



RESILIENCIA Y APOYO SOCIAL EN ANCIANOS: UNA APRECIACIÓN BIBLIOGRÁFICA DEL TEMA

RESILIÊNCIA E APOIO SOCIAL EM IDOSOS: UMA ANÁLISE BIBLIOGRÁFICA DO TEMA.

Luiza Carla de Medeiros Góis; Rodrigo da Silva Maia; Lúcia Maria de Oliveira Santos; Thaiani Godoy Gomes; Ádala Nayana de Sousa Mata; Camomila Lira Ferreira; Eulália Maria Chaves Maia.

Universidade Federal do Rio Grande do Norte. Brasil

luiza_carllinha@yahoo.com.br

Resiliencia, Apoyo Social, Protección

Resiliência, Apoio Social, Proteção

RESUMEN:

Objetivos: El aumento poblacional de ancianos es un fenómeno que trae consecuencias sociales, económicas y políticas. Para enfrentar esas modificaciones, factores de protección son necesarios, como la resiliencia y el apoyo social. En ese sentido, la presente investigación se propone a realizar un levantamiento bibliográfico con el objetivo de vislumbrar la producción científica reciente envolviendo esos conceptos.

Metodología: Para eso, fue realizada una pesquisa en la base de datos *Medline* y en la plataforma *ISI Web of Knowledge*, buscando los artículos publicados entre los años de 2004 y 2008, al utilizar, asociadamente, los descriptores "resiliencia", "apoyo social" y "ancianos".

Resultados: En el banco de datos *Medline* fueron encontrados seis textos que atienden a los criterios de inclusión de la investigación y en la plataforma *ISI Web of Knowledge* fue posible tener acceso a once artículos. Fueran pocos los textos encontrados que abarcaban realmente la tema, ya que, en un total de trece diferentes artículos, sólo tres estaban disponibles por completo.

Conclusiones: Se percebe que la literatura trae el apoyo social como un importante factor para la promoción da resiliencia en ancianos, así como puede proporcionar un envejecimiento activo. Sin embargo, esa relación aún necesita ser mejor discutida por la literatura nacional e internacional.

RESILIENCIA Y APOYO SOCIAL EN ANCIANOS: UNA APRECIACIÓN BIBLIOGRÁFICA DEL TEMA

RESUMO:

Objetivos: O aumento do número de idosos no mundo é um fenômeno que traz conseqüências sociais, econômicas e políticas. Para enfrentar essas modificações, fatores de proteção são necessários, como a resiliência e o apoio social. Nesse sentido, a presente investigação se propõe a realizar um levantamento bibliográfico com o objetivo de vislumbrar a produção científica recente envolvendo esses conceitos.

Método: Para isso, foi realizada uma pesquisa na base de dados *Medline* e na plataforma *Isi Web of Knowledge*, buscando os artigos publicados entre os anos de 2004 a 2008, ao utilizar, associadamente, os descritores "resiliência", "apoio social" e "idosos".

Resultados: No banco de dados *Medline* foram encontrados seis textos que atendem aos critérios de inclusão da investigação e na plataforma *Isi Web of Knowledge* foi possível ter acesso a onze artigos. Foram poucos os textos encontrados que abarcavam realmente o tema, já que, em um total de treze diferentes artigos, apenas três estavam disponíveis por completo.

Conclusões: Percebe-se que a literatura entende o apoio social como fator-chave para a promoção da resiliência em idosos, assim como pode proporcionar um envelhecimento ativo. No entanto, essa relação ainda necessita ser melhor discutida pela literatura nacional e internacional.

INTRODUÇÃO:

O envelhecimento populacional é um fenômeno mundial. Uma série de fatores conjugados, entre os quais o melhor controle das doenças transmissíveis, a contenção de afecções crônicas, o surgimento de novas drogas, a melhora das condições sanitárias e a redução da fertilidade, têm favorecido o aumento da expectativa de vida das populações⁽¹⁾.

Esse aumento na população de idosos tem criado inúmeros problemas sociais, políticos e econômicos, já que significam maiores custos e gastos médico-sociais, maiores necessidades de suporte familiar e comunitário, sendo ainda maior a probabilidade de cuidados de longa duração devido à maior prevalência de doenças crônico-degenerativas, ressaltando-se que velhos não se reduzem à assistência médica, mas abarcam também medidas de amparo social e econômico⁽¹⁾.

Tem-se constatado que as pessoas envelhecidas, mesmo as que têm boa saúde, debilitam-se paulatinamente devido às alterações fisiológicas que acontecem com o avanço da idade e limitam as funções do organismo, tornando-as cada vez mais predispostas à dependência para realização do auto-cuidado, à perda da autonomia e qualidade de vida⁽²⁾.

Tendo em vista essas considerações acima, é de suma importância entender, estudar e pesquisar sobre as condições de vida na velhice, para então, saber como proceder para promover melhora na qualidade de vida dos idosos. Dentre os aspectos que devem ser analisados, tem-se a resiliência e o apoio social nos idosos, sendo estes os enfoques desse artigo.

Em todo desenvolvimento humano, há perdas e ganhos, entretanto, na velhice tem-se maiores perdas do que ganhos pelo próprio decurso natural da vida. Têm-se ainda na velhice muitas mudanças, em todos os âmbitos da vida; tais como aposentadoria, aparecimento de doenças crônicas e oscilações da auto-estima. Assim, assiste-se ao aumento da presença de fatores de risco nessa fase da vida. Fatores de risco são eventos adversos, individuais ou ambientais na vida que aumentam a predisposição individual do indivíduo para resultados negativos. Para superar esses riscos, o idoso pode fazer uso de fatores de proteção, provenientes das inter-relações entre fatores individuais, familiares e de apoio social externo que promovem a resiliência.⁽³⁾

Resiliência é um termo oriundo da Física. Trata-se da capacidade dos materiais de resistirem aos choques. As ciências humanas trouxeram o termo para o seu âmbito, e, quando se refere à resiliência, pode-se traduzir como

"a capacidade de um ser humano (indivíduo, família ou mesmo uma comunidade) de construir uma trajetória de vida positiva/saudável, apesar de viver em um contexto adverso. Trata-se de um fenômeno complexo e dinâmico que se constrói de forma gradativa, a partir das interações vivenciadas pelo ser humano e seu ambiente, as quais podem promover a capacidade de enfrentar com sucesso situações que representam ameaça ao seu bem-estar"⁽⁴⁾.

Pensando no bem-estar do indivíduo, devemos perceber que o apoio social se configura

RESILIENCIA Y APOYO SOCIAL EN ANCIANOS: UNA APRECIACIÓN BIBLIOGRÁFICA DEL TEMA

como fator importante para alcançar tal objetivo. O apoio social pode ser definido como "*aqueles aspectos das relações sociais que se pensa ter um efeito benéfico para a saúde física e mental*" (Arrossi apud Pietrukowicz⁽⁵⁾), percebendo-se que as relações sociais são importantes para a manutenção e promoção de saúde. Sabe-se que pessoas mais velhas têm significativa redução do efeito do estresse quando possuem redes de apoio social. Nos idosos se espera compreender o apoio social como fator de proteção que propicia sensação de que são amados, de que estão seguros para lidar com problemas de saúde que geralmente aparecem e também terem auto-estima em níveis considerados normais.

Tendo em vista os efeitos positivos do apoio social (família e amigos) nas pessoas em geral e especificamente nos idosos e concebendo a idéia de que "*a rede de apoio social e a coesão familiar, juntamente com as características individuais constituem a resiliência*"⁽⁶⁾ é não só coerente como também, fundamental que haja pesquisas correlacionando apoio social à resiliência.

Deste modo, é necessário entender que o suporte social é um dos fatores protetivos e adaptativos que podem promover resiliência, a qual, por sua vez, é responsável pela produção de uma velhice bem sucedida, já que ela propicia um desenvolvimento saudável mesmo em condições desfavoráveis, muito comuns no processo de envelhecimento.

MÉTODO:

Em busca de uma maior compreensão sobre o tema, o método utilizado na pesquisa foi uma pesquisa de dados feita através da BVS - Biblioteca Virtual em Saúde, sendo o *Medline* o banco de dados utilizado. Além dele, a plataforma do *ISI Web of Knowledge* também foi fonte de pesquisa para a construção da revisão bibliográfica.

O estudo foi feito no decorrer do mês de janeiro de 2009, buscando-se todos os artigos que tinham como temática "resiliência e apoio social em idosos" dos últimos cinco anos, ou seja, entre os anos de 2004 e 2008, sendo utilizados os descritores "resiliência" e "apoio social", e "resilience" e "social support". Foram encontrados textos somente em inglês e a seleção foi feita a partir da leitura dos resumos.

RESULTADOS:

Ao se colocar os descritores "resilience" e "social support" na plataforma do *ISI Web of Knowledge* encontra-se 540 artigos. Não foi possível encontrar artigos com os descritores em português nesse banco de dados.

No *Medline*, aparecem 202 artigos quando colocados os descritores em inglês, porém quando os descritores são escritos em português só há 15 artigos. Apesar de encontrados pelo descritor português, todos os artigos estão em inglês.

Vale ressaltar que nesse primeiro levantamento o intervalo de anos não se configura entre 2004 a 2008, e os artigos se referem às variadas etapas do desenvolvimento - infância,

RESILIENCIA Y APOYO SOCIAL EN ANCIANOS: UNA APRECIACIÓN BIBLIOGRÁFICA DEL TEMA

adolescência, adulto, velhice.

Ao passo que se segue na pesquisa, restringiu-se aos artigos publicados nos últimos cinco anos e exclusivamente os que tratam de idosos. Esse refinamento foi feito através da leitura das palavras chaves e do resumo.

Na base de dados *Medline* foram encontrados 06 (seis) textos, os quais continham a abordagem desejada para a revisão bibliográfica. A base de dados *ISI Web of Knowledge* obtinha 11 (onze) artigos os quais atendiam ao perfil da pesquisa. Alguns dos textos encontrados constavam em ambos os bancos de dados.

Assim, no total, foram encontrados 13 (treze) textos que se dispunham a tratar do tema. Todos em língua inglesa e apenas 03 (três) disponíveis na íntegra.

DISCUSSÃO:

Os resultados obtidos nesta pesquisa, nos referidos bancos de dados (*Medline* e *ISI Web of Knowledge*) nos anos de 2004 a 2008, foram poucos, mostrando que há necessidade de maiores pesquisas e publicações referentes ao assunto, em especial, quando se associa os descritores resiliência e apoio social em idosos. Quando separados, é possível encontrar um volume maior de publicações, entretanto, muito aquém à importância do assunto.

Nesta pesquisa, não foram encontradas publicações nacionais. A ausência de artigos nacionais pode ser justificada pela questão da transição demográfica. Sabe-se que os países desenvolvidos já passaram pelo envelhecimento da população há algum tempo, enquanto os países em desenvolvimento estão em processo de envelhecimento, assim, os holofotes começam a se voltar para os idosos há bem menos tempo em países como o Brasil. Todavia, já deveria haver um avanço no número de publicações nacionais sobre o tema nos bancos de dados internacionais e de alta qualidade aqui pesquisados.

No artigo de Walter-Ginzburg, Shmotkin, Blumstein e Shorek⁽⁷⁾, foram avaliados os fatores de risco para a mortalidade de idosos israelenses entre 75 e 94 anos. Essa pesquisa mostra diferenças entre homens e mulheres, mas para ambos o apoio social serve para diminuir o risco de mortalidade. Porém, no artigo, afirma-se que, para os homens, a manutenção de laços emocionais é ainda mais importante do que para as mulheres.

A importância do suporte social é vista também no texto de Adams, Sanders e Auth⁽⁸⁾, o qual coloca que a solidão é um fator de risco para a saúde mental das pessoas, em especial idosas, podendo ocasionar sérias doenças como a depressão. Em concordância, o resumo de Gallo, Ghaed e Bracken⁽⁹⁾ afirma que emoções negativas, tais como hostilidade, contribuem para o aparecimento de doenças coronárias. E ainda as emoções positivas são fortes promotoras de resiliência.

Um trabalho que faz a associação direta de resiliência e apoio social é o artigo escrito por Hildon, Smith e Netuveli⁽¹⁰⁾. Nessa pesquisa quali-quantitativa, com idosos de 70 a 80 anos, pode-se perceber que fatores psicossociais estão relacionados com alta resiliência. O objetivo desse artigo foi

RESILIENCIA Y APOYO SOCIAL EN ANCIANOS: UNA APRECIACIÓN BIBLIOGRÁFICA DEL TEMA

examinar a relação entre resiliência e adversidade para entender como isso se mantém na vida de um idoso considerando o contexto social. Os autores afirmam que habilidades individuais somadas a suporte social são os fatores necessários para propiciar a resiliência e a estabilidade, já que o apoio social pode reduzir significativamente os efeitos das adversidades.

Outro fator interessante quando se pensa em apoio social, além de familiares e amigos, apoio do Estado, do serviço público é também um tipo de apoio social. Poindexter e Shippy⁽¹¹⁾ vem tratar de idosos que apresentam HIV, seu nível de resiliência e aborda o preconceito que a sociedade trata essas pessoas e como o serviço de saúde procura promover cuidados físicos e psicológicos para ela.

Guimaraes⁽¹²⁾ traz a perspectiva mais biológica, mostrando que a fase de desenvolvimento da velhice apresenta declínio de algumas funções biológicas. Em conseguinte, Ott, Lueger, Kelber e Prigerson⁽¹³⁾ trazem uma pesquisa com 141 idosos, os quais se dividem, segundo a pesquisa, em três grupos: comuns, resilientes e sofrimento crônico, mostrando que existem diversos níveis de perdas e formas de lidar com essas perdas.

O envelhecimento é inerente ao ser humano, entretanto não é sinônimo de sofrimento. Em Reichstadt, Depp, Palinkas, Folsom e Jeste⁽¹⁴⁾, tem-se a descrição de uma pesquisa que, enfatizar o psicossocial do indivíduo contando com apoio social e esquecendo-se mais de perdas biológicas, é a chave de uma velhice bem sucedida.

CONCLUSÃO:

Com o aumento populacional de idosos, é necessário haver políticas públicas para atender essa demanda, compreendendo esse idoso como um ser biopsicossocial e que necessita de cuidados específicos, já que a velhice por si só, enquanto fase de desenvolvimento apresenta situações de risco particulares.

Para obter uma velhice bem sucedida, é imprescindível ser um indivíduo resiliente. E como foi explanado, para ser um sujeito resiliente é fundamental que haja apoio social.

A presença de familiares e amigos na condição de parceiros sociais significativos, emocionalmente ligados, parece ser um importante fator na manutenção da saúde mental. A escassez de apoio social seria, por sua vez, um possível fator de risco para a saúde do indivíduo. Entretanto, cabe a ressalva de que as relações interpessoais, embora muitas vezes auxiliem as pessoas, podem em alguns casos ter um impacto negativo, implicando conflitos e dificuldades familiares.

"Os efeitos positivos do suporte social estão associados com a utilidade de diferentes tipos de suporte oferecidos pela família (emocional ou funcional). Especificamente diante da presença de suportes sociais é esperado que pessoas idosas sintam-se amadas, seguras para lidar com problemas de saúde e apresentem alta auto-estima."⁽¹⁵⁾

Assim, nessa revisão, foi possível perceber que a literatura, apesar de insuficiente em números, entende a resiliência como fator essencial para uma velhice bem sucedida e o apoio social

RESILIENCIA Y APOYO SOCIAL EN ANCIANOS: UNA APRECIACIÓN BIBLIOGRÁFICA DEL TEMA

como fundamental para a promoção da resiliência.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

1. Gomes FAA, Ferreira PCA. Manual de geriatria e gerontologia. Rio de Janeiro, EBM, 1985. 361p.
2. Blaylock A, Casaon CL. Discharge planning predicting patients needs. J. Gerontol. Nurs., v.18, n.7, p.5-10,1992.
3. Silva MRS. A construção de uma trajetória resiliente durante as primeiras etapas do desenvolvimento da criança: o papel da sensibilidade materna e do suporte social [tese]. Florianópolis (SC): Pós Graduação em Enfermagem/ UFSC; 2003.
4. Papalia DE, Olds SW, Feldman RD. Desenvolvimento humano. Porto Alegre: Artmed; 2006.
5. Pietrukowicz MCLC. Apoio social e religião: uma forma de enfrentamento dos problemas de saúde. [Mestrado] Fundação Oswaldo Cruz, Escola Nacional de Saúde Pública; 2001. 117 p.
6. Hardy SE, Concato J, Gill TM. Resilience of community-dwelling older persons. Journal of the American Geriatrics Society 2004; 52(2):257-262.
7. Walter-Ginzburg A, Shmotkin D, Blumstein T, Shorek A. A gender-based dynamic multidimensional longitudinal analysis of resilience and mortality in the old-old in Israel: the cross-sectional and longitudinal aging study (CALAS), Social Science & Medicine 2005; 60:1705-1715.
8. Adams KB, Sanders S, Auth EA. Loneliness and depression in independent living retirement communities: risk and resilience factors, Aging & Mental Health 2004; 8:475-485.
9. Gallo LC, Ghaed SG, Bracken WS. Emotions and cognitions in coronary heart disease: Risk, resilience, and social context, Cognitive Therapy and Research 2004; 28:669-694.
10. Hildon Z, Smith G, Netuveli G, Blane D. Understanding adversity and resilience at older ages. Sociol Health Ill 2008; 30:726-740.
11. Poindexter C, Shippy, RA. Networks of older New Yorkers with HIV: Fragility, Resilience and Transformation. Aids Patient Care and STDS 2008; 22(9):723-733.
12. Guimaraes RM. Health capital, life course and ageing. Gerontology 2007; 53:96-101.
13. Ott CH, Lueger RJ, Kelber ST, Prigerson HG. Spousal bereavement in older adults - Common, resilient, and chronic grief with defining characteristics. Journal of Nervous and Mental Disease 2007; 195:332-341.
14. Reichstadt J, Depp CA, Palinkas LA, Folsom DP, Jeste DV. Building blocks of successful aging: a focus group study of older adults' perceived contributors to successful aging. American Journal of Geriatric Psychiatry 2007; 15:194-201.
15. Da Rosa LHT. Estudo dos fatores associados ao envelhecimento bem-sucedido de idosos da comunidade de Barra Funda - RS, Brasil - 2007 [Tese].