

APOIO SOCIAL À POPULAÇÃO ADULTA E IDOSA NO BRASIL

ALANA DUARTE FLORES¹; **MARIANGELA UHLMANN SOARES²**;
BRUNO PEREIRA NUNES³

¹*Universidade Federal de Pelotas – alanadflores035@gmail.com*

²*Universidade Federal de Pelotas – mariangela.soares@gmail.com*

³*Universidade Federal de Pelotas – nunesbp@gmail.com*

1. INTRODUÇÃO

O apoio social é reconhecido pela sua importância na saúde física e bem estar, ao longo do ciclo vital. Compreende um processo complexo que envolve as pessoas e suas redes sociais com o objetivo de satisfazer as suas necessidades, prover e complementar os auxílios que possuem e, dessa forma, enfrentar novas situações. É definido pela ajuda fornecida por outras pessoas, em que as trocas podem ser recíprocas, onde tanto quem recebe quanto quem oferece o apoio é beneficiado por dar um maior sentido à vida (SERBIM, 2012).

O apoio social pode ser ofertado pela família, amigos e por dispositivos existentes na sociedade, tais como igrejas, associações e serviço de saúde. A percepção do apoio, ou seja, ter a sensação de poder receber ajuda e ter amigos íntimos apresenta-se como um fator de influência sobre os diferentes comportamentos das pessoas e reduz significativamente a probabilidade de ocorrência de comportamentos disfuncionais no cotidiano (ARAGÃO et al., 2017).

Estudos epidemiológicos revelam associação entre o apoio social e a ocorrência de diversos desfechos relacionados à saúde como, por exemplo, melhor qualidade de vida e menor mortalidade. Ainda, é evidenciado a associação com maior sobrevida após diagnóstico de doença coronariana, acidente vascular cerebral e neoplasias malignas. Além disso, o apoio social também foi associado com a diminuição de incidência de insônia, hipertensão arterial e demência (AMARAL et al., 2013).

A oferta de apoio social se mostra eficaz desde a fase adulta jovem, período no qual as relações são construídas se mostrando eficazes em diversos períodos do desenvolvimento juvenil, tanto na promoção de estratégias, quanto nos recursos oferecidos em políticas eficazes, que garantam o protagonismo juvenil em espaços relacionados às artes, à cultura, ao esporte, à religião, dentre outros (NUNES; PONTES; SILVA, 2020).

O envelhecimento populacional crescente no mundo, e principalmente nos países desenvolvidos, traz consigo grandes desafios para a atualidade. Isso implica em identificar as necessidades de saúde para tratar doenças crônicas e promover maior qualidade e conforto frente à longevidade (CAVALCANTI et. al., 2017). Diante disso, o presente estudo buscou identificar o que tem sido publicado no Brasil, a partir de estudos quantitativos, acerca do apoio social na população adulta e idosa.

2. METODOLOGIA

Trata-se de uma revisão de literatura sistemática. As bases de dados utilizadas para a busca foram Lilacs, Scielo e Pubmed. Para esta busca, realizada no período de julho a outubro de 2021, foram utilizados os seguintes descritores: "social support" [MeSH Terms] AND (adult [MeSH Terms] OR "middle aged" [MeSH Terms] OR aged [MeSH Terms] OR "aged, 80 and over" [MeSH Terms]) AND (Brazil* OR

Brasil*). Para a seleção dos artigos aplicou-se os seguintes critérios de inclusão: pesquisas com humanos, idiomas em português, inglês e espanhol, estudos quantitativos, realizados no Brasil e em população da zona urbana. Os critérios de exclusão dos artigos foram: artigos realizados em zona rural, estudos qualitativos, estudos com populações e agravos específicos (profissionais de saúde, gestantes, indivíduos com morbidades específicas) e que fugiam do tema em questão.

3. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Nas bases de dados citadas, obteve-se 1057 artigos encontrados, entre os anos de 2005 a 2021. Os artigos foram selecionados seguindo a ordem de exclusão após a leitura de títulos, resumos e leitura na íntegra. Após a leitura de títulos foram excluídos 908 artigos, e 74 artigos foram excluídos após a leitura dos resumos. Ao final, restaram 75 artigos para leitura na íntegra, sendo selecionados 31 artigos para revisão de literatura.

O apoio social está relacionado à abrangência funcional e qualitativa da rede social, diz respeito a um sistema de relações onde os indivíduos recebem ajuda em diferentes dimensões para enfrentar situações ao longo da vida, que geram medo e estresse, ou ainda, poder contar com companhia de alguém para compartilhar momentos prazerosos e relaxantes (CHOR et al., 2001; SHERBOURNE; STEWART, 1991).

O apoio social divide-se em cinco dimensões que envolvem o apoio material, afetivo, emocional, informacional e de interação social positiva. O apoio material refere-se ao apoio direcionado ao auxílio das pessoas em caso de necessidade, refletindo o acesso dos indivíduos aos serviços práticos e recursos materiais, em que está incluído, por exemplo, transporte, alimentação, medicações, ajuda financeira ou ajuda nas atividades cotidianas (GUEDES et al., 2017).

O apoio afetivo diz respeito às demonstrações físicas de carinho, por exemplo, o abraço. Já o apoio emocional refere-se por trocas que envolvem atitudes emocionais positivas, ou seja, a disponibilidade de escuta, de atenção e de estima. (SERBIM, 2012).

O apoio informacional diz respeito às informações que podem ser usadas para lidar com os problemas, como conselhos, sugestões e informações. Este tipo de apoio está relacionado com uma melhor forma de enfrentar situações geradoras de sofrimento físico e psíquico (SERBIM, 2012).

Apoio de interação social positiva é a disponibilidade das pessoas em se divertir e relaxar, aproveitar momentos prazerosos, como dançar, ir a praia, viajar, praticar esporte físico ou assistir séries, por exemplo, (CANEIRO et al., 2007).

O apoio social é capaz de promover bem-estar, tanto físico quanto mental e diminui a probabilidade de ocorrência de comportamentos disfuncionais no cotidiano ou durante tratamentos. Além disso, o apoio social promove alívio do estresse em situações conflituosas, confirmando a importância das relações sociais e afetivas para um envelhecimento ativo e de qualidade (OLIVEIRA; NERI; ELBOUX, 2016).

A rede social está relacionada com o grupo de pessoas com as quais o indivíduo mantém vínculo e envolve aspectos quantitativos dos contatos sociais, podendo ser relações duradouras ou passageiras. (AMENDOLA; OLIVEIRA; ALVARENGA, 2011).

A rede social divide-se entre formais e informais, onde as relações formais são as relações passageiras, geralmente estabelecidas por necessidade entre os membros, por exemplo, as relações profissionais. Já as relações informais são conside-



radas relações mais duradouras e desenvolvidas por meio de afeto e carinho entre as pessoas e, portanto, é realizada por meio de uma linguagem mais coloquial, por exemplo, as relações entre familiares, amigos ou vizinhos (NUNES; BARRETO; GONÇALVES, 2012).

Diferentes estudos destacam a existência de diferenças na estrutura das relações sociais de acordo com a idade. De maneira geral, os jovens tendem a ter mais contatos e mais apoio instrumental do que os mais idosos. Nos grupos etários mais avançados, o nível dos contatos sofre redução, provavelmente pela diminuição do número de irmãos e amigos vivos, que constitui sua rede social (ROSA et al., 2007).

A presença do apoio social é capaz de elevar a autoestima, bem como a aceitação do indivíduo a condições adversas, tornando-o resiliente, ao compreender o que acontece consigo e mobilizar recursos psicológicos com a finalidade de controlar seus problemas emocionais, como também seus medos e o que lhe gera angústia, tristeza e ansiedade (SILVA JÚNIOR et al., 2019).

Além disso, o apoio social destaca-se como fundamental ao reduzir momentos de crise e estresse, principalmente em momentos que envolvem mudanças psicosociais e fisiológicas. Caso seja fornecido de maneira efetiva desde a juventude, proporciona o desenvolvimento de práticas saudáveis, contribuindo para a manutenção da saúde, bem-estar e qualidade de vida mesmo entre pessoas com diagnóstico de doenças, como, por exemplo, a depressão (SILVA-ROCHA; OLIVEIRA; SHUHAMA, 2016).

4. CONCLUSÕES

A revisão de literatura permitiu conhecer a relevância do apoio social ao longo do ciclo vital. A oferta de apoio social proporciona melhor qualidade de vida, reduz a incidência de depressão e risco de mortalidade. Logo, Investigar a prevalência da percepção do apoio social na população, mostra-se relevante, por contribuir com a organização da assistência, planejamento de serviços e formulação de políticas públicas. Tais avaliações permitem a identificação da presença e/ou ausência do apoio social segundo as características da população, favorecendo ações de prevenção e promoção da saúde, a fim de fortalecer as relações na comunidade.

5. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AMARAL, F. L. J. DOS S. et al. Apoio social e síndrome da fragilidade em idosos residentes na comunidade. **Ciênc. saúde coletiva**, v. 18, n. 6, p. 1835–1846, jun. 2013.

AMENDOLA, F.; OLIVEIRA, M. A.; ALVARENGA, M. R. [Influence of social support on the quality of life of family caregivers while caring for people with dependence]. **Rev Esc Enferm USP**, v. 45, n. 4, p. 884–9, ago. 2011.

ARAGÃO, E. I. S. et al. Different patterns of social support perceived and their association with physical (hypertension, diabetes) or mental diseases in the context of primary health care. **Cien Saude Colet**, v. 22, n. 7, p. 2367–2374, jul. 2017.

CAVALCANTI, G.; DORING, M.; PORTELLA, M. R.; BORTOLUZZI, E. C.; MASCARELO, A.; DELANI, M. P. Multimorbidity associated with polypharmacy and negative

self-perception of health. **Revista brasileira de geriatria e gerontologia**, v. 20, n. 5, p. 634-642, 2017.

CHOR, D. et al. Medidas de rede e apoio social no Estudo Pró-Saúde: pré-testes e estudo piloto. **Cadernos de saúde pública**, v. 17, p. 887-896, 2001.

GUEDES, M. B. O. G. et al. Apoio social e o cuidado integral à saúde do idoso. **Physis** (Rio J.), v. 27, n. 4, p. 1185–1204, dez. 2017.

NUNES, A. P. N.; BARRETO, S. M.; GONÇALVES, L. G. Relações sociais e auto-percepção da saúde: projeto envelhecimento e saúde. **Rev. bras. epidemiol.**, v. 15, n. 2, p. 415–428, jun. 2012.

NUNES, T. G. R.; PONTES, F. A. R.; SILVA, L. I. DA C. Juventude e apoio social: um olhar sobre as redes sociais de estudantes paraenses. **Praxis Educativa**, v. 15, p. 1–21, 2020.

ROSA, T. E. et al. [Structural and functional aspects of social support for the elderly in the city of São Paulo, Brazil]. **Cad Saúde Pública**, v. 23, n. 12, p. 2982–92, dez. 2007.

SERBIM, A. K. Redes e apoio social percebido por idosos usuários de um serviço de emergência. p. 122- f- 122 f, 2012.

SHERBOURNE, C.D.; STEWART, A.L. The MOS social support survey. *Social Science and Medicine*, NEW YORK, v.38, n.6, p.705-714, 1991.

SILVA JÚNIOR, E. G. D. et al. The capacity for resilience and social support in the urban elderly. **Cien Saude Colet**, v. 24, n. 1, p. 7–16, jan. 2019.

SILVA-ROCHA, V. V.; OLIVEIRA, C. M. DE; SHUHAMA, R. A percepção de apoio social e a sintomatologia depressiva em mulheres jovens atendidas em uma Unidade de Saúde da Família. **Revista Brasileira de Medicina de Família e Comunidade**, v. 11, n. 38, p. 1–10, 5 dez. 2016.