



**UNIVERSIDADE ESTADUAL DA PARAÍBA
CAMPUS I
CENTRO DE CIÊNCIAS BIOLÓGICAS E DA SAÚDE – CCBS
CURSO DE PSICOLOGIA**

ANDRESSA RIBEIRO FERREIRA DOS SANTOS

**EVENTOS ESTRESSANTES EM IDOSOS USUÁRIOS DE UNIDADES
BÁSICAS DE SAÚDE EM CAMPINA GRANDE-PB.**

**CAMPINA GRANDE
2018**

ANDRESSA RIBEIRO FERREIRA DOS SANTOS

**EVENTOS ESTRESSANTES EM IDOSOS USUÁRIOS DE UNIDADES
BÁSICAS DE SAÚDE EM CAMPINA GRANDE-PB**

Trabalho de Conclusão de Curso em Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel/Licenciado em Psicologia.

Área de concentração: Envelhecimento.

Orientador: Prof^a. Dr^a. Maria do Carmo Eulálio

**CAMPINA GRANDE
2018**

É expressamente proibido a comercialização deste documento, tanto na forma impressa como eletrônica. Sua reprodução total ou parcial é permitida exclusivamente para fins acadêmicos e científicos, desde que na reprodução figure a identificação do autor, título, instituição e ano do trabalho.

S237e Santos, Andressa Ribeiro Ferreira dos.
Eventos estressantes em idosos usuários de Unidades Básicas de Saúde em Campina Grande-PB [manuscrito] / Andressa Ribeiro Ferreira dos Santos. - 2018.
22 p.
Digitado.
Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) - Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, 2018.
"Orientação : Profa. Dra. Maria do Carmo Eulálio ,
Coordenação do Curso de Psicologia - CCBS."
1. Estresse. 2. Envelhecimento. 3. Bem-estar . I. Título
21. ed. CDD 155.67

ANDRESSA RIBEIRO FERREIRA DOS SANTOS

**EVENTOS ESTRESSANTES EM IDOSOS USUÁRIOS DE UNIDADES
BÁSICAS DE SAÚDE EM CAMPINA GRANDE-PB**

Trabalho de Conclusão de Curso em Psicologia da Universidade Estadual da Paraíba, como requisito parcial à obtenção do título de Bacharel/Licenciado em Psicologia.

Área de concentração: Envelhecimento

Aprovada em: 03/12/2018.

BANCA EXAMINADORA

Maria do Carmo Eulálio

Prof.ª. Dr.ª. Maria do Carmo Eulálio (Orientadora)
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

Edivan Gonçalves da S. Júnior

Prof. Me. Edivan Gonçalves Junior
Psicólogo – Mestre em Psicologia da Saúde-UEPB

Fabiola de Araújo Leite Medeiros

Prof.ª. Dr.ª. Fabiola de Araújo Leite Medeiros
Universidade Estadual da Paraíba (UEPB)

DEDICATÓRIA

Dedico esse trabalho de conclusão de curso a meu filho Theo Ângelo, por ele teve mais forças para terminar o curso de graduação mesmo com minha vida virada ao avesso. Filho é por você o caminho que mamãe trilha todos os dias, por você todas as minhas vitórias, é por você tudo que almejo, e esse trabalho de conclusão de curso, esse término de curso, é por você a para você, e eu lhe prometo que é só o começo.

AGRADECIMENTOS

A Deus que sempre esteve ao meu lado, me guiando e abençoando durante todo o tempo de curso, me protegendo e cuidando de mim de todas as formas.

Aos meus pais, que me ajudaram integralmente tanto financeiramente como emocionalmente, pois foi muito difícil ter que estudar fora de casa, fora do alcance do aconchego do lar.

A meu noivo que sempre me apoiou e me ajudou em qualquer situação que houvesse principalmente durante esses 5 anos de estudo, foco, determinação e concentração.

As minhas irmãs, que sem elas não seria possível eu terminar esse curso com tranquilidade, pois foram elas quem cuidaram como mães do meu filho enquanto eu estava terminando as atividades do curso – estagiando – o meu muito obrigada!!

A todos meus professores e amigos que fizeram parte dessa minha caminhada, foram longos 5 anos e 6 meses de convivência, vocês ficarão na minha memória, e sucesso a todos nós!!

Ao Grupo de Estudo e Pesquisa em Envelhecimento e Saúde (GEPES), por toda paciência e colaboração de meus professores e colegas, com vocês aprendi um pouco sobre pesquisa, engajamento, compromisso, e principalmente sobre a vida acadêmica. Vocês estão inteiramente nesse trabalho, pois cada passo que dei no GEPES, foi graças a um trabalho de equipe.

A Banca de avaliação, principalmente a professora Maria do Carmo Eulálio, que me orientou pacientemente, nas idas e voltas deste trabalho. Agradeço em especial a Edivan Gonçalves Junior que me apresentou e ajudou-me com a escrita acadêmica, desde o 1º ano de curso, tempo que me engajei no GEPES. Agradeço a professora Fabiola, que é de extrema competência. Obrigada a vocês que me orientaram com leituras e contribuições a este trabalho.

EPIGRÁFE

“Viver é envelhecer, nada mais.”
-Simone de Beauvoir

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	07
2. METODOLOGIA.....	10
2.1 Caracterização da pesquisa	10
2.2 Local do estudo e composição da amostra.....	10
2.3 Participantes.....	11
2.4 Instrumento de coleta de dados.....	11
2.5 Análise dos dados	11
2.6 Procedimentos éticos	12
3. RESULTADOS	12
4. DISCUSSÃO DOS RESULTADOS	15
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS	18
6. REFERENCIAS	20

RESUMO

O objetivo principal do estudo foi verificar a ocorrência de eventos estressantes vivenciados por idosos. Tratou-se de uma pesquisa com abordagem quantitativa, realizada em uma Unidade Básica de Saúde de Campina Grande/PB. Participaram da pesquisa 508 pessoas com idade igual ou superior a 60 anos. Foi utilizado um questionário socio demográfico e o instrumento de eventos estressantes é composto por 31 questões traduzidas e adaptadas do *The Elders Life Stress Inventory* – ELSI, acrescido de 9 itens. Os resultados evidenciaram que o nível do estresse foi de 25,08 pontos (DP=4,35). Os maiores índices de estresse encontrados foram relativos ao bem-estar pessoal (M=11,28; DP=9,9), seguidos dos relacionados à morte (M=6,3; DP=5,27). Entre os eventos de vida avaliados, destacaram-se os que afetam o bem-estar pessoal e os relativos à finitude. Conclui-se que as dificuldades advindas de declínios na saúde, conflitos familiares e de ameaças à integridade física e ao autoconceito foram mais frequentemente experimentados no cotidiano dos idosos. A ocorrência de mortes e de doenças em ascendentes e contemporâneos remete à concepção da própria finitude para o idoso e por isso são causadores de maior estresse nesse grupo etário.

Palavras-chave: Eventos estressantes, envelhecimento, bem-estar.

1. INTRODUÇÃO

De acordo com os estudos de Garbaccio (2014), o Brasil desde a década de 80 até os dias atuais está sofrendo um aumento populacional muito intenso, deixou de ser um país com altas taxas de fecundação, então, o perfil demográfico brasileiro mudou com aumento da população idosa. A estimativa da população de idosos no Brasil para 2025, deverá crescer quinze vezes, cinco vezes mais da população restante (IBGE, 2010).

Devido ao crescimento da população idosa no país, sente-se a necessidade de maior conhecimento acerca dos problemas que envolvem as pessoas em processo de envelhecimento. Considera-se a necessidade de estudar os aspectos relacionados à maior expectativa de vida, e os processos que permitem uma experimentação de qualidade de vida satisfatória, apesar das adversidades cotidianas do contexto em que vivem os sujeitos em processo de envelhecimento (BIRD, 2011).

De acordo com Fortes-Burgos e Cupertino (2009), o processo de envelhecimento é considerado uma redução das reservas biológicas, cognitivas e de perdas para o indivíduo que envelhece. O declínio natural e gradativo da saúde, das condições físicas e cognitivas, perda do cônjuge e de amigos, instabilidade financeira, perda de status e, eminentemente a aproximação da morte, são fatores que acometem a maioria dos idosos. Todos estes eventos citados podem desencadear o estresse, dependendo da forma como os idosos reagem a tais eventos e como buscam enfrentá-los.

Para Fortes-Burgos e Cupertino (2009), envelhecer, é naturalmente passar por uma diminuição na resiliência física e emocional, da capacidade de adaptação do comportamento também sofre alterações. O processo de envelhecimento humano implica em perdas em relação ao ambiente em que se vive e sobre si mesmo, sendo assim alcançar a maior longevidade torna os sujeitos mais suscetíveis a passar por eventos estressantes.

O termo –estresse¹ tem por definição ser um conjunto de reações inexplicáveis do organismo em resposta a estímulos diferentes e constantes, sendo esses de caráter negativo, capazes de trazer desequilíbrio ao sujeito, acompanhados por mudanças bioquímicas, psicológicas, cognitivas e comportamentais. Tais alterações acometem o equilíbrio homeostático (GARBACCIO; SILVA; BARBOSA; 2015).

Para Fortes-Burgos, Neri e Cupertino (2007), o estresse é a uma experiência produzida pela interação do indivíduo com fatores do ambiente, que é vivida e percebida por cada um de maneira diferente e resulta em desconforto psicológico e/ou fisiológico.

Segundo Lopes et. al. (2010), ao contrário do que o senso comum pode pensar, o estresse não corresponde a um evento banal e nem a uma sensação voluntária dos sujeitos, o estresse caracteriza as reações que uma pessoa apresenta por algum evento ou fato que venha a desequilibrar o modo anterior em que se encontrava antes da situação enfrentada, trazendo uma forte tensão.

O envelhecimento é permeado por vários desafios sociais, econômicos, culturais e emocionais. Sendo assim, torna-se necessário estudar os eventos estressantes que ocorrem no cotidiano dos idosos e como eles afetam diretamente a vida dessa população (WHATHIER et al., 2007).

Eventos de Vida (EV) são fatores que acontecem no cotidiano que podem mudar ou ameaçam mudar as atividades diárias de uma pessoa. EV também podem ser definidos como mudanças imperceptíveis na vida pessoal ou social como grandes mudanças, por exemplo o início de um novo emprego, casar-se, separar-se, sofrer um acidente etc. Tais eventos quase sempre são classificados como positivos, tal como o nascimento de um filho, por exemplo, e existem os de ordem negativa como doença ou morte de algum ente querido (WOYCIKOSKI; NATIVIDADE; HUTZ, 2014).

A literatura aponta que os eventos estressantes podem ou não se caracterizar de forma negativa para o sujeito, sendo relativos à forma de como é percebido o evento ou a mudança, depende também do contexto em que ocorrem e de quais demandas elas trazem para os sujeitos.

Segundo Fortes-Burgos e Cupertino (2009), algumas mudanças trazidas por um evento estressante são consideradas normativas ou esperadas. O estresse, fruto de um fator normativo ou não normativo depende de características individuais do evento e de como o indivíduo está disposto a enfrenta-lo. Alguns eventos são incontroláveis: grandes crises econômicas, acidentes, os quais, geralmente nada se pode fazer. O descontrole sobre a situação pode gerar grandes dificuldades de adaptação, e vai depender dos recursos de enfrentamento que cada pessoa possui. Os eventos estressantes normativos ou esperados, são eventos naturais no percurso da vida, como por exemplo a oportunidade de alfabetização na infância, a maternidade na vida adulta e a aposentadoria da velhice. Já os eventos não-normativos são aqueles cuja o acontecimento é inesperado e podem afetar o curso do desenvolvimento da vida cotidiana, como sofrer um grave acidente ou ganhar na loteria.

Segundo Almeida, et. al (2015), quando se tem preocupação, sente medo ou felicidade com uma determinada situação ou evento o organismo reage a tais estímulos. Com isso, pode vir à tona o estresse, considerado um processo natural, cujas reações biológicas envolvem o

hipotálamo, glândulas (hipófise, tireoide e supra-renal), órgãos (coração, fígado e estomago) e os músculos.

Fortes-Burgos, Neri e Cupertino (2009) afirmam que a ocorrência de mudanças físicas, psíquicas e sociais expressas no avanço do envelhecimento podem desencadear estresse, interferindo muitas vezes na inserção e relação social dos idosos; pode ocorrer também a diminuição na sua independência, prejudicando a sua qualidade de vida e seu bem-estar psicossocial, com risco de desenvolver desânimo e depressão. Outros fatores podem também ser associados ao desencadeamento do estresse em idosos, são eles: senilidade, presença de doenças crônicas não transmissíveis, aposentadoria, instabilidade financeira, morte de entes queridos e mudanças de papéis sociais.

Estudo realizado por Sparrenberger (2004) demonstrou que quando o idoso experimenta algum tipo de estresse, ele pode sofrer consequências na saúde em função do desgaste físico e psíquico. O luto, por exemplo, é algo que o idoso tende a vivenciar mais frequentemente, causa muito estresse, principalmente quando se trata da morte de uma pessoa próxima. Durante esse período o idoso pode sofrer uma piora em sua saúde.

Enfim, entende-se que os EV estressantes podem acarretar problemas emocionais aos idosos, principalmente quando os idosos não conseguem lidar com sentimentos negativos como o de desamparo, tristeza, medo e ressentimentos e quando não contam com o devido suporte para o enfrentamento de tais situações. Considerando o que foi exposto, esse trabalho teve como objetivo verificar a ocorrência de eventos estressantes vivenciados idosos e analisar os índices de estresse provocados por tais eventos.

2. METODOLOGIA

2.1 Caracterização da pesquisa

Trata-se de uma pesquisa transversal com abordagem quantitativa.

2.2 Local do estudo e composição da amostra

A coleta de dados foi realizada em UBS de Campina Grande-PB.

A amostra foi do tipo não-probabilística e estratificada. As Unidades de Saúde, entre as quais os usuários compuseram a amostra, foram indicadas pelos gestores de cada um dos 6 Distritos Sanitários urbanos do município de Campina Grande. Os gerentes dos distritos sanitários foram contatados previamente e com eles foi organizada toda a logística, tendo

como ponto principal de apoio os coordenadores de Unidade Básica de Saúde (UBS) e os agentes Comunitários de Saúde (ACS). Os idosos foram convidados pelos Agentes Comunitários de Saúde (ACS) a visitarem a Unidade Básica de Saúde (UBS) em dia e horário previamente agendados pela equipe da pesquisa em conjunto com os profissionais envolvidos das UBS para coleta de dados, quando aceito o convite para participar livremente da pesquisa, foi aplicado os instrumentos dentro das próprias UBS.

2.3 Participantes

Participaram da pesquisa 508 idosos, com idade a partir de 60 anos. Os idosos eram usuários de UBS de Campina Grande-PB. Quanto aos critérios de inclusão, foi apto a pesquisa aquele que possuía a idade mínima de 60 anos e estivesse descrito em Unidades Básicas de Saúde da cidade de Campina Grande-PB. Foram excluídos os idosos que não se sentiram à vontade para responder os instrumentos (não quiseram participar do estudo), os acamados, cadeirantes, os que apresentaram comprometimento cognitivo grave, déficit auditivo e visual graves, que dificultavam totalmente ou parcialmente o processo de aplicação e compreensão dos instrumentos de coleta de dados.

2.4 Instrumentos de coleta de dados

O instrumento de eventos estressantes é composto por 31 questões traduzidas e adaptadas do *The Elders Life Stress Inventory* – ELSI (ALDWIN; SUTTON; LACHMAN, 1996), acrescido de 9 itens, segundo a realidade brasileira (FORTES-BURGOS; NERI; CUPERTINO, 2009). O ELSI foi desenvolvido para avaliar a frequência do acontecimento dos eventos estressantes, e como resultado verificar o nível de estresse existente por parte do participante que se propõe a responder o instrumento. A intensidade do estresse é avaliada pelo participante em uma escala tipo *Likert* de cinco pontos: (1) –nada estressante; (2) –um pouco estressante; (3) –medianamente estressante; (4) –muito estressante e (5) –extremamente estressante. Se, por ventura o evento não tenha acontecido, atribui-se valor 0. ao final da aplicação, pergunta-se ao participante para apontar apenas um evento que considera o mais estressante ou que trouxe maior sofrimento.

2.5 Análise dos dados

Os dados coletados foram digitados e analisados pelo programa SPSS, versão 18, e revisados posteriormente. Foram realizadas análises descritivas dos dados (média, desvio padrão, mediana).

2.6 Procedimentos éticos

O projeto foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa (CEP) da Universidade Estadual da Paraíba, respeitando as diretrizes estabelecidas para pesquisa com seres humanos, previstas na Resolução 466/2012, do Conselho Nacional de Saúde (BRASIL, 2012). Contou com o número de aprovação CAAE: 58159316.4.0000.5187 e parecer nº 1.675.115.

3. RESULTADOS

A média de idade dos participantes foi de 71,16 anos ($dp=7,05$), a idade mínima de 60 e a máxima de 92 anos. Dos 508 idosos, houve maioria do sexo feminino (80,3%), 213 participantes (41,9%) são setuagenários, 216 (42,5%) casados ou vivem com companheiro (a). Os viúvos (as) são 31,3% da amostra total. Quanto a escolarização, 185 (36,4%) cursaram as primeiras séries iniciais. Somaram 46,1% os que moram com filhos e com relação a renda mensal familiar, as declarações de maior destaque foram superiores a um salário mínimo, 359 (70,7%) e religião 494 (97,2%) afirmaram possuir. (Tabela 1).

Tabela 1: Distribuição dos participantes (N=508) segundo condições sociodemográficas.

Variáveis	N	%
Sexo		
Masculino	100	19,7
Feminino	408	80,3
Distribuição etária		
60-69	225	44,3
70-79	213	41,9
≥80	70	13,8
Estado Civil		
Casado ou vive com companheiro	216	42,5
Solteiro	66	13
Divorciado ou separado	67	13,2
Viúvos (as)	159	31,3

Escolaridade

Nunca foi à escola	101	19,9
Curso de Alfabetização	6	1,2
Ensino fundamental do 2º ao 5º ano	185	36,4
Ensino fundamental do 6º ao 9º ano	74	14,6
Ensino médio	80	15,7
Ensino Superior	60	11,8
Não respondeu	2	0,4

Arranjo de moradia

Mora sozinho(a)	111	21,9
Mora com companheiro(a)	215	42,3
Mora com filho(s)	234	46,1

Moradia

Residência própria	409	80,5
Residência alugada	99	19,5

Renda familiar mensal

≤ 1 salário mínimo	157	30,9
> 1 salário mínimo	348	68,5
Não respondeu	3	0,6

Aposentado

Sim	359	70,7
Não	149	29,3

Possui religião

Sim	494	97,2
Não	14	2,8

Fonte: dados da pesquisa, 2016-2017.

Os resultados desse estudo mostraram uma média de 25,08 pontos (DP=4,35) para estresse. Os maiores índices de estresse encontrados foram relativos aos eventos que afetam o bem-estar pessoal (M=11,28; DP=9,9), seguidos dos relacionados à morte (M=6,3; DP=5,27).

Os eventos que se sobressaíram foram ‘_morte de parentes’ (n=292; 57,5%), ‘_morte de amigos’ (n=267; 52,6%), adoecimento do próprio idoso (n=261; DP=49,6%) e problema com a memória (esquecimento) (n=252; 49,6%).

Com uma frequência inferior a 30, os idosos pontuaram como menos estressante: divórcio ou separação 25 (5,0%); casamento 13 (2,6%); colocar o esposo (a) em uma instituição 5 (1,0%); colocar o pai ou a mãe em uma instituição 4 (0,8%). (Tabela 2).

Tabela 2: Frequência dos eventos estressantes.

Item	Evento	Frequência	%
4	Morte de um parente	292	57,5
3	Morte de um amigo	267	52,6
11	Doença do próprio idoso	261	51,4
12	Memória piorando	252	49,6
20	Perder poder aquisitivo	188	37,8
7	Doença do esposo/a	153	30,7
17	Perder contato com amigo devido à mudanças	151	30,3
21	Perder aposentadoria	147	29,5
28	Assumir responsabilidades financeiras por alguém	140	28,1
16	Cuidar do esposo ou esposa doente	137	27,5
36	Não teve dinheiro para medicamentos	119	23,9
10	Doença de um neto/a	99	19,9
24	Divórcio ou separação de um filho	99	19,9
9	Doença de um filho/a	96	19,3
26	Casamento de um filho	96	19,3
2	Morte de pai ou mãe	91	18,3
39	Um parente não teve dinheiro para medicamentos	85	17,1
22	Perder aposentadoria do esposo ou esposa	80	16,1
29	Conflitos com os filhos	78	15,7
33	Enganado ou ridicularizado	77	15,5
35	Roubo ou assalto em transporte público	74	14,9
19	Perder algum objeto que gostava	72	14,5
1	Morte do esposo/a	68	13,7
8	Doença de pai ou mãe	67	13,5
38	Um parente sofreu violência	64	12,9
30	Conflitos com esposo/a	62	12,4
31	Danos na casa	57	11,4
18	Perder contato com filho devido à mudanças	51	10,2
40	Um parente não conseguir socorro médico de urgência	51	10,2
15	Cuidar do pai ou mãe doente	47	9,4
37	Não conseguir socorro médico de urgência	47	9,4
34	Roubo ou assalto em casa	40	8,0
32	Maltratado ou ameaçado de maus-tratos	35	7,0
6	Morte de um neto	34	6,8
5	Morte de um filho	32	6,4
23	Divórcio ou separação	25	5,0
25	Casamento	13	2,6
13	Colocar o/a esposo/a em uma instituição	5	1,0

Fonte: Dados da pesquisa, 2016-2017.

4. DISCUSSAO DO RESULTADOS

Observou-se que um pouco mais de 80% da amostra foi composta de idosos do sexo feminino. A ONU estima para 2040 um número de 23,99 milhões de homens e 30,19 milhões de mulheres, uma diferença razoavelmente grande (6,2 milhões de mulheres em relação à população idosa masculina). Então é eminente que nos próximos anos o excedente de mulheres vá crescer em cada grupo etário do topo da pirâmide. Este processo é conhecido como —feminização da velhice. (ALVES, E. D.; NOGUEIRA, A. R. M. 2014)

Foi encontrado uma proporção de 42,5% de idosos casados e 31,3% de viúvos(as). Essa alta porcentagem coincide com os dados da população idosa da PNAD 2011, em que a maior parte das mulheres idosas se encontravam viúvas, o que, de acordo com Camarano (2014), pode ser explicado pela maior expectativa de vida da mulher e pelo fato de que o homem tende a casar novamente. A proporção de viúvas cresce com a idade, do mesmo modo que diminui a de casadas. Sendo assim, corroborando com nossa amostra, onde idosos casados somam 42,5%. Porém, pode-se observar que a idade tem efeito maior sobre o estado civil das mulheres idosas. Tem-se observado que as idosas, quando ficam viúvas ou separadas, acabam se adaptando a essa nova vida – sozinha – aprendendo a ter que ser a chefe da casa e arcar com todas as responsabilidades que seu marido exercia. (SOUSA; SILVER, 2008).

Os idosos possuem majoritariamente baixa escolarização. O que também foi verificado nos estudos de Sousa et al. (2010) e de Sousa e Silver (2008), altos índices de idosos com baixa escolaridade. Nesse contexto, pode-se levar em consideração o fato que os idosos nasceram e cresceram em tempos mais difíceis quanto ao acesso à escola e a educação formal, muitos só estudavam em casa e outros nem estudavam, principalmente para as mulheres, que sua obrigação era cuidar da casa, portanto a prioridade de estudar ainda era dos homens (SOUSA; SILVER, 2008). Além disso, há a questão do trabalho, para ajudar na casa e no sustento da família, por tanto estudar não era uma prioridade. Esse dado corrobora com

os estudos de Meireles et al. (2007), que afirmaram que as idosas brasileiras não tiveram o acesso ao estudo devido a valores culturais e sociais que existiam no século passado, no qual as mulheres acabavam tendo que assumir o papel de dona de casa muito novas e portanto estudar ficava em segunda instancia.

Em relação ao arranjo familiar e renda mensal, segundo Andrade et. al. (2013), os idosos têm atualmente mais abertura a benefícios sociais, que no geral atendem quase a maioria da população idosa, seja na forma de aposentadorias ou pensões.

Com relação ao arranjo de moradia, atualmente vê-se muito comumente os idosos dividindo suas casas com seus filhos, netos e até bisnetos e sendo ainda o principal responsável pelo sustento de sua família. Esse é um processo que muitas famílias estão vivendo, a saída tardia dos filhos das casas dos pais, isso se dá devido à dificuldade da inserção no mercado de trabalho e a necessidade de continuar na comodidade da casa de seus pais (ANDRADE et. al. 2013).

Observou-se que os idosos possuem majoritariamente alguma religião (97,2%). É comum os idosos afirmarem ter ou seguir alguma religião, alguns estudos nacionais encontrados na literatura têm demonstrado que as crenças pessoais influenciam positivamente no envelhecimento bem-sucedido. O estudo de Lucchetti (2011) mostrou que idosos que possuem crenças espirituais davam maior significado a suas vidas tinham até dez vezes mais chance de ter um envelhecimento bem-sucedido, em comparação com aqueles que não as possuíam. Outro estudo realizado por Rosa (2008) trouxe que a resiliência (capacidade humana muito presente em pacientes com bem-estar espiritual, que consiste em enfrentar, vencer e ser fortalecido ou transformado nas experiências de adversidade) foi associada ao envelhecimento bem-sucedido.

Pode-se destacar que os idosos estão, mais vulneráveis a sofrer perdas. Pela idade, pelo tempo vivido e das experiências acumuladas é comum as pessoas que os cercam (amigos, mãe, pai, irmãos, tios) morrerem e isso acarreta um impacto negativo ao idoso e a sua saúde emocional. O mesmo pode se falar da perda financeira, da situação econômica decorrente da aposentadoria; a perda da beleza, do vigor da juventude; a perda de um corpo saudável para dar lugar à convivência com doenças crônicas; a perda de independência e/ou autonomia. Então, segundo o estudo de Lucchetti (2011), é cabível dizer que, a religião e a espiritualidade podem auxiliar no enfrentamento destes eventos, considerados frequentemente como estressores.

Quanto ao estresse, os eventos estressantes acometem a vida dos idosos influenciam negativamente em seu bem-estar. A grande maioria dos idosos desta amostra considerou que

o evento mais estressante está relacionado com perdas. Eventos estressantes que mais têm aparecido em pesquisa do mesmo teor, são eventos relacionados à morte (FORTES-BURGO; NERI; CUPERTINO, 2009). Nesse estudo foi encontrado predomínio de experiências de morte de pessoas próximas, amigos e parentes dos idosos.

Os resultados obtidos assemelham-se aos de um estudo realizado por Santana (2006) que avaliou 570 dentre os 956 participantes do PENSA – Processos de Envelhecimento Saudável – onde foi encontrado que dentre os eventos relacionados à finitude, o mais frequentemente relatado foi morte ou perda (38,9%) de parente ou amigo muito próximo. Outro estudo realizado no município de Parnaíba- PI contou 299 idosos também apresentou dados semelhantes aos do presente estudo, os resultados mostraram que a frequência de eventos relacionados a morte de ascendentes e contemporâneos foi muito alta (DUARTE, 2011).

A morte é o evento mais citado pelos participantes, e mostra-se que independe de qual cultura o indivíduo vive, é um acontecimento natural da vida, mesmo assim nunca estamos preparados o suficiente para recebê-la e sempre é muito doloroso aceitar a morte de um ente querido ou de um amigo próximo. Para Fortes-Burgos et al, (2009), a morte traz uma reflexão para o idoso como uma questão que o momento da sua morte se aproxima, o declínio do corpo está acontecendo, sendo esse fato algo natural da vida, e que é reconhecido por todos, inclusive pelos os idosos.

Morte e problemas graves de saúde no geral são situações que comumente os indivíduos podem percebê-las como inevitáveis, naturais a vida, sendo estas vividas cercada de emoções negativas, sentimento de frustração e desamparo, por ser algo que remete à tristeza e perda, potencializando a sensação de falta de controle em relação à vida (FORTES-BURGOS; CUPERTINO, 2009)

Reafirmando essa narrativa, Sulzbach; Lunardi (2001), traz que a preocupação com morte pode não estar ligada ao evento estressante em si, mas ao medo de sofrer no processo da morte. Finalizando esse contexto, o fato de amigos e familiares dos idosos estarem morrendo potencializa os sentimentos de insegurança, tristeza e insatisfação (FRUMI; CELICH, 2006).

Vemos nos resultados também que o adoecimento do idoso teve grande índice de estresse (n=261; DP=51,6%), seguido de problemas de memória (n=252; 49,6%).

Garbaccio (2014) fala que a respeito dos problemas de saúde, a dor física (em funcionalidade, autonomia e independência), sentimento de perda e aborrecimento de entes queridos, amigos, pessoas próximas no geral e a sua própria saúde podem refletir

negativamente na vida do idoso, e em consequência disso, agravar sua saúde e dificultar seu bem-estar.

Segundo o estudo de Lustosa, et. al. (2013), o declínio paulatino no funcionamento físico do indivíduo, agrava doenças ditas como somáticas, e as dificuldades, de lembrar de algo que comumente lembraria com facilidade (esquecimento), são algumas das mudanças naturais fisiológicas e psicológicas típicas do envelhecimento, com altas chance de serem vividas e relatadas como eventos estressantes.

A maioria dos idosos chega à fase mais avançada da vida já casados, estabilizados se tratando de relacionamento e por isso a baixa frequência de idosos que se casaram e consequentemente associaram esse evento a ser estressante. O mesmo pode-se comentar sobre divórcio ou separação, idosos dificilmente se separam ou se divorciam pois tendem a viver juntos até a morte, talvez por acomodação ou costume de conviver com aquela pessoa. Aklander (2012) mostra em seu estudo que a época que mais os casais se separam estão entre os primeiros anos de união. Entretanto, podemos observar hoje, em nossa realidade, muitos casamentos que chegam a terminar durante a velhice, com uma idade mais avançada, um dos fatores principais para esse fenômeno é a crescente longevidade e melhoria da qualidade de vida no envelhecimento.

Se tratando de colocar o esposo(a) ou o pai e/ou a mãe em uma instituição em uma instituição, verificou-se uma frequência muito baixa de idosos que realizaram alguma dessas opções citadas. Como traz Dias, et. al (2013) é de grande importância que o convívio e satisfação nas suas relações sociais e suporte social do idoso faz com que o mesmo tenha melhor percepção de qualidade de vida.

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Entre os eventos de vida avaliados, destacaram-se os eventos que afetam o bem-estar pessoal e os relativos à finitude. Isso significa dizer que as dificuldades advindas de declínios na saúde, o estresse advindo de conflitos familiares e de ameaças à integridade física e ao autoconceito foram mais frequentemente experimentados no cotidiano dos idosos. A ocorrência de mortes e de doenças em ascendentes e contemporâneos remete à concepção da própria finitude para o idoso e por isso são causadores de maior estresse nesse grupo etário.

Tais eventos são agravantes no processo de adaptação dos idosos às adversidades da velhice e podem reforçar a representação socialmente compartilhada de velhice relacionada à ideia de declínios e de perdas

Os dados chamam a atenção para a promoção de um envelhecimento adaptado, em que se deve considerar o trabalho de elaboração psíquica acerca dos declínios e das perdas que acometem a pessoa idosa. Trabalhar o luto e colaborar com a ressignificação dos declínios vivenciados com o aumento da idade pode auxiliar no amadurecimento pessoal e, consequentemente, no equilíbrio emocional dos idosos.

ABSTRATC

The main goes of study it was to observe the occurrence of stressful event, lived by the elderly. It was a research that talk about quantity, realized in basic health unit of Campina Grande/PB. Take part of research 508 people with age equal or more than 60 years old. It was used a sociodemographic questionnaire and instruments of stressful event it's composed by 31 questions translated and adapted from The Elders Life Stress Inventory – ELSI, plus 9 items. The results showed that the stress level was 25.08 points (SD = 4.35). The highest stress indexes were related to personal well-being (M = 11.28, SD = 9.9), followed by those related to death (M = 6.3, SD = 5.27). However the life events evaluated, those that affect personal well-being and those related to finitude were highlighted. It is concluded that the difficulties of health declines, family conflicts and threats to physical integrity and self-concept were more frequently experienced in the daily life of the elderly. The occurrence of deaths and diseases in ancestors and contemporaries refers to the conception of own finitude for the elderly and therefore cause greater stress in this age group.

Keywords: Stressful events, Elders Life, research

REFERÊNCIAS

- AKLANDER, A. **“Divórcio grisalho”**: Pesquisando atitudes e expectativas de mulheres separadas após longas uniões, Dissertação de Mestrado, Rio de Janeiro 2012
- ALMEIDA, A. V. et. al. **A Feminização da Velhice: em foco as características socioeconômicas, pessoais e familiares das idosas e o risco social**, Porto Alegre, 2015.
- ALVES, E. D.; NOGUEIRA, A. R. M. **Envelhecimento Populacional e Feminização da Velhice**. 2014
- ANDRADE, M. P. et. al. **A relação entre renda e composição domiciliar dos idosos no Brasil: um estudo sobre o impacto do recebimento do Benefício de Prestação Continuada**, Rio de Janeiro, 2013.
- CAMARANO, A. A. **Novo regime demográfico: uma nova relação entre população e desenvolvimento**, Rio de Janeiro: Ipea, 2014.
- DUARTE, F. M. et. al. **Religião e Espiritualidade de Idosos Internados em uma Enfermaria Geriátrica**, Psicologia: Teoria e Pesquisa, 2011.
- FONTES, A. P. **Estratégias de enfrentamento, regulação emocional e bem-estar subjetivo em idosos, numa perspectiva de resiliência**, Campinas, 2015.
- FORTES-BURGO, A. C. G., CUPERTINO, A.P.F.B. **Avaliação subjetiva dos efeitos de eventos de vida estressantes relacionados à finitude em idosos residentes na comunidade**, Geriatria & Gerontologia, *Estudos de Psicologia* , 2009
- FORTES-BURGO, A. C. G., NERI, A. L., CUPERTINO, A. P. F. B. **Eventos de vida estressantes entre idosos brasileiros residentes na comunidade**, *Estudos de Psicologia* 2009.
- FRUMI, C., CELICH, K. L. S. **O olhar do idoso frente ao envelhecimento e à morte**. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**, 2006.
- GARBACCIO, J. L. et. al. **Avaliação do índice de estresse em idosos residentes em domicílio**, Belo Horizonte, 2014.

- LOPES, R. M. F. et. al. **As interferências do estresse na terceira idade e os recursos disponíveis para enfrenta-lo**, disponível em: www.psicologia.com.pt , 2010
- LUMARDI, W. D., et. al. **Percepções e condutas dos profissionais de enfermagem frente ao processo de morrer e morte**. Texto e Contexto Enfermagem, 2001.
- LUSTOSA, R. P. M, et. al. **O Efeito do Estresse na Qualidade de Vida de Idosos: O Papel Moderador do Sentido de Vida**, Psicologia: Reflexão e Crítica, 2013.
- MEIRELES, V. C. et. al. **Características dos idosos em área de abrangência do Programa Saúde da Família na região noroeste do Paraná: contribuições para a gestão do cuidado em enfermagem**. Revista Saúde e Sociedade, 2007.
- ROSA, L. H. T. **Estudo dos fatores associados ao envelhecimento bem-sucedido de idosos da comunidade de Barra Funda-RS**. Tese [Doutorado apresentada ao Programa de Pós-Graduação] — Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul; 2008.
- SANTANA, M. C. **Significados de religiosidade segundo idosos residentes na comunidade: dados do PENSA**. Dissertação de Mestrado, Universidade Estadual de Campinas, São Paulo, 2006.
- SPARRENBERGER, F., SANTOS, I., LIMA, R. C., Associação de eventos de vida produtores de estresse e mal-estar psicológico: um estudo de base populacional, **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, 2004
- SOUSA, A. I.; SILVER, L. D. **Perfil sociodemográfico e estado de saúde autorreferido entre idosos**. Esc. Anna Nery Ver. Enferm., 2008.
- WATHIER, J. L. et. al. **Eventos de vida e estratégias de coping de idosos socialmente ativos**, **Estud. interdiscip. envelhec.**, Porto Alegre, 2007.
- WOYCIKOSKI, C., NATIVIDADE, J. C., HUTZ, C. S., **Eventos de Vida Constituem um Construto? Evidências da Impossibilidade de Considerar Eventos de Vida um Construto**, *Trends in Psychology / Temas em Psicologia*, 2014.

