

## UTILIZAÇÃO DA PSICOEDUCAÇÃO COMO ESTRATÉGIA DE PROMOÇÃO AO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL E À SAÚDE DO IDOSO

Ana Cecília Carvalho Soeiro<sup>1</sup>, Hellyne Maria Teles Aguiar<sup>2</sup>, André Sousa Rocha<sup>3</sup>,  
Josenice Vasconcelos Martins<sup>4</sup>

<sup>1</sup> Universidade Federal do Ceará, (anaceciliasoeiro@gmail.com)

<sup>2</sup> Universidade Federal do Ceará, (hellyne.aguiar@gmail.com)

<sup>3</sup> Universidade São Francisco, (asroccha@hotmail.com)

<sup>4</sup> Universidade Federal do Ceará, (josenice\_vasconcelos@hotmail.com)

### Resumo

**Objetivo:** O presente estudo buscou investigar como estão sendo executadas as práticas psicoeducativas que favoreçam a promoção à saúde e a qualidade de vida para o público dos idosos, dentro das políticas públicas em saúde no Brasil. **Método:** Trata-se de um estudo de Revisão Integrativa de Literatura conduzido na biblioteca da Scientific Electronic Library Online, na plataforma da Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde e no Google acadêmico. Para extração dos dados em tais bases e biblioteca, selecionou-se um descritor cadastrado nos Descritores em Ciências da Saúde e uma palavra-chave, por ser considerada central no trabalho, sendo elas Idosos e Psicoeducação, respectivamente. Foi utilizado o operador booleano AND. Foram considerados artigos publicados no período de 2011 a 2020, em português brasileiro e disponíveis na íntegra para leitura. Ademais, foram usados como critérios de exclusão os trabalhos não revisados por pares, que não tratavam da técnica da psicoeducação com idosos e indisponíveis para leitura completa. Reportaram-se, ao todo, 22 artigos. Porém, com a aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, quatro artigos estavam elegíveis para compor a amostra final. **Resultados:** Os principais resultados evidenciaram que a prática da psicoeducação está sendo implementada. Contudo, há maior necessidade de que essa prática seja investida em outros dispositivos da saúde, para além do âmbito clínico. **Considerações Finais:** A saúde dos idosos possui peculiaridades, como doenças crônicas, comorbidades e transtornos mentais, sendo plausível que o Brasil, enquanto país cuja quantidade de idosos cresce a cada dia, busque melhorias na qualidade de vida dessa amostra da população.

**Palavras-chave:** Saúde Pública; Práticas Psicoeducativas; Idosos.

**Área Temática:** Inovações e Tecnologias no Ensino de Saúde e Educação em Saúde.

**Modalidade:** Trabalho completo

## 1 INTRODUÇÃO

Observa-se no Brasil, um aceleração no processo do envelhecimento populacional. Este dado traz consigo, impactos para a sociedade, os quais resvalam em diversos setores sociais, inclusive na área da saúde. O idoso frequenta mais os serviços de saúde e, por isso, necessita mais comumente de procedimentos. Dentre esses, pode-se citar internações hospitalares e estadia prolongada em leitos, consequência do padrão das doenças crônicas e múltiplas que costumam afetar este público, além de acompanhamento constante, cuidados permanentes, medicação contínua e exames periódicos (VERAS; OLIVEIRA, 2018).

As demandas psicossociais da população idosa, também são crescentes, uma vez que pode ser observada a incidência de transtornos psicológicos como depressão, ansiedade, problemas familiares, queixas de declínio cognitivo, distúrbios do sono e elaboração de perdas (RABELO; NERI, 2013). Essas doenças, em variados graus, podem afetar o bem-estar psicológico dos idosos o que, por sua vez, pode acarretar em impactos na qualidade de vida e repercussões negativas na saúde geral.

Nessa perspectiva, a Política Nacional de Saúde do Idoso (PNSI), concebida por meio da Portaria nº 1395/1999, do Ministério da saúde (MS), objetiva incentivar o envelhecimento saudável. Dentre as medidas citadas nesta política, destaca-se a promoção à prevenção de doenças, à recuperação da saúde, a assistência às necessidades do idoso, bem como os aspectos de reabilitação, preservação e aprimoramento da capacidade funcional dos indivíduos (BRASIL, 1999). Além disso, tem-se como finalidade assegurar a permanência da população idosa na sociedade, autonomia no desempenho de atividades, bem como de apoiar o campo da pesquisa e prática (SILVESTRE; COSTA, 2003).

Deste modo, pode-se inferir que essa dinâmica social, bem como as novas leis de proteção aos direitos dos idosos, trouxeram a necessidade de ferramentas que inovassem dentro do cuidado em saúde para esse segmento populacional, com fundamentação para além dos processos físicos, considerando aspectos de sensibilização dos sujeitos, difusão de informações e com atuação sob a lógica da prevenção. Assim, a psicoeducação se constitui como uma prática de intervenção estruturada, regada e sistemática (MARQUES, 2016) a qual estabelece diversos objetivos. Dentre eles, pode-se citar o auxílio na prevenção e no tratamento em saúde; a facilitação na compreensão da patologia e a promoção da melhora da adesão à terapia medicamentosa e psicoterápica, cujo foco é ampliar os conhecimentos do próprio indivíduo

acerca de sua realidade e objetivar efetivas mudanças comportamentais, sociais e emocionais. Por isso, acredita-se que a forma mais eficaz de auxiliar uma pessoa, é ensinando-as a se ajudarem, apostando assim na promoção de conscientização e autonomia (AUTHIER, 1977).

Portanto, perante o que foi exposto e tendo em vista que os modelos mais adequados de atenção à saúde dos idosos, são aqueles que apresentam como propostas, uma linha de cuidados, compromisso com a postergação de moléstias e foco em ações de educação (VERAS et al, 2014), o presente estudo buscou investigar como estão sendo executadas as práticas psicoeducativas para o público citado dentro da área da saúde.

## 2 MÉTODO

Trata-se de uma síntese de pesquisas, portanto, de estudo de revisão integrativa da literatura de delineamento qualitativo (SOUZA, 2010). Esse tipo de estudo tem como principal visão mapear na literatura especializada os principais avanços encontrados sobre um determinado tema ou área. Por isso, estudos de revisão são considerados relevantes uma vez que apresentam de modo ordenado, sumarizado e sistemático as opiniões de diferentes autores sobre um assunto (MENDES; SILVEIRA; GALVÃO, 2008).

Para conduzir o presente estudo, pensou-se na seguinte pergunta de partida: Tendo em vista as especificidades vivenciadas pelo público idoso, a partir dos 60 anos, quais ações embasadas na psicoeducação direcionadas a este público estão sendo executadas no Brasil? Em primeiro lugar, definiram-se os descritores, os critérios de inclusão, exclusão e as bases onde seriam realizadas as buscas. Em segundo lugar, realizou-se a coleta de dados, a síntese das informações encontradas, a reflexão e avaliação crítica das informações coletadas e a discussão dos achados, respeitando assim as etapas recomendadas por Mendes, Silveira e Galvão (2008).

Foi realizada a busca por artigos na Biblioteca virtual Scientific Electronic Library Online (SciELO), na plataforma LILACS (Literatura Latino Americana e do Caribe em Ciências da Saúde) e no Google acadêmico, a partir do descritor “Idosos” recuperado dos Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) e da palavra-chave “Psicoeducação”. Não foram encontrados descritores não-controlados para a “Psicoeducação”, e dada a sua relevância no estudo, optou-se por inseri-la na condição de palavra-chave. Por fim, o operador booleano AND foi implementado na estratégia de busca de artigos.

O levantamento estruturou-se na busca por artigos publicados entre 2011 e 2020, os quais deveriam obedecer aos seguintes critérios: a) estudos qualitativos realizados no Brasil e

b) cuja publicação fosse em periódicos escritos em português brasileiro. Em contraponto, excluíram-se: a) estudos que se encontravam fora do recorte temporal delimitado ou que se apresentaram como duplicados, b) publicados em outra língua, c) não revisado por pares e/ou d) não disponível na íntegra para leitura completa.

Inicialmente, foram levantados 22 estudos, sendo cinco na base LILACS, sete no Google Acadêmico e 10 na base SCIELO com base na temática e no descritor e palavra-chave definidos. Destes, 18 foram excluídos por não se enquadrarem nos critérios previamente definidos ou por se apresentarem de forma duplicada. A partir da leitura de cada título e da aplicação dos critérios de inclusão e exclusão, foram selecionados quatro artigos para leitura completa.

### 3 RESULTADOS E DISCUSSÃO

A tabela 1 evidencia os artigos encontrados, seguidos das suas respectivas autorias, ano de publicação e a síntese dos principais resultados.

**Tabela 1** - Síntese dos principais dados reportados nos artigos

| Título  | Autor(es) ano de publicação       | Principais resultados   |
|---|-----------------------------------|---|
| Intervenção Psicossocial online com idosos no contexto da pandemia da covid-19: Um relato de experiência.   | Santana, Aragão e Bernardo (2021) | A condução dos encontros na modalidade online foi exitosa e as discussões corroboraram com aspectos da saúde mental dos idosos, emergentes com o advento da pandemia. |
| A psicoeducação como estratégia de intervenção para a melhoria da adesão ao tratamento de usuários portadores de hipertensão arterial e diabetes. | Conceição e Souza (2019)          | A psicoeducação surgiu como tentativa de melhorar a adesão ao tratamento medicamentoso de usuários portadores de doenças crônicas                                     |

|  |                        |   |
|--|------------------------|---|
| Intervenção psicoeducativa e tecnológica para prevenção de quedas em pessoas idosas                          | Silva (2018)           | A intervenção psicoeducacional para prevenção de quedas em idosos, somada a criação de um jogo educativo, foram ferramentas eficazes para a prevenção de quedas e promoção da saúde de pessoas mais velhas. |
| Elaboração de um plano de gestão de atenção à saúde do idoso aliado à ação psicoeducativa: Um estudo de caso | Silva e Suenaga (2012) | A partir da realização das oficinas psicoeducativas, a usuária passou a realizar treino cognitivo e a aceitar o tratamento, o que otimizou a estabilização do quadro clínico                                |

Fonte: os autores (2021)

O artigo de Santana, Aragão e Bernardo (2021), considerando o expressivo número de contaminações e óbitos provenientes da atual pandemia do novo coronavírus (World Health Organization - WHO, 2021), trouxe a utilização da intervenção na modalidade *on-line*. Os encontros, via *Google Meet*, tiveram foco inicial na interação e acolhimento de temas emergentes no contexto da pandemia. Posteriormente, os temas foram relacionados ao autocuidado, processo de adaptação ao novo contexto, uso das tecnologias de informação, sentimento de esperança, memória, atenção e os efeitos da ansiedade e estresse.

A quantidade de indivíduos acometidos por doenças crônicas, incluindo idosos, fez surgir em algumas Unidades Básicas de Saúde (UBS), maior aderência a tecnologias de auxílio educativo para um manejo eficaz da problemática. Em relação ao quadro de hipertensão e *diabetes mellitus*, por exemplo, sabe-se que, uma das principais dificuldades costuma ser o não cumprimento do tratamento (NOBLAT et al., 2004) e a falta de conscientização quanto a importância da adoção de hábitos saudáveis e do tratamento medicamento rigoroso. Neste sentido, as ações de educação e compartilhamento de informações têm favorecido atitudes capazes de minimizar o problema uma vez que buscam ensinar aos idosos, o que significa a *diabetes mellitus* e quais as estratégias de autocuidado podem ser praticadas por eles.

Um dos mais notórios problemas dos modelos assistenciais existentes atualmente, é o foco voltado à doença, sendo necessárias, portanto, ações de prevenção (VERAS et al, 2014). Um dos artigos analisados, trouxe a prática da elaboração de planos de cuidado à saúde mental

do idoso, com base na ação psicoeducativa. Assim, foram observadas práticas que propiciam o conhecimento do idoso sobre seu próprio estado de saúde, com ações sobre patologias, medicações e utilização de serviços públicos (SILVA; SUENAGA, 2012). O investimento em facilitações de caráter educativo é potente para avanços no campo da saúde do idoso, sendo as aulas psicoeducativas, consideradas mais atraentes para este público, se comparadas com aquelas focadas, exclusivamente, na doença (SILVA; YASSUDA, 2012).

Ainda de acordo com as leituras, tomou-se conhecimento sobre a existência de uma intervenção psicoeducativa e tecnológica relacionada à prevenção de quedas, as quais são responsáveis por cerca de 70% das mortes acidentais (AMBROSE; PAUL; HAUSDORFF, 2013). Neste mesmo programa, há enfoque na realização de Atividades de Vida Diária (AVD), que costumam ser comprometidas com o avanço da idade, o que se configura como fator de risco intrínseco para queda (SILVA, 2018). As ações psicoeducativas demonstraram utilidade na sensibilização acerca das vantagens de se apostar em ações de controle das doenças e prevenção das mesmas (BORGES; SEIDL, 2013).

Os dados referentes ao perfil, nível de escolaridade desses idosos e dificuldades quanto ao uso de ferramentas como aparelho celular e computador, foram percebidos como desafios perante a atuação dos profissionais. Pode-se inferir, a partir destes dados, que é necessário o desenvolvimento de ações futuras que se adequem àqueles casos em que há baixo repertório de comunicação e interpretação por parte do usuário, por exemplo.

Os principais resultados provenientes das leituras, apontaram a estratégia da psicoeducação como presente enquanto ferramenta de trabalho dos profissionais que integram a saúde pública. Os principais recursos utilizados para o desenvolvimento da prática, são as atividades psicoeducativas grupais, tais como as rodas de conversa e as abordagens dentro do modelo de oficina terapêutica. Foi reafirmada, deste modo, como importante mecanismo de cuidado à população idosa, mostrando-se como coadjuvante no enfrentamento e superação das barreiras e desafios do envelhecimento (BORGES; SEIDL, 2013).

Por fim, este trabalho contém parcela de contribuições e limitações. No que toca às contribuições, compreende-se que a prática da psicoeducação, precisa ser mais investida nos dispositivos de saúde. Embora sua prática seja recorrente no âmbito clínico, sabe-se que a sua operacionalização em outros espaços pode promover maior adesão do paciente ao tratamento seja medicamentoso ou psicoterápico. Além disso, um dos focos da psicoeducação é ampliar o

conhecimento do paciente acerca de sua doença. Por isso, é preciso mostrar ao paciente, por meio de recursos lúdicos e dinâmicos, as variadas formas de autocuidado sobre uma doença ou transtorno que seja (LEMES; ONDERE-NETO, 2017).

No que tangencia as limitações, pode-se citar que existe uma significativa carência de material sobre essa temática voltada para o recorte populacional em questão, demonstrando a necessidade de mais estudos neste campo. Além disso, não foram pesquisadas bibliotecas e bases internacionais, o que pode ser uma sugestão para que futuras pesquisas possam ampliar os estudos nessa área e fazer comparativos, como por exemplo, entre essas práticas implementadas no Brasil e no exterior. Dessa forma, pode ser que outras ferramentas possam ser agregadas a população idosa brasileira desde que sejam adaptadas a cultura local. Em geral, as práticas em psicoeducação se mostraram alinhadas ao propósito de agregar benefícios à saúde da pessoa idosa.

#### **4 CONCLUSÃO**

A saúde dos idosos possui peculiaridades, como doenças crônicas, comorbidades e transtornos mentais, sendo plausível que o Brasil, enquanto país cuja quantidade de idosos cresce a cada dia, busque melhorias na qualidade de vida dessa amostra da população. Desta forma, esta revisão integrativa contém informações e dados que podem vir a colaborar para a sensibilização quanto a necessidade de implementação de recursos educativos no contexto da saúde pública, que, por conseguinte, alcancem a elaboração e a execução de práticas inovadoras no âmbito da saúde pública.

É objetivada, também a possibilidade de reflexões e debates entre profissionais da saúde e comunidade, além de contribuições com a literatura e ciência, uma vez que a quantidade de pesquisas encontradas na área foi pequena. A abordagem biopsicossocial se mostra contundente no atendimento de pessoas acometidas pelos mais variados fenômenos de saúde, demonstrando eficácia em consonância como um olhar ampliado diante das problemáticas, o que pode acarretar na consolidação de uma integralidade no cuidado das pessoas na terceira idade.

## REFERÊNCIAS

AMBROSE, Anne Felicia; PAUL, Geet; HAUSDORFF, Jeffrey M. Risk factors for falls among older adults: a review of the literature. **Maturitas**, v. 75, n. 1, p. 51-61, 2013. <https://doi.org/10.1016/j.maturitas.2013.02.009>

AUTHIER, Jerry. The Psychoeducation Model: Definition, Contemporary Roots and Content. **Canadian Journal of Counselling and Psychotherapy**, v.12, n.1, 1977. Disponível em: <https://cjc-rcc.ucalgary.ca/article/view/60143>

BORGES, Lilian Maria; SEIDL, Eliane Maria Fleury. Efeitos de intervenção psicoeducativa sobre a utilização de serviços de saúde por homens idosos. **Interface (Botucatu)**, Botucatu, v.17, n. 47, p. 777-788, Dec. 2013. .

BRASIL, **Ministério da Saúde**. Portaria No 1.395 de 9 de dezembro de 1999. Diário oficial da república federativa do Brasil. Seção I, n. 237-E, p. 20-4. Disponível em: <https://www2.mppa.mp.br/sistemas/gcsubsites/upload/37/Portaria%20NR%201395-99%20Politica%20Nac%20Saude%20Idoso.pdf>

CONCEIÇÃO, Lucineide Eulália; SOUZA, Fabiana de Moura. A psicoeducação como estratégia de intervenção para a melhoria da adesão ao tratamento de usuários portadores de hipertensão arterial e diabetes. **Revista Ares UNASUS**, 2019. Disponível em: <https://ares.unasus.gov.br/acervo/handle/ARES/14617>

LEMES, Carina Belomé; ONDERE NETO, Jorge. Aplicações da psicoeducação no contexto da saúde. **Temas psicol.**, Ribeirão Preto, v. 25, n. 1, p. 17-28, mar. 2017. <http://dx.doi.org/10.9788/TP2017.1-02>.

SILVA, Thaís Bento Lima; SUENAGA, Gessyca Harumy Selmara. Elaboração de um plano de gestão de atenção à saúde do idoso aliado à ação psicoeducativa: Um estudo de caso. **Revista Kairós: Gerontologia**, v.15, p.529-542, 2012. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/kairos/article/view/17321>

SILVA, Thaís Bento Lima; YASSUDA, Mônica Sanches. Psicoeducação para idosos hipertensos: exemplo de metodologia aplicada. **Revista Kairós: Gerontologia**, v. 15, n. Especial13, p. 373-392, 2012. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/kairos/article/view/17312>

SILVA, Thais Bento Lima; YASSUDA, Monica Sanches. Treino cognitivo e intervenção psicoeducativa para indivíduos hipertensos: efeitos na cognição. **Psicol. Reflex. Crit.**, Porto Alegre , v. 25, n. 1, p. 30-40, 2012. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722012000100005>

MARQUES, Maria de Fátima. Cuidados de natureza psicoeducacional. De que falamos?. A Sociedade Portuguesa de enfermagem de saúde mental. pp.252-264. **Viana do Castelo**, 2016. Disponível em: <http://hdl.handle.net/10174/23000>

MENDES, Karina Dal Sasso; SILVEIRA, Renata Cristina de Campo Pereira.; GALVÃO, Cristina Maria. Revisão integrativa: método de pesquisa para a incorporação de evidências na saúde e na enfermagem. **Texto & Contexto – Enfermagem**, n. 17, v. 4, p.758-64, 2008. <https://doi.org/10.1590/S0104-07072008000400018>

NOBLAT, Antonio Carlos Beisl et al. Complicações da hipertensão arterial em homens e mulheres atendidos em um ambulatório de referência. **Arq. Bras. Cardiol.**, São Paulo, v. 83, n. 4, p. 308-313, Oct. 2004. <https://doi.org/10.1590/S0066-782X2004001600006>

RABELO, Dóris Firmino; NERI, Anita Liberalesso. Intervenções psicossociais com grupos de idosos. **Revista Kairós Gerontologia**. pp.43-63. São Paulo, 2013. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-768703>

SANTANA, Ronald Santos; ARAGÃO, Lucas Ibrahim Simões; BERNARDO, Kátia Jane Chaves. Intervenção Psicossocial online com idosos no contexto da pandemia da Covid-19: Um Relato de Experiência. **Boletim de Conjuntura (BOCA)**, v. 6, n. 16, p. 69-83, 2021. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4699155>

SILVA, Laís dos Santos Vinholi e. Intervenção psicoeducativa e tecnológica para prevenção de quedas em pessoas idosas. Universidade de São Paulo. Escola de Artes, Ciências e Humanidades. 2018.

SILVESTRE, Jorge Alexandre; COSTA NETO, Milton Menezes da. Abordagem do idosos em programas de saúde da família. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 19, n.3, p.839-847. Junho de 2003. Disponível em: [https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource\\_ssm\\_path=/media/assets/csp/v19n3/15887.pdf](https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/csp/v19n3/15887.pdf)

SOUZA, Marcela Tavares de; SILVA, Michelly Dias da; CARVALHO, Rachel de. Revisão integrativa: o que é e como fazer. **Einstein (São Paulo)**, São Paulo, v. 8, n. 1, p. 102-106, Mar. 2010. <https://doi.org/10.1590/S1679-45082010RW1134>.

VERAS, Renato Peixoto et al . Integração e continuidade do cuidado em modelos de rede de atenção à saúde para idosos frágeis. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo, v. 48, n. 2, p. 357-365, Apr. 2014. <https://doi.org/10.1590/S0034-8910.2014048004941>.

VERAS, Renato Peixoto; OLIVEIRA, Martha. Envelhecer no Brasil: a construção de um novo modelo de cuidado. **Ciênc. Saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 23, n.6 p. 1929-1936, junho de 2018. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018236.04722018>.