

Frederico Simões Couto

Psiquiatra no Hospital de Santa Maria; professor de Farmacologia da Faculdade de Medicina de Lisboa



Como distinguir uma depressão no idoso?

A depressão não é uma consequência da idade e não faz parte do processo normal de envelhecimento. É seguramente patológico uma pessoa mais velha estar deprimida, tal e qual como em qualquer idade.

Ser idoso, envelhecer, não é, regra geral, fácil. É preciso saber lidar com a perda das capacidades físicas e mentais (embora se ganhe algumas), elaborar os (muitos) lutos (embora se ganhem filhos, netos, bisnetos, genros, noras, às vezes até cunhados e companheiros novos), ajustar-se aos novos papéis (valorização da experiência, p.ex.), perceber que há menos tempo para viver e conseguir elaborar a maior ou menor perda de autonomia.

Todavia, como na maior parte das condições médicas, uma terapêutica eficaz depende, em larga medida, de um diagnóstico bem feito. E há que reconhecer que a depressão nas pessoas mais velhas pode apresentar-se de forma diferente. Enquanto que a tristeza intensa, patológica, que invade outras áreas do ser, é um dos sintomas característicos da depressão, nas pessoas mais velhas esta característica nem sempre está presente. Seja pela vergonha em verbalizar as queixas, seja porque a tristeza se tende a manifestar de outras formas, a depressão nas pessoas idosas pode caracterizar-se por uma postura diferente (mais apelativa, com mais pedidos de ajuda), irritabilidade, insegurança (p.ex. medo de estar só) e queixas físicas (mal-estar geral, queixas abdominais, dores de cabeça, dores noutras partes do corpo, entre outros). Muito frequente é também o desinteresse, a falta de motivação, o isolamento e a desistência de atividades que antes a pessoa desempenhava com gosto. Por vezes, ocorrem esquecimentos e confusões, que podem ser interpretados como doença de Alzheimer. Mais raramente surgem mais sintomas estranhos, como a pessoa achar que não tem dinheiro para pagar as contas, que vai perder a casa onde mora, que tem uma doença grave e que vai morrer, que não tem partes do corpo e, inclusive, que está a apodrecer, quando nada de real indica nesse sentido. Estes sintomas são particularmente graves e requerem uma avaliação médica urgente (por serem tão absurdos, podem passar despercebidos). Outro sintoma muito grave é a verbalização de ideias de morte, ou mesmo tentativas de suicídio. Em

circunstância alguma devem ser interpretadas como “chamadas de atenção”, porque acarretam um risco grande de suicídio consumado. Não é verdade que quem diz que se quer matar mesmo não avisa antes, antes pelo contrário. Todas estas ideias devem ser levadas mesmo muito a sério e ser avaliadas por um médico. A taxa de suicídio nos idosos é alta.

**Há boas notícias!
A depressão
é uma doença que
tem tratamento.
É possível,
através de várias
terapêuticas, curá-
-la ou, pelo menos,
aliviar muito
os sintomas**

Mas – e há boas notícias! – a depressão é uma doença que tem tratamento. É possível, através de várias terapêuticas (medicamentos e outras terapias biológicas, e psicoterapias), curá-la, ou pelo menos aliviar muito os sintomas. E, sem ser em casos muito raros, o tratamento não tem como objetivos pôr uma pessoa a dormir todo o dia, alterar a sua forma de ser, aumentar de peso ou sentir-se estranha. Portanto, vale a pena diagnosticar e tratar. ■

