

RESILIÊNCIA EM PESSOAS IDOSAS DE DISTINTAS FAIXAS ETÁRIAS – UTILIZAÇÃO DA ESCALA DE RESILIÊNCIA DE WAGNILD E YOUNG POR FAIXAS ETÁRIAS QUINQUENAIS

Júlia Pereira Medeiros¹-(PROBIC/Unit); Luana Resende Nascimento¹ (PROVIC/Unit); Luka Guimarães Ribeiro¹ (PROVIC/Unit); Cleberson Franclín Tavares Costa² (Orientador); Francisco Prado Reis² (Coordenador); Karollyni Bastos Andrade Dantas² (Coordenadora)

julia.pmedeiros@souunit.com.br;

¹Universidade Tiradentes - Medicina - Aracaju/SE.

²Universidade Tiradentes - Programa de Biociências e Saúde - Aracaju/SE

4.00.00.00-1 Ciências da Saúde – 4.01.00.00-6 Medicina – 4.01.01.00-2 Clínica Médica

RESUMO

Introdução: O envelhecimento da população tem se intensificado no século XXI, caracterizando-se pela redução progressiva da capacidade adaptativa das células frente a influências externas. No Brasil, o aumento da expectativa de vida e a redução das taxas de natalidade têm elevado o número de idosos, que em 2022 correspondia a 15,6% da população, com crescimento de 56% em relação a 2010. A Paraíba apresenta a maior proporção de idosos no Nordeste, equivalente a 13,3%. Nesse contexto, a resiliência, habilidade de enfrentar adversidades e superar desafios, é essencial para a manutenção do bem-estar e da adaptação às mudanças próprias do envelhecimento. Avaliar os níveis de resiliência em idosos permite compreender a eficácia de intervenções voltadas à promoção de saúde mental e qualidade de vida. **Objetivo:** Este estudo teve como objetivo avaliar os níveis de resiliência em idosos de diferentes faixas etárias, utilizando a Escala de Resiliência de Wagnild e Young, analisando variações entre grupos quinquenais e investigando possíveis efeitos de intervenções físicas e educativas na promoção do envelhecimento saudável. **Material e Métodos:** Trata-se de um ensaio clínico randomizado, com grupo experimental (treinamento neuromuscular) e grupo controle (atividades educativas), avaliados antes e após 16 semanas de intervenção. Participaram 500 idosos atendidos em UBS de Aracaju, selecionados mediante palestras explicativas e assinatura do TCLE. Foram excluídos indivíduos com limitações motoras ou condições de saúde impeditivas. A Escala de Resiliência de Wagnild e Young (25–175 pontos) classificou os participantes em baixa (25–75), média (75–125) e alta resiliência (125–175). A normalidade dos dados foi verificada pelo teste de Shapiro-Wilk e homogeneidade das variâncias pelo teste de Levene, com nível de significância de $p < 0,05$ e potência de 80%. Foram realizadas análises descritivas e inferenciais para caracterizar os escores e identificar mudanças entre as fases diagnóstica e formativa. **Resultados:** Os resultados demonstram elevação da média de resiliência de 129,74 para 137,45, indicando efeito positivo da intervenção. A mediana e a moda mantiveram-se elevadas, enquanto o desvio padrão reduziu-se de 32,93 para 24,32, sugerindo maior homogeneidade entre os participantes. Observou-se também aumento da curtose (0,98→3,35) e manutenção da assimetria negativa (-1,27→-1,33), evidenciando concentração dos escores em níveis mais altos. A análise dos intervalos interquartis mostra que a dispersão nos escores mais baixos se manteve relativamente estável (Q1–Min: 72→74), enquanto os escores médios e altos apresentaram maior consistência, indicando que a intervenção promoveu maior homogeneidade e elevação dos níveis de resiliência. **Conclusão:** O estudo demonstrou que a maioria dos idosos apresentou escores médios a altos de resiliência, com aumento significativo após 16 semanas de intervenção. A homogeneidade dos escores na fase formativa indica que atividades físicas e educativas favorecem a consistência e elevação da resiliência. Estes achados corroboram a importância de estratégias de promoção da saúde mental e bem-estar na população idosa, fornecendo subsídios para futuras pesquisas e intervenções direcionadas ao envelhecimento saudável.

PALAVRAS-CHAVE: Escala de Wagnild e Young, idosos, resiliência

ABSTRACT

Introduction: Population aging has intensified in the 21st century, characterized by a progressive reduction in the adaptive capacity of cells to external influences. In Brazil, increasing life expectancy and declining birth rates have increased the number of elderly individuals, which in 2022 corresponded to 15.6% of the population, a 56% increase compared to 2010. Paraíba has the highest proportion of elderly individuals in the Northeast, equivalent to 13.3%. In this context, resilience—the ability to face adversity and overcome challenges—is essential for maintaining well-being and adapting to the changes inherent in aging. Assessing resilience levels in older adults allows us to understand the effectiveness of interventions aimed at promoting mental health and quality of life. **Objective:** This study aimed to assess resilience levels in older adults of different age groups using the Wagnild and Young Resilience Scale, analyzing variations between five-year groups and investigating the possible effects of physical and educational interventions on promoting healthy aging. **Material and Methods:** This was a randomized clinical trial with an experimental group (neuromuscular training) and a control group (educational activities), evaluated before and after 16 weeks of intervention. Participants were 500 elderly individuals treated at a primary care unit in Aracaju, selected through explanatory lectures and informed consent. Individuals with motor limitations or precluding health conditions were excluded. The Wagnild and Young Resilience Scale (25–175 points) classified participants as low (25–75), medium (75–125), or high (125–175) resilient. Data normality was verified by the Shapiro-Wilk test, and homogeneity of variances was verified by the Levene test, with a significance level of $p < 0.05$ and 80% power. Descriptive and inferential analyses were performed to characterize the scores and identify changes between the diagnostic and formative phases. **Results:** The results demonstrate an increase in the mean resilience score from 129.74 to 137.45, indicating a positive effect of the intervention. The median and mode remained high, while the standard deviation decreased from 32.93 to 24.32, suggesting greater homogeneity among participants. An increase in kurtosis (0.98→3.35) and maintenance of negative skewness (-1.27→-1.33) were also observed, evidencing a concentration of scores at higher levels. Analysis of the interquartile ranges shows that the dispersion in the lowest scores remained relatively stable (Q1–Min: 72→74), while the middle and high scores showed greater consistency, indicating that the intervention promoted greater homogeneity and increased resilience levels. **Conclusion:** The study demonstrated that most older adults had medium to high resilience scores, with a significant increase after 16 weeks of intervention. The homogeneity of scores in the formative phase indicates that physical and educational activities promote consistency and increased resilience. These findings corroborate the importance of strategies to promote mental health and well-being in the elderly population, providing support for future research and interventions aimed at healthy aging.

KEYWORDS: Wagnild and Young Scale, elderly, resilience

AGRADECIMENTOS:



Agradecemos ao Laboratório de Investigação Médica e Humanidades (LABIMH) pelo apoio e pela oportunidade de desenvolvimento deste trabalho por meio do Programa de Iniciação Científica. Ao Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), pelo incentivo à pesquisa e pela concessão da bolsa, que viabilizou a realização deste estudo. Estendemos nossos agradecimentos à Universidade Tiradentes, pelo suporte institucional e constante estímulo à formação acadêmica e científica.

REFERÊNCIAS/REFERENCES:

- ALMEIDA, B.L. et al. Quality of life of elderly people who practice physical activities. R. pesq. Cuid. Fundam. Online. v.12, p. 432-6, 2021.
- ALVES, H.B.V.; VASCONCELOS, K.P.; SILVA, C.T.L.; BEZERRA, K.A.; ALVES, H.B. A prática de atividades físicas em idosos e sua correlação com um envelhecimento saudável. Revista Interdisciplinar em Saúde, 2021.
- DUARTE, G.P. et al. Relationship of falls among the elderly and frailty components. Rev Bras Epidemiol, 2019.
- FARIA, M.C. Empoderamento psicológico e resiliência para uma longevidade saudável. In: 15º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde, 2024.
- GEHER, G.; WEDBERG, N. Positive Evolutionary Psychology. Oxford: Oxford University Press; 2020.
- GUIMARÃES, R.M.; ANDRADE, F.C.D. Expectativa de vida com e sem multimorbidade entre idosos brasileiros: Pesquisa Nacional de Saúde 2013. Rebec, 2020.
- IBGE. Censo Demográfico 2022. Brasília: IBGE, 2022.
- SILVEIRA, T. de A. et al. Esperança e Qualidade de Vida em Pessoas Idosas. Revista Psicologia e Saúde, 2022.
- SIM, Y.K. et al. International journal of environmental research and public health, 2022.

SOCOLOSKI, T. da S. et al. Barreiras para a prática de atividade física em idosos: revisão de escopo de estudos brasileiros. Rev Bras Ativ Fís Saúde, 2021.