

## RESILIÊNCIA DE PESSOAS IDOSAS RESIDENTES EM ILPI DA CIDADE DE JOÃO PESSOA

Ana Karen Martins de Oliveira (1);  
Cristiane Galvão Ribeiro (2);  
Regina Irene Diaz Moreira Formiga(3);  
Suéliton Jackson Medeiros de Sousa (4);

*Centro Universitário de João Pessoa; [ana-psi@hotmail.com](mailto:ana-psi@hotmail.com) (1);  
Centro Universitário de João Pessoa; [cristianegr@ig.com.br](mailto:cristianegr@ig.com.br) (2);  
Centro Universitário de João Pessoa; [reginaformiga@yahoo.com.br](mailto:reginaformiga@yahoo.com.br) (3);  
Centro Universitário de João Pessoa; [Suelitonjack@hotmail.com](mailto:Suelitonjack@hotmail.com) (4);*

### RESUMO

A palavra “resiliência” com origem latina “*resílio*”, significa voltar ao estado natural, porém consiste na capacidade do sujeito superar as adversidades da vida e transformar-se de forma positiva. Dessa forma, compreende-se a resiliência como um fator dinâmico, pois varia ao longo do tempo de acordo com as mudanças ocorridas em cada ser humano, resultando do equilíbrio entre fatores de risco, fatores protetores e personalidade. Este estudo objetivou avaliar a resiliência de um grupo de 20 idosos em 2 instituições asilares de João Pessoa. Os resultados apontaram que um idoso apresentou índice alto de resiliência, quinze apresentaram nível médio e sete apresentaram baixo nível de resiliência. Entre os pontos fracos no processo de resiliência desses idosos, encontrou-se que suas maiores dificuldades são assumir sozinhos os problemas do dia-a-dia e os pontos fortes dos que apresentaram alta e média resiliência residiu na capacidade de manter-se em equilíbrio em momentos de dificuldades. Por fim, esse estudo apontou a necessidade de desenvolver ações que visem desenvolver a resiliência desses idosos, bem como a promoção de maior apoio social no que tange à família e cuidadores.

### ABSTRACT

Meaning of life is unique, non-transferable, unstable, succeeds differently in each stage of human development. It is an existential question not only of the human condition, but the focus of understanding in different areas of contemporary science. Psychology in turn, is inserted in this scientific context. Thus, this study sought to understand the meaning of life for institutionalized elderly. Therefore, we investigated through descriptive method, internal and external aspects that influence the perception of the meaning of life of elderly institutionalized the cities of João Pessoa-PB and PB-Cabedelo. As an instrument used a questionnaire prepared by the researchers, consists of two parts, the first containing xxx sociodemographic items and the second containing four open questions and two closed guided by the objectives of this study. It was found that the majority of respondents do not face severe degrees of physical health problems, but in relation to representations about the meaning of life, provided significantly negative data regarding existing losses throughout life and the lack of autonomy on the same.

## INTRODUÇÃO

A palavra “resiliência” com origem latina “*resilio*”, significa voltar ao estado natural, porém consiste na capacidade do sujeito superar as adversidades da vida e transformar-se de forma positiva.

É recente a aplicação da palavra “resiliência” à Psicologia, Sociologia e Educação, no entanto antiga nas áreas de Engenharia e Física, reportando-se à resistência de materiais. Em 1807, Thomas Young, cientista inglês usou a expressão a respeito da elasticidade das barras metálicas.

O conceito de resiliência passa por um desenvolvimento histórico marcado por duas gerações de pesquisadores, a primeira, nos anos 1970, cuja pesquisa procura identificar os fatores de risco e de resiliência que influem no desenvolvimento de crianças que se adaptam positivamente, apesar de viverem em condições de adversidade; o marco dessa primeira geração é o estudo longitudinal, onde a maioria dos pesquisadores dessa geração se identificou com o modelo triádico, cujos fatores resilientes e de risco foram organizados em três grupos (atributos individuais, aspectos familiares e características ambientais e sociais a que as pessoas pertencem); a segunda geração de pesquisadores nos anos 1990 retoma o interesse da primeira em interferir que fatores estão presentes nos indivíduos com alto risco social, que se adaptam positivamente à sociedade, ao que agregam o estudo da dinâmica entre fatores que estão na base da adaptação resiliente.

Luthar et al (2000) distingue três componentes essenciais presentes no ser resiliente, a noção de adversidade (traumas, riscos, pobreza, violência, morte, ameaça ao desenvolvimento humano), adaptação positiva (o indivíduo alcançou expectativas sociais em determinada etapa do desenvolvimento ou não houve sinais de desajuste) e a dinâmica entre mecanismos emocionais, cognitivos e socioculturais que influenciam o desenvolvimento humano.

Segundo Suárez Ojeda (1997), os pilares da resiliência são os atributos frequentes em crianças e adolescentes resilientes, caracterizados como a) introspecção – arte de se perguntar e se dar uma resposta honesta, b) independência – por limite entre si mesmo e a adversidade, c) capacidade de se relacionar – habilidade em manter laços com outras pessoas, d) iniciativa – se exigir e se por à prova em tarefas mais exigentes, e) humor – rir da própria tragédia, f)

criatividade – ser criativo diante do caos, g) moralidade – se comprometer com valores, h) autoestima consistente – cuidado afetivo com o indivíduo por parte de outra pessoa.

Na Psicologia, o termo passou a ser usado na década de 80; um dos pioneiros no estudo da resiliência, Rutter (1985) justifica o fato de pesquisas recentes indicarem que a resiliência é relativa por estar relacionada à fatores dinâmicos como atributos do sujeito, do meio familiar, social e cultural, ou seja, fatores intrapsíquicos combinados aos fatores externos. Dessa forma, compreendemos a resiliência como um fator dinâmico, pois varia ao longo do tempo de acordo com as mudanças ocorridas em cada ser humano, resultando do equilíbrio entre fatores de risco, fatores protetores e personalidade.

Algumas escalas foram construídas para avaliar a resiliência e determinar os critérios do funcionamento resiliente:

- Escala de Avaliação do EU resiliente (EAER) – baseada na proposta de Grotberg (2003), mede a competência da resiliência em quatro dimensões e através de catorze expressões usadas por uma determinada pessoa; proporcionando a análise dos fatores de suporte externo (o que eu tenho), as forças pessoais internas (o que eu sou), as habilidades sociais (o que eu posso) e o que a pessoa está disposta a fazer (o que eu estou).
- Escala de Avaliação Global da Resiliência (EAGR) – Jardim & Pereira (2006), essa escala fornece dados sobre a capacidade atual para lidar com adversidades, crises e dificuldades.

Contudo, este trabalho tem como objetivo avaliar a resiliência de um grupo de 20 idosos em 2 instituições asilares de João Pessoa com o intuito de averiguar sua qualidade de vida e perceber com mais clarividência possíveis níveis de resiliências apresentados pelos mesmos. Segundo Nygren (2005) existe uma tendência cada vez maior em ressignificar os conceitos sobre envelhecimento que, a priori era bastante negativo e pessimista, e descartar a ideia de relacionar diretamente o envelhecimento com enfraquecimento e inutilidade. Ainda relata Neri, (1998) que com o passar dos anos e da idade dos sujeitos, a possibilidade de diminuir a vulnerabilidade psicológica e conseqüentemente aumentar o nível de resiliência é bastante possível. Por fim, acredita-se que diante desse trabalho poderá ter resultados eficientes para refutar ou corroborar com tais compreensões.

## **METODOLOGIA**

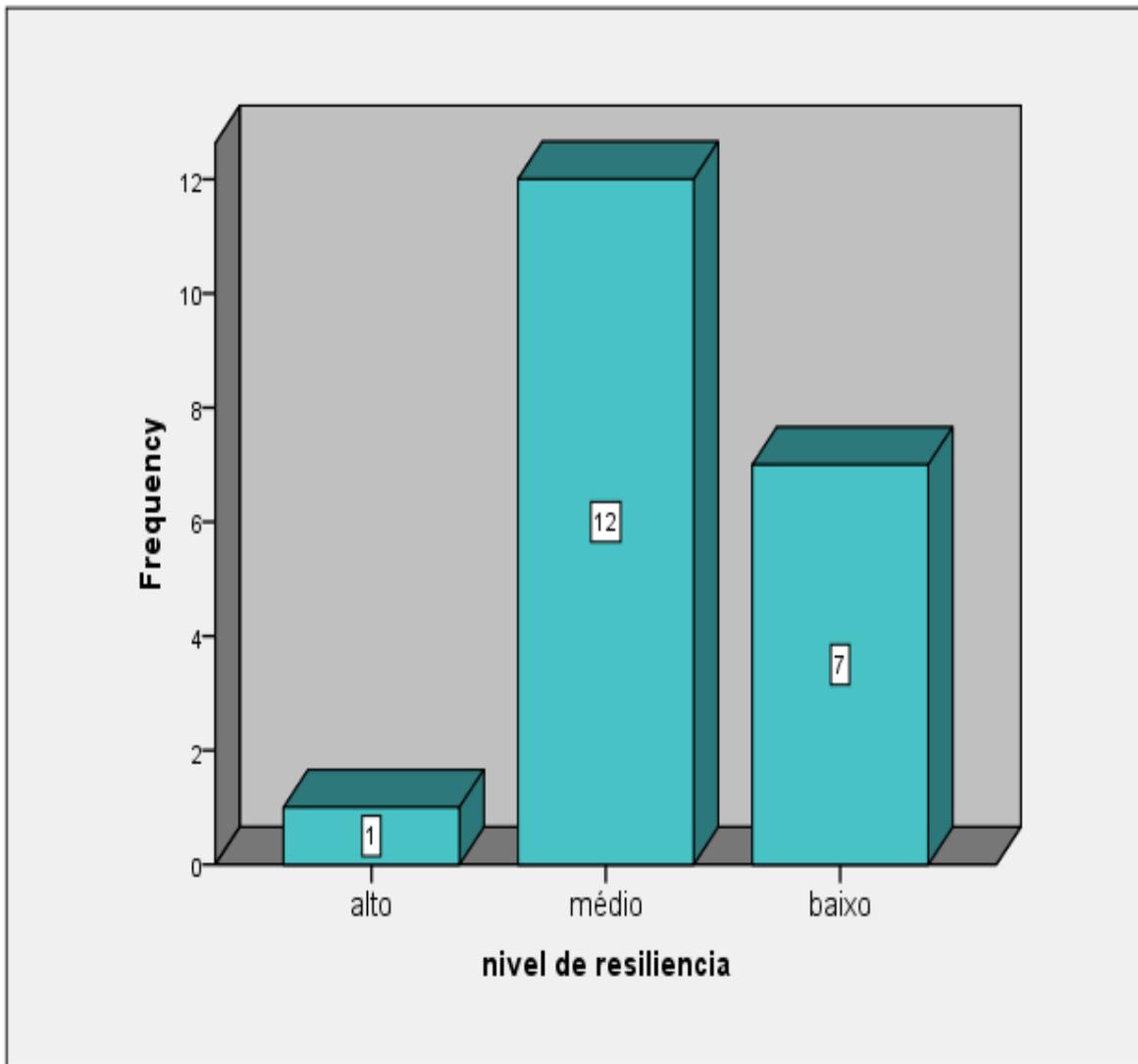
Participaram do estudo vinte idosos de ambos os sexos, em duas instituições asilares de João Pessoa. Utilizou-se como instrumento a Escala de Avaliação Global da Resiliência (EAGR) – Jardim & Pereira (2006). Essa escala fornece dados sobre a capacidade atual para lidar com adversidades, crises e dificuldades e contém oito itens com escala de resposta do tipo Likert variando entre “nunca” e “quase sempre”. Os dados foram analisados por meio do pacote estatístico SPSS em sua versão 19.0, fazendo uso da estatística descritiva. Os idosos foram abordados na própria instituição asilar e foram tomados todos os cuidados éticos necessários à pesquisa envolvendo seres humanos.

## **RESULTADOS E DISCUSSÃO**

Os resultados apontaram que um idoso apresentou índice alto de resiliência, quinze apresentaram nível médio e sete apresentaram baixo nível de resiliência. Entre os pontos fracos no processo de resiliência desses idosos, encontrou-se que suas maiores dificuldades são assumir sozinho os problemas do dia-a-dia e os pontos fortes dos que apresentaram alta e média resiliência consistiu na capacidade de manter-se em equilíbrio em momentos de dificuldades.

Conforme o gráfico abaixo é perceptível compreender o que (Nygren, 2005) relatou sobre a tendência de descartar a ideia de fazer uma ligação direta entre o envelhecimento e o enfraquecimento dos aspectos de vida, pois essa fase não se relaciona diretamente com fracasso e/ou inutilidade, caso contrário os resultados seriam diferenciados, ou seja, por serem idosos, a maioria teria apresentado resultados bastante negativos e pessimistas, o que não foi o caso dos resultados desse trabalho, tendo em vista que, mais da maioria se encontra em nível médio de resiliência, apesar de que tais resultados demonstram a necessidade de avançar mais nesse aspecto. Neri, (2007) também relata que, conforme gráfico de Gatz (1998), com o avançar do tempo o indivíduo diminui sua vulnerabilidade psicológica possibilitando uma crescente possibilidade em aumentar sua resiliência.

**nivelderresiliencia**



A tabela abaixo referente aos indicativos de baixa resiliencia apontou que, mesmo em situações em que o sujeito se encontra, de baixa resiliência, existe uma inclinação da maioria desses em manter um certo equilíbrio e/ou harmonia consigo mesmo e uma visão positiva, ainda que seja sutil. A maior média desse quadro (3,30) disseram que “quando a vida me coloca novos desafios, considero-os oportunidade para amadurecer” e ainda, (3,75) disseram que “mesmo em situações estressantes, mantenho a tranquilidade. Esses resultados corroboram com Frankl

(2003) que relata e sustenta a ideia de que o sujeito tem “sede de sentido” e por essa razão, mesmo a pessoa em níveis baixos de resiliência, ela pode apresentar essa “sede” que, de fato, é uma força que a move por conseguinte. Outros fatores importantes que chamaram a atenção nos resultados foram que houve duas médias de 2,65, portanto as mais baixas, que indicaram: “tenho total confiança nas minhas capacidades para resolver os meus problemas” e a outra afirmação foi: “assumo os meus problemas, dando-lhes a importância que têm, sem os subvalorizar ou supervalorizar”. Sobre este aspecto, pode-se perceber que existe uma grande dificuldade relacionada com a autoestima e isso é verificado por um trabalho realizado por um grupo de estudiosos (Dingley, Roux e Bush, 2000) que identificaram forças que estão relacionadas à resiliência como: “a capacidade pessoal; senso de domínio; senso de controle e auto determinação e bem-estar psicológico” e portanto, caso essas forças não estejam equilibradas, consequentemente, o nível de resiliência diminui consideravelmente.

ITENS INDICATIVOS DE BAIXA RESILIENCIADA	N	Média	DP
Perante as adversidades da vida, continuo a lutar pelos meus objetivos	20	3,00	1,37
Mesmo em situações estressantes, mantenho a tranquilidade	20	3,75	0,96
Tenho total confiança nas minhas capacidades para resolver os meus problemas	20	2,65	1,13
Tenho conseguido superar as adversidades que a vida me tem colocado	20	2,90	1,11
Consigo minimizar os efeitos nocivos das adversidades	20	2,90	1,21
Assumo os meus problemas, dando-lhes a importância que têm, sem os subvalorizar ou supervalorizar	20	2,65	0,98
Quando uma situação não é passível de ser mudada, aceito esse fato com naturalidade	20	2,80	1,67
Quando a vida me coloca novos desafios, considero-os oportunidade para amadurecer	20	3,30	1,30

## CONCLUSÃO

Ao analisar os resultados do trabalho realizado, conclui-se que os idosos participantes do trabalho, apresentaram resultados medianos em relação ao nível de resiliência. Isso implica dizer que, é sine qua nom a continuidade de estudos que favoreçam efetivamente mais conhecimentos sobre a temática e que necessariamente ajude os idosos há superarem com mais qualidade de vida a fase da velhice e encontrem formas e/ou meios de desenvolver melhor essa potencialidade inerente aos mesmos que é a resiliência. Os resultados também apontam para a necessidade de desenvolver ações que visem corroborar para a resiliência desses idosos, bem como a promoção de maior apoio social no que tange à família e cuidadores. Por fim, é importante ressaltar a importância da compreensão de que quanto mais o indivíduo é resiliente, mais ele consegue superar suas dificuldades e compreender definitivamente que cada ser humano é possuidor de uma potencialidade que está dentro de si e que é inerente a ele, mas que segundo o psiquiatra britânico Rutter, mesmo a resiliência sendo inerente ao humano, ela não é um atributo fixo do sujeito, contudo, pode variar em diferentes circunstâncias e períodos da vida (VIEIRA, 2010).

## REFERÊNCIAS

ANDRADE, A. M. B. A. **Resiliência enquanto modelo de atuação na estratégia de intervenção do Programa Saúde da Família PSF**. Fortaleza: UFCE, 2001.

COUTO, M. C. P. P. **Fatores de risco e de proteção na promoção de resiliência no envelhecimento**. 2007. Porto Alegre: UFRS, 2007.

FRANKL, V. E. **Psicoterapia para todos**. Petrópolis: Vozes, 1990.

F R A N K L , V . E . ( 2 0 0 3 ) *Sede de sentido*. 3ª ed. São Paulo: Quadrante.

PEREIRA, A; JARDIM, J. **Competências Pessoais e Sociais: Guia Prático para a mudança positiva**. Porto: Asa, 2006.

MELILLO, A; OJEDA, E. N. S. **Resiliência descobrindo as próprias fortalezas**. Porto Alegre: Artmed, 2005.

NERI, A. L. (2007) Qualidade de vida na velhice e subjetividade. *In: NERI, A. L. (org.) Qualidade de vida na velhice. Enfoque multidisciplinar*. Campinas: Alínea.

NYGREN, B. *et al.* (2005) Resilience, Sense of Coherence, Purpose in Life and Self-Transcendence in Relation to Perceived Physical and Mental Health Among Oldest Old. *Aging and Mental Health*. July, v. 9, n.º 4, p.354-62.

ROUX, G. *et al.* (2003) Development and testing of the Inner Strength Questionnaire. *Journal of cultural Diversity*.

VIEIRA, S. P. Resiliência como Força interna. *In:\_\_\_\_\_ Revista Kairós*, São Paulo, Jul.2010.  
Disponível em: <http://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/3919>.

Acesso em 20/06/2015.