



# Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

## ESTRATÉGIAS DE ENFRENTAMENTO DE PROBLEMAS NA VELHICE

José Marcos da Silva Filho, Universidade Estadual da Paraíba<sup>1</sup>  
(piedromarcos@hotmail.com)<sup>1</sup>

Yauama Regia Formiga de Sousa, Universidade Estadual da Paraíba<sup>2</sup>  
(yauama.regia@hotmail.com)<sup>2</sup>

Rita de Cássia Soares Gadêlha, Universidade Estadual da Paraíba<sup>3</sup>  
(ritagadilha@hotmail.com)<sup>3</sup>

Maria do Carmo Eulálio, Universidade Estadual da Paraíba<sup>4</sup>  
(carmitaeulalio@terra.com.br)<sup>4</sup>

**INTRODUÇÃO:** A população idosa tem apresentado um crescimento acentuado, de acordo com Organização Mundial de Saúde (OMS). Até 2025, o Brasil, será o quinto país em população idosa, ou seja, cerca de 1,2 bilhões de pessoas apresentarão idade igual ou superior a 60 anos<sup>1</sup>. O último censo realizado pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), aponta que aproximadamente 11,3% da população brasileira possui idade igual ou superior a 60 anos<sup>2</sup>. Nos idosos há uma significativa variabilidade das formas de enfrentamento, pois estão expostos a diferentes situações sociais e pessoais, atuais e passadas, além de possuírem diversas formas de interpretar e lidar com eventos estressantes<sup>3</sup>. As estratégias de enfrentamento estão entre os mecanismos de auto-regulação do *self* com mediana adaptação e determinação do bem-estar subjetivo ao longo de toda a vida é também na velhice. Os mecanismos de enfrentamento podem funcionar como elementos amortecedores dos efeitos de eventos estressantes<sup>4</sup>. Segundo Lazarus e Folkman<sup>5</sup>, o estresse é resultado da relação entre a pessoa e o ambiente. Os autores inserem o termo *coping/enfretamento* aludindo ao conjunto de esforços, cognitivos e comportamentais, utilizado pelos indivíduos com o objetivo de lidar com demandas específicas, protegendo-os de aspectos considerados ameaçadores ao seu bem-estar. *Coping/enfretamento* é um processo dinâmico, que pode estar em constante mudança, de acordo com as reavaliações feitas sobre o evento, e pode ter como consequência resultados melhores ou piores do que a situação inicial. As estratégias de enfrentamento são classificadas em dois tipos: focalizada na emoção e focalizada no problema. O primeiro tem como objetivo alterar o estado emocional do indivíduo, buscando reduzir a sensação física desagradável do estado de estresse. Já o enfrentamento focalizado no problema procura alterar a dificuldade existente na relação entre as pessoas e o ambiente, podendo direcionar sua ação interna ou externamente. Contudo, estudos<sup>6-8</sup>

identificaram outras estratégias de enfrentamento, como busca de suporte social e religiosidade e distração. Mediante a isso, este trabalho teve como objetivo averiguar as estratégias de enfrentamento mais recorrentes dos idosos e sua correlação com as variáveis sociodemográficas. **METODOLOGIA:** Trata-se de um estudo com amostragem por conglomerado da cidade de Campina Grande-PB. A pesquisa foi constituída por uma amostra de 381 idosos, de ambos os sexos, com idade a partir de 60 anos, que pontuaram acima do ponto de corte no Mini-Exame do Estado Mental (MEEM). Utilizou-se a Escala de Modo de Enfrentamento de Problemas (EMEP), constituída por 45 itens, desenvolvida por Vitaliano et.al<sup>9</sup>, e adaptada para o português por Gimenes e Queiroz<sup>10</sup>. A EMEP contém 45 itens, distribuídos em quatro fatores: enfrentamento focalizado no problema (18 itens,  $\alpha = 0,84$ ); enfrentamento focalizado na emoção (15 itens,  $\alpha = 0,81$ ); busca de práticas religiosas e pensamentos fantasiosos (7 itens,  $\alpha = 0,74$ ) e busca de suporte social (5 itens,  $\alpha = 0,70$ ). As respostas são dadas em escala tipo *Likert* de cinco pontos (1 = Eu nunca faço isso; 5 = Eu faço isso sempre). E por fim, foi utilizado um questionário sociodemográfico empregado para caracterizar a amostra e proporcionar as devidas correlações. A pesquisa foi aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual da Paraíba (UEPB). **RESULTADOS E DISCUSSÕES:** No tocante aos 381 participantes houve prevalência do sexo feminino (73,5%), diferença que caracteriza a feminização da velhice, corroborando assim com IBGE<sup>2</sup> que no último censo apontou a superioridade do sexo feminino com 55,8%, e também abordado por Nicodemo e Godoi<sup>11</sup> e Salgado<sup>12</sup>, que as desigualdades sociais acumuladas entre homens e mulheres, resultam em maior expectativa de vida pra mulher. A idade do grupo variou de 60 a 96 anos ( $M = 71,50$ ;  $DP = 8,0$ ). A grande maioria era casada ou vivia com companheiro (44,1%). Quanto à escolaridade 53,3% declararam ter alcançado o ensino fundamental, 12,3% o ensino médio, 10,5% o ensino superior e 21,8% disseram nunca ter ido à escola. Constatou-se ainda que a maioria fosse católica (71,9%), se considerava religiosa (58,8%), possuía residência própria (75,9%), renda mensal pessoal de até um salário mínimo (60,8%), e era chefe de família (65,1%). Quanto à descendência, 92,7% declararam ter tido pelo menos um filho ( $M = 6,39$ ;  $DP = 9,23$ ). Quanto ao arranjo familiar 63% da amostra declarou morar com filhos. No que alude o (EMEP), a estratégia que busca as práticas religiosas e pensamentos fantasiosos foi a mais recorrente entre os idosos ( $M = 4,06$ ;  $DP = 0,71$ ), seguidos de enfrentamento focalizado no problema ( $M = 3,80$ ;  $DP = 0,66$ ), suporte social ( $M = 3$ ;  $DP = 0,87$ ), e por fim enfrentamento focalizado na emoção ( $M = 2,20$ ;  $DP = 0,65$ ). Houve diferença significativa entre as médias dos fatores do EMEP ( $p < 0,001$ ). Referindo-se a correlação do EMEP com o sociodemográfico, os dados apontaram uma diferença significativa em relação ao sexo e a estratégia

de enfrentamento voltada para as práticas religiosas/pensamento fantasioso, indicando que as mulheres ( $M=4,16$ ;  $DP=0,60$ ), independente do problema, lançavam mão dessa estratégia com maior frequência que os homens ( $M=3,78$ ;  $DP=0,89$ ) [ $t(381) = -4,70$ ;  $p < 0,001$ ]. Para as demais estratégias, não se verificou nenhum dado significativo, quando correlacionado com as demais variáveis do sociodemográfico. Corroborando com o estudo de Fortes-Burgos, Néri, Cupertino<sup>3</sup>, onde a estratégia com foco na religiosidade é utilizada com maior predomínio nas mulheres, servindo como um enfraquecedor dos eventos negativos e também como elementos protetores do self, ajudando principalmente em casos de alta incontabilidade, e como elemento que preserva o self dos impactos negativos do estresse. Sendo confirmado no estudo de Seidl *et. al.*<sup>13</sup>, onde mostra que as mulheres também recorreram às práticas religiosas/pensamentos fantasioso, para resolver seus problemas. Quanto à busca das práticas religiosas mediante situações difíceis, estudos têm procurado elucidar questões relacionadas ao papel da religião e da espiritualidade no manejo do problema em populações femininas<sup>14</sup>. E por fim, as práticas religiosas/pensamentos fantasioso é de suma importância, principalmente mediante as situações difíceis<sup>9,15</sup>. **CONCLUSÃO:** Contudo, a estratégia focalizada no problema foi a mais recorrente nos idosos participantes do estudo, porém apenas a estratégia de práticas religiosas/pensamento fantasioso apresentou correlação com o sexo, apontando que as mulheres são as que mais buscam esse tipo de estratégia num intuito de solucionar os seus problemas, sendo comum essa busca da religiosidade/espiritualidade na população feminina. Mediante o exposto, sugere-se a realização de mais estudos que busquem aprimorar a relação do enfrentamento com as variáveis sociodemográficas, tentando assim uma melhor caracterização sobre a temática.

#### REFERÊNCIAS:

1. Organização Mundial da Saúde. Envelhecimento ativo: uma política de saúde. Distrito Federal: Organização Pan-Americana da Saúde; 2005.
2. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). Sinopse do Censo Demográfico 2010, Rio de Janeiro, 2011.
3. Fortes-Burgos ACG, Néri AL, Cupertino APFB. Eventos estressantes, estratégias de enfrentamento, auto-eficácia e sintomas depressivos entre idosos residentes na comunidade. *PsicolReflexCrit* 2008; 21(1): 74-82.
4. Neri AL, Fortes ACG. A dinâmica do estresse e enfrentamento na velhice e sua expressão no prestar cuidados a idosos no contexto da família.



## Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

- In: Freitas EV. Tratado de geriatria e gerontologia. 2ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara-Koogan; 2006. p. 1277-88.
5. Lazarus R, Folkman S. Stress, appraisal and coping. New York: Springer Publishing Company; 1984.
  6. Folkman S. Personal control and stress and coping processes: a theoretical analysis. *J Pers Soc Psychol* 1984; 46:839-52.
  7. Carver, C.S., Scheier, M.F. & Weintraub, J.K. (1989). Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267-283.
  8. Endler, N.S. & Parker, J.D.A. (1999). *Coping Inventory for Stressful Situations (CISS). Manual Second Edition*. Toronto: Multi-Health Systems Inc.
  9. Endler NS & Parker JDA. *Coping Inventory for Stressful Situations (CISS). Manual Second Edition*. Toronto: Multi-Health Systems Inc. 1999.
  10. Vitaliano PP, Russo J, Carr JE, Maiuro RD & Becker J. The Ways of Coping Checklist: Revision and psychometric properties. *Multivariate Behavioral Research*, 1985; 20, p.3-26.
  11. Gimenes MMG. & Queiroz B. As diferentes fases de enfrentamento durante o primeiro ano após a mastectomia. Em MGG Gimenes & MH Fávero (Orgs), *A mulher e o câncer*. Campinas: Psy. 1997; 171-195.
  12. Nicodemo D, Godoi MP. Juventude dos anos 60-70 e envelhecimento: estudo de casos sobre feminização e direitos de mulheres idosas. *Rev. Ciênc. Ext.* v.6, n.1, 2010, p.40-53.
  13. Salgado CDS. Mulher idosa: a feminização da velhice. *Estud. Interdiscip. Envelhec.* Porto Alegre, v.4, p.7-19, 2002.
  14. Seidl EMF, Tróccoli BT, Zannon CMLC. Análise Fatorial de Uma Medida de Estratégias de Enfrentamento. *Psic.: Teor. e Pesq.*, Brasília, Set-Dez 2001, Vol. 17 n. 3, pp. 225-234.
  15. Biggar H, Forehand R, Devine D, Brody G, Armistead L, Morse E. & Simon P. Women who are HIV infected: The role of religious activity in psychosocial adjustment. *Aids Care*, 1999; 11, 195-199.
  16. Carver CS, Scheier MF. & Weintraub JK. Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 1989, 56, 267-283.