

O CUIDAR DA MULHER IDOSA EM SAÚDE MENTAL

Gabriela Pereira Batista (1); Myrthis Virgínia Alves de Almeida Reinaldo (2); Patrícia de Lima Martins (3); Rodolfo Oliveira Paschoal (4); Veruska Bezerra Santos (5).

(1) *União de Ensino Superior de Campina Grande – gabrielabio_gabi@hotmail.com*

(2) *Orientadora - União de Ensino Superior de Campina Grande - myrthisvirginia@yahoo.com.br*

(3) *União de Ensino Superior de Campina Grande – plimamartins@yahoo.com.br*

(4) *União de Ensino Superior de Campina Grande – rodofopas@hotmail.com*

(5) *União de Ensino Superior de Campina Grande – menina...mel@hotmail.com*

RESUMO

Introdução: A população idosa cresce significativamente, e a prevalência do gênero feminino tornou-se expressiva. **Objetivo:** Discutir sobre uma melhor atenção à saúde da mulher na terceira idade em sofrimento mental buscando proporcionar uma melhor qualidade de vida. **Metodologia:** Adotou-se método de revisão sistemática, exploratória, com abordagem qualitativa. Incluíram-se estudos que relatassem sobre a mulher na terceira idade em sofrimento mental, saúde mental e o cuidar da mulher na velhice em saúde mental realizado pelos profissionais de enfermagem publicados entre 2005 a 2014. Foram excluídos estudos publicados em idiomas diferente do português e que não se encontram nesse intervalo de tempo. **Resultados e discussão:** A atenção à saúde da mulher na terceira idade deve ser integral, não devendo excluir seu sofrimento psíquico, pois esse é responsável por algumas doenças apresentadas no envelhecimento. **Conclusão:** É comprovada a importância da enfermagem como membro atuante da equipe de saúde nos programas de prevenção, promoção e recuperação das idosas que abarcam a saúde mental.

PALAVRAS-CHAVE: Saúde da mulher, Terceira Idade, Enfermagem.

ABSTRACT

Introduction: A elderly population grows significantly, and the prevalence of the female gender has become expressive. **Objective:** Discuss about a better attention to women's health in old age in mental distress seeking to provide a better quality of life. **Methodology:** Adopted method of systematic review, exploratory, qualitative approach. Included studies which report on women in old age in mental distress, mental health and care of women in old age mental health carried out by nursing professionals published between 2005 to 2014. . Excluded studies published in languages other than Portuguese and not in this time interval. **Results and discussion:** the attention to women's health in old age must be integral, and must not delete your distress, because it is responsible for some diseases presented in aging. **Conclusion:** Is proven the importance of nursing

as active member of the health team in programmes of prevention, promotion and rehabilitation of the elderly include mental health.

KEYWORDS: Women's health, Third Age, Nursing.

INTRODUÇÃO

A população idosa mundial vem crescendo significativamente nos últimos anos, a prevalência de mulheres também se tornou expressiva ao longo das décadas. No Brasil, o gênero feminino corresponde a dois terços da população acima de 75 anos. A predominância da população feminina entre os idosos vem trazendo repercussões nas demandas por políticas públicas, sendo uma delas o grande número de mulheres velhas com doenças físicas e mentais¹.

No entanto, os transtornos mentais têm sido detectados em aproximadamente 5% da população de idosos com idades entre 65 e 74 anos. Contudo, os transtornos psiquiátricos interferem de forma negativa na família e em outras pessoas envolvidas no atendimento ao paciente².

A saúde mental é um assunto de grande importância, o qual deve ser destacado no idoso devido o aumento de transtornos cognitivos, e pode ser definida como atitudes positivas em relação a si próprias, visto que em vários estudos enfatizam-se as síndromes depressivas e as demências como os problemas mentais mais prevalentes na população idosa as quais requerem bastantes cuidados³.

Ao alcançar a velhice, alguns indivíduos podem apresentar quadros psiquiátricos que chegam a ser comuns nessa faixa etária. Tais prejuízos mentais, de modo geral, incluem a demência, estados depressivos ou quadros psicóticos que são iniciados tardiamente⁴.

Na assistência à clientela feminina em sofrimento mental pertencente à maior idade, revelam-se como um desafio: a desmistificação das concepções de normalidade e anormalidade e a construção de um novo modelo de atenção que valorize a mulher e a perceba enquanto um ser repleto de possibilidades⁵.

Os vários papéis desenvolvidos pela mulher na sociedade contribuem para o aumento significativo da incidência de transtornos mentais e comportamentais, visto que

as mulheres continuam sendo, perante a sociedade, as maiores responsáveis por suas diversas atribuições, podendo ser, ao mesmo tempo, esposa, mãe, avó, educadora e cuidadora, tornando-se parte essencial da mão-de-obra, e que, mesmo em caso de aposentadorias, representam, muitas vezes, a principal fonte de renda⁶.

A mulher em sofrimento mental pode apresentar alguns dos seguintes sintomas, tais como: rebaixamento de humor, redução da energia e diminuição da atividade, perda de interesse e redução da capacidade de concentração; além disso, a paciente tem queda da autoestima, da autoconfiança e ideais de culpabilidade. Todos esses sintomas tendem-se a agravarem com o passar do tempo⁷.

O profissional de enfermagem tem papel fundamental, pois, além de assistir o cliente, o enfermeiro tem o papel de educador, fazendo menção ao seu conhecimento teórico e científico diante de alterações encontradas e diagnosticadas em exames⁸.

A enfermagem busca, então, incentivar a mulher e seus familiares a buscarem os serviços especializados de saúde, dentre eles, o psiquiatra, o ginecologista, mesmo que as manifestações não se apresentem, pois a mulher precisa de cuidados de rotina⁹.

Criar, viabilizar e desenvolver trabalhos na área da saúde da mulher na terceira idade se faz necessário, pois a falta de informação nas comunidades, apesar da tecnologia e a mídia estarem satisfatoriamente sendo difundidas, ainda prevalece a ignorância sobre situações de fácil prevenção.

A pesquisa teve como objetivo discutir sobre uma melhor atenção à saúde da mulher na terceira idade em sofrimento mental, por parte do profissional de enfermagem, buscando proporcionar um melhor cuidado à paciente idosa e, por conseguinte, uma qualidade de vida mais satisfatória.

METODOLOGIA

Adotou-se método de revisão sistemática, exploratória, com abordagem qualitativa. Foram reunidos 57 artigos pelo critério de análise dos títulos, através da base de dados da Scielo, BVS e Lilacs. Após uma análise criteriosa, foram selecionados os estudos que apresentaram afinidade com o tema e com os objetivos propostos neste estudo.

Incluíram-se estudos que relatassem pesquisa sobre a mulher na terceira idade em sofrimento mental, saúde mental e o cuidar da mulher na velhice em saúde mental, realizado pelos profissionais de enfermagem, publicados entre 2005 a 2014. Foram excluídos estudos publicados em idiomas diferente do português e que não se encontrassem nesse intervalo de tempo. Restaram 29 artigos para a análise, por meio da leitura dos resumos, e, posteriormente, na íntegra.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Nos 29 artigos selecionados, foi observado que a saúde da mulher é caracterizada por constantes alterações orgânicas, no entanto, essas alterações não devem ser reduzidas apenas ao aspecto biológico, visto que, a atenção deve ser integral, não devendo excluir seu sofrimento psíquico, pois esse é o responsável por algumas doenças na velhice, como a depressão.

Do total de artigos analisados, 31,4% tratavam da função desempenhada pelo gênero feminino, a qual desenvolve inúmeras funções na família e na sociedade, e, quando essas funções não são devidamente realizadas, podem contribuir para estabelecer um ambiente hostil não saudável, podendo levar a mulher a desenvolver problemas psíquicos.

Vale ressaltar que o corpo e a mente fazem parte de um sistema único, no qual essa faixa etária encontra-se vulnerável a desenvolver doenças, visto que a abordagem de fatores pertencentes à saúde da mulher surge como uma necessidade à promoção da saúde.

5,4% dos artigos pesquisados abordam que as idosas são encaradas, geralmente, como um peso social e muitas vezes sofrem com estereótipos sociais e limitações por parte da sociedade e esses fatos as levam a desenvolver doenças psíquicas.

Em 32,4% dos artigos foi relatado que a ferramenta clínica, teoricamente utilizada pela enfermagem com as pacientes em sofrimento psíquico, enfatizando as pertencentes

à terceira idade, tem sido na maioria das vezes a relação terapêutica ou relação interpessoal enfermeiro-paciente.

Vale salientar que a enfermagem pertencente à área de saúde mental direcionada aos idosos deve desenvolver outras funções além da capacidade de estabelecer uma relação terapêutica, tais como: apreciação da idosa como uma pessoa individual, competência clínica em práticas de enfermagem, conhecimento das alterações biopsicossociais que ocorrem com o envelhecimento e a capacidade de trabalhar em equipe³.

Em 16,2% das pesquisas foi dada menção ao processo interativo entre as partes (enfermeiro- paciente) e, por meio desse processo, torna-se mais fácil orientá-las sobre suporte social, violência física e sexual, efeito dos psicotrópicos e relacionamento profissional, como também sobre os cuidados de higiene corporal que as mesmas precisam ter e até mesmo orientar familiares e cuidadores para que essas idosas possam adquirir uma melhor qualidade de vida.

Vale salientar que, através dessa orientação, mediante a prática manual, deve-se também enfatizar o cuidado ginecológico, mostrando a importância do exame periódico e destacar as ações destinadas a prevenir doenças, promover e recuperar a saúde da mulher na terceira idade, portadora de distúrbios mentais, buscando também a sua reinserção na sociedade.

Além desses cuidados, deve-se considerar que as doenças crônicas as levam ao maior uso dos serviços de saúde, tornando-as, além do gênero e do envelhecimento, relevantes para maior análise e orientação frente ao consumo de medicamentos, principalmente quando em se tratar dos psicotrópicos como os calmantes, medicamentos controlados que são adquiridos legalmente somente através de receita médica¹⁰.

14,5% dos estudos analisados afirmaram que as atividades físicas fazem com que as idosas se sintam pertencentes a um grupo, fato importante capaz de evitar que as mesmas não venham a se afastar do convívio social, o que diminui a ocorrência de

depressão e outras doenças relacionadas ao envelhecimento que as caracterizem como pacientes mentais.

Vários estudos concluem que o envolvimento regular na prática de atividades e exercícios físicos pode retardar o declínio normal relacionado à idade na função dos diferentes sistemas. Pode também, controlar e prevenir doenças crônico-degenerativas (cardiovasculares, diabetes, câncer, hipertensão, etc.).

A participação em atividades físicas leves e moderadas pode retardar estes declínios funcionais comuns em relação à idade. Desse modo, uma vida ativa melhora a saúde mental, existe evidência de que idosos fisicamente ativos apresentam menor prevalência de doenças mentais do que os não-ativos¹¹.

CONCLUSÃO

É comprovada a importância da enfermagem como membro atuante da equipe de saúde nos programas de prevenção, promoção e recuperação das idosas que abarcam a saúde mental.

Diante disso, o aconselhamento é um dos componentes da atividade educativa ao qual se deve estabelecer a comunicação por meio do diálogo, de maneira que a mulher, seus familiares ou cuidadores sejam participantes de todo o processo da prevenção até o tratamento de alguma doença a que a mesma venha a ser acometida.

No entanto, é perceptível a importância dos relacionamentos interpessoais entre o profissional e sua cliente assim como os demais que cuidam dessas pacientes, visando tornar envolvente a assistência, para uma melhor atuação de enfermagem.

Por meio da assistência, busca-se obter respostas positivas em relação à participação das usuárias, além do que, estabelece relação de confiança, estimula desenvolver a formação prático-reflexiva para que um maior percentual de mulheres portadoras de distúrbios mentais desenvolvesse atividades que levam ao desenvolvimento mental.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Baldin CB, Fortes VLF. Viuvez feminina: a fala de um grupo de idosas. RBCEH. 2008 jan-jan; 5(1): 43-54.
2. Baldaçara L , Batista IAGL , Neves AAM , Silva I , Jackowski AP. Emergências psiquiátricas nos idosos. Estudo epidemiológico. Arq Med Hosp Fac Cienc Med Santa Casa São Paulo 2012; 57 (1): 11-8.
3. Lopes MS. Assistência da enfermagem à saúde mental de idosos institucionalizados. Brasília. Monografia [Bacharelado em Enfermagem]- Centro Universitário de Brasília; 2007.
4. Andrade FB , Filha MOF , Dias MD , Silva AO , Costa ICC , Lima EAR, Mendes CKTT. Promoção da saúde mental do idoso na atenção básica: as contribuições da terapia comunitária. Texto Contexto Enferm 2010 jan-mar ; 19(1): 129-36.
5. Rennó JRJ, Fernandes CE, Mantese JC, Valadares GC, Fonseca AM, Diegoli M, Brasiliano, S, Hochgraf P. Saúde mental da mulher no Brasil: desafios clínicos e perspectivas em pesquisa. Rev Bras Psiquiatr. 2005; 27(2): 573-6, 2005.
6. Rennó JRJ, Demarque R, Lobo HR, Cavalsan J P, Silva AG. Saúde da Mulher : Transtornos psiquiátricos relacionados ao ciclo reprodutivo. Rev. Deb em Psiqui. 2012 nov-dez; 12: 6-11.
7. Araujo TM, Almeida MMG, Santana CC, Araujo EM, Pinho PS. Transtornos mentais comuns em mulheres: estudo comparativo entre mulheres donas-de-casa e trabalhadoras. Rev. Enferm UERJ. 2006 abr/jun; 14: 260-9.
8. Lima DWC, Silveira LC, Melo KCOM, Fernandes SF. A enfermagem e a mulher em sofrimento psíquico na estratégia saúde da família. In: CEBCEF. Belém do Pará, 2014: 1-10.
9. Mendes MH, Freitas VA, Gomes ET. Consulta de enfermagem: uma prática necessária aos indivíduos com transtornos mentais. Rev. Enfer Integrada. 2009 jul-ago; 2: 225-237.



10.Mendonça RT, Carvalho ACD, Vieira EM, Adorno RCF .Medicalização de Mulheres Idosas e Interação com Consumo de Calmantes. Saúde Soc. São Paulo 2008; 17(2): 95-106.

11.Benedetti TRB , Borges LJ, Petroski EL, Gonçalves LHT. Atividade física e estado de saúde mental de idosos. Rev Saúde Pública 2008;42(2):302-7.

