



# **RECORTES DA VIDA: UM ENSAIO DE AVALIAÇÃO PSICOLÓGICA E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL EM IDOSOS ATENDIDOS NA ESTRATÉGIA DE SAÚDE DA FAMÍLIA DO MUNICÍPIO DE MULUNGU (PB)**

Daniela Caroline Medeiros Ferreira <sup>1</sup>

## **RESUMO**

O projeto Recortes da Vida surgiu da ideia de explorar as experiências vividas pelos idosos atendidos pela Secretaria de Assistência Social do município de Mulungu (PB) por meio da atuação da Secretaria Municipal de Saúde no escopo da estratégia de atendimento do NASF (Núcleo de Assistência à Saúde da Família) para observar e avaliar o processo de envelhecimento de modo positivo, promovendo e avaliando a qualidade de vida, o bem-estar social, a satisfação de vida, assim como também os fatores cognitivos e neuropsicológicos das pessoas idosas pertencentes ao projeto, utilizando instrumentos psicológicos para avaliação cognitiva, do funcionamento das emoções e memórias e da qualidade de vida dos idosos e objetivando entender o processo biológico natural, valorizar vivências, compartilhar experiências, incentivar a partilha, avaliar o processo de envelhecimento e fortalecer os vínculos sociais do grupo participante tomando por base a revisão bibliográfica concernente ao tema, além de instrumentos de avaliação psicológica adequados e validados e tendo como resultados a sensível melhoria da percepção dos participantes sobre o processo regular de envelhecimento e o resgate estruturado e positivo da memória das vivências individuais que construíram ao arcabouço psicoemocional dos indivíduos envolvidos e sedimentaram suas histórias de vida, contribuindo para a compreensão da última fase da vida como um fenômeno social, fisiológico e psicológico contínuo e natural.

Palavras-chave: envelhecimento, avaliação psicológica, saúde mental, saúde da família, qualidade de vida.

<sup>1</sup> Bacharel em Psicologia pela Faculdade Maurício de Nassau – PB (UNINASSAU), licenciada em Pedagogia pela Universidade Vale do Acaraú – PB (UVA), especialista em Supervisão e Coordenação Escolar pela Universidade Cristo Rei – PB, especialista em Avaliação Psicológica pelo Centro Universitário de João Pessoa – PB (UNIPÊ) e



especialista em Educação Inclusiva pela Universidade Norte do Paraná – PR (UNOPAR),  
contato@daniepamedeirospsi.com.br.





## INTRODUÇÃO

O projeto “Recortes da Vida” nasceu da ideia de trabalhar as histórias de vida dos idosos através do lúdico com criação de pinturas e desenhos que representam as experiências de vidas e resgatam a representação de suas histórias de vida.

A iniciativa aconteceu na Secretaria de Assistência Social do município de Mulungu (PB), que atendia no presente momento 62 idosos. Os encontros foram realizados uma vez ao mês em espaço cedido pela Igreja Católica provido de infraestrutura adequada para o acolhimento de pessoas idosas no local.

Participaram desse projeto toda a equipe da Secretaria de Assistência Social, como também a Secretaria de Saúde, auxiliam no desenvolvimento de cada etapa dos encontros, contribuindo com palestras, dinâmicas e apoio operacional.

A ação foi concebida com o intuito de observar e avaliar o processo de envelhecimento de modo positivo, promovendo e avaliando a qualidade de vida, o bem-estar social, a satisfação de vida, assim como também os fatores cognitivos e neuropsicológicos das pessoas idosas pertencentes ao projeto.

Utilizamos instrumentos de avaliação cognitiva, de funcionamento das emoções e memórias, como também de qualidade de vida. Inicialmente foi feito um trabalho de investigação através de anamneses sociodemográficas onde foi possível avaliar escolaridade, gênero, idade, estado civil e renda por faixas salariais.

## OBJETIVOS

- Proporcionar e entendimento do declínio causado pelo envelhecimento como consequência do processo de vida de todo ser humano;
- Respeitar e valorizar as pequenas e importantes lembranças ou fatos;
- Estimular o respeito e a importância de cada história de vida compartilhada coletivamente através dos desenhos e pinturas;
- Resgatar as memórias de longo e curto prazo através de estímulos cognitivos e dinâmicas com cunho psicológicos;

- Reconhecer a importância e incentivar a partilha das vivências ao grupo;
- Avaliar o processo de envelhecimento através de instrumentos psicológicos;
- Fornecer os resultados de toda a pesquisa ao término do projeto; e
- Apresentar a colcha de retalhos feitos com os recortes da vida de cada participante no último encontro e mantê-la exposta na Secretaria de Ação Social como parte de um processo de fortalecimento de vínculos do grupo de idosos já existente.

## REVISÃO DE LITERATURA

Assistirmos o processo de envelhecimento como um fenômeno universal de todo processo de vida do ser humano. Assim daremos enfoque ao estado de avaliações mentais através de domínios de avaliação psicológicas. Avaliando, observando e descrevendo diferentes instrumentos com ênfase em avaliação psicológica específicos para idosos.

Neste caso iremos centrar-nos nesse ciclo da vida denominado de última fase. O envelhecimento é um termo usado para o tempo que as pessoas já passaram por todas as fases da vida e que com o passar do tempo é definido como “velho”.

O termo “velho” quer dizer muita idade, que no construto de envelhecimento é visto como um fenômeno social, fisiológico e psicológico do qual implicam mudanças nos aspectos cognitivos e neurológicos como também no aspecto psicomotor da pessoa com muita idade.

A forma como os idosos encaram essa fase da vida varia de acordo com a cultura, época e grupos sociais. Os fatores biológicos do ser humano deixam bem claro que todo o indivíduo passa pelo processo de nascer, crescer, reproduzir e morrer.

Existem muitos estereótipos relacionados aos idosos devidos as generalizações errôneas que se prendem ao conservadorismo. Segundo Lima (2010), o envelhecimento é acompanhado de perdas, mas também de ganhos, tais como a maturidade e a sabedoria.

É nesse sentido e diante dos mitos sobre a improdutividade, doença, inatividade ou incapacidade de mudar de pessoas com muita idade, que há generalizações excessivas sobre as dificuldades e inabilidades nesta faixa etária de vida, gerando problemas sociais como a discriminação.

O processo de envelhecimento começa ainda na segunda década de vida mesmo sem que haja nenhum sinal externo. Mas é por volta dos 40 anos começam a surgir as primeiras alterações



funcionais e estruturais que são os sinais externos que resultam dos processos de fatores biológicos internos e que se prolongam até o fim da vida.

“O envelhecimento diz respeito a um processo que ocorre ao longo de toda a nossa vida, desde a concepção até à morte, enquanto a velhice é uma fase da vida, a última” (LIMA, 2010, p. 15).

Naturalmente associamos o processo de envelhecimento com a perda de memória, esse estágio resulta de fatores genéticos, neurobiológicos e aspectos cognitivos que implicam num processo de degeneração celular, podendo haver também um declínio físico característico. (Martins, 2013).

O envelhecimento emocional envolve complexos processos cognitivos, emocionais e motivacionais, embora ainda existam e prevaleçam os estereótipos e os mitos com relação ao envelhecimento e as emoções. A psicologia alinha-se com a perspectiva *life-span* que afirma que idosos podem envelhecer mantendo habilidades e um senso de bem-estar, manejando suas emoções a despeito das mudanças e perdas decorrentes da velhice (Orgeta, 2009; Scheibe & Carstensen, 2010).

Assim sendo, as relações de envelhecimentos e emoções identificam uma atuação gerontológica significativa e importante no que se refere ao envelhecer e a possibilidade de ser de forma bem-sucedida.

Nesse sentido, o presente projeto “Recortes da Vida” buscou avaliar e identificar construtos e correlações de comportamentos e vivências emocionais com objetivo de vivenciar emoções de forma condicionada que podem ser definidas como comportamentos típico relacionado as emoções, tais como: saltar, chorar, sorrir, gritar. Ou seja, sinalizar corporalmente vivências emocionais, adaptativas as quais se referem ao seu contexto de ambiente social.

## **MÉTODOS**

A proposta “Recortes da Vida” foi desenvolvida no escopo da Psicologia da Saúde, visando um trabalho lúdico e avaliativo com o grupo de idosos já existente. Tendo ainda como coadjuvante a Secretaria de Ação Social do município de Mulungu (PB) e contando com a colaboração da Secretaria de Saúde e dos demais membros da equipe multidisciplinar.



Inicialmente, todos os idosos já pertencentes ao grupo foram convidados a participarem do projeto, no total de 62 idosos, todos do gênero feminino, com idade igual ou superior a sessenta anos.

Destes 62 participantes, 21 aceitaram participar da pesquisa e submissão aos instrumentos avaliativos com base em seus funcionamentos cognitivos, emocionais, e de personalidade, assinando o termo de consentimento livre e esclarecido. Todos os demais 41 idosos que não participaram da pesquisa, estiveram dedicados a outras atividades fornecidas ao grupo.

Além da importância da avaliação psicológica no aspecto cognitivo, emocional e psicomotor, esse trabalho também teve como proposta de objetivo a valorização das experiências vividas, resgate da autoestima e memórias, interação e melhoria nos vínculos através das representações das histórias de vida de cada integrante sobre a óptica da aplicação do teste HTP (casa, árvore e pessoa). Teste esse que foi utilizado como forma de trabalhar o lúdico, trazendo memórias e traços de personalidades existentes no grupo.

A cada encontro, os idosos tiveram a oportunidade de compartilhar suas histórias através das dinâmicas e momentos reflexivos fornecidos coletivamente, com a finalidade de interação entre os mesmos.

No decorrer dos encontros foram realizados protocolos de medição sociodemográficas representados por anamneses feitas individualmente no período de tempo de aproximadamente 30 minutos, com variáveis sociodemográficas das seguintes medidas: escolaridade, gênero, idade, estado civil e renda com base em faixas salariais.

A colcha de retalho foi uma peça construída por ocasiões de tristeza, alegria, conquistas e sonhos, através da promoção de relações afetivas coletivas provocadas logo após as reflexões e dinâmicas fornecidas ao grupo.

Nessas reflexões e dinâmicas foram resgatados valores que fazem parte das memórias e da identidade de cada um, com recordações embaraçosas, tristes, alegres e engraçadas, as quais os participantes vão costurando e reunindo lembranças e histórias de vidas e proporcionado a validação do nome do projeto.

Utilizamos como instrumentos avaliativos a Escala de Ânimo Positivo e Negativo (EAPN- Siqueira, Martins e Moura, 1999), como também a Escala de Depressão Geriátrica (GDS-15). E o teste projetivo de figuras, HTP.



As avaliações foram realizadas em idosos ativos e saudáveis, com o intuito de identificar fatores relacionados à capacidade de recordar as experiências vividas.

## **CRONOGRAMA**

Início: agosto de 2019

Término: fevereiro 2020

Frequência: um encontro mensal, totalizado 7 reuniões ao total.

## **REFERÊNCIAS:**

LIMA, M. P. (2010). **Envelhecimento(s)**. Coimbra: Imprensa da Universidade de Coimbra.

MARTINS, E. (2013). **Gerontologia & Gerontagogia e Animação Sociocultural em Idosos**. Lisboa: Editora Cáritas.

ORTEGA, V. (2009). **Specificity of Age Differences in Emotion Regulation**. Aging & Mental Health.

SHEIBE, S. & CARSTENSEN, L. L. (2010). **Emotional Aging: Recent Findings and Future Trends**. Department of Psychology. California: Stanford University.

SIQUEIRA, M. M. M., MARTINS M. C. F. & MOURA, O. I. (1999). **Construção e validação fatorial da EAPN: Escala de Ânimo Positivo e Negativo**. Revista da Sociedade de Psicologia do Triângulo Mineiro.

Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa – Disponível em [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/18842.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/18842.htm)

Estatuto da Pessoa Idosa – Disponível em [http://www.planalto.gov.br/ccivil\\_03/leis/2003/110.741.htm](http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/110.741.htm)



Relatório Mundial de Envelhecimento e Saúde (2015) – Disponível em  
[https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186463/9789240694811\\_eng.pdf?sequence=](https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/186463/9789240694811_eng.pdf?sequence=)

1

