

ESTRESSE E CAPACIDADE DE ADAPTAÇÃO EM IDOSOS DA COMUNIDADE

Keika Inouye, Pedro Henrique Machado Guiesi, Pedro Grazziano, Yasmin Caroline Vilela da Silva, Élen dos Santos Alves, Marcela Naiara Graciani Fumagale Macedo, Grazielle Ferreira Iroldi, Ariene Angelini dos Santos Orlandi

RESUMO

INTRODUÇÃO: A capacidade de lidar de forma positiva frente às mudanças impostas pelo envelhecimento é importante para o enfrentamento de eventos estressores. **OBJETIVO:** Identificar relação entre estresse e a capacidade de lidar com as mudanças de idosos da comunidade. **MÉTODOS:** A amostra foi composta por idosos cadastrados em cinco Unidades de Saúde da Família do município de São Carlos (SP). Para a coleta de dados, foram utilizados os seguintes instrumentos: Questionário de Caracterização, Escala de Estresse Percebido e questão específica sobre percepção de estar “lidando bem com as mudanças importantes que estão ocorrendo em sua vida”. Foram realizadas análises estatísticas descritivas e correlacional (Teste de Spearman). **RESULTADOS:** Dos 123 idosos entrevistados, 54,5% eram do sexo feminino ($n = 67$). A média das idades foi de 69,88 anos ($Q2 = 70$, $DP = 6,92$), de escolaridade foi de 3,03 anos ($Q2 = 3$; $DP = 2,92$) e da renda familiar foi de R\$2.328 ($Q2 = 2.000$; $DP = 1.122$). A maior parte da amostra era casada ($n = 114$; 92,7%). O escore total de estresse foi de 23,89 ($Q2 = 24$; $DP = 9,77$). Em relação ao sentimento de lidar bem com as mudanças da vida, 55,2% ($n = 68$) responderam “nunca” ou “quase nunca”, 29,3% ($n = 36$) relataram “às vezes” e 15,5% ($n = 19$) afirmaram “quase sempre” ou “sempre”. A análise correlacional entre estresse e a capacidade de lidar com as mudanças foi significativa, diretamente proporcional e de magnitude moderada ($\rho = 0,565$, $p < 0,001$). **CONCLUSÃO:** Conclui-se que quanto pior a percepção dos idosos em relação à capacidade de lidar com as mudanças que ocorrem na vida, mais elevado é o nível de estresse.

Palavras-chave: Idoso; Estresse; Adaptação; Saúde do idoso.

Agradecimentos: Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq) – bolsa PIBIC, Projeto Universal CNPq processo nº 429310/2018-8 e Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado de São Paulo (FAPESP) - bolsa de IC.