

CONSIDERAÇÕES EM RELAÇÃO A FAMÍLIA NO ENVELHECIMENTO: INCITAÇÕES PARA ATUAÇÃO PRÁTICA

Gracielle Beatryz Soares Gonçalves Roz¹;

Universidade São Judas Tadeu (USJT), São Paulo, SP.

<https://lattes.cnpq.br/7911051966156757>

Isabella Monare Texeira²;

Universidade São Judas Tadeu (USJT), São Paulo, SP.

<https://lattes.cnpq.br/0821229907498382>

Priscila Larcher Longo³.

Universidade São Judas Tadeu (USJT), São Paulo, SP.

<http://lattes.cnpq.br/0462568149831870>

RESUMO: Introdução: Durante o envelhecimento, ocorrem mudanças biológicas, psicológicas e sociais. A família como um sistema de saúde, que deve supervisionar o estado de bem-estar de seus integrantes, tomar decisões de quais caminhos irão seguir quando um membro da família apresentar sinais de enfermidades. Além disso, a família também é provedora desses cuidados. É no ambiente familiar que se aprende o autocuidado, se adotam comportamentos de bem-estar e se oferecem cuidados aos diferentes membros. Objetivo: Discutir como as mudanças emocionais e psicológicas que ocorrem durante o envelhecimento afetam a dinâmica familiar e o papel da família no suporte emocional e social durante o processo de envelhecimento, considerando tanto as pessoas idosas quanto seus familiares. Metodologia: Realizar um levantamento bibliográfico nas plataformas Scielo, Pubmed e Google scholar nas línguas portuguesa e inglesa com os descritores idosos, família, aspectos psicológicos, pessoa idosa, demência, relação homem-animal, envelhecimento e intergeracionalidade. Resultados e Discussão: A família desempenha um papel crucial, oferecendo suporte emocional, social e, muitas vezes, financeiro. Compreender as considerações psicológicas relacionadas à família no envelhecimento é fundamental para promover uma atuação prática eficaz que melhore a qualidade de vida das pessoas idosas e suas famílias. Apesar dos benefícios, cuidar de uma pessoa idosa pode ser uma fonte significativa de estresse para os familiares.

PALAVRAS-CHAVE: Biopsicossocial. Pessoa idosa. Relação entre gerações.

PSYCHOLOGICAL CONSIDERATIONS REGARDING FAMILY IN AGING: IMPULSES FOR PRACTICAL ACTION

ABSTRACT: Introduction: During aging, biological, psychological, and social changes occur. The family, as a health system, must oversee the well-being of its members and make decisions about the paths to follow when a family member shows signs of illness. Additionally, the family is also a provider of care. It is within the family environment that self-care is learned, wellness behaviors are adopted, and care is given to various members. Objective: To discuss how the emotional and psychological changes that occur during aging affect family dynamics and the role of the family in providing emotional and social support during the aging process, considering both elderly individuals and their family members. Methodology: Conduct a bibliographic survey on the platforms Scielo, Pubmed, and Google Scholar in Portuguese and English using descriptors such as elderly, family, psychological aspects, older person, dementia, human-animal relationship, aging, and intergenerationality. Results and Discussion: The family plays a crucial role by offering emotional, social, and often financial support. Understanding the psychological considerations related to family in aging is fundamental to promoting effective practical action that improves the quality of life for elderly individuals and their families. Despite the benefits, caring for an elderly person can be a significant source of stress for family members.

KEYWORDS: Biopsychosocial. Elderly. Intergenerational relations.

INTRODUÇÃO

Com o aumento da longevidade e baixa natalidade, o envelhecimento populacional tem se tornado uma realidade com alto impacto demográfico desde o século XX, crescendo de forma desenfreada, preocupando governos e organizações com implicações sociais e econômicas (FLECHNER, 2022).

De acordo com a Gerontologia Social, o envelhecimento é definido como um fenômeno biopsicossocial. Durante o processo de envelhecimento natural, ocorrem mudanças biológicas, psicológicas e sociais. Com isso os processos biológicos são notados pelas mudanças físicas, já na parte psíquica, as alterações são nas capacidades cognitivas, como a rapidez de aprendizado e a memória, e na parte social, pode-se associar ao âmbito familiar, questões culturais e ambientais (FIGUEIREDO et al., 2011; TEIXEIRA, 2020).

A qualidade de vida das pessoas idosas está fortemente relacionada aos fatores psicossociais, como o suporte social, a autoeficácia e a resiliência. Estudos mostram que um bom suporte social pode reduzir os efeitos negativos do estresse e melhorar a saúde mental das pessoas idosas (ANTONUCCI, 2001). A probabilidade de enfrentar sérias deficiências cognitivas aumenta significativamente em pessoas de idade muito avançada e, nesse sentido, vale destacar que as pessoas com mais de 80 anos constituem o grupo

que cresce mais rapidamente em todo o mundo (WHO, 2005).

A promoção da saúde mental positiva ao longo da vida é fundamental para um envelhecimento saudável. É importante desafiar as crenças estereotipadas sobre problemas de saúde mental e doenças mentais entre as pessoas idosas. De acordo com o estudo de Jeste e colaboradores (2010), a presença de sabedoria, otimismo e resiliência pode contribuir para uma melhor saúde mental em pessoas idosas, mesmo na presença de condições físicas crônicas.

A capacidade de adaptação às mudanças e crises associadas ao envelhecimento, como a aposentadoria, perda de entes queridos e o surgimento de doenças, é crucial. A resiliência e a habilidade de superar adversidades são determinantes para o bem-estar psicológico das pessoas idosas. A preparação para a velhice e a melhor adaptação às mudanças podem resultar em um ajuste mais satisfatório e em uma melhor qualidade de vida após os 60 anos (WAGNILD, 2003).

No entanto, pensar no envelhecimento pode provocar sentimentos confusos, emotivos, sensações de medos, angústias, limitações, lutos, perdas físicas e psíquicas. É a certeza da chegada da morte, não só aquela que perde as funções vitais, mas outro tipo de morte, a que provoca solidão e dor (FLECHNER, 2022).

De acordo com Reis e colaboradores (2017) em todos os países, há uma preocupação com o envelhecimento da população. Diversos estudos se concentram em promover um envelhecimento saudável e ativo, baseando-se em experiências positivas e em oportunidades seguras para a saúde, com potencial para melhorar o bem-estar físico, social e mental.

OBJETIVO

Discutir como as mudanças emocionais e psicológicas que ocorrem durante o envelhecimento afetam a dinâmica familiar e o papel da família no suporte emocional e social durante o processo de envelhecimento, considerando tanto as pessoas idosas quanto seus familiares.

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo bibliográfico com levantamento de dados publicados nos últimos 20 anos nas plataformas Scielo, Pubmed e Google scholar nas línguas portuguesa e inglesa com os descritores idosos, família, aspectos psicológicos, pessoa idosa, demência, relação homem-animal, envelhecimento e intergeracionalidade.

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Figueiredo e colaboradores (2011) definem a família como um sistema de saúde, que deve supervisionar o estado de bem-estar de seus integrantes, tomar decisões de quais caminhos irão seguir quando um membro da família apresentar sinais de enfermidades, mas pedindo auxílio a outros integrantes e aos profissionais da saúde. Além de ajudar nessa tomada de decisões, a família também é provedora desses cuidados. Com isso, pode-se ressaltar que mesmo a família apresentando a definição que foi descrita acima, ela pode favorecer ou prejudicar a saúde de seus componentes, privilegiando ou debilitando a saúde familiar. Portanto, pensando na questão da família provedora de cuidados à saúde, ela tem um papel de extrema importância, principalmente, quando estamos falando da prestação de cuidados às pessoas idosas, ou seja, a estrutura familiar, quando presente no final da vida, está interligada com o envelhecimento, sendo um processo experimental e único.

Nos países em desenvolvimento, o rápido envelhecimento da população está acompanhado de mudanças significativas na estrutura familiar. A urbanização, a migração de jovens em busca de trabalho nas cidades, a redução do tamanho das famílias e o aumento do número de mulheres no mercado de trabalho resultam em menos pessoas disponíveis para cuidar das pessoas idosas (WHO, 2005).

As pessoas idosas enfrentam diversas restrições diárias envolvendo aspectos psicológicos, emocionais, sociais e principalmente físicos. Essas deteriorações aumentam a dependência nas atividades diárias. Essas limitações fazem com que a família assuma a responsabilidade pelos seus cuidados de saúde e doença. É no ambiente familiar que se aprende o autocuidado, se adotam comportamentos de bem-estar e se oferecem cuidados aos diferentes membros ao longo do desenvolvimento e das transições do ciclo de vida. No contexto específico de cuidar de um familiar, surgem sentimentos ambivalentes, caracterizados por satisfação, generosidade, afeto e amor, além de sobrecarga, sofrimento, incerteza e estresse (REIS et al. 2017).

As pessoas idosas que são inseridas em atividades físicas e que recebem frequentes visitas de seus familiares, tendem a apresentar satisfação, alegria, bem-estar, além de diversos sentimentos positivos. Uma pessoa que passa pelo processo de envelhecer, de uma forma bem sucedida, não possui sorte ou até mesmo privilégio, mas sim tem um resultado de um objetivo no qual trabalhou, enfrentando de forma eficiente as mudanças que acompanham o envelhecimento (PENNA & SANTO, 2006; STUMM et al., 2012).

É essencial ressaltar que os conflitos podem se intensificar com o passar do tempo, especialmente na velhice. Isso provavelmente ocorre devido aos preconceitos ainda presentes no imaginário social sobre essa etapa da vida. Além disso, observa-se que a pessoa idosa pode contribuir para que esses conflitos aconteçam devido a suas exigências, impaciência ou até mesmo por um possível processo de demência ou doença mental que não é compreendido pelos familiares. Assim, é relevante enfatizar a

importância da capacitação e orientação das famílias sobre o processo de envelhecimento e suas dificuldades, considerando que a velhice é uma fase da vida em que a pessoa está mais vulnerável (DAWALIBI, 2013). Este momento da vida o indivíduo diante de situações desafiadoras, sendo a mais significativa delas a sensação de abandono familiar, mesmo quando os familiares estão presentes. A perda de autonomia cria a necessidade de assistência externa, o que muitas vezes resulta no esquecimento das pessoas idosas e na institucionalização em instituições de longa permanência para idosos (ILPI) como única solução (ALVES et al., 2020).

O aumento de uma vida mais longa vem acompanhado da crescente de doenças crônicas e de alto nível de dependência para realização das tarefas diárias, causando um fator de estresse para a família, pensando como um sistema inter-relacional de dependência. Mesmo com as transformações que ocorreram na sociedade, a família ainda é o suporte mais comum aos cuidados às pessoas idosas, em termos financeiro, moral e/ou em serviços domésticos (FIGUEIREDO et al., 2011).

Em uma pesquisa feita em ILPI com objetivo de estimar a prevalência de declínio cognitivo e demência foi mostrado que a perda de contato com a família contribui para tais doenças, levando a morbidade e mortalidade (FAGUNDES et al. 2021). Diversas emoções negativas surgem após a institucionalização porque esses indivíduos são levados a um ambiente desconhecido, cercados por pessoas com quem não têm laços, sendo forçados a abandonar uma vida inteira construída com esforço e dedicação. A perda de autonomia resulta em isolamento e angústia, prejudicando sua saúde e qualidade de vida (ALVES et al. 2020).

Araújo e Bós (2023) relatam em sua pesquisa que o melhor lugar para uma pessoa idosa é a sua própria residência, desde que receba o suporte da família já que isso tem um impacto positivo em sua qualidade de vida. No entanto, as famílias brasileiras, por exemplo, enfrentam vários desafios ao cuidar das pessoas idosas com comprometimentos cognitivos e/ou funcionais em casa. Há uma carência de programas que ofereçam orientação e acompanhamento do cuidado domiciliar, apoio de cuidadores profissionais bem treinados sem comprometer o orçamento familiar, e equipes multidisciplinares para assistir a pessoa idosa incapacitada em casa.

É válido expor que as pessoas lidam com o aparecimento e o desenvolvimento das doenças com base em crenças, mitos, normas e papéis previamente estabelecidos, moldando a dinâmica específica de cada família. Por exemplo, em algumas famílias as responsabilidades são compartilhadas; em outras, cuidar dos pais é considerado uma obrigação; e em outras, as pessoas idosas são vistas como um empecilho. Porém, é fundamental lembrar que a saúde de cada pessoa atinge o funcionamento da família da mesma forma que o funcionamento da família atinge cada um de forma individual (REIS & TRAD, 2015).

As multigerações que constituem as famílias e como se associam, vem se fazendo mais presente, sendo a mais comum delas, a relação entre avós e netos, principalmente com o aumento da longevidade (MOTTA, 2010). De acordo com Mainetti e colaboradores (2013), os avós tendem a assumir importantes papéis familiares na infância, criando uma interdependência mais emocional do que econômica com os netos. Além disso, quando há o nascimento de uma criança com problemas de saúde ou necessidades especiais, esses avós tendem a oferecer cuidados e apoio para os pais, minimizando os impactos de ausência materna/paterna. Há situações nas quais, os avós assumem os cuidados integrais ou até mesmo legais, sobre os netos; na sua grande maioria por conta de problemas relacionados aos pais (pais adolescentes, desempregados, usuários de drogas, portadores de doenças mentais, separados, com histórico de abuso infantil ou abandono).

Quanto à criação dos netos, é descrito que avós podem sofrer com sobrecarga financeira, conflito com os filhos, divergência na educação, além de uma diminuição na qualidade de saúde física e emocional, apresentando muitas vezes quadros depressivos. Mas essa relação também pode apresentar pontos positivos, como a renovação pessoal, oportunidade de companhia e gratificação por estarem ajudando com uma nova geração com cuidados e ensinamentos. No geral, os avós não medem esforços para criação e cuidado dos netos, além de quererem sua companhia, uma vez que essa traz a eles alegrias, amor e até mesmo um objetivo para viver (MAINETTI et al., 2013).

Também é importante pontuar que os animais de companhia estão cada vez mais envolvidos no relacionamento familiar, gerando resultados satisfatórios com essa inserção, como companhia, prazer, afeto, atenção, amor incondicional, contato físico, suporte psicológico e social. Atualmente o sistema familiar funcional é composto por membros interconectados, incluindo os animais domésticos, que fazem parte de rituais, cerimônias entre outras atividades familiares (MEIRELLES & FISCHER, 2016).

A relação homem-animal torna-se mais profunda na velhice, em relação a outras fases da vida. Essa relação é mutuamente benéfica e dinâmica, mas não se limita somente a interações emocionais, psicológicas e físicas. Estudos têm mostrado uma melhor qualidade de vida e de saúde de crianças e idosos, que apresentam doenças físicas e mentais, que têm acesso a zooterapia. A vida da pessoa idosa, frequentemente é atingida por perdas, e trazer conforto nesses momentos estressantes e de transição, são de extrema importância. Nesse sentido, os animais de companhia auxiliam na melhoria da qualidade de vida, diminuindo o sentimento de solidão das pessoas idosas, melhorando as funções físicas e emocionais (COSTA, 2006; MEIRELLES & FISCHER, 2016).

Há descrições sobre efeitos positivos gerados nas relações sociais para as pessoas idosas. Esse auxílio varia desde os benefícios positivos de ter um casamento, amigo íntimo, fazer parte de alguma comunidade, de receber telefonemas e conversar com vizinhos. Nessa linha, os animais domésticos demonstram ser uma fonte de suporte social, o que faz compreender o grande número de pessoas que remetem a eles como “membro da família”,

conversando com eles como se fossem pessoas, ou que os consideram como confidentes. Entende-se então que para as pessoas que não possuem laços íntimos com outras pessoas em suas vidas, esses animais podem trazer conforto, intimidade e a possibilidade de cuidar de outro ser (COSTA, 2006).

Os animais de companhia podem promover às pessoas idosas que participem de seu cuidado, promovendo interesse no senso de responsabilidade, orgulho e propósito de viver. Os homens são seres sociais, e os animais apelam para nossa capacidade de agir socialmente, auxiliando em desordens psicológicas e fisiológicas, além de prolongar a vida ajudando na conexão com elementos da natureza (COSTA, 2006).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esse estudo leva à reflexão do quanto a sociedade, principalmente a família pode não estar preparada para lidar com o envelhecimento, seja dos pais, de outros parentes e até mesmo das pessoas idosas desconhecidas. Por isso, é essencial promover campanhas de conscientização nas escolas, desde o ensino fundamental, nas famílias, nas comunidades e na mídia. Incentivar a saúde mental positiva ao longo da vida, fornecer informações e combater crenças estereotipadas sobre problemas de saúde mental e doenças mentais para que o processo de envelhecimento seja mais bem compreendido.

É fundamental estimular e capacitar as pessoas a desenvolverem autonomia, habilidades cognitivas para a resolução de problemas, comportamentos sociais, e a capacidade de lidar eficazmente com diversas situações, sendo essencial reconhecer e valorizar a experiência e a energia das pessoas idosas para ajudá-las a melhorar seu bem-estar psicológico. Vale ressaltar que as pessoas idosas que possuem contato ou que tenham animal de estimação, tendem a apresentar melhor qualidade de vida, aumento nas interações sociais e melhoria nas funções físicas e emocionais.

A criação de grupos de apoio que oferecem um espaço seguro para compartilhar experiências e receber aconselhamento. Terapias familiares também podem ser benéficas, ajudando a melhorar a comunicação e resolver conflitos dentro da família.

Políticas públicas que reconhecem e apoiam o papel da família no cuidado às pessoas idosas também são indispensáveis. Isso pode incluir incentivos financeiros, acesso a serviços de saúde mental, programas de treinamento para os familiares cuidadores, ajuda com refeições, manutenção da casa e cuidados de enfermagem domiciliares quando necessário.

REFERÊNCIAS

- ALVES, B. R. C. M.; BRASIL, D. M.; LOPES, M. do S. N.; PEGADO, E. C. A.; OLIVEIRA, S. X.; CAMBOIM, J. C. A.; CAMBOIM, F. E. de F. **Afeto familiar: sentimento de idosos institucionalizados frente ao abandono da família.** In: SAMPAIO, Edilson Coelho (org.). **Envelhecimento humano: desafios contemporâneos: volume 1.** Guarujá, SP: Científica Digital, 2020. p 79-88. Disponível em: <https://downloads.editoracientifica.org/books/978-65-87196-38-1.pdf>
- ANTONUCCI, T. C. **Social relations:** An examination of social networks, social support, and sense of control. In: BIRREN, J. E.; SCHAE, K. W. (Ed.). *Handbook of the Psychology of Aging.* 5. ed. San Diego: Academic Press, 2001. p. 427-453. Disponível em: <https://encurtador.com.br/NgXBG>
- ARAÚJO, Andrea Mendes; BÓS, Angelo José Gonçalves. **Qualidade de vida da pessoa idosa conforme nível de institucionalização.** *Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento*, v. 22, n.3, 2017. Disponível em:
<https://seer.ufrgs.br/index.php/RevEnvelhecer/article/view/60224/49694>.
- COSTA, E. C. **Animais de estimação:** Uma abordagem psico-sociológica da concepção dos idosos. Fortaleza, Ceará, Brasil, 2006. Disponível em:
<https://www.uece.br/ppsacwp/wp-content/uploads/sites/37/2011/03/EDMARA-CHAVES-COSTA.pdf>
- DAWALIBI, N. W. et al.. **Envelhecimento e qualidade de vida:** análise científica da SciELO. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, v. 30, p. 393-403, jul. 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2013000300009>
- FAGUNDES, D. F. et al. **Dementia among older adults living in long-term care facilities:** na epidemiological study. *Dementia & Neuropsychologia*, v. 15, n. 4, p. 464-469, out. 2021. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1980-57642021dn15-040007>
- FIGUEIREDO, M. H., MARTINS, M. M., SILVA, L. W., & OLIVEIRA, P. C. **Ciclo vital da família e envelhecimento:** contextos e desafios. *Revista Temática Kairós Gerontologia*, pp. 11-22, 2011. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/6483/4700>
- FLECHNER, S. **Envelhecer é humano.** *Revista de Psicanálise da SPPA*, [s. l.], v. 29, n. 3, p. 365–386, 2022. Disponível em:
<https://search.ebsc393-ohost.com/login.aspx?direct=true&db=foh&AN=163116746&lang=pt-br&site=ehost-live>.
- JESTE, D. V.; SAVLA, G. N.; THOMPSON, W. K.; VAHIA, I. V.; GLORIOSO, D. K.; MARTIN, A. S.; DEPP, C. A. **Association between older age and more successful aging:** Critical role of resilience and depression. **The American Journal of Psychiatry**, v. 167, n. 7, p. 722-730, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2012.12030386>

MAINETTI, Ana Carolina; WANDERBROOKE, Ana Claudia Nunes de Souza. **Avós que assumem a criação de netos.** Pensando fam., Porto Alegre, v. 17, n. 1, p. 87-98, jul. 2013. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2013000100009&lng=pt&nrm=iso

MEIRELLES, J. M., & FISCHER, M. L. **O animal de estimação como membro da família:** repercussões sociais, éticas e jurídicas. Paraná, 2016. Disponível em:

https://www.researchgate.net/profile/Marta-Fischer/publication/310800720_Participacao_do_Grupo_de_Pesquisa_em_Bioetica_Ambiental_V_Congresso_de_Direto_Animal_-_2016/links/58381c8508ae3d91723d8d80/Participacao-do-Grupo-de-Pesquisa-em-Bioetica-Ambiental-V-Congresso-de-Direto-Animal-2016.pdf

MOTTA, A. B. D. **A família multigeracional e seus personagens.** Educação & Sociedade, v. 31, n. 111, p. 435–458, abr. 2010. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/es/a/n6S6KwjNLmNZD4RVgc4PX8F/?lang=pt&format=html#>

PENNA, F. B., & SANTO, F. H. **O Movimento das Emoções na Vida dos Idosos:** Um Estudo com Grupo da Terceira Idade. Revista Eletrônica de Enfermagem, pp. 17-24, abr. 2006.

REIS, L. A. dos; TRAD, L. A. B. Suporte familiar ao idoso com comprometimento da funcionalidade: a perspectiva da família. Psicol. teor. prat., São Paulo, v. 17, n. 3, p. 28-41, dez. 2015. Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872015000300003&lng=pt&nrm=iso

REIS, R. D. et al. **Significados, para os familiares, de conviver com idoso com sequelas de Acidente Vascular Cerebral (AVC).** Interface – Comunicação, Saúde, Educação, v. 21, n. 62, 641-650, jul. 2017. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1807-57622016.0206>

STUMM, K. E.; ALVES, C. N.; MEDEIROS, P. A.; RESSE, L. B. **Terapia Assistida por Animais como Facilitadora no Cuidado a Mulheres Idosas Institucionalizadas.** Revista de Enfermagem da UFSM, v. 2, n. 1, 205-212, abr. 2012. Disponível em: <https://doi.org/10.5902/217976922616>

TEIXEIRA, S. M. **Envelhecimento, família e políticas públicas:** em cena a organização social do cuidado. Serviço Social & Sociedade, n. 137, p. 135–154, jan. 2020. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/sssoc/a/ZGq7Ld9qsYWyrnfxzjLWZL/#>

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Envelhecimento ativo: uma política de saúde.** Tradução de Suzana Gontijo. Brasília: OPAS, 2005. Disponível em:

https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf