

Sessão Coordenada 41 - **IDOSOS E O PROCESSO DE ENVELHECIMENTO: CONTINGÊNCIAS DESSA FASE DO DESENVOLVIMENTO HUMANO**

IDOSOS E FAMÍLIA: REDE DE PROTEÇÃO PARA A QUALIDADE DE VIDA. *Carla Witter, Claudia Aranha Gil e Maria Luiza de Jesus Miranda (Mestrado em Ciências do Envelhecimento da Universidade São Judas Tadeu – USJT– São Paulo, SP)*

O estudo dos idosos e sua relação familiar tornou-se um objeto de pesquisa importante para países como o Brasil, no qual a transição demográfica está sendo muito rápida sem desenvolvimento de políticas públicas essenciais para garantir qualidade de vida para a população longeva. Neste sentido, família é, muitas vezes, a única rede de proteção na qual o idoso está inserido, tornando-se peça fundamental para manutenção e promoção da saúde física e mental dos idosos, inclusive a maioria dos cuidadores é algum familiar do idoso, normalmente, do sexo feminino (filhas, esposa, netas). O apoio familiar possibilita o convívio social e o acesso as atividades sociais, culturais e de lazer que podem colaborar para a melhoria na qualidade de vida (QV), principalmente, se o arranjo familiar com um convívio intergeracional saudável entre avós, filhos, netos e bisnetos. O convívio com a família apresenta benefícios, desde a companhia e apoio emocional até a ajuda física e financeira, sendo um suporte social importante para a qualidade de vida dos idosos. Os idosos apresentam menos problemas de depressão, tem melhor autoestima e vivem bem melhor o processo de envelhecimento quando convivem com seus familiares. Também, há aspectos negativos, tais como: maus-tratos (67% dos agressores são familiares), divergências de ideias e de valores, problemas socioeconômicos, falta de informação, falta de condições de cuidados básicos, etc. A análise inicial da produção científica sobre idosos e família disponível na SciELO (coleção Brasil) e na PsycINFO revelou, respectivamente, 203 e 1.138 resumos de artigos, de 2010 à 2014, utilizando as palavras-chave: idosos (elderly) e família (family). Os resultados revelaram que a publicação na base de dados brasileira é 5,6 vezes menor que na estrangeira, sendo a média de 40,6 e de 227,6 artigos/ano. O ano de 2012 e 2010 tiveram mais publicação sobre o tema na SciELO, com 60 estudos em cada ano; já na PsycINFO o ano com a maior frequência de pesquisas foi o de 2012 com 303 publicações. Na Scielo, a pesquisa de campo foi identificada em 92% dos resumos, sendo 5% de trabalhos teóricos e 3% de trabalhos de revisão. No PsycINFO, 76,2% eram de estudos empíricos, 64,7% de quantitativos, 14,5% de qualitativos e 4,4% de revisões de literatura. Na PsycINFO foram 84,1% de participantes idosos, sendo o teste Mini-Mental (14,15%) e a Escala de Depressão Geriátrica (6,6%), os instrumentos mais utilizados. O registro de revisão de literatura denota o avanço científico sobre o assunto tanto no exterior como no Brasil, pois este resultado é um indicador do conhecimento na área de idosos e família. Estudos sobre os idosos brasileiros e as dinâmicas familiares, tendo em vista a importância do seu papel na manutenção e promoção das redes sociais dos idosos assim como fator de proteção e promoção do bem estar no envelhecimento, merecem atenção constante dos pesquisadores. Conclui-se que o conhecimento científico sobre a temática no Brasil, merece mais atenção por parte dos pesquisadores e agências de fomento, assim como é necessário mais pesquisas de revisão sistemática e a realização de novos trabalhos de metaciência que permitam uma melhor compreensão sobre os idosos, a família e o processo de envelhecimento com qualidade de vida.

envelhecimento, metaciência, familiares

USJT

Pesquisador - P

DES - Psicologia do Desenvolvimento

LAZER E ATIVIDADE FÍSICA PARA A QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO. *Marcelo de Almeida Buriti e Eliana Florencio Gama (Mestrado em Ciências do Envelhecimento da Universidade São Judas Tadeu – USJT– São Paulo e Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnológica da Paraíba – IF/ Pb)*

A preservação de identidade psicológica do indivíduo é de fundamental importância, pois é ela que ajuda ao indivíduo a adaptar - se ao mundo externo e a enfrentar com serenidade a perda progressiva da capacidade fisiológicas e todas as outras limitações. Para seu desenvolvimento ter continuidade e para superar dificuldades psicossociais inerentes a velhice, o idoso precisa estar envolvido em diversas tarefas entre as quais, explícita ou implicitamente, espera – se que busque a prática da atividade física. O ciclo de vida maior pode e deve ser vivido de maneira saudável e com qualidade, desse modo, se faz necessário criar planos e programas de prevenção. Dentre os mecanismos de prevenção a prática de atividade física e lazer deve ser levada em consideração por parte dos indivíduos e da sociedade brasileira, pois o envelhecimento está associado com a redução força muscular, respostas motoras eficientes e declínio das capacidades funcionais de ordem geral. A prática de atividade física, regular e sistematizada aumenta ou mantém a aptidão física da população idosa, contribuindo para o bem estar funcional, diminuindo a taxa de morbidade e de mortalidade desse segmento da população. Mesmo sabendo que é necessário contar com mais pesquisas em relação ao papel da prática da atividade física e lazer no processo de envelhecimento, já se têm muitos dados que comprovam seus benefícios físicos, mentais e sociais. Com o envelhecimento surgem diversas alterações músculo esqueléticas, a coluna vertebral de maneira generalizada dificulta ou impede sua locomoção que, por sua vez, limita sua funcionalidade de participar de atividades, tais como: caminhar, ir ao baile, viajar e realizar suas atividades de vida diárias. Com a prática da atividade física e lazer aumenta o fluxo energético para que os movimentos venham fazer parte novamente da natureza do indivíduo evitando vários problemas emocionais como, por exemplo, a ansiedade e o estresse. Pelo exposto, há uma nítida relação entre o envelhecimento e perdas biológicas diversas, as quais, além dos efeitos orgânicos apresentam consequências sociais e psicológicas negativas. A atividade física tem potencial para reduzir o ritmo do envelhecimento e para ser coadjuvante em programas de atendimento ao idoso, melhorando vários aspectos da saúde biológica e psicológica, além dos aspectos relacionados ao viver social. Estudos recentes, têm relatado uma correlação positiva $r_o = 0,89$ e $r_c = 0,55$ entre auto - estima, ansiedade, estresse, melhora do humor, melhora a imagem corporal e da insônia, com relação a diminuição do consumo de medicamentos em a melhora é de 15%, da auto - confiança e socialização em 65% após a prática de atividade física e lazer. Cabe à família estimular os idosos para a prática da atividade física e lazer. À comunidade cabe a responsabilidade de propiciar condições para isto, indo além das possibilidades oferecidas nas academias, estimulando programas de baixo ou mesmo custo zero para que todo idoso possa ter espaço e orientação para essas atividades.

Envelhecimento, Independência funcional e Integração Social

USJT

Pesquisador - P

DES - Psicologia do Desenvolvimento



CUIDADORES DE IDOSOS: INTERDICPLINARIDADE E PRODUÇÃO DE CONHECIMENTO. Mestranda Andrieli Bianca Rodrigues Camilo** e Dra. Carla Witter (Mestrado em Ciências do Envelhecimento da Universidade São Judas Tadeu – USJT– São Paulo, SP)

Com as mudanças ocorridas nos perfis demográficos e epidemiológicos da população atual, há um aumento também na incidência de doenças crônico-degenerativas, que compromete diretamente a autonomia dos idosos, pois geram incapacidades físicas, cognitivas, emocionais e sociais. Para atender a demanda dessa população, há a necessidade de um sistema de cuidados específicos, podendo ser desempenhado por um profissional especializado ou ocorrer no próprio contexto familiar. Embora esse panorama seja a realidade do país, ainda há muito para se avançar em questões como a formação do cuidador e a compreensão dos fatores que envolvem o envelhecimento, os cursos de pós-graduação na área de envelhecimento ainda encontram-se na área interdisciplinar, divididos em sete mestrados acadêmicos e dois programas com mestrado e doutorado. Em uma pesquisa sobre os trabalhos publicados no período de 2010 a 2012 no Banco de Teses da CAPES, com as palavras-chave cuidadores de idosos capturou-se 72 trabalhos, sendo: 55 dissertações de mestrado acadêmico, 12 teses de doutorado e cinco dissertações de mestrados profissionais de cursos que não abordam especificamente o envelhecimento. As principais áreas de publicação são Enfermagem, Gerontologia, Psicologia, Ciências da Saúde, Saúde Coletiva, Saúde Pública, Serviço Social, Antropologia, Envelhecimento Humano, Nutrição, Psiquiatria e Saúde Mental, Ciências aplicadas a saúde do idoso. Dos trabalhos publicados 39 ocorreram no ano de 2012 e 33 no ano de 2011. Observa-se que juntamente com o crescimento dos programas de pós-graduação na área do envelhecimento humano, as pesquisas sobre cuidadores de idosos também vêm representando significativamente a preocupação com essa população que está frequentemente exposta a eventos considerados estressantes no relacionamento entre cuidador e cuidado.

Envelhecimento, Produção Científica, Multidisciplinar

CAPES

USJT

Mestrado - M

DES - Psicologia do Desenvolvimento

A LEITURA NA PROMOÇÃO DE QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO. *Elza Maria Tavares Silva (Universidade de Mogi das Cruzes – UMC - São Paulo, SP)*

Nas últimas décadas, um fenômeno que vem ocorrendo com mais intensidade é o crescimento da população mundial idosa. Mas por que esse aumento acontece? São dois os fatores que justificam a pergunta: a primeira é a redução da taxa de fecundidade devido ao novo tipo de vida que a mulher aos poucos conquistou, dessa forma tendo poucos filhos; a outra é a redução da taxa de mortalidade, graças às conquistas médico-tecnológicas da medicina moderna e programas voltados para a qualidade de vida do idoso. Dados do IBGE apontam que a população brasileira de idosos ultrapassará a 30 milhões de pessoas (15%) nos próximos anos, a esperança de vida já é de 75 anos e, entre 2020 e 2025, deverá alcançar 77,08. Assim, no âmbito de alcançar a velhice bem sucedida, esses idosos brasileiros fazem parte de um grupo heterogêneo, adquirindo uma nova visão, que passou a ser percebida como tendo muitas possibilidades, perspectivas e conhecimentos quanto ao bem estar pessoal ampliado em seus significados: educação, saúde, moradia, transporte, trabalho e lazer. Para a realização desses significados, um dos pontos mais importantes se faz por meio da leitura. Atividades e programas de leitura destinados ao público idoso são bem vindos, pois auxiliam a rever os estereótipos e preconceitos associados ao envelhecimento, promovem a autoestima e o resgate da cidadania, incentiva a autonomia, a independência, a auto expressão e a reinserção social em busca de um envelhecimento bem sucedido. Além desses aspectos, os idosos por meio da leitura têm a possibilidade de contribuir com seus netos em tarefas escolares; atendimento a outros leitores em trabalhos nos hospitais e entidades (leitura para pacientes); reforço em escolas, auxiliando alunos com dificuldades em tarefas e de como estudar; atendimento a outros idosos em suas necessidades de leitura, porque muitos deles têm dificuldades com a língua escrita, em função da precária escolaridade. Também com o avanço tecnológico a internet se faz presente na vida dos idosos, mudando seus comportamentos, visto terem possibilidade de participarem de programas de inserção ao mundo digital, com isto pode auxiliá-los na leitura dos principais jornais, escreverem e responderem e-mails, buscarem informações sobre assuntos de interesse pessoal e mundial além de fazerem parte de redes sociais e praticarem exercícios de memória com a realização de jogos. Pela importância do tema, pesquisas são necessárias, dentre elas destaca-se a da metanálise. Levantamento feito na base de dados Scielo (oito últimos anos) resultou em 17 artigos. Foram analisados seis periódicos nacionais: Psicologia: Ciência e Profissão (2007/2014), nenhum artigo; Psicologia e Sociedade (2007/2014) com três artigos; em Psicologia: Reflexão e Crítica (2007/2014) nove artigos; Paidéia (2007/2014) três artigos; Geriatria e Gerontologia (2011/2014) um artigo; Estudos Interdisciplinares sobre Envelhecimento (2007/2014) um artigo. Os resultados apontados evidenciam a carência de estudos na área sobre o idoso, em particular focando a leitura e sua contribuição no âmbito da promoção de significados ao bem estar do idoso. Fica evidente que no Brasil há necessidade de pesquisas que façam essa relação – leitura e idoso.

Informação. Terceira idade. Hábito Saudável.

Pesquisador - P

DES - Psicologia do Desenvolvimento

A EXPERIÊNCIA DO LUTO EM IDOSOS: UMA REVISÃO SISTEMÁTICA..

*Mestranda Thatiany Alline Barbosa Santana** e Dra. Ana Lúcia Gatti (Mestrado em Ciências do Envelhecimento da Universidade São Judas Tadeu – USJT– São Paulo, SP)*

O luto e morte são experiências naturais na vida do ser humano e tendem a ser mais frequentes entre os idosos. Numa população com ampla expectativa de vida, são comuns perdas concretas e simbólicas decorrentes do processo de senescência, dentre elas, as primeiras fragilidades, o surgimento de condições crônicas que exigem tratamentos, restrições alimentares e físicas, separações amorosas, afastamento dos filhos (ninho vazio), o falecimento de familiares, amigos e conjugue. Diante disso, através de uma revisão sistemática, o presente estudo tem por objetivo apresentar e discutir a produção científica acerca da experiência do luto em idosos de acordo com o princípio da temporalidade, no período de 2010 a 2014. Foram consultadas as bases de dados Medline, Scielo e Lilacs, sendo utilizados os descritores luto e idosos. Para análise dos resumos consideraram-se os seguintes critérios de inclusão: textos nacionais e internacionais que relacionassem como tema central, idosos e luto; foram excluídos os textos coincidentes e textos que não faziam referência direta ao tema. A partir dos descritores e após a utilização dos critérios de inclusão, foram selecionadas quatro publicações nacionais e 21 publicações internacionais. Os resultados apontaram que a maioria das publicações, 44 %, abordou as complicações do luto pela morte do cônjuge com foco nas implicações para a saúde física e mental, intervenções e características. Quanto à autoria dos artigos, apenas cinco foram classificados como autoria única, sendo os 20 restantes de autoria múltipla, com o maior número de autores sendo sete. Os profissionais da área de psicologia e enfermagem foram os que mais publicaram. A respeito dos países em que os estudos foram desenvolvidos, catorze foram realizados nos Estados Unidos, três no Brasil e Inglaterra, dois na Holanda e um estudo em Portugal, Canadá e França. Quanto à tipologia, verificou-se a prevalência de pesquisas descritivas. Dentre as pesquisas 60% foram de estratégia de campo. O delineamento de levantamento foi o mais utilizado. Este estudo contribui para o reconhecimento de que o luto adquire uma complexidade diferenciada quando se trata de idosos e requer do profissional de saúde um olhar com vistas a promover um espaço de escuta que facilite a expressão das emoções e sentimentos inculcados na experiência do luto a fim de evitar neste processo complicadores que possam impedir um envelhecimento saudável. Sugere-se o desenvolvimento de novas pesquisas, bem como ampliar para outros temas relacionados ao luto do idoso, que são pouco explorados, principalmente no Brasil, que apresenta produção científica incipiente sobre esta temática.

Envelhecimento, Morte, Pesar

USJT

Mestrado - M

DES - Psicologia do Desenvolvimento



PRÁTICA BASEADA EM EVIDÊNCIAS EM PSICOLOGIA COM IDOSOS: CONCEITOS, ESTUDOS E PERSPECTIVAS. *Mestrando Thiago Vinicius Monteleone** e Dra. Carla Witter (Núcleo Paradigma de Análise do Comportamento/ Mestrado em Ciências do Envelhecimento da Universidade São Judas Tadeu – USJT – São Paulo, SP),*

A prática baseada em evidências é, atualmente, um dos temas mais discutidos no cenário internacional da psicologia. Com raras exceções, há consenso de que o status da psicoterapia e a autonomia profissional do psicólogo clínico dependem fortemente de prática baseada em evidências; Tratamentos empiricamente sustentados; Psicologia Clínica.

CAPES

USJTMestrado - M

DES - Psicologia do Desenvolvimento