

O PROCESSO DE RESILIÊNCIA NO IDOSO E SUA CONTRIBUIÇÃO PARA UM ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL

Janaíne Chiara Oliveira Moraes

Universidade Federal da Paraíba; email: janainechiara@hotmail.com

Handerson Raphael Fernandes Vale da Cruz

Universidade Federal de Campina Grande; email: handerson_vale@hotmail.com

Eveline de Oliveira Barros

Universidade Federal da Paraíba; email: evinhabarros@gmail.com

Fabiana Medeiros de Brito

Universidade Federal da Paraíba; email: fabianabrito@hotmail.com

Julianny de Vasconcelos Coutinho

Universidade Federal da Paraíba; email: juliannyvc@hotmail.com

INTRODUÇÃO: O termo Resiliência aparece nos dias de hoje como uma palavra que está sendo comumente utilizada. A investigação sobre os fatores de proteção e resiliência passaram a ser envolvidas nos estudos do desenvolvimento humano, especialmente com populações consideradas sob maior vulnerabilidade como é o caso dos idosos¹. O acelerado processo de envelhecimento da população mundial, a cultura de supervalorização da juventude e a estigmatização da pessoa idosa na sociedade, culmina por provocar o sentimento de inutilidade, incutindo neste a concepção de que envelhecer é um problema. Dessa forma, o idoso torna-se alvo de conflitos que acabam por proporcionar situações que aumentam os fatores de risco e vulnerabilidade que contribuem para a diminuição da sua qualidade de vida. Diante do exposto, o estudo torna-se valoroso a partir do momento que o envelhecimento da população trás consigo a necessidade de uma maior compreensão sobre o processo de senescência e senelidade e da capacidade do idoso em manter o comportamento de adaptação frente às adversidades nessa fase da vida. Assim, o

mesmo objetivou realizar uma abordagem das publicações nacionais dos últimos cinco anos acerca do conhecimento produzido diante dessa temática.

METODOLOGIA: Trata-se de uma revisão integrativa da literatura². A busca bibliográfica se deu através da consulta online de artigos indexados nas bases LILACS, SciELO e Google Acadêmico acerca das discussões sobre Resiliência no idoso. Como critério de inclusão optou-se pelas obras disponíveis na íntegra, publicadas no idioma português entre o período de 2008 a 2012, utilizando-se a combinação dos descritores: resiliência; idoso; espiritualidade. Inicialmente delimitaram-se as seguintes etapas metodológicas: elaboração da questão norteadora; seleção da amostra de artigos; caracterização e categorização dos estudos; avaliação e interpretação dos resultados. Procedeu-se a leitura dos títulos e resumos, seguidos pela leitura do texto completo. A coleta de dados foi realizada a partir de um questionário previamente estabelecido e a análise destes feita mediante a categorização temática de dois eixos: Resiliência e capacidade de adaptação na velhice e Resiliência e Qualidade de vida no idoso. **RESULTADOS E DISCUSSÃO:** Um total de 15 obras fez parte da amostra, identificando-se duas no Scielo, seis no Lilacs e sete no Google acadêmico, sendo destas uma dissertação de mestrado e quatorze artigos científicos.

| Variáveis | | N | % |
|------------------------------------|---|----|------|
| Periódico | Revista Kairós | 5 | 33,3 |
| | Revista da Escola de Enfermagem da USP | 2 | 13,3 |
| | Psicologia em estudo | 3 | 20 |
| | Estudos Interdisciplinares e envelhecimento | 1 | 6,7 |
| | Revista APS | 1 | 6,7 |
| | Fractal: Revista de Psicologia | 1 | 6,7 |
| | Geriatrics & Gerontologia | 1 | 6,7 |
| | Psicologia: Teoria e Pesquisa | 1 | 6,7 |
| Ano de publicação | 2008 | 1 | 6,7 |
| | 2009 | 3 | 20 |
| | 2010 | 8 | 53,3 |
| | 2011 | 1 | 6,7 |
| | 2012 | 2 | 13,3 |
| Tipo de estudo | Revisão bibliográfica | 7 | 46,6 |
| | Exploratório-descritivo | 6 | 40 |
| | Observacional de corte e coorte | 1 | 6,7 |
| | Documental-retrospectivo | 1 | 6,7 |
| Área de atuação dos autores | Psicologia | 18 | 60 |
| | Fisioterapia | 2 | 6,7 |
| | Saúde Coletiva | 7 | 23,3 |
| | Medicina | 1 | 3,3 |
| | Enfermagem | 2 | 6,7 |

Figura 1. Distribuição dos estudos segundo periódico, tipo de estudo, ano de publicação e área de atuação dos autores.

Dos 30 autores envolvidos nos estudos mencionados acima, apenas 2 (6,7%) atuam na área de enfermagem, revelando o pouco interesse desses profissionais pela temática da Resiliência e suas implicações para a promoção da saúde e qualidade de vida de seus pacientes. Na categoria I, Resiliência e capacidade de adaptação na velhice, percebe-se que a velhice corresponde a uma fase crítica e desafiadora, não apenas do ponto de vista fisiológico e social, mas também psicológico e existencial. Envelhecer bem requer um intenso trabalho psíquico e espiritual e um comportamento adaptativo eficaz objetivando promover novas estratégias para a compensação de perdas sofridas ao longo da vida³. Em um estudo realizado em 2011, demonstra-se que as características sócio-demográficas apresentam influencia significativa sobre a resiliência. O autor afirma que, as mulheres idosas, bem como os idosos sem problemas de saúde graves possuem um grau de

autoconfiança e capacidade de adaptação elevadas⁴. Ao contrário do estudo citado acima, uma pesquisa realizada com 86 idosos revelou que a relação entre resiliência e as variáveis sócio-demográficas interferem de maneira singela nesse processo. Entretanto, os autores salientam que, apesar dos resultados, verificou-se que um número considerável de queixas subjetivas de memória correspondia a baixos índices de resiliência⁵. Contudo, corroborando também com outros estudiosos⁶, todos os estudos anteriormente mencionados, afirmam que os idosos pesquisados por eles conseguiram desenvolver a superação das adversidades que surgiram em suas vidas, demonstrando bons níveis de resiliência e adaptação no envelhecimento.

A categoria II refere à qualidade de vida, destacando-a como um conceito que esta sendo reestruturado em novos paradigmas. A isso, soma-se a resiliência, que pode ser utilizada como instrumento para favorecer a saúde, por meio da prevenção e da minimização de agravos⁷. Nessa perspectiva, desenvolveu-se uma pesquisa com 12 idosos participantes de um grupo de teatro, concluindo-se que tais sujeitos mostraram níveis de adaptação psicossocial e velhice positivos frente a eventos importantes. Complementa-se ainda que quanto maior o escore de afetos positivos, maior o escore de resiliência e qualidade de vida no envelhecimento⁸. Já, outro estudo realizado com idosos portadores de deficiência física, revelou-se que os mesmos possuíam bons índices de ajustamento pessoal, indicando adaptação à deficiência⁹. Assim, a resiliencialidade no idoso possibilita uma visão otimista da velhice, bem como de suas limitações e permite a ampliação da qualidade de vida para níveis altos. **CONSIDERAÇÕES FINAIS:** Observa-se que a enfermagem pouco tem contribuído para os estudos em resiliência na população idosa e que apesar das constantes evidências na influência desse processo para a promoção da saúde, prevenção de agravos e melhoria da qualidade de vida, as pesquisas na área ainda continuam escassas, sendo difícil precisar a resiliencialidade no idoso, na medida

em que a maioria das investigações está relacionada com a resiliência infantil e os aspectos precoces que a constitui.

REFERÊNCIAS

1. Carvalho FT, Moraes NA, Koller SH, Piccinini CA. Fatores de proteção relacionados à promoção de resiliência em pessoas que vivem com HIV/AIDS. Rio de Janeiro: Cad. de Saúde Pública, 2007; 23 (9): 2023-2033.
2. Mendes KDS, Silveira RCCP, Galvão CM. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. Texto Contexto Enferm. 2008; 4(17):758-64.
3. Vieira SP. Resiliência como força interna. São Paulo: Revista Kairós. Caderno Temático 7, 2010.
4. Valada MJS. A arte da vida: caminhar pelo envelhecimento com resiliência e com qualidade de vida [dissertação] [Internet]. Lisboa: Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias. Faculdade de Psicologia. Lisboa; 2011. [acesso em 2012 dez 10]. Disponível em: <http://recil.grupolusofona.pt/bitstream/handle/10437/1577/Maria%20Jose%20Valada.pdf?sequence=1>
5. Fortes TFR, Portuguese MW, Argimon ILL. A resiliência em idosos e sua relação com variáveis sócio-demográficas e funções cognitivas. São Paulo: Estudos de Psicologia, 2009; 26 (4): 455-463.
6. Ferreira CL, Rocha EA, Maia EC. Resiliência em idosos atendidos na Rede de Atenção Básica de Saúde em município do nordeste brasileiro. Rev. Esc. Enferm. USP, 2012; 46 (2): 328-334.
7. Lasmar MMO, Ronzani TM. Qualidade de vida e resiliência: uma interface com a promoção da saúde. Rev. APS, 2009; 12 (3): 339-350.
8. Resende MC, et al. Envelhecer atuando: bem-estar subjetivo, apoio social e resiliência em participantes de grupo de teatro. Fractal: Revista de Psicologia, 2010; 22 (3): 591-608.
9. Resende MC, Neri AL. Ajustamento psicológico e perspectiva de velhice pessoal em adultos com deficiência física. Maringá: Psicologia em Estudo, 2009; 14 (4): 767-776.