

TERAPIA NA TERCEIRA IDADE: UMA REFLEXÃO NECESSÁRIA

Denise Ribeiro de Paula¹
Pollyana Brandão Gomes²

polly.matipo@gmail.com

ÁREA DO CONHECIMENTO: Ciências humanas

RESUMO

O aumento da população de idosos exige repensar a organização da sociedade, especialmente os serviços de saúde. Por meio de revisão bibliográfica, o objetivo foi identificar as problemáticas emocionais que os idosos estão expostos, com que por vezes não conseguem lidar sozinhos e necessitam de acompanhamento psicológico. As bases de dados foram Google acadêmico, Scielo e os descritores utilizados foram: envelhecimento, psicoterapia, psicanálise. Os resultados apontam que a psicoterapia contribui de forma positiva, promovendo a saúde do idoso e favorecendo um presente e um futuro mais criativos, uma vida mais satisfatória ao sujeito, bem como respostas sobre vários aspectos do processo de envelhecimento e da velhice.

PALAVRAS-CHAVE: Envelhecimento, Saúde Mental, Psicoterapia, Psicanálise.

INTRODUÇÃO

Ao falar sobre envelhecimento, é inevitável falar sobre o aumento do número de pessoas idosas e as decorrências de tal fato em nível epidemiológico, financeiro e sociodemográfico. De acordo com o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), em 2011, o número de idosos era de aproximadamente 17 milhões, ou seja, cerca de 10% da população brasileira (GOMES, 2021). Nas últimas décadas, esse aumento de indivíduos nas faixas etárias mais velhas ocorreu mundialmente, e no Brasil esse processo de envelhecimento populacional é ainda mais acelerado que o ocorrido em países desenvolvidos nos quais esse fenômeno deu-se, gradualmente, ao longo de mais de um século (RIBEIRO, 2015).

O avanço da medicina e da tecnologia fez surgir condições favoráveis para que se ampliasse cada vez mais a expectativa de vida das pessoas, e esse fator, associado à redução da fertilidade dos dias atuais, concorreu para que ocorresse uma verdadeira transição demográfica, ou seja, uma inversão da pirâmide etária,

¹ Aluna do 9º período do curso de Psicologia do Centro Universitário Vértice.

² Psicóloga, mestre em Políticas Públicas e Desenvolvimento Local, professora no Centro Universitário Vértice.

onde o número de pessoas idosas excede o de pessoas jovens. Esse fato desperta atenção e preocupação com demandas e características próprias da faixa etária que está acima dos 65 anos, e que tem aumentado não só no Brasil como em todo o mundo (ALTMAN, 2011).

Gomes (2021), destaca as novas problemáticas que envolve a pessoa idosa, nos âmbitos da educação, da saúde e social, e que tornam necessário estabelecer novas intervenções para suprir tais demandas. Nesse contexto insere-se a equipe multiprofissional que atua no sistema de saúde brasileiro, que deve agir de forma a compreender de forma ampliada sobre o processo de envelhecimento e as especificidades relativas ao adoecimento nessa fase da vida para propiciar um atendimento de qualidade, tendo em vista o aumento da busca por atendimento especializado que possa suprir as demandas.

Em relação à saúde mental da pessoa idosa, é previsto que haja estratégias que favoreçam a prevenção de transtornos mentais, a descoberta precoce, o tratamento das doenças, medicação adequada, psicoterapia e capacitação de profissionais e demais pessoas que atendam esse público. Além disso, é de suma importância que tenha ações que conscientizem e eduquem a população para o alcance de uma velhice com saúde física e mental, bem como o fortalecimento de uma rede de cuidados e apoio aos idosos com o envolvimento da família e comunidade (LEANDRO-FRANÇA, 2014).

Pesquisas sobre psicoterapia com pessoas idosas, verificaram que apesar da necessidade de um atendimento individualizado ao público idoso que considere as particularidades desse momento da vida, “o processo psicoterapêutico com idosos é, ainda, pouco discutido pelos profissionais da Psicologia, o que tem causado incertezas e pouca confiabilidade nas intervenções realizadas”, isso aponta para um atraso no desenvolvimento de intervenções psicoterápicas voltadas à população idosa em relação a intervenções já utilizadas em outras áreas da saúde, como enfermagem, fisioterapia e medicina (GOMES, 2021).

Esse artigo tem por objetivo identificar as problemáticas emocionais que os idosos estão expostos, com que por vezes não conseguem lidar sozinhos e necessitam de acompanhamento psicológico, e se há certa resistência dos indivíduos em procurar pela ajuda do profissional.

FUNDAMENTAÇÃO TEÓRICA

Mundialmente, a população vivencia um processo de envelhecimento acelerado. Estima-se que em 2030 o número total da população chegará a 223.126.917, e assim 17,98% representarão o quantitativo das pessoas com 60 anos ou mais, evidenciando um aumento atual e futuro do número de idosos no Brasil. Esse cenário apresenta-se em consequência da diminuição das taxas de fecundidade e aumento da perspectiva de vida populacional (CORDEIRO, 2020).

Deve-se haver um cuidado especial com tais indivíduos, uma vez que estão passando por múltiplas alterações físicas, emocionais e sociais que os tornam mais suscetíveis à presença de diversas doenças e alterações no estado de saúde que se caracterizam por sua cronicidade e complexidade, o que interfere na qualidade de vida, portanto requerendo atenção. Na população idosa, merecem destaque os problemas de saúde mental, atribuídos a eventos estressantes, incapacidades, isolamento social e presença de doenças (SOUZA, 2022).

O envelhecimento deve ser percebido com a naturalidade que lhe é intrínseca. E as pessoas envelhecidas deverão aprender a conviver positivamente com as limitações adquiridas, e esse envelhecimento deve ser compreendido como um processo, e a pessoa idosa como um indivíduo. Para a Política Nacional de Saúde da Pessoa Idosa há dois grupos populacionais de idosos, os tidos como independentes e os considerados frágeis ou em processo de fragilização. Os primeiros envolvem os indivíduos idosos que apesar de serem acometidos por qualquer doença, conseguem se manter em atividade e os últimos, correspondem aos idosos que por qualquer motivo manifestem alguma condição de fragilidade identificada (ANDRADE, 2010).

Sem dúvida nenhuma, o aparecimento da psicanálise na nossa cultura introduziu uma nova forma de apreender o ser humano. Atualmente já é possível construir uma articulação entre psicanálise e envelhecimento, e essa articulação pode e tem sido extremamente rica, o que nos motiva a resgatar alguns dos conceitos que herdamos dos autores clássicos e pioneiros dessa ciência, assim como a relacioná-los com nossa experiência clínica com idosos (ALTMAN, 2011).

Embora não tenha elaborado nenhum trabalho voltado especificamente para o idoso, Freud tratou de temas significativos que ajudam a pensar o envelhecimento. Em seu trabalho "Sobre a psicoterapia", Freud reconheceu que a idade do paciente é importante para o processo de análise. Ele não considerava profícuo que pessoas com mais de cinquenta anos a ele se submetessem, em virtude da pouca elasticidade mental, verificada nesse período da existência, o que diminuía a capacidade de o indivíduo tirar o devido proveito de uma análise (SILVA, 2018).

Apesar de ter reconhecido que essas formulações não deveriam ser consideradas um diagnóstico definitivo, ele lançou certo pessimismo e demonstrou preconceito em relação à psicanálise de idosos. Se contextualizarmos historicamente essas afirmações de Freud, compreenderemos que se tratava do início dessa nova ciência, cujos métodos, aos seus olhos, possuíam limitações – como ocorre com qualquer outro método –, o que contribuía para que sua aplicação não fosse proveitosa para todos os indivíduos em qualquer situação. Hoje o idoso tem outra configuração, pois a sociedade de consumo e a mídia alteraram bastante a imagem do indivíduo que envelhece (ALTMAN, 2011).

Os idosos estão propensos a viverem perdas de toda a natureza: mudanças corporais, aposentadoria, perda do status social, morte de entes queridos e os fantasmas da morte que podem ser elaboradas pela prática psicanalítica. A finitude ressalta a sensação de desamparo e angústia. A rememoração pode surgir como forma de lidar com essa angústia, a partir da ressignificação e reconstrução da identidade. Uma das principais questões da clínica psicanalítica com idosos é o fato de que a atemporalidade do inconsciente se entremeia com o tempo cronológico, na qual a presença de alterações corporais é frequente. A isso se acresce certo distanciamento do campo psicanalítico que precede as orientações freudianas do passado acerca da psicanálise com pessoas acima de 50 anos (SANTOS, 2018).

METODOLOGIA

Trata-se de um estudo de revisão bibliográfica, onde foram utilizados artigos pesquisados nas plataformas de busca Google acadêmico, Scielo e os descritores utilizados foram: envelhecimento, psicoterapia, psicanálise. A revisão de literatura está presente em toda pesquisa, sendo sujeita aos aspectos que dizem respeito à

questão estudada e ao tipo de estudo de revisão a ser desenvolvido (CHIARA, 2006).

O presente artigo é de caráter descritivo com abordagem qualitativa, não aborda, portanto, resultados numéricos, mas sim as respostas, pensamentos e projeções dos indivíduos.

Pesquisa qualitativa segundo Godoy (1995), não se tem o objetivo de enumerar ou de medir eventos ocorridos nem o intuito de empregar dados estatísticos e coleta de dados, mas aborda questões de amplos interesses definidos ao longo do desenvolvimento do estudo, envolvendo dados descritivos de pessoas ou processos interativos por meio do contato direto entre pesquisador e situação estudada, compreendendo assim, fenômenos sob perspectiva do participante a situação estudada.

RESULTADOS E DISCUSSÕES

Nas configurações do envelhecimento, velho é a pessoa que perdeu a capacidade ou as habilidades para exercer sua vida e idoso se refere simplesmente a mais idade, mas com independência e autonomia na vida. Assim, a possibilidade de uma vida longa, nos convoca a uma reflexão sobre o modo como esses sujeitos estão implicados subjetivamente em seu processo de envelhecimento e, desafia a construção de uma clínica psicoterápica voltada para essa nova clientela e que se constitua como um espaço de fala para que esses sujeitos possam melhor enfrentar seus conflitos durante este período da vida e desenvolver suas potencialidades que continuam a existir (ALTMAN, 2011).

Ribeiro (2015), destaca que durante muito tempo acreditou-se que os idosos não poderiam se beneficiar das abordagens psicoterapêuticas e por conta disso, parece ter havido um afastamento mútuo entre terapeutas e idosos, por um lado tendo por base uma suposta rigidez das estruturas mentais e o declínio cognitivo associado ao envelhecimento, os adultos mais velhos foram considerados inaptos para o tratamento psicoterapêutico. Por outro, os idosos, que cresceram num contexto sociocultural relativamente hostil às psicoterapias, mantêm alguma resistência na procura deste tipo de serviços.

Com o tempo e o aprofundamento de estudos, foi possível identificar que a psicologia clínica pode contribuir de modo significativo para esta etapa da vida, uma vez que busca compreender o sujeito envelhecido em sua nova maneira de estar no mundo, bem como no modo deste sujeito investir nas relações e de habitar seu próprio corpo envelhecido na sua história, a particularidade da psicoterapia com pacientes idosos, demanda do psicólogo clínico, compreender melhor os processos psíquicos que estão presentes no envelhecimento (ANDRADE, 2010).

As psicoterapias psicanalíticas conheceram avanços importantes nas últimas décadas, nomeadamente, no que diz respeito à flexibilização do setting terapêutico, e apesar de se manter alguma controvérsia sobre os benefícios das psicoterapias de inspiração psicanalítica em pessoas idosas, é possível considerar que existem dois grandes argumentos que podem tornar estas abordagens terapêuticas bastantes úteis: os mais idosos estão, geralmente, mais disponíveis para processos introspectivos, bem como, mais capazes para efetuarem uma revisão da sua história de vida, com a atribuição de novos significados (SILVA, 2018).

Na terceira idade, pelas características desta transição de vida, o adulto encontra-se particularmente vulnerável, portanto, trata-se, de uma psicoterapia de apoio e não de um processo analítico clássico. Durante o tratamento o terapeuta deve: escutar e proteger as defesas do indivíduo, fortalecendo o ego, devolver uma imagem reparadora da velhice e do processo de envelhecimento, por contraposição ao espelho social que conceitualiza a velhice e os velhos como um fardo difícil de suportar, estar atento a reações que possam acusar sentimentos de inferioridade e declínio por parte do sujeito, movimentos de competição e rivalidade (muito comuns entre os sujeitos que experimentam dificuldades na adaptação à reforma); apelo a um espelho que seja reparador da autoimagem (dificuldades em aceitar uma imagem envelhecida), propor a revisão da história de vida, sempre que esta ferramenta terapêutica se revele útil (GODOY, 1995).

Portanto, a prática psicanalítica contemporânea não se resume à análise e interpretação da história dos acontecimentos precoces, mas integra a forma como o sujeito resolve e se adapta às diferentes tarefas que marcam a vida adulta. Mesmo para os terapeutas que não utilizam do modelo psicanalítico, talvez seja de grande

utilidade as considerações clínicas em torno das especificidades do processo de transferência e contratransferência nesta faixa etária (RIBEIRO, 2015).

Face às características específicas que definem a idade adulta avançada, a atividade de psicoterapia exige o aprofundamento dos referenciais teóricos da psicologia do desenvolvimento, as transformações comportamentais, físicas, cognitivas e afetivas, bem como, introduzem na vida do idoso a necessidade de novos ajustamentos, as dificuldades/queixas orgânicas constituem, tantas vezes, uma forma de reduzir as inquietações e esconder a dimensão psicoafetiva do problema. No entanto, não podemos reduzir o envelhecimento à sua dimensão psicossocial, até porque os psicólogos que trabalham com esta faixa etária deverão estar preparados para integrar e adaptar os processos terapêuticos às limitações físicas que alguns idosos apresentam (CORDEIRO, 2020).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Foi possível identificar que a clínica psicanalítica na velhice coloca o psicoterapeuta diante da escuta do sujeito do inconsciente e para este o tempo não existe. Assim, esta clínica deverá abranger o passado, significando-o no presente e ainda, procurar restabelecer o encontro desses sujeitos com seu desejo, pois o sujeito envelhecido precisa ser resgatado como um sujeito de desejo.

É preciso reconhecer, em primeiro lugar, que os sentimentos dos idosos não envelhecem, nem os seus desejos! Desta forma, apesar das dificuldades, limitações inerentes à velhice, o psicólogo clínico pode “conectar-se” com os aspectos saudáveis e “preciosos” das pessoas que estão vivenciando a última fase do seu ciclo vital. Entretanto, cabe ressaltar as especificidades que esta clientela demanda do psicoterapeuta e da psicoterapia, que podem ser encaradas como impedimentos, desafios ou possibilidades.

A psicoterapia na velhice, é reconhecida como uma das formas de promover a saúde do idoso e de favorecer um presente e um futuro mais criativos, uma vida mais satisfatória ao sujeito, bem como respostas sobre vários aspectos do processo de envelhecimento e da velhice.

Foi discutido sobre a ideia retrógrada de que uma clínica com pessoas idosas, de base psicanalítica, não seria possível e nem eficaz. Ao contrário disso, o

estudo vem ao encontro de autores que acreditam que a psicoterapia na velhice é “uma ferramenta útil na construção e promoção de um envelhecimento saudável”, contribuindo para que pessoas idosas encontrem formas mais adequadas de lidar com seus conflitos, medos e desafios.

Diante dos desafios que o envelhecimento atual impõe ao saber psicológico e psicanalítico e às relações destes com a nova área da Gerontologia, é imprescindível que pesquisadores e profissionais destas áreas empenhem esforços para repensar e construir novas práticas clínicas contextualizadas e específicas para a velhice.

REFERÊNCIAS

ALTMAN, Miriam. O envelhecimento à luz da psicanálise. **J. psicanálise.**, São Paulo, v. 44, n. 80, p. 193-206, jun. 2011. Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-58352011000100016&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 12 abr. 2023.

ANDRADE, F. B. DE . *et al.* Promoção da saúde mental do idoso na atenção básica: as contribuições da terapia comunitária. **Texto & Contexto - Enfermagem**, v. 19, n. 1, p. 129–136, jan. 2010.

CHIARA, V. L.; CHIARA, S. E. Artigos de revisão: contribuições com enfoque em ciência da nutrição. **Revista de Nutrição**, v. 19, n. Rev. Nutr., 2006 19(1), p. 103–110, jan. 2006.

CORDEIRO, R. C. *et al.* Mental health profile of the elderly community: a cross-sectional study. **Revista Brasileira de Enfermagem**, v. 73, n. 1, p. e20180191, 2020.

GODOY, Arlida Schmidt. Introdução à pesquisa qualitativa e possibilidades. **Rev. adm. empres.**, São Paulo, v. 35, n. 2, pág. 57-63, abril de 1995. Disponível em <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75901995000200008&lng=en&nrm=iso>.

GOMES, E. A. P.; VASCONCELOS, F. G.; CARVALHO, J. F. Psicoterapia com Idosos: Percepção de Profissionais de Psicologia em um Ambulatório do SUS. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 41, n. Psicol. cienc. prof., 2021 41, p. e224368, 2021.

LEANDRO-FRANÇA, C.; GIARDINI MURTA, S. Prevenção e promoção da saúde mental no envelhecimento: conceitos e intervenções. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 34, n. Psicol. cienc. prof., 2014 34(2), p. 318–329, abr. 2014.

RIBEIRO, Pricila Cristina Correa. A psicologia frente aos desafios do envelhecimento populacional. Gerais, **Rev. Interinst. Psicol.**, Juiz de fora , v. 8, n. spe, p. 269-283, dez. 2015 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202015000200009&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 07 abr. 2023.

SANTOS, Á. DA S. *et al.* Approaches of psychoanalysis in the care of the elderly: an integrative review. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 21, n. 6, p. 767–777, nov. 2018.

SILVA, José Maurício da. A clínica psicanalítica com idosos: uma construçãoPsychoanalytic clinic for seniors: a construction. **Estud. psicanal.**, Belo Horizonte , n. 49, p. 115-123, jul. 2018 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0100-34372018000100011&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 13 abr. 2023.

SOUZA, A. P. DE . *et al.* Ações de promoção e proteção à saúde mental do idoso na atenção primária à saúde: uma revisão integrativa. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 27, n. 5, p. 1741–1752, maio 2022.