
**SUORTE SOCIAL E QUALIDADE DE VIDA NO ENVELHECIMENTO:
uma revisão sistemática**

Alexsandra Ribeiro Fidalgo*
Larissa Fortes de Souza Landim*
Denise Mendonça de Melo**

RESUMO

Qualidade de vida pode ser entendida como bem-estar físico, emocional e social do indivíduo, seu modo de vida e compreensão do seu dia a dia. Esse é um tema amplo que suscita a necessidade de investigação em todas as etapas do ciclo vital, por ser um objetivo essencial para os seres humanos. A longevidade está cada vez mais presente na vida do ser humano e com ela a ideia de que com o aumento da idade acarreta no aumento de incapacidades e dependência. O suporte social busca integrar todo um grupo de pessoas envolvidas em uma relação de empatia com o outro. Objetivo: identificar como os pesquisadores brasileiros investigam a relação qualidade de vida e suporte social na velhice, mapeando e discutindo a produção acadêmica dos artigos disponíveis na base de dados SciELO Brasil. Método: revisão sistemática da literatura. Resultados: foram encontrados 425 artigos, 42 aproveitados e analisados na amostra final. Pôde-se concluir que muitos pesquisadores buscam estratégias e abordam as redes de suporte social como melhoria na qualidade de vida do idoso.

PALAVRAS-CHAVE: Envelhecimento. Qualidade de vida. Suporte social.

INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional é um fenômeno mundial. Segundo o Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2010), no Brasil o último censo demográfico destacou o aumento da população a partir de 60 anos e uma diminuição absoluta do contingente de jovens menores de 20 anos. Idosos

* Psicólogas pelo Centro Universitário Estácio Juiz de Fora.

** Professora do Centro Universitário Estácio Juiz de Fora, doutora em Psicologia.

representam aproximadamente 10% da população brasileira. Projeções sugerem que em 2050 o número de idosos brasileiros ultrapassará o de crianças, consolidando o processo de envelhecimento no país (CAMARANO, 2015).

A inversão da pirâmide etária brasileira, ou seja, a diminuição do número de crianças e o aumento do número de idosos representa um dos grandes desafios a serem enfrentados pela sociedade. Este desafio pode ser traduzido na necessidade de sintonizar a quantidade dos anos vividos com a qualidade de vida dos idosos. Envelhecer bem tem sido uma das preocupações de muitos idosos e de toda a sociedade. Essa geração está descobrindo uma diferente forma de viver bem, de perceber suas limitações e suas capacidades tanto físicas quanto psicológicas (NERI; NERI, 2011). Essa preocupação da população e dos idosos tem sido objeto de pesquisas e estudos com a intenção de permitir uma sobrevivência com mais estima e, sobretudo, uma qualidade de vida melhor (ALMEIDA; GUTIERREZ; MARQUES, 2012).

A Longevidade está cada vez mais presente na vida do ser humano e com ela a ideia de que com o aumento da idade acarreta no aumento de incapacidades e dependência. Porém, na contemporaneidade, pode-se perceber a cada dia a vontade do indivíduo de viver mais e melhor (PASCHOAL, 2011). Mesmo com as limitações inerentes a essa fase do ciclo da vida é possível identificar engajamento ativo com a vida ou mesmo percepções subjetivas de qualidade positiva (RODRIGUES & NERI, 2012).

Qualidade de vida é um tema amplo que suscita a necessidade de investigação em todas as etapas do ciclo vital, por ser um objetivo essencial para os seres humanos. Devido ao aumento da expectativa de vida e ao envelhecimento da população, compreender os determinantes desta, especificamente na velhice, vem sendo um desafio para pesquisadores e clínicos. Sabe-se que esse é um assunto que precisa ser compreendido multidimensionalmente, considerando que aspectos biopsicossociais podem impactar a qualidade de vida na velhice, envolvendo parâmetros objetivos e subjetivos (CHACHAMOVICH; TRENTINI; FLECK, 2007).

Autores como Almeida, Gutierrez e Marques (2012), definem que a qualidade de vida está relacionada ao modo como as pessoas vivem e compreendem seu dia a dia. A Organização Mundial de Saúde através do grupo de pesquisas *WhoQoL Group* (*World Health Organization Quality of Life*) operacionalizou o seguinte

conceito para qualidade de vida: “qualidade de vida é a percepção de sua posição na vida no contexto da cultura e sistemas de valores nos quais ele vive em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações” (FLECK, 2000, p. 34).

São várias as percepções sobre o construto qualidade de vida que podem estar relacionados ao processo de vivência do indivíduo (PASCHOAL, 2011). Segundo Almeida et al. (2012), são abordadas as percepções subjetivas e objetivas para qualidade de vida. A primeira possui relação com a garantia e satisfação das necessidades simples e principais para a vida humana, relacionadas à sobrevivência e ligadas às questões materiais, como acesso a moradia, alimentação, saúde, trabalho e lazer. Já a segunda, está relacionada aos sentimentos importantes para as pessoas, como realização pessoal, juízos de valores, interações sociais, entre outros relacionados com a cultura do sujeito e o ambiente em que ele vive (ALMEIDA ET AL., 2012).

Dentre as variáveis subjetivas passíveis de influência na qualidade de vida dos idosos, acredita-se que o suporte social possa contribuir positivamente na vida das pessoas, pois os seres humanos como agentes gregários e interdependentes precisam manter suas relações sociais satisfatórias até o fim da vida (PASCHOAL, 2011). Segundo Neri (2014), o suporte social engloba “conjuntos hierarquizados de pessoas que mantêm entre si interações de dar e receber. As relações sociais existem ao longo de todo o ciclo vital, atendendo à motivação básica do ser humano à vida gregária” (p. 289). As redes de suporte social dos idosos possuem algumas propriedades, a saber: o tamanho, a estabilidade, a homogeneidade, a simetria, a complexidade, o grau de ligação afetiva entre os componentes, o grau de proximidade geográfica entre os membros e o grau de formalidade das relações (NERI, 2014). Não somente o suporte social sólido e satisfatório, mas também a forma como o idoso percebe subjetivamente esse suporte, podem funcionar como recursos protetivos e de compensação das perdas físicas e cognitivas, por exemplo, que possam ser deflagradas pelo processo de envelhecimento.

Além das relações sociais afetivas e familiares, são percebidas as redes de cuidados, também identificadas como de suporte ao idoso que precisa de apoio. Seja no âmbito das atividades de vida diária, como ir ao banheiro, ou no contato social para desfrutar do seu direito enquanto cidadão utilizando o transporte, por exemplo. As redes de suporte social, nesse contexto, podem ser formais, ou seja,

compostas por profissionais remunerados que oferecem suporte ao idoso, ou informais, formados por amigos, familiares ou vizinhos que se dispõem a efetuar o apoio (DUARTE; JOAQUIM; LAPA; NUNES, 2014).

Um dos exemplos de redes de suporte formais são as Instituições de longa permanência para idosos (ILPIs). Esse termo foi adotado em substituição de asilos pela Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia (SBGG). Essas instituições podem ser definidas como um estabelecimento para atendimento integral institucional para pessoas com idade superior ou igual a 60 anos que possuem família ou não, são moradias para os idosos afim de acolher esta população (COSTA; MERCADANTE, 2013).

As Universidades abertas para Terceira Idade (UNATIs) também são redes de suporte formais ao idoso, estas tiveram influência europeia que surgiram na França na década de 1960 após a percepção de que esse ambiente poderia melhorar a vida das pessoas idosas, tendo como objetivo de ser um espaço com atividades culturais e relações sociais para o público dos aposentados, com propósito de ocupar o tempo livre dessas pessoas (INOUYE; ORLANDI; PAVARINI; PEDRAZZANI, 2017). Segundo Cachioni e Ordonez (2011), em pouco tempo essa ideia de obter um espaço para ocupar o tempo livre dos idosos se espalhou por todo o mundo, e hoje, vários idosos em diversos países participam de atividades culturais e intelectuais, contribuindo para um envelhecimento ativo, trazendo uma melhora na qualidade de vida.

Segundo Inouye et al. (2017), em 1963 no Brasil na cidade de São Paulo através do Serviço Social do Comércio (SESC), foram inauguradas atividades educativas e culturais voltadas para os idosos, tais como: bailes, jogos de salão, comemoração de aniversário, alguns eventos específicos com objetivo de promover um envelhecimento saudável. Com o passar dos anos, esse movimento foi se intensificando e aperfeiçoando, se estendendo a outras cidades e estados. Buscando criar oportunidades de lazer para os idosos, além de trazer novos desafios e aumento nas relações sociais, que são fundamentais para a saúde e conseqüentemente para qualidade de vida (INOUYE ET AL., 2017). Acredita-se que através das interações que o suporte social proporciona aos idosos, eles tenham uma melhora considerável em relação as suas capacidades funcionais, cognitivas e psicológicas, podendo assim, confiar, que possam ter algum ganho pessoal que

determinam como qualidade de vida (LEMOS; MEDEIROS, 2011). Por isso, a interação social é fundamental para os idosos numa fase culturalmente rotulada por perdas cognitivas, físicas e psicológicas.

Segundo Lemos e Medeiros (2011), investigar as contribuições do suporte social pode ser fundamental para a promoção da qualidade de vida dos idosos, pois, integra todo um grupo de pessoas envolvidas em uma relação de empatia com o outro. O idoso precisa estar satisfeito com as pessoas ao seu redor, com sua interação social, seu convívio familiar, amigos, trabalho e comunidade. Esse processo ajuda a amenizar e compensar diversas perdas funcionais, psicológicas e cognitivas que ele enfrenta ao longo do envelhecimento.

A literatura gerontológica disponibiliza algumas pesquisas sobre qualidade de vida e suporte social na velhice. Paschoal (2011), discorre que a qualidade de vida associada ao suporte social tem uma propensão de melhoria no envelhecimento. Lawton (1983) *apud* (BECKERT; IRIGARAY; TRENTINI, 2012), descreve a qualidade de vida na velhice pode ser definida como a avaliação multidimensional referenciada a critérios socionormativos e intrapessoais, a respeito das relações atuais, passadas e prospectivas entre indivíduo maduro ou idoso e o seu ambiente. Neri e Vieira (2013), explicitam que aqueles idosos que possuem um vínculo social forte geralmente desfrutam melhor de sua saúde física e mental, ou seja, possuem uma boa qualidade de vida na medida em que os indivíduos e as sociedades se desenvolvem.

Acredita-se que o suporte social, ou a percepção subjetiva do suporte social possa interferir nos níveis de qualidade de vida das pessoas idosas. Os indivíduos que possuem amplas redes sociais têm mais ajuda nos tempos de doenças, e quando percebem melhor o suporte, podem enfrentar as enfermidades e as experiências difíceis e não esperadas da vida de forma mais eficaz (NERI, 2014). Assim, este projeto teve como objetivo efetuar uma revisão sistemática da literatura brasileira sobre qualidade de vida e suporte social no envelhecimento. Especificamente pretendeu-se identificar a maneira como pesquisadores brasileiros estudam a suposta relação entre as variáveis qualidade de vida e suporte social, mapeando e discutindo a produção acadêmica referente aos artigos disponíveis na base de dados SciELO Brasil. Almejou-se também ordenar o conjunto de

informações e resultados sobre o tema, vislumbrando possíveis lacunas das pesquisas a serem futuramente analisadas em outros estudos.

MÉTODO

A pesquisa foi realizada por meio de revisão sistemática da literatura, buscando por artigos nacionais que estejam publicados em idioma português e que versem sobre os temas qualidade de vida e suporte social na velhice, ou seja, investigações empíricas que utilizaram como amostra pessoas com idade igual ou superior a 60 anos sobre as variáveis de interesse dessa pesquisa (qualidade de vida e suporte social na velhice). A recuperação dos textos não teve delimitação temporal e foi feita na base de dados SciELO Brasil fazendo uso do campo “assuntos” para uma busca detalhada. Os descritores utilizados foram agrupados da seguinte maneira: qualidade de vida e velhice, qualidade de vida e idoso, qualidade de vida e envelhecimento; suporte social e velhice, suporte social e idoso, suporte social e envelhecimento; qualidade de vida e suporte social; qualidade de vida, suporte social e velhice, qualidade de vida, suporte social e idoso, qualidade de vida, suporte social e envelhecimento. A pesquisa ocorreu no dia 01 de setembro de 2017. Posteriormente, procedeu-se a leitura dos títulos e dos resumos de todos os artigos recuperados. Foram excluídos artigos publicados em idioma estrangeiros, artigos de revisão de literatura, pesquisas com amostras de pessoas com idade inferior a 60 anos, estudos empíricos que foram realizados fora do território brasileiro e aqueles artigos que não abordam as variáveis de interesse deste estudo. Os dados foram tratados mediante análise de conteúdo, além disso, foi utilizada estatística descritiva.

Utilizando os descritores qualidade de vida e velhice, qualidade de vida e idoso, qualidade de vida e envelhecimento; suporte social e velhice, suporte social e idoso, suporte social e envelhecimento; qualidade de vida e suporte social foi feita a busca pelos artigos e encontrou-se um total de 425 estudos. Não foram encontrados artigos com os descritores qualidade de vida, suporte social e velhice; qualidade de vida, suporte social e idoso; qualidade de vida, suporte social e envelhecimento. Do total de pesquisas encontradas foram excluídos 120 artigos por serem de idiomas estrangeiros, 35 estudos por serem artigos de revisão, 23 pesquisas por terem sido

realizadas com pessoas com idade inferior a 60 anos, 4 pesquisas que foram realizadas fora do território brasileiro e 201 eram artigos que não abordaram as variáveis de interesse. Sendo assim, compuseram a amostra deste estudo 42 artigos que tiveram os seus resumos examinados.

Para o exame dos resumos escolhidos foi construída uma planilha utilizando o software Excel, dividida de forma padronizada em 6 domínios (recrutamento, descritor, sexo, idade, ano de publicação e revista). O domínio descritor fez referência as palavras utilizadas na busca dos artigos na base de dados SciELO Brasil. No domínio recrutamento foram definidas algumas redes de suporte onde os idosos podem ter uma forma de apoio. Esse foi subdividido em ILPIs, Universidade para Terceira Idade e Centros de Convivências. O domínio sexo foi dividido entre masculino, feminino e masculino e feminino. A idade foi subdividida segundo Papalia e Feldman (2013) em idoso-jovem (60-75 anos), idoso (76-85 anos), idoso-idoso (86 anos ou mais) e outros (são idades específicas diferente da classificação citada). O ano de publicação dos artigos encontrados diz respeito à quando os estudos foram aceitos pelas revistas para publicação. E as revistas foram divididas em psicologia, enfermagem, interdisciplinar e medicina.

RESULTADOS

Dentre os 42 artigos encontrados para este estudo, 5% foram localizados com o descritor qualidade de vida e idoso, 26% qualidade de vida e envelhecimento, 69% qualidade de vida e velhice. Os artigos que foram encontrados com os descritores: suporte social e velhice, suporte social e idoso, suporte social e envelhecimento, qualidade de vida e suporte social foram excluídos de acordo com o critério de exclusão. No domínio recrutamento, dos estudos encontrados, 2% das pesquisas utilizaram amostras com idosos institucionalizados, 10% investigaram idosos frequentadores das UNATIs e 88% analisaram idosos participantes de centros de convivência. Dos artigos recuperados para este estudo, 7% com homens, 17% são pesquisas que foram realizadas somente com mulheres, e 76% com homens e mulheres. Referente a idade dos participantes das pesquisas dos 42 artigos recuperados, 2% eram “idosos – idosos”, 14% “outros”, 83% eram “idosos jovens” e para idade que se refere a “idoso” não foram encontradas amostras que foram

pesquisadas ou estudadas pelas investigações. Com relação ao ano de publicação dos artigos encontrados para este estudo, 2% foram publicados no ano de 1997, 2% em 2005, 2% nos anos de 2006 e 2007. No ano de 2013 foram publicados 7%, 7% em 2014, 10% em 2010, 12% em 2012 e no ano de 2016, 19% em 2011 e 24% em 2009. Até a data de pesquisa deste estudo foram publicadas 2% de artigos que estão entre os 42 recuperados. Sobre a procedência das revistas onde foram alocadas as publicações, 5% eram revistas de medicina, 10% de psicologia, 19% de enfermagem e 67% eram revistas interdisciplinares.

DISCUSSÃO

Segundo Wichmann, Couto, Areosa e Montañés (2013), a percepção de uma boa qualidade de vida está diretamente ligada com a autoestima e ao bem-estar do indivíduo. Os fatores que influenciam uma boa qualidade de vida estão relacionados à interação social, que podem trazer um estilo de vida mais saudável no envelhecimento (WICHMANN ET AL., 2013). Pode-se perceber que o suporte social estimula o idoso a resgatar sua autonomia, aumentar sua autoestima, inclusão social, disposição para realizar atividades, entre outros aspectos que influenciam na decisão desses idosos de visitarem as redes de suporte social para obterem uma qualidade de vida nessa fase do ciclo vital (ALMEIDA ET AL., 2010).

Os idosos que possuem sua própria independência nas atividades diárias passam a ter um melhor aproveitamento da qualidade de vida e na diminuição de perdas físicas e cognitivas. Dentre os artigos encontrados 2% são pesquisas que foram realizadas com esse público que frequenta as ILPIs. Foi verificado que essas pessoas possuem menores ganhos nos domínios físico, cognitivo e psicológico. Os funcionários das instituições são os responsáveis pela rotina de cuidados estabelecida, pode ser que ocorra a falta de alguns estímulos relacionados ao autocuidado e independência dos internos. Assim, esse grupo tende a ser mais propício ao isolamento social pelas limitações dessas instituições. Podendo ocorrer o menor aproveitamento das atividades físicas e de sua autonomia (GUTIERRES FILHO; GERALDO; BENTO; SILVA; ARANCIBIA; SILVA, 2014). Já os idosos inseridos nas UNATIs e centros de convivência possuem maior desempenho físico, cognitivo e social, pois têm mais oportunidades de participar de diversas atividades

fortalecendo os laços sociais, trocando experiências, se tornando mais autônomos e adquirindo novos conhecimentos (RIZZOLLI; SURDI, 2010).

A participação social é um dos elementos de fundamental importância para um envelhecimento saudável. O fato de os idosos compartilharem suas experiências e receberem novos depoimentos e conhecimentos de outras pessoas, através das redes de suporte social e do envolvimento ativo traz um acréscimo de bem-estar em suas vidas. Com isso eles buscam traçar novos caminhos para adquirir uma melhor qualidade de vida (NERI; VIEIRA, 2013). Algumas pesquisas que foram encontradas neste estudo discorrem sobre as redes de suporte social para o idoso com o mesmo propósito, de criar estratégias para melhorar a qualidade de vida no envelhecimento e classificam essas redes de apoio como formais e informais. Por exemplo: para Neri e Vieira (2013) as redes de apoio social podem ser definidas de acordo com a sua “estrutura, a natureza das relações (informais ou formais), e o tipo de interação que oferecem”. Para Pereira (2015), as redes de apoio informais referem-se às ações de referência, informação, orientação por indivíduos com vínculo de familiares, amigos e vizinho, e as redes de apoio formal referem-se às ações voltadas à proteção e inclusão praticada por profissionais de saúde e de redes institucionalizadas.

Nas redes de suporte formais pode-se citar as UNATIs. Essas são meios importantes no processo de envelhecimento, por trazerem novos conhecimentos, outras experiências, autonomia, interação social, e conseqüentemente melhora a qualidade de vida deste público. Dentre as pesquisas encontradas para este estudo, 10% escreveram sobre as UNATIs e foram realizadas com indivíduos que frequentam essas universidades. Essas são fundamentais para estimular e preservar a saúde, bem como enfrentar os efeitos adversos do envelhecimento. Um dos exemplos de UNATIs é a Universidade Aberta à Terceira Idade, da Escola de Artes, Ciências e Humanidades da Universidade de São Paulo (UnATI/EACHUSP), esta criou o programa Idosos On-line que tem como objetivo central a inclusão digital, aprimoramento das atividades sociais e intelectuais, estímulo cognitivo e a interação social. Esse programa é realizado por meio de oficinas nos laboratórios de informática da UnATI/EACH-USP e visa o crescimento pessoal dos participantes, compromisso e empenho nas atividades. É visto como uma forma de suporte social, pelo fato de obter uma integração entre os participantes, por meio da troca de

experiência criam-se laços de amizade importantes para os idosos (CARVALHO; TARALLO; BATISTONI; CACHIONI, 2014).

Outro tipo de rede de suporte formal para o idoso são os centros de convivência. Dentre os artigos recuperados 88% relatam sobre a importância do suporte social para melhoria da qualidade de vida dos idosos que frequentavam esses centros de convivência (ALMEIDA ET AL., 2010). Esses indivíduos que procuram participar desses grupos tem uma tendência maior de possuir autonomia, aumento da autoestima e promovem a inclusão social, além de preservarem suas relações sociais trazendo um bem-estar psicológico e social para si mesmo, proporcionando uma melhor qualidade de vida (ALMEIDA ET AL., 2010).

Dentre os artigos encontrados para este estudo não foram abordadas com relevância as redes de suporte informais, que podem estar ligadas, por exemplo, as igrejas. A religiosidade se faz presente na humanidade desde a sua existência. Os indivíduos têm buscado o sentido de sua vida e do mundo que o cerca, busca o sentido de sua dor, de sua alegria e de todas as suas experiências pessoais e coletivas. Essas pessoas têm associado à religião uma forma de se apegar a um ideal, onde determinam que a fé e a espiritualidade lhe fazem bem e influencia na sua qualidade de vida (OLIVEIRA; PESSINI, 2011). A religião é uma forma de suporte social devido à participação em atividades e grupos da igreja que podem amenizar o sentimento de solidão, pois para eles o fato de participarem das atividades e se integrarem nessas instituições os fazem se sentir mais úteis (OLIVEIRA; PESSINI, 2011).

Outro tipo de rede de suporte ao idoso informal são as redes sociais ligadas à internet. Essas podem ser definidas como um conjunto de pessoas que estão conectadas virtualmente por algum tipo de relação social, neste contexto pode estar inseridos o *facebook*, os *blogs* e os *chats* (GOUVEIA; MATOS; SCHOUTEN, 2016). Os membros dessas redes sociais são considerados pelo indivíduo como importantes. Em sua maioria são formados por familiares, amigos, vizinhos e muitos idosos que as utilizam expressam-se com esses membros sobre assuntos que os interessam.

Entre os 42 estudos encontrados, pode-se observar que é relevante nos dias atuais pesquisar a relação da qualidade de vida com o suporte social na velhice, pois a cada ano nota-se um crescente número de idosos. Segundo Miranda, Mendes

e Silva (2016), projeções indicam que em 2050 a população brasileira crescerá para 253 milhões de habitantes, o que provavelmente sugere também um crescimento da população idosa. Segundo Papalia e Feldman (2013), o processo de envelhecimento dos indivíduos tem sido uma das preocupações da sociedade e áreas de investigação, pelo fato deste ser visto como uma fase com estereótipos de incapacidade e os idosos serem mais vulneráveis. Contudo, é possível perceber o crescente desejo dessa população de continuarem o seu desenvolvimento mais ativo e saudável. Isso torna relevante o interesse dos pesquisadores em estudar estratégias, como o suporte social proporciona, para uma melhoria na qualidade de vida do idoso (PAPALIA; FELDMAN, 2013). Para Carneiro e Falcone (2016), as relações sociais podem de várias formas, promover melhores condições de saúde e conseqüentemente uma melhor qualidade de vida. Pesquisar a importância da relação entre suporte social e qualidade de vida dos idosos pode contribuir para aspectos na área da psicologia, pelo fato das relações sociais serem vistas como fontes protetoras e mantenedoras de saúde (CARNEIRO; FALCONE, 2016).

Segundo Papalia e Feldman (2013), a população está envelhecendo, com isso os pesquisadores decidiram classificar os grupos pela idade dos idosos, como: idoso jovem com 65 a 74 anos, idoso-idoso com 75 a 84 anos e idoso mais velho a partir de 85 anos. Dos estudos encontrados observou-se que 83% dos indivíduos que participaram das pesquisas são idosos jovens. Pode-se perceber que nessa fase do ciclo da vida há transformações significativas, tanto físicas quanto sociais. As doenças crônicas começam a ser mais evidentes e com elas a preocupação de prevenção é maior. Com isso, idosos passam a procurar mais assistência como medidas preventivas para terem um estilo de vida mais saudável e com menores declínios físicos e psicológicos (PAPALIA; FELDMAN, 2013). Essas assistências estão relacionadas as redes de suporte social, no qual os idosos começam a frequentar com objetivo de interagir com outras pessoas realizando atividades que estimulam a parte física e cognitiva (PAPALIA; FELDMAN, 2013). Observou-se também que 76% dos grupos de idosos que participaram das pesquisas eram de ambos os sexos e com idade igual ou superior a 60 anos. Buscando por outros artigos que compuseram este estudo observou-se que a população em geral se preocupa em buscar estratégias para melhoria de qualidade de vida. Na pesquisa feita por Almeida, Madeira, Arantes e Alencar (2010) por exemplo, foram separados

os indivíduos por “duas amostras, ambas com 30 idosos de ambos os sexos, na amostra do grupo 1 eram 23 do sexo feminino e 7 do sexo masculino e a amostra do grupo 2 eram 17 do sexo feminino e 13 do sexo masculino.” Outro exemplo de artigos dentre os recuperados para este estudo foi a pesquisa feita por Inouye et al. (2017), dos “27 componentes que participaram do estudo, 89% (n=24) eram do sexo feminino e 11% (n=3) eram do sexo masculino” (p.8). Esses dados dos exemplos citados permitem refletir que a população que mais se interessa em procurar redes de suporte social para melhorar a qualidade de vida são as mulheres. Isso pode ocorrer por estas serem mais independentes e se preocuparem mais com sua saúde, principalmente na velhice. Todavia foi visto que tanto homens quanto mulheres se interessam em participar de pesquisas que investigam melhoria de saúde física e mental no envelhecimento.

Além das informações supracitadas, este estudo teve como objetivo detalhar o ano de publicação, com a finalidade de apresentar um panorama do que tem sido pesquisado nos últimos anos sobre a relação suporte social e qualidade de vida na velhice. Constatou-se um aumento expressivo do número de publicações a partir do ano de 2009, quando o percentual era de 5% e em 2010 já houve um aumento de artigos publicados que foi 24%. Em 2011, houve uma queda, ou seja, somente 10% de artigos foram publicados relacionados ao tema deste estudo. Em 2012 cresceu novamente o número de artigos publicados, perfazendo 19% das investigações. Em 2013 foram publicados 12% e até a data da recente pesquisa, 2%, ou seja, setembro de 2017.

Observou-se que 67% dos estudos foram publicadas em revistas interdisciplinares e 19% em revistas de enfermagem. Isso pode indicar um maior interesse dessas em investigar o processo de envelhecimento da população. Já nas revistas de psicologia somente 10% dos estudos foram encontrados abordando o suporte social como melhoria na qualidade de vida durante o envelhecimento. Os resultados deste estudo mostraram que há uma significativa importância em estudar o suporte social como estratégia para melhoria da qualidade de vida do idoso. Isso implica dizer que diversas revistas acadêmicas, como as de enfermagem e interdisciplinares na qual também foram recuperados alguns dos 42 artigos, discutem a importância de melhorar a qualidade de vida no envelhecimento e buscam pesquisar estratégias para que isso aconteça. Percebe-se que cada área de

estudo tem em particular seu interesse na melhoria do processo de envelhecimento, com isso, fazem um aproveitamento significativo de seus estudos. A psicologia como qualquer outra área de pesquisa também está envolvida no processo de melhoria da qualidade de vida na velhice, porém, ainda possui um volume menor de artigos publicados. Como foi verificado para este estudo, foram encontrados somente 10% de artigos relacionados ao tema. Em específico a psicologia social possui grande capacidade de agregar seus conhecimentos científicos às outras áreas, podendo assim, juntas oferecer dados científicos que possam respaldar intervenções junto à população idosa que poderá se beneficiar desse processo (ALMEIDA ET AL., 2010).

Segundo Bezerra, Almeida e Therrien (2011), o número de pessoas com idade acima de 60 anos dobrou nos últimos 50 anos, ou seja, cada vez mais os pesquisadores estão interessados em investigar uma melhor forma de contribuir para um envelhecimento saudável, conseqüentemente com uma melhor qualidade de vida para os idosos. Ao longo da vida, as pessoas aprendem a evoluir de acordo com os acontecimentos ao seu redor. Ter uma vida mais longa permite ao indivíduo buscar mecanismos de adaptação e plasticidade, para que tenham maior conforto, melhor qualidade de vida e outros investimentos próprios inerentes ao ser humano, como apoio social, alimentação saudável, atividades físicas e o aproveitamento de uma velhice com menores perdas possíveis (NERI, 2007). Dentre os estudos encontrados é possível associar a vontade dos pesquisadores de quererem um envelhecimento mais ativo e uma população saudável, pois na atualidade, é possível identificar cada vez mais, as pessoas buscando por redes de apoio social para uma vida com mais saúde e um bem-estar físico e psicológico. Muitos idosos estão inseridos nas redes de apoio de suas cidades e as pesquisas encontradas descrevem esse interesse da população mais velha de querer envelhecer bem. As pessoas que procuram essas redes de suporte se tornam mais independentes, mais ativas e menos propícias ao isolamento social (IRIGARAY; TRENTINI, 2010).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Estudar o envelhecimento ainda é uma novidade para os pesquisadores, porém, com o aumento da população idosa verificou-se a importância de investigar esta etapa do ciclo da vida. Este estudo pretendeu especificamente identificar a

maneira como os pesquisadores brasileiros exploram a suposta relação entre o suporte social e a qualidade de vida na velhice, mapeando e discutindo a produção acadêmica referente aos artigos disponíveis na base de dados SciELO Brasil. A quantidade de artigos encontrados não foi tão satisfatória quanto o esperado, pois almejava-se encontrar mais estudos que relacionassem as variáveis de interesse deste estudo. Não ter encontrado artigos com os descritores: qualidade de vida, suporte social e velhice; qualidade de vida, suporte social e idoso; qualidade de vida, suporte social e envelhecimento, limitou em parte os resultados deste estudo, pois o objetivo central era investigar as pesquisas que relacionassem suporte social e qualidade de vida no envelhecimento, para verificar quais estratégias são traçadas para melhorar a saúde física e mental dos idosos e constatar o que os pesquisadores abordaram sobre esse tema. Outros fatores que possivelmente contribuíram para limitações desse estudo foram a exclusão de artigos escritos em idiomas estrangeiros, a opção de utilizar somente uma base de dados para a recuperação dos artigos e o fato da análise dos textos ter se baseado somente na leitura de seus resumos.

Não obstante as limitações da pesquisa foram examinados 42 artigos que abordavam as variáveis de interesse da investigação. Foi observado dentre esses artigos encontrados que está crescendo o número de pesquisas na área do envelhecimento, com intuito de compreender os mecanismos que envolvem a qualidade de vida da população idosa. Constatou-se que o suporte social como uma das estratégias na melhoria da qualidade de vida na velhice é um fator de grande importância, pois essas redes proporcionam para os idosos várias atividades tanto de inclusão social quanto de aquisição de novos conhecimentos, troca de experiências, aumentando sua autoestima, autonomia e estimulando os aspectos cognitivos. Quando os idosos percebem o envelhecimento como um processo do ciclo da vida que não remete somente a perdas, mas também a ganhos, reconhecem que, mesmo com as alterações que os tornam mais lentos e menos ágeis, ou as perdas normais da idade, conseguem se fortalecer em relação aos aspectos sociais e culturais de forma a viver melhor e ter uma continuidade de sua vida mais satisfatória (NERI, 2007).

Com incentivos e a vontade de obter novas experiências, os idosos passam a ter um interesse maior na relação social com outros indivíduos da mesma idade. Isso

faz com que tenham motivação de sair de casa, fazer algo diferente de sua rotina familiar, não ficar apenas cuidando da casa, dos netos e assuntos relacionados apenas ao círculo familiar. Eles começam a perceber que possuem a capacidade de fazer outras coisas fora de sua rotina, que são capazes de trocar experiências dentro dos grupos sociais, podem falar dos mesmos assuntos sem estarem perdidos, pois geralmente, em convivência familiar a diferença de idade gera conflitos de ideias, opiniões e choque de gerações, o que é perfeitamente normal (NERI, 2007). Contudo, os idosos mais ativos têm uma realidade diferenciada daqueles que não saem de casa ou aqueles que ficavam apenas cuidando dos netos, da casa e esperando a morte. Os idosos ativos possuem uma melhor qualidade de vida, aproveitam a velhice de forma mais saudável.

Através dos relatos dos idosos que compuseram as amostras dos estudos encontrados, foi compreendido que esses idosos demonstraram satisfação em participar das redes de suporte social, melhoraram o seu convívio social, adquiriram novos conhecimentos, trocaram experiências, se sentem com mais liberdade para organizar seu cotidiano segundo seus próprios desejos e critérios, têm sua autonomia mais aproveitada, aumentando sua autoestima, conseqüentemente melhorando sua qualidade de vida.

Na contemporaneidade o envelhecimento populacional pode ser um desafio para a sociedade, visto que esta ainda não está preparada para lidar com esses novos idosos que estão cada vez mais ativos e envolvidos na busca de continuar tendo uma vida mais saudável. É interessante os futuros pesquisadores explorarem mais o sobre o suporte social como estratégia para melhorar a qualidade de vida na velhice, principalmente dentro da área de psicologia, onde o percentual de publicações sobre o tema teve um diferencial menor em relação às revistas interdisciplinares e de enfermagem. Considera-se que a realização dessa pesquisa, mesmo que tenha apresentado limitações, permitiu concluir que há uma contribuição do suporte social na melhoria na qualidade de vida dos idosos, visto que estes estão cada vez mais ativos, buscando uma vida mais saudável, determinados a cuidar de si mesmos e de sua saúde física e mental.

Através dos resultados obtidos neste estudo, foi possível perceber que as variáveis de interesse do mesmo são aspectos fundamentais no processo de envelhecimento. Estudá-las na atualidade tem sido um desafio para os

pesquisadores e ao mesmo tempo instigante. O número de idosos vem crescendo a cada ano e com isso, buscar estratégias e práticas eficazes, como aquelas que o suporte social proporciona para a vivência do envelhecimento ativo e saudável tem sido objeto de estudo e interesse não somente de diversas áreas acadêmicas, mas de toda população que busca envelhecer bem (BATISTONI, 2009).

Pode-se perceber que na psicologia onde também se estuda o desenvolvimento humano e o bem-estar psicológico do indivíduo, não foram encontradas tantas pesquisas que relacionassem o suporte social e qualidade de vida na velhice. Sugerem-se novos estudos abordando estas variáveis, pois são fatores importantes no ciclo da vida. As pessoas precisam se relacionar umas com as outras e o suporte social pode proporcionar, através das diferentes redes de apoio, a melhora da qualidade de vida humana, em especial no envelhecimento.

SOCIAL SUPPORT AND QUALITY OF LIFE IN AGING: a systematic review

ABSTRACT

Quality of life may be understood as an individual's physical, emotional and social well-being as well as lifestyle and daily comprehension. Social support seeks for an integration of a whole group of people involved by empathy. Aim: Identify how Brazilian researchers studies the relation between quality of life and social support in elderly through survey and debating academic articles available on SciELO Brasil database. Method: Systematic review of Scientific Literature. Results: A total of 425 articles were found among them 42 were analyzed and intended for a final sample. It was concluded that many researchers look for strategies to approach social support network as a method to improve elderly quality of life.

KEYWORDS: Aging. Quality of life. Social Support.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

ALMEIDA, Marco Antonio Bettine de; GUTIERREZ, Gustavo Luis; MARQUES, Renato (Org.). Qualidade de Vida: Definição, Conceitos e Interfaces. São Paulo, SP: **Escola de Artes, Ciências e Humanidades – EACH/ USP**, 2012.

ALMEIDA, Edelves Alves de et al. Comparação da qualidade de vida entre idosos que participam e idosos que não participam de grupos de convivência na cidade de

Itabira-mg. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 13, n. 3, p. 435-443, Dec. 2010.

ALVES, Railda Fernandes et al. Gênero e saúde: o cuidar do homem em debate. **Psicol. teor. prat.**, São Paulo, v. 13, n. 3, p. 152-166, dez. 2011.

BATISTONI, Samila Sathler Tavares. Contribuições da Psicologia do Envelhecimento para as práticas clínicas com idosos. **Psicol. pesq.**, Juiz de Fora, v. 3, n. 2, p. 13-22.

BECKERT, Michele; IRIGARAY, Tatiana Quarti; TRENTINI, Clarissa Marcell. Qualidade de vida, cognição e desempenho nas funções executivas de idosos. **Estudos de psicologia**, v. 29, n. 2, p. 155-162, 2012.

FREITAS, E. V., PY, L. Tratado de Geriatria e Gerontologia. In: CARCHIONI, M., ORDONEZ, T. N. (Org.). **Universidade da Terceira Idade**. Rio de Janeiro, RJ: Guanabara Koogan, p. 11654-1662, 2011.

CARNEIRO, Rachel Shimba; FALCONE, Eliane Falcone. Avaliação de um programa de promoção de habilidades sociais para idosos. **Aná. Psicológica**, Lisboa, v. 34, n. 3, p. 279-291, set. 2016.

CAMARANO, A. A. Os Marcos internacionais e as políticas brasileiras em prol da população idosa. In: SOUZA, A. M., MIRANDA, P. (Ed.), **Brasil em desenvolvimento 2015: Estado, Planejamento e Políticas Públicas**. Brasília, DF: Ipea, p.239-265, 2015.

CARVALHO, Gláucia Mauch; TARALLO, Roberta dos Santos; BATISTONI, Samila Sathler Tavares; CACHIONI, Meire. Redes sociais e geratividade: A experiência do programa idosos online. **Estudos Interdisciplinares Sobre o Envelhecimento**, v. 19, n. 3, p. 793-812, 2014.

CHACHAMOVICH, E., TRENTINI, C., FLECK, M. P. A. Qualidade de vida em idosos: Conceituação e investigação. In: NERI, A. N. (Org.), **Qualidade de vida na velhice: Enfoque Multidisciplinar**. Campinas, SP: Alínea, p. 61-81, 2007.

COSTA, Maria Carla N. S.; MERCADANTE, Elizabeth Frohlich. O idoso residente em ILPI (Instituição de Longa Permanência do Idoso) e o que isso representa para o sujeito idoso. **Revista Kairós Gerontologia**, v. 16, n. 1, p. 209-222, 2013.

IBGE, **Demográfico, I. C. Resultados do universo. Agregados por setores censitários**. Rio de Janeiro, 29 abril, 2011. Recuperado de <https://ww2.ibge.gov.br/home/presidencia/noticias/imprensa/ppts/0000000402.pdf>.

DUARTE, António; JOAQUIM, Natércia; LAPA, Fátima; NUNES, Cristina. Qualidade de vida e suporte social dos utentes da rede cuidados domiciliários. **Psicologia, Saúde & Doença**, Lisboa, v. 15, n. 3, p. 623-634, 2014.

FLECK, Marcelo Pio de Almeida. O instrumento de avaliação de qualidade de vida da Organização Mundial da Saúde (WHOQOL-100): características e perspectivas. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 5, n. 1, p. 33-38, 2000.

GOUVEIA, Odília; MATOS, Alice Delerue; SCHOUTEN, Maria Johanna Christina. Redes sociais e qualidade de vida dos idosos: uma revisão e análise crítica da literatura. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 19, n. 6, p. 1030-1040, 2016.

GUTIERRES FILHO, Paulo José Barbosa et al. Qualidade de vida de idosos com deficiência e prática de atividade física em instituições de longa permanência. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 1, p. 141-151, 2014.

INOUE, Keika et al. Efeito da Universidade Aberta à Terceira Idade sobre a qualidade de vida do idoso. **Educ. Pesqui.**, São Paulo, v. 44, e142931, 2017.

IRIGARAY, Tatiana Quarti; TRENTINI, Clarissa Marceli. Qualidade de vida em idosas: a importância da dimensão subjetiva. **Estud. psicol. (Campinas)**, Campinas, v. 26, n. 3, p. 297-304, 2009.

FREITAS, E. V.; PY, L. Tratado de Geriatria e Gerontologia. In: LEMOS, N.; MEDEIROS, S. L. **Suporte Social ao Idoso Dependente**. Rio de Janeiro, RJ: Guanabara Koogan, p. 1441-1447, 2011.

MIRANDA, Gabriella Morais Duarte; MENDES, Antonio da Cruz Gouveia; SILVA, Ana Lucia Andrade da. O envelhecimento populacional brasileiro: Desafios e consequências sociais atuais e futuras. **Rev. bras. Geriatr. gerontol.** Rio de Janeiro, v. 19, n. 3, p. 507-519, junho de 2016.

Neri, Anita Liberalesso. **Palavras Chave em Gerontologia**. Campinas, SP: Alínea, 2014.

FREITAS, E. V.; PY, L. Tratado de Geriatria e Gerontologia. In: NERI, Anita Liberalesso; NERI, Marina Liberalesso. **Envelhecimento Cognitivo**. Rio de Janeiro, RJ: Guanabara Koogan, p. 1461-1463, 2011.

NERI, Anita Liberalesso; VIEIRA, Ligiane Antonieta Martins. Envolvimento social e suporte social percebido na velhice. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 3, p. 419-432, 2013.

NERI, Anita Liberalesso. Qualidade de vida na velhice e subjetividade. In: NERI, Anita Liberalesso (Org.). **Vida na Velhice: Enfoque multidisciplinar**. Campinas, SP: Alínea, p. 13-49, 2007.

FREITAS, E. V.; PY, L. Tratado de Geriatria e Gerontologia. In: OLIVEIRA, J. F. P.; PESSINI, L. **Espiritualidade e Finitude na “Religiosidade” do Envelhecimento**. Rio de Janeiro, RJ: Guanabara Koogan, p. 1552-1559, 2011.

PAPALIA, D.E.; FELDMAN, R. D. Desenvolvimento Humano. In: PAPALIA, D. F.; FELDMAN, R.D. **Desenvolvimento físico e cognitivo na vida adulta tardia**. São Paulo, SP: Artmed, p. 572-574, 2013.

FREITAS, E. V.; PY, L. Tratado de Geriatria e Gerontologia. In: PASCHOAL, S.M.P. **Qualidade de Vida na Velhice**. Rio de Janeiro, RJ: Guanabara Koogan, p. 99-106, 2011.

RABELO, Dóris Firmino; NERI, Anita Liberalesso. Avaliação das Relações Familiares por Idosos com Diferentes Condições Sociodemográficas e de Saúde. **Psico USF**, Itatiba, v. 21, n. 3, p. 663-675, 2016.

RIZZOLLI, Darlan; SURDI, Aguinaldo César. Percepção dos idosos sobre grupos de terceira idade. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 13, n. 2, p. 225-233, 2010.

RODRIGUES, Natália Oliveira; NERI, Anita Liberalesso. Vulnerabilidade social, individual e programática em idosos da comunidade: dados do estudo FIBRA, Campinas, SP, Brasil. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 17, n. 8, p. 2129-2139, 2012.

TEIXEIRA, Ilka Nicéia D'Aquino Oliveira; NERI, Anita Liberalesso. Envelhecimento bem-sucedido: uma meta no curso da vida. **Psicol. USP**, São Paulo, v. 19, n. 1, p. 81-94, 2008.

WICHMANN, Francisca Maria Assmann et al. Grupos de convivência como suporte ao idoso na melhoria da saúde. **Rev. bras. geriatr. gerontol.**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 4, p. 821-832, 2013.