, S. A. (1999). Confiabilidade da versão brasileira da Escala de Depressão em Geriatria (GDS) versão reduzida. *Arquivos de Neuro-Psiquiatria*, 57, 421-426.
- BITTENCOURT, L.R.A., SILVA, R.S., SANTOS, R.F., PIRES, M.L.N. & MELLO, M. T. D. (2005). Sonolência excessiva. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 27, 16-21.
- BLAZER D, BURCHETT B, SERVICE C, GEORGE LK (1991). The association of age and depression among the elderly: an epidemiologic exploration. *J Gerontol*. 46(6):M210-5.
- CHELLAPPA, S. L. & ARAÚJO, J. F. (2007). O sono e os transtornos do sono na depressão. *Revista de Psiquiatria Clínica*, 34, 285-289.
- GAZALLE, F. K., LIMA, M. S. D., TAVARES, B. F. & HALLAL, P. C. (2004). Sintomas depressivos e fatores associados em população idosa no Sul do Brasil. *Revista de Saúde Pública*, 38, 365-371.
- KATONA C, LIVINGSTON G, MANELA M, LEEK C, MULLAN E, ORRELL M, et al. (1997). The symptomatology of depression in the elderly. *Int Clin Psychopharmacol*. 12 Suppl 7:S19-23.
- LUCCHESI, L. M., PRADELLA-HALLINAN, M., LUCCHESI, M. & MORAES, W. A. D. S. (2005). O sono em transtornos psiquiátricos. *Revista Brasileira de Psiquiatria*, 27, 27-32.
- MINAYO, M. C. S (2007). Visão antropológica do envelhecimento. In: *Vários colaboradores. (Org). Velhices: reflexões contemporâneas*. 1a. ed. SÃO PAULO: SESC/PUC São Paulo.
- PARADELA, E. M. P., LOURENÇO, R. A. & VERAS, R. P. (2005). Validação da escala de depressão geriátrica em um ambulatório geral. *Revista de Saúde Pública*, 39, 918-923.
- SOUZA, M. M., KAIMÉN MACIEL, D. R. & REIMÃO, R. (2003). Avaliação polissonográfica de pacientes ambulatoriais portadores de transtornos do humor. *Arquivos de Neuro-Psiquiatria*, 61, 387-391.