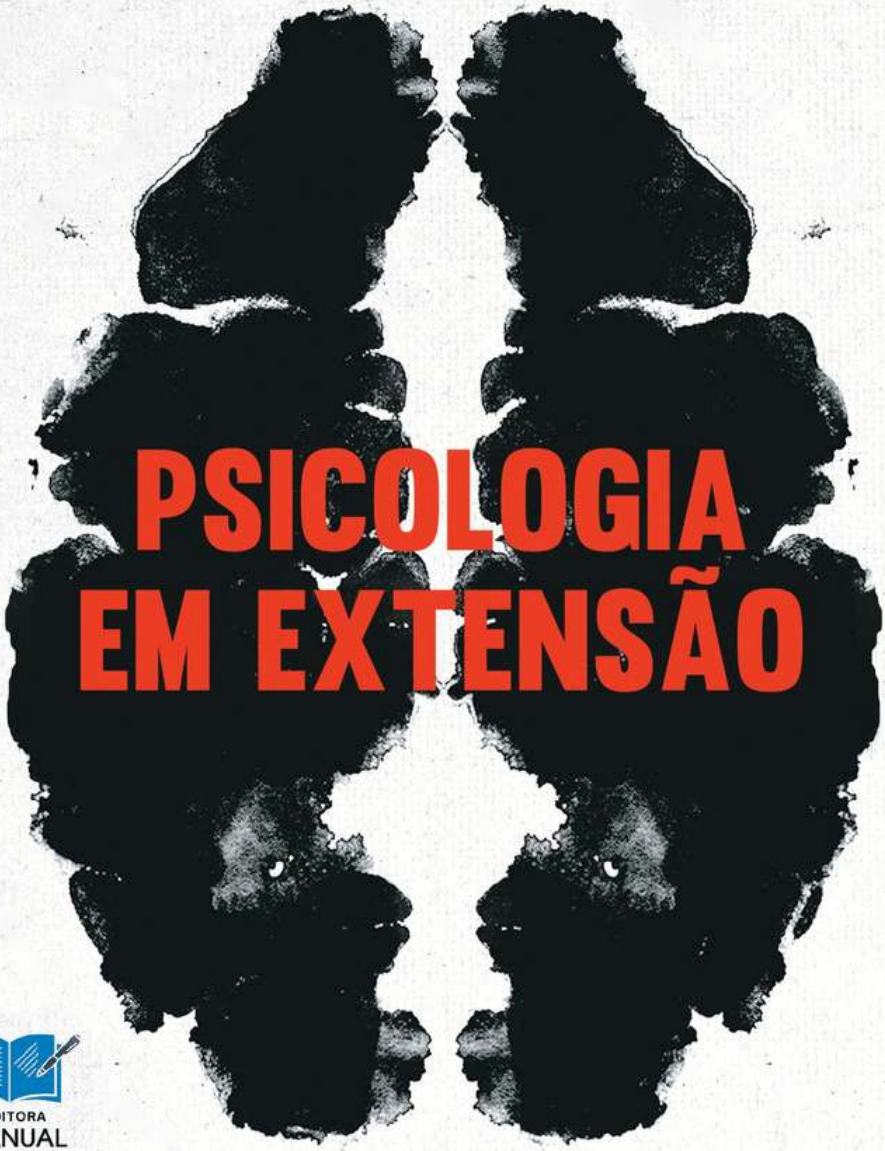
ORGANIZADOR
GABRIEL ARRUDA BURANI

PSICOLOGIA EM EXTENSÃO



EDITORA
MANUAL

PRÁTICAS EXITOSAS DA CURRICULARIZAÇÃO
DA EXTENSÃO EM GRADUAÇÃO DE PSICOLOGIA

GABRIEL ARRUDA BURANI
(ORGANIZADOR)

PSICOLOGIA EM EXTENSÃO
PRÁTICAS EXITOSAS DA CURRICULARIZAÇÃO DA EXTENSÃO EM GRADUAÇÃO DE PSICOLOGIA

1ª Edição

Editora Manual
2024

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Psicologia em extensão [livro eletrônico] : práticas exitosas da curricularização da extensão em graduação de psicologia / organização Gabriel Burani. -- 1. ed. -- Cariacica, ES : Editora Manual, 2024.
PDF

Vários autores.
Bibliografia.
ISBN 978-65-981790-6-9

1. Divulgação científica 2. Extensão universitária 3. Psicologia I. Burani, Gabriel.

24-209530 CDD-150

Índices para catálogo sistemático:

1. Psicologia 150

Aline Graziele Benitez - Bibliotecária - CRB-1/3129

Obra publicada em maio de 2024.

CAPÍTULO 7

VivArte: A arte do envelhecer

Juliana Cristina Pereira Moretti [1]; Victor José Prestes De Camargo[1]

RESUMO

Em pleno contexto de avanço tecnológico em áreas ligadas à saúde e de recentes mudanças no âmbito social, é de conhecimento comum que a pirâmide etária vem sofrendo uma inversão por meio da maior expectativa de vida e da redução de natalidade, seja por escolhas profissionais ou pessoais. Dito isso, há de se pensar se tal longevidade vem acompanhada pela qualidade de vida, tanto para idosos dentro de instituições de longa permanência como para outros fora das mesmas. Indo além, é válido considerar o que as amostras de tal público-alvo têm a considerar sobre à saúde mental e os cuidados para com a mesma, assim como se autoavaliam acerca da própria qualidade de vida e os atributos que pessoalmente creditam para promoção desse fator. Por meio de tal projeto, foi possível observar uma cisão de opiniões, sendo o idoso visto tanto como uma figura sábia quanto um objeto fora de validade, mas, acima de tudo, ressaltou a importância da prática de atividades após a aposentadoria como resposta ao estigma do aposentado.

Palavras-chave: idoso; qualidade de vida; saúde mental.

ABSTRACT

1 Graduando em Psicologia pela Universidade do Sudoeste Paulista (UniFSP) – Campus Itapetininga.

In the midst of technological advancements in health-related fields and recent changes in the social sphere, it is common knowledge that the age pyramid is undergoing an inversion due to increased life expectancy and reduced birth rates, whether due to professional or personal choices. That being said, one must ponder whether such longevity is accompanied by a good quality of life, both for seniors within long-term care institutions and those living independently. Furthermore, it is valid to consider what samples of this target demographic have to say about mental health and the care they receive, as well as how they self-assess their overall quality of life and the attributes they personally attribute to promoting this factor. Through this project, a divergence of opinions was observed, with the elderly being seen as both wise figures and outdated objects. Above all, it emphasized the importance of engaging in activities post-retirement as a response to the retired individual stigma.

Keywords: elderly; quality of life; mental health.

INTRODUÇÃO

A população idosa está crescendo em todo o mundo e muitos desses indivíduos se encontram em instituições de longa permanência. No entanto, garantir uma boa qualidade de vida para esses idosos institucionalizados é um desafio complexo. Este projeto de extensão tem como objetivo principal comparar, explorar e analisar quais aspectos que impactam a qualidade de vida desses idosos, considerando os aspectos físicos, psicológicos e comportamentais. Ao compreender as necessidades específicas de pessoas institucionalizadas e não institucionalizadas diante de uma esfera biopsicossocial, buscam-se práticas norteadoras para uma melhor qualidade de vida durante o processo de envelhecimento. Mediante ao senso comum, a sociedade compreende o sujeito idoso por, na maioria das vezes, uma

interpretação relacionada â perda de vitalidade, estagnação, perda de autonomia, bem como outras leituras pejorativas que se faz a partir de determinada doença. O chamado estigma é um evento social presente na visão social acerca da velhice, e é caracterizado por 3 componentes: Os estereótipos, que são crenças sobre determinado grupo; preconceitos, concordâncias embasadas em crenças e de reação negativa; e por último, a discriminação, que atua como resposta comportamental em função de um preconceito. Entendimentos gerais da população tem por costume avaliar questões de saúde mental com base em: sintomas psiquiátricos, déficit social, aparência física e rótulos (BIRMAN, 2015; FREITAS; SCHEICHER, 2010; MINAYO et al., 2017; SANTOS, 2020).

Dados epidemiológicos

De acordo com o boletim epidemiológico do Ministério da Saúde publicado em 2017 (apud OLIVEIRA et al., 2021), houve uma crescente na tentativa ou consumação de suicídio entre idosos na faixa etária de 70 anos ou mais. Nos últimos anos foi registrado uma média de 8,9 mortes por 100 mil habitantes, esse número se torna alto, fazendo-se importante descobrir ou investigar a motivação. De acordo com a Secretaria de Saúde de Porto Alegre, Rio Grande do Sul, entre os principais fatores de risco para essa população, encontra-se algum tipo de transtorno mental (em grande parte dos casos a depressão - muitas vezes não diagnosticada), a perda de referências sociais e pessoas importantes, a solidão e o sentimento de inutilidade, doenças crônicas

e degenerativas que causam a perda da autonomia do sujeito, conflitos familiares e casos de violência, entre outros fatores que contribuem para a realização do ato.

A institucionalização é, de acordo com Freitas e Scheicher (2010), uma das situações estressantes desencadeadoras de depressão, devido às transformações de todos os tipos que os idosos experienciam. O isolamento social resulta em perda de identidade, de liberdade, de autoestima, ocasionando o estado de solidão e, muitas vezes, de recusa da própria vida, o que justifica a alta prevalência de doenças mentais nos asilos.

SAÚDE DO IDOSO E ILPI'S

Segundo os resultados dos estudos promovidos por Minayo et al. (2017), é possível verificar que a saúde e bem-estar do idoso não se restringe à família, mas a forma como a maioria das pessoas da terceira idade são vistas em uma ILPI intensifica a visão estigmatizada, a autoimagem de peso social, que após invalidados pela idade são descartáveis, que não têm mais valor. Há, portanto, que se discutir e investigar os hábitos e rotinas dentro das ILPI's, conversar com cuidadores e profissionais envolvidos no cuidado com as pessoas idosas dentro dessas instituições para que se possa estudar a qualidade de vida principalmente em seu aspecto mental, posto que dados de pesquisa revelam uma tendência ao sofrimento psíquico nessa fase, presente o risco de comportamentos auto lesivos ou que agreguem pouca qualidade de vida.

OBJETIVO GERAL

Pretende-se investigar aspectos sociocomportamentais de pessoas idosas institucionalizadas e não institucionalizadas com a finalidade de levantar dados associados a uma melhor qualidade de vida para essa população em específico.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Verificar a importância dada por determinada amostra desse público-alvo para a temática da saúde mental e suas considerações acerca do tema.

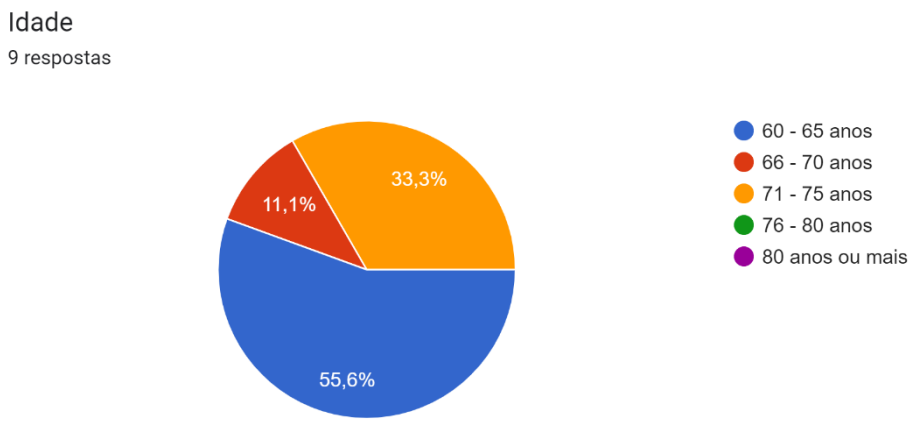
METODOLOGIA

Este projeto Trata-se de uma pesquisa de levantamento de dados quantitativos e qualitativos (também chamada de estudo de campo), que consiste na coleta de informações mediante questionário (com perguntas previamente elaboradas) cuja aplicação será realizada entre os moradores e não moradores de ILPI's que aceitem a proposta de investigação comportamental. Para facilitar, a aplicação das questões foi realizada em forma de entrevista acompanhada de um termo que autorize a gravação de áudio para a transcrição das respostas dadas, além de ser um processo individual e sigiloso, resguardando as identidades dos envolvidos.

RESULTADOS

Em virtude das dificuldades apresentadas, não foi possível realizar a pesquisa em ILPI's na cidade de Itapetininga. Foram realizadas inúmeras tentativas de contato com 3 instituições distintas, sendo que 2 delas não responderam as ligações e e-mails, enquanto a outra respondeu tardiamente, tendo imbróglios entre o Centro Universitário Sudoeste Paulista e a instituição de longa permanência para idosos referente aos termos para a pesquisa. Devido a isso, a coleta de dados se manteve limitada a veiculação virtual do questionário sobre fatores associados a qualidade de vida dos idosos.

IDADE DOS PARTICIPANTES

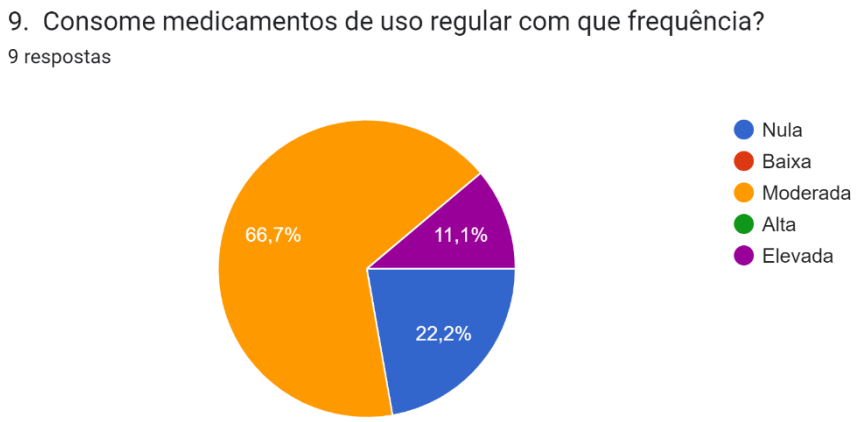


Fonte: Elaboração Própria.

Foram 9 pessoas entrevistadas, 8 do sexo feminino e 1 do sexo masculino. Referente a faixa etária, 5 deles estão entre 60 a 65 anos, 1

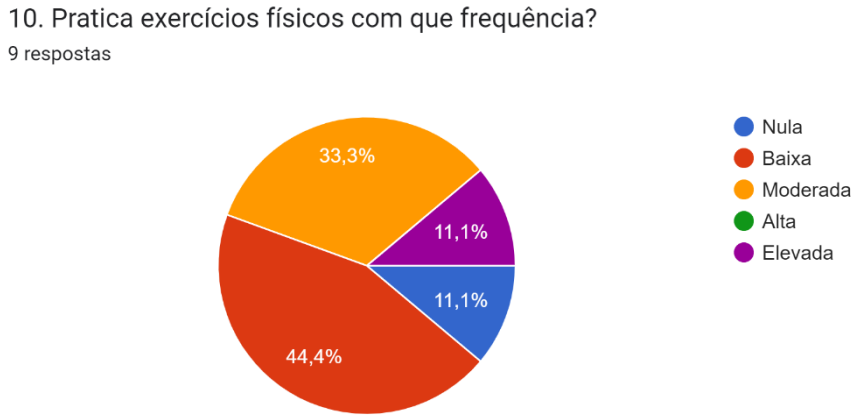
entre 66 a 70 anos e 3 entre 71 a 75 anos. Já sobre os fatores em comum, é perceptível que dentre 6 dos 9 entrevistados, a opinião de outras gerações mais novas da sociedade refletem para eles uma sensação de inutilidade, incapacidade e fragilidade, crendo assim que a população em seu aspecto geral não valoriza o público idoso e o considerando descartável.

Além disso, em consideração ao que é envelhecer bem para cada entrevistado, evidencia-se que 100% deles apontam o tópico da saúde, principalmente, diante do aspecto físico. Alguns ainda complementam e explicam que o bom condicionamento físico favorece a autonomia e combate a estagnação, pontos presentes no paralelo oposto, evidenciado pela maioria que envelhecer mal equivale a dependência de terceiros para a manutenção de seus cuidados.



Fonte: Elaboração Própria.

Quanto ao consumo de medicamentos de uso regular, 66,7% apresentam uso moderado de fármacos, 11,1% com consumo elevado e 22,2% sem consumo regular. O que em outras palavras, leva a uma taxa de uso regular de remédios de 7 a cada 9 entrevistados, algo que retoma a importância dada ao tópico sobre saúde na velhice e dá início ao tópico sobre exercícios nos primeiros e últimos períodos da vida.

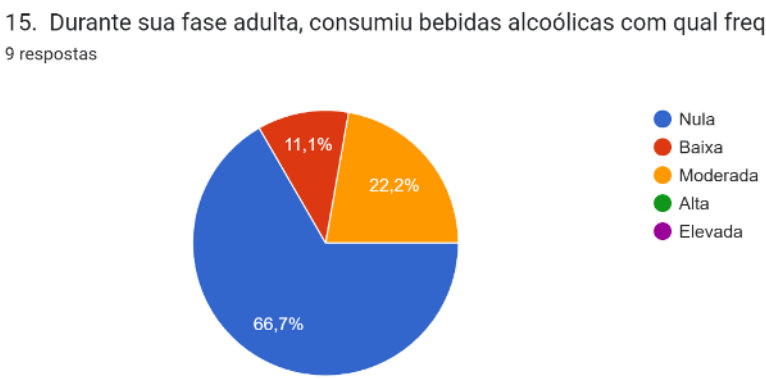


Fonte: Elaboração Própria.

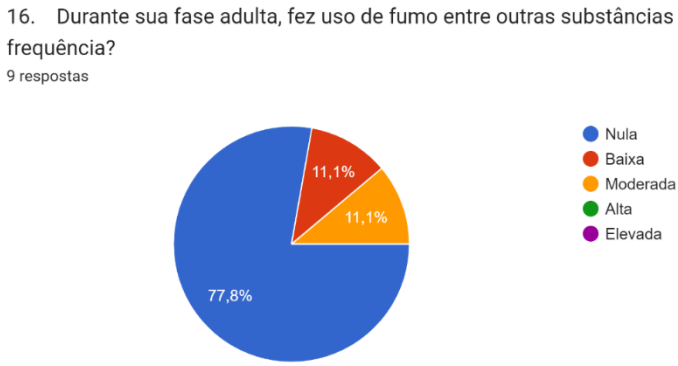
Diante dos cuidados com o corpo, 5 apresentaram falta ou rara prática de exercícios físicos, destoando dos 3 indivíduos que apresentaram taxa moderada e 1 com níveis elevados de práticas físicas. Curiosamente, apenas 1 deles praticava atividades do gênero quando jovem, sugerindo uma busca por qualidade de vida nos últimos períodos do desenvolvimento humano.

Já sobre as práticas de lazer, 5 entre 9 pessoas afirmaram realizar passeios com frequência, seja por meio de caminhadas ou viagens em

família. O que ressalta outros pontos importantes na qualidade de vida: os exercícios físicos e o núcleo familiar. Outro dado que pode gerar paralelos, diz respeito a preferência de optar pelo trabalho quando jovem em detrimento dos estudos, algo que reflete as diferenças entre gerações, além de apontar motivos para os números de analfabetos funcionais ou não dentre idosos no Brasil e a correlação que pode existir entre trabalho e o estigma de inutilidade após a aposentadoria. Visto que o trabalho configura uma função e a aposentadoria a retirada dela.



Fonte: Elaboração Própria.



Fonte: Elaboração Própria.

Referente ao consumo de bebidas, cigarros e outras substâncias, 66,7% afirmaram nunca ter feito uso de álcool e 77,8% afirmaram o mesmo sobre o fumo e uso de substâncias.

Já ao que diz respeito à saúde mental, apenas 2 indivíduos de 9 afirmaram terem passado por acompanhamento psicológico. Contudo, todos os entrevistados manifestaram opiniões positivas quanto ao trabalho dos psicólogos, enaltecendo principalmente a redução do sofrimento psíquico. Por fim, quanto à autoavaliação, 5 se avaliaram como tendo um bom envelhecimento, 2 apontaram prejuízos, 1 considerou razoável e outro se absteve de comentários. Sendo que em escala de 0 a 10, houve baixa diferença de scores entre pessoas de zona rural (média de 8,3) e de centros urbanos (média de 8,4), apontando um relativo benefício para moradores de localidades mais urbanas.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante dos desafios para garantir uma qualidade de vida adequada aos idosos institucionalizados, este projeto buscou analisar os aspectos físicos, psicológicos e comportamentais que impactam essa população. O estigma social relacionado à velhice, evidenciado por estereótipos, preconceitos e discriminação, contribui para a prevalência de doenças mentais em instituições popularmente conhecidas como "asilo". Dados epidemiológicos revelam um aumento nas taxas de suicídio entre idosos, sendo a depressão e a perda de referências sociais fatores significativos.

A saúde do idoso em Instituições de Longa Permanência (ILPIs) é influenciada pela visão estigmatizada da sociedade, o que ressalta a importância de investigar hábitos e rotinas nesses ambientes. O objetivo geral da pesquisa foi explorar aspectos sócio comportamentais de idosos institucionalizados e não institucionalizados para promover uma melhor qualidade de vida. Os resultados, embora limitados pela dificuldade na coleta presencial, destacaram preocupações como a sensação de inutilidade percebida por parte dos entrevistados.

A metodologia envolveu um levantamento de dados quantitativos e qualitativos, através de questionários virtuais. Os resultados indicam uma associação entre a percepção de inutilidade e a visão da sociedade sobre o envelhecimento. A importância dada à saúde, principalmente ao aspecto físico, foi evidente, correlacionando-se com o uso regular de medicamentos. A prática de exercícios físicos e o convívio familiar foram apontados como elementos essenciais para uma boa qualidade de vida.

Apesar das limitações na coleta de dados, as respostas dos entrevistados sugerem uma preocupação com a saúde mental, embora apenas alguns tenham buscado acompanhamento psicológico. A auto avaliação revelou percepções variadas sobre o envelhecimento, com uma média semelhante entre residentes de áreas urbanas e rurais. Esses resultados ressaltam a importância de abordagens integradas para promover o bem-estar dos idosos, considerando tanto os aspectos físicos quanto os psicossociais.

É importante ressaltar que a coleta de dados foi prejudicada pela não colaboração das Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs) na cidade de Itapetininga-SP. O desencontro entre o Centro Universitário Sudoeste Paulista e a instituição de longa permanência resultou em impasses, impossibilitando a realização da pesquisa de campo. Essa falta de cooperação limitou a obtenção de informações diretamente dos moradores das ILPIs, restringindo a pesquisa à veiculação virtual do questionário. Esse obstáculo ressalta a importância da cooperação eficaz entre instituições acadêmicas e locais de pesquisa para o avanço do conhecimento e a realização de estudos significativos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

BIRMAN, Joel. Terceira idade, subjetivação e biopolítica. História, Ciências, Saúde-Manguinhos, v. 22, n. 4, p. 1267-1282. 2015. FapUNIFESP (SciELO). http://dx.doi.org/10.1590/s0104-59702015000400007.

FREITAS, M. A. V. de; SCHEICHER, M. E.. Qualidade de vida de idosos institucionalizados. Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia, v. 13, n. 3, p. 395-401. 2010. FapUNIFESP (SciELO). http://dx.doi.org/10.1590/s1809-98232010000300006.

MINAYO, M. C. de S.; FIGUEIREDO, A. E. B.; MANGAS, R. M. do N.. O comportamento suicida de idosos institucionalizados: histórias de vida. Physis Revista de Saúde Coletiva, Rio de Janeiro, v. 27, n. 4, p. 981-1002, 2017. FapUNIFESP (SciELO). https://doi.org/10.1590/S0103-73312017000400007.

OLIVEIRA, L. B. de; RODRIGUES, I. V. de O.; BOÁGUA, J. S. de S.; GOMES, E. P.. Suicídio na terceira idade: fatores de risco e proteção. Brazilian Journal of Health Review Curitiba, v.4, n.2, p.8337-8349. 2021.