

UNIGUAÇU – UNIÃO DE ENSINO SUPERIOR DO IGUAÇU LTDA.
FACULDADE UNIGUAÇU
CURSO DE TERAPIA OCUPACIONAL
Seminário de monografia II

ALANA GABRIELA LIPKE BONFANTE

**SOCIALIZANDO NA TERCEIRA IDADE: A IMPORTÂNCIA DOS
GRUPOS DE CONVIVÊNCIA PARA MINIMIZAR SINAIS DE
DEPRESSÃO**

SÃO MIGUEL DO IGUAÇU
2024

ALANA GABRIELA LIPKE BONFANTE

SOCIALIZANDO NA TERCEIRA IDADE: A IMPORTÂNCIA DOS GRUPOS DE CONVIVÊNCIA PARA MINIMIZAR SINAIS DE DEPRESSÃO

Trabalho de conclusão de curso de graduação apresentado como requisito para obtenção do título de Bacharel em Terapia Ocupacional da Faculdade UNIGUAÇU.

Orientadora: Caroline Cavali Variani

SÃO MIGUEL DO IGUAÇU
2024



[4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/)

Esta licença permite remixe, adaptação e criação a partir do trabalho, para fins não comerciais, desde que sejam atribuídos créditos ao(s) autor(es) e que licenciem as novas criações sob termos idênticos. Conteúdos elaborados por terceiros, citados e referenciados nesta obra não são cobertos pela licença.

TERMO DE APROVAÇÃO

ALANA GABRIELA LIPKE BONFANTE

SOCIALIZANDO NA TERCEIRA IDADE: A IMPORTÂNCIA DOS GRUPOS DE
CONVIVÊNCIA PARA MINIMIZAR SINAIS DE DEPRESSÃO

Trabalho de Conclusão de Curso em Terapia Ocupacional apresentado, sob a orientação da professora Caroline Cavalli Variani, aprovado como requisito parcial para obtenção do grau de Bacharel no curso de Terapia Ocupacional da Faculdade UNIGUAÇU, pela seguinte banca examinadora:

Professora Orientador Caroline Cavalli Variani
Faculdade UNIGUAÇU

Professora Lauriane Alle Buytendorp
Faculdade UNIGUAÇU

Professora Solange Prado
Faculdade UNIGUAÇU

SÃO MIGUEL DO IGUAÇU, 26 DE NOVEMBRO DE 2024

Dedico este trabalho à minha mãe, que partiu deste mundo em meio a sua escrita, mas cuja presença permanece viva em cada linha dele. Ela, que sempre me guiou e estaria ao meu lado revisando cada parágrafo, é minha força invisível e eterna inspiração.

AGRADECIMENTOS

Agradeço, de todo o meu coração, a:

Deus, em primeiro lugar, pela luz e força que sempre me guiaram. Sou grata por me ensinar a importância de tocar a alma humana com empatia e amor, transcender técnicas e teorias, e fazer a diferença na vida das pessoas.

Ao meu pai, meu eterno pilar, cuja sabedoria e amor incondicional foram faróis em minha jornada. Sua crença em mim me impulsionou a seguir meus sonhos, e sua presença é uma fonte constante de inspiração.

À minha mãe, que partiu deste mundo em maio, mas cuja essência permanece viva em cada passo que dou. Sua força e amor são um legado que me motiva a enfrentar cada desafio com coragem e compaixão.

À minha irmã, que mesmo longe, sempre está perto do meu coração. Nossos laços são mais fortes que a distância, e sempre nos lembramos de que estamos juntas nessa jornada. Sua presença é um conforto e um lembrete de que temos uma à outra em cada passo que damos.

Às minhas queridas amigas da faculdade, que estiveram ao meu lado em momentos de dor, oferecendo apoio e amizade sinceros. Vocês mostraram que a solidariedade é um dos pilares da nossa profissão e que a jornada é mais leve quando compartilhada.

E às minhas professoras, orientadora e à coordenadora do curso, por suas orientações e ensinamentos generosos, por acreditarem em meu potencial e por me prepararem para a prática da Terapia Ocupacional com ética, paixão e empatia. Cada ensinamento deixou uma marca indelével em meu coração.

Agradeço também aos anjos do céu que se foram da minha vida, cujos ensinamentos e amor continuam a me guiar e a me inspirar em cada passo do meu caminho.

Por fim, agradeço a mim mesma por ter persistido com coragem e amor, por ter acreditado em meus sonhos mesmo diante das dificuldades. Este trabalho é não apenas uma realização, mas um tributo a todas as experiências que moldaram quem sou e a cada passo que me trouxe até aqui.

“Conheça todas as teorias, domine todas as técnicas, mas ao tocar uma alma humana, seja apenas outra alma humana.”

(Carl Jung)

RESUMO

A dificuldade em realizar atividades diárias e a perda de papéis ocupacionais podem levar ao isolamento e contribuir para a depressão em idosos, caracterizada por perda de prazer, baixa energia, pensamentos negativos e desinteresse social. Este estudo investiga como a participação de idosos nos grupos de convivência da terceira idade, em Itaipulândia – PR, pode reduzir sintomas depressivos. Participaram da pesquisa idosos com mais de 60 anos, vinculados ao projeto da terceira idade e frequentadores do baile da terceira idade. A coleta de dados envolveu a aplicação da Escala de Depressão Geriátrica (GDS) e um questionário qualitativo. Os participantes que pontuarem 6 ou mais na GDS responderam o questionário para avaliar a importância das atividades sociais na recuperação dos papéis ocupacionais. Os resultados indicam uma alta prevalência de sintomas depressivos e reforçam que a socialização e as atividades em grupo são essenciais para o bem-estar emocional dos idosos.

Palavras-chave: terapia ocupacional; idosos; depressão; interação social; grupo da terceira idade.

ABSTRACT

The difficulty in performing daily activities and the loss of occupational roles can lead to isolation and contribute to depression in older adults, characterized by a lack of pleasure, low energy, negative thoughts, and social withdrawal. This study investigates how participation in senior community groups in Itaipulândia – PR can reduce depressive symptoms. The research involved individuals over 60 years old, linked to the senior group project and attending the senior dance. Data collection included the application of the Geriatric Depression Scale (GDS) and a qualitative questionnaire. Participants scoring 6 or higher on the GDS completed the questionnaire to assess the importance of social activities in restoring occupational roles. The results indicate a high prevalence of depressive symptoms and reinforce that socialization and group activities are essential for the emotional well-being of older adults.

Keywords: Occupational Therapy; elderly; depression; social interaction; senior citizen group.

SUMÁRIO

1 INTRODUÇÃO	13
2 PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....	14
3 RESULTADOS.....	15
4 DISCUSSÃO.....	18
5 CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	19
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	20
APÊNDICES.....	22

LISTAS DE ABREVIATURAS

AVD	- Atividade de Vida Diária
CAA	- Certificado de Apresentação para Apreciação Ética
GDS	- Escala de Depressão Geriátrica
IBGE	- Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística.
OMS	- Organização Mundial de Saúde
PR	- Paraná
TCLE	- Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.
T.O	- Terapia Ocupacional
UNIOESTE	- Universidade Estadual do Oeste do Paraná

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

- Gráfico 1** - Pontuações da Escala de Depressão Geriátrica (GDS) obtidas em 2024 por idosos do baile da terceira idade de Itaipulândia – PR, como parte do TCC “Socializando na Terceira Idade: A Importância dos Grupos de Convivência para Minimizar Sinais de Depressão.” Foram destacadas no gráfico apenas as pontuações iguais ou superiores a 6, indicando sintomas depressivos, totalizando 16 participantes entre os 79 avaliados.

Socializando na Terceira Idade: A Importância dos Grupos de Convivência para Minimizar Sinais de Depressão

Socializing in Older Age: The Importance of Social Groups to Minimize Signs of Depression

Alana Gabriela Lipke Bonfante^a, Caroline Cavali Variani^b

- a. Faculdade Uniguaçu, Departamento de Terapia Ocupacional, São Miguel do Iguaçu, Paraná, Brasil.
<https://orcid.org/0009-0007-5379-4333>. E-mail: alana_lipke@hotmail.com
- b. Faculdade Uniguaçu, Departamento de Terapia Ocupacional, São Miguel do Iguaçu, Paraná, Brasil.
<https://orcid.org/0009-0003-2933-5568>. E-mail: caroline.cavali@hotmail.com

Endereço para correspondência: Alana Gabriela Lipke Bonfante: Rua São Miguel do Iguaçu, 1474, Jardim Jorris, Itaipulândia, Paraná, Brasil. E-mail: alana_lipke@hotmail.com

RESUMO: A dificuldade em realizar atividades diárias e a perda de papéis ocupacionais podem levar ao isolamento e contribuir para a depressão em idosos, caracterizada por perda de prazer, baixa energia, pensamentos negativos e desinteresse social. Este estudo investiga como a participação de idosos nos grupos de convivência da terceira idade, em Itaipulândia – PR, pode reduzir sintomas depressivos. Participaram da pesquisa idosos com mais de 60 anos, vinculados ao projeto da terceira idade e frequentadores do baile da terceira idade. A coleta de dados envolveu a aplicação da Escala de Depressão Geriátrica (GDS) e um questionário qualitativo. Os participantes que pontuarem 6 ou mais na GDS responderam o questionário para avaliar a importância das atividades sociais na recuperação dos papéis ocupacionais. Os resultados indicam uma alta prevalência de sintomas depressivos e reforçam que a socialização e as atividades em grupo são essenciais para o bem-estar emocional dos idosos.

Palavras-chave: terapia ocupacional; idosos; depressão; interação social; grupo da terceira idade.

ABSTRACT: The difficulty in performing daily activities and the loss of occupational roles can lead to isolation and contribute to depression in older adults, characterized by a lack of pleasure, low energy, negative thoughts, and social withdrawal. This study investigates how participation in senior community groups in Itaipulândia – PR can reduce depressive symptoms. The research involved individuals over 60 years old, linked to the senior group project and attending the senior dance. Data collection included the application of the Geriatric Depression Scale (GDS) and a qualitative questionnaire. Participants scoring 6 or higher on the GDS completed the questionnaire to assess the importance of social activities in restoring occupational roles. The results indicate a high prevalence of depressive symptoms and reinforce that socialization and group activities are essential for the emotional well-being of older adults.

Keywords: Occupational Therapy; elderly; depression; social interaction; senior citizen group.

INTRODUÇÃO

Mundialmente, existe um aumento da expectativa de vida média das pessoas, e isto é uma consequência da mudança da qualidade de vida dos indivíduos¹. Segundo a divisão das faixas etárias, e de acordo com o desenvolvimento do país, nos países mais desenvolvidos são considerados idosos aqueles que completaram 65 anos de vida, já em países que estão em subdesenvolvimento são considerados idosos a partir de 60 anos, que é o caso do Brasil².

Esse envelhecimento populacional vem se tornando uma das maiores transformações sociais do século XXI, tanto no contexto financeiro, quanto laboral e social³. Nesse sentido, vale ressaltar a necessidade de cuidados mais abrangentes para as perdas naturais desses idosos.

No Brasil, em 2022, a população idosa chegou ao índice de 10,9% da população, totalizando mais de 22 milhões de idosos. Este índice é 57,4% a mais do que no ano de 2010, onde as estimativas chegavam a quase 14 milhões de idosos, enquanto nos anos de 1980, a população idosa comportava apenas 4% da população brasileira⁴.

A partir desse novo quadro etiológico mundial, é necessário serem analisadas e entendidas as mudanças que os indivíduos da terceira idade passam nos papéis ocupacionais. Para Barrozo et al.⁵, os papéis ocupacionais são extremamente importantes na vida dos sujeitos, visto que são responsáveis por caracterizar sua própria identidade, definindo suas atividades de vida diária (AVDs) e as interações pessoais, sociais e econômicas do indivíduo. Segundo Santi⁶, os papéis desempenhados nas ocupações diárias são cruciais para moldar a identidade social e pessoal do indivíduo. Estes, podem estar relacionados a responsabilidades, autoridade, comunicação, interação, resolução de problemas e outras questões, as quais definem como o mesmo é visto e se vê.

Neste sentido, quando um idoso deixa de participar ativamente da sociedade em geral ou se encontra em dificuldade de realização de suas atividades rotineiras e básicas, também chamadas de AVDs, ele acaba se isolando de seus papéis ocupacionais, como já visto anteriormente⁷. Uma das consequências destas perdas e isolamento, além das perdas naturais que estes indivíduos sofrem, encontra-se uma doença silenciosa, a depressão, considerada uma das principais doenças que acometem os idosos, segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística⁴. Definida como a ausência do sentir prazer ou alegria, a depressão é uma doença que traz à tona um sentimento de diminuição de energia, pensamentos pessimistas e desinteresses, bem como alimentação e sono⁸. Devido a todos esses sintomas e, associados a perda de papéis ocupacionais, se encontra o desinteresse pela socialização.

Acredita-se que as pessoas que sofrem com a depressão possuem tendência a negatizar o ambiente e as informações recebidas, levando-os a interpretar os estímulos sociais equivocadamente, visto que as informações positivas são eliminadas⁹. Assim, faz-se necessário enfatizar a importância e necessidade da socialização na vida de idosos que possuem depressão. Isto porque é por meio dela que os mesmos podem vivenciar o compartilhamento de informações, ter uma rede de apoio e suporte emocional, estimular a comunicação, ter uma distração positiva e participar de atividades recreativas compartilhando experiências¹⁰.

Estando o lazer e o bem-estar diretamente ligados à qualidade de vida¹¹ e sendo que o ser humano se desenvolve melhor em grupo, surgem os grupos da terceira idade. Estes servem de apoio para a reconstrução da interação social dos idosos¹². Esses grupos podem ser voltados à música e dança, à prática de esportes adaptados, às comemorações de datas e festas, à passeios e diversas outras práticas¹³, favorecendo o envelhecimento ativo, que segundo a OMS¹ é uma condição de bem-estar físico, mental e social, onde o idoso se torna participativo em sociedade.

Em busca da melhora dessas condições de bem-estar aos idosos, assim como para auxílio do estabelecimento e recuperação dos papéis ocupacionais, da perda da socialização e das dificuldades nas áreas de desempenho, encontrasse o profissional de Terapia Ocupacional (T.O) que compreende, analisa e estuda essas perdas e suas consequências¹⁴.

Sendo assim, a atuação do T.O se faz necessária e considerável, pois o mesmo utiliza dentro de suas contribuições e intervenções atividades corporais e expressivas próprios da T.O, com intuito de integração e criação de potenciais de vida, por meio de recursos terapêuticos, caracterizados como técnicas, atividades e intervenções realizadas para auxiliar no ganho dos objetivos terapêuticos¹⁵. O objetivo desta pesquisa foi compreender se a socialização em grupos da terceira idade pode amenizar os possíveis sintomas de depressão, a partir da percepção dos próprios idosos. O estudo buscou identificar possíveis indícios de depressão entre os participantes do grupo da terceira idade do Município de Itaipulândia – Paraná e verificar a importância da participação e socialização desses idosos no grupo, segundo a perspectiva deles. Essa abordagem é relevante, pois a socialização está integrada nas áreas de desempenho ocupacional do indivíduo, que constituem objeto de estudo e intervenção dos profissionais de Terapia Ocupacional (T.O.).

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Trata-se de um estudo de cunho quali-quantitativo, que abrange o questionário de Escala de Depressão Geriátrica (GDS) e perguntas abertas aos participantes. O presente estudo foi realizado no município de Itaipulândia – PR, em conjunto com a Secretaria Municipal de Assistência Social, na Sede Social da Terceira Idade. Itaipulândia é um município brasileiro localizado no estado do Paraná e, segundo o IBGE⁴, possui uma população de 11.485 habitantes, sendo desses aproximadamente 2020 idosos.

Foram inclusos nesse estudo idosos de ambos os sexos e acima de 60 anos, participantes dos bailes da terceira idade, que ocorrem na Sede Social da Terceira Idade de Itaipulândia – PR.

Mediante a aprovação do estudo pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual do Oeste do Paraná – UNIOESTE, CAAE: 80572224.0.0000.0107, em 16/06/2024, foi confirmada a presença da estagiária nos bailes da terceira idade do município de Itaipulândia.

Antes de ser realizada a aplicação do questionário e da escala, os idosos que aceitaram participar da pesquisa obrigatoriamente deveriam assinar o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) (Apêndice B) em duas vias, sendo que uma será devolvido aos pesquisadores e a outra ficará em posse do participante. No TCLE estão constando as informações sobre os possíveis riscos que podem ocorrer durante a pesquisa, como a possibilidade de importunação para o participante mediante os questionamentos realizados.

Ainda, antes de ser realizada a aplicação do questionário, os participantes foram informados de que a qualquer momento poderiam desistir de participar da pesquisa, sem qualquer prejuízo ao mesmo. Para que isso ocorra, o pesquisado deveria deixar informado, de qualquer modo, que deseja deixar de participar da pesquisa e que sejam retiradas do conjunto de dados as informações prestadas pelo mesmo.

Também, foi esclarecido aos participantes que os mesmos não receberão valor algum pela participação no estudo, porém os pesquisados têm direito ao ressarcimento do valor das despesas decorrentes de sua participação. Caso ocorra qualquer transtorno aos participantes, os pesquisadores providenciarão acompanhamento e assistência imediata para o mesmo.

Para constituir o questionário foi realizado um levantamento de dados bibliográficos sobre depressão geriátrica, Terapia Ocupacional na gerontologia e benefícios da socialização. A pesquisa em questão foi realizada com 79 idosos, em um total de 5 encontros na Sede da Terceira Idade de Itaipulândia – PR, no horário das 13h30 às 17h. A pesquisa foi conduzida em duas etapas, com os critérios de inclusão aplicados desde o início para assegurar a adequação dos participantes ao estudo.

Em um primeiro momento, a pesquisa foi apresentada ao grupo da terceira idade na Sede da Terceira Idade de Itaipulândia – PR, e aqueles que aceitaram participar, atendendo aos

critérios iniciais, assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE) e responderam à Escala de Depressão Geriátrica (GDS). Para serem incluídos, os participantes deveriam ter mais de 60 anos, residir no município de Itaipulândia, estar vinculados ao projeto do grupo da terceira idade, e aceitar participar voluntariamente. Após análise dos resultados da GDS, os pesquisadores retornaram para aplicar um questionário qualitativo, mas somente aos idosos que pontuaram acima de 6 pontos na escala, indicando sintomas de depressão. Esse processo rigoroso garantiu uma amostra representativa, embasada em consentimento informado e nos dados preliminares de depressão.

O preenchimento das escalas ocorreu presencialmente pelos idosos, durante a realização do baile. No decorrer da pesquisa, a pesquisadora esteve disponível aos participantes para esclarecimentos de dúvidas e auxílios, caso necessário. Por fim, a escala foi devolvida à pesquisadora para análise de dados.

Os instrumentos de coleta de dados utilizados foram compostos por um questionário qualitativo (Apêndice A), elaborado pela autora e composto por onze perguntas sobre sintomas depressivos, os benefícios da socialização nos bailes da terceira idade e perguntas voltadas a percepção pessoal de bem-estar mental e, o outro instrumento da coleta de dados, se deu de forma quantitativa por meio da Escala de Depressão Geriátrica (GDS) (Anexo 1) que segundo Paradela¹⁶ foi validada como confiável e adequada para rastreamento de sintomas depressivos na população geriátrica.

As questões da pesquisa qualitativa foram elaboradas pelos pesquisadores por meio da adaptação da dissertação *Uso da Escala de Depressão Geriátrica de Yesavage para avaliar a prevalência de depressão em idosos hospitalizados*, das autoras Juliane F. Ferrari e Roberta R. Dalacorte em 2007.

A pesquisa em questão foi realizada em duas etapas. Primeiro os pesquisadores foram até o grupo da terceira idade, que acontece na Sede da Terceira Idade de Itaipulândia – PR, todas as quintas-feiras, tendo início às 13h30 e término às 17h, onde explicaram a pesquisa junto aos idosos e os que aceitaram participar, assinaram o TCLE e preencheram, no mesmo momento, a escala GDS. Esta etapa aconteceu em mais de um encontro, indo de acordo com a quantidade de idosos que se qualifiquem nos critérios de inclusão.

Após análise das informações coletadas na escala GDS e quantificação dos resultados, os pesquisadores retornaram ao grupo da terceira idade para fazer uma busca dos idosos selecionados por meio do critério de inclusão, a fim de realizar o preenchimento do questionário qualitativo, que também ocorreu em mais de um encontro.

RESULTADOS

Os resultados do presente estudo serão apresentados em dois momentos, visto que a pesquisa investigava a prevalência de sintomas depressivos em idosos participantes do grupo da terceira idade na primeira fase e, os participantes que obtivessem escore acima de 6 pontos na Escala de Depressão Geriátrica (GDS) se classificavam para a segunda fase, pois o objetivo da pesquisa era compreender se a socialização em grupos da terceira idade amenizam os possíveis sintomas de depressão dos mesmos, a partir da percepção destes idosos, além de estar analisando entre os participantes dos grupos a incidência de possíveis quadros depressivos entre os idosos.

A pesquisa foi realizada com um total de 79 participantes, sendo 57 mulheres (72,15%) e 22 homens (27,85%), com idades variando entre 60 e 86 anos. Os participantes em questão foram selecionados com base em sua participação regular nos bailes da terceira idade, realizados semanalmente na Sede Social da Terceira Idade.

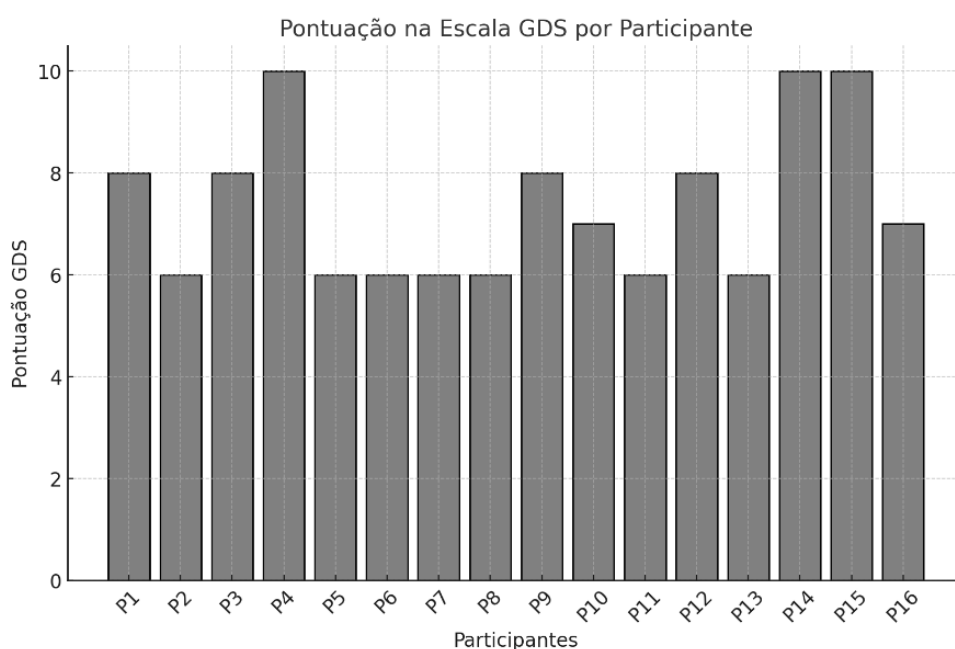
A Escala de Depressão Geriátrica (GDS) foi utilizada para avaliar os sintomas depressivos dos participantes, que consistiu em 15 perguntas. As pontuações variaram de 0 a

10 pontos, sendo que os participantes que obtiveram entre 0 e 5 pontos segundo a avaliação estão em condições normais de saúde mental, e aqueles com pontuações entre 6 e 10 foram classificados como apresentando depressão leve a moderada. Nenhum participante obteve pontuações indicativas de depressão severa (11 a 15 pontos).

Por se tratar de uma avaliação baseada na percepção subjetiva do indivíduo, os resultados obtidos permitem apenas sugerir a possível prevalência de sintomas depressivos. No entanto, essa avaliação não é conclusiva, pois requer uma compreensão mais aprofundada do histórico familiar, pessoal e social, além de avaliações clínicas realizadas por profissionais de saúde especializados.

Mas, em cima do que foi analisado com auxílio da escala GDS, foi possível compreender que 79,75% dos participantes, ou seja, 63 indivíduos, apresentaram pontuações que indicam condições normais de saúde mental, pois marcaram menos de seis pontos na escala GDS. A distribuição das pontuações é apresentada no gráfico 1.

Gráfico 1 – O gráfico apresenta as pontuações da Escala de Depressão Geriátrica (GDS) obtidas em 2024 por idosos do baile da terceira idade de Itaipulândia – PR, como parte do TCC “Socializando na Terceira Idade: A Importância dos Grupos de Convivência para Minimizar Sinais de Depressão.” Foram destacadas no gráfico apenas as pontuações iguais ou superiores a 6, indicando sintomas depressivos, totalizando 16 participantes entre os 79 avaliados.



Fonte: Autoras (2024)

Pode-se observar que três participantes alcançaram a maior pontuação obtida, 10 pontos, enquanto sete obtiveram 6 pontos, indicando a predominância de casos de depressão leve. Além disso, quatro participantes marcaram 8 pontos e dois registraram 7 pontos. Não houve pontuações superiores a 10, sugerindo que nenhum dos avaliados apresentou sintomas de depressão severa.

Os resultados qualitativos foram obtidos por meio de entrevistas abertas realizadas com os participantes. Apenas os participantes que obtiveram pontuação indicativa na escala GDS – ou seja, aqueles que marcaram mais de seis pontos – se classificaram para responder um segundo questionário. Esse questionário, composto por 11 perguntas, visava aprofundar a compreensão sobre a influência da socialização e o impacto emocional da participação no baile

da terceira idade. Entre essas 11 perguntas, 7 eram abertas, permitindo aos participantes explorar e expressar livremente suas experiências e percepções. A seguir, destacam-se as respostas às perguntas 9 e 11, que evidenciam o significado dessa atividade para os idosos.

Quando questionados sobre como avaliam seu bem-estar emocional atualmente (Pergunta 9), muitos relataram uma melhora significativa associada ao baile. O participante 1 afirmou: “Eu me sinto rejuvenescido quando danço. O ritmo da música traz boas lembranças e me faz esquecer dos problemas. A socialização aqui é essencial, encontramos amigos e conversamos, isso melhora meu humor.” De forma semelhante, o participante 5 destacou que o baile foi essencial para lidar com a solidão: “Antes de começar a dançar, eu me sentia muito só. Agora, toda semana, tenho algo para esperar. Conheci ótimas pessoas, e nos divertimos muito juntos. Eu me sinto mais feliz e menos ansiosa.” Ainda respondendo à pergunta de número 9, o participante 13 compartilhou uma experiência parecida: “Dançar me faz sentir vivo, como se o tempo parasse um pouco. Eu sempre saio daqui com outra energia, é como se o peso do dia a dia desaparecesse.” Já o participante 11 observou que o baile contribuiu para sua autoestima: “Quando estou dançando, me sinto mais confiante. Às vezes, a gente vai ficando mais retraído, mas aqui me sinto importante e animado. É uma parte da semana que espero com muita alegria.”

Além de avaliar o bem-estar emocional, os participantes foram convidados a compartilhar comentários adicionais sobre a influência da socialização no grupo de baile (Pergunta 11). O participante 10 expressou que, além de ser uma atividade física, a dança representa um meio de expressão e de conexão afetiva: “Quando danço, sinto que me liberto. A música me faz esquecer das preocupações e me permite me conectar com os outros. O apoio que recebemos aqui é muito importante, nós nos ajudamos de forma mútua e isso gera um ambiente de carinho e respeito.” O participante 6 acrescentou: “Aqui, eu sinto que pertenço a um grupo. As amizades que fiz são um grande suporte. Saber que outras pessoas esperam me ver no baile me dá ânimo para sair de casa.” O participante 7 destacou a importância do grupo para seu bem-estar: “Eu passo a semana inteira esperando por esses encontros. A socialização aqui é algo que me faz muito bem, me sinto acolhido e entusiasmado. Não são só amigos, é como uma família.” Já o participante 9 mencionou o impacto positivo na sua saúde mental: “Dançar me ajuda a esquecer as tristezas. Estar com as pessoas aqui me tira do isolamento e me faz sentir valorizado. Sempre saio mais leve e feliz.”

Esses relatos evidenciam que o baile não apenas promove atividade física, mas também reforça laços sociais e favorece o bem-estar emocional dos participantes, proporcionando um espaço de apoio e alegria compartilhada.

Todos os participantes identificaram diversos benefícios associados à sua participação nos bailes, como por exemplo, no contexto social, evidenciando que a participação nos bailes melhora a interação social e reduz a sensação de isolamento entre os participantes. Além disso, houve melhoria no estado emocional dos participantes, onde a maioria relatou uma melhora geral de humor e na disposição após os bailes, embora alguns ainda enfrentem dificuldades persistentes relacionadas à depressão, como o participante 14 relatou “Os bailes me fazem bem, mas ainda tem dias em que a tristeza aparece e me sinto pra baixo”. O participante 15 compartilhou uma experiência semelhante: “Quando estou aqui, me sinto melhor, mas quando chego em casa, às vezes a tristeza volta, e é difícil lidar com o silêncio.” Já o participante 4 mencionou que, apesar dos benefícios, ainda enfrenta momentos de solidão: “Aqui eu me sinto acolhido, mas em casa é diferente. Passo muito tempo sozinho, e isso às vezes me deixa muito triste. Os bailes ajudam, mas não apagam a tristeza completamente.” Essas falas mostram que, embora o baile seja uma fonte de alegria e conexão, alguns participantes ainda lidam com sintomas de depressão fora do ambiente de socialização.

Os dados da Escala GDS indicam uma prevalência significativa de depressão moderada entre os participantes do estudo. Embora a maioria tenha apresentado pontuações indicativas de depressão leve a moderada, as percepções qualitativas dos participantes destacam a

importância da socialização no alívio dos sintomas depressivos. A participação regular nos bailes da terceira idade demonstrou benefícios claros na qualidade de vida e no bem-estar emocional dos idosos. Contudo, é evidente que a socialização, por si só, não é uma solução completa para a depressão. A integração de outras formas de apoio, como acompanhamento psicológico e médico, é essencial para um tratamento mais eficaz da depressão entre os idosos.

DISCUSSÃO

A análise das pontuações obtidas na Escala de Depressão Geriátrica (GDS), cujo valor máximo é 15, revelou padrões específicos entre os 16 participantes com sintomas depressivos. Esses dados demonstram uma distribuição variada dos sintomas, reforçando a importância de intervenções direcionadas que considerem diferentes níveis de sofrimento emocional¹⁶.

Os relatos qualitativos dos participantes revelaram que o baile representa muito mais do que uma atividade recreativa, ele se tornou um espaço essencial para a construção de relacionamentos significativos e para a promoção da alegria. Os idosos relataram uma melhora no humor e na sensação de pertencimento, o que confirma a ideia de que a interação social é um fator protetor contra a depressão. A experiência compartilhada durante os bailes permitiu que os participantes se sentissem apoiados e valorizados, o que é vital para a saúde mental na terceira idade¹⁷.

No entanto, é importante notar que, apesar dos benefícios relatados, a pesquisa evidenciou que muitos idosos ainda enfrentam desafios emocionais. Os relatos indicaram que, mesmo com a melhoria no estado emocional proporcionada pelos bailes, alguns participantes continuam a lidar com sintomas de depressão, ressaltando a necessidade de abordagens complementares para o cuidado emocional. A socialização deve ser vista como parte de um conjunto mais amplo de intervenções que inclui suporte psicológico e médico, fundamentais para o tratamento da depressão¹⁸.

Adicionalmente, a atividade física associada aos bailes contribuiu para um aumento na vitalidade dos participantes, o que é um aspecto positivo que pode ser explorado em futuras intervenções. Incentivar a prática regular de atividades físicas, combinadas com a socialização, pode potencializar os benefícios à saúde mental¹⁹.

Portanto, os dados obtidos nesta pesquisa sugerem que a promoção de atividades sociais, como os bailes, é crucial para a saúde emocional dos idosos, mas deve ser acompanhada de outras formas de suporte para garantir uma abordagem holística na luta contra a depressão na terceira idade²⁰. A continuidade de estudos nesta área é necessária para aprofundar a compreensão dos mecanismos envolvidos e para o desenvolvimento de intervenções eficazes que visem melhorar a qualidade de vida dos idosos. Apesar de o número de participantes com pontuação indicativa de depressão na Escala de Depressão Geriátrica (GDS) ser relativamente baixo, é fundamental olhar para essa porcentagem com atenção. Mesmo com um índice menor, os sintomas de depressão em idosos podem ter um impacto significativo em suas vidas, demandando respostas apropriadas do sistema de saúde.

Com base nos dados obtidos, estas informações serão encaminhadas à Secretaria de Saúde para uma avaliação mais aprofundada da situação destes idosos. A verificação e o acompanhamento desse quadro pelos serviços de saúde podem contribuir para intervenções específicas e direcionadas, melhorando o suporte e a assistência a esses participantes. Esse encaminhamento reforça a importância de integrar atividades de socialização com cuidados de saúde mental, promovendo uma abordagem mais completa e eficaz para o bem-estar dos idosos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A participação de terapeutas ocupacionais é fundamental para o bem-estar emocional dos idosos em atividades sociais, como os bailes da terceira idade. Esses profissionais promovem a socialização e a interação entre os participantes, criando um ambiente que vai além da diversão, melhorando a qualidade de vida e o estado emocional dos idosos. Por meio de uma abordagem ocupacional, os terapeutas facilitam a participação e adaptam as atividades às necessidades individuais, permitindo que todos usufruam dos benefícios da interação.

Apesar dos impactos positivos da socialização, muitos participantes ainda enfrentam sintomas depressivos, ressaltando a importância de uma equipe multidisciplinar que inclua profissionais de saúde mental. O terapeuta ocupacional desempenha um papel crucial no suporte emocional, promovendo um ambiente acolhedor e respeitoso que ajuda a minimizar os efeitos da solidão e da depressão. Assim, a atuação desses profissionais não apenas facilita a socialização, mas também torna a experiência de envelhecer mais rica e significativa.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (OMS). **Relatório Mundial de Envelhecimento e Saúde (Resumo)**. 2015. Disponível em: <<https://sbgg.org.br/wp-content/uploads/2015/10/OMS-ENVELHECIMENTO-2015-port.pdf>>. Acesso em: 26 fev 2024.
2. ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE (ONU). **World Population Monitoring 2002: Reproductive Rights and Reproductive Health**. 2002. Disponível em: <https://www.un.org/development/desa/pd/content/world-population-monitoring-2002-reproductive-rights-and-reproductive-health>
3. UNITED NATIONS INFORMATION CENTERS (UNRIC). **Envelhecimento**. 2019. Disponível em: <<https://unric.org/pt/envelhecimento/>>. Acesso em 26 fev 2024.
4. INTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). **Itaipulândia**. 2022. Disponível em < <https://cidades.ibge.gov.br/brasil/pr/itaipulandia/panorama>>. Acesso em 26 mar 2024.
5. BARROZO, B. M.; NOBRE, M. I. R.; MONTILHA, R. C. I. As Alterações nos Papéis Ocupacionais de Cuidadores de Pessoas com Deficiência Visual. **Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo**, 2015.
6. SANTI, Andressa; MARIOTTI, Milton Carlos; CORDEIRO, Júnia. Lista de identificação de papéis ocupacionais em um centro de tratamento de hemodiálise: contribuições para a intervenção de terapia ocupacional – estudo piloto. **Revista de Terapia Ocupacional da Universidade de São Paulo**, v. 23, n. 3, p. 289-296, set. 2013.
7. BEER, D. W. **A experiência da doença e da invalidez sob uma perspectiva individual**. Willard & Spachmann terapia ocupacional. V. 9, p. 27-35. 2002.
8. PARADELA, Emylucy. Depressão em Idosos. **Revista Hospital Universitário Pedro Ernesto**, UERJ, p. 31-38. 2011.
9. BECK, Aaron. **Depression: Causes and Treatment**. Philadelphia, University of Pennsylvania Press. 1970.
10. GILMOUR, Heather. Social participation and the health and well-being of Canadian seniors. **Statistics Canada Health Reports**, v. 23, n. 4, p. 23-32. 2012.
11. DAVIM, Rejane; DANTAS, Susana; LIMA, Vilma; LIMA, Jucimar. O lazer diário como fator de qualidade de vida: o que pensa um grupo da terceira idade. **Ciência, Cuidado e Saúde**. v. 2, n. 1, p. 19-24. 2003.
12. ZIMERMAN, Guite. **Velhice: Aspectos Biopsicossociais**. Porto Alegre: Artmed, 2007.
13. CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Envelhecimento e subjetividade: desafios para uma cultura de compromisso social**. Ed. 1. Brasília, DF: Conselho Federal de Psicologia, 2008.

14. CORDEIRO, Júnia; CARMELIER, Aquiles; OAKLEY, Frances; JARDIM, José. Cross-cultural reproducibility of the Brazilian Portuguese Version of the Role Checklist for Persons With Chronic Obstructive Pulmonary Disease. **America Journal of Occupational Therapy**, p. 33-40. 2007.
15. NUNES, Amanda; BATISTA, Marina; ALMEIDA, Maria. Atuação de terapeutas ocupacionais com idosos frágeis. **Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional**. 2021.
16. PARADELA, Emylucy; LOURENÇO, Roberto; VERAS, Renato. **Validação da escala de depressão geriátrica em um ambulatório geral**. 2005. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/rsp/a/6MjfJNz8XMPj9KgzzqJZM8Km#>>. Acesso em: 12 abr 2024.
17. BATISTA, Guilherme; LORENCETE, Taisa; CATELAN-MAINARDES, Sandra. A importância da socialização para a saúde mental do idoso. **Enciclopedia Biosfera**. 2022.
18. NGUYEN, Duy; VU, Catherine. Current Depression Interventions for Older Adults: A Review of Service Delivery Approaches in Primary Care, Home-Based, and Community-Based Settings. **Curr Tran Geriatr Gerontol Rep**. 2013.
19. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Caminhos para a Saúde. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/caminhos-para-a-saude>. Acesso em: 17 out 2024.
20. MINISTÉRIO DA SAÚDE. Caminhos para a Saúde: A prática de atividades físicas e a socialização na terceira idade. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/caminhos-para-a-saude>. Acesso em: 17 out 2024

INSTRUMENTO DE COLETA DE DADOS

Título da pesquisa: **SOCIALIZANDO NA TERCEIRA IDADE: A IMPORTÂNCIA DOS GRUPOS DE CONVIVÊNCIA PARA MINIMIZAR SINAIS DE DEPRESSÃO**

Pesquisador responsável (ORIENTADOR): CAROLINE CAVALI VARIANI

Pesquisadores assistentes (ALUNOS): ALANA GABRIELA LIPKE BONFANTE

1. Idade: _____
2. Gênero: _____
3. Estado civil: _____
4. Nível de escolaridade: _____

5. Você já foi diagnosticado com depressão ou recebeu tratamento para a doença no passado? **Sim** **Não**

6. Com que frequência você tem participado do grupo de baile da terceira idade?

7. Como você se sente em relação à interação social durante as atividades do grupo de baile da terceira idade?
 muito satisfeito satisfeito neutro insatisfeito muito insatisfeito

8. Você sente que o grupo de baile da terceira idade contribui para o aumento do seu círculo social? **Sim** **Não**

9. Como você avalia seu bem-estar emocional atualmente?

10. Você sente que a participação no grupo de baile da terceira idade influenciou positivamente sua saúde mental? **Sim** **Não**

11. Você tem algum comentário adicional sobre a influência da socialização no grupo de baile da terceira idade em sua vida?

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO - TCLE

Título do projeto: SOCIALIZANDO NA TERCEIRA IDADE: A IMPORTÂNCIA DOS GRUPOS DE CONVIVÊNCIA PARA MINIMIZAR SINAIS DE DEPRESSÃO

Certificado de Apresentação para Apreciação Ética- “CAEE” Nº

Pesquisador para contato: ALANA GABRIELA LIPKE BONFANTE

Telefone: (45) 99843-6460

Endereço de contato (Institucional): Rua Valentin Celeste Palavro, 1501- Conjunto Panorama, São Miguel do Iguaçu- Paraná. CEP: 85877000.

Convidamos você, a participar de uma pesquisa sobre a Qualidade de Vida na Terceira Idade: A Importância dos Grupos de Convivência para Minimizar Sinais de Depressão. Os objetivos desta pesquisa estão em compreender se os idosos participantes do baile da terceira idade do município de Itaipulândia apresentam quadro de depressão, com auxílio da Escala de Depressão Geriátrica (GDS); analisar, caso haja idosos com depressão, se tais declaram que a socialização melhorou o quadro depressivo e contemplar a visão dos idosos participantes da pesquisa sobre a importância da participação dos mesmos ao baile da terceira idade, visto que a arteterapia é um recurso que pode ser utilizado pela Terapia Ocupacional.

Os benefícios dessa pesquisa para os pesquisadores são a aquisição de conhecimento sobre o quanto a socialização pode auxiliar na depressão geriátrica. Os idosos participantes serão beneficiados com informações sobre os ganhos que os mesmos apresentam com a prática da socialização nos bailes da terceira idade. Ainda, os benefícios desse estudo para a Secretaria de Assistência Social, diretamente à Sede da Terceira Idade, será o levantamento de dados sobre os idosos em relação à satisfação dos encontros e a melhora dos sintomas depressivos dos mesmos observada durante o período de acompanhamento.

Contudo, a pesquisa pode causar a possibilidade de haver importunação para o pesquisado durante as observações e questionamentos. Se ocorrer algum transtorno, decorrente de sua participação em qualquer etapa dessa pesquisa, nós pesquisadores, providenciaremos acompanhamento e a assistência imediata, integral e gratuita. Havendo a ocorrência de danos, previstos ou não, mas decorrentes de sua participação nesta pesquisa, caberá a você, na forma de Lei, o direito de solicitar a respectiva indenização.

Em qualquer momento, você poderá desistir de participar da pesquisa sem qualquer prejuízo. Para isso, basta informar, por qualquer modo que lhe seja possível, que deseja deixar de participar da pesquisa e qualquer informação que tenha prestado será retirada do conjunto dos dados que serão utilizados na avaliação dos resultados.

Você não receberá nenhum valor para participar desse estudo, no entanto, terá direito ao ressarcimento de despesas decorrentes de sua participação.

Nós pesquisadores garantimos a privacidade e o sigilo de sua participação em todas as etapas da pesquisa e de futura publicação dos resultados. O seu nome, endereço, voz e imagem (ou qualquer informação pessoal) nunca serão associados aos resultados dessa pesquisa, exceto

quando desejar/permitir. Nesse caso, você deverá assinar um segundo termo, específico para essa autorização e que deverá ser apresentado separadamente deste.

As informações que você fornecer serão utilizadas exclusivamente nessa pesquisa. Caso as informações fornecidas e obtidas com este consentimento sejam consideradas úteis para outros estudos, você está procurado para nova autorização, informe abaixo:

É necessária minha autorização para que outros estudos utilizam as mesmas informações aqui fornecidas:

() SIM

() NÃO

Este documento que você vai assinar contém duas páginas. Você deve vistar (rubricar) todas as páginas, exceto a última, onde você assinará com a mesma assinatura registrada em cartório (caso tenha). Este documento está sendo apresentado a você em duas vias, sendo que uma via é sua. Sugerimos que guarde a sua vida de modo seguro.

Caso você precise informar algum fato ou decorrente da sua participação na pesquisa e se sentir desconfortável em procurar o pesquisador, você pode procurar pessoalmente o Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Estadual do Oeste do Paraná (UNIOESTE) (CEP), de segunda a sexta-feira, no horário de 08:00 às 12:00 e 13:30 min às 17:30 min, situado na Rua Universitária, 1619, Universitário, Cascavel/ PR, pode entrar em contato via internet pelo e-mail: cep.prg@unioeste.br telefone do CEP que é (45) 3220-3092.

Declaro estar ciente e suficientemente esclarecido sobre os fatos informados neste documento.

NOME DO SUJEITO DE PESQUISA OU RESPONSÁVEL,

ASSINATURA: _____

Eu, ALANA GABRIELA LIPKE BONFANTE, declaro que forneci todas as informações sobre este projeto de pesquisa ao participante (e/ou responsável).

ANEXOS

ANEXO 1

Escala de Depressão Geriátrica (GDS)

1	Está satisfeito(a) com sua vida?	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não
2	Interrompeu muitas de suas atividades?	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não
3	Acha sua vida vazia?	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não
4	Aborrece-se com frequência?	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não
5	Sente-se bem com a vida na maior parte do tempo?	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não
6	Teme que algo ruim lhe aconteça?	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não
7	Sente-se alegre a maior parte do tempo?	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não
8	Sente-se desamparado com frequência?	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não
9	Prefere ficar em casa a sair e fazer coisas novas?	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não
10	Acha que tem mais problemas de memória que outras pessoas?	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não
11	Acha que é maravilhoso estar vivo(a)?	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não
12	Sente-se inútil?	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não
13	Sente-se cheio(a) de energia?	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não
14	Sente-se sem esperança?	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não
15	Sente que os outros têm mais sorte que você?	<input type="checkbox"/> Sim	<input type="checkbox"/> Não