



A ATENÇÃO PSICOLÓGICA AO IDOSO

Tatiane Karoline Guerlinguer¹
Keila Seixas Pereira²
Guilherme Rodrigues³
Letícia Madureira⁴
Cristiane Aparecida Costa⁵

Resumo: *O presente trabalho apresenta questões sobre o desenvolvimento do estágio da terceira idade e da importância do olhar psicológico para tais indivíduos, tendo como objetivo fornecer dados concretos sobre o envelhecimento e como a psicoterapia influencia nesse estágio de vida aumentando assim a qualidade de vida da pessoa idosa. Diante disso, a pesquisa foi desenvolvida a partir de referências bibliográfica, a fim de apresentar também o papel desempenhado pelo psicólogo de modo a auxiliar na qualidade de vida dos indivíduos que passam por essa fase, auxiliando não somente a eles, como envolvendo também seus familiares.*

Palavras chave: Idoso. Qualidade de Vida. Psicólogo.

Introdução

Partindo do pressuposto de que, em alguns casos, muitos idosos são desamparados pela família, e que outros têm dificuldade para aceitar as mudanças que ocorrem na velhice, é importante sabermos de que maneira é possível fazer com que os idosos tenham uma melhor qualidade de vida dentro de sua comunidade.

Sendo assim, o presente trabalho tem como objetivo principal fornecer dados sobre o envelhecimento e como a psicoterapia influencia nesse estágio de vida. É necessário proporcionar a esse grande grupo pertencente a nossa sociedade, condições biopsicossociais para uma boa qualidade de vida, pesquisando então sobre o processo de envelhecimento, bem como questões sobre o que é qualidade de vida para os idosos mostrando a importância das relações sociais na terceira

¹ GUERLINGUER, Tatiane Karoline. Graduada em Bacharelado em Psicologia- IESSA. Email: tatik.guerlinguer@hotmail.com

² PEREIRA, Keila Seixas. Graduada em Bacharelado em Psicologia- IESSA. Email: keila.seixas@hotmail.com

³ RODRIGUES, Guilherme. Graduando em Bacharelado em Psicologia- IESSA. Email: guirod96@gmail.com

⁴ MADUREIRA, Letícia. Graduada em Bacharelado em Psicologia- IESSA. Email: leticia_madureira@hotmail.com

⁵ COSTA, Cristiane Aparecida. Professora do Curso de Bacharelado em Educação Física e Bacharelado em Psicologia da Faculdade Sant'Ana. Especialização em Urgência e Emergência, pelo Centro de Ensino Superior dos Campos Gerais (2015), graduação em Enfermagem pelo Centro de Ensino Superior de Campos Gerais (2010). Membro do Comitê de Ética em Pesquisa da Faculdade Sant'Ana.

idade e explorar brevemente quais são os conhecimentos necessários para a prática da psicoterapia com os idosos.

A partir das inúmeras mudanças físicas e psicológicas que o envelhecimento traz aos idosos, percebe-se que as relações sociais promovem, sem dúvidas, o bem-estar na velhice; a falta desse convívio pode causar inúmeros efeitos negativos, tanto físicos, quanto psicológicos.

Objetivos

O presente trabalho tem como objetivo geral: fornecer informações sobre o conceito de envelhecimento e como a psicoterapia influencia nesse estágio de vida.

Metodologia

O trabalho foi desenvolvido a partir de referências bibliográficas de livros e, principalmente, de artigos baseados em temas sobre a terceira idade que têm como objetivo fornecer dados concretos sobre o envelhecimento e a qualidade de vida dos idosos. A pesquisa segue com caráter exploratório, a fim de sustentar os conhecimentos relacionados ao envelhecimento e a promoção de qualidade de vida para os indivíduos que pertencem à terceira idade.

Resultados Parciais e Discussão

A partir das pesquisas levantadas pode-se ter como resultados parciais de que o envelhecimento, segundo Malagutti e Bergo (2010) pode ser entendido como consequente à passagem do tempo ou como processo cronológico pelo qual um indivíduo se torna mais velho. Durante a vida, o ser humano sofre grandes transformações, genótípicas e fenotípicas. O fenótipo do envelhecimento é representado por marcadores típicos, como perda de peso, diminuição da massa corpórea magra, cabelos grisalhos e pele enrugada.

Afirma-se ainda, para Coll (2004) que o conceito de terceira idade consiste em duas circunstâncias: a aposentadoria, o término do trabalho remunerado; outra circunstância é a existência de um sistema de pensões, segurança social e serviços sociais que tentam proteger as pessoas mais velhas, vulneráveis e carentes de apoio. Sendo assim, a terceira idade é uma realidade psicossocial recente.

Coll afirma que “o envelhecimento é visto como deterioração de um organismo maduro como resultado de transformações ligadas ao tempo, essencialmente irreversíveis e comuns a todos os membros da espécie” (COLL, 2004, p. 417). Além disso, mantêm-se e se desdobram certas funções vitais e psicológicas. O envelhecimento ocorre juntamente em vários níveis: biológico, psicológico e social.

A partir do nível psicológico, cabe ainda salientar a importância da prática de psicoterapia com idosos, Dourado, Sousa e Santos (2012) observaram que, atualmente, o uso da psicoterapia no tratamento da população idosa tem objetivos mais amplos, melhorando na qualidade de vida dos pacientes e também de seus familiares. Além disso, as intervenções psicológicas também aumentam o funcionamento social e ocupacional e a capacidade de situações estressantes.

Além do refinamento metodológico da pesquisa sobre o envelhecimento, a consolidação da Psicologia do Envelhecimento possibilitou, entre outros

ganhos, um maior diálogo entre as próprias subdisciplinas da Psicologia (como a Psicologia Cognitiva, a Psicologia da Aprendizagem, a Psicologia Social e a Psicometria) na tentativa de descrever e explicar tanto os processos de declínio quanto os de manutenção e desenvolvimento em domínios psicológicos específicos na velhice. (BATISTONI, 2009, p. 14)

Segundo Batistoni (2009), quatro contribuições de modelos e teorias sobre o envelhecimento destacam-se: adaptação, autonomia e dependência, regulação emocional e qualidade de vida.

Sobre os aspectos técnicos sobre a psicoterapia com idosos, Dourado, Sousa e Santos (2012) mostram que os principais temas abordados são: conflitos familiares, perdas ou temor de perdas do cônjuge, das capacidades físicas e mentais, da própria identidade, questões relacionadas à aposentadoria ou mudanças no nível econômico, diminuição da autoestima e aumento da dependência dos outros.

Cabe salientar ainda que os resultados apresentados demonstram a importância para um olhar diferenciado aos sujeitos presentes nesse estágio, pois mesmo estando na reta final de suas vidas, apresentam sua subjetividade que foi construída durante o percorrer de suas vidas e cabe ainda ao profissional psicólogo compreender essa fase e intervir de modo a proporcionar uma melhor qualidade de vida.

Considerações Finais

Com base nos tópicos apresentados anteriormente, é possível afirmar que o envelhecimento causa inúmeras mudanças, tanto físicas quanto psicológicas na vida do indivíduo, pois para Shephard (2003) três classificações etárias, após a meia-idade são verificadas:

- (1) Velhice: que se refere ao período imediato da aposentadoria ocorre um pouco de perda de função, mas não ocorre nenhum grande dano à homeostasia. Normalmente essa fase estende-se de 65 a 75 anos.
- (2) Velhice avançada: aqui o indivíduo percebe maiores danos das funções quando assume muitas atividades diárias, mas ainda consegue ter uma vida relativamente independente. Normalmente estende-se de 75 a 85 anos.
- (3) Velhice muito avançada: nesse estágio, cuidados institucionais ou de enfermagem são geralmente necessários. Normalmente os indivíduos têm mais de 85 anos. Ainda para Coll (2004), o conceito de terceira idade consiste em duas circunstâncias: a aposentadoria, o término do trabalho remunerado; outra circunstância é a existência de um sistema de pensões, segurança social e serviços sociais que tentam proteger as pessoas mais velhas, vulneráveis e carentes de apoio.

Alguns conseguem conviver e aceitar com certa normalidade essas transformações pertencentes à sua história de vida, outros sentem mais dificuldade, algumas vezes por falta de apoio familiar, ou até mesmo por sentir-se incapaz de realizar qualquer tarefa que requeira um bom desenvolvimento devido às suas condições físicas.

Seguindo ainda com

Com relação à qualidade de vida, foi verificado, com base em estudos anteriores, que o conceito do mesmo envolve a subjetividade do indivíduo: a qualidade pode referir-se a relações interpessoais saudáveis, equilíbrio emocional,

saúde, hábitos saudáveis, lazer, posse de bens materiais, espiritualidade, trabalho, retidão, caridade, conhecimento e ambientes favoráveis.

É de grande importância ressaltar a influência que as relações sociais implicam na vida do idoso, corroborando para um apoio emocional necessário após as dificuldades advindas do envelhecimento e, em alguns casos, perdas de familiares e amigos.

Com relação à psicoterapia com os idosos foi observado que atualmente, ela dispõe de objetivos mais amplos, melhorando não só a qualidade de vida dos idosos, mas também dos seus familiares. E ainda, a psicoterapia tem um papel importante então nesse estágio de vida, pois vem como um auxílio à adaptação do indivíduo a esta nova fase, contribuindo para que ele compreenda as mudanças que estão ocorrendo e encontre alternativas para lidar com elas, possa reconhecer a sua identidade mesmo em outra etapa da vida, conseguindo ainda solucionar conflitos e reconstruir crenças estabelecidas em momentos passados, conquistando maior autoconfiança e melhorando a sua autoestima.

Referências

COLL, César; MARCHESI, Álvaro; PALÁCIOS Jesús. **Desenvolvimento psicológico e educação – Psicologia evolutiva**. Porto Alegre. Artmed, 2004.

BATISTONI, Samila Sathler Tavares. **Contribuições da Psicologia do Envelhecimento para as práticas clínicas com idosos**. Psicologia em Pesquisa | UFJF | 3(02) | 13-22 | julho-dezembro de 2009. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psipesq/v3n2/v3n2a03.pdf>. Acesso em: 17/09/2016.

DOURADO, Marcia Cristina Nascimento; SOUSA, Maria Fernando Barroso de; SANTOS, Raquel Luiza. **Ensinando Psicoterapia com Idosos: desafios e impasses**. Revista Brasileira de Psicoterapia RBPsicoterapia Volume 14, número 1, 2012. Disponível em: <http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IsisScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=654192&indexSearch=ID>. Acesso em: 21/09/2016.

MALAGUTTI, William; BREGO, Ana Maria Amato. **Abordagem interdisciplinar do idoso**. Rio de Janeiro. Livraria e Editor Rubio, 2010.
SHEPHARD, Roy J.. **Envelhecimento, atividade física e saúde**. São Paulo. Phorte, 2003.