

SOFRIMENTO PSÍQUICO E SUICÍDIO ENTRE IDOSOS

Faeilla Maria Ferreira Lima¹ | Ana Beatriz Garcia De Souza² | Isadora Sousa Dias Pinheiro³ |
Clemilssa Firmiano Ciriaco⁴ | Wesley Ferreira De Lima⁵ | Lielton Maia Silva⁶

RESUMO

O presente trabalho tem por objetivo mostrar as causas que podem levar uma pessoa idosa a cometer o suicídio, identificando as dificuldades que são encontradas no processo de envelhecimento humano, tanto pelas mudanças biológicas em relação com o meio que estão inseridos como pelos problemas mentais que podem trazer sequelas de toda sua história de vida, apresentando então como esses problemas podem ser agravados e formas de amenizar ou evita-los, através de um cuidado que além de ser um direito é essencial para que o idoso tenha uma vida saudável, mostrando também a importância que a família tem para garantir esses cuidados e para evitar diversos tipos de problemas que podem chegar a acontecer quando o idoso não receber os cuidados e atenção que lhe é necessária.

PALAVRAS-CHAVE

Idoso, Suicídio, Família, Meios de prevenção.

ABSTRACT

The present work aims to show the causes that can lead an elderly person to commit suicide, identifying the difficulties that are found in the human aging process, both due to the biological changes in relation to the environment that are inserted as well as the mental problems that can occur. bring sequelae from their entire life history, showing how these problems can be aggravated and ways to alleviate or avoid them, through care that besides being a right is RFF essential for the elderly to have a healthy life, also showing the importance that the family has to guarantee this care and to avoid different types of problems that can happen when the elderly person does not receive the care and attention that is necessary

KEYWORDS

Elderly, Suicide, Family; Prevention means.

INTRODUÇÃO

A população idosa tem crescido significativamente de um modo gerais, segundo a Organização Mundial de Saúde (2014) o Brasil é um dos países que mais envelhece, estimativas preveem que o Brasil se torne o sexto país com mais idosos ainda em 2020. A terceira idade é entendida, a senso comum, como uma fase tranquila, em que o idoso esteja bem consigo mesmo e com a comunidade em que está inserido, contudo a transição da fase adulta para a velhice acontece da melhor maneira. Muitos idosos têm dificuldade de aceitar que estão envelhecendo, e por vezes acabam desenvolvendo doenças psicológicas, como a depressão, por exemplo (SOUSA et al., 2014).

A partir de um estudo sobre características do desenvolvimento humano, as possíveis implicações sobre o processo de desenvolvimento durante o envelhecer questionam-se: O que pode acontecer durante esse processo que possa levar um idoso a tirar sua própria vida?

O suicídio é uma questão de saúde pública em todo mundo. Segundo a Organização Mundial de Saúde o suicídio aumentou 60% no ano 2003, e a cada morte deixou diversas pessoas que são

próximas as vítimas com suas vidas afetadas depois da forma como perdeu a pessoa querida podendo mudar de forma radical todo percurso da sua vida. Esse aumento de casos tem grande relevância na população idosa principalmente no sexo masculino (MESQUITA et al., 2013).

São diversos os fatores que levam o idoso a desenvolver um comportamento de risco suicida, o fato de não se sentirem incluídos na sociedade que vivem havendo então sentimento de inutilidade, quando a própria família transmite a ideia que já não servem mais, mesmo sem a intenção acaba isolando-os mais ainda, as doenças psíquicas, como a depressão, tem grande relevância e apesar de ser considerada heterogênea ela pode ser diagnosticada logo no início dos sintomas, o abuso de álcool e outras drogas psicotrópicas podem ser agravantes, dependendo do estado mental do idoso (MINAYO et al., 2019).

Perante o dever do cuidado prolongado à pessoa idosa, os familiares passam por sensação de culpa, decepção, amor e solidariedade, um procedimento que envolve aceitação do fato, que também é atravessado por negações, entrega à angústia, podendo provocar depressão e suas implicações nos familiares. Ser responsável, portanto, traz efeitos relevantes para a vida da família, podendo atribuir um valor positivo ou negativo a esta vivência, mas que criam dever do qual o mesmo movimento ininterrupto em que o sensível e o objetivo, o pessoal e o impessoal, o intuitivo e o racional formam modalidades da mesma experiência - a precaução familiar. E esta incerteza abre probabilidade de ressignificações, tanto pelo cuidador como pela pessoa cuidada, de seus planos de vida e de criação de estratégias peculiares de dedicação para os dois (HILLER et al., 2011).

Esta pesquisa de cunho qualitativo foi realizada com um levantamento bibliográfico sobre o tema. Trata-se de meios para a prevenção ao suicídio na velhice que tem por finalidade analisar o suicídio de idosos, que visa a observar os fatores que levavam ao ato do suicídio, as buscas dos artigos ocorreram na plataforma da Scielo, utilizados para as seguintes pesquisas suicídio na velhice e meios de prevenção dos fatores que influenciam no suicídio na velhice entre outros. A pesquisa sobre suicídio na velhice resultou em artigos os quais passaram para uma pré-seleção por meio da leitura dos títulos e dos resumos.

DESENVOLVIMENTO HUMANO DURANTE A VELHICE

Envelhecer é parte do nosso processo evolutivo, é a soma de todas as experiências que vivenciamos durante toda nossa vida. Ao logo desse processo de envelhecimento apresentam-se mudanças morfológicas e funcionais que nem sempre estão de acordo com a nossa idade, que podem ter sido alteradas de acordo com o meio em que cada pessoa vive (AMORIM et al., 2014).

Atualmente a população, em geral, tem estado positiva, no que se refere à expectativa de vida, resultando então no crescimento da população idosa nos países desenvolvidos. Há dois tipos de

envelhecimento, o primário e o secundário; o primário é um processo gradual e inevitável de deterioração biológica, que mesmo pessoas com muita saúde sofrem. O secundário ele é a soma da deterioração biológica com fatores que dependendo de cada indivíduo são controlados ou não, como alimentação, maus hábitos e atividade física (PAPALIA et al., 2013).

De acordo com Papalia et al. (2013) existem várias teorias para explicar o processo de envelhecimento. Tem-se as teorias da programação genética, essas teorias defendem que o envelhecimento físico é resultado de uma programação de genes já definida. Sendo assim, duas principais teorias: a teoria endócrina, que sugere que a atividade endócrina entra em declínio com o passar do tempo, entretanto essas alterações hormonais podem ser amenizadas com um estilo de vida adequado, diminuindo a ingestão de calorias e mantendo atividade física regular. E a teoria imunológica, que afirma que existem genes no corpo humano que futuramente irão atingir o sistema imunológico, resultando em uma predisposição a doenças, infecções e câncer.

Em contrapartida têm as teorias das taxas variáveis, também conhecidas como teorias dos erros, essas teorias propõem que o processo de envelhecimento varia de pessoa para pessoa, e que os ambientes interno e externo serão de extrema importância. Foram estudadas então duas teorias: a teoria dos radicais livres, que sugere que o próprio metabolismo forma moléculas ou átomos instáveis e altamente reativos e danosos para corpo humano, que irão reagir e danificar estruturas celulares e até o DNA, e a teoria autoimune, na qual afirma que com o passar da idade o sistema imunológico fica “confuso” e começa liberar anticorpos prejudiciais para as próprias células (PAPALIA et al., 2013).

Segundo Papalia et al. (2013) os problemas comportamentais e mentais encontrados em pessoas da terceira idade tendem a não ser tratados tanto por não haver a procura por ajuda como pela insuficiência de profissionais devidamente especializados e acessíveis. Paiva (1986) sugere que o desenvolvimento humano deve ser estudado através de uma interação dialética entre indivíduo e o grupo social e não de forma isolada. Ele propõe que o desenvolvimento acontece conforme as relações vão se estabelecendo, relação essas que deverão envolver meios de interações dialógicas onde irá ocorrer uma influência contínua e recíproca.

Como apresentado, o desenvolvimento humano é compreendido em três esferas, biológica, psicológica e social. A primeira é representada pelas mudanças físicas e orgânicas no corpo dos indivíduos, a segunda está para os comportamentos e atitudes adaptativas ao ambiente, e por último, a que diz respeito aos eventos e normas sociais que inevitavelmente irão acontecer, reforçando muitos preconceitos como, por exemplo, podemos citar, a aposentadoria, que desde 1974, contribui para o estabelecimento de que a aposentadoria está solucionando uma vida inútil e desagradável, ou seja, a velhice (SANTOS, 1994).

Portanto, o desenvolvimento humano deve ser compreendido como um processo contínuo, em que ocorrem modificações durante toda a existência do indivíduo do nascimento à morte. Destacando esse processo de desenvolvimento, a família tem papel crucial na vida do idoso, tem como função proporcionar a eles todo conforto, afeto e proteção necessários. Os relacionamentos sociais trazem mais satisfação e podem ajudar a superar problemas, como a solidão na velhice, a perda de um filho ou cônjuge e na recuperação de doenças (PAPALIA et al., 2013).

Frisando o exposto, o Artigo 229º da Constituição Federal observa que: “Os pais têm o dever de assistir, criar e educar os filhos menores, e os filhos maiores têm o dever de ajudar e amparar os pais na velhice, carência ou enfermidade” (BRASIL, 1988, p.60). Observa-se que o envelhecer também é um processo sociocultural, sendo representada de um modo amplo em diversos países. Em alguns países da África os idosos têm um grande papel de prestígio, eles são os responsáveis pela salvaguarda dos valores tradicionais, são como os guardiões da herança afetiva. Já no Brasil, sobretudo, nas zonas urbanas, há no mínimo uma grande ambivalência sobre a terceira idade. Se por um lado a ela são dadas características positivas, como: respeito, experiência e sabedoria, por outro a juventude, a força física, saúde e o novo mais valorizados socialmente. Deste modo, a velhice parece ser representada por uma decadência, inutilidade, logo, uma grande desvalorização, levando-os a que seu espaço na sociedade seja diminuído (SANTOS, 1994).

ADOECECIMENTO MENTAL E SUICÍDIO EM IDOSOS

O suicídio é um tema que desperta interesse acadêmico na área da psicologia porque nos faz refletir como a morte é cogitada como forma de redução do sofrimento psíquico. No Brasil e no mundo é uma questão de saúde pública, atingindo adolescentes, adultos e idosos, contudo, é apresentado por Carvalho et al. (2017) que o último grupo é mais expressivo nos dados brasileiros.

O suicídio é considerado como um ato cometido para evitar e solucionar uma dor psicológica, diante de uma situação de vulnerabilidade. Uma das principais causas das pessoas chegarem a cometer o suicídio é a exclusão social, quando uma pessoa é idosa a sua família trata como se ela fosse uma pessoa doente, a impede de sair frequentemente de sua casa e muitas vezes fazem pressão psicológica, chegando a causar transtornos mentais sendo mais notórias as mudanças de humor e depressão, onde leva muitas vezes ao ato do suicídio (SOUSA et al., 2014).

A tentativa do ato suicida é subjetiva, são considerados os percursos que o sujeito passou e enfrentou ao decorrer de sua vida que podem afetar a decisão de cometer o suicídio, como também tem especificidades culturais (MENEZES et al., 2015).

Os fatores que podem levar uma pessoa idosa a cometer o suicídio segundo Minayo et al. (2016), estão relacionados ao isolamento social, depressão e doenças que possam levar a dependência

de remédios, idosos que morem sozinhos, que já sejam viúvos e não tenham a presença da família e amigos por perto são mais propensos a tentar o suicídio. Sousa et al. (2014) relatam sobre o surgimento de doenças crônicas, impossibilidade de exercer a profissão por dependências físicas e psicológicas e até mesmo aposentadoria diante de mudanças negativas e perdas que, provavelmente irão lhe trazer um sentimento de morte social e subjetiva, o que irá implicar no isolamento, angústia e dificuldades nos relacionamentos. O abuso do álcool é um fator de risco no suicídio entre idosos. Além de ser uma substância inibidora, ou seja, depressiva que, frequentemente, irá trazer uma sensação de vazio e tristeza, quando adicionado a situação psicológica do idoso, que pode estar comprometida, poderá acarretar consequências irreversíveis.

Sousa et al. (2014) apontam o conceito de morte social, a qual começa quando o idoso está se sentindo limitado devido aos fatores como o sentimento de incapacidade, limitações físicas causadas por toda a sua vida e pelos fatores biológicos do envelhecimento e por problemas psicológicos, já para Minayo et al. (2016) outro ponto muito importante que faz uma pessoa idosa tirar a sua própria vida é o tédio, para ele o fim da vida, é não ter mais propósito para seguir.

Outro fato muito importante seria os maus tratos na terceira idade, onde Espíndola et al. (2007) os classificam como físico, verbal, psicológico ou emocional, sexual, econômico, negligência e autonegligência podendo trazer um sentimento de angústia e causando danos incomparáveis, tanto físicos como mental. A relação entre o cuidador e o idoso pode causar um desses problemas, tendo em vista que quanto mais o idoso é dependente mais o cuidador fica sobrecarregado com as exigências que devem ser cumpridas e acabam tendo que abdicar da sua vida pessoal, causando problemas e estresses em ambas as partes.

MEIOS DE PREVENÇÃO

Figueiredo et al. (2015) trazem a concepção de que práticas religiosas podem servir de refúgio, como se fosse uma proteção ou uma alternativa para aliviar as dores e pesares da velhice, além disso os eventos religiosos podem trazer alegria e felicidade por proporcionar novos relacionamentos e podendo assim expor suas ideias e opiniões, trazendo assim o sentimento de utilidade, dando sentido para continuar a viver.

Outro ponto de extrema importância para o combate ao suicídio entre idosos é o apoio social e familiar. O apoio familiar se resume na proteção oferecida pelos membros da família, em que deverão demonstrar compreensão, empatia e preocupação com a qualidade de vida das pessoas com mais idade. O apoio social se concretiza nas atuações e atos de assistência emocional, instrumental e material disponibilizadas por instituições e profissionais da área social e da saúde, ou até mesmo pela própria comunidade que o idoso esteja inserido, na tentativa de manter a terceira idade independente e ativa. Dessa forma, pode-se compreender que, pessoas que têm um convívio social saudável são pessoas mais fortes, porém não é a

quantidade dos relacionamentos que é o mais importante, mas sim a qualidade (FIGUEIREDO et al., 2015, p. 5).

No apoio social e familiar, as relações afetivas positivas, concede ao idoso a sensação de viver uma experiência psicossocial restauradora. As pessoas se sentirão mais ligadas à vida, à medida que os laços afetivos familiares forem sendo intensificados. E ao contrário do que muitos pensam esse vínculo não está relacionado apenas com o apoio material, mas principalmente com a importância a relação afetiva. Alguns idosos relatam que têm medo de como a situação de suas famílias ficará em detrimento da sua ausência, e isso dá a eles força para enfrentar os desejos e tentativas de se matar (FIGUEIREDO et al., 2015).

Observando a situação do ângulo o apoio social, às pessoas idosas devem ser bem cuidadas desde o acolhimento até chegar aos cuidados institucionais. As relações de amizade e os cuidados específicos elaborados pela Organização Mundial da Saúde são pontos de extrema relevância no combate ao suicídio entre idosos (FIGUEIREDO et al., 2015).

Vínculos extra familiares na vida cotidiana são fundamentais. É comum os idosos se sentirem desprezados e incompreendidos pelos próprios familiares, e muitas vezes só consegue continuar suas vidas, sonhos e projetos por causa do acolhimento que encontram nos amigos. Por esse motivo, esse elemento deve ser cultivado, visto que, ele é um agente protetor contra a ideia, tentativa e realização da morte auto infligida. Os casos de suspeita ou confirmação de violência praticada contra idosos devem ser objeto de notificação compulsória pelos serviços de saúde públicos e privados à autoridade sanitária, bem como devem ser obrigatoriamente comunicados por eles a quaisquer dos seguintes órgãos: autoridade policial; Ministério Público; Conselho Municipal do Idoso; Conselho Estadual do Idoso; Conselho Nacional do Idoso (FIGUEIREDO et al., 2015).

Pode-se perceber como o atendimento psicológico também pode ser de suma importância para o bem estar do idoso, o psicoterapeuta pode fazer uma análise não só dos acontecimentos do presente como também de toda a vida do idoso, para poder reconhecer que apesar da idade os sentimentos e os desejos não morrem. Os resultados só mostram como a psicoterapia pode ajudar a envelhecer com saúde e satisfação (BRASIL et al., 2013).

Reconstituição da autonomia também é um aspecto que deve ser bastante praticado de forma diariamente no decorrer da vida dos idosos, pois você é uma pessoa mais velha e pelo seu físico está enrugado e sua força física não ser a mesma a pessoa acaba ficando angustiada por todas essas etapas a qual o envelhecimento faz passar, onde na sua concepção autônoma, é como se não existisse mais, pois o idoso acaba pensando que sua opinião, suas decisões não seriam de nada por ser uma pessoa velha (GUIMARÃES et al., 2019).

Acredita-se que a velhice com uma qualidade de vida é um grande desafio que se impõe a sociedade atual. O prolongamento da vida tem pouco sentido caso a qualidade de vida seja preservada.

Onde se destaca a relevância científica e social de investigar os diferentes domínios da qualidade de vida nos idosos através da utilização de um instrumento específico para a população e pela busca de sua opinião. Para o envelhecimento com qualidade de vida é importante verificar o componente de autonomia na capacidade de tomar suas próprias decisões (FIGUEIREDO et al., 2015).

CONCLUSÃO

Ao falar sobre sofrimento psíquico e suicídio na velhice pode-se destacar no artigo mudanças biológicas e acontecimentos importantes na vida do idoso em relação com o meio, que podem causar problemas e doenças e os levar a tomar a decisão de por um fim na sua própria vida.

O envelhecimento é parte do nosso processo evolutivo e traz consigo uma série de mudanças físicas e mentais que podem variar de pessoa para pessoa e que nem sempre vão se desenvolvendo de acordo com a idade do outro, cada pessoa tem o seu processo de envelhecimento e podem variar dependendo do meio que cada um está inserido e da forma como leva sua vida.

Como apresentado no artigo o suicídio na velhice vem crescendo bastante nos últimos anos, visto como uma forma de acabar com a dor física e mental que muitos idosos são submetidos como a exclusão social onde o idoso passa a não socializar nem com amigos e nem com a família ou quando ocorrer o abandono da familiar e o idoso passa a ser cuidado por casas de apoio ou continua na sua família sem receber os cuidados e a assistência necessária para se ter uma vida saudável, que é também onde normalmente ocorre os maus tratos, sejam eles físicos psicológicos ou verbal em relação do cuidador com idoso, que vem a ser um dos principais motivos da solidão e angústia na velhice podendo causar danos irreversíveis tanto físicos como mental. A falta de utilidade por não ter um trabalho ou uma rotina como na sua juventude também vem a ser um motivo para perder o interesse na vida e optar pelo suicídio.

Como prevenção ressalta-se que o apego à religiosidade vem a ser uma forma de aceitar e suportar as dores e o medo da morte, servindo como um refúgio da angústia e solidão que o idoso sofre nesse momento da vida, ajudando também a contribuir com o sentimento de utilidade, e a socializar com outras pessoas, podendo expor suas ideias e fazer novas amizades.

Com base nos artigos estudados pode-se afirmar que o apoio familiar é de extrema importância para ajudar o idoso a ter uma velhice saudável e com a devida atenção e cuidados que é do seu direito, fazendo com que essa ligação emocional dê sentido e força para se viver, essa atenção dada pela família também pode evitar sentimentos como a angústia e a solidão, fazendo com que o idoso tenha uma vida mais saudável e feliz.

O cuidado e a assistência de profissionais que cuidar da saúde física e mental do idoso também faz-se importante para ajudar na qualidade de vida e deve ser melhorada e ajustada para melhor

atender as necessidades que são impostas pelo idoso em diferentes situações, que possa haver um atendimento especializado e qualificado para que não haja erros e uma fiscalização para que eles possam utilizar dos seus benefícios e direitos em que muitas vezes não são respeitados.

Para finalizar ressalta-se a importância de estudar os motivos que levam a o idoso a cometer o suicídio, para que se possa promover ações e disponibilizar a ajuda adequada e necessária para evitar tal acontecimento.

REFERÊNCIAS

- AMORIM, S; SENA, É. **Desenvolvimento Humano durante a velhice**. Psicologado, (2014) - disponível em: <https://psicologado.com.br/psicologia-geral/desenvolvimento-humano/desenvolvimento-humano-durante-a-velhice/amp>. Acessado em: 20 de maio de 2020
- BRASIL, K. T. R. et al. A clínica do envelhecimento: desafios e reflexões para prática psicológica com idosos. **Aletheia**, n. 40, p. 120-133, 2013.
- CARVALHO, I. L. N. et al. A intoxicação por psicofármacos com motivação suicida: uma caracterização em idosos. **Rev Bras Geriatr Gerontol**, v. 20, n. 1, p. 134-42, 2017.
- DE SOUSA, G. S. et al. Circunstâncias que envolvem o suicídio de pessoas idosas. **Interface-Comunicação, Saúde, Educação**, v. 18, p. 389-402, 2014.
- ESPÍNDOLA, Cybele Ribeiro; BLAY, Sérgio Luís. Prevalência de maus-tratos na terceira idade: revisão sistemática. **Revista de Saúde Pública**, v. 41, p. 301-306, 2007.
- FIGUEIREDO, A. E. B et al.. É possível superar ideações e tentativas de suicídio? Um estudo sobre idosos. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, p. 1711-1719, 2015.
- GUIMARÃES, Lara de Andrade et al. Sintomas depressivos e fatores associados em idosos residentes em instituição de longa permanência. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, p. 3275-3282, 2019.
- HILLER, M., BELLATO, R., ARAÚJO, L. F. S. Laura Filomena Santos. Cuidado familiar à idosa em condição crônica por sofrimento psíquico. **Escola Anna Nery**, v. 15, n. 3, p. 542-549, 2011.
- MENEGHEL, S. N. et al. Tentativa de suicídio em mulheres idosas – uma perspectiva de gênero. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 20, p. 1721-1730, 2015.
- MINAYO, M. C. S; FIGUEIREDO, A. E. B; MANGAS, R. M. N. Estudo das publicações científicas (2002-2017) sobre ideação suicida, tentativas de suicídio e autonegligência de idosos internados em Instituições de Longa Permanência. **Ciência & Saúde Coletiva**, v. 24, p. 1393-1404, 2019.
- MINAYO, M. C. S; TEIXEIRA, S. M. O; MARTINS, J. C. O. Tédio enquanto circunstância potencializadora de tentativas de suicídio na velhice. **Estudos de Psicologia (Natal)**, v. 21, n. 1, p. 36-45, 2016.

PAIVA, V. M. B. A velhice como fase do desenvolvimento humano. **Revista de Psicologia**, Fortaleza, 4(1): jan./jun., 1986.

PAPALIA, D. E; FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento Humano**. 12^a, ed. Saraiva, 2013.

SANTOS, M. F.S. **Velhice: uma questão psico-social**. Temas em Psicologia, v. 2, n. 2, p. 123-131, 1994.

SÉRVIO, S. M. T. et al. Retratos de autópsias Psicossociais sobre suicídio de idosos em Teresina. **Psicologia: Ciência e Profissão**, v. 33, n. SPE, p. 164-175, 2013.

Recebido em: 15 de Junho de 2020

Aceito em: 30 de Julho de 2020

¹Graduando em Psicologia pelo Centro Universitário Vale do Salgado. E-mail: Faeillamaria@gmail.com

²Graduando em Psicologia pelo Centro Universitário Vale do Salgado. E-mail: beatriz.garcia2019@outlook.com

³Graduando em Psicologia pelo Centro Universitário Vale do Salgado. E-mail: Isadorasousadiaz45@gmail.com

⁴Graduando em Psicologia pelo Centro Universitário Vale do Salgado. E-mail: Clemilssa10@gmail.com

⁵Graduando em Psicologia pelo Centro Universitário Vale do Salgado. E-mail: wf30003@gmail.com

⁶Professor no Centro Universitário Vale do Salgado. Especialista em Saúde Mental pela UDESC. Especialista em Saúde Pública e da Família pela FAK. E-mail:lieltonmaia@univs.edu.br