

SAÚDE MENTAL E ENVELHECIMENTO

Rafaele Luiza Klafke
Nívia Arlete Souza Duarte
Sílvia Virginia Coutinho Areosa

Em decorrência do crescente número de idosos no Brasil, percebe-se a necessidade de estudos que abordem este fenômeno populacional, possibilitando um novo olhar às questões peculiares do processo de envelhecimento. Este tema ficou por muito tempo invisível à sociedade, o que disseminou ideias preconceituosas sobre o que significa envelhecer e ser velho. Assim, o envelhecer pode ser compreendido como uma construção singular, influenciada pelos diferentes contextos e vivências. Além disso, é inevitável desconsiderar que envelhecer significa transformar-se, pois é um momento da vida em que ocorrem inúmeras alterações físicas, sociais e psicológicas, com isso, emergindo diferentes perdas e ganhos. Conforme salientado por Leite *et al.* (2012, p. 65): “O envelhecimento vem acompanhado pelo declínio das capacidades físicas e cognitivas, que podem variar conforme as características de vida de cada indivíduo”. Deste modo, dentre as perdas, a diminuição na capacidade cognitiva e o aumento de fatores como ansiedade e depressão são comuns em idosos. (LOBO *et al.*, 2012). Porém, também é importante ressaltar os fatores positivos do envelhecimento, os quais abarcam significativas experiências de vida e de participação social. (ARAÚJO; COUTINHO; SANTOS, 2006). Partindo desse pressuposto, a Universidade de Santa Cruz do Sul (UNISC) possui projetos voltados à população idosa, dentre eles, a Universidade do Adulto Maior (UniAMa), um curso de extensão de 24 meses que proporciona um espaço de trocas, valorização e incentivo ao protagonismo social dos participantes. Nesse sentido, o objetivo deste trabalho é verificar e analisar as condições de saúde mental de 52 idosos que participaram das duas primeiras turmas do UniAMa, os quais foram avaliados em duas etapas, ao início e término do curso. A metodologia utilizada pautou-se em uma análise dos dados obtidos através de instrumentos de avaliação do estado mental: Mini Exame do Estado Mental (MEEM); e de escalas psicológicas: Escala Beck de Ansiedade (BAI) e Escala de Depressão Geriátrica (GDS), aplicados nas turmas de 2014 e 2015. Através dos resultados do MEEM percebe-se que 22 desses idosos possuíam um comprometimento cognitivo leve quando iniciaram o curso, porém ao termina-lo, apenas 18 idosos apresentavam o mesmo resultado. Na escala BAI nota-se que 14 idosos demonstravam algum nível de ansiedade, no entanto, ao final do curso apenas 9 permaneciam com alteração. A mesma diferença é percebida na escala GDS que revelou 5 idosos com indícios de depressão leve, enquanto, ao término do curso, observou-se apenas 2. Ao comparar os resultados, é visível a diminuição nos escores dos testes, o que nos leva a considerar o UniAMa um ambiente que possibilita aos idosos um

espaço próprio de trocas, com vivências e experiências que auxiliam na manutenção e melhora das condições de saúde mental, afinal acabam desconstruindo os estigmas sociais acerca da velhice, promovendo assim, novas formas de vivenciar esta fase da vida.

Palavras-chave: Envelhecimento. Saúde Mental. Testes Psicológicos. UniAMa.

REFERÊNCIAS

ARAÚJO, L. F.; COUTINHO, M. P.; SANTOS, M. F. O idoso nas instituições gerontológicas: um estudo na perspectiva das representações sociais. *Psicologia e Sociedade*, [s.l.], v. 18, n. 2, p. 89-98, 2006. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/psoc/v18n2/11.pdf>>. Acesso em: 17 maio 2017.

LEITE, M. T. *et al.* Estado cognitivo e condições de saúde de idosos que participam de grupos de convivência. *Rev. Gaúcha de Enfermagem*, Porto Alegre, v. 33, n. 4, p. 64-71, 2012. Disponível em: <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-14472012000400008&lng=en&nrm=iso>. Acesso em: 22 jun. 2016.

LOBO, B. O. *et al.* Terapia cognitivo-comportamental em grupo para idosos com sintomas de ansiedade e depressão: resultados preliminares. *Psicologia: teoria e prática*, v. 14, n. 2, p. 116-125, 2012. Disponível em: <<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/ptp/v14n2/v14n2a10.pdf>>. Acesso em: 17 maio 2017.