

A VELHICE EM UMA PERSPECTIVA BIOPSISSOCIAL: A SAÚDE MENTAL E O PROCESSO DE ENVELHECIMENTO

Fabírcia Carla Araújo de Almeida¹; Lílian Beatriz Ferreira Longo²; Sônia Louback de Campos Silveira³; Étore Gomes Mazini⁴ Andrea Alves de Oliveira⁵ Gederson Câmara Marques⁶ Márcia Helena de Carvalho⁷

¹Graduanda em Psicologia, UNIFACIG, Manhuaçu – MG, 2110244@sempre.unifacig.edu.br

²Graduanda em Psicologia, UNIFACIG, Manhuaçu – MG, lilian@sempre.unifacig.edu.br

³Graduanda em Psicologia, UNIFACIG, Manhuaçu – MG, 2110456@sempre.unifacig.edu.br

⁴Professor, UNIFACIG, Manhuaçu – MG, etore.gomes@sempre.unifacig.edu.br

⁵Professor, UNIFACIG, Manhuaçu – MG, andrea.alvesoliveira@sempre.unifacig.edu.br

⁶Professor, UNIFACIG, Manhuaçu – MG, gederson.marques@sempre.unifacig.edu.br

⁷Professor, UNIFACIG, Manhuaçu – MG, carvalhomarcia2011@sempre.unifacig.edu.br

Palavras-Chave: Saúde Mental; Velhice; Qualidade de Vida.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é uma realidade mundial. As projeções apontam para o fato de que em 2025 o Brasil será a sexta população idosa no mundo. Todavia, “em todos os países, o envelhecimento da população deriva dos mesmos fatores: a queda da mortalidade infantil (que contribui fortemente para o aumento da expectativa de vida ao nascer) e a queda da natalidade” (CARDOSO; DIETRICH; SOUZA, 2021, p.28).

Observa-se também, que “tanto a queda na taxa de natalidade quanto o aumento na expectativa de sobrevivência têm como consequência o aumento na proporção de idosos na população”, implicando em “distintas políticas públicas” (CARDOSO; DIETRICH; SOUZA, 2021p.31), uma vez que, a estimativa é de que a população de idosos triplique nas próximas décadas. Essas implicações já vinham sendo discutidas, remetendo à necessidade de um atendimento adequado a essa população, visto que os modelos de saúde dos idosos desafiam os modelos tradicionais de cuidado existentes (KALACHE, 2014).

É neste contexto, que o envelhecimento populacional traz desafios para o campo da saúde pública, evidenciando a necessidade de compreensão das variáveis que afetam a saúde dos idosos em todos os seus sentidos, pois sabe-se que a expectativa de vida não depende apenas das condições biológica e genéticas dos seres humanos, mas sim de um processo influenciado por diversos fatores, como gênero, classe social, cultura, padrões de saúde individuais e coletivos da sociedade (KALACHE, 2014). Não se pode negar, entretanto, que “o envelhecimento impacta a sociedade integralmente, visto que os idosos podem ser acometidos de doenças físicas como mentais, levando-os a maior dependência, incapacidade e consequentes cuidados de sua família e/ou pessoas que os cercam (FILLIPIN; CASTRO, 2021, p.784).

METODOLOGIA

O seguinte estudo trata-se de uma revisão bibliográfica com o objetivo de obter informações para aprofundar os conhecimentos no tema escolhido. Para a presente revisão foi utilizado as seguintes



etapas para a formulação da pesquisa; seleção de artigos e estabelecimento de critérios para sua inclusão e exclusão; avaliação dos artigos; interpretação e exposição da revisão bibliográfica.

A busca dos artigos ocorreu no segundo semestre de 2022, no período de 17 a 31 de outubro de 2022, empregando as seguintes palavras-chave: “Saúde Mental; Velhice; Qualidade de Vida”. As bases de dados utilizadas foram o Scientific Eletronic Library Online-Scielo, a Biblioteca Virtual da Saúde – BVS e no Google Scholar.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Para Fillipin e Castro (2021, p.431), “a velhice saudável e bem-sucedida pode ser entendida como um idoso com autonomia, ativo, lúcido, social, independente e sem agravos a sua saúde física e mental”, onde o “conceito de saúde se traduz mais pela sua condição de autonomia e independência que pela presença ou ausência de doença orgânica (BRASIL, 2006).

Para Silva *et al* (2018), são muitos os fatores que afetam a saúde e mental e a qualidade de vida dos idosos, citando a baixa escolaridade, a dependência financeira, o pouco apoio no círculo familiar, além do fato de morarem sozinhos, ressaltando a necessidade da atenção básica que é considerada precária em relação ao idoso.

Dessa maneira é preciso repensar as modelos atenção à saúde dos idosos e repensar também o sentido da prevenção, pois o envelhecimento ativo se configura em um processo de otimizar as oportunidades de quatro coisas importantes: saúde, educação continuada, proteção, segurança e participação (KALACHE, 2014), sendo essencial destacar que um aspecto que “compromete a “velhice saudável” e o consequente bem-estar dos velhos é o convívio social” pois “esse parece ser a base do ser humano, pertencer a grupos, seja a família primária, escola, trabalho e amizades (FILLIPIN; CASTRO, 2021, p.78431), evidenciando um olhar especial para estes aspectos, visto a preocupação de Machado *et.al* (2020), que alertam para a prevalência de violência doméstica contra idosos.

Tem-se ainda, as questões que envolvem a saúde mental. Pereira *et.al* (2017), destacam que as doenças como depressão e ansiedade tem avançado na população idosa, e estão diretamente associadas a baixa qualidade de vida, falta de autonomia e recursos financeiros, entre outros. Para os autores, a saúde pública, muitas vezes, não está preparada para lidar com os aspectos psicológico da terceira idade, muito menos orientar os familiares e cuidadores do idosos sobre a saúde mental. Todavia, a depressão nos idosos tem sido pesquisada já há algum tempo. Para Andrade *et.al* (2010),

[...] a depressão se destacou entre os diagnósticos médicos identificados e corresponde a um problema comum e preocupante entre os idosos, podendo passar despercebida pelo mesmo e por seus familiares ou até mesmo precipitar o óbito dessa população. Além de que, pode ser acompanhada por outros sintomas, como a falta de sono e de apetite, entre outros (ANDRADE *et.al*, 2010, p.130).

E para Leandro-França e Murta (2014, p.321) em relação à saúde mental da pessoa idosa, “a aquisição de um envelhecimento ativo encontra desafios, principalmente em função de riscos como, por exemplo, o sofrimento psíquico causado pela depressão”. Corroborando com a temática, os estudos de Gato *et.al* (2018, p.303), apontam que existe percepção de melhor qualidade de vida do idoso “à idade, estado civil, autopercepção de ‘estar saudável’ e ausência de depressão e que “apoio familiar ao idoso engloba a manutenção e integridade da saúde física e psicológica”.



Para os autores, estes cuidados englobam “socialização, [...] autoestima, sentimento de pertencimento e auxílio no enfrentamento de adversidades e na recuperação da saúde. Somado a estes fatores, tem-se os achados de Fillipin e Castro (2021) destacando,

[...] o processo de envelhecimento é único, permeado por medos, angústias, perdas e declínios, mas será vivenciado melhor ou pior de acordo com a forma que as pessoas vivem a velhice e se preparam para esse envelhecimento, por isso, a saúde mental é entendida como um pilar importante nesse processo, pois a saúde física e mental se retroalimenta, e o adoecimento de uma pode impactar na outra e vice e versa (FILLIPIN; CASTRO, 2021, p.78433).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Desse modo, entender o envelhecimento humano se torna importante para compreender a saúde mental, pois a qualidade de vida na velhice diz respeito à “capacidade de transcender limitações e adversidades, estar bem consigo, adaptar-se às mudanças do envelhecimento e à capacidade de interação social”, uma vez que, para os autores, quando o idosos tem percepção de uma melhor qualidade de vida, “percebe que as mudanças do envelhecimento podem ser vivenciadas/superadas de forma positiva (GATO *et.al* 2018, p.304).

Diante disso, Andrade *et.al* (2010, p; 130), afirmam a importância que deve ser dada à saúde do idoso. Para os autores, o assunto “demanda reflexões quanto à atenção à saúde destes usuários, com destaque para a atenção primária, oferecida e administrada pelos gestores municipais”. Dessa forma, uma maneira de repensar esses cuidados, é viabilizar na rede de atenção aos idosos, seja na rede pública ou na privada, a prevenção e o retardamento de doenças e fragilidades e a manutenção da independência e autonomia que precisam ser ampliadas, baseando-se na identificação precoce, assistindo essa população de idosos de maneira biopsicossocial (KALACHE, 2014).