



XII CONGRESSO NORTE NORDESTE DE GERIATRIA E GERONTOLOGIA

06 A 08 DE JUNHO DE 2024

Mar Hotel - Recife-PE

Envelhecimento Plural: Diversidade e Inovação



RELAÇÃO ENTRE SINTOMATOLOGIA DEPRESSIVA E NÚMERO DE PASSOS EM IDOSOS COMUNITÁRIOS

Betuel Gomes da Silva¹; Júlia Cardoso de Matos¹; Rafaela Medeiros¹; Maria Simone Gomes¹; Amanda Caroline de Andrade Ferreira¹; Etiene Fittipaldi¹; Renata Souza¹; Juliana Fernandes¹.

1. Universidade Federal de Pernambuco

Introdução/Fundamentos

O número de passos é uma medida objetiva do nível de atividade e que pode ser utilizada para observar trajetórias de estilo de vida ativa de idosos comunitários (Tudor-Locke *et al.*, 2011). A mensuração do número de passos pode ser feita de algumas maneiras, dentre elas com uso de acelerômetros. Com o avanço tecnológico e a criação dos dispositivos vestíveis, surgem novas ferramentas para mensuração desse número de passos, dentre elas, os relógios inteligentes (*smartwatches*). Esses dispositivos possuem sensores que vão coletar biomarcadores digitais em um monitoramento contínuo. Os baixos níveis de atividade física de idosos comunitários podem estar associados a sintomas depressivos (Hsueh *et al.*, 2021). Estes podem estar relacionados a desfechos negativos de saúde dessa população. Portanto há a necessidade de verificar se há diferença entre o nível de atividade física, mediante o número de passos entre idosos com e sem sintomatologia depressiva, a partir de novas ferramentas tecnológicas.

Objetivos

Comparar o número de passos obtidos por meio de *smartwatch* em idosos com e sem sintomatologia depressiva.

Metodologia

Trata-se de um estudo transversal com idosos acompanhados durante 7 dias por meio de um relógio inteligente, da Garmin, modelo Forerunner 245® para coleta dos biomarcadores digitais, dentre eles, o número de passos diários e a média de passos durante os 7 dias. Os sintomas depressivos foram avaliados por meio do questionário do *Center for Epidemiological Studies - Depression* (CES-D), traduzido e validado para população brasileira. Esse questionário é composto por 20 questões sobre o estado de humor durante os últimos 7 dias, perguntando como o indivíduo se sentiu ou comportou nesse tempo. Foi adotado o ponto de corte a partir de 16 pontos ser indicativo de quadro depressivo (Batistoni, SST; Neri, AL; Cupertino, 2007; Tavares Batistoni; Neri; Bretas Cupertino, 2007). Foram coletados dados sociodemográficos, dentre eles, sexo e idade por meio de questionário padronizado. Foram feitas análises de medidas centrais e aplicado o teste T-Student para comparação de médias, adotando valor de $p < 0,05$.

Resultados e Discussões

Foram avaliados 99 idosos. A maioria da amostra do estudo consistiu em mulheres ($n=80$, 80,8%). A média de idade foi de 70 anos ($\pm 7,2$ anos). Cerca de 15 idosos (15,2%) apresentaram sintomas depressivos. Enquanto isso, a média do número de passos alcançado foi de 5.616 ± 4.040 . Os idosos com sintomatologia depressiva apresentaram menor número de passos (4.029 ± 2.167) quando comparados aos sem sintomas depressivos (5.899 ± 4.236).

Não houve diferença significativa entre número de passos entre os participantes com e sem sintomas depressivos. Ambos apresentaram número de passos abaixo do preconizado pelas organizações de saúde, cujo ideal é de 10.000 passos por dia (Tudor-Locke *et al.*, 2011). Isso pode ser explicado mediante o período pelo qual a coleta foi feita (entre 2021 e 2022), pois ainda estava no período de pandemia da Covid-19, com medidas estaduais e municipais de isolamento social, preconizando saídas apenas para serviços considerados como essenciais, assim os indivíduos com e sem sintomas depressivos podem ter se igualado no nível de atividade física, considerando o número de passos diários.



Figura 1. Etapas da coleta de dados

Conclusões

Não houve diferença significativa entre os idosos comunitários com sintomatologia depressiva e sem sintomatologia depressiva.

Referências Bibliográficas e Agradecimentos

- BATISTONI, SST; NERI, AL; CUPERTINO, APFB. Validade da escala de depressão do Center for Epidemiological Studies entre idosos brasileiros. *Revista de Saúde Pública*, [s. l.], v. 41, n. 4, p. 598-605, 2007.
- HSUEH, Ming-Chun *et al.* A dose response relationship between accelerometer assessed daily steps and depressive symptoms in older adults: a two-year cohort study. *Age and Ageing*, [s. l.], v. 50, n. 2, p. 519-526, 2021.
- TAVARES BATISTONI, Samila Sather, NERI, Anita Liberallesso; BRETAS CUPERTINO, Ana Paula F. Validity of the Center for Epidemiological Studies Depression Scale among Brazilian elderly. *Revista de Saúde Pública*, [s. l.], v. 41, n. 4, p. 598-605, 2007.
- TUDOR-LOCKE, Catrine *et al.* How many steps/day are enough? For older adults and special populations. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, [s. l.], v. 8, n. 1, p. 80, 2011.
- NU mínimo três referências de acordo com as normas da ABNT vigentes.