

## **FATORES PSICOLÓGICOS NA PROMOÇÃO DO ENVELHECIMENTO BEM SUCEDIDO.**

O aumento da longevidade populacional mundial, vem fazendo que estudiosos das mais diferentes áreas, desde a década de 60, se interessem pelo fenômeno do envelhecimento. Este empenho iniciou-se mais ligado às questões das dificuldades desta idade, entretanto a visão de que a velhice tem apenas aspectos negativos, associados à doença, às perdas, à degeneração vem sendo modificada. Já em 2002, a Organização Mundial da Saúde inicia uma campanha para implementação de medidas capazes de promover o aproveitamento das competências do Idoso, focando mais suas capacidades e sua experiência de vida. O estudo da chamada “velhice bem sucedida” vem acumulando conhecimento no decorrer destas últimas décadas, e tornando possível ações efetivas de promoção de saúde e prevenção de problemas relativos a esta fase do desenvolvimento humano. Este é um campo privilegiado para a ação de diferentes profissionais da área da Saúde, principalmente para Psicólogos que atuem em equipes multiprofissionais na orientação e acompanhamento de pessoas idosas e seus familiares. Esta Sessão Coordenada objetiva apresentar estudos que se preocupam com a questão do Envelhecimento Bem Sucedido. Pesquisas que buscam melhor entendimento dos fatores e das condições que corroboram com um envelhecer pleno, ou seja, com um bom nível de saúde física, de funcionamento social, e bem-estar-psicológico, que se traduzem na capacidade de adaptação do idoso, à sua autonomia, sua integridade e sabedoria.

### **VIDA AMOROSA E AFETIVA DO ADULTO IDOSO.** *Vera Socci (Instituto Educatie e Universidade de Mogi das Cruzes, São Paulo, SP)*

Estudos demonstram que o fato de não ser jovem não implica necessariamente em abdicar dos prazeres da vida, incluindo a satisfação sexual. Pode-se afirmar que ao longo da evolução individual, a vida sexual vai se transformando, mas só desaparece com a morte. Após os 60 anos, homens e mulheres continuam mantendo uma vida sexual ativa, salutar e enriquecedora, embora existam tantos mitos, tabus e preconceitos a respeito da sexualidade do idoso. O que se pretende nesta reflexão sobre a vida afetiva e amorosa do Adulto Idoso, é salientar que a vivência satisfatória da sexualidade, continua sendo um aspecto importante de seu bem-estar, de sua qualidade de vida, portanto de sua felicidade. Que esta vivência depende de aspectos físicos, mas principalmente dos emocionais, como os decorrentes de sua auto-imagem e auto-estima, infelizmente influenciadas pelos estereótipos sociais, ainda tão adversos e nefastos. Objetiva-se apresentar aspectos importantes da vida afetiva e sexual do Adulto Idoso, analisando fatores biofisiológicos e psicossociais relevantes para a plena vivência da sexualidade nesta fase da vida. Serão destacados aspectos da saúde geral, pois doenças, tensões e estresse reduzem ou mesmo impedem as manifestações da sexualidade, como em qualquer outra fase da vida. Será enfatizada a importância do conhecimento sobre a sexualidade e a compreensão do processo natural do envelhecimento e mudanças decorrentes. Serão destacados os avanços científicos que disponibilizam recursos facilitadores da manutenção da função sexual prazerosa. Finalmente, serão apresentados dados de pesquisas que revelam que, embora uma pequena parcela de idosos acredite que o casal pode viver “sem sexo”, ou que a vivência sexual é desnecessária (30%), aproximadamente 80% mantem relações sexuais com seus parceiros e sentem prazer; 60% se sentem sensuais e desejáveis; 100% acreditam que sexo “não é pecado” e 90% afirmam que este não tem por finalidade apenas a reprodução; 80% demonstram saber que a menopausa não é o ocaso da sexualidade. Apresentam um nível médio-superior de

conhecimento sobre aspectos bio-fisiológicos e psicossociais da sexualidade; demonstram saber que o impulso/ interesse sexual permanece nesta fase e que não constitui nenhum tipo de perigo à saúde, pelo contrário, que traz benefícios físicos e psicológicos; entendem a influência das drogas, mesmos as lícitas, sobre a resposta sexual; assim como entendem e aceitam as mudanças naturais que caracterizam esta atividade neste período. Os aspectos menos conhecidos referem-se à autoerotização, carregada de preconceitos; e às disfunções em geral, assim como a respeito de seu tratamento. Esta é uma área carente de estudos brasileiros, e os poucos trabalhos existentes enfatizam mais os aspectos biofisiológicos.

Nível do trabalho: Pesquisador - P

Palavras-chave: idoso, afetividade, sexualidade, aids, representações sociais.

Área da Psicologia: DES - Psicologia do Desenvolvimento

### **LEITURA E IDOSO: SAÚDE E BEM ESTAR.** *Elza Maria Tavares Silva* (Universidade de Mogi das Cruzes, São Paulo – SP)

Devido ao aumento do número de idosos na população brasileira e ao aumento da longevidade na última década por dois fatores justificáveis, a redução da taxa de mortalidade, e a redução da morbidez e da mortalidade é que esta população, segundo dados do IBGE, ultrapassará a 30 milhões de pessoas (15%) nos próximos anos. Hoje a esperança de vida já é de 75 anos, comparados aos de 1950 que era de 33,7 e, que entre 2020 e 2025 deverá alcançar 77,08. Com o aumento da expectativa de vida, esses idosos brasileiros fazem parte de um grupo heterogêneo, adquirindo uma nova visão, que passou a ser percebida como tendo muitas possibilidades, perspectivas e conhecimentos quanto ao bem estar pessoal ampliado em seus significados: educação, saúde, moradia, transporte, trabalho e lazer. Para a consecução desses significados um dos pontos mais importantes se faz por meio da leitura. É ela uma das formas mais importantes para fundir conhecimento e prazer ao homem. Atividades e programas de leitura destinados ao público idoso são bem vindos, pois auxiliam a rever os estereótipos e preconceitos associados ao envelhecimento, promovem a auto-estima e o resgate da cidadania, incentiva a autonomia, a independência, a auto-expressão e a reinserção social em busca de um envelhecimento bem sucedido. Além desses aspectos, os idosos por meio da leitura têm a possibilidade de contribuir com seus netos em tarefas escolares; atendimento a outros leitores em trabalhos nos hospitais e entidades (leitura para pacientes); reforço em escolas, auxiliando alunos com dificuldades em tarefas e de como estudar; atendimento a outros idosos em suas necessidades de leitura, porque muitos deles têm dificuldades com a língua escrita, em função da precária escolaridade. Também com o avanço tecnológico a internet se faz presente na vida dos idosos, mudando seus comportamentos, visto terem possibilidade de participarem de programas de inserção ao mundo digital, com isto pode auxiliá-los na leitura dos principais jornais, escreverem e responderem e-mails, buscarem informações sobre assuntos de interesse pessoal e mundial além de fazerem parte de redes sociais. Pela importância do tema, pesquisas são necessárias, dentre elas destaca-se a da metanálise. Levantamento feito na base de dados Scielo (quatro últimos anos) resultou em 14 artigos. Foram analisados quatro periódicos nacionais: Psicologia: Ciência e Profissão (2007/2013), nenhum artigo; Psicologia e Sociedade (2007/2013) com três artigos; em Psicologia: Reflexão e Crítica (2007/2013) nove artigos; Paidéia (2007/2012) publicou dois artigos. Os resultados apontados evidenciam a carência de estudos na área sobre o idoso, em particular focando a leitura e sua contribuição no âmbito da promoção de saúde e bem

estar desse idoso. Assim, no Brasil, há necessidade de pesquisas que façam essa relação – leitura e idoso.

Nível do trabalho: Pesquisador - P

Palavras-chave: aprendizagem, informação, terceira idade.

Área da Psicologia: DES - Psicologia do Desenvolvimento

**INFLUÊNCIA DE ASPECTOS COGNITIVOS NO BEM ESTAR NO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO.** *Adriana Aparecida Ferreira de Souza* (Universidade de Mogi das Cruzes/ Instituto Educative, Mogi das Cruzes, SP)

Perpassa a preocupação com o envelhecimento saudável os aspectos cognitivos, que contribuem para a manutenção da independência além de permitir a realização de tarefas da vida diária. Entretanto, estudos demonstram que na velhice há uma perda cognitiva em relação à fase adulta. O conhecimento sobre o desenvolvimento dos aspectos cognitivos durante o processo de envelhecimento pode contribuir para a elaboração de programas de prevenção e remediação para a população idosa. Realizou-se estudo com objetivo de verificar memória de curto e longo prazo, visual, auditiva e numérica, fator geral, velocidade de processamento e processamento visual entre pessoas na maturidade (45 a 69 anos) e velhice (acima de 60 anos). Foram participantes 81 pessoas, 61,73% na maturidade e 38,27% idosos, com representantes dos níveis três educacionais: Ensino Fundamental, Médio e Superior. O instrumento utilizado foi a Bateria de Habilidades Intelectuais de Adultos, adaptação para amostra brasileira da Bateria de Habilidades Cognitivas Woodcock-Johnson, que avalia habilidades cognitivas de acordo com a teoria CHC. O trabalho foi aprovado por Comitê de Ética em Pesquisa. Os instrumentos foram aplicados individualmente, após a assinatura do Termo de Consentimento Livre Esclarecido. Foram realizadas Análises de Variância tendo por variáveis fixas sexo, escolaridade e faixa etária. No teste aprendizagem visual que auditiva avalia memória de curto prazo nenhum fator teve influência significativa nos resultados. O teste números invertidos sofreu influência da escolaridade e da interação escolaridade-vs-faixa-etária. Para o grupo na maturidade houve um aumento na média do Ensino Fundamental para o Ensino Médio e um decréscimo no Ensino Superior. Já para os idosos aumento entre os três níveis de escolaridade. A memória auditiva foi avaliada a partir da leitura de 21 sequências de palavras e números misturados que o participante tinha que repetir ordenando primeiro as palavras e depois os números. O teste estatístico mostrou que a escolaridade é fator significativo, houve um aumento na média de pontuação em memória auditiva palavras conforme aumenta a escolaridade. Para memória auditiva números houve aumento de acordo com nível de escolaridade. O teste Aprendizagem visual adiada (memória de longo prazo) teve influência significativa das interações Sexo-vs-Faixa-Etária, Escolaridade-vs-Faixa-Etária e Sexo-vs-Escolaridade-vs-Faixa-Etária. Os resultados mostram que no grupo feminino na maturidade há uma queda na pontuação entre Ensino Fundamental e Ensino Médio, com aumento no Ensino Superior. Entre as mulheres idosas há aumento na pontuação entre Ensino Fundamental e Ensino Médio e queda para Ensino Superior. Para os homens na maturidade houve aumento na pontuação de acordo com nível educacional e para os idosos houve queda. Outros dados serão apresentados. Conclui-se que, independente da idade, o fator que mais influencia o desenvolvimento das habilidades cognitivas avaliadas foi a escolaridade, o que orienta o desenvolvimento de programas de prevenção para esta população.

Nível do trabalho: Pesquisador - P

Palavras-chave: cognição; envelhecimento; desenvolvimento

Área da Psicologia: DES - Psicologia do Desenvolvimento

**A DOUTRINA JURÍDICA E O AMPARO AO IDOSO.** Maria de Lourdes Colacique Silva Leme (Universidade de Mogi das Cruzes, Mogi das Cruzes, SP)

O Estatuto do Idoso ( Lei 10.741/03) pretende tutelar os direitos dos idosos no Brasil, materializando uma proposta de atenção diferenciada para o brasileiro com mais que 60 anos, passando a tratá-lo como sujeito de direitos e não mais como objeto de atenção. Assume-se com esse novo diploma a indiscutível fragilidade e vulnerabilidade do idoso perante os outros segmentos sociais, o que deveria lhe garantir a absoluta prioridade. Com efeito, citado diploma legal encontra-se escudado em dois eixos. O primeiro diz respeito aos mecanismos jurídicos que propõem facilitar o acesso do idoso a seus direitos; e, o segundo, na edificação de uma política de atendimento, cuja execução necessita da cooperação dos entes federados e o compromisso das organizações governamentais e não-governamentais numa ação integrada. A presente pesquisa procurou avaliar em periódicos jurídicos o amparo legal que o adulto idoso brasileiro goza na preocupação dos profissionais/pesquisadores da área.. Foram pesquisadas revistas jurídicas, numa metodologia de levantamento, buscando-se nos últimos cinco anos, com as palavras de referência: 'estatuto do idoso' e 'direito dos idosos'. Analisados os periódicos apontados observou-se apenas um artigo na Revista Lex, de março/2010, sob o número 247, denominado "Políticas Públicas para Inclusão do Idoso", de autoria do Mestre em Direito e também Professor Universitário Camilo Strangherlin Ferraresi. Essa pesquisa revelou uma grande surpresa. Apesar de existir discussão sobre o tema, bem como a indicação de direitos e deveres, para a população idosa, pouco ou nada se faz no que concerne a produção e divulgação de conhecimento, a partir de órgãos que teriam tal competência, os periódicos científicos. Em virtude desses dados, conclui-se que há muito a estudar, muito a escrever e muito a refletir, pois são implementados privilégios somente em alguns segmentos sociais. O material na área é pouco ou quase nada explorado. As pessoas idosas têm habilidades extremamente limitadas em muitos casos, pois esta é uma fase na qual ocorrem mudanças físicas e emocionais que expõem a perigo a qualidade de vida dos mesmos. Isso deveria, merecer mais atenção por parte da literatura jurídica principalmente. Em qualquer país de nível cultural razoável, há grande respeito ao idoso. Nossa Lei, O Estatuto do Idoso tentou tutelar direitos, mas ao que parece não obteve êxito, como por exemplo, na doutrina, conforme se faz provar no estudo realizado. No Brasil, a iniciativa da criação do Estatuto do Idoso ocorreu com Projeto de lei nº 3.561 de 1997 de autoria do então deputado federal Paulo Paim, foi fruto da organização e mobilização dos aposentados e pensionistas ligados à Confederação Brasileira dos Aposentados e Pensionistas, resultado de uma grande conquista para a população idosa e para a sociedade. Nível do trabalho: Pesquisador - P

Palavras-chave: estatuto do idoso, cidadania, direitos do idoso

Área da Psicologia: JUR - Psicologia Jurídica, Forense e Criminal

**QUALIDADE DE VIDA DO IDOSO E LAZER.** Marcelo de Almeida Buriti (Universidade São Judas Tadeu, São Paulo -SP)

A preservação de identidade psicológica do indivíduo é de fundamental importância, pois é ela que ajuda ao indivíduo a adaptar - se ao mundo externo e a enfrentar com



serenidade a perda progressiva da capacidade fisiológicas e todas as outras limitações. O ciclo de vida maior pode e deve ser vivido de maneira saudável e com qualidade, desse modo, se faz necessário criar planos e programas de prevenção. Dentre os mecanismos de prevenção a prática do lazer deve ser levada em consideração por parte dos indivíduos e da sociedade brasileira. Para seu desenvolvimento ter continuidade e para superar dificuldades psicossociais inerentes a velhice, o idoso precisa estar envolvido em diversas tarefas entre as quais, explicita ou implicitamente, espera-se que busque o lazer. O lazer é uma das mais importantes dimensões da cultura, assim como o trabalho e a família. As atividades de lazer apresentam funções específicas como descanso que tem como objetivo reparar desgastes físicos e mentais decorrentes da vida diária, estresse, fadiga entre outros, a recreação é considerada também como uma atividade importante para o lazer, esta visa reparar o tédio, preencher o tempo livre e necessidade de quebra da rotina. Apesar do aumento do tempo livre, observa-se a falta de preparo para usufruir dele, na velhice. Esse cenário também tende a se manter porque a maioria dos idosos menospreza atividades de lazer pela influência de uma sociedade que valoriza demasiadamente a produção. O idoso sabe trabalhar, no entanto não aprendeu administrar o tempo livre que passou a dispor. O valor do lazer é subvertido e subestimado de forma a induzir a pessoa a sentir - se inútil e culpada, quando não está ocupada com o trabalho. Desse modo, é necessário que o idoso possa estar capacitado a participar integralmente dessas atividades de forma a aproveitar melhor seu tempo livre. Um estudo foi realizado com 77 pessoas, entre 47 e 84 anos, sendo 81% mulheres e 19% homens. Foi utilizado um questionário sóciodemográfico e um sobre lazer. Os questionários foram aplicados individualmente, tendo a anuência de cada participante por meio do Termo de Consentimento Livre Esclarecido (trabalho aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa). Os idosos foram contatados em grupos de Terceira Idade. Os resultados mostram que 65% dos idosos são aposentados não tendo outra atividade remunerada, 19% ainda se mantêm ativos em tempo parcial. A maioria é casada (54%) ou têm companheiros, os demais (24%) são viúvos. No item atividades de lazer, a atividade mais frequente (semanalmente) é ouvir e/ou assistir rádio/TV/áudio, destes 54% realizam sozinhos e 46% com outras pessoas. Atividades físicas, leitura de livros e leitura de jornais e revistas seguem com a mesma média de frequência (mensalmente). Estes dados são comparados com outros, relativos a qualidade de vida entre idosos. Conclui-se que o lazer é de fundamental importância para o processo de desenvolvimento humano, ao longo do seu tempo de vida, principalmente para a melhoria da qualidade de vida da população idosa.

Nível do trabalho: Pesquisador - P

Palavras-chave: Tempo livre, Envelhecimento e Bem Estar

Área da Psicologia: DES - Psicologia do Desenvolvimento