

**CENTRO UNIVERSITÁRIO DA FUNDAÇÃO DE
ENSINO OCTÁVIO BASTOS - UNIFEOB**

Arthur Lino De Almeida - 22000521

Fernanda Lopes Lot - 22000318

Filipe De Marcos Martins Zanetti - 22000186

Giovanna Vitória Oliveira dos Santos - 22001258

Guilherme Correia Pedroza - 22000066

Isaac Ferreira - 22001506

Matheus Ryan da Rocha Pacheco - 22001212

**DESAFIANDO O ESTIGMA DAS DOENÇAS MENTAIS
NA VELHICE: ABORDAGENS PSICOLÓGICAS PARA
O BEM-ESTAR DOS IDOSOS**

São João da Boa Vista/SP

2023

RESUMO

O projeto enfatiza a importância dos cuidados psicológicos com as pessoas idosas, destacando a extrema importância sobre a saúde mental dos idosos. Os cuidados desempenham um papel crucial para um envelhecimento saudável, trazendo as questões físicas, motoras, sociais e emocionais. O suporte psicológico auxilia também em suas adaptações a mudanças, pois podem impactar diretamente sua saúde mental. Especialmente durante a transição para instituições de longa permanência, é necessário um suporte psicológico adequado para garantir o bem-estar emocional dos idosos. Foi trabalhado utilizando conhecimentos de todas as disciplinas dentro do semestre “Ciclo Vital e Aspectos Psicopatológicos da Personalidade”. Com os fatos apurados, conhecimento necessário para realização do projeto, foi escolhido uma instituição de longa permanência, onde foram realizadas visitas com supervisão durante o período de agosto até novembro. As observações realizadas no contexto prático proporcionou uma valiosa oportunidade para aplicar e contextualizar os conceitos aprendidos no ambiente acadêmico, foi desenvolvido intervenções com dois moradores para finalização do projeto, a intervenção foi moldada para abordar as necessidades específicas de cada idoso, com foco tanto em atividades motoras como a pintura, até cuidados para a promoção de um bem-estar com a saúde mental.

Palavras-chave: Depressão, Idosos, Psicologia, Saúde Mental, Projeto Integrado, Ciclo Vital, Personalidade.

I. INTRODUÇÃO E JUSTIFICATIVA

O envelhecimento é um fenômeno que cresce exponencialmente com o passar dos anos, principalmente nos países mais desenvolvidos, é possível observar este acontecimento na sociedade. Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2022) a população total do país foi estimada em 212,7 milhões em 2021, o que representa um aumento de 7,6% comparada a 2012. Nesse período, o número de pessoas com 60 anos ou mais saltou de 11,3% para 14,7% da população. Em números absolutos, esse grupo etário passou de 22,3 milhões para 31,2 milhões, crescendo 39,8% no período.

Dessa forma, a terceira idade torna-se um grupo gradativamente mais visto na sociedade, assim surgem cada vez mais atividades e produtos voltados para esse público, principalmente para o bem-estar, pois frequentemente as pessoas dessa faixa etária são associadas a problemas de saúde. Contudo, um tema raramente levantado é sobre a saúde mental dos idosos.

A depressão está cada vez mais comum em idosos, afetando significativamente sua qualidade de vida e constituindo-se um fator de risco para a demência. Essa condição representa um risco ainda maior àqueles que apresentam doenças crônicas como: Diabetes, Hipertensão Arterial, Câncer, Osteoartrite e Osteoporose. Muitas doenças crônicas são agravadas com o envelhecimento. Um dos principais fatores apontados pela literatura é a rotina de movimentos observada pelo indivíduo que, uma vez impedido, por um prejuízo ou uma ausência de atividades motoras, poderá desenvolver um estado de negação, principalmente na idade avançada. Segundo o estudo de Stella *et al.* (2002), as abordagens de tratamento mais comumente utilizadas incluem psicoterapia, medicamentos e exercícios

físicos.

Dificuldades ou perda de movimentos do indivíduo, poderá desencadear o desenvolvimento de um quadro depressivo por diversos fatores. A atividade física regular e bem planejada pode ajudar a reduzir o sofrimento psicológico em idosos deprimidos, além de proporcionar oportunidades de envolvimento social, melhora da autoestima, aprimoramento das funções cognitivas e redução das taxas de recaída, *Petroianu, A., Capanema, H. X. de M., Silva, M. M. Q., & Braga, N. T. P. (2010).*

. Além disso, o exercício físico também tem efeitos benéficos na prevenção e tratamento de outras condições comuns em idosos. Portanto, a literatura aponta a importância do desenvolvimento de programas de atividades físicas pelos governos municipais.

Devido ao impacto das doenças crônicas degenerativas na saúde mental, os idosos tendem a buscar mais serviços de saúde mental em comparação aos grupos etários mais jovens. À medida que a idade avança, aumentam os riscos de desenvolver doenças mentais. Estudos mostraram que a expectativa de desenvolver doenças mentais, como demência e transtornos funcionais aumentam: aos 61 são 43%, até chegar em 67% aos 81 anos, segundo o estudo de Stella *et al.* (2002) Usou o estudo de (Helgason & Magnusson, 1989). No entanto, determinar o padrão de normalidade para os idosos nem sempre é fácil. Muitas vezes, há uma linha tênue entre a normalidade e a doença mental, especialmente entre os idosos, o que dificulta o diagnóstico psiquiátrico imediato. Além disso, devido a fatores socioculturais, os idosos muitas vezes relutam ou omitem sintomas mentais que estão relacionados às suas queixas físicas.

Já trazendo as questões abordadas no estudo da IPPr (Instituto de Psiquiatria do Paraná)

A depressão em idosos é preocupante não apenas pelo transtorno em si, mas também porque aumenta as chances de apresentar doenças cardíacas, bem como de ir ao óbito após um ataque cardíaco ou por outras doenças (IPPR, 2023)

Embora ainda seja tratada como um fenômeno misterioso por alguns, os estudos científicos têm contribuído significativamente para a compreensão da depressão e seu desenvolvimento. Através de análises e pesquisas, os pesquisadores têm identificado uma série de fatores que podem contribuir para o surgimento e agravamento da depressão, como desequilíbrios químicos no cérebro, histórico familiar, eventos traumáticos e estresse crônico. Além disso, estudos têm demonstrado que a depressão pode ser tratada e recuperada de forma eficaz por meio de intervenções terapêuticas e medicamentosas. Portanto, é importante

desmistificar a ideia de que a depressão é algo desconhecido para os estudos, já que a ciência tem avançado no entendimento dessa condição e na busca por melhores formas de tratamento.

Desta maneira, este artigo tem como objetivo evidenciar os principais distúrbios mentais que acometem essa população, além de trazer à tona as negligências existentes no tratamento e no atendimento de pacientes idosos, influenciados por estigmas associados ao envelhecimento.

II. OBJETIVOS

O objetivo com este projeto é trazer à tona o assunto da vida adulta tardia (velhice) com todo o respeito e cuidado necessário, e através disso promover uma maior visibilidade e conscientização sobre o tema. A velhice traz consigo muitas questões e dentre elas está o abandono, a maioria dos idosos ao chegarem em uma idade do qual carecem de mais cuidados, em sua maioria são enviados para instituições de longa permanência de idosos (ILPI). É necessário evidenciar os casos de abandono de idosos nos ILPI, pois ao darem entradas nestas unidades raramente recebem visitas, ou sequer são lembrados pela família.

Realizando investigações acerca de todas as fases da vida destes idosos, desde a sua gestação, se houveram complicações, como era o ambiente que viveu durante a infância, se existiram traumas em algum momento, questões genéticas, desenvolvimento psicossocial na adolescência e as dificuldades enfrentadas na vida adulta .

A pesquisa em questão busca fazer uma restauração da história destes idosos, com base nessas informações, possibilitando melhor compreensão e assim promover uma melhoria para a saúde mental dos que se encontram em casas de repouso, buscando soluções possíveis e viáveis, introduzindo a psicologia como recurso para esse problema.

Atualmente no Brasil existem poucos programas e conscientização desta área e que se preocupam com o bem estar físico tanto quanto o mental dos idosos. A pesquisa e o projeto se dará com relatos, e argumentos reais e comprovadas, sobre o descaso com a pessoa idosa, e como a psicologia contribui para a melhoria na qualidade de vida destes indivíduos.

III. METODOLOGIA

A metodologia aplicada foi realizada através de orientações em sala de aula com a orientadora responsável. O objetivo era alcançar um desenvolvimento final, através de diversas etapas, durante o período 15 de agosto de 2023 com finalidade de término em 21 de novembro de 2023. As orientações em sala de aula, foi ressaltado para que sempre mantenha

um ambiente agradável, para que o(a) voluntário ficasse à vontade durante a conversa. Foi realizado três encontros, onde o primeiro foi para um conhecimento de campo, para estarmos ambientado com o local que iríamos realizar a pesquisa de campo, fomos acompanhados pela responsável presente, assistente social, onde nos mostrou desde o planejamento de convivência até a rotina, falando das questões da nutricionista dedicada a este trabalho.

Com o segundo contato no local, fomos designados para dois voluntários, uma mulher de 83 anos, e um homem de 87 anos, foi realizado uma entrevista, mas não foi utilizado esse termo, utilizamos o termo “conversa” para que pudéssemos manter um ambiente sociável, com isso buscamos diálogos sem termos técnicos e palavras tão didáticas, trabalhamos mais focado com o linguajar informal, e tentamos nos adaptar conforme o voluntário iria dialogando conosco. Tínhamos como base um roteiro de perguntas com dezesseis questões interessantes para buscar o conhecimento histórico do idoso entrevistado. Com isso mantemos um ambiente dinâmico e construtor para o projeto, em nenhum momento foi percebido ou comentado o desconforto das pessoas entrevistadas.

Em nosso terceiro encontro, fomos realizar a aplicação das intervenções, com a finalidade de conclusão do projeto, utilizamos referências das conversas realizadas, para que a intervenção fosse executada. Os preparativos para a aplicação foi, construído um portfólio da temática futebolística focada no clube brasileiro, São Paulo Futebol Clube, e em pescaria, já que tratava-se do hobby favorito do Sr. L. A construção desse portfólio, foi através de um capa com o emblema do clube, havia 20 páginas para se colorir, onde a ambientação era sobre futebol, desde as conquistas de campeonatos do clube até monumentos históricos do time, como o estádio Morumbi, e imagens de pescaria no estilo mandala . Já com a idosa, foi realizado um café da tarde, onde continha doces que eram de seu agrado, livros e trazendo um ambiente em que ela gostava de estar, quando se encontrava em casa, um café relaxante com uma boa roda de conversa para seu entretenimento.

A pesquisa bibliográfica foi realizada através da leitura de artigos e revistas científicas, esses materiais foram encontrados nas bases de dados principais em Psicologia, tais como: Scielo; Pepsic e revistas das universidades PUC; USP e UNESP, foram utilizados as seguintes palavras-chaves: depressão, idosos, psicologia, saúde mental e instituições de longa permanência. Após a busca e leitura dos artigos foram selecionados 12 que atendiam as palavras-chaves escolhidas e os objetivos relacionados ao projeto integrado e deste modo, foi realizado o levantamento teórico para articulação da teoria e prática.

IV. REVISÃO DA LITERATURA

O envelhecimento é um fenômeno que cresce exponencialmente com o passar dos anos, principalmente nos países mais desenvolvidos. Segundo dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2022), a população total do país foi estimada em 212,7 milhões em 2021, um aumento de 7,6% comparado a 2012. Nesse período, o número de pessoas com 60 anos ou mais saltou de 11,3% para 14,7% da população. Em números absolutos, esse grupo etário passou de 22,3 milhões para 31,2 milhões, crescendo 39,8% no período destacado anteriormente. A saúde mental dos idosos é um tema de crescente importância. A depressão está cada vez mais comum em idosos, afetando significativamente sua qualidade de vida e constituindo-se um fator de risco para a demência. Essa condição representa um risco ainda maior àqueles que apresentam doenças crônicas como: Diabetes, Hipertensão Arterial, Câncer, Osteoartrite e Osteoporose. A atividade física regular e bem planejada pode ajudar a reduzir o sofrimento psicológico em idosos deprimidos, além de proporcionar oportunidades de envolvimento social, melhora da autoestima, aprimoramento das funções cognitivas e redução das taxas de recaída (Petriuanu, A., Capanema, H. X. de M., Silva, M. M. Q., & Braga, N. T. P., 2010). O exercício físico também tem efeitos benéficos na prevenção e tratamento de outras condições comuns em idosos. Devido ao impacto das doenças crônicas degenerativas na saúde mental, os idosos tendem a buscar mais serviços de saúde mental em comparação aos grupos etários mais jovens. À medida que a idade avança, aumentam os riscos de desenvolver doenças mentais. Estudos mostraram que a expectativa de desenvolver doenças mentais, como demência e transtornos funcionais aumentam: aos 61 são 43%, até chegar em 67% aos 81 anos, segundo o estudo de Stella et al. (2002) Usou o estudo de (Helgason & Magnusson, 1989). A depressão em idosos é preocupante não apenas pelo transtorno em si, mas também porque aumenta as chances de apresentar doenças cardíacas, bem como de ir ao óbito após um ataque cardíaco ou por outras doenças (IPPR, 2023). Embora ainda seja tratada como um fenômeno misterioso por alguns, os estudos científicos têm contribuído significativamente para a compreensão da depressão e seu desenvolvimento. Os pesquisadores têm identificado uma série de fatores que podem contribuir para o surgimento e agravamento da depressão. Entre eles estão desequilíbrios químicos no cérebro, histórico familiar, eventos traumáticos e estresse crônico. Cada um desses fatores tem sido objeto de estudos extensivos, contribuindo para uma compreensão mais profunda da depressão e de suas causas, estudos têm demonstrado que a depressão pode ser tratada e recuperada de forma eficaz por meio de intervenções terapêuticas e medicamentosas. Essas descobertas são fundamentais para desmistificar a ideia de que a depressão é algo desconhecido para os estudos. Na verdade, a ciência tem avançado no entendimento dessa condição e na busca por melhores formas de tratamento, existem negligências no tratamento e atendimento de pacientes idosos. Frequentemente, esses pacientes são influenciados por estigmas associados ao envelhecimento, o que afeta a qualidade e a eficácia de seu tratamento.

V. ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

Apesar de se tratar de uma entrevista, foi abordado desde o princípio como um

diálogo/conversa com o intuito de conhecer a história destes idosos e o resultado foi muito positivo.

A Sra. I manteve um bom humor durante todo o bate papo, foi se abrindo aos poucos e por ter uma excelente memória, recordava-se bastante de sua vida o que facilitou para nosso objetivo de fazer a reconstrução de sua história. Não apresenta nenhum transtorno mental, a única dificuldade era de andar, devido a uma cirurgia realizada no pé e em relação à instituição não economizou elogios tanto para o ambiente quanto para os funcionários.

O Sr. L não foi muito diferente, também era bem humorado e se lembrava bastante de toda sua vida, diferente da Sra. ele não era tão falante, mas respondeu a todas as nossas perguntas. Também não possuía nenhuma doença mental, apenas uma disfunção física nos joelhos que dificultava a sua movimentação, para se deslocar por maiores distância usava majoritariamente a cadeira de rodas, sempre acompanhado de algum dos funcionários do asilo, que também foram muito elogiados por ele.

Por fim, a intervenção realizada teve como objetivo potencializar as principais habilidades ativas dos idosos, pois como eles não possuíam nenhuma demanda a ser intervinda, focou-se no seu desenvolvimento psíquico e cognitivo deles. Dessa forma, foram realizadas atividades e disponibilizados materiais que estimularam essas áreas, o portfólio com as imagens para o Sr.L colorir, com o intuito de gerar prazer, já que é uma atividade que ele gosta e aguçar o seu controle de coordenação motora fina. Com a Sra. I foi levado uma ambientação tranquila de seus gostos, como um café da tarde com livros, doces, e uma roda de conversa. Como ambos não possuem atividades motoras danificadas, falas, quaisquer tipo de prejudicação notável, foi estabelecido essas intervenções a fim da prevenção de suas saúdes mentais, para maximizar o que já estava sendo feito, trazendo uma potencialização dos hábitos atuais e históricos, visando que não fiquem prejudicados e sim ainda mais estáveis graças às intervenções.

VI. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Todas as visitas foram acompanhadas pela assistente social, que se manteve disposta a ajudar. Ao final das visitas obteve-se um certo fortalecimento de vínculo com os pacientes que devido a realidade do qual ambos estavam inseridos, atualmente não demonstraram nenhuma sequela ou lamúria latente. Com isso, o que resulta é uma proposta de prevenção a danos futuros e estabelecer uma qualidade de vida atrelada a interesses cotidianos. Sugere-se que no futuro haja mais estudos buscando sempre um fortalecimento de vínculo, proporcionando

maior conforto e abertura aos indivíduos, assim como possíveis intervenções focadas nessas áreas. Foi alcançado os resultados esperados, obtendo maior conhecimento sobre doenças crônicas como a diabetes, e como a mesma afeta diretamente a vida cotidiana de uma pessoa idosa, também acarretando a mal cuidado da saúde mental, foi observado e estudado diversas formas para se manter atualizado durante o projeto. Deparando as situações que foram designadas foi também concluído e entendido como fazer a melhor “adaptação” para cativar as qualidades existentes no idoso, prevenir danos futuros, e potencializar qualidades de longa durabilidade, como atividades motoras. Foi chegado a conclusão de que, com cuidado, muitas das vezes carinho, intervenções semanais, mensais, é capaz de prevenir muitos danos, o grupo ficou contente de forma geral com os resultados alcançados e “esperanças” para futuros novos projetos com a mesma temática, foi um trabalho repleto de experiências e aprendizados, concluindo por fim que atividades básicas como leitura, pintura, são capazes de mudar a qualidade de vida de uma pessoa idosa.

VII. REFERÊNCIAS

BULSING, Raquel Soares; JUNG, Simone Isabel. Envelhecimento e morte: Percepção de idosas de um grupo de convivência. *Psicologia em Estudo*, (Maringá, v.21, n. 1, p. 89-100, jan./mar. 2016). Disponível em: [ENVELHECIMENTO E MORTE: PERCEPÇÃO DE IDOSAS DE UM GRUPO DE CONVIVÊNCIA | Psicologia em Estudo \(uem.br\)](https://psicologia.uem.br/index.php/psicologia/article/view/10000). Acesso em: 29 ago. 2023.

CABRAL, Uberlândia. População cresce, mas número de pessoas com menos de 30 anos cai 5,4% de 2012 a 2021. (Agência IBGE Notícias, 22 de jul. de 2022). Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/34438-populacao-cresce-mas-numero-de-pessoas-com-menos-de-30-anos-cai-5-4-de-2012-a-2021>. Acesso em: 05 de set. de 2023.

DEPRESSÃO em idosos (depressão geriátrica): sintomas e como tratar. Instituto de Psiquiatria do Paraná, Curitiba. Disponível em:

<https://institutodepsiquiatriapr.com.br/blog/depressao-em-idosos-depressao-geriatrica-sintomas-e-como-tratar/>. Acesso em: 05 set. 2023.

FRANÇA, Cristineide Leandro; MURTA, Sheila Giardini. Prevenção e promoção da saúde mental no envelhecimento: conceitos e intervenções. *Psicologia: Ciência e Profissão*, V. 34, N. 2, p. 318-329, 2014. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/pcp/a/GnQzV9V5t9GBYjwJxVyGYkH/#>. Acesso em: 29 ago. 2023.

GOMES, Emanuele Aparecida Paciência; VASCONCELOS, Fernanda Gomes; CARVALHO, Josene Ferreira. Psicoterapia com Idosos: Percepção de Profissionais de Psicologia em um Ambulatório do SUS. *Psicologia: Ciência e Profissão*, V. 41, P. 1-17, 2021. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pcp/a/wMCftqbhmv3RFfvmnCTyByB/?lang=pt>. Acesso em 29 ago. 2023.

GUAZZELLI, Enzo; Esta reportagem foi produzida por estagiários da Redação Multimídia do curso de Jornalismo da Universidade Metodista de São Paulo. Rudge Ramos Online, 24 fev. 2023. Disponível em:

<http://www.metodista.br/ronline/aumento-de-idosos-afeta-situacao-dos-asilos-de-sao-bernardo-do-campo>. Acesso em: 29 ago. 2023.

IDOSOS em asilos nem sempre recebem visitas. Portal do envelhecimento, 06 mar. 2014. Disponível em:

https://www.portaldoenvelhecimento.com.br/idosos-em-asilos-nem-sempre-recebem-visitas/#_google_vignette. Acesso em: 05 set. 2023.

JORGE, Maria José Machado; BALIEIRO, Carmen Roberta Baldin. Ausência da Família: Impacto Sentido Pelo Idoso ao Ser Asilado. UNESP. Disponível em:

https://www.franca.unesp.br/Home/stae/eixo6_003.pdf. Acesso em 29 ago. 2023.

LIMA, Priscilla Melo Ribeiro de; COELHO, Vera Lúcia Decnop. A Arte de Envelhecer: Um Estudo Exploratório Sobre a História de Vida e o Envelhecimento. *Psicologia, Ciência e Profissão*, v. 31, n.01, p. 4-19, 2011. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/pcp/a/4FVqZ9xgvOJGrDnVLsx4yTJ/?lang=pt>. Acesso em: 29 ago. 2023.

NASCIMENTO, Priscila Pascarelli Pedrico do; BATISTONI, Samila Sathler Tavares. Depressão e fragilidade na velhice: uma revisão narrativa das publicações de 2008-2018. *Interface*, (Botucatu, P. 1-16, 23/2019). Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/icse/a/Hp6SqZhCJRwkY6FvgZRt6Dv/?lang=pt#>. Acesso em: 29 ago. 2023.

OLIVEIRA, Katya Luciane de; SANTOS, Acácia Aparecida Angeli dos; CRUVINEL, Mirian; NÉRI, Anita Liberalesso. Relação entre ansiedade, depressão e desesperança entre grupos de idosos. *Psicologia em Estudo*, Maringá, V. 11, N. 2, p. 351-359, mai./ago. 2006. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/pe/a/NhY66YPpd5JHHZHVbkjqpMm/#>. Acesso em: 29 ago. 2023.

ROZENDO, Adriano da Silva, DONADONE, Juliana Cristina. Políticas públicas e asilos de velhos: grau de dependência em idosos institucionalizados. *Kairós Gerontologia*, Rondonópolis, V. 20, n.01, p. 299-309, 30 mar. 2017. Disponível em:

<https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/2176-901X.2017v20i1p299-309>. Acesso em: 29 ago. 2023.

SANTOS, Ivanilza Etelvina dos; DIAS, Cristina Maria de Souza Brito. Homem idoso: vivência de papéis desempenhados ao longo do ciclo vital da família. *Aletheia*, Canoas, V.27, n.01, p.98-110, jun. 2008. Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-03942008000100008. Acesso em: 29 ago. 2023.

SILVA, Júnia Denise Alves; COMIN, Fabio Scorsolin; SANTOS Manoel Antônio dos. Idosos em Instituições de Longa Permanência Desenvolvimento, Condições de Vida e Saúde. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, V. 26, N. 4, p. 820-830, Dez. 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/prc/a/qqS5Cdp9JcWBgW4Q84MDwsD/#>. Acesso em: 29 ago. 2023.

STELLA, Florindo; GOBBI, Sebastião; CORAZZA, Danilla Icassatti; COSTA, José Luiz Riani. Depressão no Idoso: Diagnóstico, Tratamento e Benefícios da Atividade Física. *Motriz*, Rio Claro, vol.8, n.3, p.91-98, Ago/Dez 2002. Disponível em:

<https://www.periodicos.rc.biblioteca.unesp.br/index.php/motriz/article/view/6473>. Acesso em: 05 set. 2023.

VIEIRA, Rodrigo de Sena e Silva; LIMA, Marcus Eugênio Oliveira. Estereótipos sobre os idosos: dissociação entre crenças pessoais e coletivas. *Temas em psicologia*, Ribeirão Preto, v.23, n.4, p.947-958, dez. 2015. Disponível em:

http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2015000400012. Acesso em: 05 set. 2023.

ANEXOS