

Perfil Psicológico de Familiares que Cuidam de Idosos Frequentadores de Grupos da Melhor Idade. Larima de Castro Pinheiro da Silva (Graduanda de Psicologia da Faculdade SEAMA).

Atualmente existem na Cidade de Macapá aproximadamente 12 grupos de idosos que realizam atividades lúdicas, físicas e mentais com intuito de melhorar a qualidade de vida. De acordo com a Secretaria Estadual do Desporto e Lazer (comunicação pessoal), existem cerca de dois mil idosos são frequentadores desses grupos. Ao se estudar esses grupos por um período de sete meses, houve a necessidade de analisar o perfil psicológico dos familiares desses idosos, pois muitos trabalhos apontam somente o perfil dos familiares de idosos doentes, fragilizados e sedentários. O objetivo deste estudo foi traçar o perfil psicológico de pessoas que cuidam de idosos frequentadores de grupos da melhor idade, para que se possa equiparar com os de familiares cuidadores de idosos que não participam de grupos com o intuito de avaliar seus benefícios mentais. A pesquisa foi composta por pessoas que cuidam de idosos ativos, participantes de um dos grupos da terceira idade na cidade de Macapá, Amapá. Tal grupo apresenta 150 idosos e, por meio de, sorteio foram escolhidos 50 familiares, para os quais o critério escolhido para se avaliar o perfil psicológico foi a entrevista. Dos 50 familiares estudados, a maioria representou o gênero feminino (98%) demonstrando que o mesmo está muito mais envolvido no cuidado de idosos do que o sexo masculino. Além disso, pôde-se observar que o nível psicológico dos familiares é de menos estresse, além desse benefício, há inúmeros como: a rotina que não é tão atingida; o humor que se consolida quando se fala em viver, pois muitos querem o mesmo destino ao chegar à terceira idade; o entusiasmo com exercícios físicos; o acompanhamento desses familiares aos grupos; a fisionomia de bem estar, podendo ter tempo de cuidar de si mesmo; de trabalhar fora e não reduzir a jornada de trabalho, entre outros. A maioria das pessoas entrevistadas sente orgulho de seus familiares idosos e sentem prazer em cuidar deles, fatores assim os diferenciam bastante de familiares cuidadores de idosos sedentários, como indicam artigos. Pelos dados do IBGE (data), existem (número) de idosos, portanto o número de grupos da terceira idade em Macapá é muito menor do que o número de idosos nesse município. Dessa forma, conclui-se que é preciso aumentar o número de grupos no município, pois o benefício não é só pra os idosos, que podem desfrutar de companhias, de exercícios físicos e mentais, passeios, entre outros, mas também, para os familiares cuidadores desses idosos, onde o estresse diminui, a vontade de ajudar aumenta e o psicológico de ambos se rejuvenesce, pois como foi dito por uma idosa – “mente sã, corpo sã”.