

DEPRESSÃO E TRANSTORNOS DE HUMOR EM IDOSOS: IDENTIFICAR, ACOMPANHAR E ORIENTAR

Formação destinada a profissionais que acompanham pessoas idosas

Compreender, detectar e acompanhar a depressão na pessoa idosa com uma abordagem adaptada

Duração : 5 horas	Módulos : 4 módulos
Lições : 16 lições	Público : Profissionais que acompanham pessoas idosas
Formato : 100 % online, assíncrono	Organismo : N° 11757351875
Certificação : Qualiopi	Preço : Sob orçamento

www.dynseo.com/nos-formations | contact@dynseo.com | 09 66 93 84 22

Descrição da formação

Esta formação de 5 horas destina-se a profissionais que acompanham pessoas idosas em todos os tipos de estabelecimentos e serviços (residência médica, domicílio, serviços de apoio domiciliário, acolhimento diurno). Ela permite distinguir a depressão dos transtornos de humor relacionados ao envelhecimento, identificar os fatores de risco e os sinais de alerta, e adotar uma postura de acompanhamento adequada. A formação também aborda as especificidades da depressão na presença de transtornos cognitivos, a prevenção do suicídio entre pessoas idosas e o trabalho em equipe multidisciplinar. Ao final da formação, cada participante será capaz de identificar uma situação depressiva, adaptar seu acompanhamento e mobilizar os recursos adequados.

Resumo dos módulos

MODULE 1	Compreender a depressão na pessoa idosa	4 lições
MODULE 2	Identificar a depressão — observação e ferramentas de avaliação	4 lições
MODULE 3	Acompanhar a pessoa deprimida — postura e práticas	4 lições
MODULE 4	Prevenir, orientar e trabalhar em equipe	4 lições

Objetivos pedagógicos

Objetivos pedagógicos

- Compreender as especificidades da depressão geriátrica e distingui-la dos transtornos de humor relacionados ao envelhecimento
- Identificar os fatores de risco, os sinais de alerta e as formas atípicas de depressão na pessoa idosa
- Utilizar as ferramentas de triagem e avaliação adaptadas aos idosos, incluindo aqueles com transtornos cognitivos
- Adotar uma postura de acompanhamento adequada e implementar atividades terapêuticas
- Avaliar o risco suicida e aplicar as condutas de segurança apropriadas
- Trabalhar em equipe multidisciplinar e orientar para os profissionais adequados
- Integrar ferramentas digitais DYNSEO no acompanhamento terapêutico e na prevenção

Informações gerais

Duração	5 horas
Público visado	Profissionais que acompanham pessoas idosas em estabelecimentos médico-sociais, domicílio, serviços de apoio domiciliário e acolhimento diurno
Pré-requisitos	Nenhum, formação acessível a todo público adulto
Tarifa	Sob orçamento - IVA não aplicável (artigo 261-4-4° do CGI)
Certificação	Qualiopi - Atestado de conclusão de formação

Lição 1 - A depressão — definição, prevalência e especificidades geriátricas

- Critérios diagnósticos (DSM-5) adaptados à pessoa idosa
- Prevalência de 15 a 20% após 65 anos, frequentemente subdiagnosticada
- Mascaramento somático, ausência de tristeza expressa, queixas cognitivas
- Diferença entre tristeza normal, luto reacional e episódio depressivo caracterizado

Lição 2 - Os fatores de risco na pessoa idosa

- Perdas acumuladas: lutos, perda de autonomia, mudança de domicílio
- Isolamento social e solidão como primeiro fator de risco modificável
- Patologias somáticas: dor crônica, doenças neurodegenerativas, distúrbios da tireoide
- Medicamentos depressogênicos: corticoides, betabloqueadores, anti-hipertensivos

Lição 3 - As formas atípicas e as armadilhas diagnósticas

- Depressão mascarada: queixas somáticas sem expressão de tristeza
- Pseudodemência depressiva: quando a depressão imita distúrbios cognitivos
- Distinguir depressão e apatia: quadros clínicos próximos mas diferentes
- Depressão no idoso com demência: identificação sem questionários verbais

Lição 4 - Os transtornos de humor não depressivos — ansiedade, luto patológico, distímia

- Ansiedade generalizada: manifestações somáticas e comportamentais
- Transtorno bipolar tardio: realidade desconhecida após 65 anos
- Distímia: depressão crônica de baixa intensidade frequentemente banalizada
- Luto patológico: quando o processo de luto não se resolve naturalmente

Lição 1 - Os sinais observáveis no dia a dia

- Modificações comportamentais: retraimento, recusa de atividades, isolamento progressivo
- Alterações de apetite e sono: sinais precoces a não banalizar
- Mudanças na comunicação: mutismo, choros, comentários negativos recorrentes
- Retardamento psicomotor: distingui-lo de uma fadiga normal

Lição 2 - As ferramentas de triagem utilizáveis por não-médicos

- Escala GDS curta: aplicação, pontuação e limites de interpretação
- MINI-GDS com 4 itens: identificação rápida em poucos minutos
- Cornell Scale for Depression in Dementia: para pessoas com distúrbios cognitivos
- Uso dessas ferramentas sem substituir o diagnóstico médico

Lição 3 - Observar e transmitir — o papel chave do cuidador próximo

- Auxiliar de enfermagem e auxiliar de vida como primeiro elo de alerta
- Anotar comportamentos, palavras e mudanças ao longo de vários dias
- Formular alerta ao enfermeiro ou médico sem superinterpretação
- Continuidade da observação entre equipes diurnas e noturnas

Lição 4 - O risco suicida na pessoa idosa

- Idosos representam 30% dos óbitos por suicídio na França
- Fatores de risco específicos: luto recente, dor crônica, anúncio de dependência
- Sinais verbais e comportamentais: "Não sirvo mais para nada", recusa de cuidados
- Conduta imediata diante de uma pessoa idosa em crise suicida

Lição 1 - A postura de acompanhamento frente à depressão

- Evitar injunções positivas contraproducentes: "Vamos, sorria!"
- Escuta ativa e validação emocional: nomear sem minimizar
- Manter o vínculo sem forçar: presença regular, pequenos gestos diários

- Gerir a própria ressonância emocional diante do sofrimento depressivo

Lição 2 - Estimular sem apressar — o papel das atividades no tratamento

- Atividade física na redução dos sintomas depressivos: evidências científicas
- Atividades com sentido: jardinagem, culinária, música, vínculo intergeracional
- Reminiscência como ferramenta terapêutica: revisitar o passado positivo
- Adaptar atividades ao estado do dia: propor sem impor, respeitar recusas

Lição 3 - O tratamento médico e suas implicações para o cuidador

- Antidepressivos na pessoa idosa: tempo de ação e efeitos indesejados a monitorar
- Psicoterapia adequada: TCC, terapia interpessoal, apoio psicológico
- Sismoterapia (ECT): indicações, representações e papel do cuidador
- Vigilância medicamentosa: interações, quedas, desmame progressivo

Lição 4 - Acompanhar a pessoa deprimida com transtornos cognitivos associados

- Especificidades nas demências: apatia, irritabilidade, choros inexplicáveis
- Adaptar a comunicação: palavras simples, presença física, contato não verbal
- Risco de subtratamento: depressão tolerada como "normal" na demência
- Trabalho em equipe para harmonizar respostas comportamentais

MODULE 4

Prevenir, orientar e trabalhar em equipe

4 lições

Lição 1 - A prevenção da depressão em estabelecimento

- Lutar contra isolamento: animação, saídas, visitas, grupos de conversa
- Preservar identidade e papéis sociais: envolver a pessoa na vida institucional
- Acompanhar entradas na instituição: período de vulnerabilidade depressiva maior
- Detectar e cuidar dos lutos: política de apoio dentro da instituição

Lição 2 - Orientar para os bons profissionais

- Médico de família: primeiro interlocutor, como transmitir observações
- Psiquiatra de ligação e consulta de memória: quando solicitá-los
- Psicólogo em instituição ou consultório: papel, indicações e limites
- Dispositivos territoriais: MAIA, equipes especializadas, CMP de geriatria

Lição 3 - As ferramentas DYNSEO para prevenir e acompanhar a depressão

- E-SOUVENIRES: reminiscência terapêutica para restaurar autoestima e identidade
- EDITH: estimulação cognitiva suave para manter engajamento e reduzir apatia
- TOP CULTURA e BEBUZZ: animações coletivas contra isolamento e recriação de laços
- Integrar essas ferramentas em projeto de cuidado individualizado centrado no bem-estar

Lição 4 - Cuidar da equipe de cuidados diante da depressão dos residentes

- Impacto emocional do acompanhamento de pessoas deprimidas sobre cuidadores
- Reconhecer fadiga compassiva e risco de depressão vicária
- Espaços de regulação: análise de práticas, supervisão, debriefing
- Cultura de equipe que cuida tanto dos residentes quanto dos profissionais

Modalidades pedagógicas

- Formação 100% online, acessível a qualquer momento
- Vídeos pedagógicos, infográficos e estudos de caso práticos
- Questionários de autoavaliação ao final de cada módulo
- Ferramentas de triagem e fichas práticas para download
- Fórum de troca entre participantes e formadores
- Atestado de conclusão emitido ao final da formação