

**QUALIDADE DE VIDA: DENTRO DO ASPECTO DO ENVELHECIMENTO E
DEPENDÊNCIA DE DROGAS**

**QUALITY OF LIFE: WITHIN THE ASPECT OF AGING AND DRUG
DEPENDENCE**

¹ Kleisyane Soares Olegário

RESUMO

Este estudo buscou compreender a relação entre qualidade de vida e uso de drogas na perspectiva do envelhecimento. Entende-se que há uma necessidade crescente de investigar a qualidade de vida em relação ao lugar do indivíduo no contexto dos valores e crenças pelos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, normas e interesses. Preocupado em como viveria satisfatoriamente seus últimos anos em um cenário de uso de drogas. Este artigo tem como objetivo definir e descrever a jornada de pessoas que buscam melhorar sua qualidade de vida. Tornando o assunto ainda mais importante devido ao aumento da expectativa de vida, sendo assim, é importante entender fatores que afetam e que podem influenciar no estilo de vida futuro. Esse estudo está dividido em três partes e abordará questões de qualidade de vida, seu impacto na mesma, e o terceiro, e último ponto descreverá a melhoria da qualidade de vida de crianças pequenas. Revisão da literatura foi usada para obter uma proposta de pesquisa.

Palavras - chave: qualidade de vida. Envelhecimento. Drogas.

ABSTRACT

This study sought to understand the relationship between quality of life and drug use from the perspective of aging. It is understood that there is a growing need to investigate the quality of life in relation to the individual's place in the context of the values and beliefs by which he lives and in relation to his goals, expectations, norms and interests. Concerned about how he would satisfactorily live out his last years in a scenario of drug use. This article aims to define and describe the journey of people who seek to improve their quality of life. Making the subject even more important due to the increase in life expectancy, therefore, it is important to understand factors that affect and can influence the future lifestyle. This study is divided into three parts and will address quality of life issues, their impact on it, and the third and last point will describe the improvement in the quality of life of young children. Literature review was used to obtain a research proposal.

Keywords: quality of life. Aging. Drugs.

¹ Graduada em Psicologia pela Universidade Vale do Rio Doce (UNIVALE). Especialista em Dependência Química e Qualidade de Vida pela Faculdade Dom Alberto.
E-mail: kleisyane21@hotmail.com

1 INTRODUÇÃO

No mundo moderno a qualidade de vida é um assunto relevante por ser o produto da interação entre as expectativas e realizações das pessoas, portanto numa análise subjetiva e é um tema interdisciplinar. Dentro do aspecto de vivência dos indivíduos a qualidade na sua inserção na vida permeia o contexto e os valores nos quais ele vive e em relação aos seus objetivos, expectativas, padrões e preocupações, atento, a um nível claro das condições básicas e suplementares. Envolve também o bem-estar físico, educacional, psicológico, relacionamento, saúde e outros parâmetros que afetam a vida humana.

Segundo Barbosa et.al (2021) embora grande parte do interesse científico e vitalidade se concentrem em avaliar as consequências fisiológicas do excesso de peso na saúde, observa-se também, a deterioração crônica das habilidades funcionais, sociais e psicológicas, afetando a qualidade de vida. No cenário atual, e avaliando dados da história da humanidade nota-se necessidade de atenção aos cuidados com a mente e corpo. Segundo Bussetal. (2020) a vida e a saúde melhoraram de forma contínua devido a uma dedicação aos progressos políticos, econômicos, sociais, ambientais e aos avanços na saúde pública e na medicina.

Sendo assim, o presente artigo tem como objetivo identificar e descrever identificando a trajetória das pessoas em busca da promoção de qualidade de vida dentro do aspecto do envelhecimento e uso de drogas. Este artigo foi dividido em três partes em que será discutido o desafio da conquista da qualidade de vida, consumo de drogas e seus efeitos ao longo da vida e o terceiro e último ponto retratará promoção de qualidade de vida.

Bussetal (2020), diz que a principal resposta social a tais questões tem sido o aumento do investimento em cuidados médicos curativos e individualizados, embora as causas fundamentais desses avanços tenham sido atribuídas a medidas preventivas, promoção da saúde e melhoria das condições de vida. Com o crescimento da preocupação com a qualidade de vida e com a prevenção das doenças revela-se diferentes desafios desse assunto dentro de uma perspectiva de cuidado.

Dentro dessa perspectiva Lima (2017) e outros apontaram que, segundo dados do IBGE, o número de idosos no Brasil está aumentando gradativamente.

Até 2025, são esperados 32 milhões de idosos, representando cerca de 15% da população total do Brasil. Tais informações requerem profundas mudanças na vida social, familiar e profissional e com o avanço da idade, consequências como limitações físicas, perda de relacionamentos e solidão podem significar vulnerabilidade ao aumento do uso de álcool e outras drogas, ou até mesmo, dar continuidade ao uso de forma acentuada.

Dawalibi et al (2013) discutiu que as avaliações estabelecidas e o projeto de envelhecimento podem estar relacionados a muitas doenças crônicas e à saúde e bem-estar e enfatizou que para garantir uma boa qualidade de vida na terceira idade é importante melhorar as condições socioeconômicas, principalmente em países em desenvolvimento como o Brasil.

Tornando assim o tema “dependência química” cada vez mais importante a ser discutido e estudado para que a qualidade de vida seja exercida desde os primeiros anos de vida para que haja bons reflexos no envelhecimento. Fazendo assim a preocupação crescer em relação ao consumo de drogas em uma sociedade onde o número de usuário aumenta a cada dia.

2 DESENVOLVIMENTO

A qualidade de vida definida como equilíbrio em oposição à doença torna-se desequilíbrio. Dentro de aspectos dos quatro fatores: físico, psicológico, relações social e meio ambiente as pessoas precisam ter equilíbrio para conseguir conquistar qualidade de vida. Gonçalves et al. (2021), afirma que o equilíbrio é a estabilidade que depende da felicidade individual, o que significa que equilíbrio entre vida pessoal e profissional é muito especial e relevante para o propósito de cada homem. Pensando do aspecto social nota-se que o acesso a droga traz uma problemática ao contexto social e para a sociedade como um todo, inclusive a terceira idade com processo de envelhecimento, adoecimento e na construção de qualidade de vida dessas pessoas, pois o processo tem vários declínios na saúde mental e física.

Tendo em vista a variabilidade do conceito de qualidade de vida e sua subjetividade, com o propósito de se orientar as políticas para ser um humano bem-sucedido em todas as fases de vida, parece imprescindível conhecer o que, para a maioria das pessoas está relacionado ao bem estar, à felicidade, à realização pessoal, enfim, à qualidade de vida em cada faixa etária.

Mediante algumas leituras, percebemos que hoje e como aponta Lima et al. (2017) o uso abusivo de álcool e outras drogas em idades intermediárias podem acarretar problemas no processo de envelhecimento, como a incapacidade de realizar atividades cotidianas e doenças incapacitantes.

Além disso, o sofrimento psicológico entre usuários de drogas idosos está associado a danos físicos e espirituais, autoestima e danos familiares. As consequências reveladas pelos participantes foram principalmente estresse físico e desconforto psicológico e familiar.

Destro et al. (2022) evidencia que a relação entre dependência de álcool, motivação e comprometimento com a mudança é complexa para os idosos, assim como, a preocupação com a bebida e a capacidade de controlar o consumo em comparação com os mais jovens, portanto, é fundamental que o idoso seja tratado de forma integral, com ênfase na prevenção de doenças e promoção da saúde para redução de agravos.

Ressalta ainda que dados sobre dependência de álcool entre idosos no Brasil são escassos, tornando o assunto um desafio para os profissionais de saúde.

Uma análise sobre Silveira et al. (2013) destaca que as consequências do uso desses produtos químicos afetam a qualidade de vida e a saúde individual e coletiva. Eles causam alterações nos sistemas neurotransmissores e déficits no cérebro, incluindo aprendizado de linguagem, memória de curto prazo, atenção, função executiva, controle de resposta e escolha, resolução de problemas e tomada de decisão. Eles podem causar mau funcionamento do coração e do sistema respiratório; problemas renais; ansiedade; depressão; problemas de sono; dificuldades financeiras e de relacionamento resultando até em violência.

Segundo Martins (2014), os distúrbios relacionados ao envelhecimento não se limitam às condições socioeconômicas, mas incluem aspectos de processos ciclos básicos como: doenças, insônia, tremores e negligência, fazem parte desta etapa. Ressalta-se que, além dos fatores culturais e psicológicos, esses fatores levam os idosos a buscarem o álcool e outras drogas como refúgio do medo. Assim, partimos do pressuposto de que exige das pessoas uma cautela na forma que se vive frente aos desafios de conquista da qualidade de vida, no entanto, o alcançado resultado não acontece naturalmente. Isso reflete

uma vida inteira de cuidado e preocupação com a saúde e mais o investimento na manutenção de sua saúde e na preparação.

Observamos a necessidade de atuação em políticas públicas dentre outras ações de promoção a saúde como destaca Martins, Silva, Vicente, e Milani, (2022) que entre a população em geral alcançada pela promoção da saúde estão os jovens que foram negligenciados por autoridades e políticas públicas por muitos anos. Atualmente, reconhece-se a necessidade de investir em saúde pública nesta fase, pois há alto grau de comportamento de risco e transtornos mentais.

Pensando nesta construção de qualidade de vida em todas as fases da vida, destaca Alencar (2022) que a qualidade de vida dos jovens é uma construção multifatorial, relacionado a traços de personalidade, variáveis familiares e estilo de vida. A satisfação com o sono, a satisfação com a atividade física e o peso estiveram entre os preceptores mais fortes de uma boa qualidade de vida. Tendo em vista cada etapa do ser humano, torna nossa compreensão de quais potencialidades devem ser trabalhadas e estimuladas nas primeiras fases para que se tenha referências para outros estágios.

Com base nessa ideia, pode-se dizer que deve haver referências, de pessoas e comportamentos que possam servir de base para a construção de estruturas sólidas na vida do ser humano que resistam às adversidades existentes e reforcem a escala de risco. As variáveis que tornam a vida possível para uma estrutura de qualidade em saúde de forma geral. Bussetal.(2020) utiliza o conceito de promoção da saúde para desenvolver um modelo de história natural da doença e propõe três níveis e cinco estágios nos quais as medidas preventivas podem ser aplicadas. Prevenção primária, que são as medidas destinadas a desenvolver a saúde como uma proteção especial das pessoas contra a possibilidade de causar doença ou, por meio de barreiras ambientais.

Nas palavras de Noronha et al.(2016) os adultos constituem a maioria da população e sua saúde e bem-estar podem ter importantes implicações e impacto crítico de influência no comportamento das pessoas ao redor. Nesse sentido, os comportamentos e estilos de vida adotados pelos adultos como uso de substância e prática saudável, podem também afetar os padrões de doenças a médio e longo prazo, afetando as gerações futuras.

Por fim, cada ciclo é fundamental, mostrando-nos a constância e a mudança, que se manifesta no comportamento humano, levando em conta

principalmente os esforços para atingir diferentes objetivos em cada fase do desenvolvimento. Não apenas definimos o tempo, mas, damos continuidade na vida humana, os sujeitos variam com base em sua idade cronológica e requisitos ambientais. Numerosos estudos científicos referem-se à infância, adolescência, juventude, meia-idade e velhice, destacando o papel central de expandir o acesso em cada fase, com programas apropriados e de qualidade. Para Bussetal.(2020) o desenvolvimento de habilidades e atitudes pessoais favoráveis à saúde em todas as etapas da vida envolve as instituições, particularmente as de educação e saúde, no empoderamento das pessoas por meio da aquisição de conhecimentos, acesso a bens e serviços e aumento do poder político dos indivíduos e da comunidade.

Pensando dentro do aspecto de desenvolvimento humano e expansão de cada fase nota-se um fator de desequilíbrio relativo aos problemas sociais na sua relação com acessibilidade de cunho positivo e negativo. Ferreira, Meireles, & Ferreira (2018) destaca que nesta perspectiva, a saúde e a qualidade de vida em idades mais avançadas podem mudar de acordo com o que é essencial e levar a compreender os fatores de risco e proteção que afetam estes componentes.

No entanto, ainda existem obstáculos para a prática correta do desenvolvimento e crescimento humano em cada etapa, pois a prática de consumo de substâncias tóxicas a saúde e estilo de vida que a sociedade tem pouco interesse. Trazendo esse fato a discussão, é possível ver que tal fato confirma que consumo de drogas é um fator de desequilíbrio em nossa sociedade. Segundo parecer do Relatório Mundial sobre Drogas 2021, (UNODC) o período de pandemia potencializou riscos de dependência, pois o número de pessoas que usam drogas aumentou 22% entre o ano 2010 e 2019, isso se deu por parte, devido ao crescimento da população mundial. O mesmo estudo destaca ainda, com preocupação, que poderá haver um aumento de 11% no número de pessoas que usam drogas, globalmente, até 2030.

Andrade, Martins, (2016) ressalta que a longevidade apresenta um novo desafio para a sociedade, pesquisadores, autoridades de saúde e o envelhecimento da população mundial. Entendendo isso, e assistindo nosso cenário, percebemos que devemos pensar em uma manutenção que possa agregar qualidade e significado à vida. Tal manutenção, faz com que o desafio de conquistar

qualidade de vida se torne mais acessível à população e aos indivíduos em posição de venerabilidade, valendo destacar que consumo de drogas é um fator de desequilíbrio em nossa sociedade como também um fator que inspira cuidados.

Enfim, a sociedade como um todo deve ampliar o conhecimento quanto às boas práticas em suas respectivas fases da vida. Por TARGINO; HAYASIDA (2018.), para que a informação fornecida seja um fator de proteção, ela deve ser clara e completa, destaca ainda a importância de conhecer quais fatores de risco e proteção presentes no fenômeno do uso de drogas é fundamental para que se possa investir em intervenções mais eficazes. Vistos que as drogas podem funcionar como opção de ocupação, representação, alívio, aceitação e pertencimento, fugas, resolução de problemas, uso por familiares ou amigos, segundo esse mesmo estudo.

3 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Podemos notar um interesse crescente na relação entre estilo de vida e qualidade de vida em idosos nos últimos anos, e as revisões da literatura destacam as preocupações com o uso de drogas. É possível perceber ainda que o estilo de vida das pessoas tem sido estudado de diferentes maneiras, como envelhecimento e uso de drogas. Uma possibilidade futura é o desenvolvimento de instrumentos de avaliação do estilo de vida, além de pesquisas qualitativas, para melhor compreender a relação entre estilo de vida e qualidade de vida em idosos.

Embora saibamos que a fácil disponibilidade de substâncias químicas contribui para elevar o consumo das mesmas, alguns estudos apontam que as ações educativas e a importância das ações intersetoriais como forma preventiva e redução ao número de usuários é de grande valia.

À medida que a expectativa de vida aumenta, é importante entender os fatores que afetam a qualidade de vida e os fatores de estilo de vida que podem vir a afetar. Nota-se que o controle sobre o uso de substâncias e estilo de vida mais saudável abre panorama para uma realidade melhorada. Seguindo por essa linha de raciocínio, notamos que a falta de estratégia de qualidade de vida revela uma alta expectativa de um padrão de baixa realidade da melhor forma de bem-estar e boa condição de vida e saúde física e mental que são condições elementares para vida humana.

Mediante algumas leituras, percebemos que o uso prolongado de drogas pode causar destruição neuronal e prejudicar a capacidade cognitiva, desenvolvimento de transtornos mentais, como depressão e esquizofrenia e de outras complicações.

Pode-se afirmar que, um bom início de vida, incluindo boa saúde e o desenvolvimento de qualidade na primeira infância, são benéficos à saúde, condições que permitam aos idosos ter vida digna e independente de forma que expresse uma melhoria de qualidade de vida e um ajustamento às novas condições de saúde com o chegar da idade.

Por isso, a saúde precisa adquirir um caráter de equilíbrio sobre condições de diferentes aspectos da saúde humana através de melhores acessos, inclusive, informações e boas condições sociais e econômicas, ofertando assim, desenvolvimento e conhecimento de forma ampla para a sociedade desde os primeiros anos buscando desenvolver modelos simples e facilmente compreensíveis que descrevam os fenômenos do mundo real para que dentro dos aspectos psicológicos e físicos sejam menos afetados pela baixa qualidade de vida.

Desse modo, sabemos que o consumo de drogas causa efeitos ao longo da vida, e, além disso, provoca declínio de qualidade de vida. Diante disso, acredita-se que com o engajamento de vários setores da sociedade seria possível alcançar melhores resultados.

Nesse sentido, torna-se importante estimular estudos e pesquisas para evidenciar lacunas sobre o assunto presente.

REFERÊNCIAS

ALENCAR, Nadyelle Elias Santos et al. (2022) **Fatores associados à qualidade de vida relacionada à saúde de adolescentes**. Acta Paul Enferm, v. 35, eAPE0189345, acesso em 05 maio 2023; Disponível em: <https://doi.org/10.37689/acta-ape/2022AO0189345>.

ANDRADE, A., & Martins, R. (2016). **Funcionalidade Familiar e Qualidade de Vida dos Idosos**. Millenium - Journal of Education, Technologies, and Health, (40), 185-199. Retrieved from acesso em 05 maio 2023; Disponível em: <https://revistas.rcaap.pt/millenium/article/view/8227>.

BUSS, P.M, et al. **Promoção da saúde e qualidade de vida: uma perspectiva histórica ao longo dos últimos 40 anos (1980-2020)**. Ciênc saúde coletiva [Internet]. 2020Dec;25(12):4723–35. Available from: <https://doi.org/10.1590/1413-812320202512.15902020>.

Comissão da Organização Pan-Americana da Saúde sobre Equidade e Desigualdades em Saúde nas Américas. **Sociedades justas**: Equidade em saúde e vida com dignidade. Relatório da Comissão da Organização Pan-Americana da Saúde sobre Equidade e Desigualdades em Saúde nas Américas. Washington, D.C.: OPAS; 2019. Disponível em: <https://www.paho.org/pt/documentos/cd57inf6-relatorio-da-comissao-sobre-equidade-e-desigualdades-em-saude-nas-americas> ; acessos em 02 maio 2023.

DAWALIBI, N. W. et al. (2013). **Envelhecimento e qualidade de vida**: análise da produção científica da SciELO. Estudos De Psicologia (campinas), 30(3), 393–403. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2013000300009>; acessos em 05 abril 2023.

DESTRO, José Stéfano Faia et al.(2022). **Experiences of alcohol-dependent elderly**: grounded theory. Rev. esc. enferm. USP, São Paulo, v. 56, e20220064, 2022 . Disponível em <http://dx.doi.org/10.1590/1980-220x-reeusp-2022-0064>en acessos em 05 maio 2023.

MARTINS KD, (2014). **A DEPENDÊNCIA DO ÁLCOOL NA DIALETICA DO ENVELHECIMENTO**. Revista Eletrônica De Ciências Humanas, Saúde E Tecnologia, 1(05), Revista Cocar. Belém/Pará, vol. 8, n.16, p. 137-149 |19 Abril 2023 Recuperado de <https://revista.fasem.edu.br/index.php/fasem/article/view/34>.

FERREIRA LK, Meireles JFF, Ferreira MEC. **Avaliação do estilo e qualidade de vida em idosos**: uma revisão de literatura. Rev. Bras. Geriatr. Gerontol. [Internet], 2018; 21(5): 639-651 [cited 2023 abril 20]. Disponível <http://dx.doi.org/10.1590/1981-22562018021.180028>.

UNODC, World Drug Report 2022 (United Nations publication, 2022). GLOBAL OVERVIEW DRUG DEMAND DRUG SUPPLY; [Acessado 19 Abril 2023] Disponível em: https://www.unodc.org/res/wdr2022/MS/WDR22_Booklet_2.pdf.

LESSA, Horta Rogério et al. **Condições associadas a prejuízo de desempenho em habilidades sociais em uma amostra de conveniência de usuários de crack**. Cadernos de Saúde Pública [online]. 2016, v. 32, n. 4 [Acessado 19 Abril 2023] , e00010715. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/0102-311X00010715>>. Epub 19 Abr 2016. ISSN 1678-4464. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00010715>.

LIMA, Deivson Wendell da Costa et al . **Os significados e as relações dos idosos com as drogas**. SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. (Ed. port.), Ribeirão Preto , v. 13, n. 3, p. 132-139, 2017 . Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762017000300004&lng=pt&nrm=iso>. acessos em 19 abr. 2023. <http://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.v13i3p132-139>.

NORONHA, DD, et. al. **Qualidade de vida relacionada à saúde entre adultos e fatores associados: um estudo de base populacional**. Ciênc saúde coletiva

[Internet]. 2016 Feb;21(2):463–74. Available from: <https://doi.org/10.1590/1413-81232015212.01102015>; acessos em 19 abr. 2023.

TARGINO, Raquel; HAYASIDA, Nazaré. (2018) **Risco e proteção no uso de drogas**: revisão da literatura. *Psicologia, saúde & doenças*, v. 19, n. 3, p. 724-742, Available from: <http://dx.doi.org/10.15309/18psd190320>; acessos em 19 abr. 2023.