

Pensamentos sobre fim-de-vida em idosos centenários

Lia Araújo¹ y Oscar Ribeiro²

¹ Instituto Politécnico de Viseu e Centro de Investigação em Tecnologias e Serviços de Saúde - CINTESIS, Portugal; ² Universidade de Aveiro e Centro de Investigação em Tecnologia e Serviços de Saúde - CINTESIS, Portugal

Palavras-chave (Keywords): idosos; centenários; morte; religião

RESUMO

Objetivo: explorar o que idosos centenários pensam acerca do fim de vida e a sua associação a factores sociodemográficos, de saúde, e de funcionamento social. Método: 78 pessoas com 100 e mais anos, seleccionadas de um estudo de maior dimensão e base populacional (PT00 Oporto Centenarian Study) por terem capacidade cognitiva para refletir e responder sobre estes tópicos foram seleccionadas para o presente estudo. Tratase de uma amostra constituída por pessoas maioritariamente do sexo feminino (87.2%), viúvas (75.6%), sem frequência escolar (52.5%) e residentes na comunidade (66.7). Os dados foram recolhidos no âmbito de uma entrevista individual com questões relativas a pensamentos sobre o fim de vida. Foram também obtidas informações de índole sociodemográfica, sobre o estado de saúde, cognição e apoio social. Os dados foram analisados com recurso à análise descritiva e correlacional, através do Software SPSS. Resultados: mais de metade da amostra (57.7%) refere pensar sobre a morte, apesar de um menor número (46.2%) referir já ter feito preparativos para quando isso acontecer. Cerca de 60% refere que a morte não os assusta e 64.1% não desejam morrer; 21.8% referem sentir-se assustados com a morte e 15.4% expressa o seu desejo de morrer. O número de doenças, a frequência de dor e a ausência de confidente foram as variáveis associadas à existência de pensamentos sobre a morte. É de notar a influência da religião nesta geração e nos pensamentos sobre a morte, o qual se revela presente nas crenças sobre ser Deus quem decide até que idade se vive (34.6%) e de que existe vida depois da morte (39.7%). Conclusões: À medida que cada vez mais indivíduos chegam aos 100 anos de vida é imperativo perceber como é que os últimos anos de vida são vivenciados, particularmente no que diz respeito aos pensamentos sobre o fim de vida e sobre a morte. Os resultados aqui apresentados mostram que viver até uma idade tão avançada não significa, necessariamente, que as pessoas queiram o seu fim ou vivam centradas em pensamentos sobre isso. Mas aqueles com mais problemas de saúde (doenças e dor) e menor apoio social (ausência de confidente) poderão estar mais predispostos a pensar na morte, pelo que importa dar o devido apoio a estes em particular.

INTRODUÇÃO

O aumento da longevidade humana constitui simultaneamente um dos grandes feitos e um dos maiores desafios das sociedades contemporaneas. Um pouco por todo o mundo verifica-se um cenário demográfico

sem precedentes, caracterizado pelo aumento significativo do número de indivíduos que atinge idades muito avançadas, sobretudo daqueles que atingem o patamar dos 100 anos de vida.

Projeções para o continente Europeu dão-nos conta do aumento expressivo deste grupo etário, que em 2020 espera-se que seja de 103315 pessoas, aumentando até às 520069 em 2050 (Teixeira, Araújo, Paúl, & Ribeiro, in press). Dados dos últimos Censos de 2011 colocavam Espanha na sétima posição ao nível do número de centenários em países Europeus, com 100.8 centenários por cada 100000 habitantes com 65 e mais anos. Já Portugal ocupava a décima terceira posição, com 75.9 centenários/100000 habitantes com 65 e mais anos (Teixeira, Araújo, Jopp, & Ribeiro, 2017).

O aumento da representatividade deste grupo é acompanhado pelo aumento das investigações que focam especificamente as suas características. Numa primeira fase a maioria dos estudos internacionais de centenários ocupavam-se em identificar os factores responseveis pela longevidade excepcional destes indivíduos, mas mais recentemente tem-se vindo a verificar o crescente interesse em saber como é que se vive aos 100 anos de vida (Poon et al., 2010). Questões centradas na saúde e funcionalidade (Ribeiro et al., 2016), qualidade de vida (Serra, Watson, Sinclair, & Kneale, 2011), na importância dos factores psicológicos (Jopp & Rott, 2016), na rede social (Randall, Martin, McDonald, & Poon, 2010) e no apoio formal e informal (Boerner, Jopp, Park, & Rott, 2016), entre outras, têm sido as privilegiadas. No entanto, pouco ainda se sabe sobre o fim de vida e a morte depois dos 100 anos de vida e, sobretudo, sobre como este tema inevitável à existência humana é encarado pelos centenários.

O objetivo deste estudo é, pois, explorar o que os centenários pensam acerca do fim de vida e a sua associação a factores socioeconómicos, de saúde, e de apoio social.

1. MÉTODOS

O presente estudo integra-se num estudo de maior dimensão e de base populacional, o PT00 Oporto Centenarian Study, que teve a Área Metropolitana do Porto (AMP), em Portugal, como zona geográfica de abrangência.

1.1 PARTICIPANTES

78 pessoas com 100 e mais anos participaram neste estudo. Estes foram selecionados da amostra inicial do PT100 por terem capacidade cognitiva, tendo-se utilizado como instrumento de rastreio o *Mini-Mental Status Examination* (Folstein et al., 1975), visto que se trata de um estudo que exige a capacidade de resposta para questões subjetivas e de autopercepção. A recolha de dados resultou de uma entrevista individual com cada participante, a qual incluía um protocolo com questões sociodemográficas (e.g., idade, sexo, estado civil) e um conjunto de questões acerca de pensamentos sobre fim de vida, mais especificamente:

- i) Até que idade acha que vai viver?,
- ii) Costuma pensar sobre a morte?,
- iii) Já preparou algo a pensar na sua morte?,
- iv) A morte é algo que o/a assusta?,
- v) Deseja morrer?,

vi) Acredita da vida depois da morte?

A amostra é maioritariamente constituída por idosos do sexo feminino (87.2%), viúvas (75.6%), sem escolaridade (52.5%) e residentes na comunidade (66.7%).

TABELA 1. CARACTERIZAÇÃO DOS PARTICIPANTES

VARIÁVEIS SOCIODEMOGRÁFICAS N (%)		CENTENÁRIOS (N%)
Idade (M, SD)		101.18 (1.72)
Sexo	Feminino	68 (87.2)
	Masculino	10 (12.8)
Educação	Sem escolaridade	41 (52.5)
	4ª classe	32 (41.0)
	>4ª classe	5 (6.5)
Estado civil	Viúvo	59 (75.6)
	Solteiro	14 (17.9)
	Casado	3 (3.8)
	Divorciado	2 (2.6)
Residência	Comunidade	52 (66.7)
	Instituição	26 (33.3)

1.2 INSTRUMENTOS

Complementarmente, recorreu-se a um conjunto de instrumentos validados para a população idosa Portuguesa para obter informação relativa a outros parâmetros, nomeadamente o Older Americans Resources and Services (OARS) Multidimensional Functional Assessment Questionnaire (Fillenbaum, 1988), utilizado para avaliar questões relacionadas com a saúde objetiva e subjetiva, e a Lubben Social Network Scale (Lubben, et al. 2006), para avaliar rede social. É de referir que para o presente estudo apenas alguns itens destes instrumentos foram considerados.

1.3 PROCEDIMIENTO

Recorrendo-se a diferentes fontes de identificação e recrutamento (e.g., análise das listas de votantes, contacto direto com as Juntas de Freguesia, Instituições e Paróquias, análise de notícias de jornais e televisão a anunciar aniversários) foram identificadas 186 pessoas com 100 e mais anos no período de dezembro de 2012 a dezembro de 2013, a residir na zona geográfica definida (AMP). Depois de estabelecido o contacto com os potenciais participantes, com os seus familiares e/ou com as instituições onde residiam, 140 centenários fizeram parte deste estudo. Os restantes 46 foram excluídos devido a morte, recusa em participar, problemas graves de saúde ou por falta de interesse (Ribeiro, Araújo, Teixeira, Brandão, Duarte & Paúl, 2017).

Os participantes foram entrevistados no seu contexto de preferência, que, na grande maioria dos casos, foi a sua casa/estrutura residencial, por dois entrevistadores devidamente treinados. Sempre que necessário, os familiares/técnicos complementaram/confirmaram as informações recolhidas, seguindo as guidelines internacionais dos estudos com centenários (MacDonald et al., 2009). Também os cuidados de validação da idade e consentimento informado foram considerados.

1.4 ANÁLISE DE DADOS

Procedeu-se à análise estatística dos dados, numa primeira fase essencialmente descritiva, com as frequências das respostas às questões acerca de pensamentos sobre fim de vida e, numa segunda fase, recorrendo-se ao teste Pearson's χ^2 analisaram-se os factores associados ao pensamento sobre a morte. Em ambas as fases recorreu-se ao Software SPSS v. 25.

2. RESULTADOS E DISCUSSÃO

Quando questionados acerca da idade a que gostariam de chegar, verificaram-se respostas muito diversificadas. A mais predominante ($n=27$) foi *"até quando Deus quiser"*, o que está relacionado com as características culturais desta geração de centenários, muito católicos e crentes em Deus. Em Portugal cerca de 85% da população identifica-se como católica (INE, 2012), o que confirma a importância da religião, em particular nas gerações mais velhas. Este facto reflete-se nas suas crenças e práticas religiosas, e até em domínios de ocupação social e cultural.

Sete centenários referiram querer chegar a idades entre os 101 e os 110 anos, sendo esta última, a idade de referência para uma pessoa ser considerada supercentenária (Maier et al., 2010). Houve ainda um participante que referiu querer chegar aos 143 anos, outro que quer *"viver para sempre"* e três que referiram querer viver até à concretização de determinados acontecimentos de vida (e.g., casamento de elemento da família). No entanto, treze dos participantes responderam não querer viver mais. Os restantes indicaram que não sabiam ($n=8$) ou simplesmente preferiram não responder ($n=18$).

Já nas restantes questões, mais orientadas para o fim de vida, verificou-se que a maioria dos participantes (57.7%) afirmou pensar sobre a morte (26.9% não pensam e 15.4% não respondeu); 46.2% já fizeram preparativos apenas na morte (30.8% não fizeram e 23% não responderam), sendo os mais comuns o testamento, a compra de espaço fúnebre no cemitério, o pagamento das cerimónias fúnebres e a escolha da roupa que gostariam de vestir no funeral, sendo de realçar que alguns dos participantes já avançaram com estes preparativos há mais de 20 anos (i.e., quando tinham cerca de 80 anos).

A maioria dos participantes no estudo refere que a morte não os assusta (60.3% para 21.8% em que sim, a morte é algo assustador, e 17.9% não respondeu) e que não desejam morrer (64.1% para 15.4% que desejam morrer e 20.5% não respondeu). Relativamente à crença de que existe vida depois da morte, apesar de 21.9% indicarem não saber e 17.9% não terem respondido, 39.7% refere ter esse tipo de crenças e 20% que não acredita. Também nesta questão é de assinalar a elevada religiosidade desta geração.

Ao se aprofundar a existência de pensamentos sobre a morte (Tabela 2), numa segunda análise, verificou-se que as pessoas que referem pensar sobre a morte têm maior frequência de dor e maior número de doenças.

Já a nível social, ter um confidente foi a variável com associação estatisticamente significativa à existência de pensamentos, mais especificamente, uma grande percentage de pessoas que pensa sobre a morte (87.5%) não tem uma pessoa com quem conversar sobre assuntos mais pessoais (87.5%).

Percebe-se assim que não é propriamente o ter 100 anos que faz com que uma pessoa pense sobre a sua morte. Aspetos relacionados com o seu estado de saúde é que podem aumentar os pensamentos e até a preocupação, tal como desmonstrado em análises mais profundas a esta questão (Boerner et al., 2018). A influência da existência/ausência de confidente pode significar que não tendo ninguém com quem conversar sobre assuntos pessoais, os centenários passem mais tempo sozinhos, em solitude, a pensar sobre estes assuntos (Araújo, 2018).

TABELA 2. FACTORES ASSOCIADOS AOS PENSAMENTOS SOBRE FIM DE VIDA

FACTORES		PENSAMENTOS SOBRE A MORTE		<i>P</i>
		SIM	NÃO	
		N (%)	N (%)	
SOCIOECONÔMICOS				
Residência	Comunidade	36 (75)	12 (25)	.052
	Instituição	9 (50)	9 (50)	
Rendimentos	Insuficiente	17 (65.4)	9 (34.6)	.614
	Suficiente	25 (71.4)	10 (28.6)	
SOCIAIS				
Ver familiares c/frequencia	Não	19 (61.3)	12 (38.7)	.107
	Sim	15 (83.3)	3 (16.7)	
Ter confidente	Não	14 (87.5)	2 (12.5)	.045
	Sim	17 (58.6)	12 (41.4)	
SAÚDE				
Saúde subjetiva	Má/aceitável	30 (71.4)	12 (28.6)	.949
	Boa-excelente	12 (70.6)	5 (29.4)	
Nº doenças	M (SD)	4.6 (1.7)	3.6 (1.5)	.018
Dor	Nunca/Raramente	7 (43.8)	9 (56.3)	.013
	Às vezes	15 (78.9)	4 (21.1)	
	Frequent/Sempre	18 (85.7)	3 (14.3)	

3. CONCLUSÕES

Os resultados aqui apresentados mostram que viver até uma idade muito avançada não significa, necessariamente, que as pessoas queiram o seu fim ou vivam centradas em pensamentos sobre isso. A maioria dos entrevistados não deseja morrer mas também não se sente assustado com a morte, o que traduz a naturalidade com que este acontecimento é encarado. Quando existentes, os pensamentos sobre o fim de vida associam-se sobretudo a factores de saúde, com destaque para a experiência de dor, e sociais, como o ter um confidente com quem falar sobre assuntos mais pessoais. Em conjunto estes resultados devem constituir um alerta para que profissionais de saúde e de intervenção social, bem como membros da rede social informal, tenham em consideração assuntos relacionados com temáticas de fim de vida (e.g., preocupações, arranjos práticos e desejos de fim de vida) com este grupo em particular.

AGRADECIMENTOS

Os autores gostariam de agradecer aos vários investigadores e colaboradores da equipa do PT100, nacionais e internacionais, bem como aos seus participantes (centenários e cuidadores).

REFERENCIAS

- Araujo, L. (2018, fevereiro 4). *Do envolvimento social e da solitude existencial nos mais velhos*. Disponível em: <https://www.publico.pt/2018/02/04/culto/opiniao/do-envolvimento-social-e-da-solitude-existencial-nos-mais-velhos-1801464>
- Boerner, K., Jopp, D., Park, M., & Rott, C. Policy, 28(3), 165–186. 2016). Whom Do Centenarians Rely on for Support? Findings From the Second Heidelberg Centenarian Study. *Journal of Aging & Social Policy*, 28(3), 165-186.
- Boerner, K., Jopp, D., Kim, K., Butt, A., Ribeiro, O., Araújo, L., & Rott, C. (2019). Thinking About the End of Life When It Is Near: A Comparison of German and Portuguese Centenarians. *Research on Aging*, 41(3) 265–285.
- Fillenbaum, G. G., & Smyer, M. A. (1981). The development, validity, and reliability of the OARS multidimensional functional assessment questionnaire. *Journal of Gerontology*, 36, 428–34.
- Folstein, M., Folstein, S., & McHugh, P. (1975). Mini-mental state. A practical method for grading the cognitive state of patients for the clinician. *Journal of Psychiatric Research*, 12, 189–198.
- INE. (2012). Censos 2011. Resultados Definitivos - Portugal. Lisboa: Instituto Nacional de Estatística, I.P.
- Jopp, D., & Rott, C. (2006). Adaptation in very old age: Exploring the role of resources, beliefs and attitudes for centenarians' happiness. *Psychology and Aging*, 21(2), 266–280.
- Lubben, J., Blozik, E., Gilmann, G., Iliffe, S., Kruse, W. V., Beck, J. C., & Stuck, A. E. (2006). Performance of an abbreviated version of the Lubben Social Network Scale among three European community-dwelling older adult populations. *Gerontologist*, 46, 503–513.
- MacDonald, M., Martin, P., Margrett, J., & Poon, L. (2009). Correspondence of perceptions about centenarians' mental health. *Aging & Mental Health*, 13, 827–837.

- Maier, H., Gampe, J., Jeune, B., Robine, J.M., & Vaupel, J. (2010). *Supercentenarians*. Berlin: Springer.
- Poon, L., Martin, P., Bishop, A., Cho, J., Rosa, G., Deshpande, N, et al (2010). Understanding centenarians psychosocial dynamics and their contribution to health and quality of life. *Current Gerontology and Geriatric Research*, 680657. doi 10.1155/2010/680657
- Randall, G. K., Martin, P., McDonald, M., & Poon, L. W. (2010). Social resources and longevity: Findings from the Georgia centenarian study. *Gerontology*, 56(1), 106-111.
- Ribeiro, O., Araújo, L., Teixeira, L., Brandão, D., Duarte, N., & Paúl, C. (2017). PT100 Oporto Centenarian Study. In N. Pachana (Ed.), *Encyclopedia of Geropsychology*. New York: Springer. doi 10.1007/978-981-287-080-3_141-1
- Ribeiro, O., Araújo, L., Teixeira, L., Duarte, N., Brandão, D., Martin, I., & Paúl, C. (2016). Health status, living arrangements and service use at 100. Findings from the Oporto Centenarian Study. *Journal of Aging & Social Policy*, 28(3), 148–64.
- Serra, V., Watson, J., Sinclair, D., & Kneale, D. (2011). *Living Beyond 100: a report on centenarians*. London: International Longevity Centre – UK.
- Teixeira, L., Araújo, L., Jopp, D., & Ribeiro, O. (2017). Centenarians in Europe. *Maturitas*, 104, 90–5.
- Teixeira, L., Araújo, L., Paúl, C., & Ribeiro, O. (in press). *Centenarians in Europe*. Berlin: Springer.