

RESILIÊNCIA E REDE DE APOIO EM IDOSOS

Giselle Marie Roma Fernandes Soeiro¹; Valéria Silva de Matos Pires²;
Adriana Aparecida Ferreira de Souza³

Estudante do Curso de Psicologia; e-mail: giselaschoene@gmail.com¹

Estudante do Curso de Psicologia; e-mail: vsmpires@ig.com.br²

Professora da Universidade de Mogi das Cruzes, e-mail: adr_ferreira@hotmail.com³

Área de Conhecimento: Psicologia Social

Palavras-chave: resiliência, idoso, rede de apoio social.

INTRODUÇÃO

Os dados indicam que a população idosa vem aumentando, as projeções indicam que serão 1900 milhões de pessoas (IBGE, 2002). Atualmente, vários estudos priorizam as condições que favoreçam a melhoria da qualidade de vida e do bem-estar dos idosos (COUTO, 2007). Nesse contexto, a resiliência aparece como um dos aspectos positivos que o ser humano pode desenvolver durante a vida, em busca de uma vida mais saudável. O termo resiliência refere-se à “propriedade pela qual a energia armazenada em um corpo deformado é devolvida quando cessa a tensão causadora da deformação elástica” (FERREIRA, 1975 apud FORTES et al., 2009, p.456). Para o ser humano, porém, a resiliência não significa um retorno ao estado anterior, mas superação diante de uma dificuldade considerada um risco e a possibilidade de construção de novos caminhos. Silva & Alves (2007) descartam a concepção de resiliência apenas como um atributo pessoal e incorpora a ideia de que a adaptação positiva não é apenas tarefa do indivíduo, mas também a família, a escola, da comunidade e a sociedade devem prover recursos para que o indivíduo possa desenvolver-se mais plenamente. Para Brito e Koller (2004 apud Couto, 2007) a rede de apoio social fornece subsídios e formas que fazem a pessoa perceber seu mundo e como se orientar nele. Assim a rede de apoio social proporciona estratégias e competências para que o idoso enfrente as adversidades como elas se apresentam, sendo a família, os amigos e a própria sociedade em suas diferentes esferas, capazes de oferecer apoio à pessoa diante da própria sociedade e dos eventos que se apresentam. Portanto, a pesquisa contribui para as discussões sobre a possibilidade de intervenções precoces que favoreçam a promoção da saúde e o bem-estar do idoso.

OBJETIVOS

Foram objetivos do estudo: a) caracterizar os participantes; b) levantar a capacidade de resiliência dos idosos; c) identificar as pessoas que compõem a rede de apoio social; d) relacionar resiliência com as características sócio-demográficas e a rede de apoio social.

METODOLOGIA

A amostra constituiu-se de 37 idosos, 81% mulheres e 19% homens, com idade entre 41 e 84 anos e média de 66 anos. Foram utilizados os seguintes instrumentos para esta investigação: Termo de Consentimento Livre e Esclarecido; Questionário Sócio-Demográfico, modelo utilizado por Couto (2007) com o objetivo de caracterizar a amostra; Escala de Resiliência, desenvolvida por Wagnild & Young e adaptada por Pesce, Assis, Avanci, Santos, Malaquias e Carvalhaes e Diagrama da Escolta,

instrumento adaptado por Brito, Richter, Pacheco, Silva e Koller (1999 apud COUTO, 2007). De acordo com os padrões éticos vigentes, o projeto da pesquisa foi previamente aprovado pelo Comitê de Ética da Universidade de Mogi das Cruzes. Os idosos foram contatados e convidados a participar voluntariamente, os que aceitaram colaborar com a pesquisa assinaram o TCLE. O local de coleta de dados foi determinado pela instituição ou escolhido pelos participantes. A aplicação deu-se por meio de orientações individualizadas.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Os idosos pesquisados em sua maioria foram do sexo feminino. O nível de escolaridade dos participantes foi distribuído em relação aos anos de estudo sendo a escolaridade dos idosos em sua maioria entre o ensino médio até o superior. Em relação à atuação profissional 65% dos idosos são aposentados, 19% ainda se mantêm ativos em tempo parcial com outra fonte de renda mesmo que aposentados e apenas 11% dos idosos ainda sem mantêm ativos em tempo integral. Para identificar quais as pessoas que formam o núcleo familiar dos participantes, perguntou-se com quem eles residem, sendo que 30% dos participantes vivem com o cônjuge ou companheiro, 19%, mora com um ou mais filhos e morar só ou com apenas um filho 16%. Os entrevistados foram questionados sobre a sua percepção em relação ao seu nível socioeconômico. A maioria acha satisfatória os seus rendimentos. A percepção do indivíduo em relação ao seu estado de saúde é muito importante para verificar qual a sua avaliação geral sobre sua condição física, emocional e mental. Verificou-se que 41% consideram seu estado de saúde atual bom e 38% consideram seu estado de saúde mediano e os demais 21% consideram insatisfatório, muito bom ou considera ter um mau estado de saúde. As doenças mais frequentes são a hipertensão, a cardiopatia, seguidas da diabetes e problemas da coluna.

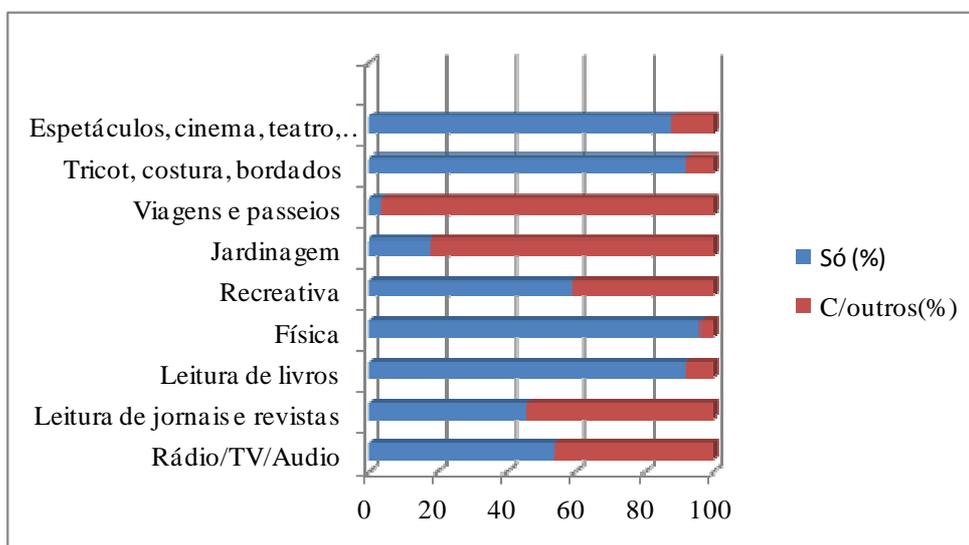


Figura 2. Relação entre atividades de lazer realizadas sozinhas ou com outros

Os idosos foram solicitados a classificar as atividades de lazer que costumam frequentar e dizer se o fazem sozinhos ou acompanhados de outras pessoas. As atividades de lazer que os idosos mais praticam é assistir TV, ouvir rádio, seguido por leitura de jornais e revistas e leitura de livros, indicação de que tem preferências intelectuais, incluindo atividades recreativas e atividades físicas e as outras atividades ficaram abaixo da média. Nas atividades que requerem a saída do indivíduo para atividades sociais,

artesanato, educação física e leitura de livros, a maioria dos entrevistados praticam essas atividades individualmente. Já as atividades de viagem e jardinagem desenvolvem com o grupo a que estão inseridos. O que chamou atenção nesta pesquisa foi o grau de independência dos entrevistados, pois a maioria vai ao cinema e teatros sozinhos.

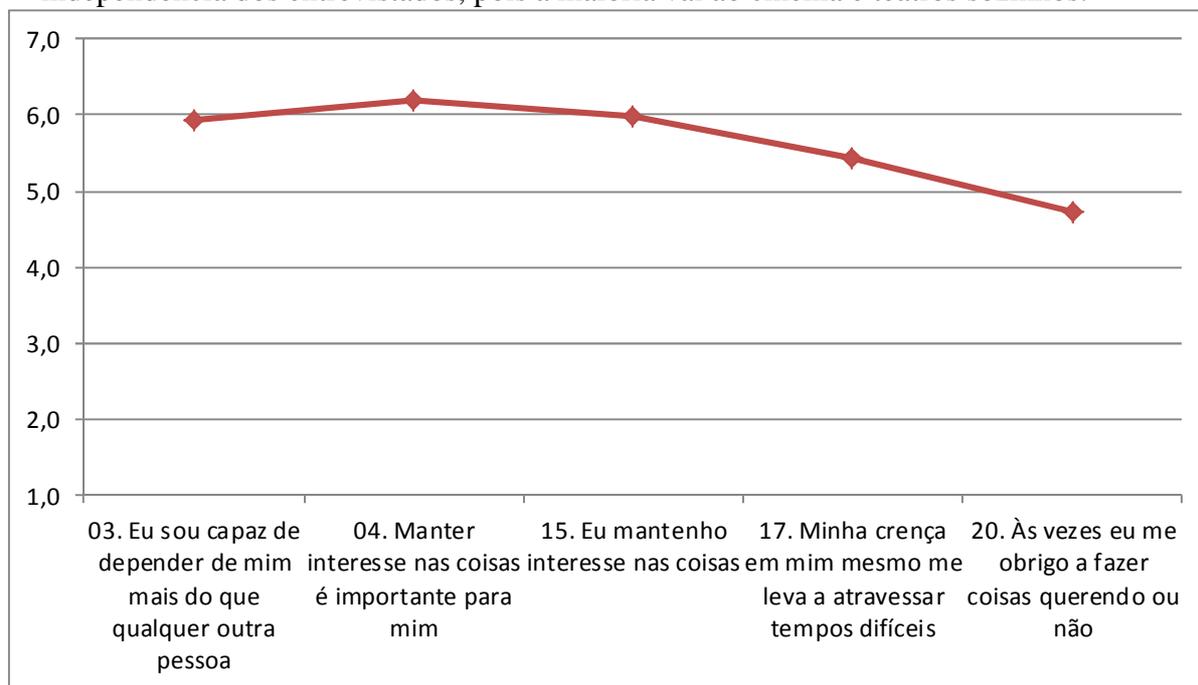


Figura 1. Resiliência: autoconfiança e capacidade de adaptações a situações

A Figura 1 mostra a importância que o idoso dá em manter o interesse sobre as coisas, reforçado por manter interesse sobre as coisas, a dependência em si mesmo se mostrou alta, reforçada pela crença em si mesmo. Neste estudo, o número maior formou o grupo de mais resiliente com 22 participantes e o grupo menos resiliente com 15 participantes. Através dos resultados obtidos pode-se observar a boa resiliência dos entrevistados, quando comparado à média obtida por Fortes (2009) de 84,9 e Couto (2007) de 144,9. A rede de apoio social teve como objetivo identificar as pessoas que estão próximas e que possuem vínculos com os participantes. A comparação entre os dados obtidos pela escala de resiliência com as características sócioeconômicas demonstra que os idosos mais resilientes estão em maior número, com boa escolaridade, inclusive estão no grupo mais resiliente. Na comparação entre escala de resiliência e rede de apoio social, os participantes que obtiveram pontuação menor formaram o grupo abaixo da média, ou seja, são menos resilientes e os que obtiveram pontuação maior formaram o grupo acima da média, ou seja, podendo ser considerados mais resilientes. Na correlação entre resiliência e rede de apoio social pode-se considerar que as pessoas que integram o círculo social dos participantes são as mesmas. Tanto sujeitos menos resilientes como os mais são procurados pelo filho, amigo, irmão, cônjuge, neto, com exceção do tio e neto que aparecem apenas no grupo menos resiliente.

CONCLUSÕES

Os participantes do trabalho caracterizaram-se por ser um grupo predominantemente do sexo feminino. A maioria é casada ou têm companheiros, com nível de escolaridade significativa entre ensino médio ao superior. É um maior número de aposentados, sendo que pouco mais da metade dos entrevistados consideraram seu nível socioeconômico satisfatório. A maior parte dos participantes tem casa própria, sendo que os participantes

vivem com o cônjuge ou companheiro e/ou mora com um ou mais filhos, sendo estes a maioria independente. Sobre a saúde, consideram seu estado atual bom a mediano, porém relataram pelo menos alguma doença crônica, principalmente a hipertensão e cardiopatia. A maioria dos participantes declarou ter crença religiosa, predominantemente católicos. As atividades de lazer que os idosos mais praticam é assistir TV, ouvir rádio/áudio. O que chamou atenção nesta pesquisa foi o grau de independência dos entrevistados, pois a maioria vai ao cinema e teatros sozinhos. Pôde-se observar a boa resiliência dos entrevistados. O número maior formou o grupo dos mais resilientes, tendo este nível de escolaridade e renda maiores. Na divisão da rede de apoio social em dois grupos, com companheiro e sem companheiro. No primeiro os participantes procuram mais por filhos, cônjuge, netos, irmão e amigo. No segundo procuram filhos, netos, irmão e amigo. Na correlação entre resiliência e rede de apoio social pode-se considerar que as pessoas que integram o círculo social dos participantes são as mesmas. Tanto sujeitos menos resilientes como os mais resilientes procuram pelo filho, amigo, irmão, cônjuge, com exceção do neto que aparece apenas no grupo mais resiliente. Neste trabalho pode-se dizer que o idoso, em seu processo de resiliência, teve respostas positivas quanto a independência, determinação frente a adversidades, solucionar suas ações, orgulhar-se em realizar coisas sem ajuda de terceiros e auxiliar pessoas. Conclui-se que a resiliência está relacionada a fatores sócioeconômicos, porém não está relacionada as redes de apoio social. Sugere-se que outros estudos sejam realizados afim de se identificar as características dos idosos mais resilientes. Tais informações permitem a elaboração de programas de prevenção e remediação voltados para a população idosa em situação de risco.

REFERÊNCIAS

COUTO, M. C. P. P. **Fatores de risco e de proteção na promoção de resiliência no envelhecimento.** Dissertação (UFRGS), fevereiro, 2007. 144 p.

FORTES, T. F. R.; PORTUGUEZ, M. W.; ARGIMON, I. I. L. A resiliência em idosos e sua relação com variáveis sociodemográficas e funções cognitivas. **Estudos de Psicologia.** Campinas, v.26, n.4, p. 455-463, outubro-dezembro, 2009.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA (IBGE). Estudos e pesquisas: informação demográfica e socioeconômica. Perfil dos idosos responsáveis pelos domicílios no Brasil 2000. Rio de Janeiro, 2002. Disponível em <<http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/perfilidoso/perfidosos2000.pdf>>. Acesso em 15 de out. de 2010.

PESCE, R. P.; ASSIS, S. G.; AVANCI, J. Q.; SANTOS, N.C.; MALAQUIAS, J. V.; CARVALHAES, R. Adaptação transcultural, confiabilidade e validade da escala de resiliência. **Caderneta de Saúde Pública.** Rio de Janeiro, v. 21, n.2, p.436-448, mar-abr, 2005.

SILVA, A. I.; ALVES, V. P. Envelhecimento: Resiliência e Espiritualidade. **Diálogos possíveis.** Brasília, p.189-209, janeiro/junho 2007. Disponível em: <<http://www.faculdadesocial.edu.br/dialogospossiveis/artigos/10/14.pdf>>. Acesso em: 26 de set. de 2010.

YUNES, M. A. M. Psicologia Positiva e Resiliência: o foco no indivíduo e na família. **Psicologia em Estudo.** Maringá, v.8, n.espec., p. 75-84, 2003.