



## **OS ASPECTOS DO ENVELHECIMENTO E SEU IMPACTO À SAÚDE MENTAL DOS IDOSOS**

BRUNA CAROLINA DA TRINDADE MONTEIRO DA SILVA; KAROLAINÉ DE OLIVEIRA BARRA; TAYNARA GONÇALVES DE ARAÚJO; INGRID GALVÃO DIAS; RENATA ARIELLE BRITO DE VASCONCELOS

### **RESUMO**

O processo de envelhecimento ocorre há todos os seres humanos desde a sua concepção e requer que haja a compreensão e pesquisas dentro dos aspectos biológicos, sociais e políticos envolvidos. Compreender que o processo do envelhecimento quando não ocorre de maneira fisiológica e adaptativa pode trazer impactos na saúde mental principalmente dos idosos. Diante desse cenário, abordar a percepção do idoso no processo de envelhecimento bem como as possíveis implicações para a saúde mental deste grupo acarretará benefícios para a criação de estratégias que minimizem os danos. Trata-se de uma revisão bibliográfica realizada nos bancos de dados Scielo e BVS com o critério de seleção: textos completos gratuitos, no idioma português, sob o recorte temporal do ano de 2021, sob a temática do envelhecimento e a saúde mental do idoso. As mudanças vividas com o envelhecimento pedem a implementação de políticas públicas já criadas, garantindo direitos que poderão vir através de ações integradas de instituições que ofereçam diferentes atividades de prevenção e promoção da saúde física e mental na velhice. Para que os agravos mais comuns inerentes aos idosos possam ser entendidos e reconhecidos previamente. Ademais, elevar o entendimento desse idoso sobre o seu processo de envelhecimento seria como um preservador para tais impactos como a dificuldade de lidar com suas limitações em decorrência da senilidade. Sobre os impactos relacionados à saúde mental do idoso encontrados na pesquisa estão a falta de acompanhamento familiar, a dificuldade em lidar com a ociosidade e depressão, além do suicídio e os cuidados básicos no âmbito da saúde, influenciando diretamente na qualidade de vida dessas pessoas.

**Palavras-chave:** Saúde do idoso; Envelhecer; Saúde pública.

### **1 INTRODUÇÃO**

As questões físicas, psicológicas e sociais são relativas ao processo de envelhecimento que atingiu considerável visibilidade nos últimos anos. O aumento da população com mais de 60 anos teve uma estimativa de crescimento para os próximos 30 anos referente ao total de 29,3% no quantitativo de idosos (IBGE, 2020).

Segundo Lebrão (2007), o fenômeno do envelhecimento alcançará em 2050 o número de dois milhões de pessoas no mundo. Dessa maneira, será a primeira vez na história que haverá mais pessoas maiores de 60 anos que menores de 15 (IBGE 2020),

O entendimento do processo saúde/doença se estende às diferentes faixas-etárias do ciclo evolutivo, entre as quais destacamos aquela que compreende os indivíduos idosos. O envelhecimento passa a ser investigado a partir de diferentes perspectivas e não mais é desprezada a influência dos fatores físicos, sociais, econômicos e psicológicos, como

constitutivos das ideias acerca de bem-estar e qualidade de vida. (AMARAL et al., 2018).

Nesse sentido, as mudanças tornam os idosos mais vulneráveis e suscetíveis a determinados agravos em saúde, bem como o surgimento de doenças. Diante disso, essas perdas provocam sentimentos como: ansiedade, medo, tristeza, irritação e a necessidade de adaptação a um novo estilo de vida.

É sabido que os problemas que afetam a saúde mental apresentam um quadro variado e heterogêneo em relação a sua gravidade e sua duração. Enquanto uns são brandos outros trazem graves prejuízos, psicossociais e econômicos ao idoso e seus familiares. Alguns deles duram poucas semanas ao passo que outros se apresentam durante todo o ciclo da vida, desse modo existem diversas particularidades de acordo com recursos de enfrentamento do sujeito e suas condições concretas de vida, tal qual como esse idoso compreende o seu processo de envelhecimento.

Em meio aos transtornos mentais que têm alta prevalência entre as pessoas idosas, destacam-se a ansiedade, a doença de Alzheimer, os transtornos psicóticos e a depressão.

Os serviços de saúde mental, que desempenham um papel crucial no envelhecimento ativo, deveriam ser uma parte integral na assistência a longo prazo. Deve-se dar uma atenção especial aos subdiagnósticos de doença mental (especialmente depressão) e às taxas de suicídio entre os idosos (OMS, 2001).

Diante desse cenário, abordar a percepção do idoso no processo de envelhecimento bem como as possíveis implicações para a saúde mental deste grupo acarretará benefícios para a criação de estratégias que minimizem os danos.

## **2 MATERIAIS E MÉTODOS**

Trata-se de uma revisão bibliográfica realizada nos bancos de dados Scielo e BVS com o critério de seleção: textos completos gratuitos, no idioma português, sob o recorte temporal do ano de 2021, dentro da temática do envelhecimento e da saúde mental.

## **3 RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Há vários aspectos que coadjuva para experiência de uma velhice melhor, entre eles está a habilidade de compreensão pelo próprio idoso sobre o processo da senescência de forma positiva. É através desta percepção que o idoso de maneira equilibrada consegue continuar interagindo com as pessoas ao seu redor, incluindo a família. (ZANESCO et al., 2018)

Diversos fatores podem influenciar na saúde mental e na qualidade de vida do idoso, tais como: baixa escolaridade, dependência financeira, pouco apoio no círculo familiar ou até mesmo morar sozinho. São fatores que devem preocupar os gestores de saúde pública, tendo em vista que a atenção básica é precária quando se trata do auxílio ao idoso. (SILVA et al., 2018).

Os quadros depressivos geriátricos têm características clínicas peculiares, o que torna o subdiagnóstico comum. A demência, por sua vez, apresenta frequências, em diversas regiões do mundo, tendo prevalência crescente com o avanço da idade. Caracteriza-se por declínio cognitivo, a progressiva dependência e incapacidade, até a necessidade indispensável de cuidadores ou de institucionalização também são transtornos mentais relevantes na terceira idade.

Os autores supracitados discorrem sobre as diversas formas de problemas que afetam a saúde mental do idoso. Entre os quadros com maior impacto para a saúde mental estão os casos de suicídios, conforme aponta. (Marques, et al., 2020)

Para Sousa e Almeida et al (2019) o fato de os idosos serem um grupo com uma maior propensão ao desenvolvimento de doenças como a depressão que geralmente está

associada a sofrimentos também físicos. Dessa forma considerar a vulnerabilidade da pessoa idosa a exposição de doenças, sentimentos negativos, baixa autoestima e fragilidade do corpo sendo fatores agravantes de doenças de bases já existentes. Além de situações como referidas por Sousa e Almeida et.al (2019) onde relata que a ociosidade devido a não ser mais ativo no mercado de trabalho por ser aposentado, o isolamento social, solidão pelo distanciamento ou pelo pouco contato com a família também corroboram para as motivações do suicídio em idosos.

Logo, no que se refere aos transtornos mentais bem como as doenças psicológicas associados com o suicídio a depressão tem o maior fator de impacto segundo afirma (CLEMENTE et al., 2011)

Portanto, segundo afirmam os autores a depressão associadas a outros fatores de risco ou doenças de base aumentam o fenômeno que vem sendo o suicídio entre os idosos.

Neste sentido, é necessário refletir também sobre a necessidade de investir na ampliação dos serviços oferecidos nos centros de convivência e assistência integrada para idosos a fim de fortalecer suas possibilidades de intervenção no cuidado à saúde, garantindo assim, um envelhecimento ativo e satisfatório. Para que estas atividades sejam bem conduzidas, é importante considerar a competência profissional, fundamental para atender as necessidades da população atendida, bem como oferecer serviços efetivos de extensão a comunidade e realizar pesquisas, que possibilitem o desenvolvimento da área da Psicologia do Envelhecimento e outras profissões com interesses voltados à Gerontologia. (Freire e Resende, 2008)

Os estudos sobre intervenções preventivas e de promoção à saúde mental em adultos mais velhos são escassos na literatura em comparação com outras faixas etárias como, por exemplo, a assistência direcionada a crianças e jovens. Isso mostra que os idosos são alvos menos frequentes de programas de prevenção à doença e promoção à saúde (Richard, Gauvin, Ducharme, et al., 2012).

#### **4 CONCLUSÃO**

A saúde mental e os aspectos do envelhecimento da população idosa são uma realidade diante disso, o envelhecimento deve ser uma questão prioritária que mobilize a sociedade, uma vez que as demandas e exigências geradas por essa nova condição populacional trazem consigo enormes desafios e implicações sociais já conhecidas no cotidiano das sociedades. As mudanças vividas com o envelhecimento pedem a implementação das políticas públicas já criadas, garantindo direitos, que poderão vir através de ações integradas de instituições que ofereçam diferentes atividades de prevenção e promoção da saúde física e mental na velhice, para que os agravos mais comuns inerentes aos idosos possam ser entendidos e reconhecidos previamente. Ademais, elevar o entendimento desse idoso sobre o seu processo de envelhecimento seria como um preservador para tais impactos como a dificuldade de lidar com suas limitações em decorrência da senilidade.

A maioria dos estudos apresentou uma associação da saúde mental do idoso relacionada à falta de acompanhamento familiar e aos cuidados básicos no âmbito da saúde, influenciando diretamente na qualidade de vida dessas pessoas. Como limitações da pesquisa está a falta de acervo científico que aborde a temática proposta; envelhecimento e seu aspecto na saúde mental do idoso. Como proposta ressalta-se a necessidade da discussão do envelhecimento assim como dos aspectos que circundam todo esse processo.

#### **REFERÊNCIAS**

AMARAL, Thatiana Lameira Maciel. et al. Multimorbidade, depressão e qualidade de vida

em idosos atendidos pela Estratégia de Saúde da Família em Senador Guiomard, Acre, Brasil. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 23, n. 9, p. 3077-3084, 2018.

BRASIL. Ministério da Saúde. Agência Saúde. **Ministério recomenda: é preciso envelhecer com saúde**. Brasília-DF, Ministério da Saúde/Agência Saúde Folha informativa, 2016.

BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. **Envelhecimento e saúde da pessoa idosa** / Ministério da Saúde, Secretaria de Atenção à Saúde, Departamento de Atenção Básica. Brasília: Ministério da Saúde, 2010. 192 p. il. (Série A. Normas e Manuais Técnicos) (Cadernos de Atenção Básica, n. 19)

ZANESCO, Camila et al. Fatores que determinam a percepção negativa da saúde dos idosos brasileiros. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 21, p. 283-292, 2018.

FREIRE, Sueli Aparecida; RESENDE, Marineia Crosara de. Estudos e intervenções para a promoção da velhice satisfatória. **Psicologia para América Latina**, n. 14, p. 0-0, 2008.

RICHARD, Lucie et al. Integrando a abordagem ecológica na prevenção de doenças e programas de promoção da saúde para idosos: um exercício para navegar contra os ventos contrários. **Journal of Applied Gerontology**, v. 31, n. 1, pág. 101-125, 2012.

PAZ, Leonardo Petrus da Silva et al. Fatores associados a quedas em idosos com catarata.

**Ciênc. saúde coletiva**. Rio de Janeiro, v. 23, n. 8, p. 2503-2514, ago. 2018. Marques, Vanessa de Sá Nobre Formiga, et al. "SUICÍDIO EM IDOSOS

BRASILEIROS: RETRATO DE UMA REALIDADE/SUICÍDIO EM IDOSOS

BRASILEIROS: RETRATO DE UMA REALIDADE." *Revista Brasileira Multidisciplinar [ReBram]*, vol. 23, não. 3, dezembro de 2020, pág. 190+. Gale OneFile: Informe Acadêmico.

Clemente, Adauto Silva, Loyola Filho, Antônio Ignácio e Firmo, Josélia Oliveira Araújo Concepções sobre transtornos mentais e seu tratamento entre idosos atendidos em um serviço público de saúde mental. *Cadernos de Saúde Pública* [online]. 2011, v. 27, n. 3 [acessado 20 outubro 2022], pp. 555-564.

DE CARVALHO SOUSA, Renata Maria Assunção et al. O processo de envelhecimento e sua relação com o suicídio na pessoa idosa: uma revisão bibliográfica. In: **Congresso Brasileiro de Assistentes Sociais 2019**. 2019.