

## DIFICULDADE FUNCIONAL E *COPING* EM IDOSOS



Analise de Souza VIVAN <sup>1</sup>

Irani Iracema de Lima ARGIMON <sup>2</sup>



### Resumo

O objetivo deste estudo foi verificar as características das publicações indexadas nos últimos cinco anos que abordam os temas  *coping* , dificuldade funcional e idosos. Os artigos foram revisados e classificados a partir de seis dimensões de análise: base de dados, ano de publicação, país de origem, tipo de delineamento, cruzamento de variáveis e resultados e conclusões dos estudos. O tratamento dos dados foi realizado através de análise das frequências percentuais.

**Palavras-chave:** *Coping*. Dificuldade funcional. Idoso.

### Introdução

Com o avanço da ciência, a expectativa de vida da população vem aumentando ao longo dos anos. Em relação ao início do século passado, os longevos de hoje vivem cerca de 20 anos mais. Segundo Camarano (2002), a participação dos idosos no total da população nacional duplicou nos últimos 50 anos, passando de 4% em 1940 para 9% no ano de 2000. Projeções indicam que esta faixa etária poderá ser responsável por quase 15% da população brasileira em 2020. Desta forma, estudos recentes apontam para a importância de questões não apenas relacionadas ao aumento do tempo de vida, mas principalmente à qualidade destes anos.

Muitos autores vêm estudando o envelhecimento e o processo de declínio físico e cognitivo associados a ele. A evolução de doenças crônicas pode acarretar em incapacidades físicas e/ou mentais, causando prejuízo nas atividades de vida diária (GUEDES e SILVEIRA, 2004; GUIMARÃES et al., 2004; RAMOS, 2003). No entanto, Rosa, Benício, Latorre e Ramos (2003) acrescentam que, apesar de comumente associar-se às dificuldades com a presença de algumas doenças, deficiências ou problemas médicos, a capacidade funcional também pode ser influenciada por fatores demográficos, sócio-econômicos, culturais e psicossociais. Em estudo realizado por Karsch (2003), estima-se que 10% dos idosos

brasileiros necessitem de assistência nas atividades de vida diária, e cerca de 40% precisam de ajuda nas atividades instrumentais de vida diária.

Além de um grande desafio para as famílias e a sociedade, os prejuízos funcionais podem representar um risco à qualidade de vida dos idosos. Os déficits no funcionamento físico interferem no desempenho das atividades cotidianas e na avaliação subjetiva que o indivíduo faz de sua vida (MELZER e PARAHYBA, 2004). As situações podem ser vivenciadas como eventos estressores, afetando o status psicológico do sujeito e levando a crises e problemas emocionais (RABELO e NERI, 2005; CARDOSO, 2002).

Segundo Baltes (1996), a dependência comportamental traz muito desconforto para os idosos, pois os segrega de grupos etários mais jovens e faz com que sejam percebidos como incompetentes pela sociedade. Diante desta situação, a percepção do indivíduo e a avaliação que ele faz dos eventos são fatores importantes para a adaptação e o enfrentamento das situações (BANDURA, 2004).

Os prejuízos funcionais podem ter diferentes representações e implicações na vida das pessoas, de acordo com os recursos psicológicos disponíveis. Características pessoais, como os pensamentos e comportamentos adotados por cada indivíduo frente a determinado estímulo, podem ser importantes diferenciais e influenciar diretamente na qualidade de vida das pessoas (FOLKMAN e MOSKOWITZ, 2004). Cada ser humano pensa, sente e age de forma variada diante de um evento estressor, e os diferentes mecanismos e estratégias utilizadas frente a cada situação são denominados *coping*.

Para Lazarus e Folkman (1984), *coping* é um conjunto de esforços, cognitivos e comportamentais, utilizado pelos indivíduos com o objetivo de lidar com demandas específicas, internas ou externas, que surgem em situações de *stress*. Estas demandas são avaliadas como sobrecarregando ou excedendo os recursos pessoais do indivíduo e, através das estratégias de *coping* buscam reduzir, minimizar ou tolerar as situações.

Os autores propõem um modelo de processamento de *stress* e *coping* em que *coping* representa um mediador entre um estressor e o resultado advindo deste estressor, e tanto os recursos sócio-ecológicos quanto os recursos pessoais podem interferir na avaliação do evento e na escolha das diferentes estratégias a serem utilizadas. Ainda, por ser considerado um processo dinâmico, permite a avaliação e reavaliação contínua da relação pessoa-ambiente e das estratégias a serem utilizadas no enfrentamento.

Segundo Folkman (1984), as estratégias de *coping* podem ser classificadas em dois tipos: focalizada no problema e focalizada na emoção.

No *coping* centrado no problema, a preocupação maior está na resolução. Para isto, define-se o problema, enumeram-se as alternativas, comparam-se custos e benefícios e escolhe-se uma ação. As estratégias utilizadas, direcionadas interna ou externamente, são voltadas para a realidade, de forma mais adaptativa, buscando-se modificar as pressões ambientais e diminuir ou eliminar a fonte de *stress*.

O *coping* centrado na emoção, por sua vez, tem como objetivo alterar o estado emocional do indivíduo, buscando reduzir a sensação física desagradável relacionada à situação estressante. Para isto, tende-se a utilizar estratégias advindas de processos defensivos, usando manobras cognitivas para uma modificação de significado da situação.

Segundo Savóia, Santana e Meijas (1996), quando a situação vivenciada já é avaliada como irreversível, tende-se a utilizar, de maneira mais intensa, estratégias de *coping* focadas na emoção; enquanto que, nas situações em que considera-se mais fácil reverter o problema, existe uma maior tendência ao uso de estratégias fixadas no problema.

Lazarus e Folkman (1984) enfatizam que, se a estratégia utilizada for efetiva, o indivíduo obterá a resolução do problema ou a diminuição da emoção negativa, podendo o evento estressor ser superado. No entanto, se as estratégias de *coping* forem ineficazes, será mantida a crise e o processo de *stress*, sendo então necessária a reavaliação.

A percepção subjetiva e a interpretação do sujeito em relação a um evento determinam a qualidade e a intencionalidade de uma reação emocional. Folkman e Moskowitz (2004) complementam afirmando que os pensamentos e comportamentos utilizados para lidar com as situações estressantes podem ser um diferencial e influenciar diretamente na qualidade de vida das pessoas.

Considerando a presença relevante de prejuízos funcionais no processo de envelhecimento e o conceito de *coping* abordado, este estudo tem como objetivo verificar as características das publicações indexadas nos últimos 5 anos, que abordam os temas *coping*, dificuldade funcional e idosos.

## **Método**

Através de uma revisão sistemática (COUTINHO, 2002), conduziu-se a análise de publicações presentes nas bases de dados dos sistemas Medline, PsycInfo e LILACS. Usando os descritores *coping* ou estratégias de enfrentamento, dificuldade funcional, prejuízo funcional ou incapacidade funcional e idoso ou velhice (*coping, functional impaired or*

*functional incapacity or functional weakness and old people or aged or elder or aging*), fez-se o levantamento dos *abstracts* dos últimos 5 anos.

Foram identificados 37 *abstracts* de artigos através da busca realizada, sendo todos eles de publicações em periódicos. A análise do material ocorreu a partir dos seguintes critérios: base de dados, ano de publicação, país de origem, tipo de delineamento, cruzamento de variáveis e resultados e conclusões do estudo. Os dados foram analisados através de frequências percentuais.

## Resultados

A primeira análise envolveu a distribuição dos *abstracts* de acordo com as bases de dados investigadas. O Medline teve a maioria das publicações (35), seguido do PsycInfo e LILACS, com uma publicação cada (Tabela 1).

Tabela 1  
**Distribuição dos Artigos Localizados nas Bases de Dados**

<b>Bases de Dados</b>	<b>Artigos</b>	<b>Total (%)</b>
Medline	35	94,6
PsycInfo	1	2,7
LILACS	1	2,7
Total	37	100

A partir da investigação dos *abstracts*, foi identificado um artigo que estava registrado tanto no PsycInfo quanto no LILACS. Desta forma, passa-se a se trabalhar com um número total de 36 estudos.

Levando-se em consideração o ano de publicação, conforme pode ser visto na Tabela 2, o ano de 2005 teve maior concentração de estudos, com um total de 15 *abstracts*.

Tabela 2  
**Distribuição dos Artigos Localizados nas Bases de Dados, por Ano de Publicação**

<b>Ano de Publicação</b>	<b>Artigos</b>	<b>Total (%)</b>
2002	5	13,9
2003	5	13,9
2004	8	22,2
2005	15	41,7
2006	3	8,3
Total	36	100

Dos 36 artigos publicados, grande parte tem os Estados Unidos como país de origem (16), seguidos do Canadá (4) e Suécia (3) (Tabela 3).

Tabela 3  
**Distribuição dos Artigos Localizados nas Bases de Dados, por País de Origem**

<b>País de Origem</b>	<b>Artigos</b>	<b>Total (%)</b>
Estados Unidos	16	44,5
Canadá	4	11,1
Suécia	3	8,3
Alemanha	2	5,5
Holanda	2	5,5
Reino Unido	2	5,5
Austrália	1	2,8
Brasil	1	2,8
Finlândia	1	2,8
França	1	2,8
Itália	1	2,8
Nova Zelândia	1	2,8
Rússia	1	2,8
Total	36	100

A quarta dimensão de análise envolve os tipos de delineamentos utilizados. Os estudos transversais apareceram em maior número (25), seguidos dos de coorte (9) (Tabela 4).

Tabela 4  
**Distribuição dos Artigos Localizados nas Bases de Dados, por Tipo de Delineamento**

<b>Tipo de Delineamento</b>	<b>Artigos</b>	<b>Total (%)</b>
Estudo transversal	25	69,4
Estudo de coorte	9	25,0
Ensaio clínico randomizado	1	2,8
Revisão teórica	1	2,8
Total	36	100

No que envolve a análise de cruzamento de variáveis, os estudos apresentaram temas variados. O termo *coping*, usado como descritor objetivando a relação com o conceito de *coping* e as estratégias de enfrentamento, foi encontrado em muitos *abstracts* referindo-se ao verbo enfrentar, em inglês (*to cope*).

Quanto à faixa etária dos participantes, cinco artigos foram descartados nesta fase de análise. Três deles envolviam estudo com crianças, enquanto dois referiam-se a adultos cuidadores de idosos.

A partir da análise dos artigos, foram criadas três categorias: (1) dificuldade funcional e métodos de enfrentamento, (2) prejuízo na qualidade de vida e (3) prejuízo cognitivo.

(1) dificuldades funcionais e métodos de enfrentamento: refere-se aos recursos psicológicos e sociais utilizados pelos indivíduos para lidar com situações estressantes;

(2) prejuízo na qualidade de vida: prejuízos enfrentados pelos idosos na presença de doenças. Foram encontrados artigos sobre esquizofrenia (uso de medicamentos), perda de visão (reabilitação visual, superproteção social), traumatismo craniano, câncer (mama, útero), doenças pulmonares, doenças de coração, esclerose múltipla (prejuízos físicos e psicológicos);

(3) prejuízo cognitivo: memória, atenção e orientação espacial, incluindo estudo sobre a influência de sintomas de ansiedade e depressão.

Apenas a primeira categoria (dificuldades funcionais e métodos de enfrentamento) refere-se ao tema de estudo proposto neste artigo. Desta forma, a sexta dimensão de análise, que se refere a resultados e conclusões, terá como base esta categoria.

Os estudos que se referem à incapacidade funcional e métodos de enfrentamento apontam os prejuízos enfrentados pelos idosos, incluindo dificuldades sociais/interpessoais, ocupacionais e psicológicas.

A ocorrência de eventos negativos, como a incapacidade funcional, pode trazer dificuldades ao ajustamento pessoal, tendo em vista as mudanças que serão necessárias em seu estilo de vida. Desta forma, para uma maior possibilidade de adaptação sem declínio na qualidade de vida, torna-se necessário o desenvolvimento de mecanismos de ajustamento pessoal.

Rabelo e Neri (2005), em uma revisão de literatura, salientam os diferentes recursos psicológicos e sociais que podem ser usados como mecanismos protetores ou mediadores no ajustamento pessoal de idosos com incapacidades, apontando variáveis como: suporte social, crenças e estados emocionais positivos, regulação afetiva, mecanismo de comparação social, senso de auto-eficácia, mecanismos de seleção-otimização-compensação e mecanismo de *coping*.

Segundo o estudo das autoras, o suporte social interfere positivamente no enfrentamento dos prejuízos funcionais, aumentando a auto-estima e o sentimento de influência sobre o

ambiente. Idosos com ampla rede social são estimulados quanto ao senso de controle, auto-eficácia e auto-aceitação.

As crenças e estados emocionais positivos também são considerados fatores protetivos da boa qualidade de vida. Além de influenciar o estado emocional do indivíduo, podem causar mudanças fisiológicas e neuroendócrinas e estimular comportamentos saudáveis. A avaliação positiva auxilia o idoso a enfrentar as situações, encontrando significado em relação à experiência vivenciada.

Outra variável apontada no ajustamento a situações de dificuldade funcional é a regulação afetiva. Os idosos tendem à otimização afetiva, procurando maximizar afetos positivos e minimizar os negativos. A complexidade afetiva, desenvolvida ao longo do ciclo vital, os auxilia a regular sentimentos positivos e negativos relacionados às situações.

O mecanismo de comparação social também é encontrado como forma de enfrentar situações negativas. O fato de comparar-se a idosos que classifica como piores pode trazer benefício a si mesmo, percebendo sua situação como mais favorável que a do outro. Além disto, o sentimento de universalidade, ao conviver com grupos em situação similar, tende a diminuir a ansiedade e o sentimento de singularidade.

A auto-eficácia, conceito advindo da teoria social cognitiva, também representa um importante recurso no enfrentamento das situações. A crença do indivíduo em sua própria capacidade pode influenciar sua motivação, persistência, vulnerabilidade ao *stress* e depressão.

Os processos adaptativos de seleção, otimização e compensação também podem estar presentes no ajustamento psicológico dos indivíduos. Através de mecanismo de seleção, o idoso pode evitar, reduzir ou restringir a realização de tarefas que causem desconforto. Assim, através da otimização, busca desenvolver atividades em que mantém um bom nível de funcionamento, compensando a perda através de processos cognitivos e/ou esforços comportamentais.

Como última variável apontada por Rabelo e Neri (2005), estão os mecanismos de *coping*. As autoras descrevem os processos de enfrentamento assimilativo e acomodativo. No primeiro, o idoso procura transformar a situação avaliada negativamente, buscando conformá-la com suas metas pessoais. No modo acomodativo, os sujeitos readaptam seus objetivos de acordo com a situação atual, adotando padrões menos exigentes.

Lanska (2006) complementa que alguns métodos para auxiliar no enfrentamento destas situações, como o desenvolvimento de habilidades sociais, comportamentais e cognitivas,

podem ser trabalhados através de processos psicoterapêuticos. Além disso, um fator importante para o enfrentamento das dificuldades é a análise de comorbidades psiquiátricas. Transtornos de ansiedade e de humor associados podem trazer prejuízos na escolha das estratégias para lidar com as situações. O autor enfatiza ainda a importância de se trabalhar o enfrentamento das situações e auxiliar os indivíduos no desenvolvimento de estratégias de *coping* mais apropriadas.

### **Discussão**

A partir dos resultados desta revisão sistemática, é importante ressaltar o reduzido número de pesquisas envolvendo incapacidade funcional e *coping* em idosos. Apesar de um número inicial de 36 *abstracts* encontrados, apenas 2 referiam-se ao tema proposto neste estudo.

Além disso, através da análise realizada, esperava-se encontrar estudos que abordassem as diferentes estratégias de *coping* que poderiam estar relacionadas ao enfrentamento das dificuldades funcionais, tomando-se como base os oito fatores propostos por Lazarus e Folkman (1984): confronto, afastamento, autocontrole, suporte social, aceitação de responsabilidade, fuga e esquivia, resolução de problemas e reavaliação positiva.

No entanto, nenhum dos *abstracts* referia-se às diferentes estratégias de *coping* utilizadas pelos idosos frente à situação de dificuldade funcional. Os estudos de Rabelo e Neri (2005) e Lanska (2006) abordaram questões relativas aos prejuízos na qualidade de vida dos idosos em situação de prejuízo funcional. Foram analisados os diferentes mecanismos disponíveis para o ajustamento pessoal, bem como o papel do psicoterapeuta num processo terapêutico, enfatizando a importância de uma avaliação e do auxílio ao idoso no desenvolvimento de recursos psicológicos mais adequados para o enfrentamento das situações.

Quanto ao ano de publicação das pesquisas, grande parte foi publicada em 2005. Ainda, os dois estudos que foram incluídos na categoria de dificuldade funcional e métodos de enfrentamento foram publicados em 2005 e 2006. Assim, percebe-se um crescente interesse de estudos envolvendo a terceira idade, bem como relacionados a prejuízos desta etapa. Tendo em vista o aumento da expectativa de vida, torna-se importante o desenvolvimento de pesquisas que abordem este tema e contribuam para uma melhor qualidade de vida dos idosos.



### Considerações Finais

A revisão sistemática realizada teve o foco restrito à presença de dificuldade funcional no idoso e o enfrentamento frente a esta situação. Tendo em vista que o que determina as estratégias de *coping* utilizadas são as situações de *stress* vivenciadas pelo indivíduo, os estudos que avaliam os processos de *coping* podem estar relacionados a diferentes situações vivenciadas ao longo do ciclo vital. A fim de abordar de forma mais abrangente o tema, sugere-se que, para um próximo estudo, sejam avaliadas estratégias de enfrentamento utilizadas frente a problemas de saúde em geral ou outra categoria de evento vital.

Assim como Lanska (2006) enfatiza a importância do trabalho terapêutico no processo de *coping*, as estratégias que o idoso utiliza também podem ser indicativas de seus recursos pessoais, incluindo saúde, crenças, valores, habilidades sociais. Desta forma, estudos de coorte, relacionando intervenções psicoterapêuticas à situação de incapacidade funcional, poderiam trazer novos achados no que se refere à qualidade de vida dos idosos.

## FUNCTIONAL DIFFICULTY AND *COPING* IN ELDERS

### Abstract

The present study's goal was to verify the characteristics of the indexed publications in the last five years talking about the following themes: coping, functional difficulty and elders. The articles were revised and classified starting from six analysis dimensions: data basis, year of publication, country of origin, outlining type, variables crossing and results, and studies conclusions. The data treatment was accomplished through analysis of the percentile frequencies.

**Key-words:** Coping. Functional difficulty. Elder.

### Notas

<sup>1</sup> Psicóloga, Mestre em Psicologia Clínica (PUCRS); Especialista em Psicoterapias Cognitivo-comportamentais (UNISINOS). E-mail: anavivan@uol.com.br.

<sup>2</sup> Psicóloga, Doutora em Psicologia (PUCRS); Professora do PPG-Psicologia Clínica (PUCRS). E-mail: argimoni@puers.br

## Referências

- BALTES, M. M. *The many faces of dependency in old age*. New York: Cambridge University Press, 1996.
- BANDURA, A. Health promotion by social cognitive means. *Health Education e Behavior*, Washington, v. 31, n. 2, p. 143-164, 2004.
- CAMARANO, A. A. Envelhecimento da população brasileira: uma contribuição demográfica. In: FREITAS, E. et al. (orgs.) *Tratado de Geriatria e Gerontologia*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002, p. 58-71.
- CARDOSO, J. R. Corpo e envelhecimento. *A Terceira Idade*, São Paulo, v. 13, p. 76-85, 2002.
- COUTINHO, E. S. Meta-análise. In: MEDRONHO, R. A. et al. *Epidemiologia*. Rio de Janeiro: Atheneu, 2002. p. 447-457.
- FOLKMAN, S. Personal control and stress and coping precesses: A theoretical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, Washington, v. 46, p. 839-852, 1984.
- FOLKMAN, S.; MOSKOWITZ, J. T. Coping: pitfalls and promise. *Annual Review of Psychology*, Palo Alto-CA, v. 55, p. 745-774, 2004.
- GUEDES, J. M.; SILVEIRA, R. C. Análise da capacidade funcional da população geriátrica institucionalizada na cidade de Passo Fundo-RS. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, Passo Fundo, v. 1, n. 2, p. 10-21, 2004.
- GUIMARÃES, L. H. et al. Avaliação da capacidade funcional de idosos em tratamento fisioterapêutico. *Revista Neurociências*, São Paulo, v. 12, n. 3, 2004. Disponível em: <[http://www.unifesp.br/dneuro/neurociencias/vol12\\_3/capacid\\_funcional.htm](http://www.unifesp.br/dneuro/neurociencias/vol12_3/capacid_funcional.htm)>. Acesso em: 05 dez. 2006.
- KARSCH, U. Idosos dependentes: famílias e cuidadores. *Cadernos de Saúde Pública*, Rio de Janeiro, v. 19, n. 3, p. 861-866, 2003.
- LANSKA, D. J. Functional weakness and sensory loss. *Semin. Neurol.*, Stuttgart, v. 26, n. 3, p. 297-309, 2006.
- LAZARUS, R. S.; FOLKMAN, S. *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company, 1984.
- MELZER, D.; PARAHYBA, M. I. Socio-demographic correlates of mobility disability in older brazilians: results of the first national survey. *Age Ageing*, Oxford, v. 33, p. 253-259, 2004.

RABELO, D. F.; NERI, A. L. Recursos psicológicos e ajustamento pessoal frente à incapacidade funcional na velhice. *Psicologia em Estudo*, Maringá, v. 10, n. 3, p. 403-412, 2005.

RAMOS, L. R. Fatores determinantes do envelhecimento saudável em idosos residentes em centro urbano: projeto epidioso. *Cadernos de Saúde Pública*, v. 19, n. 3, p. 793-798, 2003.

ROSA, T. C. et al. Fatores determinantes da capacidade funcional entre idosos. *Revista de Saúde Pública*, v. 37, n. 1, p. 40-48, 2003.

SAVOIA, M.G.; SANTANA, P.; MEJIAS, N.P. Adaptação do Inventário de Estratégias de Coping de Folkman e Lazarus para o português. *Psicologia USP*, v. 7, p. 183-201, 1996.

Recebido: 15/08/2007

Aceito: 28/04/2008