

ENVELHECIMENTO BEM SUCEDIDO- ANÁLISE DA RESILIÊNCIA E PARTICIPAÇÃO SOCIAL

Andressa Gabrielle Frutuoso¹; Dirce Rodrigues Sanches²; Sueli dos Santos Vitorino³

1. Estudante do Curso de Psicologia; dressagabriele@gmail.com.
2. Professor Orientador; e-mail: dircerodrigues@gmail.com
3. Professora da Universidade de Mogi das Cruzes; suelivitorino@umc.com.

Área do Conhecimento: **Psicologia**

Palavras-chave: Idoso; Resiliência; Sociabilidade; Velhice bem-sucedida.

INTRODUÇÃO

Atualmente a comunidade científica discute assuntos que enfocam os processos do envelhecimento à medida que há uma preocupação com o aumento da expectativa de vida e seus desenlaces, em virtude do crescimento populacional, enfatizando-se o crescimento da população idosa. Em âmbito mundial, pesquisas realizadas pela Organização Mundial de Saúde (OMS) sobre o aumento da expectativa de vida apontam que em meados de 2025, essa expectativa aumentará de 67 anos para 73 anos (FERREIRA, SANTOS e MAIA, 2012). A Organização das Nações Unidas (ONU) caracterizou o envelhecimento populacional como a “Era do Envelhecimento”, pois houve um crescimento de 54% do número de idosos nos países desenvolvidos e 123% nos países em desenvolvimento entre 1970 a 2000 e, que, essa demanda conduziu ao desenvolvimento de políticas públicas para idosos na América Latina (CRISPIM, 2014). Deste modo, surgiram diversos estudos que tinham o objetivo de conceituar o processo de envelhecimento humano e, como assinalam Ferreira, Santos e Maia (2012) essas tentativas de caracterização do envelhecimento levavam em consideração diversos fatores, tais como aspectos físicos, biológicos, psicológicos, econômicos, ambientais e culturais. Crispim (2014) e Neri (2012) afirmam que a velhice bem-sucedida é desenvolvida a partir de fatores multidimensionais, que se manifestam na produtividade, na relação com o grupo familiar e social. Definida a partir de capacidades pessoais e sociais, a resiliência é considerada a partir da construção de pilares, que dependem de comportamentos adaptativos diante de adversidades e histórico pessoal e também da relação do indivíduo com o meio social (família, escola, trabalho etc). Pensando nisto, Cardoso e Silva (2013, p. 9) consideram que os pilares servem de “suporte e apoio para que tenham condutas resilientes perante as adversidades”. Percebendo a necessidade de compreender o comportamento resiliente de idosos frente às situações típicas dessa fase e acreditando na relevância desse estudo para a comunidade científica e social, pretende-se promover novos questionamentos nas esferas políticas, sociais e institucionais.

OBJETIVOS

- **Geral**

Levantar se a participação social de idosos influencia o nível de resiliência.

- **Específicos**

Descrever a participação social (frequência, duração e motivos que os conduziram a participação). Levantar índice de resiliência individual e correlacionar a participação social e o nível de resiliência.

MÉTODO

Esta pesquisa caracteriza-se por um levantamento de caráter descritivo, quede acordo com Prodanov e Freitas (2013, p.52) é caracterizado por uma curiosidade em descobrir com que frequência certos eventos ocorrem e suas relações entre fatos. Essa pesquisa tem o delineamento correlacional, de corte transversal retrospectivo. Trata-se de uma pesquisa de natureza empírica, uma vez que se trabalhará com constructos observáveis e passíveis de mensuração (CAMPOS, 2001). Participaram deste estudo 20 idosos, de ambos os sexos, que frequentam o Centro de Convivência do Idoso (CCI) ofertado pela Secretaria Municipal de Assistência Social e Cidadania de uma cidade do Alto Tietê, caracterizado por ser um serviço de convivência e fortalecimento dos vínculos. Os documentos éticos utilizados nesta pesquisa foram o Termo de Autorização Institucional e Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE). Os instrumentos utilizados para coleta de dados foram: Mini Exame do Estado Mental (MEEM), um instrumento de avaliação das funções cognitivas; Questionário de caracterização sócio-demográfica; Questionário de qualidade de vida "WHOQOL- Old", com o objetivo de avaliar a percepção subjetiva da qualidade de vida e a Escala dos Pilares da Resiliência (EPR), que avalia 11 fatores: auto eficácia, controle emocional, autoconfiança, orientação positiva para o futuro, valores positivos, empatia, reflexão, sociabilidade, aceitação positiva para mudança, independência, bom humor. Após aprovação do projeto de pesquisa pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Mogi das Cruzes (CEP/UMC), parecer sob número: 2.626.765/CAEE: 86009218.0.0000.5497), assinatura do Termo de Autorização Institucional e do TCLE, iniciou-se o período de coleta de dados com os idosos que participaram voluntariamente deste estudo. O período correspondente a coleta de dados compreendeu de 03 de abril a 10 de julho de 2018, em dois turnos (manhã e tarde), sendo realizadas cerca de quatro intervenções por semana. Os critérios de inclusão foram: ter entre 60 a 90 anos, ser residente na região de Alto Tietê, que sejam alfabetizados ou não, que tenham uma participação social ativa há cerca de seis meses, com frequência de ao menos duas vezes por semana. O critério de exclusão conferirá: ter suas capacidades cognitivas comprometidas, acontecimentos pessoais ou desconfortos que possam vir a ocorrer que impeçam a continuidade na pesquisa ou àqueles que necessitem de encaminhamento para atendimento externo. Nesse período foram aplicados os outros instrumentos (MEEM, WHOOL-Old e EPR).

RESULTADOS/DISCUSSÃO

Participaram deste estudo 20 idosos, com idade entre 60 anos a 76 anos, com 10% do gênero masculino e 90% gênero feminino, residentes das zonas rural e urbana de uma cidade do alto Tietê. Da amostra total, cerca de 35% são casados (a) s, 30% são divorciados (as), 30% são viúvos (as) e 5% é representada pelo estado civil solteiro (a). Referente escolaridade da amostra total 25% são analfabetos, 35% cursaram o Ensino Fundamental, 20% cursaram o Ensino Médio, 10% estão cursando o Supletivo (Educação para Jovens e Adultos- EJA) e 10% cursou a Graduação. Cerca de 30% dos participantes ainda trabalham

em atividades de vendas (comércio) e trabalhos voluntários (trabalho artesanal) e 50% são aposentados. De acordo com o questionário sócio demográfico, 80% dos idosos foram criados de acordo com os pressupostos do Catolicismo. Cerca de 40% participam ativamente dos grupos religiosos, com frequência de uma participação por semana. Participação social neste trabalho foi compreendida como uma nova configuração e reinserção dos idosos em espaços sociais, desde a participação no núcleo familiar e em grupos comunitários, clubes, associações, universidades, movimentos para mudanças em políticas públicas, conforme assim como cita Debert (1999, p.159) ao enfatizar que a participação social oportuniza a experiência de “recodificação do envelhecimento”. Todos os idosos entrevistados participam das atividades desenvolvidas e ofertadas pela Secretaria Municipal de Assistência Social e Cidadania e outros órgãos. Cada idoso participa de mais de uma atividade semanal, o que justifica o total de atividades realizadas. 50% dos participantes costumam fazer caminhadas e atividades físicas ao ar livre. Essa participação social favorece o desenvolvimento de habilidades que podem, indiretamente, contribuir com o desenvolvimento da resiliência, em que a literatura (WITTER e SOCCI, 2018) aponta que, quanto maior a participação social melhor pode ser a qualidade de vida (QV) dos idosos, contribuindo inclusive para sua longevidade. Os pilares abordados na escala considerados mais maduros, de acordo com a literatura e levantamento realizado pelas autoras da escala são: Estilo cognitivo reflexivo; Sistema de crenças; Empatia, Autocontrole; Humor; Independência; Autoestima e Suporte social (seja informacional, interacional ou afetiva). Não foram encontrados os pilares considerados menos imaturos, porém, de acordo com alguns estudos citados por Cardoso e Martins (2013) a falta de resiliência pessoal e social interfere na qualidade de vida, provocando alterações fisiológicas, doenças cardiovasculares, depressão, ansiedade e estresse. A característica resiliente mais presentes de acordo com a classificação “muito alto” na amostra estudada foi a Empatia (E), representada por 20% da amostra (n=4). Embora o número de participantes (n=20) indique que este resultado corresponde a menos da metade da amostra total, é necessário para compreensão de atitudes resilientes deste grupo visto à relevância em relação à existência de outros 10 pilares. Destaca-se ainda que a Empatia (E) foi o atributo pessoal mais presente (n= 6) de acordo com a classificação “média”, representado por 30% da amostra total. Indivíduos que apresentam altos escores nesta escala indicam a presença das habilidades descritas acima e são capazes de compreender as razões que levam alguém a se comportar de determinado modo e escores médios indicam a presença desta habilidade, porém os comportamentos alheios podem ser interpretados de modo equivocado algumas vezes (CARDOSO e SILVA, 2013). Verificou-se que o único atributo em que se obteve resultados acima da média de participantes foi a Independência (I) apareceu com maior quantidade de pessoas que obtiveram a classificação “alto” (n=12), representado por 60% da amostra total. Observou-se que este atributo apareceu novamente na classificação “muito alto” (segunda colocação) com 15% de participantes (n= 3) com esta colocação, o que indica a representatividade deste pilar no presente estudo. Este pilar refere-se à capacidade de manter o convívio social e tomar decisões referentes a diferentes recursos sem a ajuda de outras pessoas (WOLIN, S. J e WOLIN, S., 1993 apud CARDOSO E SILVA, 2013). Portanto é possível afirmar que, embora tenham pessoas próximas, os idosos conseguem manter suas atividades, sem necessariamente depender dos outros para sua realização. Outra característica marcante desse grupo é a Sociabilidade (S), obtida a partir de 45% da amostra total (n=9). A sociabilidade é descrita como a “capacidade de se relacionar e criar laços de intimidade com outras pessoas, com o intuito de equilibrar a própria necessidade de afeto” (WOLIN, S. J e WOLIN, S., 1993 apud CARDOSO E SILVA, 2013, p. 75) e altos escores indicam a presença de habilidades sociais de se comunicar e interagir, com o intuito de manter os vínculos e a própria capacidade de buscar ajuda se for necessário. Os resultados que

indicaram que as características pessoais menos marcantes e que poderiam ser fortalecidas foram a Autoconfiança (AC), Reflexão (R) e Orientação Positiva para o Futuro (OPF), representados respectivamente por 65% (n=13) e 40% (n=8) e 40% (n=8) da amostra total. Baixos escores de Autoconfiança indicam a insegurança pessoal e profissional diante da tomada de decisão, iniciativas em assumir responsabilidades devido à falta de confiança em suas próprias capacidades. Baixos escores no atributo Reflexão referem-se à dificuldade de análise pessoal dos problemas e desejos, principalmente ao que se refere à análise dos seus atos e possíveis consequências, o que leva o indivíduo a agir com impulsividade. Baixos escores no atributo Orientação Positiva para o Futuro indicam o pessimismo diante do futuro, possivelmente provocado por um histórico pessoal de acontecimentos negativos e, portanto, não consideram necessário fazer projetos no presente por acreditarem que não irão se realizar futuramente (CARDOSO e SILVA, 2013).

CONCLUSÕES

É importante frisar que a pesquisa apresenta limitações devido à quantidade de idosos participantes da intervenção (n= 20) e dificuldades para finalização da avaliação da qualidade de vida, o que impede a generalização dos dados. Os resultados são inconclusivos, uma vez que os dados ora levantados não permitiram análises estatísticas aprofundadas e, mesmo em seu aspecto qualitativo, demonstram ambivalência, pois é possível perceber que os pilares com maiores scores (alto e muito alto): Independência e Sociabilidade, tanto podem ter sido favorecidos pela participação social como podem ter favorecido aos idosos irem em busca de atividades sociais, portanto precisa-se de mais informações que corroborem esses achados. E do mesmo modo os scores mais baixos (Autoconfiança (AC), Reflexão (R) e Orientação Positiva para o Futuro (OPF)) demonstram, por inferência, que os idosos podem estar buscando no grupo (via participação social) justamente fortalecer esses pilares, o que também precisa de mais informações que justifiquem essa dedução. Portanto, esta pesquisa tem limitações que impedem sua generalização e sugere-se mais pesquisas dentro deste tema, pois se percebe que há uma lacuna nesta área da psicologia. Informa-se, por fim, que esta pesquisa não teve conflitos de interesse.

REFERÊNCIAS

CAMPOS, Luis Fernando de Lara. **Métodos e Técnicas de Pesquisa em Psicologia**. 2 ed. Campinas: Editora Alínea, 2001.

CARDOSO Tábata; MARTINS, Maria do Carmo Fernandes. Escala dos Pilares de Resiliência. EPR. Vetor Editora. 2013.

CRISPIM, Mônica Cristiane Moreira. Envelhecimento bem-sucedido: Uma análise dos fatores de proteção e vulnerabilidade. Universidade Federal da Paraíba. Instituto Federal do Mato Grosso. Programa de Doutorado Interinstitucional. 2014. Disponível em:<http://tede.biblioteca.ufpb.br:8080/handle/tede/7705>. Acesso em: 25/04/2017.

DEBERT, Guita Grin. **A Reinvenção da velhice: socialização e processos de privatização do envelhecimento**. Editora da Universidade de São Paulo. Fapesp, 1999.

FERREIRA, Camomila Lira; SANTOS, Lúcia Maria Oliveira; MAIA, Eulália Maria Chaves. Resiliência em idosos atendidos na Rede de Atenção Básica de Saúde em municípios do

nordeste brasileiro. **Rev. Esc. Enferm. USP.** 2012. pp. 328- 334. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342012000200009. Acesso em: 25/03/2017.

NERI, Anita Liberalesso. Paradigmas Contemporâneos sobre o Desenvolvimento Humano em Psicologia e em Sociologia. In: **Desenvolvimento e Envelhecimento: Perspectivas biológicas, psicológicas e sociológicas**. 5 ed. Campinas- Sp. Papyrus. 2012.

PRODANOV, Cleber Cristiano; FREITAS, Ernani Cesar. **Metodologia do Trabalho Científico: Métodos e Técnicas da Pesquisa e do Trabalho Acadêmico**. 2. ed. Novo Hamburgo: Feevale, 2013, p. 52 – 69.

WITTER, Carla; SOCCI, Vera (ors). **Psicogerontologia: uma análise multidisciplinar**. Campinas: Alínea. 2018.