

FATORES DE RISCO E BEM-ESTAR PSICOLÓGICO EM IDOSOS INSTITUCIONALIZADOS

REVISÃO INTEGRATIVA DA LITERATURA

*RISK FACTORS AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN INSTITUTIONALIZED
ELDERLY*

Integrative literature review

*FACTORES DE RIESGO Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN PERSONAS MAYORES
INSTITUCIONALIZADAS*

Revisión integrativa de la literatura

Tatiane Poiani Mango

(Universidade Paulista – Unip, Brasil)

tatianemango@hotmail.com

Márcia Helena Archilha Rani

(Universidade Paulista – Unip, Brasil)

marcia.ha.rani@gmail.com

Maria Goretti Alves Moreira

(Universidade Paulista – Unip, Brasil)

mariagorettialvesmoreira@gmail.com

Lilian Cláudia Ulian Junqueira

(Mestrado Profissional em Práticas Institucionais em Saúde Mental)

Universidade Paulista – UNIP, Brasil)

lilian.junqueira@docente.unip.br

Janaina Luiza dos Santos

(Universidade Federal Fluminense – UFF, Brasil)

janainaluiza@id.uff.br

Recebido: 14/06/2024

Aprovado: 14/06/2024

RESUMO

Atualmente, com o aumento da longevidade, uma discussão sobre a qualidade de vida e saúde mental dos idosos se faz importante e, mais do que isso, lança luz para a compreensão das resoluções que a sociedade revela ao tópico da longevidade, como a criação de lares de longa permanência, e assim, principia a categoria dos idosos institucionalizados. Objetivo: compreender como a literatura científica evidencia sobre a saúde mental dos idosos institucionalizados. Método: Revisão integrativa da literatura nos recursos informacionais Scielo, EBSCO e PubMed, no período de 2019 a 2023. Foram utilizados descritores,

“Idosos”; “Saúde Mental”; “Bem-Estar Psicológico”; “Satisfação Pessoal”; “Saúde do Idoso Institucionalizado” com operador booleano *AND*. Resumindo 13 artigos para discussão, a escolha por esse tipo de revisão justifica-se, pois é o método de pesquisa que se apoia na Prática Baseada em Evidências (PBE). Resultados: a análise dos artigos evidenciou a relação direta entre a saúde mental dos idosos institucionalizados e o seu envolvimento social, e ainda observou a pertinência da avaliação e intervenção psicológica em instituições de apoio ao idoso. Os sinais de depressão alteram negativamente a qualidade de vida dos idosos e que a equipe assistencial é um importante recurso de suporte social. Assim, o indicador do envolvimento social é apontado como um dos fatores que fazem a manutenção da qualidade de vida. Entende-se que a configuração de lares de longa permanência precisam fazer parte de forma integrada à sociedade e às famílias como recurso de saúde mental.

Palavras-chave: idosos. institucionalizados. saúde mental. cuidado integral. qualidade de vida.

ABSTRACT

Currently, with the increase in longevity, a discussion on the quality of life and mental health of the elderly is important, and more than that, it sheds light on understanding the resolutions that society reveals to the topic of longevity, such as the creation of long-term care homes, and thus begins the category of institutionalized elderly. Objective: to understand how the scientific literature highlights the mental health of institutionalized elderly people. Method: Integrative literature review in the Scielo, EBSCO, and PubMed information resources from 2019 to 2023. The descriptors used were "Elderly"; "Mental Health"; "Psychological Well-being"; "Personal Satisfaction"; "Health of the Institutionalized Elderly", with the Boolean operator "AND". Summarizing 13 articles for discussion, the choice for this type of review is justified as it is the research method that relies on Evidence-Based Practice (EBP). Results: the analysis of the articles highlighted the direct relationship between the mental health of institutionalized elderly people and their social involvement, and also noted the pertinence of psychological assessment and intervention in institutions supporting the elderly. Signs of depression negatively affect the quality of life of the elderly, and the care team is an important social support resource. Therefore, the indicator of social involvement is pointed out as one of the factors that maintain quality of life. It is understood that long-term care homes need to be an integrated part of society and families as a mental health resource.

Keywords: elderly. institutionalized. mental health. comprehensive care. quality of life.

RESUMEN

En nuestros días con el aumento de la longevidad, es importante una discusión sobre la calidad de vida y la salud mental de las personas mayores. Más que eso, se abren nuevos caminos para comprender las soluciones que la sociedad presenta con el tema longevidad, como la creación de entidades de larga permanencia. Así ocurre el inicio de la categorización de las personas mayores institucionalizadas. Objetivo: este estudio tiene como objetivo comprender cómo la literatura científica presenta la salud mental de personas mayores institucionalizadas. Metodología: La metodología elegida es la Revisión Integrativa de la Literatura por medio de los recursos de información Scielo, EBSCO y PubMed, de 2019 a 2023. Descriptores utilizados: “Ancianos”; “Salud mental”; “Bienestar psicológico”; “Satisfacción personal”; “Salud del Mayor Institucionalizado” con operador booleano “AND”. Con base en la carga contextual de 13 artículos para discusión. La Revisión Integrativa de la Literatura es el método de investigación que se basa en la Práctica Basada en la Evidencia (PBE). Resultados: los estudios presentan la relación directa entre la salud mental de los ancianos institucionalizados y su implicación social. También demuestran como es importante la evaluación y la intervención psicológica en las instituciones de apoyo

a los mayores. Los signos de depresión actúan negativamente en la calidad de vida de las personas mayores y el equipo de atención es un importante recurso de apoyo social. Conclusión: Así, el indicador de implicación social se identifica como uno de los factores que mantienen la calidad de vida. Se entiende que la configuración de residencias larga permanencia para mayores debe ser una parte integrada de la sociedad y de las familias como recurso de salud mental.

Palabras clave: ancianos. institucionalizados. salud mental. atención integral. calidad de vida.

Introdução

O processo de envelhecimento frequentemente está associado a pensamentos sobre adoecimento ou em situações de falta de autonomia e de bem-estar. De fato, a prevalência de problemas com a capacidade funcional e doenças crônicas aumentam com o contínuo envelhecimento da população. “A doença crônica é, por sua vez, a maior causa de incapacidades, especialmente entre os mais velhos (OMS, 2005; 2011)” (Faria & Santos, 2016). Ainda segundo os autores, a perda da capacidade funcional é, entre outras perdas, “o estigma do envelhecimento” que se apresenta como um “declínio geral e irreversível do ser/estar no mundo.” Essa representação social sobre o envelhecimento, embora contenha um fenômeno biológico natural como base, traz o peso de um estereótipo negativo ao relacionar a velhice com a noção de declínio ou degeneração, além de reger as relações sociais e orientar condutas, ainda mais em sociedades consideradas “novas”, em uma perspectiva demográfica, para Faria & Santos (2016), o envelhecimento está vinculado, em um processo de exclusão e estigmatização, com algo que gera dependência e, conseqüentemente, é indesejável.

Por outro lado, o conceito de envelhecimento ativo lança luz para a possibilidade de uma vida com bem-estar quando pensamos na manutenção da autonomia e independência e na capacidade do idoso manter o controle de suas ações. Para tanto, como Faria e Santos (2016) nos apresenta, há necessidade de uma abordagem ampla, ou seja, global e interdisciplinar e que considere aspectos que são condicionantes desse processo de saúde e adoecimento, sendo eles biopsicossociais. O construto qualidade de vida, um dos pontos centrais do envelhecimento ativo, é um conceito amplo e que não pode ser apresentado por regras no molde do certo e errado, mas como algo que permeia a satisfação com a vida como um todo através da “promoção da saúde e da adoção de medidas preventivas (com a prática de atividade física, boa alimentação e manutenção de papéis na sociedade com relações sociais satisfatórias)” (Arantes, 2016).

O envelhecimento é um processo comum a todo ser humano, além de fazer parte do desenvolvimento e ciclo vital, dado que o passar do tempo é nosso companheiro inseparável desde que nascemos, e, portanto, deveria ser alvo de interesse de todas as idades. Podemos destacar que a concepção de velhice e idoso foi se modificando ao longo do tempo. Nas civilizações milenares, a figura do idoso era revestida de uma sacralidade, ele era considerado fonte de sabedoria, experiência e guardião das tradições. Na antiguidade e na idade-média, o idoso ainda era visto como fonte de sabedoria, sendo uma de suas funções, segundo Sabbadini (2019), a de guardar e representar aquilo que seria a “memória coletiva das comunidades” por meio de narrativas contadas. Em contraponto a essas épocas em que a velhice era considerada um período de ápice da sabedoria, temos na modernidade uma concepção do envelhecimento pouco construtiva. Na modernidade há uma perda da ideia de unidade do ciclo de vida seguida de uma institucionalização que nos levaria ao processo de individualização (Sabbadini, 2019).

Segundo Sabbadini, 2019

“Com a categorização da vida o tempo deixa de ser entendido como um processo cíclico e passa a ser concebido como linear e automático, criando a periodização da vida em etapas como infância, fase adulta e velhice. Nesse sentido, o tempo de vida passou a ser dominado pelo mito do progresso.” (Sabbadini, 2019, p. 19).

Essa institucionalização das etapas de vida significou, além da categorização linear e automática, um novo modo de planejar suas ações, dado que cada fase da vida agora pressupõe expectativas de comportamentos e que serão construídas socialmente. Atualmente, conseguimos ao menos verificar uma modificação nessa perspectiva do envelhecimento de forma mais crítica e que indicam novas perspectivas do que é o envelhecer (Sabbadini, 2019).

Conforme nos mostra a Organização Pan-Americana da Saúde (2023), existe um processo de envelhecimento acelerado e desigual na região das Américas, “entre 2025 e 2030, espera-se que a expectativa de vida na América Latina e no Caribe aumente para 80,7 anos para as mulheres e 74,9 anos para os homens”. Ou seja, é um contexto que exige a elaboração de estratégias que promovam o envelhecimento saudável. O envelhecimento é um processo complexo e, com o aumento da longevidade, uma discussão sobre a qualidade de vida e saúde mental dos idosos se faz importante e, mais do que isso, lança luz para a compreensão das resoluções que a sociedade revela ao tópico da longevidade, como a criação de Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs), e assim, principia a categoria dos idosos institucionalizados.

Metodologia

O presente artigo, que se utilizou de uma revisão integrativa da literatura (RIL), consiste em uma pesquisa descritiva, retrospectiva e documental que, por permitir sintetizar estudos realizados dentro do período temporal selecionado, foi escolhido como recurso metodológico para estudo da temática em questão, a saúde mental dos idosos institucionalizados, mantendo-se os padrões de rigor e clareza dos estudos primários selecionados, dado que tal metodologia propõe discutir as fontes, os objetivos, os resultados e suas metodologias utilizadas, o que permite, em relação ao campo de conhecimento pesquisado, o estabelecimento de conclusões (Broome, 2000).

A coleta de dados foi realizada em julho de 2023 nos recursos informacionais Scielo, EBSCO e PubMed com o auxílio da estratégia *Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-Analyses* (PRISMA) e PICO. Utilizou-se a estratégia PICO para estruturar a questão clínica, de modo a clarificar os componentes que guiaram a busca por evidência, em que a população (P) são os idosos institucionalizados, com o interesse (I) em sua saúde mental, bem-estar psicológico e satisfação pessoal, para nortear nosso estudo para a compreensão de como a literatura científica evidencia sobre essas questões em idosos institucionalizados, e, por fim, o contexto (Co) que são as Instituições de Longa Permanência para Idosos (ILPIs).

Na primeira etapa, elegeu-se a questão de investigação que norteou o presente estudo, ou seja, a de compreender o bem-estar psicológico e a saúde mental dos idosos institucionalizados. Em seguida, foram utilizados os descritores em Ciências da Saúde (DECS) para a seleção dos artigos: “idosos”; “saúde mental”; “bem-estar psicológico”; “satisfação pessoal”; “saúde do idoso institucionalizado” com o operador booleano *AND*, juntamente com os seguintes critérios de inclusão: artigos publicados no período de 2019 a 2023, publicados na íntegra, no idioma português, inglês e espanhol. Após aplicados os critérios de exclusão, que foram: todos os artigos que não estavam disponibilizados na íntegra, textos fora do período de data estabelecido, textos do tipo revisão ou que não se adequavam ao tema proposto e artigos duplicados, resultou em 13 artigos para análise e discussão. A escolha por esse tipo de revisão justifica-se, pois é o método de pesquisa que se apoia na Prática Baseada em Evidências (PBE).

As informações extraídas dos estudos selecionados, em uma etapa posterior, foram registradas em um Quadro para melhor analisá-las. Tal quadro fora composto por seis colunas, sendo elas: ordem, que consiste na classificação do artigo para uso posterior na tabela de categorização; o periódico em que foi publicado; ano/país; título; metodologia utilizada; e resultados. Após essa sistematização, selecionamos os principais tópicos abordados em cada artigo, que foram seis ao todo, e distribuímos em uma Tabela de categorização composta por duas colunas, sendo elas a coluna de categorias e a coluna de artigos representados pelo código presente na coluna ordem do Quadro elaborado anteriormente.

Resultados

Conforme o Diagrama PRISMA (Figura 1), a busca nos recursos informacionais usando os descritores fixados na metodologia resultou, ao todo, em 16.198 artigos rastreados, sendo seis deles duplicados em diferentes plataformas. Após a utilização dos filtros: período – cinco últimos anos, idioma – português, inglês, espanhol, a opção por texto completo, e a exclusão dos artigos duplicados, restaram 16.170 publicações que, ao passarem pelo crivo da leitura de título e resumo, resultaram em 22 artigos potencialmente pertinentes ao estudo em questão. A leitura dos artigos na íntegra resultou na exclusão de nove artigos que fugiam de alguma forma da temática proposta, resultando, assim, em 13 artigos aptos ao proposto nesta revisão.

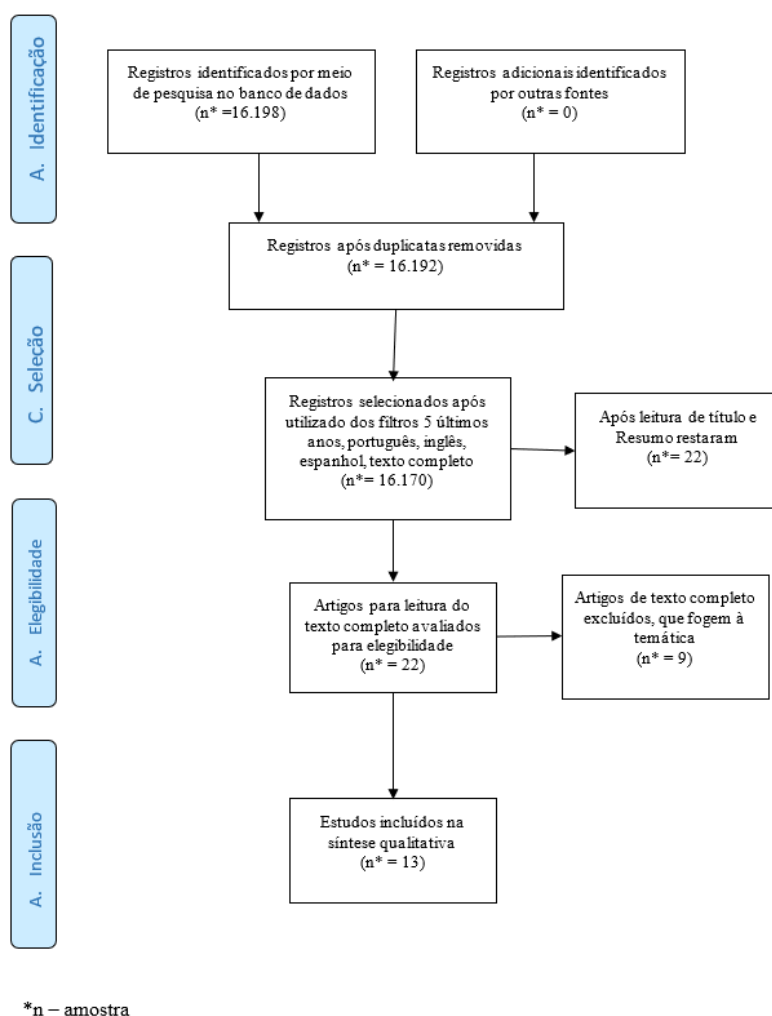


Figura 1 - Diagrama PRISMA

Quadro – Relação dos artigos por ordem, periódico, ano/país, título e resultados

Ordem	Periódico	Ano/País	Título	Metodologia	Resultados
A1	Revista da Escola de Enfermagem da USP	2021, Brasil	Rotinas institucionais e ocorrência de conflitos interpessoais entre idosos em instituição de longa permanência	Estudo qualitativo etnográfico.	Os fatores que desencadearam conflitos em ILPs são: a falta de laços externos ou a impossibilidade de sair com membros da família, receber visitas ou até objetos e a

					insatisfação com as rotinas estabelecidas, que geram uma padronização e coletivização das rotinas básicas internas, o que desafiou, segundo o artigo, a tolerância das mulheres idosas em relação às normas estabelecidas. Assim, verificou-se que tais situações facilitaram os conflitos interpessoais nas ILPs.
A2	Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional	2020, Brasil	Efeitos da música nas expressões corporais e faciais e nos sintomas psicológicos e comportamentais de idosos	Estudo quantitativo, quase experimental, comparativo, descritivo e exploratório.	Houve uma diferença significativa entre o Grupo Intervenção com Música Popular (GIMP) e o Grupo Controle com Música Clássica (CMC), sendo que a expressão de alegria e de surpresa foi mais frequente no GIMP, demonstrando até melhora da gravidade de sintomas de delírios, dado que o GIMP apresentou diminuição significativa ($t=2,379$; $p=,029$). Os achados também demonstram, em comparação com a música clássica, as músicas que podem ser representativas a esta população, as músicas populares, podem despertar algumas reações, tais como a satisfação com a vida, recordações e sentimento de alegria.
A3	Revista Psicologia, Saúde & Doenças	2022, Portugal	Percepção do suporte social e condições de saúde	Estudo descritivo-exploratório, qualitativo, de recorte	O artigo constatou que os idosos em ILPs reconhecem na equipe assistencial, de certa forma, um recurso de

			do idoso institucionalizado	temporal transversal fundamentado em dados primários.	suporte social importante e que reflete em suas condições de saúde de forma positiva e que, consequentemente, sugere este ser um fator protetivo. Dessa forma, o suporte social pode dar ao idoso melhores condições para enfrentamento de adversidades.
A4	Revista Brasileira de Enfermagem - REBEn	2019, Brasil	Qualidade de vida de idosos institucionalizados com e sem sinais de depressão	Estudo transversal, analítico e quantitativo.	Os sinais de depressão influenciam negativamente a qualidade de vida (QV) nas seguintes áreas: a autonomia, nas atividades atuais, do presente e até futuras, na participação social e na intimidade. Idosos dependentes para atividades básicas da vida diária (ABV) apresentam, segundo o artigo, QV inferior em certos domínios como a da participação social e da autonomia. Assim, um ambiente com estímulos e atividades variadas possui a capacidade de potencializar a QV de idosos em ILPs.

A5	Motricidade: Edições Desafio Singular	2019, Portugal	Utilização de Novas tecnologias por Idosos Institucionalizados	Estudo descritivo, exploratório e transversal.	<p>Os autores concluíram, após a análise estatística, que não existem relações estatísticas significativas entre as variáveis. Contudo, pode ser observada uma maior habilidade para o uso do celular do que para o uso do computador, 37% usam celulares. No que tange o bem-estar, o artigo nos traz que a pontuação média é de 85.95 pontos, e que as dimensões mais pontuadas são a felicidade (M= 27.52) e a autoestima (M= 14.62).</p> <p>Assim, os autores concluíram, através da comparação das médias citadas, que os fatores que mais trazem contribuições para a diminuição do bem-estar psicológico são: a falta do envolvimento social (M= 8.94), rotina ou controle de si mesmo e dos acontecimentos, (M= 10,14) e o fator equilíbrio (M= 11,16). Com relação aos fatores que contribuem para o aumento do bem-estar psicológico são eles: a felicidade com M= 27.52, a autoestima com M= 14.62 e sociabilidade com M= 14.41.</p>
A6	Psicologia, Saúde & Doenças - Sociedade Portuguesa de	2020, Portugal	Sintomatologia psicopatológica em idosos institucionalizados	Estudo transversal, quantitativo.	No presente artigo, os resultados demonstraram que, no que tange o índice de Sintomas positivos,

	Psicologia da Saúde - SPPS				84,7% dos participantes apresentaram valor superior ao ponto de corte. No que se refere as dimensões psicopatológicas, foi destacada a depressão, que obteve uma média de 1,08 (DP = 0,82). Tais resultados evidenciam a presença de sintomatologia psicopatológica nos participantes da pesquisa. Como método eficaz de intervenção, indica-se a intervenção psicológica. Também é salientada a relevância da avaliação e intervenção psicológica em ILPs.
A7	Rev. Eletr. Enferm. – REE	2021, Brasil	Autocompaixão e ações de promoção à saúde mental como moderadores da ansiedade entre idosos institucionalizados	Estudo exploratório, transversal e quantitativo.	O resultado da pesquisa evidencia que a autocompaixão e as ações de promoção à saúde mental apresentam correlação negativa coma a ansiedade, ou seja, tais ações reduziram a ansiedade em idosos institucionalizados.
A8	Revista Científica de Enfermagem – Recien	2022, Brasil	Fatores associados ao indicativo de depressão em idosos institucionalizados	Estudo transversal, quantitativo.	O artigo apontou que 103 idosos, ou seja, 49,5% dos idosos pesquisados apresentavam indicativos de depressão. Tal indicativo de depressão está associado a escolaridade e a capacidade de deambulação, e que se faz necessário propor ações que contribuem para a melhora da

					saúde e da convivência social e familiar dos idosos, com o intuito de minimizar o indicativo de depressão.
A9	Revista Subjetividades	2019, Brasil	Participação sociocultural, ócio, acessibilidade e envelhecimento ativo no contexto de idosos institucionalizados	Enquadramento teórico e investigação qualitativa.	A percepção dos idosos em ILPs é a de que a participação ativa em atividades socioculturais e artística é essencial tanto no processo de envelhecimento ativo quanto para a vivência de experiências ociosas e no bem-estar. Contudo, essa participação sociocultural e artística torna-se efetivamente benéfica quando leva em consideração aspectos da acessibilidade, tido como essencial no processo de (re)construção identitária na velhice vivida em ILPs.
A10	Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia	2021, Brasil	Preditores da satisfação com a vida de idosos institucionalizados: análise de caminhos	Estudo transversal, quantitativo.	Os resultados encontrados pelo presente estudo sugerem haver uma relação positiva entre a independência funcional e o apoio social recebido, bem como entre os tipos de apoio e as variáveis de afetos positivos e satisfação com a vida. De modo geral, os resultados deste trabalho indicam que quanto maior o nível de independência

					funcional, maior o grau de apoio social, e quanto maior o nível de apoio, maior o bem-estar (mais experiência de afetos positivos e mais satisfação com a vida).
A11	Revista Online de Pesquisa: Cuidado é fundamental	2021, Brasil	Qualidade de vida e risco de depressão em idosos institucionalizados	Estudo descritivo, transversal.	Grande parte dos idosos que fazem parte da amostra (62%) tinha algum grau de sintomas depressivos. A qualidade de vida (QV) teve correlação com aspectos sociodemográficos, condição de saúde, estilo de vida e presença de sintomas depressivos.
A12	Psique	2021, Portugal	Resiliência, saúde percebida, bem-estar subjetivo e psicológico e suporte social em idosos institucionalizados e não-institucionalizados	Estudo transversal, descritivo, exploratório e correlacional.	Os resultados apontaram para a relevância da resiliência, da percepção de saúde positiva, do bem-estar subjetivo e psicológico na adaptação ao envelhecimento. Foi constatado que há diferenças significativas em idosos em ILPs e idosos que não estão em ILPs. Sendo que indivíduos não institucionalizados apresentam resultados mais positivos.
A13	Motricidade: Edições Desafio Singular	2019, Portugal	Solidão no Idoso Institucionalizado com Dependência Funcional	Estudo descritivo exploratório transversal.	Sobre a amostra, a maioria apresenta-se independente ou com dependência leve. No que diz respeito à solidão, a pontuação média é de 47.77, sendo que a presença da solidão tende a se

					manifestar mais nos idosos com alguma dependência severa. Também foi encontrada uma relação estatística significativa entre o gênero e a solidão, tendo valores mais elevados de solidão no sexo masculino.
--	--	--	--	--	---

Tabela de Categorização

Categorias	Artigos
A importância do convívio social. A insatisfação com a ausência ou a falta de laços pessoais externos e envolvimento social. Integração social está relacionada com a qualidade de vida. O suporte social daria ao idoso melhores condições para enfrentamento das dificuldades na condição de saúde.	A1, A3, A4, A5, A8, A9, A10, A11, A12 e A13
A padronização e a coletivização das rotinas internas das atividades básicas podem gerar insatisfação.	A1
Intervenções com atividades estimulantes (atividades de natureza sociocultural, artística, entre outras) são eficazes na melhora da qualidade de vida e são sentidas como verdadeiramente benéficas.	A2, A9 e A11
A pertinência da avaliação e intervenção psicológica em instituições de apoio ao idoso.	A6, A7
Autocompaixão e ações de promoção à saúde mental reduziram a ansiedade em idosos institucionalizados.	A7
Relevância da resiliência para o bem-estar subjetivo e psicológico na adaptação do envelhecimento.	A12

Os 13 artigos selecionados para discussão foram separados em seis categorias principais conforme a Tabela de Categorização, sendo elas: a importância do convívio social; a pertinência da avaliação e intervenção psicológica; a padronização e coletivização de uma rotina diária que fazem parte das ILPIs; a intervenções com atividades estimulantes; a autocompaixão e ações de promoção à saúde mental como redutores dos níveis de ansiedade; e a relevância da resiliência para o bem-estar subjetivo e psicológico na adaptação do envelhecimento.

A categoria com mais artigos, dez ao todo, correlaciona diretamente a importância dos laços pessoais ou do envolvimento social para a promoção da saúde e do bem-estar em ILPIs. Tais artigos citam que a integração social está relacionada com a qualidade de vida e que o suporte social traria ao idoso em ILPIs melhores condições para enfrentamento das adversidades em sua condição de saúde.

Poucos artigos explicitam diretamente a pertinência da avaliação e intervenção psicológica em ILPIs com o intuito de melhoria do estado emocional dos idosos, contudo, dizem que a promoção de saúde mental está diretamente relacionada à melhoria e manutenção da qualidade de vida. Tais estudos correlacionaram o equilíbrio emocional com o baixo nível de sofrimento, mas não apontam psicoterapias específicas.

Também se observou o problema da padronização e coletivização de uma rotina diária que fazem parte das ILPIs e a sua relação com a insatisfação dos idosos. É um demérito das ILPIs que as rotinas sejam definidas por um terceiro, segundo Bruinsma et al. (2021), no que se refere à tentativa de prevenção às “mutilações do eu”. É claro que a predefinição de rotinas é importante para administração de um espaço que é coletivo, porém, alguns aspectos de individualização, como horário para banho ou refeição criam insatisfação em idosos que conseguem manter um controle sobre a própria rotina, por exemplo.

Outro fator de promoção de bem-estar aos idosos institucionalizados, observados em três artigos, é a realização de atividades estimulantes, principalmente as atividades de natureza sociocultural, como eficazes na melhora da qualidade de vida e que são sentidas como verdadeiramente benéficas, conforme Sousa (2019) a participação em atividades de cunho sociocultural e artístico foi um dos aspectos mais valorizados pelos sujeitos participantes do estudo realizado quando o processo de envelhecimento ativo é abordado. Dentre atividades específicas, Corrêa et al. (2020) cita que músicas específicas, ou seja, que sejam representativas aos idosos podem gerar felicidade ao estimular a comunicação não verbal, a ativação de lembranças e quebra de homeostase.

Apenas um artigo tratou especificamente da autocompaixão como promoção à saúde mental na medida em que reduz a ansiedade em idosos institucionalizados. Conforme Machado et al. (2021) a autocompaixão pode tornar-se uma ferramenta útil no processo do envelhecimento ao trazer pensamentos positivos ao processo e assim promover o bem-estar.

Por fim, sobre a resiliência como coadjuvante na adaptação aos desafios do envelhecimento, apenas um artigo abordou a temática e apontou que “idosos com maiores níveis de resiliência apresentam atitudes mais positivas em relação ao envelhecimento” (Martins et al., 2021). Ou seja, que idosos resilientes, por terem atitude mais positivas acabam por empregar estratégias de enfrentamento mais adaptativas.

Discussão

Segundo Machado et al. (2021), existe em torno de 30,2 milhões de idosos no Brasil e, dentre estes, estima-se que 1% viva em ILPIs. As ILPIs são, normalmente, espaços sociais fechados que instituem determinada rotina e regras, como horários preestabelecidos para as refeições, para os cuidados de enfermagem, socialização, e até para os cuidados pessoais que, dado o intuito da padronização e consequentemente facilitação do manejo, impossibilitam a manifestação individual que causam, mesmo que de maneira não intencional, uma série de “profanações do eu” (Bruinsma, 2021). Essa perda da identidade e autonomia choca-se com o propósito do bem-estar que as ILPIs têm. Ainda de acordo com Bruinsma (2021), caberia aos gestores e profissionais da saúde fazerem ajustes de rotinas e flexibilizar horários para que caibam nas necessidades e interesses dos idosos institucionalizados. Segundo Rocha et al. (2021), a maioria das pessoas prefere envelhecer em casa mantendo a proximidade de amigos, familiares e, consequentemente, mantendo sua liberdade e privacidade, mas que esta situação nem sempre é possível por diversos fatores.

A análise dos artigos também mostrou que o tema sobre a integração social e a sua relação direta com a manutenção do bem-estar psicológico em idosos pertencentes a instituições de longa permanência foi o

mais frequente entre os artigos selecionados, se não como tema principal, mas como consequência ou parte do processo da manutenção da qualidade de vida. Um ponto importante a se ressaltar aqui é que essa integração social diz respeito também sobre o papel social do idoso como fonte de apoio. Conforme Rocha et al. (2021):

“Os idosos não apenas podem ser fontes de apoio, como também experimentam benefícios ao ajudar outras pessoas. Esses resultados caminham no sentido de promover uma mudança de perspectiva ao olhar para os mais velhos como sujeitos que podem ser ativos, dando e recebendo recursos para a promoção do seu bem-estar.” (Rocha et al., 2021, p. 20).

Assim, pensar a integração social do idoso vai além de sua inclusão como alguém que demanda cuidados, é preciso entender que a velhice não é sobre o adoecimento, essa visão estigmatizante. Conforme Boregas et al. (2022), é possível a intervenção no ambiente social para promover e proteger a saúde, tendo como base uma investigação dos aspectos de saúde e socioambientais e que vise a identificação de modelos relacionais que são benéficos à saúde, como as experiências individuais e relações sociais. Sentir-se pertencente a uma rede de apoio é condição relevante para a manutenção do bem-estar na medida em que garante maior autonomia quando possibilita o ir e vir da instituição, a participar de grupos de atividade física, de lazer e cultura e, conseqüentemente, promove os aspectos saudáveis de um envelhecimento ativo. Tais atividades estimulantes e coerentes com o perfil sociocultural dos idosos são agentes promotores da preservação da capacidade física e mental que, por conseguinte diminuem a prevalência dos sinais de depressão e potencializa a qualidade de vida, segundo o estudo de Scherrer Jr. et al. (2019). E, acima de tudo, a acessibilidade aos recursos e atividades é fundamental para o desenvolvimento e promoção de qualquer estratégia de atuação no âmbito social e cultural para pessoas idosas (Sousa, 2019).

Intervenções com música se mostraram bastantes eficientes na promoção do bem-estar em idosos institucionalizados. A necessidade de que profissionais da área da saúde tenham estratégias complementares no serviço de saúde torna o processo humanizado e melhora a qualidade de vida daqueles que estão institucionalizados. E dado que o uso da música é de fácil manejo e de pouco custo sua implementação é algo que a torna palpável e que traz benefícios. Vimos que músicas que são representativas despertam bons sentimentos como a alegria em viver e a satisfação com a vida quando comparadas a execução de músicas clássica, por exemplo (Correa et al., 2020). Novamente, retornamos à questão da representatividade e individualidade nas intervenções, pontos que se conectam que as observações dos artigos selecionados.

Dentre os mecanismos de promoção de bem-estar que podem partir do próprio idoso institucionalizado, vimos que a autocompaixão e a resiliência fazem parte de mecanismos importantes do controle de ansiedade e na promoção da saúde mental. A resiliência, segundo Martins et al. (2021), está diretamente relacionada com comportamentos mais positivos com relação ao bem-estar psicológico e ao processo de envelhecimento e que, idosos que possuem uma percepção mais positiva de si e de sua saúde tendem a possuir níveis mais altos de resiliência e, conseqüentemente, possuem atitudes mais positivas com relação ao envelhecimento. Isso porque a resiliência inclui fatores de saúde mental, social e físico. A resiliência, ainda segundo os autores, é uma construção dinâmica que inclui aspectos biológicos, psicológicos, sociais e até espirituais. Ou seja, há um grande movimento em vários aspectos da vida para a promoção da resiliência. No mesmo sentido, existem evidências de que há menor índice de depressão e de ansiedade, e maior satisfação com a vida em idosos com níveis elevados de autocompaixão (Machado et al., 2021).

Estar em uma ILPIs é um fator de risco para a ocorrência da ansiedade e da depressão, dado que alguns estudos mostram a prevalência de tais transtornos em idosos institucionalizados, como Machado et al. (2021) nos mostra, a taxa de ansiedade ocorre entre duas e sete vezes com maior frequência que a depressão em idosos, no âmbito das ILPIs essa taxa se mostra ainda maior. Idosos institucionalizados, segundo a pesquisa, mostram níveis baixos de autocompaixão quando comparados aos idosos que vivem

em comunidade. Um ponto importante aqui é que essas ocorrências de ansiedade e depressão podem ser subnotificadas na medida em que se confundem com outros aspectos do processo natural de envelhecimento, assim como alerta Santiago et al. (2022), o que podem dificultar ou mascarar o diagnóstico de depressão em idosos. O autor ainda alerta que, somado a essa dificuldade no diagnóstico, temos o cotidiano e as rotinas das instituições, distanciando ainda mais o idosos do seu ambiente familiar, fator este que é propício para o surgimento dos sintomas depressivos.

Por isso, se faz importante a intervenção precoce para a promoção à saúde mental e prevenção de transtornos psicológicos. Machado et al. (2021), assim como a maioria dos autores dos artigos selecionados, ressaltam a importância de um corpo de profissionais capacitados e um planejamento de ações adequadas, alguns sugerindo até o uso de práticas integrativas e complementares. Os autores nos mostram que ILPIs que oferecem ações de promoção à saúde mental e ao bem-estar apresentaram redução de 0,54% nos escores de ansiedade. Assim, concluem os autores, algumas medidas como a valorização da pessoa idosa, a compaixão e a afetividade nos relacionamentos, bem como a escuta terapêutica, ações como terapia em grupo, oficinas terapêuticas, e atividades de engajamento social, que ajudam a expressar a subjetividade, são úteis para minimizar a ansiedade em idosos e, consequentemente, na promoção do seu bem-estar.

Considerações finais

Primeiramente, é fundamental observarmos que as ILPIs constituem um papel importante na sociedade atual na medida em que são uma alternativa para aqueles que enfrentam dificuldades no cuidado dos seus idosos e, é claro, também não podemos descartar a escolha voluntária por estar em uma ILPI, entre outros fatores. Então, seja por necessidade ou por escolha dos próprios idosos estarem nesses lares, a premissa é de que as ILPIs têm por objetivo prezar pelo bem-estar daqueles que elas acolhem.

Contudo, esse processo de institucionalização ainda representa uma mudança considerável na vida dos idosos, por vezes, vivenciada como um luto pela perda do seu antigo espaço, dos seus objetos pessoais ou de pessoas com as quais convivia. Assim, o idoso pode não aceitar muito bem as mudanças decorridas pela institucionalização, e essa “transição vivenciada, muitas vezes devido à saída do meio familiar, afeta a identidade dos idosos” que podem desenvolver diversas estratégias para lidar com a nova situação (Silva & Matieli, 2021). Para que esse processo ocorra de forma mais tranquila, o apoio do círculo de convivência é algo fundamental (Ratuchnei, 2021). Esse apoio tanto é fundamental que esteve presente como tema central na maioria dos artigos aqui pesquisados. Como vimos, a importância dos laços pessoais ou do envolvimento social é fundamental para a promoção da saúde e do bem-estar em ILPIs, dado que a integração social está relacionada com a qualidade de vida, e que o suporte social daria ao idoso melhores condições para enfrentamento das dificuldades na condição de saúde e nesse momento de transição para ILPIs. Assim, se faz importante que nestes lares tenha a promoção de um ambiente acolhedor, que atendam às necessidades individuais com o intuito de promover o bem-estar dos idosos e, para tanto, é preciso ter um cuidado multidisciplinar, como vários artigos sugerem.

Referências

- Almeida, C., Costa, C. Monteiro, M. J., Rainho, C. Barroso, C. J., Raimundo, F. & Rodrigues, V. (2019). Utilização de Novas tecnologias por Idosos Institucionalizados. *Revista Motricidade: Edições Desafio Singular*, 15(4), 31–35. <https://doi.org/10.6063/motricidade.20135>
- Amaral, A. S., Afonso, R. M., & Verde, I. (2020). Sintomatologia psicopatológica em idosos institucionalizados. *Revista Psicologia, Saúde & Doença*, 21(1), 137–143. <https://doi.org/10.15309/20psd210121>

Arantes, R. C. (2016). Diretrizes para a gestão do envelhecimento ativo e com qualidade de vida para idosos brasileiros. In: Faria, L., Calábria, L. K., & Alves, W. A. (Org.), *Envelhecimento: um olhar interdisciplinar*. (1ª. ed., Cap. 9, 188–214). São Paulo, SP: Hucitec.

Boregas, F. Martins, R., Yamguchi, M. & Grossi-Milani, R. (2022). Percepção do suporte social e condições de saúde do idoso institucionalizado. *Revista Psicologia, Saúde & Doenças*, 23(3), 832–843. <https://doi.org/10.15309/22psd230320>

Broome, M. E. (2000). Revisões Integrativas da Literatura para o desenvolvimento de conceitos. In: Rodgers, B. L., Knafl, K. A. *Desenvolvimento de Conceito em Enfermagem: Fundamentos, Técnicas e Aplicações*, WB Saunders Company, Filadélfia, 231–250.

Bruinsma, J. L., Beuter, M., Borges, Z. N., Jacobi, C. da S., Benetti, E. R. R., & Backes, C. (2021) Rotinas institucionais e ocorrência de conflitos interpessoais entre idosos em instituição de longa permanência. *Revista da Escola de Enfermagem da USP*, 55, e20200560. <https://doi.org/10.1590/1980-220X-REEUSP-2020-0560>

Corrêa, L., Caparrol, A. J. S., Martins, G., Pavarini, S. C. I., & Gratão, A. C. M. (2020). Efeitos da música nas expressões corporais e faciais e nos sintomas psicológicos e comportamentais de idosos. *Cadernos Brasileiros de Terapia Ocupacional*, 28(2), 539–553. <https://doi.org/10.4322/2526-8910.ctoAO1889>

Faria, L.; Santos, L. A. de C., & Alves, W. (2016). O sentido de coerência nos caminhos do envelhecimento. In: *Envelhecimento: um olhar interdisciplinar*, 1ª. ed., cap. 01, 19–42. São Paulo, SP: Hucitec.

Machado, B. D., Jesus, I. T. M. de, Manzini, P. R., Carvalho, L. P. N. de, Cardoso, J. de F. Z., & Orlandi, A. A. dos S. (2021). Autocompaixão e ações de promoção à saúde mental como moderadores da ansiedade entre idosos institucionalizados. *Revista Eletrônica De Enfermagem*, 23(63826), 1–7. <https://doi.org/10.5216/ree.v23.63826>

Martins, M., Silva, H., & Martins, M. H. (2021). Resiliência, saúde percebida, bem-estar subjetivo e psicológico e suporte social em idosos institucionalizados e não-institucionalizados. *Revista Psique*, 17(2), 26–48. <https://doi.org/10.26619/2183-4806.XVII.2.2>

Organização Pan-Americana da Saúde. (2023). A influência do ambiente no envelhecimento saudável: O desenvolvimento da Rede Mundial de cidades e comunidades amigas das pessoas idosas da OMS. *Guia de adaptação e implementação de diretrizes baseadas em evidências*. Recuperação de <https://doi.org/10.37774/9789275727010>

Ratuchnei, E. S., Marquete, V. F., Prado, E., Costa, J. R., Seguraço, R., & Marcon, S. S. (2021). Qualidade de vida e risco de depressão em idosos institucionalizados. *Revista de pesquisa: Cuidado é fundamental*, 13, 982–988. <https://doi.org/10.9789/2175-5361.rpcf.v13.975>

Rocha, L. F. D., Mota, M. da, Pedro, P., & Falcone, E. (2021). Preditores da satisfação com a vida de idosos institucionalizados: Análise de caminhos. *Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia*, 14(3), e17173. <https://doi.org/10.36298/gerais2021142e17173>

Rodrigues, V., Costa, C., Carvalho, A., Vidal, M., Caiado, M., Antunes, C., Almeida, A., & Almeida, C. (2019). Solidão no idoso institucionalizado com dependência funcional. *Revista Motricidade: Edições Desafio Singular*, 15(4), 36–40. <https://doi.org/10.6063/motricidade.20137>

Santiago, V. R., Tavares, D. M. dos S., Molina, N. P. F. M., Oliveira, P. B. de, & Rodrigues, L. R. (2022). Fatores associados ao indicativo de depressão em idosos institucionalizados. *Revista Científica de Enfermagem – Recien*, 12(40), 53–62. <https://doi.org/10.24276/rrecien2022.12.40.53-62>

Sabbadini, A. (2019). Mortes na vida e vidas na morte: análise de vivências de perdas e lutos em idosos residentes em asilo. Recuperado de <http://hdl.handle.net/11449/190980>

Scherrer, G. Jr., Okuno, M. F. P., Oliveira, L. M., Barbosa, D. A., Alonso, A. C., Fram, D. S., & Belasco, A. G. S. (2019). Qualidade de vida de idosos institucionalizados com e sem depressão. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 72(2), 135–141. <http://dx.doi.org/10.1590/0034-7167-2018-0316>

Silva, L. G. de O., & Matieli, H. J. (2021). A complexidade da saúde dos idosos institucionalizados em lar de longa permanência. In: Sousa, I. C. (org.), *As ciências da saúde desafiando o status quo: Construindo habilidades para vencer barreiras*. Revista eletrônica. (4). Atena Editora. <https://doi.org/10.22533/at.ed.597210908>

Sousa, J. G. (2019). Participação sociocultural, ócio, acessibilidade e envelhecimento ativo no contexto de idosos institucionalizados. *Revista Subjetividades*, 19(2), e9237. <https://doi.org/10.5020/23590777.rs.v19i2.e9237>