

## Desafios no atendimento aos Idosos: o equilíbrio entre conhecimento técnico, habilidades terapêuticas e relação terapêutica

Terapias Cognitivo-Comportamentais com Idosos, organizado por Eduarda Rezende Freitas, Altemir José Gonçalves Barbosa e Carmem Beatriz Neufeld (Novo Hamburgo: Sinopsys, 2016, 448 p.)

Roseli Lage de Oliveira<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Conscientia - Núcleo de Estudos de Comportamento e Saúde Mental, pasteurized em Terapia Cognitivo-Comportamental e idosos

O envelhecimento populacional tem ocorrido de modo acelerado no país e ainda se observa um despreparo dos profissionais da saúde no atendimento aos idosos. Trata-se de uma demanda crescente, que com o aumento da expectativa de vida e de doenças relacionadas ao envelhecimento, torna-se necessário investigar abordagens de tratamento efetivas, que vislumbrem um envelhecimento mais saudável. A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) tem sido uma abordagem de escolha para o tratamento de diversos transtornos mentais, inclusive tem demonstrado boa efetividade com este público (Karlim, 2011).

“**Terapias Cognitivo-Comportamentais com Idosos**” é uma obra pioneira de produção nacional. Foi organizada por três autores. Eduarda Rezende Freitas, Psicóloga com estudos e publicações na área do envelhecimento; Altemir José Gonçalves Barbosa, Psicólogo, Professor na Universidade Federal de Juiz de Fora e Coordenador do Centro de Pesquisa sobre Desenvolvimento e Envelhecimento nesta mesma instituição; e Carmem Beatriz Neufeld, Psicóloga, Professora na Faculdade de Filosofia, Ciências e Letras de Ribeirão Preto da Universidade de São Paulo e Coordenadora do Laboratório de Pesquisa e Intervenção Cognitivo Comportamental desta mesma instituição (LAPICC-USP).

O presente livro abrange desde aspectos mais elementares do envelhecimento, passando pela psicologia do envelhecimento, psicologia cognitiva até a avaliação e intervenção no idoso nas principais temáticas que envolvem esta fase da vida e os problemas de saúde mental.

A obra é dividida em três partes. Na primeira parte, *Avaliação Psicológica na Clínica com Idosos*, os autores discutem sobre a importância de uma avaliação ampla e cuidadosa do idoso para a intervenção na TCC. Esta parte é composta por seis capítulos, cada um deles escrito por diferentes autores, indo desde uma compreensão acerca das mudanças neurobiológicas e biopsicossociais do envelhecimento, passando

pelas teorias da Psicologia do Envelhecimento, o papel do idoso no contexto da sociedade atual e, mais especificamente, na realidade brasileira. Também aborda aspectos como a avaliação dos sintomas de ansiedade, de depressão, de desesperança e risco de suicídio. O rastreio de possíveis prejuízos cognitivos é fundamental para nortear a escolha das estratégias e técnicas a serem utilizadas, bem como as adequações necessárias para o uso da TCC com os idosos.

A segunda parte, *Clínica com Idosos*, tem como foco os embasamentos teóricos e práticos para a intervenção em TCC. Ela é composta por oito capítulos, elaborados por diversos autores. A aplicabilidade da Terapia Cognitiva Beckiana, da Terapia Comportamental Dialética e da Terapia dos Esquemas com pacientes idosos é apresentada, indo desde as especificidades para a intervenção até estudos de eficácia. No que se refere à prática da TCC, ela se concentra nos problemas de Saúde Mental mais comuns no idoso, como Depressão Maior, Transtorno Bipolar, sintomas de ansiedade e prejuízos cognitivos, exibindo a plasticidade dos transtornos nesta fase da vida, desafios para a intervenção e, mais especificamente, estratégias específicas para o tratamento. A Reabilitação Neuropsicológica também é apresentada tanto em nível preventivo, quanto terapêutico. O último capítulo desta parte se encerra com maestria, pois os autores nos sensibilizam quanto às competências terapêuticas essenciais para se trabalhar com idosos na abordagem cognitivo comportamental, mais especificamente compreender seu próprio sistema de crenças em relação ao envelhecimento e modifica-las, estratégias adicionais para lidar com perdas, aprender a manejar o ritmo das sessões, tendo em vista a diminuição na velocidade de processamento das informações.

Na terceira parte do livro, *Além da Clínica Tradicional com Idosos*, os autores discutem possibilidades de intervenção com idosos com vistas ao envelhecimento saudável e melhor qualidade de vida, como promoção de saúde, lazer e exercício físico, preparo para

a aposentadoria, bem como o desenvolvimento de traços individuais positivos. Outro aspecto fundamental é a orientação e suporte aos cuidadores de idosos, muito bem demonstrado nesta parte final do livro.

Trata-se de uma obra inédita, produzida no Brasil, muito bem escrita, com uma excelente qualidade técnica, desenvolvida por profissionais altamente qualificados e especializados. Este livro traz o estado da arte no atendimento de idosos na abordagem cognitivo-comportamental e apresenta dados de estudos e pesquisas recentes. Por ser uma produção nacional, traz a vantagem de ser escrita tendo como base aspectos históricos e culturais do país, o que possibilita adequações em relação à aplicabilidade das intervenções neste contexto, além de reduzir possíveis vieses de tradução.

Quem nunca atuou com esse público, esta é uma obra recomendada para profissionais que desejam trabalhar com idosos, nos diversos níveis de atenção à saúde, seja em nível mais preventivo e psicoeducativo, quanto psicoterapêutico.

Ao profissional que deseja atuar com idosos torna-se necessário um cuidado especial no estabelecimento da relação terapêutica, pois este um fio condutor e fortalecedor da adesão do idoso ao acompanhamento, ou mesmo para a sua desistência. O terapeuta deve estar munido de uma sensibilidade aguçada para ouvir as histórias de vida, muitas destas que foram construídas e permeadas pela história da humanidade. Estar atento para as mudanças que

ocorrem nessa fase da vida, com suas perdas e ganhos e, principalmente, desenvolver uma forte empatia para conseguir se colocar no lugar do outro, compreendendo as mudanças desta fase da vida, não por meio do seu próprio referencial, mas vendo-o através do olhar do idoso, compreendendo suas emoções e dilemas.

A TCC pode se constituir em uma excelente abordagem teórica no atendimento de idosos e esta obra é uma excelente contribuição à área.

## Referência

- Karlin, B. E. (2011). *Cognitive Behavioral Therapy With Older Adults*. In: K. H. Sorocco & S. Lauderdale (Orgs). *Cognitive Behavior Therapy with older adults: Innovations across care settings*. (pp.1-28). New York, USA: Springer Publishing Company.
- Freitas, E. R., Barbosa, A. J. G., & Neufeld, C. B. (Orgs.). (2016). *Terapias Cognitivo-Comportamentais com Idosos*. Novo Hamburgo: Sinopsys, 248p.

## Endereço para correspondência:

Roseli Lage de Oliveira  
 Conscientia - Núcleo de Estudos de Comportamento e Saúde Mental  
 Avenida Angélica, 2632 - cj. 62 - Consolação  
 CEP: 01228-200 - São Paulo - SP  
 Email: [roseli@conscientia.com.br](mailto:roseli@conscientia.com.br)