

**PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DO RIO GRANDE DO SUL
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM GERONTOLOGIA BIOMÉDICA
CURSO DE DOUTORADO**

MARGARITA ANA RUBIN UNICOVSKY

**O VELHO ESSE OUTRO: CONCEPÇÃO DE CORPO E
ENVELHECIMENTO EM UMA INSTITUIÇÃO
ASILAR ISRAELITA**

**PORTO ALEGRE
2005**

Livros Grátis

<http://www.livrosgratis.com.br>

Milhares de livros grátis para download.

**PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DO RIO GRANDE DO SUL
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM GERONTOLOGIA BIOMÉDICA
CURSO DE DOUTORADO**

**O VELHO ESSE OUTRO: CONCEPÇÃO DE CORPO E
ENVELHECIMENTO EM UMA INSTITUIÇÃO
ASILAR ISRAELITA**

Tese apresentada para obtenção do
Título de Doutor no Curso de Pós-
Graduação em Gerontologia Biomédica
da Pontifícia Universidade Católica do Rio
Grande do Sul.

Orientadora: Prof. Dra. Valdemarina
Bidone de Azevedo Souza

**PORTO ALEGRE
2005**

MARGARITA ANA RUBIN UNICOVSKY

**O VELHO ESSE OUTRO: CONCEPÇÃO DE CORPO E
ENVELHECIMENTO EM UMA INSTITUIÇÃO
ASILAR ISRAELITA**

Tese apresentada para obtenção do
Título de Doutor no Curso de Pós-
Graduação em Gerontologia Biomédica
da Pontifícia Universidade Católica do Rio
Grande do Sul.

Aprovada em de de 2005.

BANCA EXAMINADORA

Prof. Dra. Liana Lautert

Prof. Dra. Maria da Graça Oliveira Crossetti

Prof. Dra. Olga Rosário Eidt

*Dedico esse trabalho aos meus pais:
Isaac e Fanny Rubin,
exemplos de vida e persistência.*

AGRADECIMENTOS

Este trabalho representa mais uma busca de conhecimentos, de crescimento profissional e pessoal. Essa trajetória não a fiz sozinha, contou com a contribuição de muitas pessoas, para que pudesse concretizá-la.

Por isso, gostaria de agradecer a todos aqueles que, de alguma forma, colaboraram para a execução deste trabalho:

À Profa. Dra. Valdemarina Bidone de Azevedo Souza, com quem pude dividir o desafio. Sinto-me privilegiada em compartilhar e usufruir as experiências da Orientadora, quer como pessoa, quer como profissional, que favoreceu o pensamento e a ação criativa, estimulando-me nos momentos de desânimo. Agradeço pelo incentivo contínuo no sentido de possibilitar a perseguição e encontro das aspirações almejadas.

Aos colegas do Departamento de Enfermagem Médico-Cirúrgica da Escola de Enfermagem da UFRGS que incentivaram as minhas idéias.

Às colegas da disciplina Enfermagem no Cuidado ao Adulto I, professoras Adriana Roloff, Elisabeth Gomes da Rocha Thomé, Eneida Rabello, Maria Isabel Gorini, Maria Henriqueta Luce Kruse, Miriam de Abreu Almeida e Valéria Giordani Araújo, pela amizade, estímulo e interesse demonstrados constantemente.

À Profa. Maria da Graça de Oliveira Crossetti, pela leitura cuidadosa e por expor seus pensamentos com disponibilidade e autenticidade, possibilitando

trabalhar a riqueza de suas vivências para a realização deste trabalho.

Às Profas. Dras. Liana Lautert e Maria Henriqueta Luce Kruse, por suas valiosas sugestões com a temática investigada.

À Profa. Valéria Giordani Araújo, por seus questionamentos e reflexões, que me auxiliaram nesta jornada solitária e ampliaram minha perspectiva sobre o tema.

Às amigas que suportaram os meus lamentos, acolhendo-me até que conseguisse passar a fase de produção. Em especial a Anna Maria Hecker Luz, Neiva Berni, Lísia Fenstersafeir, Maria Inês Leal e Maria da Graça Corso da Motta.

À Suzy Kiriya Forte, pelo profissionalismo, competência e colaborações valiosas à investigação.

À Profa. Adriana Rolloff, pelo carinho, interesse e disponibilidade em estar sempre presente.

À Profa. Heloiza Matilde Rabeno, amiga querida, pela dedicação, paciência incansável e eficiência com que realizou o trabalho de correção da redação do texto.

À Franciele Marchioretto, pela disposição permanente em ajudar.

À Aida Rocha Ferreira, pela amizade e colaboração na construção desta investigação.

Às secretárias do Curso de Pós-Graduação em Gerontologia Biomédica da PUCRS, pelo interesse e disponibilidade em todos os momentos.

Aos meus filhos, Marcos e Marcelo, que têm me permitido viver a experiência de ser mãe e que acompanharam atentos a trajetória desse trabalho, perguntando pelo seu término. Devo dedicá-lo a vocês em nome de todos os momentos preciosos roubados do nosso convívio.

Ao David, pela solidariedade em todos os momentos difíceis.

Aos idosos participantes da pesquisa pelo aporte inestimável. Especiais

agradecimentos ao Lar dos Velhos Maurício Seligmann.

À CAPES, pela bolsa-auxílio doutorado.

À todas as pessoas que, direta ou indiretamente, contribuíram para a realização desta pesquisa.

Muito obrigada!

O VELHO NO ESPELHO

*“Por acaso, surpreendo-me no espelho: quem é esse
que me olha, e é tão mais velho que eu?
...Parece meu velho pai que já morreu!
...Nosso olhar – duro – interroga:
“O que fizeste por mim”
Eu, Pai
Tu é que me invadiste
Lentamente ruga a ruga... Que importa
Eu sou ainda
Aquele mesmo menino teimoso de sempre
E os teus planos enfim lá se foram... por terra
Mas sei que vi, um dia – a longa, a inútil guerra
Vi sorrir nesses cansados olhos
Um orgulho triste...”*

Mário Quintana¹

RESUMO

Esta investigação buscou compreender a concepção de corpo e envelhecimento de oito idosos que residem em uma instituição asilar de uma mantenedora israelita, através do desvelamento do fenômeno: o velho esse outro. É um estudo de cunho qualitativo. Na escolha da investigação, encontramos na abordagem qualitativa o respaldo para evidenciarmos o fenômeno em sua totalidade. A metodologia processada foi do tipo fenomenológica. A análise dos dados foi desenvolvida a partir das etapas sugeridas por Giorgi², enriquecidas pelas contribuições de Comiotto³ e Azevedo & Souza⁴. A pesquisa foi realizada no Lar dos Velhos Mauricio Seligmann, instituição asilar privada, de cultura israelita, escolhida pela disponibilidade de acesso e por possuir uma filosofia voltada para a satisfação e para a melhoria de qualidade de vida dos residentes. A coleta de informações empregada foi a entrevista dialógica, semi-estruturada, a partir de perguntas orientadoras, que oportunizaram o desvelamento da concepção de cada um dos participantes na caminhada para atingir a essência do fenômeno. Este processo foi permeado com o referencial teórico que nos possibilitou compreender, aprofundar e avançar no conhecimento das experiências significativas destes idosos, bem como nos auxiliou na compreensão da metodologia, na análise do material, na construção das dimensões e no desvelamento da essência fenomenológica. Na identificação e contextualização das

concepções dos idosos sobre corpo e envelhecimento, emergiram quatro dimensões fenomenológicas: o envelhecimento biológico, o psicológico, o social e o significado do corpo na velhice, com uma essência, o velho esse outro. Os resultados apontaram que o corpo é compreendido como um conjunto de órgãos e funções, e a velhice, como as alterações que nele ocorrem. Diante de tantas mudanças que ocorrem no corpo com o envelhecimento, e que cada vez o afastam mais do corpo idealizado pela sociedade, cujo valor está no corpo jovem, belo e forte, é que nos questionamos quanto ao significado do corpo na velhice. Na busca de significados o corpo se torna signo, se distingue de um fenômeno que diz respeito a uma composição biológica, e passa a referir-se a um conjunto representativo mental ao qual o sujeito referencia a sua realidade de corpo, e é através do caminho hermenêutico que alcançamos a interpretação. O homem já foi espírito e alma em oposição ao corpo, o que reservava espaço privilegiado para a velhice que sabia cultivá-lo; já foi razão, abrindo espaço para a modernidade que ressaltou a inteligência e subtraiu o lugar dos velhos, o corpo já foi máquina, a qual se desgasta com o tempo, sugerindo que seja isto o que acontece com o corpo envelhecido, e agora ele é mais do que nunca aparência que deve ser conquistada a qualquer custo, ao mesmo tempo em que, na era da comunicação, ele é o elemento de ligação, então corpo é uma forma de relacionar-se e aí está o espaço reaberto para o corpo envelhecido, aquele que engendra relações. Por isso o significado de corpo na velhice não está no que ele é, mas no que ele representa, ele exalta a vida e suas inúmeras possibilidades, mas ao mesmo tempo proclama a finitude existencial.

ABSTRACT

This investigation was an attempt to comprehend the conception of body and aging of eight old people who live in an institution of older care supported by Jewish, through understanding the phenomenon: “the older this other”. This is a qualitative study. Choosing the investigation, we found in the qualitative approach the necessary support to evidence the phenomenon in its totality. The processed methodology was that of the phenomenological type. The analysis of the discoveries was developed according to the stages suggested by Giorgi² enriched by the contribution of Comiotto³ and Azevedo e Souza⁴. The survey was done in the Lar dos Velhos Mauricio Seligmann, a private Jewish institution of older care, search by the available access and because it has its philosophy value the satisfaction and the best quality of life of the old people. The gathering of information was made by the dialogued-interview, semi-structured, by questions of orientation that propitiated the expression of each one of the participants in their course to achieve the essence of the phenomenon. This process was permeated by the theoretical referential which allowed us to understand it deeper and advance in the knowledge of the meaningful experience of these old people. It also helped us in the comprehension of the methodology, in the analysis of the material, in building the dimensions and in the disclosure of the phenomenological essence. When relating the concepts that old-

age have about body and aging, emerged four phenomenological dimensions: biologic, psychological, social aging, the signification of body and aging and one essence, "the older this other". The results showed that the Body is conceived as a set of organs and functions and the oldness as the alterations that it suffers. Due to the lot of changes occurring at the body when it is getting old, what more deviates it from the body idealized by the society, in which the value is in a young, beautiful and strong body, it is then when we put into question the meaning of the body in the oldness. Looking for significations the body becomes a sign, distinct from a phenomenon of biological composition and it is now referred to a mental representative set to which the person refers his body reality, and it is through an hermeneutic way that we get the interpretation. Then man has already been spirit and soul in opposition to the body, giving so a privileged space for the oldness that was able to use it; he has already been reason, giving space to the modernity that has privileged the intelligence and threw away the place of the old people; the body has already been machine, which is going down as time goes along, suggesting the name for the old body, and now it is as never before appearance that must be reconquered even hardly, at the same time that, in the era of communication, it is the element of connection, so the body is a way for relationships and here we have an open space for the old body, that one which creates relations. That's why the meaning of the body in the oldness is not what it is but what it represents, it magnifies the life and all its possibilities, but at the same time it announces that the existence is limited.

RESUMEN

Esta investigación buscó comprender la concepción de cuerpo y envejecimiento de ocho viejos que residen en una institución asilar de una mantenedora israelita, a través del desvelamiento del fenómeno: el viejo ese otro. Es un estudio de cuño cualitativo. Al escoger la investigación, encontramos en la abordaje cualitativa el respaldo para evidenciar el fenómeno en su totalidad. La metodología procesada fue del tipo fenomenológica. El análisis de los datos fue desarrollada partir de las etapas sugeridas por Giorgi², enriquecidas por las contribuciones de Comiotto³ y Azevedo e Souza⁴. La pesquisa fue realizada en el Lar de los Viejos Mauricio Seligmann, institución asilar privada, de cultura israelita, escogida por la disponibilidad de acceso y por tener una filosofía que se preocupa con la satisfacción y mejora de la calidad de vida de los residentes. La colecta de informaciones adoptada fue la de entrevistas dialógicas, semiestructuradas, partir de preguntas orientadoras, que oportunizarón el desvelamiento de la concepción de cada uno de los participantes en la caminata para llegar a la esencia del fenómeno. Este proceso fue permeado con el referencial teórico que nos permitió comprender, profundar y avanzar en el conocimiento de las experiencias significativas de estos viejos, así como nos ayudó en la comprensión de la metodología, en el análisis del material, en la construcción de las dimensiones y en el desvelamiento de la esencia

fenomenológica. En la identificación y contextualización de las concepciones de los viejos sobre cuerpo y envejecimiento, emergieron cuatro dimensiones fenomenológicas: el envejecimiento biológico, psicológico, social y el significado de cuerpo y envejecimiento, con una esencia, el viejo ese otro. Los resultados apuntaron que el cuerpo es comprendido como un conjunto de órganos y funciones, y la vejez, como las alteraciones que ocurren en él. Delante de tantas mudanzas que ocurren en el cuerpo con el envejecimiento, y que cada vez, más lo afastan del cuerpo idealizado por la sociedad, cuyo valor reside en el cuerpo joven, bello y fuerte, es que nos cuestionamos quanto al significado del cuerpo en la vejez. En la busca de significados el cuerpo se tornó signo, se distingue de un fenómeno que dize respecto a una composición biológica, y pasa a referirse a un conjunto representativo mental al cual el sujeto referencia su realidad de cuerpo, y es a través del camino hermenéutico que alcanzamos la interpretación. El hombre ya fue espíritu y alma en oposición al cuerpo, lo que reservaba espacio privilegiado para la vejez que sabía cultivarlo; ya fue razón, abriendo espacio para la modernidad que resultó la inteligencia y substrayó el lugar de los viejos, el cuerpo ya fue máquina, el que se desgasta con el tiempo, sugiriendo que sea esto lo que pasa con el cuerpo envejecido, y ahora él es, más que nunca apariencia que debe ser conquistada a cualquier esfuerzo, al mismo tiempo en que, en la era de la comunicación, él es el elemento de ligación, el cuerpo es una forma de relacionarse y allí se encuentra el espacio reabierto para el cuerpo envejecido, aquel que agrupa relaciones. Por eso el significado de cuerpo en la vejez no está en lo que él es, y sí en lo que él representa, él exalta la vida y sus innumerables posibilidades, más al mismo tiempo proclama la finitud existencial.

LISTA DE ILUSTRAÇÕES

	Pág.
Quadro 1 – Expectativa de vida ao nascer no Rio Grande do Sul.....	35
Quadro 2 – Número de população idosa com idade superior a 60 anos no Rio Grande do Sul – 1996	36
Quadro 3 – Representação das dimensões fenomenológicas processadas no material da investigação.....	57
Figura 1 – Síntese do processo para compreensão do fenômeno	58
Figura 2 – Essência da investigação e da concepção de envelhecimento.....	60
Quadro 4 – A idade do homem e as suas relações psicológicas	89
Quadro 5 - Unidades Contextuais, Unidades de Significado e Descrição Sintética em Linguagem Gerontológica	153

SUMÁRIO

	Pág.
1 INTRODUÇÃO	17
1.1 CONTEXTUALIZAÇÃO DA PROBLEMÁTICA	25
1.1.2 Aspectos históricos sobre o envelhecimento.....	35
1.1.3 O idoso, a cultura israelita e o Lar dos Velhos Mauricio Seligmann	38
1.2 INTENÇÕES DO ESTUDO	40
2 A TRANSPARÊNCIA NO DESVELAR DO FENÔMENO	43
2.1 METODOLOGIA.....	44
2.1.1 Caracterização do Estudo	44
2.1.2 Universo e Participantes.....	45
2.1.3 Coleta de Informações	46
2.1.4 Aspectos Éticos.....	47
2.1.5 Análise dos dados e Busca dos Significados	48
3 O FENÔMENO DO ENVELHECIMENTO	61
3.1 O ENVELHECIMENTO COMO FENÔMENO BIOLÓGICO.....	63
3.1.1 Teorias biológicas do envelhecimento.....	71
3.1.1.1 Teorias do primeiro grupo: idéia de envelhecimento programado.....	71
3.1.1.2 Teorias do segundo grupo: baseadas em eventos aleatórios	73
3.2 ENVELHECIMENTO COMO FENÔMENO PSICOLÓGICO	80
3.2.1 Teorias psicológicas do envelhecimento	87
3.2.1.1 Paradigma de mudança ordenada	87
3.2.1.2 Paradigma contextualista	90
3.2.1.3 Paradigma dialético	92
3.3 ENVELHECIMENTO COMO FENÔMENO SOCIAL	94
3.3.1 Teorias sociológicas do envelhecimento	95
3.3.1.1 Teorias de primeira geração.....	95
3.3.1.2 Teorias sociológicas de segunda geração	100
3.3.1.3. Teorias sociológicas de segunda e terceira geração	102
3.3.1.4 Teorias sociológicas de terceira geração	106
3.4 CONTRIBUIÇÃO DAS TEORIAS PARA A COMPREENSÃO DO FENÔMENO DO ENVELHECIMENTO.....	109

4 CONTEXTOS DA VELHICE	113
4.1 O CONTEXTO SOCIOCULTURAL DA VELHICE	114
4.1.1 A condição dos velhos na história cultural da humanidade	115
4.1.2 A condição da velhice na sociedade moderna	121
5 PENSANDO O CORPO E O ENVELHECIMENTO.....	126
5.1 DUALISMO COMO BASE PARA O PENSAMENTO	127
5.2 A IMPORTÂNCIA DA HERANÇA HISTÓRICA DO CORPO.....	134
5.3 DO CORPO PRODUTIVO AO CORPO CONSUMIDOR.....	140
5.4 PARADIGMA DA CORPOREIDADE	143
5.5 CORPO ENVELHECIDO.....	147
6 A CONCEPÇÃO DE ENVELHECIMENTO	151
7 O VELHO ESSE OUTRO.....	162
REFLEXÕES.....	215
REFERÊNCIAS.....	224
ANEXO	233

1 INTRODUÇÃO

Ao falar de velhice, percebemos que aquilo que supúnhamos saber não é suficiente para defini-la, e mais ainda, verificamos que esse saber precário é produto de uma visão parcial engendrada na prática de cada profissional e de preconceitos fortemente enraizados na cultura. Então, de que realmente falamos quando falamos de velhice? E quando falamos do velho? Do velho reivindicador que briga com todo mundo e por tudo, ou do velho passivo que aceita seu destino sem reclamar? Do velho engajado, ativo e divertido, ou do outro deprimido e solitário? Daquele que vive em família ou do que foi depositado em um asilo? Da velha elegante que passeia nos bairros nobres, ou da faxineira que ainda ajuda a criar os netos? Do velho que trabalha ao nosso lado ou daquele que renuncia a luta, a sexualidade ou do que reivindica seu direito ao prazer? Do velho que vemos na fila do banco ou no banco da praça? Da velha “bruxa”? Do velho “sábio”? Do doente? Dos poderosos ou dos marginalizados?

Falamos de todos eles, já que são personagens conhecidos na nossa cultura; falamos igualmente de um velho em particular e da velhice como categoria. Mas fundamentalmente, falamos do velho que temos dentro de cada um de nós, do de nossa família, do que entrou muito cedo na nossa história e do que direciona

nosso olhar para todos os outros. Falando de todas as velhices (dos outros), sempre falamos de uma velhice (a nossa), e de muitos outros velhos que poderemos chegar a ser. Falamos da velhice que desejamos e da que tememos. Cada sujeito tem sua velhice singular, elas são incontáveis.

Não seria verdadeiro acreditar que só o crescimento da população e o aumento da expectativa de vida provocaram o colapso social que levou a decadência dos sistemas previdenciários de todo o mundo nas últimas décadas. A má distribuição dos recursos financeiros e tecnológicos submete uma grande parte da sociedade a níveis de extrema pobreza, que afeta especialmente os setores menos participantes do processo produtivo, como é o caso das crianças e dos idosos.

Há dificuldades em descrever o idoso sem cair em fórmulas estereotipadas. As variações individuais e grupais chamam a atenção para a inconveniência de tentar circunscrevê-lo em um único modelo.

No entanto, alguns aspectos assumem significados específicos nessa faixa etária. Alterações físicas e doenças próprias ou acentuadas pela idade têm feito com que velhice se torne sinônimo de senilidade, imobilidade e dependência. Mas isso não acontece necessariamente com todos os idosos. É uma porcentagem muito pequena que fica tão gravemente doente.⁵ Se fizermos uma avaliação global precoce, podemos muitas vezes tomar medidas para que essas doenças não se desenvolvam tão severa e rapidamente.

As últimas décadas do século XX trouxeram um profundo despertar do interesse pelas pessoas idosas, à medida que seu número cresce na sociedade. Uma atitude mais humana, em relação a todos os membros da sociedade, também afetou os idosos. As melhorias no cuidado de saúde e nas condições de vida em

geral garantem que mais indivíduos tenham a oportunidade de atingir uma idade avançada, além de viverem mais anos produtivos nesse segmento de vida do que os de gerações anteriores.

O envelhecimento está, habitualmente, associado às mudanças físicas, tais como, perda de força, diminuição da coordenação e do domínio do corpo e deterioração da saúde, entre outras, e às mudanças cognitivas evocadas por problemas na memória e aquisição de novos conhecimentos, omitindo as diferenças individuais e a relação com fatores ambientais e sociais. Estas alterações morfológicas e funcionais que ocorrem na velhice são consideradas normais e não constituem doença. Entretanto, a medida em que a idade avança, aumenta a probabilidade de doenças. Sendo este um fato de senso comum, a saúde constitui uma das principais preocupações das pessoas idosas, principalmente porque a doença impõe restrições à autonomia e à independência. Assusta a idéia de ter que depender de outros para as atividades de vida diária, básicas ou instrumentais, como a alimentação, higiene e deslocamentos.

Se há um aumento da probabilidade de doença com o avançar da idade, podemos deduzir que a longevidade traz consigo a preocupação com a qualidade de vida, pois as pessoas que vivem mais não têm asseguradas as condições que lhe garantiriam viver melhor. *“O importante não é dar anos à vida, mas sim vida aos anos”*. Esta frase criada pela Organização Mundial da Saúde enfatiza que o mais importante não é prolongar os anos vividos, mas sim, manter uma boa qualidade de vida.

Para a avaliação da qualidade de vida na velhice,⁶ devem ser considerados indicadores não só de natureza biológica, mas também, psicológica e socioestrutural, que podem ser traduzidos em saúde física e mental, satisfação,

controle cognitivo, competência social, atividade, status social, renda, continuidade de papéis familiares e manutenção de uma rede de amigos. A promoção da boa qualidade de vida na velhice não é, portanto, somente uma responsabilidade individual, mas também um empreendimento sociocultural.

A tendência atual é a de responsabilizar o indivíduo pela sua qualidade de vida na velhice, da mesma forma que é responsabilizado pela sua saúde ou pela sua plasticidade corporal em qualquer idade. Incentivados pela publicidade e por manuais de auto-ajuda os indivíduos passam a exercer constante vigilância sobre o corpo na esperança de conquistar a aparência desejada, e a ver a doença como resultado do abuso corporal. Quanto aos empreendimentos da sociedade na criação de novos espaços para a velhice, desconsideram, na maioria das vezes, as situações de abandono e de dependência que ainda existem, voltando-se para uma nova imagem do idoso, resultante do movimento que se verifica na sociedade contemporânea de revisão dos estereótipos associados ao envelhecimento. A associação de velhice a um processo de perdas e de dependência vem sendo substituída pela compreensão de que se trata de um estágio de vida propício para novas conquistas, guiadas pela busca do prazer e da satisfação pessoal.

Em nosso trabalho profissional acompanhamos, ao longo de 25 anos, as mudanças ocorridas na sociedade, no que diz respeito ao comportamento deste grupo etário. Até então, mitos e preconceitos decorrentes de uma concepção errônea de velhice, pautada tão somente nas perdas e limitações inerentes ao processo de envelhecimento, marcaram uma imagem de idoso, impregnada de inatividade, de superproteção e associada à doença.

Uma nova imagem do idoso o reintegra à sociedade, através da abertura de novos espaços que lhe oportunizam a participação em programas sociais, culturais e

recreativos. Estas atividades são de grande importância para as pessoas idosas, pois é na falta de perspectivas que as pessoas se voltam para o passado, vivendo de suas lembranças e fazendo destas uma defesa ou uma arma, principalmente quando o presente que vivem e o futuro que pressentem as decepcionam.⁷ Equivale a dizer que a falta de ocupação diária é maléfica para o idoso podendo provocar inúmeras alterações e levar ao sedentarismo, tendo como consequência doenças que modificam o comportamento social e pessoal.

Essa imagem associada à atividade e ao prazer faz com que o idoso seja reconhecido pelo seu potencial de consumidor, e o mercado se volta a esse segmento populacional com uma grande variedade de bens e serviços, dos cosméticos produtos farmacêuticos e técnicas de rejuvenescimento ao turismo.

As primeiras iniciativas de programas de atendimento a idosos no Brasil, datam da década de 60, com atividades definidas basicamente como de lazer. Nos anos 80 expandiram-se os programas, diversificando as possibilidades de realização pessoal do idoso. Quando a qualidade de vida, associada à saúde e à atividade física, passa a ser tema de grande relevância, e diante do crescimento da população idosa e da expansão da longevidade, surgem os programas de atividade física para esta faixa etária.

O corpo que até bem pouco tempo era tido como expressão do pecado, pois a educação pautada em preceitos religiosos enfocava a elevação do poder espiritual e mental, hoje é liberado através do movimento de negação dos tabus repressivos. Imagens do corpo são fartamente disseminadas em jornais, revistas, televisão e anúncios, mas são imagens da juventude, saúde e beleza dos corpos, e que se apresentam como ideal a ser alcançado.

Sendo o corpo a forma pela qual nos apresentamos ao outro e à sociedade,

evidencia-se sua dupla capacidade, ou seja, a de ver e ser visto.⁸ Como conseqüência, podemos dizer que as pessoas não querem ficar bonitas para si mesmas, e sim para serem apreciadas pelos outros. Isto porque o corpo humano está presente no mundo e sempre em relação a pessoas, objetos e natureza. Para Maffesoli “a preocupação e o cuidado com o corpo que se observam constantemente (...) podem ser analisados como tantos outros meios de se situar uns em relação aos outros”^{9:15}. A preocupação com a aparência é por ele referida como “mais que uma simples superficialidade sem conseqüências, inscreve-se num vasto jogo simbólico, exprime um modo de tocar-se, de estar em relação com o outro em suma, de fazer sociedade”^{9:161}. Essa ênfase na aparência pode ser vista também com um elemento impulsionador da sociedade de consumo, o que não exclui nem mesmo aos idosos, que a tudo recorrem na esperança de se aproximarem dos padrões convencionados.

Pensar o corpo nesta perspectiva é recolocá-lo na visão dualista corpo e mente, reposicionando-o na escala hierárquica e a ele atribuindo o maior valor. O apelo à imagem nos afasta da compreensão da unidade do ser humano, equivale a pensar o corpo como objeto a ser moldado, como algo fora de si, no mesmo momento em que se inscreve uma nova corporeidade, uma nova maneira de ver o homem. A corporeidade nos permite perceber que o homem é corpo, e que a mente é produto do corpo, “a mente, aquilo que define uma pessoa, requer um corpo, e que um corpo, um corpo humano, naturalmente gera uma mente”^{10:187}. A mente serve ao corpo e por ele é moldada. Entretanto, o que se verifica é a freqüente dissociação com a alusão à mente jovem e corpo velho, que pensamos que possa estar relacionada à questão da imagem de idoso.

A nova imagem de idoso, já não corresponde a do homem aposentado de pijama e a da mulher fazendo crochê em uma cadeira de balanço. Abertos a novas

experiências, os idosos ocupam diferentes espaços na sociedade, desfrutando das inúmeras possibilidades de relacionar-se, de expressar-se, de movimentar-se, de criar e de vibrar. Isso só é possível porque vivemos um corpo, e é essa condição carnal que nos dá acesso ao mundo.

Essa dinâmica que expressa o modo de ser do homem e que só pode ser compreendida no vivido é a corporeidade. Ela nos proporciona a compreensão de que o vivido corresponde a uma unidade complexa, da qual o corpo só emerge pela ajuda da linguagem que o significa.

O significado de corpo pode ser diferente para cada pessoa a partir de experiências pessoais, para cada grupo etário, considerando as experiências comuns e, ainda, para cada sociedade, conforme a época ou o local. Isto porque, a experiência corporal que é própria de cada indivíduo, pode ser investida e moldada pela sociedade em que vive. Temos ainda, de um lado o corpo natural, que é resultado do processo evolutivo e que corresponde a um ciclo biológico, mediante o qual nascemos, desenvolvemos, adoecemos, envelhecemos e morremos, e de outro, o corpo simbólico que resulta das construções sociais, cuja imagem ideal é a de saúde e beleza associada à juventude.

Neste sentido, o objetivo deste trabalho é compreender o fenômeno da corporeidade do idoso, a partir de sua perspectiva de corpo e sua relação com o processo de envelhecimento. Perspectiva esta que se manifesta através de sua forma de ser no mundo, que inclui sua condição pessoal, familiar, social e cultural, e também o como vive a sua corporeidade, identificando suas necessidades, vontades, crenças e valores.

O significado só pode ser apreendido a partir de uma visão do corpo como signo. O corpo como signo se distingue de um fenômeno que diz respeito a uma

composição biológica, fisiológica ou orgânica. Enquanto signo, o corpo não se refere apenas ao corpo presente, mas a um conjunto representativo mental ao qual o comunicante, sujeito de nossa pesquisa, referencia a sua realidade de corpo.

Ao colocarmos o corpo na condição de signo, estamos evidenciando sua presença na linguagem humana como portador de sentido, portanto, passível de interpretação, e então, buscamos o caminho hermenêutico para a sua compreensão.

Sem a pretensão de generalizar os achados, centramos nossa investigação na descrição, análise e interpretação das informações recolhidas durante o processo investigatório, procurando entendê-las de forma contextualizada.

A fundamentação teórica sobre o corpo e o envelhecimento que embasou nosso trabalho compreende o envelhecimento como um fenômeno, analisado sob os aspectos biológicos, psicológicos e sociais, retratando as visões das ciências sobre o idoso e que serão contrastadas com o discurso do próprio idoso; o contexto sociocultural da velhice, que ao evidenciar a condição dos idosos na história cultural da humanidade indica o espaço destinado pela sociedade ao corpo envelhecido; a base dualista sobre a qual se estruturou o pensamento ocidental e que gerou as oposições entre jovem e velho, assim como corpo e espírito; o corpo visto desde a antiguidade até os dias atuais que revela o sentido a ele atribuído em diferentes épocas; o paradigma da corporeidade que se impõe como alternativa para romper com a visão dicotomizada, e por fim uma visão do corpo envelhecido, a partir do que ele representa, a vida, e um novo discurso que resgata sua valorização.

São muitos os termos empregados para referir-se às pessoas na faixa etária que estamos estudando, portanto, gostaríamos de justificar o emprego dos termos idosos, velhos e velhice, que adotamos, sem nenhum preconceito quanto ao que eles podem significar. Idoso por um lado significa que tem bastante idade, por outro,

trata-se apenas de uma convenção oficial para referir-se a um grupo etário. Velho, que na sua essência é um adjetivo atribuído a quem tem muita idade, também tem a conotação carinhosa, familiar, para dirigir-se a alguém. Qualquer que seja a opção pelo termo a ser empregado, cairemos sempre na mesma verdade, a de quem tem muitos anos de vida. A opção se deve a nossa intenção de tratar a realidade que se impõe a um grupo etário, que pode indicar experiências satisfatórias, mas que nem por isso é desejada, sem recorrer a eufemismos na intenção de atenuar a condição existencial.

1.1 CONTEXTUALIZAÇÃO DA PROBLEMÁTICA

As limitações corporais e a consciência da temporalidade são problemáticas fundamentais no processo de envelhecimento, que aparecem de forma reiterada no discurso de idosos, embora possam adquirir diferentes nuances e intensidades dependendo tanto de sua situação social, quanto de sua própria estrutura psíquica. Corpo e tempo se entrecruzam no devir do envelhecimento, e das formas desse entrecruzamento nascerão diferentes maneiras de ser. Mas não podemos deixar de considerar que essa articulação ocorre em um determinado contexto sócio-político-cultural que a influencia e que determina nosso modo de abordagem.

Na nossa sociedade, geralmente as solicitações e exigências profissionais se dão em detrimento do convívio social e da exploração de aptidões. Há uma tendência de o indivíduo se isolar, de perder os contatos significativos, acentuados na maioria das vezes pelo investimento no desenvolvimento de uma vida familiar, ou

pela crescente intolerância em relação aos outros. Alterações de ambiente, no que diz respeito à profissão (com a aposentadoria), à saída de familiares da residência e à morte de elementos próximos, expõem o indivíduo idoso a situações de vida não usuais. Conforme as condições de amparo econômico e/ou de demora em desenvolver novos projetos, essa realidade se apresenta com possibilidades desestruturantes.

Além disso, o indivíduo idoso ainda parece ter uma imagem de si freqüentemente pouco gratificante, imposta pela sociedade que exige corpos jovens, perfeitos e auto-impostos. Muitas vezes, em decorrência da impossibilidade de atingir esse ideal de beleza e juventude, ele passa a se sentir infeliz e a descuidar de sua imagem. E quando tenta acompanhar a atualidade, é rotulado de ridículo, ou até mesmo lhe são atribuídas intenções escusas.

Esteretótipos criados, em relação ao corpo e às atividades exercidas pelo idoso, chamam atenção para a implementação de componentes históricos e sociais. As condições objetivas do idoso quanto à saúde, à moradia, à solidão e ao lazer, juntamente às nítidas diferenças de faixa econômica, profissional e cultural da qual se originou, ou na qual se estabeleceu, refletem a situação de existência social de homens e mulheres. Além disso, em uma estrutura social altamente competitiva, vemos que pouco tempo sobra para pensar no bem-estar global daquele indivíduo. Dessa forma, parece haver uma situação muito desfavorável ao indivíduo que ultrapassa os 60 anos de idade.

No entanto, existem indivíduos idosos que rompem estigmas e vivem essa fase com melhor qualidade de vida. A possibilidade de rompimento desse cenário se dá quando eles estão envolvidos em alguma atividade de enriquecimento pessoal, de convivência social ou de produção. O idoso ativo não só é aquele engajado em

uma atividade remunerada e integrante de um grupo de teatro amador, como também aquele participante de atividades de lazer e de esportes, ou o que cuida do neto, entre outras.

Um aspecto importante é a identificação das bases de sustentação econômica desses sujeitos, à medida que essa informação fornece dados a respeito de como o indivíduo organizou a sua vida e como atualmente lida com a questão da sobrevivência econômica, visto que, o tão discutido envelhecimento da população mundial traz consigo uma série de transformações sociopolíticas e culturais que vêm alterando os conceitos em relação ao envelhecer. O idoso atual tem potencial para ser visto como produtivo, ativo em suas relações sociais, que participa de grupos e que interage na comunidade, buscando seu espaço na sociedade⁵.

Por isso é necessário que se rompa com o estigma inventado na sociedade de que envelhecer é uma nova etapa para o indivíduo em que este irá passar por transformações e por desafios associados a limitações, pois os idosos de hoje já mostram indicativos que se percebem de outra forma.

Em vista desse novo contexto caracterizado pela mudança de país de população jovem para país com percentual crescente de idosos, é preciso haver preparo e planejamento político e/ou social a fim de tratar esse contingente populacional. Assim, visando fazer frente a esse crescimento esperado da população de idosos, já merecem atenção especial a capacitação de recursos humanos em vários níveis, principalmente na área da saúde, e a formação de pessoas com qualificação para cuidar das necessidades específicas dessa faixa etária.

É preciso, pois, lançar um novo olhar ao idoso, garantindo-lhe condições necessárias para viver um envelhecimento de forma mais plena e satisfatória, com

respeito e apoio. Assim, a enfermagem como a arte e a ciência do cuidar necessita estar instrumentalizada para atender as demandas dessa população, cada vez mais crescente em nosso meio¹¹.

Nesse contexto a enfermagem gerontológica, especializada no cuidado do idoso, utiliza em seu processo de cuidar o conhecimento especializado acerca do envelhecimento. O cuidado de enfermagem gerontológica pode se dar nos tratamentos agudos, crônicos ou em setores comunitários da população, sendo que a ênfase deve ser na promoção, manutenção e restauração da saúde.

A enfermagem tem um grande papel na atenção ao idoso nos dias de hoje, pois a mudança do perfil epidemiológico da população decorrente dos avanços tecnológicos e da ciência, mudou não só no Brasil, como no mundo. As doenças que mais acometem o homem na atualidade são as denominadas crônico-degenerativas, o que acarreta alterações no perfil da clientela que recebe assistência à saúde direta ou indiretamente.

A equipe de enfermagem, a família e a comunidade são três elementos fundamentais para a recuperação do idoso e sua reintegração ao meio ambiente. A enfermagem deve atuar como suporte técnico para que o idoso receba assistência integral em toda a sua plenitude.¹²

O termo enfermagem pressupõe uma realidade global. A ajuda dada a um indivíduo durante o curso de sua vida, independente de sua idade e condição, e para o idoso esta realidade é baseada na essência do cuidado.¹³ A enfermeira que trabalha com idosos deve estar apta a determinar os tipos de cuidados que devem ser dispensados aos seus clientes, e isso só pode ser feito, se o profissional entender a velhice como etapa do desenvolvimento humano, e não uma fase de declínio, de deterioração e de doenças.

Uma nova visão do idoso como indivíduo vem sendo formada não só pelos profissionais de enfermagem, bem como pelos dos da saúde. Com o aumento da sobrevida do homem, já se faz presente em nossa sociedade um grande número de idosos formadores de grupos que lutam por seus direitos e espaço.

E, nesse ponto, a enfermeira exerce um importante papel na assistência, orientação, ajuda e capacitação do idoso, no sentido de auxiliar o mesmo a ultrapassar suas dificuldades, a obter responsabilidades, e a ser capaz de gerenciar sua própria saúde e independência.¹⁴

O idoso deve ser incentivado por familiares, amigos e profissionais da saúde a participar de atividades no meio familiar e na comunidade em que vive.¹⁵

Para isso, a enfermagem precisa também direcionar sua atenção a essa parcela da clientela que cresce a cada dia. Com o aumento da longevidade no homem, novos problemas de saúde vêm aparecendo devido à degeneração normal dos órgãos e tecidos. Problemas esses que, até bem pouco tempo atrás, não eram tão comuns e que podem ter um grande impacto social caso não seja discutida e trabalhada de maneira direcionada à solução dos mesmos. Dessa forma, se faz importante que o enfermeiro atue como orientador, educador, cuidador e facilitador no que tange à assistência ao idoso.

Para prestar uma assistência de enfermagem individualizada e qualificada, o profissional de enfermagem deve questionar seus valores e refletir sobre a realidade do idoso em nossos dias.¹⁶

Envelhecimento e longevidade são, atualmente, temas de grande relevância social. Cresce consideravelmente a população idosa em números absolutos e aumenta a média de anos vividos. Tais fenômenos despertam a preocupação com a qualidade de vida, constituindo-se em desafios que nem o governo nem a sociedade

podem ignorar.

O crescimento do número absoluto de pessoas mais velhas é um dos indicadores básicos de que os indivíduos de uma população estão envelhecendo, e com o aumento cada vez maior do número de idosos nas sociedades ocidentais, associado a outros fatores, tais como, a queda dos níveis de fecundidade e mortalidade infantil, começa a ser encarado o envelhecimento demográfico. O envelhecimento populacional, que antes era uma peculiaridade dos países europeus, encontra-se hoje em nações que experimentam diferentes níveis de desenvolvimento e, em especial, o Brasil. O envelhecimento da população brasileira passa a ser notado a partir da década de 60, com o declínio das taxas de fecundidade e mortalidade.

Segundo a Organização Mundial da Saúde,¹⁷ que considera velha a população cujo percentual mínimo de idosos for igual ou superior a 7%, com tendência a crescer rapidamente, a população brasileira pode ser considerada envelhecida, pois de acordo com o Censo Demográfico 2000,¹⁸ os brasileiros com mais de 60 anos correspondem a 8,56% da população. As projeções estatísticas da Organização Mundial da Saúde estimam que no ano de 2025 os idosos representarão 15% da população brasileira, que é a atual proporção de idosos da maioria dos países europeus; em termos absolutos, serão mais de 32 milhões de pessoas com 60 anos ou mais, colocando o Brasil em 6º lugar no ranking entre os países com maior população idosa.¹⁹

Embora o Brasil esteja posicionado entre as primeiras economias do mundo, ainda apresenta indicadores sociais que o situam entre os países em desenvolvimento. As diversidades em seu interior permitem observar “três Brasis” segundo o PNUD/IPEA/1996, ao referir-se ao índice de Desenvolvimento Humano.²⁰

O primeiro é o Brasil desenvolvido, do sul e sudeste, com boa escolaridade e expectativa de vida em torno de 70 anos. O segundo Brasil é uma região emergente, integrada por sete estados: Minas Gerais, Goiás, Mato Grosso, Roraima, Rondônia, Amazonas e Amapá, considerada de médio desenvolvimento, com um PIB per capita acima dos índices médios mundiais, e com esperança de vida ao nascer em torno de 68 anos. E o terceiro Brasil está localizado no nordeste, com as menores taxas de alfabetização, com o menor PIB per capita e com índices de esperança de vida médio que oscilam de 53,7 anos a 65,1 anos, abaixo, portanto, da média brasileira que é de 66,3 anos. O maior índice é o do Rio Grande do Sul com 74,6 anos de esperança de vida.

Para demonstrarmos o crescimento da população idosa no Brasil utilizamos, até então, o critério cronológico, considerando idoso o indivíduo com 60 anos ou mais. Entretanto, dizer que a velhice começa aos 60 ou 65 anos é produto de uma definição social. Cronologicamente, o início da velhice tem uma idade estabelecida pela sociedade em resposta às mudanças evolutivas comuns a maioria das pessoas dos vários grupos etários, considerando os fatores biológicos, históricos e sociais.²¹ Por exemplo, na França, no século XVII, a maior parte dos adultos morria entre os 30 e 40 anos, por causa da dureza do trabalho, da subalimentação e da higiene precária e, neste contexto, os quadragenários já eram considerados velhos.⁷ Para Debert,²² diferentemente de Neri & Freire,²¹ os critérios e normas da idade cronológica são impostos nas sociedades ocidentais, por exigência das leis que determinam direitos e deveres do cidadão, citando como exemplos a maioridade legal e o direito à aposentadoria.

O que há de comum entre as autoras citadas é o conceito de categorias de idade como construção social, ora como resposta a mudanças, ora como imposição

de leis. Identificamos ainda o critério econômico como referência para as categorias de idade, utilizado pela ONU (Organização das Nações Unidas) a fim de delimitar uma idade limite para o início da velhice, compreensível para uma sociedade organizada em função da produção. A ONU, conforme consta na Resolução 39/125 de 1982, dividiu o ciclo de vida em três etapas ou idades, considerando o homem enquanto força de trabalho, que produz e consome os bens produzidos.²³ A primeira idade, caracterizada como idade improdutiva, corresponde a das pessoas que só consomem, é o caso das crianças e adolescentes. Na segunda idade, situam-se as pessoas que produzem e consomem, são os jovens e os adultos, que constituem a População Economicamente Ativa – PEA – de uma sociedade; é a idade ativa. As pessoas que já produziram e consumiram, mas que, pela aposentadoria já não produzem, mas consomem, constituem a terceira idade, que é a idade inativa. Como na maioria dos países do mundo a aposentadoria começa aos 60 anos para as mulheres e 65 anos para os homens, a ONU estabeleceu a idade de 60 anos para os países subdesenvolvidos ou em desenvolvimento e 65 para os desenvolvidos. A distinção na idade referenciada entre os países desenvolvidos e em desenvolvimento se deve ao fato de que a expectativa média de vida é maior nos primeiros, em torno de 77 anos, enquanto que nos segundos ficava em 67 anos.

A idade limite estabelecida pela ONU pode mudar em breve, pois a longevidade está aumentando também nos países subdesenvolvidos, deixando de ser aspecto diferencial para a questão do envelhecimento populacional. Observamos que o IBGE, no Censo Demográfico 2000, ao referir-se ao envelhecimento populacional, considera idoso o indivíduo de 65 anos ou mais. O critério do IBGE é igualmente econômico ao definir que, do ponto de vista demográfico, a População Potencialmente Inativa ou em Idade Inativa compreende as crianças com idades

inferiores a 15 anos e os idosos com 65 anos ou mais. Dos 15 aos 64 anos de idade, as pessoas estariam aptas, em princípio, a exercer alguma atividade produtiva.

O critério da idade cronológica não é suficiente, e nem o mais adequado, para estabelecer o início da velhice ou quando o indivíduo passa a ser considerado velho, pois ninguém envelhece de repente e nem da mesma forma. Algumas pessoas aos 70 anos conservam mais o vigor físico e a capacidade intelectual e outras menos, o que dependerá, entre outros fatores, do ambiente onde vivem, se mais ou menos estimulante, do tipo de profissão exercida e da alimentação. Caetano Veloso declarou em entrevista ao jornal, alguns meses antes de completar 60 anos: “eu ainda não decidi ficar velho”. E nem é possível imaginá-lo como tal, nem físico, nem intelectualmente.

No ano de 1982 foi realizado pela Organização das Nações Unidas (ONU) uma Assembléia Mundial sobre envelhecimento, em Viena, onde foi declarado que o período de 1975 a 2025 será considerado a Era do Envelhecimento, devido ao constante e crescente envelhecimento da população mundial e que idoso seria considerado o indivíduo com 65 anos ou mais em países desenvolvidos e nos demais a partir de 60 anos, devido ao envelhecimento precoce dessa população.²⁴

Estima-se que a população atual de pessoas com idade acima de 60 anos no mundo seja de 610 milhões de pessoas, contra 214 milhões no ano de 1950. Para 2025, projeta-se que contaremos com um bilhão e 100 milhões de idosos. O Brasil ingressa no ano 2000 com a expectativa de 14 milhões e meio de indivíduos com mais de 60 anos.²⁴ Esses dados vêm tendo grande influência sobre a política pública, no sentido de buscar soluções que levem a população a um envelhecimento saudável visto que o idoso constituirá uma parcela significativa da mesma.

No Brasil o processo de envelhecimento populacional não se diferencia

muito em relação aos países desenvolvidos. Nosso país em 1950 ocupava o 16º lugar entre as nações do mundo em relação à população idosa, com um percentual de 7,6%. No ano de 2025 o Brasil ocupará o 6º lugar em contingente populacional de idosos, perdendo somente para a China, Índia, Comunidades Européias, Estados Unidos e Japão.²⁵ No entanto, deve-se atentar para o fato que nem sempre o aumento da população idosa em um país vem acompanhado de melhoria na qualidade de vida, o que pode repercutir de maneira negativa no processo de envelhecimento.

De acordo com o relatório preliminar de pesquisa, o Brasil começou a apresentar um contingente da população idosa a partir da década de 70, e o Rio Grande do Sul dentro deste contexto, devido a suas características históricas, econômicas e culturais é o Estado brasileiro que tem a maior expectativa de vida.²⁶ Os dados a seguir demonstram o crescimento da expectativa de vida no Rio Grande do Sul nos últimos 5 anos.

Ano	1995	2000
Homens	69,84 anos	71,87 anos
Mulheres	74,48 anos	76,30 anos

Quadro 1 – Expectativa de vida ao nascer no Rio Grande do Sul
Fonte: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística, 2000²⁷

De acordo com esses dados, o aumento da expectativa de vida cresceu em média 1,9 anos neste intervalo de 5 anos para os homens; nas mulheres; foi maior.

Faixa etária	60 a 64	65 a 69	70 a 74	75 a 79	Acima de 80	Total
Sexo masculino	140.028	109.797	72.178	44.453	36.436	402.892
Sexo feminino	162.618	136.666	97.411	66.718	67.455	530.868
Total	302.646	246.463	169.589	111.171	103.891	933.760

Quadro 2 – Número de população idosa com idade superior a 60 anos no Rio Grande do Sul – 1996

Fonte: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística – 1996²⁷

Com base nesses dados, devemos atentar que o aumento acentuado de idosos no Brasil e no mundo podem trazer consigo alguns problemas de ordem econômica e social, os quais se agravam pelo despreparo dos órgãos governamentais e da sociedade em lidar com esse assunto.

Não podemos deixar de frisar que esse acréscimo quantitativo de anos deverá ser acompanhado de qualidade de vida, de saúde e de satisfação social para o homem e a mulher. Para tanto, é necessário conhecermos mais particularidades sobre o processo de envelhecimento humano.

1.1.2 Aspectos históricos sobre o envelhecimento

O que é ser velho ou ser jovem? Quando temos dez anos, os de trinta nos parecem velhos. Quando temos trinta os de quarenta ou cinquenta são velhos. Ser velho ou jovem são conceitos relativos, não absolutos. São interpretações construídas histórica e culturalmente que se transformam no tempo, carregadas de valores considerados importantes em cada época.

O conceito de velhice assim como os de infância e adolescência são relativamente novos na história ocidental. O conceito de infância tornou-se universal – aceito pela maior parte dos integrantes de todas as classes da sociedade ocidental – apenas nos últimos 100 anos.²⁸ Aparentemente o conceito de adolescência foi desenvolvido mais tarde e a adolescência é, em larga escala, uma invenção da moderna sociedade industrial.

Conceitos como infância e adolescência²⁹ são comparativamente novos. As crianças, antes da Revolução Industrial, eram vistas como adultos em miniatura, apenas mais frágeis fisicamente. As atividades cotidianas eram desenvolvidas estando todas juntas, sendo que as atividades de sala de aula, por exemplo, quando surgiu a instituição escola, eram realizadas por adultos e crianças que se misturavam na mesma classe. Ensinar de forma graduada para cada faixa etária era uma idéia totalmente estranha à mentalidade medieval ou renascentista. Nessa mesma época de “todos juntos”, a representação, pois, da existência humana não era dividida em faixas etárias.

O conceito de velhice foi inventado na passagem do século XVIII para o XIX surgido sob a influência da teoria científica do “evolucionismo” sendo que dessa forma a existência humana passa a ser representada por faixas etárias bem delineadas.³⁰ Como consequência dessa nova forma de categorizar o ser humano, a psicologia do desenvolvimento se constituiu desde a segunda metade do século XIX para pesquisar as estruturas afetivas e cognitivas dos indivíduos conforme sua faixa etária e determinar com isso suas responsabilidades sociais.

Os governos adquiriram a idéia de que a riqueza maior do Estado não se restringia às existentes em sua natureza física, mas que investindo nas condições sanitárias e biológicas da população, as pessoas gozando de melhor qualidade de

vida produziram mais riquezas. A ordem, então, passa a ser a capacidade de produzir/reproduzir riquezas. As diferentes idades do indivíduo passaram a ter valores diversos de acordo com a possibilidade ou não de produção e reprodução de riqueza. Assim, o indivíduo idoso cuja capacidade produtiva, em algumas áreas, fica diminuída, acaba dentro dessa ordem de coisas sendo marginalizado. Sobre ele são investidos valores negativos. A velhice perdeu seu valor simbólico. Os anciões passam a viver no limbo, à espera da morte.

Nova mudança tem ocorrido nas três últimas décadas em relação ao vértice valorativo com que a velhice é olhada.³¹ Nesse tempo nos países de primeiro mundo, e há apenas poucos anos no Brasil, aconteceram transformações nas relações da sociedade ocidental com a velhice que, diferentemente dos dois últimos séculos, passa a ser objeto de cuidado e atenção. Ela se impõe hoje como problemática singular e desponta no horizonte um início de reconhecimento social. O cinema e a literatura são sinais disso, com suas produções recheadas de heróis e heroínas da terceira idade. O autor tenta responder o porquê dessas transformações e levanta as seguintes hipóteses:

- a) Com o desenvolvimento da medicina, as pessoas vivem mais e, conseqüentemente, aumenta o número de idosos exigindo para a velhice uma preocupação e um interesse social até então inexistentes;
- b) Ao lado do aumento da população idosa, aconteceu uma diminuição relativa da população mais jovem: diminuem os nascimentos. Ocorrem mudanças no modelo familiar ocidental na medida em que as pessoas não se casam mais com a mesma freqüência e, quando casam evitam ou controlam a produção de filhos;¹²
- c) Uma das conseqüências dessa mudança é trazer a velhice para um plano de

destaque dando-lhe “maior visibilidade social”.¹³ Continua seu raciocínio afirmando que, na primeira mudança iniciada há 200 anos, o velho passou a ser considerado inexistente, alguém que existiu no passado à espera do momento de sair de cena; pior ainda, perdeu o reconhecimento de sua subjetividade. Hoje, as mudanças possivelmente trarão para a velhice um “reconhecimento simbólico” referente ao seu lugar social e cultural. Um lugar simbólico é quando a sociedade, o outro, tem expectativas em relação a alguém. A falta de expectativa no desenvolvimento do idoso é uma construção da moderna sociedade ocidental a qual lhe usurpa a possibilidade de um lugar simbólico. Nas sociedades tradicionais, a perda da força física e da capacidade de produzir e reproduzir do idoso eram transformadas em ganhos, pois ele era investido simbolicamente pela cultura como agente fundamental da transmissão de valores e da memória ancestral. Era isso que os idosos na “polis” grega, nos conselhos dos anciãos, representavam.

A sociedade ocidental tem colocado a morte como um limite hediondo e não como algo que possibilite a reivindicação da existência pelo encontro com a finitude.³¹

1.1.3 O idoso, a cultura israelita e o Lar dos Velhos Mauricio Seligmann

A Comunidade Judaica tem uma forma de organização que está vinculada às suas origens pré-imigração: a necessidade de aglutinar suas instituições que

seguem a tradição e os valores religiosos. Após perseguições, foi absolutamente necessário se estruturar.

Assim nasce a escola, o cemitério, o centro de reuniões (que depois se transforma em lazer e prestação de serviços), a Sinagoga e, também, os esforços para manter a qualidade de vida voltada aos familiares e especialmente aos idosos. O idoso representou na história judaica, depois da dispersão nos primeiros anos da era comum, a transmissão de valores, para não permitir que a memória se apagasse e que gerações e gerações vivessem a religião e a tradição judaica. Foi mantida uma interligação, uma união que atravessou países e séculos. Esse culto ao idoso se verifica nas imagens que são propiciadas em que aparece o idoso ligado à Torah ou ao Sidur, o livro de orações; ou ele refletindo, pensando ou ensinando.

Os jantares que são tradicionais na vida judaica, na véspera do Ano Novo Judaico, o Rosh Hashaná, ou após a conclusão dos dez dias entre o Ano Novo e o Dia do Perdão, o Yom Kipur, sempre o idoso está na cabeceira da mesa proferindo as bênçãos, que são tradicionais nessas ocasiões.

Esse respeito ao idoso tinha que se refletir nos cuidados necessários, quando ele perde suas forças, quando ele se sente de alguma maneira fora de seu ambiente, desejoso de conviver com gente de sua idade. São razões que justificam a criação de um local onde ele possa ser atendido. Dessa forma, nasceram, em quase todos os lugares onde existe Comunidade Judaica, os lares de idosos judeus. Em Porto Alegre, nasceu o Lar dos Velhos, com o nome de Sociedade Israelita Riograndense Lar dos Velhos.

A partir daí, foram projetos e tempos de execução, recrutamento da comunidade como um todo, grupos de voluntários, até que as paredes iniciaram a sair do solo, e foram anos de lutas e de sonhos que se converteram numa realidade,

quando ali entraram, em 1966, os primeiros residentes. De lá para cá o Lar dos Velhos só tem feito crescer em área, em número de residentes, de funcionários e de serviços. Tudo foi baseado nos aspectos judaicos, na questão do tratamento do idoso, na extrema vontade da comunidade que assim fosse feito e na filantropia de pessoas que doaram área importante de terra. Os dirigentes buscam cada vez mais aumentar a imagem positiva dessa Instituição que, seguramente, dentro das suas proporções, é das melhores que a Comunidade Judaica mantém na América Latina. Nessa casa asilar, um idoso encontra conforto, segurança, saúde, amizade, dignidade de vida. Este é o Lar dos Velhos de Porto Alegre que tem muito a crescer e ainda tem muito a ouvir, ler, e conviver com as demais instituições e grupos comunitários de apoio aos idosos.

1.2 INTENÇÕES DO ESTUDO

A questão do envelhecimento demográfico, observada inicialmente nos países desenvolvidos no início do século XX, tornou-se realidade e preocupação nos países em desenvolvimento, por sua ocorrência rápida, sem um preparo necessário para se enfrentar a situação do idoso. Mesmo nos países ditos de primeiro mundo, que apresentam privilegiadas condições sócio-econômicas, encontram-se dificuldades para equilibrar o sistema de saúde.

No Brasil,

esta transição demográfica, que se caracteriza por uma acentuada velocidade, nos colocará, dentro de 25 anos, como a 6ª população de idosos no mundo, em números absolutos, isto é, com mais de 32 milhões de indivíduos com 60 anos ou mais, o que representará cerca de 15% de nossa população total.⁷

Desse modo, o crescimento da população de idosos, em nosso país, demanda cuidado urgente, visto que com as doenças comumente evidenciadas nessa faixa etária que, muitas vezes, requerem longos períodos de tratamento e internação, não serão devidamente atendidas, pois a elas se somarão outros problemas ainda não resolvidos, como os das doenças transmissíveis. Com certeza, o quadro na saúde piorará.

Aspectos presentes em projetos de atenção à saúde e de assistência à enfermagem, abordam questões como integridade, atendimento integral, indissolubilidade dos componentes do ser, preocupação com todas as etapas do ciclo vital e do processo de nascer, viver, morrer, incluindo as várias idades do homem, no sentido biopsico e espiritual. Tudo isso confirma a preocupação tanto da real situação da saúde no país, quanto da valorização do idoso na sociedade.

Após vinte e cinco anos de exercício na enfermagem e convivência com idosos, foi possível perceber que o cuidado ao idoso deve ser direcionado às suas necessidades e adaptado às suas condições biopsicossociais. Para que isso aconteça, se faz necessário o conhecimento prévio do processo de envelhecimento e de como o idoso percebe esse processo. É nesse sentido que o enfermeiro tem importante papel na atenção e acompanhamento do indivíduo que envelhece, pois poderá atuar como agente transformador, orientando e auxiliando a pessoa sempre que necessário, durante o processo de envelhecimento.

Diante do exposto, a proposta deste trabalho se refere à investigação sobre o problema de pesquisa: **Como se caracteriza a concepção de corpo e de envelhecimento em idosos que vivem em uma instituição asilar da comunidade israelita?**

A partir desta questão principal, o presente estudo buscou a confirmação da tese: **As concepções de corpo e envelhecimento nos idosos que residem em uma instituição asilar israelita se caracteriza predominantemente pela interdimensionalidade.**

Na busca de resposta ao problema de pesquisa e na confirmação da tese explicitada, teve-se como objetivo geral oferecer subsídios para elaboração de pontos de referência que possam auxiliar na construção de hipóteses para novos estudos e para a reorganização das práticas de cuidado em casas asilares de outros contextos culturais israelitas, desde que investigadas as peculiaridades.

Para tanto, foram tidos como objetivos específicos:

- a) Caracterizar a concepção de corpo e envelhecimento, e
- b) Compreender o fenômeno da corporeidade do idoso, a partir de sua concepção de corpo e sua relação com o processo de envelhecimento.

2 A TRANSPARÊNCIA NO DESVELAR DO FENÔMENO

*El porvenir es tan irrevocable
Como el rígido ayer.
No hay una cosa
Que no sea una letra
Silenciosa
De la eterna escritura
Indescifrable
Cuyo libro es el tiempo.
Quien se aleja
De su casa ya ha vuelto.
Nuestra vida
Es la senda
Futura e recorrida.
El rigor ha tejido su madeja*

*Jorge Luis Borges*³²

Neste capítulo são apresentadas a trajetória metodológica e evidências da aplicação das etapas fenomenológicas propostas por Giorgi², que foram complementadas a partir de Comiotto³ e Azevedo e Souza.⁴

2.1 METODOLOGIA

2.1.1 Caracterização do Estudo

O presente estudo é de abordagem qualitativa.

A abordagem qualitativa permite a compreensão e a interpretação de fenômenos sociais, a partir de uma concepção de homem como sujeito e ator, e enfatiza a centralidade do significado, considerando-o como produto da interação social.²⁴ Este tipo de estudo se preocupa com os processos que permeiam as relações sociais e, ainda, possibilita fazer descobertas, encontrar novos significados, numa perspectiva em que o conhecimento é constantemente construído.²⁵

A posição assumida neste texto é de que a pesquisa qualitativa vai além do interesse em produzir conhecimento e das palavras pronunciadas nas entrevistas, dando poder ou voz ao senso comum. Numa pesquisa dessa natureza, o nível de mensuração, as características do delineamento e a escolha de procedimentos estatísticos não se fazem presentes.²⁶

Entre as perspectivas qualitativas de pesquisa, optou-se pelo método fenomenológico, por seu potencial científico na busca de significados e de dimensões contidas em fenômenos não quantificáveis.

2.1.2 Universo e Participantes

No estudo fenomenológico, o número de participantes é pequeno e escolhido seletivamente, atendendo a garantia da cientificidade pela saturação (quando os dados coletados não apresentam mais novidade) e não apresentando o objetivo de generalização estatística dos resultados.²⁴

Num estudo desta natureza, a generalização possível é a analítica (com base no suporte teórico), o que significa que os resultados encontrados poderão dar origem à construção de hipóteses a serem testadas em novos resultados.

O estudo foi realizado em uma Instituição Asilar Israelita, denominada Lar dos Velhos Mauricio Seligmann, escolhida pela disponibilidade de acesso e por tratar-se de uma instituição interessada em refletir sobre a vida cotidiana dos residentes e melhorar a sua qualidade de vida.

Consideraram-se incluídos os idosos que aceitaram participar da pesquisa e que se apresentaram em condições de responder às perguntas as quais fazem parte do protocolo de pesquisa; foram excluídos os que não apresentaram discurso coerente e memória preservada.

A amostra do estudo é constituída por oito idosos da instituição asilar selecionada, de ambos os sexos, que aceitaram participar do estudo. O critério para escolha dos participantes entrevistados foi o de estar morando no Lar dos Velhos Mauricio Seligmann há pelo menos, um ano e por determinadas situações de vida observadas, as quais continham elementos importantes para o contexto do estudo, tais como manifestações verbais, comportamentais ou gestuais. Uma vez que houve saturação dos dados coletados, critério de garantia de confiabilidade dos resultados, a amostra não foi aumentada.

2.1.3 Coleta de Informações

O início da coleta de informações foi determinado pela pesquisadora, que procurou, em primeiro momento, fazer-se conhecer no Lar dos Velhos Mauricio Seligmann, a fim de estabelecer uma relação de empatia com os participantes, para depois propôr o procedimento. Assim, após ter-se apresentado à Administração e a Enfermeira Chefe, com os quais organizou o plano de trabalho, formalizando o início da pesquisa e, após para os demais profissionais que ali trabalham. A partir daí, esteve no campo de estudo, em horários programados, de modo que isso lhe permitiu inserir-se e familiarizar-se com o ambiente e equipe de profissionais, sempre na busca de construir uma relação harmoniosa.

A pesquisa, com abordagem fenomenológica, pressupõe um envolvimento do pesquisador na realidade vivida pelos participantes do estudo. Assim, na coleta de informações, procura expor, diante dos seus olhos, o fenômeno que está investigando, com vistas a atingir seu alvo, que é chegar aos significados atribuídos pelos participantes à situação vivida. Neste estudo, propusemos utilizar como instrumento de coleta de informações a entrevista, por visualizar nela a possibilidade de adentrar no mundo do fenômeno a ser descoberto.

Elegemos a entrevista semi-estruturada²⁹ porque ela dá liberdade de ação gradual e intencional em direção ao tema que se busca investigar, valorizando a presença do investigador e oferecendo ao entrevistado todas as perspectivas para que ele alcançasse a liberdade e a espontaneidade necessárias, o que enriqueceu a investigação.

A entrevista semi-estruturada é:

[...] aquela que parte de certos questionamentos básicos, apoiados em teorias e hipóteses, que interessam à pesquisa, e que, em seguida, oferecem amplo campo de interrogativas, fruto de novas hipóteses que vão surgindo à medida que se recebem as respostas do informante.^{29:146}

É dessa forma que inicia-se a participação do entrevistado na elaboração do conteúdo da pesquisa desde o foco principal, escolhido pelo investigador. Os questionamentos feitos tinham por objetivo ir ao encontro do que os participantes concebiam sobre o significado do envelhecimento e de corpo, a partir de sua experiência no Lar dos Velhos. As entrevistas foram de caráter individual e ocorreram de modo que o participante pudesse ter a possibilidade de manifestar nas suas descrições aquilo que buscávamos compreender, diante do objetivo do estudo.

Importante dizer que a entrevista semi-estruturada permite ao investigador “jogar” com intervenções espontâneas, inesperadas a fim de conduzir o foco de sua ação. Assim, por várias vezes, foi preciso intervir para esclarecimentos e complementações de informações ao participante.

A duração das entrevistas foi flexível, em média quarenta e cinco minutos, e dependeu das circunstâncias que se apresentaram, principalmente, em relação ao participante, bem como o teor do assunto em questão. Elas foram gravadas, com o consentimento do informante e, após a transcrição, que aconteceu de modo a manter as falas tal como expressadas, foram analisadas, assegurando o anonimato e o sigilo, de maneira que cada participante, neste estudo, recebeu a denominação com numerais.

2.1.4 Aspectos Éticos

A questão da ética em pesquisa tem constituído, atualmente, um tópico

importante de discussão em fóruns realizados por pesquisadores do campo da saúde. Um dos principais pontos abordados, dentro deste tema, versa sobre a pesquisa que se utiliza de indivíduos como sujeitos de investigação científica e em que são necessárias precauções, a fim de assegurar a preservação dos direitos de quem é pesquisado.^{33,34}

Preocupados em não ferir aspectos éticos, ligados à pesquisa em saúde e em atenção às Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisas Envolvendo Seres Humanos, elaboramos um termo de compromisso, denominado de “consentimento informado” (Anexo A), que foi apresentado e proposto aos participantes, envolvidos no estudo, sendo assinado por todos aqueles que dele aceitaram participar.

É importante salientar que, ao início da pesquisa, após autorização da instituição, foram fornecidas à Administração informações acerca de sua realização, dos procedimentos, bem como assegurado o sigilo e o anonimato das informações e o seu conteúdo.

2.1.5 Análise dos dados e Busca dos Significados

A diferença entre as conceituações de Husserl e Heidegger reside no fato da primeira enfatizar o homem como ser consciente e que a consciência é sempre intencional, e a segunda ter como foco principal a existência do homem, o ser-no-mundo, anterior à consciência.³⁵

A melhor maneira de entendermos a fenomenologia é começarmos agora mesmo a sermos um fenomenólogo.³⁶

Nosso viver é um projeto que se experiencia a cada instante de nossas vidas dando significação a acontecimentos. A fenomenologia busca retratar este mundo da vivência. A tarefa da fenomenologia é revelar-nos o que já sabemos para que possamos estar menos confusos sobre nós mesmos. Fosse ela dizer-nos algo que não soubéssemos, não nos estaria dizendo qualquer coisa sobre nós mesmos e, portanto, não seria importante.³⁶

A fenomenologia, ou o estudo dos fenômenos que se manifestam, surgiu através de Husserl, como uma contestação ao método experimental em fins do século XIX e início do século XX. Husserl teve discípulos, bem como ao longo da história vários filósofos e pesquisadores apresentaram seus pensamentos e escreveram obras com diferentes enfoques sobre o que é a fenomenologia. Dentre eles destacaram-se Heidegger, Merleau-Ponty e Giorgi, entre outros.

A fenomenologia de Husserl é uma ciência rigorosa, um método e uma atitude filosófica que inicia com a descrição do vivido. Objetiva descrever os atos intencionais da consciência e dos objetos por ela visados, pois para ele o homem é um ser consciente e a consciência é sempre intencional.³⁷

Ao longo de suas reflexões, podemos observar quatro fases na evolução do pensamento de Husserl. De acordo com Werneck,³⁸ desta forma o filósofo não utiliza a fenomenologia num sentido único. Busca esclarecê-la de várias maneiras, permitindo a sua compreensão e utilização de formas diversas.

Heidegger considera que, anterior a consciência, existe o próprio homem, para ele denominado de “Daisen”. Este caracteriza-se essencialmente por ser-no-mundo, “estar aí”, em constante relação com os objetos, as pessoas e as situações. Neste sentido, o homem “só pode se compreender em sua relação com o mundo, relação na qual cria o mundo, ao mesmo tempo em que é criado por ele”.³⁹

Para Heidegger, antes do raciocínio e da reflexão, encontra-se o modo de existir como totalidade, “Betindlichkeit” que abrange num todo o humor, a compreensão e a linguagem, anterior a qualquer separação entre eu e o mundo.³⁹

Assim, na trajetória apresentada por Heidegger, de “ir às coisas mesmas”, o objeto e o ato encontram-se na dependência um do outro. A fenomenologia significa então observar o que se mostra, tal como se mostra por si mesmo.³⁷

A fenomenologia

é o estudo das essências, e todos os problemas, segundo a mesma, tornam a definir essências: a essência da percepção, a essência da consciência, por exemplo. (...) Ela é também uma filosofia que situa as essências dentro da existência e não acredita que se possa compreender o homem e o mundo senão que a partir de sua facticidade.^{40:7}

A fenomenologia de Merleau-Ponty, de acordo com Paviani⁴¹ busca superar as dicotomias corpo e alma, consciência e mundo, através da descrição dos paradoxos e ambiguidades relevados pelo estudo da percepção e do próprio corpo.

Segundo Merleau-Ponty “a unidade da fenomenologia e seu verdadeiro sentido encontraremos em nós mesmos e não nos textos”.^{40:8}

A fenomenologia preocupa-se em descrever e compreender a experiência da forma como ela é percebida e vivenciada por nós. Para um fenomenólogo “a realidade não reside no evento, mas no fenômeno, isto é, na percepção que a pessoa tem do evento”.⁴²

Sabemos que nós “vemos” as nossas vivências no mundo de tal maneira que elas possuem um significado pessoal para nós. Assim, através da fenomenologia, sempre evidenciaremos percepções diferentes para uma experiência, ou seja, o fenômeno é sempre singular à pessoa.

A fenomenologia fornece contribuição a toda a ciência e não somente à psicologia, na medida em que busca entender, com rigor sistemático, o que

normalmente não é questionado, ou seja, o significado de nossas experiências cotidianas de vida.³⁶

O sentido manifesto da fenomenologia evidencia-se em “um ‘ver’ algo de forma subjetiva, pessoal, o que possibilita interpretar, perceber o que é na consciência do outro, sentir, vivenciar e experimentar”.^{43:39}

Hilgert assinala ser através da postura fenomenológica que “o sentido verdadeiro da experiência, a essência, será revelado”.^{44:102}

A postura que a fenomenologia deve “ver” nos fenômenos psicológicos precisa:

abordar o fenômeno, aquilo que se manifesta por si mesmo, de modo que não o parcializa ou o explica a partir de conceitos prévios, de crenças ou de afirmação sobre o mesmo, enfim de um referencial teórico. Mas ela tem a intenção de abordá-lo diretamente, interrogando-o, tentando descrevê-lo e procurando captar a sua essência. Ela se apresenta como uma postura mantida por aquele que indaga. O inquiridor fenomenológico dirige-se para o fenômeno da experiência, para o dado e procurar ‘ver’ esse fenômeno da forma como ele se mostra na própria experiência.^{45:10}

A concepção de fenomenologia de Giorgi² enfatiza como fundamental na descrição do fenômeno, o mundo vivido pois ele antecede a experiência do mundo científico. O mundo vivido “é tal como vivemos, anteriormente a qualquer reflexão sobre ele como tal”.^{2:130}

a cientificidade do método, a satisfação à idéia de ciência, o retorno às coisas, ao mundo vivido, ao concreto, à unidade do sentido, no sujeito são os fundamentos básicos sobre os quais se alicerça a fenomenologia.^{3:85}

De acordo com as concepções dos autores citados, apresentamos nossa percepção como investigadora, sobre a fenomenologia. A fenomenologia é uma filosofia que pretende desvelar fenômenos de nossa vida como seres-no-mundo em sua totalidade de perceptível. Entendemos “o desvelar” como a compreensão da experiência do mundo vivido pelo homem a partir de suas significações próprias. Este compreender busca alcançar o oculto no evidente, ou seja, a essência do

fenômeno. Para nós, o fenômeno é tudo o que é percebido, seja pelos sentidos ou pela consciência humana. Por sua vez, a percepção é um sentido imanente, próprio da pessoa, a partir de um horizonte sobre o qual nossos atos têm e pressupõem significação. Como seres-no-mundo, vivemos nos construindo, desconstruindo e reconstruindo diariamente, a partir de nossas vivências relacionais e nosso experienciar é vivido de forma única total e integrado com o mundo, o horizonte maior. Uma vez que nunca percebemos a totalidade de coisa alguma, de forma simultânea, o fenômeno desvelado o será a partir de nossas perspectivas próprias.

Percebemos, então, o que a abordagem fenomenológica era o caminho para desvelar o fenômeno em estudo permitindo explorá-lo a partir do vivido, bem como possibilitando o enriquecimento da investigadora, uma vez que “escrever fenomenologicamente é bastante árduo, e toda análise fenomenológica é uma auto-análise em certo sentido. Tal é o preço (e a recompensa) do rigor”.³⁶

Assim, imbuídas de muita coragem, científicidade e rigor, norteamos esta investigação sem, contudo, perdermos de vista a essência do fenômeno e a sensibilidade.

A trajetória desenvolvida até então permitiu-nos uma efetiva interação com a investigação, levando-nos a refletir sobre os propósitos que buscávamos alcançar.

Através da metodologia fenomenológica é que podemos “mostrar, descrever e compreender os motivos presentes nos fenômenos vividos e que se mostram e se expressam de si mesmos na entrevista empática”. E reforça: “ela possibilita liberar o nosso olhar para análise do vivido tal como ele é vivido”.^{46:6}

A finalidade da atitude fenomenológica é “ir ao encontro dos fenômenos em seus próprios termos, e não a comprimi-los no molde das pressuposições”. Assim, o objetivo do método “é ajudar o fenômeno a revelar-se de forma mais completa do

que o faz na experiência usual”.^{36:34}

Considerando a citação de Merleau-Ponty “a fenomenologia só é acessível a um método fenomenológico”,^{45:8} buscamos subsídios na leitura de vários autores como Husserl, Heidegger, Merleau-Ponty e Giorgi para fundamentarmos a escolha de um método.

Decidimos, após reflexão, em utilizar para a análise das informações os passos do método fenomenológico apontados por Giorgi² enriquecidos por Azevedo e Souza.⁴

Esta escolha norteou-se principalmente em Giorgi pelo fato dele salientar, em seus estudos, a necessidade da psicologia

explicar seus fenômenos em termos de como eles se apresentam e como eles são experimentados e não em termos de alguma idéia de como eles devam apresentar-se.^{2:135}

Percorremos as seguintes etapas: o sentido do todo, as unidades de significado, transformações das unidades de significado em linguagem gerontológica e síntese das estruturas de significado como ponto inicial para análise e interpretação dos dados.⁴⁷

Assim, a estes quatro passos acrescentamos as contribuições de Comiotto,³ que propõe uma última etapa: as dimensões fenomenológicas.

O primeiro passo, o **sentido do todo**, considerado preparatório para a análise, propõe várias leituras do texto onde o fenômeno está descrito. Esta leitura permite ao investigador captar o sentido do todo, ou seja, ter uma idéia geral das descrições das vivências que foram relatadas de uma forma mais profunda.

Nesta etapa, faz-se necessário a descrição do fenômeno em estudo. Giorgi⁴⁷ a define como sendo a utilização da linguagem para articular os objetos da experiência, pois toda fenomenologia tem início na descrição e esta afirma o valor da experiência.

A descrição tem por finalidade fazer com que o fenômeno se mostre o mais plenamente possível, de forma a clarificar a experiência vivida, tornando explícitas suas significações.

Para o investigador apreender o todo, a partir da descrição, é fundamental a compreensão da linguagem e a interpretação que se encontra subjacente à leitura. Deve ele, também, manter-se fiel à descrição, pois ela evidencia a experiência vivida pelo sujeito.³

“No aparecimento usual de um acontecimento, suas significações estão presentes em nosso ato de experienciar este aparecimento, mas estão implícitas e obscuras”.^{36:34}

Após a transcrição das entrevistas, realizamos a leitura de cada uma delas várias vezes, buscando perceber o sentido do todo do fenômeno vivenciado pelos idosos e, assim, internalizar esta descrição. Em algumas entrevistas, ouvimos as gravações e ao mesmo tempo procedemos à leitura, para uma melhor apreensão do todo.

Segundo passo é denominado de **unidades de significado**.⁴⁷ Ele permite evidenciar cada unidade de significado que compõe o relato do participante, através da fragmentação do texto. Nesta etapa já se processa a redução fenomenológica. Ela é uma maneira peculiar de “olhar” o fenômeno.

A redução fenomenológica é um instrumento metodológico que “torna as descrições da experiência consistentes conforme nós as vivemos, pois chegamos ao nível do fenômeno, uma região do ser, onde leva-se em conta a experiência do objeto em estudo”.³

Esta abertura consciente e ativa de nós mesmos ao fenômeno enquanto fenômeno, nos permite visualizá-lo com suas próprias significações e estruturas.³⁶

A importância da redução fenomenológica pode ser sentida em Keen:^{36:32} “é um procedimento planejado para nos fazer retornar à experiência conforme ela é experienciada; é uma postura a partir da qual aprendemos a experiência vivida conforme ela é vivenciada”.

Nesta etapa, analisamos individualmente cada entrevista, fragmentando o texto em unidades de significado que emergiam a partir da leitura da descrição do fenômeno. Procuramos observar pontos, vírgulas, pausas, silêncios e o sentido que o participante pretendia evidenciar, para procedermos estes cortes.

A identificação das unidades de significado efetuou-se mediante a enumeração em ordem crescente, ao longo de todo o texto.

Este passo desenvolveu-se de forma intuitiva e possibilitou ao investigador impregnar-se da vivência descrita e captar a essência que o participante expressava sobre o fenômeno. Isto se deve ao fato de, por vezes, terem sido necessárias várias leituras de uma mesma folha do texto para fragmentá-lo.

O terceiro passo, **a transformação das unidades de significado em linguagem gerontológica**, consiste em transpor a descrição para uma linguagem gerontológica, observando-se como critério a permanência do sentido dado pelo participante.

A “transformação permite a redução da extensão da descrição da estrutura revelada através do sentido geral das unidades de sentido transformadas”.^{40:106}

A transposição das unidades de significado através de uma linguagem específica “vincula-se à construção do objeto de estudo devendo, portanto estar imbricada no foco central que nos propomos pesquisar”.^{3:92} Esta transformação, em linguagem gerontológica “é sempre interpretativa e representativa do fenômeno explicitado pelo sujeito”.

As unidades de significado foram transpostas para uma linguagem gerontológica, de acordo com o âmbito evidenciado pelo participante.

A síntese das estruturas de significado é o quarto e último passo.⁴⁷ Ele objetiva sintetizar todas as unidades de significado em uma afirmação consistente, na essência do fenômeno intuído, de acordo com a experiência do participante.

Nesta etapa ocorre a transformação das “unidades de significado em unidades estruturais de modo mais geral do que as do sujeito em estudo, de tal modo que, respeitando sua experiência, possa transmitir o fenômeno como objeto de análise”.^{3:93}

Este passo foi realizado em cada uma das entrevistas, procurando respeitar, com fidelidade, a experiência do participante e transmitir, desta forma, o fenômeno em estudo. Para enriquecimento de seu conteúdo, as sínteses foram acrescidas de colocações dos entrevistados ao serem elaboradas.

Além deste quarto passo, Comiotto propõe **as dimensões fenomenológicas**.³ Estas dimensões são criadas a partir da descrição do fenômeno realizado pelos participantes e tendo em vista as questões norteadoras do estudo.

As dimensões fenomenológicas englobam as vivências mais consistentes dos sujeitos, a fim de processar uma maior compreensão das reduções realizadas, portanto se fará uma redução da própria redução.³

Desenvolvemos este último passo com cada uma das descrições dos participantes do estudo.

É importante destacar que as dimensões fenomenológicas emergiram após análise e leitura das sínteses e tendo como guia as questões norteadoras, tornando-se assim as dimensões mais significativas.

Elaboramos o quadro que segue (Quadro 3) com as dimensões

fenomenológicas criadas para processar com cada participante. Esta etapa desenvolveu-se de forma bastante intuitiva, considerando o fenômeno em estudo.

Os quadros, contendo as dimensões fenomenológicas (essência) processadas com cada uma das descrições dos participantes, encontram-se apresentadas a seguir.

Entrevista _____
 Nome suposto: _____
 Idade: _____ Sexo: _____

Envelhecimento biológico	Envelhecimento psicológico	Envelhecimento social	O significado do corpo na velhice

Quadro 3 – Representação das dimensões fenomenológicas processadas no material da investigação

Fonte: O autor (2005)

Neste momento do trabalho, julgamos fundamental relatar que todo este processo de análise e interpretação foi permeado por um ir, vir, construir, destruir e reconstruir, objetivando alcançarmos uma compreensão mais aprofundada do fenômeno em estudo e, assim, evidenciarmos a essência mais significativa.

Este processo pode ser sintetizado na figura 1 que segue.

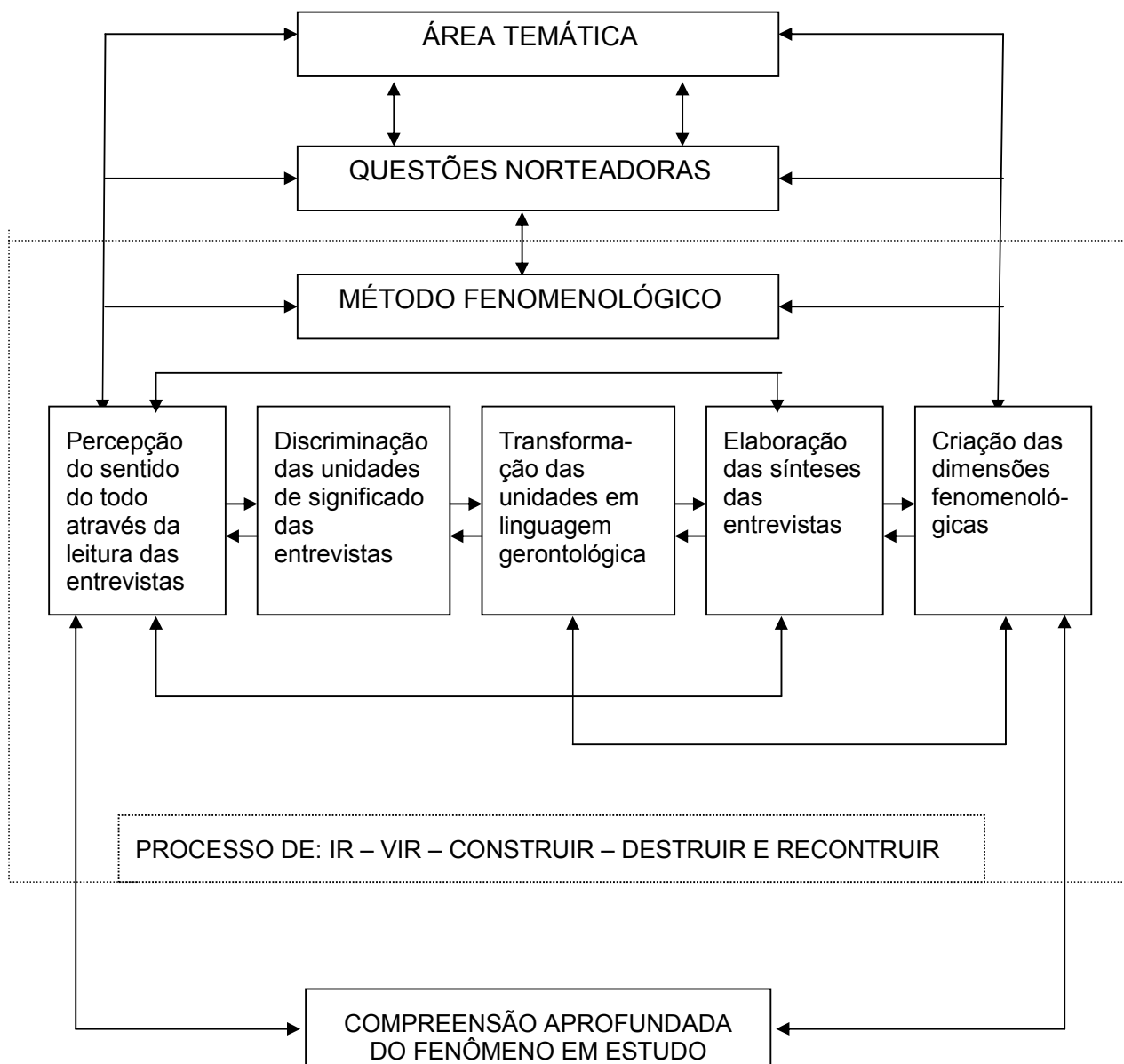


Figura 1 – Síntese do processo para compreensão do fenômeno
 Fonte: O autor (2005)

A caminhada, nesta investigação, buscando compreender o fenômeno – concepção de corpo e envelhecimento manifestados pelos idosos em uma instituição asilar, encontrava-se neste momento descrita, analisada, interpretada e fundamentalmente perceptível ao investigador.

Buscamos neste estudo clarificar a essência que emergiu a partir das

dimensões fenomenológicas, elaboradas após leitura das sínteses de cada participante.

A essência, abarcando idéias consistentes, abrangentes e emergentes do estudo, permitiu – nos desvelar um caminhar mais significativo que compõe a trajetória vivida por cada participante.

A revelação do sentido verdadeiro da experiência, a essência, é o que buscamos atingir com a postura fenomenológica.⁴⁴

As essências são um todo consistente, mas ao mesmo tempo fazem parte de um todo maior, o fenômeno. Elas nos permitem transcender e compreender o mesmo.

Na presente investigação, a essência engloba dimensões intimamente relacionadas. Entretanto, para sua compreensão necessitamos destacá-la e reconhecê-la de forma mais significativa nas descrições. Isto implicou em uma reflexão teórica, para aprofundarmos a compreensão do fenômeno em foco.

Marques denomina esta volta ao corpo teórico de re-teorização e coloca que, no mínimo, ela “muda a visão do pesquisador quanto ao fenômeno em estudo, e isto já é por si, um modo, ainda que modesto, de fazer avançar o conhecimento”.^{48:70}

A partir destas colocações, apresentamos no próximo capítulo a essência significativa que emergiu em nossa investigação e suas respectivas dimensões fenomenológicas (Figura 2).

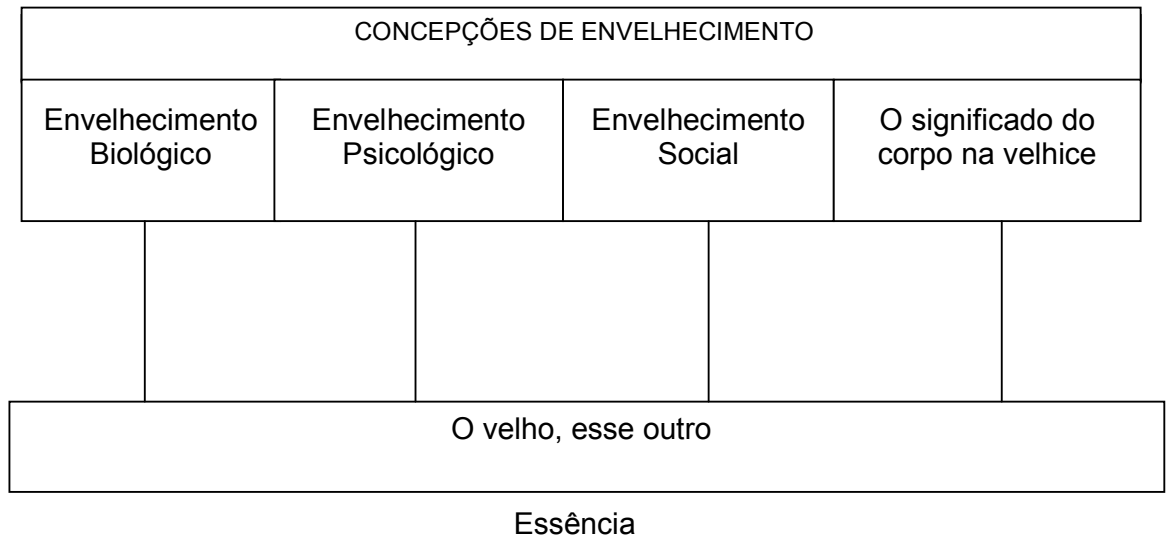


Figura 2 – Essência da investigação e da concepção de envelhecimento
Fonte: O autor (2005)

3 O FENÔMENO DO ENVELHECIMENTO

*Sinto que o tempo sobre mim abate sua mão pesada.
Rugas, dentes, calva...
uma aceitação maior de tudo, e
o medo de novas descobertas.
Escreverei sonetos de madureza?
Darei aos outros a ilusão de calma?
Serei sempre louco? Sempre mentiroso?
Acreditarei em mitos? Zombarei do mundo?
Há muito tempo suspeitei o velho em mim.
Ainda criança já me atormentava.
Hoje estou só. Nenhum menino salta
de minha vida, para restaurá-la.
Mas se eu pudesse recomeçar o dia!
Usar de novo minha adoração.
Meu grito, minha fome... Vejo tudo
Impossível e nítido, no espaço.
Que confusão de coisas no crepúsculo!
Que riqueza! Sem préstimos, é verdade.
Bom seria captá-las e compô-las num todo sábio,
posto que sensível: uma ordem, uma luz, uma alegria
baixando sobre o peito despojado.
E já não era o furor dos vinte anos
nem a renúncia às coisas que elegera,
mas a penetração no lenho dócil,
um mergulho na piscina, sem esforço,
um achado sem dor, uma fusão,
tal uma inteligência do universo.
Comprada em sal, em rugas, em cabelo.*

Carlos Drummond de Andrade⁴⁹

Envelhecer, como sabemos, é uma ação que implica em tudo o que sobrevive ao tempo, objetos, animais e seres humanos. Todos sofrem um processo de deterioração, que varia de acordo com a sua natureza, os objetos, por exemplo, estão sujeitos a danos causados pela ferrugem ou oxidação. Entretanto, em seus processos de degradação, os seres inorgânicos não são afetados por fatores intrínsecos e organizados de mudança, como o são os organismos vivos. Por isso, na perspectiva teórica contemporânea de curso de vida, o envelhecimento é uma propriedade exclusiva dos organismos vivos.

Para os seres humanos, o envelhecimento compreende processos de transformação do organismo que ocorrem após a maturação sexual. Iniciando-se em diferentes épocas para as diversas partes e funções do organismo, e ocorrendo em ritmo e velocidade diferentes para o mesmo ou diferentes indivíduos, esses processos implicam na diminuição gradual da probabilidade de sobrevivência. Esta é acompanhada por alterações regulares na aparência, no comportamento, na experiência e nos papéis sociais.⁵⁰

O envelhecimento é, portanto, um processo inerente a todo o ser vivo, mas que, em se tratando do homem, assume dimensões que ultrapassam o “simples” ciclo biológico, nascer, crescer e morrer, pois tem também conseqüências psicológicas e sociais. Portanto, a velhice deve ser compreendida pela mútua dependência entre esses aspectos.

O envelhecimento se apresenta como uma espécie de relógio biológico, como diz Moacyr Scliar, do qual sabemos pouca coisa:

Dois fatos, contudo, se impõem, até o presente momento: 1) com o tempo, este relógio funciona com dificuldade cada vez maior e 2) um dia ele vai parar. Não são boas notícias, e não é de admirar que as pessoas acreditem em anúncios que prometem deter ou mesmo reverter o processo de envelhecimento.^{51:2}

Se o envelhecimento é um processo, o que o caracterizaria como fenômeno? Para nós o envelhecimento é um fenômeno por tratar-se de modificações comuns a um grupo de pessoas, de ordem biológica, psicológica e social e também por caracterizar-se como um fato, objeto de estudo, que se manifesta no tempo e no espaço, cujo interesse em intervir nesse processo, representados pela fonte da juventude e a busca da imortalidade, sempre esteve presente em toda a história da humanidade.

Mas se quisermos realmente compreender o envelhecimento e nele intervir, não basta a descrição de maneira analítica de seus diversos aspectos. A velhice deve ser apreendida a partir da circularidade do movimento entre os fatores biológicos, psicológicos e sociais, e também do reconhecimento de que tudo isso ocorre de maneira diferente para cada indivíduo. As manifestações somáticas da velhice, as mudanças de papéis sociais e as falhas de memória, que caracterizam o envelhecimento podem ocorrer de diferentes formas, prazos e intensidades para cada indivíduo, por isso dizemos tratar-se de um processo heterogêneo e complexo.

Para uma melhor compreensão abordaremos inicialmente o envelhecimento enfocando cada um de seus aspectos, quais sejam, biológicos, sociais e culturais, entretanto, como poderemos verificar, eles não ocorrem de forma isolada, havendo uma relação intrínseca entre estes fatores.

3.1 O ENVELHECIMENTO COMO FENÔMENO BIOLÓGICO

Biologicamente, é difícil definir o início da velhice, assim como o é psicológica ou socialmente, por isso há divergências entre os biogerontologistas. De

acordo com as teorias existentes, para uns, o processo de envelhecimento pode ser desde a concepção, e para outros, a partir da maturação sexual.

Um olhar atento à história da humanidade poderá indicar-nos que a velhice, como fenômeno biológico, sempre esteve associada ao declínio, e que, embora a Gerontologia seja uma preocupação acadêmica recente, o envelhecimento sempre despertou o interesse, conforme podemos verificar através de testemunhos históricos. Provavelmente, o controle do processo de envelhecimento vem sendo buscado desde que os seres humanos constataram que o envelhecimento reduzia o vigor e anunciava a aproximação da morte. E essa busca constante deu origem a muitas teorias.

As lendas e mitos também são referências para a compreensão do tema, pois constituem as primeiras reflexões humanas sobre o envelhecimento e o prolongamento da vida, revelando-nos o pensamento de uma determinada época.

Um épico da Babilônia, entalhado em 12 tábuas de argila por volta de 650 a.C., descreve a obsessão de Gilgamesh pela imortalidade. Gilgamesh, um governante do sul da Mesopotâmia que viveu por volta do ano 3.000 a.C., consulta um sábio que lhe diz que, para vencer a morte, ele precisa antes conquistar o sono, mantendo-se acordado durante sete dias e sete noites. Gilgamesh tenta e não consegue. Nem mesmo Gilgamesh, um semideus, consegue vencer o sono, e menos ainda o envelhecimento e a morte.^{52:253-4}

Há também a lenda grega de Titônio, que data mais ou menos da mesma época que o épico de Gilgamesh, contada por Afrodite, a deusa do amor.

Titônio, um troiano, ama Eos, a deusa do amanhecer. Eos pede a Zeus que tome Titônio imortal, mas infelizmente esquece de pedir também que Titônio mantenha a juventude. Os amantes vivem felizes durante algum tempo, mas o terrível erro de Eos logo fica aparente. Titônio vai ficando cada vez mais velho e mais frágil, até que não consegue mais se movimentar. E trancado em um quarto, onde envelhece eternamente.^{52:254}

O tempo de vida dos patriarcas referidos no Gênesis^a é muito superior ao que compreendemos como longevidade, comporta os 365 anos de Enoque e os 969

^a Primeiro livro da Bíblia. É o livro das origens; origem do universo e do homem, origem do pecado, da cultura, de raças e povos, origem das línguas e do povo de Deus, através de seus patriarcas.⁵³

anos de Matusalém. Dentre os patriarcas consta ainda Noé que teria vivido 950 anos, Isaac, 180; Abraão, 175 e Jacó, 140. Não se sabe se essas idades são metáforas para a longevidade, como diz Hayflick,⁵² ou se devem ao amplo uso do calendário lunar nos tempos bíblicos, pois no próprio Gênesis há referência ao limite do tempo de vida humana estabelecido por Deus, que é de 120 anos. Há ainda outras possíveis explicações para a extraordinária longevidade na genealogia dos patriarcas bíblicos, primeiro, porque os números freqüentemente têm valor simbólico, qualitativo, e não quantitativo, matemático; segundo, os copistas do texto sagrado podem ter se enganado ao transcrever números, e ainda, no caso dos patriarcas, a longevidade exprime enfaticamente a alta venerabilidade que competia a esses homens, ou seja, longa vida seria um prêmio conferido por Deus a homens com extraordinárias virtudes. “O declínio da longevidade à medida que passa o tempo, desde Adão até Abraão, é sinal de que a corrupção, o pecado, vão exercendo cada vez mais os seus efeitos no gênero humano”.

Um dos temas mais recorrentes nos mitos e lendas sobre a reversão do processo de envelhecimento é a existência de uma substância, normalmente a água, com propriedades rejuvenescedoras.⁵² A referência mais antiga ao rejuvenescimento através de uma fonte da juventude pode ser encontrada em escritos hindus que datam de aproximadamente 700 a.C. e também aparecem referências no Antigo e Novo Testamentos, no Corão e nos escritos gregos e romanos.

Nos manuscritos gregos e romanos, constava que Hera, esposa de Zeus, banhava-se todos os anos numa nascente para renovar sua virgindade. Um rei da Etiópia acreditava que essa mesma fonte era uma lagoa, cujo banho prolongava a vida das pessoas.^{54:41}

Dentre os testemunhos históricos, encontram-se escritos sobre o envelhecimento que, como poderemos verificar, suas idéias estão presentes até hoje

em muitas das crenças sobre o envelhecimento, inclusive embasando teorias modernas.

O papiro de Edwin Smith, do Egito, 1600 a.C., além de descrições clínicas, apresentava “O livro para a transformação de um homem velho em um jovem de 20 anos”,^{55:14} onde constava a prescrição e a formulação de um unguento especial feito a partir de uma pasta, mantida em um recipiente de pedras semipreciosas e usado em fricção para a eliminação de rugas e manchas.

Há também o papyrus de Ebers, Egito, 1550 a.C., que é referido como um dos primeiros documentos a tentar explicar as manifestações do envelhecimento, considerado como conseqüência da debilidade do coração, teoria que foi, posteriormente, assumida pelos gregos. Inclui, além de rituais mágicos e invocações aos deuses, cuidadosas descrições de casos clínicos de um grande número de doenças e sintomas relacionados à velhice, incluindo angina de peito, palpitações, fraqueza, alterações auditivas e oculares e obstrução urinária.⁵⁵

Na história grega, do século V a.C., já havia uma teoria predominante do envelhecimento, referia-se ao calor intrínseco, um dos elementos essenciais relacionados à vida.⁵⁵ Assim, cada pessoa possuía uma quantidade limitada de matéria, inclusive calor, para ser usada durante toda a vida, e a reserva total de calor intrínseco diminuiria até a morte.

Nessa época, o envelhecimento foi tema de estudo para Hipócrates e Aristóteles, conforme as referências que encontramos no artigo de Leme.

A medicina, que entre os povos antigos se confundia com magia, na Grécia, tomou-se uma ciência com Hipócrates (século V a.C.), edificada pela experiência e raciocínio.⁷ Ele retomou a teoria pitagórica dos quatro humores: sangue, fleuma, bile amarela e bile negra, na qual a doença resulta de uma ruptura do equilíbrio entre

eles, e a velhice também. É Hipócrates o primeiro a comparar as etapas da vida humana às quatro estações da natureza, correspondendo à velhice o inverno.⁵⁵ Ele registrou um grande número de observações sobre alterações peculiares aos idosos incluindo catarata, hipoacusia, AVC e doenças renais entre outras, percebendo que as doenças crônicas que acompanhavam o envelhecimento não se curavam. Sugeriu moderação em todas as atividades e desaconselhava aos idosos suspender suas ocupações habituais.

Aristóteles (Grécia, século IV a.C.), um século mais tarde, formulou sua teoria do envelhecimento, e expôs nos livros “Sobre a juventude e a velhice”, “Sobre a vida e a morte” e “Sobre a respiração”. Segundo sua teoria:

a alma é combinada, ao nascer, ao calor intrínseco e dele depende para se manter unida ao corpo. A vida consistiria na manutenção desse calor e de sua relação com a alma que se localizaria no coração. Para continuar aquecido, o calor intrínseco exige combustível. À medida que este combustível vai sendo consumido, o calor intrínseco diminuiria sobrevivendo o envelhecimento. Toda a chama débil pode ser extinta com mais facilidade que uma chama vigorosa (juventude), mas, deixada por si, esta chama poderia perdurar até o total consumo do combustível.^{55:17}

Os escritos de Aristóteles sobre o envelhecimento e a morte consideravam que o destino dos seres humanos era predeterminado e imutável, exaltando a perfeição da natureza que fazia com que os dentes caíssem exatamente à aproximação da morte, quando eles não seriam mais necessários.⁵²

Depois de Cristo, a obra mais importante na teorização sobre o envelhecimento é a de Galeno, médico romano, nascido na Grécia (129-200 d.C.), uma das figuras médicas mais importantes do Império Romano juntamente com Celsus. Para Galeno, velhice não era um estado patológico, mas sim, intermediária entre a doença e a saúde, porque as funções fisiológicas do velho ficam reduzidas ou enfraquecidas.⁷ Para explicar o fenômeno conciliou a teoria dos humores e a teoria do calor interior, pressupondo que o calor interior se extinguia quando o corpo se

desidratava e os humores se evaporavam. Na sua concepção os tecidos eram produzidos com a ajuda do calor (elemento secante). Quando os tecidos atingiam seu crescimento máximo as partes se tomavam fortes e atingiam sua força máxima. Como o calor procedia para secar os tecidos ainda existentes, a vitalidade e o desempenho tornavam-se reduzidos. Em seu livro *Gerontomica*, Galeno adverte: “o idoso deve ser aquecido e umedecido. Deve-se tomar banhos quentes, fazer dietas especiais, tomar vinho e permanecer ativo”.^{55:18} O autor observa que os modernos geriatras repetem os conselhos de Galeno quando falam da necessidade de cuidar da prevenção da hipotermia entre os idosos e da importância da hidratação. E ainda podemos acrescentar que, atualmente, está em voga a recomendação do vinho por alguns geriatras, como também tem sido tema de pesquisa em populações longevas como no município de Veranópolis, no Rio Grande do Sul, onde o consumo de vinho é habitual.

Na Idade Média, período que compreende os anos de 500 a 1500 d.C., mais ou menos, há novas obras sobre o envelhecimento, conforme um apanhado realizado por Leme.⁵⁵ Mesmo com o surgimento das Universidades nessa época não há avanços em teorias, há grande influência das concepções de Galeno, e o interesse acadêmico centrou-se em medidas higiênicas para a manutenção de boa saúde até uma idade avançada.

Das importantes obras referidas por Leme⁵⁵ destacamos o livro *Da conservação da juventude e da proteção da velhice* escrito em 1290 por Arnold de Villanova, da Escola Médica de Montpellier, doutor em teologia, leis e filosofia, diplomata, médico e químico que imaginou atingir o elixir da longa vida. Seu livro, “embora contenha uma crítica a Galeno, concorda essencialmente com o conceito galênico de que o envelhecimento se devesse ao aumento dos humores secos e frios, podendo ser contrabalançado pela utilização de humores úmidos”.^{55:20}

Outro autor que defendia os conceitos galênicos sobre a relação do envelhecimento com o calor intrínseco foi Roger Bacon (1212-1294), frade franciscano. Acrescentou “conceitos próprios sobre situações que intensificariam a perda deste calor, como infecções, desordem na organização de nossas vidas e ignorância sobre hábitos de higiene”,^{55:20} recomendando aos idosos repouso e exercícios moderados, bons hábitos de higiene e controle dietético.

No Renascimento já pode ser verificado um progressivo aumento na expectativa de vida e, com isto, maior interesse com relação ao envelhecimento. O primeiro livro impresso destinado exclusivamente à Geriatria foi escrito por Gabriele Zerbi (1468-1505), anatomista, professor e clínico.⁵⁵ Sob o título de *Gerontocomia*, contém um manual de higiene para idosos, define que o idoso tem uma compleição especial, primeiro fria e seca e, posteriormente, quente e úmida, o que lhe predispõe a mais de 300 doenças, orienta quanto aos melhores lugares para casas de idosos e apresenta uma adequada prescrição dietética. É interessante o destaque dado por Leme à obra de Zerbi que dispôs sobre as virtudes necessárias aos que quisessem se dedicar à atenção dos idosos:

os *gerontocomus* deveriam ser: ‘Humanos, conhecedores da Medicina, moralizados, experientes, frugais, religiosos, limpos, moderados no comer, de boa aparência, sem odores ou perspiração excessiva.’ Estas características seriam necessárias nos profissionais para que estes, por sua própria vida, pudessem servir de exemplo de conduta para os pacientes idosos.^{55:21}

Luigi Cornaro (1467-1566), veneziano nobre e especialista em leis, escreveu aos 88 anos “Tratado sobre saúde e vida longa” e sobre os meios seguros para consegui-las, um manual de higiene que se tornou extremamente popular, principalmente pelo fato de ter, ele mesmo, vivido até os 99 anos. Na verdade este autor, por volta dos 40 anos, percebeu que problemas importantes de saúde que apresentava eram devido a seu intemperado estilo de vida. Restringiu-se, a partir de

então, a 350 gramas de alimentos sólidos e 500 gramas de líquidos por dia, com o que refere “ter recuperado sua saúde e paz de espírito, evitando, ao mesmo tempo, os estresses físicos e emocionais”.^{55:21}

Na busca do controle sobre o processo de envelhecimento, o filósofo René Descartes escreveu, no século XVII, sobre a possibilidade de a ciência encontrar a cura do envelhecimento, uma meta que seria desejável, e em um esforço de aumentar sua própria longevidade adotou o estilo de vida apregoado por Luigi Cornaro, cujo método baseava-se em um estilo de vida, constando de temperança, abstinência e ordem.⁵²

Um discípulo de Descartes, o filósofo inglês Francis Bacon (1561-1626), considerava a extensão da longevidade humana como a mais nobre das metas da medicina e publicou suas idéias sobre a base científica para o prolongamento da vida no livro intitulado “A História Natural da Vida e da Morte e a Prolongação da Vida”. Neste livro, diz Leme, Bacon contradiz muitas das antigas teorias sobre o envelhecimento e a morte natural, retomando idéias de Galeno sobre o espírito (pneuma). Segundo ele, um espírito jovem em um corpo velho faria regredir a evolução da natureza. Para prolongar a vida recomendava uma dieta apropriada, exercício, certas ervas, massagens e banhos especiais.

O estudo do envelhecimento aprofundou-se a partir do século XX, mediante a compreensão dos biólogos e demais cientistas de que, para mudar o curso de um fenômeno é preciso conhecê-lo. Portanto, é preciso conhecer o fenômeno do envelhecimento. O aprofundado estudo do envelhecimento deu origem a muitas teorias, e suas raízes encontram-se nas antigas idéias acima apresentadas como poderemos verificar.

3.1.1 Teorias biológicas do envelhecimento

Para apresentarmos algumas das mais importantes teorias biológicas do envelhecimento humano utilizamos Hayflick por ser o autor que reúne a maioria das teorias por outros citadas. As teorias do envelhecimento podem ser divididas em dois grandes grupos: o primeiro grupo concentra as teorias que presumem um plano mestre já existente, que dá a idéia de envelhecimento programado, e no segundo grupo estão reunidas as teorias baseadas em eventos aleatórios, cujo envelhecimento seria accidental.⁵²

3.1.1.1 Teorias do primeiro grupo: idéia de envelhecimento programado

As principais teorias do primeiro grupo, que defendem a hipótese do envelhecimento programado, traduzem a idéia de um relógio baseado em uma série de eventos químicos ou mudanças físicas em moléculas específicas.⁵² São as teorias de que as mudanças associadas à idade são determinadas por mudanças nos genes da “morte” ou por hormônios secretados em um determinado momento pelo hipotálamo ou glândula pituitária no cérebro. Essas teorias incluem a idéia de que envelhecemos de acordo com um projeto, assim, as mudanças associadas à idade, da concepção à morte estão programadas em nossas células, dando origem ao pensamento de que começamos a envelhecer desde o momento da concepção. Uma interpretação moderna desse grupo de teorias é a que defende que o DNA de cada uma de nossas células fornece o mapa para o que acontece não só a partir da

fertilização do óvulo até a maturação sexual, mas também do início da idade adulta durante todo o processo de envelhecimento.

A teoria da substância vital pressupõe que os organismos começam sua vida com uma quantidade limitada de alguma substância vital, que perdem ao longo da vida. Antigamente acreditavam que essa substância vital era um ou mais “humores” vitais, considerados responsáveis pelo controle de toda a biologia humana. Uma variação moderna do argumento da substância vital propõe que nós nascemos com uma capacidade limitada ou um número específico de batidas cardíacas ou respirações e, à medida que nos aproximamos do limite, também nos aproximamos do envelhecimento e da morte. As variações na longevidade são explicadas pelas diferenças na quantidade de substância vital que cada pessoa possui ao nascer. A substância vital pode ser o DNA dos genes essenciais presentes em diversas cópias nas células que não se dividem, e que a perda dessa substância seria a causa fundamental das mudanças associadas à idade.⁵²

A **teoria da mutação** genética tem sua origem na descoberta, na virada do Século XX, de que as células sofriam mutações, e na década de 50, a genética começou a dominar o pensamento sobre a causa do envelhecimento e a determinação da longevidade. A idéia principal é de que as ocorrências e aumento de mutações nos genes acabariam causando o envelhecimento, porque os genes mutados sofreriam alterações que implicariam em mau funcionamento e morte das células corporais. Na verdade a mutação é o motor que impulsiona a evolução e a seleção natural. Devido à sua função essencial. Na diversidade da vida e na adaptação dos animais ao seu meio ambiente, as mutações são um sério concorrente ao local de origem dos fenômenos do envelhecimento e da longevidade, mas não existem indícios que a comprove.

A **teoria da exaustão reprodutiva** preconiza que o período reprodutivo seria precursor do envelhecimento. Ou seja, após um surto de atividade reprodutiva, um animal ou uma planta começa a envelhecer e morre rapidamente, contudo esse não é um padrão universal na natureza. Essa teoria ainda tem muitos adeptos que acreditam ser ela a que contém maiores verdades sobre o processo de envelhecimento.⁵² Muitos animais, inclusive os seres humanos, se reproduzem várias vezes gerando um ou mais descendentes, portanto, não há a universalidade necessária para criar uma teoria sustentável de envelhecimento.

A **teoria neuroendócrina** preconiza que a falência progressiva de células com função integrativa como é o caso do sistema nervoso e do sistema hormonal (endócrino) levaria ao envelhecimento e ao colapso do sistema corporal, o que não é uma idéia nova. Uma das mudanças que anuncia a chegada do envelhecimento é a queda da função reprodutiva, que é controlada pelo sistema neuroendócrino, que também está associado a vários tipos de relógios biológicos. Como candidatos a relógios biológicos foram estudados o hipotálamo, as restrições calóricas, e o hormônio deidroepiandrosterona (DHEA). Entretanto, mesmo considerando os profundos efeitos que o sistema neuroendócrino exerce sobre nosso organismo, não há indícios diretos de que seja a origem de todas as mudanças associadas à idade.⁵²

3.1.1.2 Teorias do segundo grupo: baseadas em eventos aleatórios

As teorias que são baseadas na ocorrência de eventos aleatórios, como grupo, parecem ser as hipóteses mais atraentes, quais sejam: a teoria do desgaste,

a teoria do ritmo de vida, a teoria do acúmulo de resíduos, a teoria das ligações cruzadas, a teoria dos radicais livres, a teoria do sistema imunológico, as teorias dos erros e reparos, e a teoria da ordem e desordem.⁵²

A **teoria do desgaste** é uma das primeiras teorias do envelhecimento, foi articulada em 1882 pelo biólogo alemão August Weismann, e se baseia numa analogia entre o corpo humano e uma máquina. Da mesma forma que uma máquina “sofre um desgaste pelo seu uso e por sua idade, até suas peças se tornarem irrecuperáveis, o corpo humano também sofreria um desgaste ao longo do tempo prejudicial às atividades bioquímicas que ocorrem nas células, tecidos e órgãos”.^{56:44} Consiste em que a morte ocorre porque um tecido desgastado não pode se renovar eternamente. De fato, existem evidências de desgaste nos organismos, mas eles podem acontecer em nível molecular, segundo pesquisadores contemporâneos, o que dificulta a comprovação da teoria.

A **teoria do ritmo de vida**, uma variante da teoria do desgaste, é baseada na crença de que os animais nascem com uma quantidade limitada de uma substância, energia potencial ou capacidade fisiológica que pode ser gasta em ritmos diferentes. Se for utilizada rapidamente, o envelhecimento começa de forma precoce. Se for consumida lentamente, então o envelhecimento será retardado. Essa teoria é freqüentemente chamada de teoria do “quem vive rápido, morre jovem”. Sua base é de 1908, articulada pelo fisiologista alemão Max Rubner.

As teorias do ritmo de vida e do desgaste defenderiam que quem vive uma vida parcimoniosa retarda o envelhecimento e vive mais, mas há poucos indícios que as sustentem.

A **teoria do acúmulo de resíduos** baseia-se na hipótese de que, com o tempo, as toxinas e resíduos acumulados poderiam prejudicar a função celular

formal e matar lentamente a célula. Existem alguns indícios de que o acúmulo de resíduos realmente ocorre, é o caso da substância chamada lipofuscina, ou pigmento da idade, que se acumula em muitos tipos de células à medida que o ser humano envelhece, principalmente nas células nervosas. Essa hipótese atende ao critério da universalidade,⁵⁵ entretanto, não há indícios suficientes de que a presença do pigmento da idade realmente interfira na função celular normal e, por isso não desempenhe uma função chave no processo de envelhecimento.

A **teoria das ligações cruzadas** nos apresenta o desgaste do colágeno, através do processo do envelhecimento. O colágeno também é chamado de “esqueleto” dos tecidos moles e, nos ossos, de “vigas de concretos”, sendo uma das proteínas encontradas em um terço do corpo humano, principalmente em tendões, ligamentos, ossos, cartilagens e pele. A proteína do colágeno é constituída principalmente de moléculas paralelas, como as pernas de uma escada que são unidas por degraus, chamadas também de ligações cruzadas. Nos animais jovens, as ligações cruzadas unem apenas algumas escadas vizinhas, ou seja, as escadas são livres para se movimentar para cima e para baixo; o colágeno é flexível. À medida que os animais envelhecem, as ligações cruzadas formam andaimes que conectam um maior número de escadas vizinhas, umas às outras, O número de ligações cruzadas aumenta o tamanho do andaime, os tecidos se tornam menos flexíveis e sofrem retrações. Este número de ligações cruzadas aumenta entre as proteínas, impedindo os processos metabólicos através da obstrução da passagem de nutrientes e resíduos para dentro e fora das células.⁵⁴ A teoria das ligações cruzadas postula que, com o passar do tempo, aumenta o número de ligações cruzadas entre algumas proteínas, inclusive o colágeno, impedindo os processos metabólicos através da obstrução da passagem de nutrientes e resíduos para dentro

e para fora das células. Seus efeitos são aparentes na pele, que no jovem, é macia e flexível devido ao pequeno número de ligações cruzadas no colágeno. A pele idosa tem mais ligações cruzadas e, conseqüentemente, é menos macia e flexível. Os defensores desta teoria acreditam que o acúmulo de erros em diversas moléculas ao longo do tempo produz as mudanças associadas à idade. Como essa teoria se baseia mais no raciocínio dedutivo do que em indícios experimentais diretos, ela não é a mais popular.⁵² Por outro lado, as ligações cruzadas podem ser apenas uma das mudanças bioquímicas que ocorrem ao longo do tempo e contribuem com vários aspectos do envelhecimento, mas talvez não seja o fator mais importante.

A **teoria dos radicais livres** é a que desfruta de maior popularidade, e muitos cientistas continuam a estudar o fenômeno procurando provar se eles, os radicais livres, são ou não são a principal causa do envelhecimento. Essa teoria baseia-se em uma reação química complexa que ocorre quando certas moléculas suscetíveis nas células encontram e quebram moléculas de oxigênio, formando pedaços de moléculas altamente reativos. Esses fragmentos moleculares são chamados de radicais livres. Eles são instáveis e tentam se religar a qualquer outra molécula que se encontre nas proximidades. Quando um radical livre se une a uma molécula importante, podem ocorrer danos. Os indícios de que os radicais livres estão envolvidos nas mudanças associadas à idade são experimentos realizados com outro grupo de substâncias químicas que inibem reconhecidamente a formação de radicais livres. Esses inibidores químicos são chamados de antioxidantes, pois impedem que o oxigênio se combine com moléculas suscetíveis para formar os radicais livres prejudiciais. Foram identificados muitos antioxidantes e alguns, como a vitamina E, são produtos naturais. Nosso próprio organismo fabrica vários

antioxidantes importantes, o que convence ainda mais alguns biogerontologistas da importância dos radicais livres. Os antioxidantes mais importantes em nosso organismo são a vitamina E, e talvez a C. Independente do mecanismo, a administração de antioxidantes realmente aumenta o tempo médio de vida, talvez não pelo seu efeito sobre o processo de envelhecimento, mas porque atrase a manifestação das doenças associadas à idade, o que lhes confere crédito. Esta é uma teoria que vem sendo testada, possui muitos adeptos, e seguramente mostra que os radicais livres contribuem em algum nível no processo de envelhecimento.

A **teoria imunológica** de envelhecimento baseia-se em duas grandes descobertas. A primeira é que, com a idade, a capacidade do sistema imunológico de produzir anticorpos em número adequado e do tipo correto diminui. A segunda é que o sistema imunológico em processo de envelhecimento pode produzir incorretamente anticorpos contra proteínas normais do organismo. Isso resulta no que chamamos de doenças auto-imunes, e nem todas se limitam às pessoas idosas. Algumas formas de artrite são bons exemplos de doenças auto-imunes que podem ocorrer em pessoas idosas. Defensores do sistema imunológico como causa do envelhecimento argumentam que, como resultado de um sistema imunológico menos eficiente ou da produção de auto-anticorpos, ficamos mais propensos a adquirir e manifestar doenças e outras patologias características da velhice. Por exemplo, um sistema imunológico que, na juventude, poderia ter mantido células cancerosas ou microorganismos sob controle, em estágios de vida mais avançados talvez seja menos capaz de manter esse controle. A teoria sofre várias falhas. Primeiro, não é universal; segundo, a mudança mais provável que indica a queda da função imunológica com a idade é a maior incidência de doença, mas a doença é patológica, e não normal. Claramente, o sistema imunológico, como outros sistemas,

mostra alguma queda funcional com a idade, mas isso não parece ser uma característica exclusiva do sistema imunológico que argumentaria a favor de classificá-lo como o cronômetro-mestre. As perdas funcionais no sistema imunológico ao longo do tempo poderiam simplesmente ser somadas à totalidade de mudanças associadas à idade que ocorrem no organismo. Os diversos sistemas do organismo são inter-relacionados de formas complexas e são afetados pelo envelhecimento: até hoje, ninguém demonstrou que um sistema seja o produtor-mestre de todas as mudanças associadas à idade.

A **teoria dos erros e reparos** pressupõe que nada funciona perfeitamente para sempre e, se existem processos de reparo, os próprios reparadores podem cometer erros ou os processos utilizados podem ser inadequados ou impróprios. A impossibilidade de dispor de processos de reparo perfeitos pode explicar por que sistemas anteriormente 'perfeitos' envelhecem e falham. Defensores dessa teoria argumentam que os erros se acumulam em várias moléculas até um estágio em que começam a ocorrer falhas metabólicas, resultando nas mudanças associadas à idade e, finalmente, na morte. Essa é uma teoria atraente, pois há indícios indiscutíveis de que os erros realmente ocorrem e que, embora existam processos de reparo, eles não são perfeitos e não funcionam para sempre. A idéia de que erros poderiam produzir as mudanças associadas à idade é, até certo ponto, derivada de uma idéia anterior de que as mutações genéticas produzem as mudanças associadas à idade. As mutações são eventos aleatórios – os erros, em certo sentido, também – que ocorrem no aparato genético das células.

A **teoria da ordem à desordem** preconiza que com o passar do tempo a desordem celular e metabólica aumentaria, e o corpo envelheceria e morreria. Uma mudança fundamental que poderia levar ao envelhecimento estudado pelos físicos

envolve a *ordem*. A partir do momento da concepção, a maior parte da energia e atividade de um organismo é orientada em direção a alcançar a maturação sexual e a idade adulta. Após a maturação sexual ocorre deterioração da eficiência máxima porque nenhum sistema pode fornecer trabalho infinito indefinidamente, muito menos um sistema biológico. À medida que a ordem molecular do organismo amadurecido se deteriora, pois o trabalho necessário para manter a perfeição falha, a eficiência do sistema biológico diminui. A desordem aumenta. Essa é a essência da termodinâmica, o ramo da física que trata do calor, energia e entropia. Os defensores dessa idéia alegam que a desordem que começa em moléculas específicas produz erros em outras moléculas que, em contrapartida, provocam a cascata de mudanças que ocorre nas células, tecidos e órgãos e que chamamos de envelhecimento. Contudo, o aumento da desordem molecular é um contribuinte importante para as mudanças associadas à idade. Variações na velocidade de progressão da desordem nas moléculas que compõem nossos tecidos podem ser a razão que explica por que alguns de nossos tecidos e órgãos envelhecem mais rapidamente que outros e por que o ritmo de envelhecimento varia de um indivíduo para outro.

Apesar de todas as teorias explicarem o envelhecimento ainda não sabemos sua causa, pois existe uma multiplicidade de evidências relacionadas a esse processo e cada teoria sugere ser um dos seus componentes o ponto de origem do processo de modificações associadas à idade, que acabam levando à morte do indivíduo, e se volta à tentativa de provar sua sugestão ou hipótese.

Há um consenso entre os pesquisadores, quanto a uma cascata de eventos biológicos organizados, que ocorrem após o período reprodutivo, que levam ao acúmulo de modificações biológicas com o objetivo de que o organismo morra no

final. Entretanto, tal processo não significa que tenhamos que sofrer o acúmulo de morbidades e co-morbidades que podem estar associadas à velhice: Graças ao conjunto de conhecimentos produzidos, é possível construir estratégias que podem retardar ou diminuir a velocidade do aparecimento das modificações associadas ao envelhecimento, e até mesmo modular a velhice de forma a vivê-la plenamente, respeitando suas limitações.⁵⁷

3.2 ENVELHECIMENTO COMO FENÔMENO PSICOLÓGICO

A psicologia do envelhecimento é uma área que se dedica à investigação das alterações comportamentais que acompanham o gradual declínio na funcionalidade dos vários domínios do comportamento psicológico nos anos mais avançados da vida adulta.

Na história da psicologia do envelhecimento foi dada atenção predominante ao declínio e às perdas associadas à idade, da mesma forma que nas áreas biológica e social. Considerando que, até os anos 70, a psicologia do desenvolvimento centrava-se na infância, com a crença de que o desenvolvimento cessava na adolescência, conciliar os conceitos de desenvolvimento e envelhecimento, tradicionalmente tratados como antagônicos, passou a ser um dos maiores problemas encontrados pela psicologia do envelhecimento. Hoje, ambos são vistos como processos que coexistem ao longo do ciclo vital, embora com pesos diferentes na determinação das mudanças evolutivas que vulgarmente identificamos como ganhos ou perdas.

Mesmo que as mudanças evolutivas que podem ser caracterizadas como perdas aumentem com o passar da idade, já existem dados de pesquisa mostrando que, na velhice, podem ocorrer alterações classificáveis como ganhos.⁵⁸ Na velhice as capacidades cognitivas ligadas ao processamento da informação, à memória e à aprendizagem declinam, por causa das alterações sensoriais e neurológicas que acompanham o envelhecimento, contudo, as capacidades, cuja manutenção e aperfeiçoamento dependem de influências culturais, podem conservar-se e especializar-se, manifestando-se nos domínios profissional, do lazer, das artes ou do manejo das questões existenciais. Um princípio fundamental da psicologia do envelhecimento contemporânea é que na velhice as pessoas conservam potenciais para o funcionamento e o desenvolvimento, os quais, no entanto, tendem a declinar nos anos mais tardios, quando as pessoas tornam-se vulneráveis e menos adaptáveis às alterações ambientais.

Uma das formas de compatibilização entre os dois conceitos, desenvolvimento e envelhecimento, pode ser a promoção da compensação das perdas e a ativação do potencial dos idosos para o máximo desempenho.

No que diz respeito ao envelhecimento normal, isto é, sem patologias, cresce o interesse pelo estudo do potencial para a manutenção, o desenvolvimento e a recuperação das capacidades cognitivas e de auto-regulação da personalidade na velhice. Esse interesse representa uma evolução, que está sendo acompanhada por uma lenta alteração nas concepções tradicionais de velhice como doença, degeneração ou problema a ser resolvido.

A concepção tradicional de velhice caracterizada pelo declínio comporta alguns mitos, dos quais destacamos:

a) a memória diminui com a idade. O que ocorre, em verdade, é que ela

modifica-se, pois há três tipos de memória;

- b) a inteligência diminui com a velhice. Isso só ocorre nos casos de doença mental, pois os casos de grande produção intelectual na idade avançada nos provam o contrário;
- c) o velho não aprende. Na verdade, ele aprende sim, mas o que lhe interessa;
- d) o velho volta a ser criança. Por que caracterizar como infantilidade atitudes mais despreendidas?

Na obra de Cícero (103-43 a.C.) “Saber Envelhecer”, escrita há mais de 2000 anos, já encontramos referências a esses mitos ainda tão reais nos dias de hoje. “Mas com a velhice, dirão, a memória declina! É o que acontece, com efeito, se não a cultivarmos ou se carecemos de vivacidade de espírito”. Ao que exemplificou com idosos que sabiam o nome de todos os seus concidadãos. E, além disso, diz ele, “jamais vi um velho esquecer o lugar onde esconde seu dinheiro. Os velhos se lembram sempre daquilo que os interessa: promessas sob caução, identidade de seus devedores e credores, etc.”^{58:21} Acrescenta, ainda, que a memória dos velhos é boa, exemplificando com filósofos, pontífices e juristas, pois os que melhor a conservam são os que permanecem intelectualmente ativos.

O envelhecimento psicológico pressupõe sim a ocorrência de alterações da inteligência, memória e personalidade, mas estas não estão diretamente relacionadas a um declínio de suas capacidades mentais, pois o idoso pode perder a iniciativa ou a motivação em decorrência do meio pouco estimulante, ou por outro lado, cerceador.

No que diz respeito à inteligência, os estudos em diferentes perspectivas teóricas apontam as seguintes conclusões:

A inteligência fluída, que diz respeito às capacidades básicas de processamento da informação, cresce ao longo da infância, adolescência e vida adulta inicial, estabiliza-se e declina na meia-idade e na velhice. Já a

inteligência cristalizada, relacionada ao uso da informação, e que é afetada pela educação e pela aculturação, não declina com a idade e, sob condições ideais, pode até exibir progressos.^{58:70-6}

- O desenvolvimento intelectual é um processo multidirecional porque diferentes capacidades se desenvolvem e eventualmente declinam em ritmos e em fases diferentes da vida, influenciadas pela manutenção da saúde, pela educação e pela estimulação ambiental. Os idosos continuam a desempenhar competentemente naquelas áreas em que desenvolveram altos níveis de especialização, e só na idade muito avançada é possível identificar declínio nas capacidades intelectuais específicas.
- A variabilidade interindividual aponta diferença no ritmo e nos resultados do envelhecimento intelectual entre homens e mulheres, dependendo das condições de saúde, educação, trabalho e personalidade. Como na mulher os efeitos da idade têm maior probabilidade de se somarem aos de uma saúde física precária, pobreza, nível educacional mais baixo e solidão, as mulheres idosas ficam relativamente mais prejudicadas do que os homens.
- A inteligência geral e as capacidades específicas permanecem estáveis ao longo dos anos, e é possível recuperar em parte algumas perdas do envelhecimento normal, por exemplo, em processos de memória, o que vai depender do grau de manutenção dos processos sensoriais e de processamento da informação, de processos motivacionais, e também, da disponibilidade de métodos, instrumentos e equipamentos adequados.
- O declínio na velocidade do processamento da informação é universal, mas geralmente as pessoas vão se adaptando a ele, realizando compensações por meio de equipamentos ou de mudanças de comportamento, e somente na velhice avançada esse declínio afeta de modo mais expressivo o funcionamento intelectual das pessoas.

- O declínio na velocidade de processamento da informação é fonte de alterações no funcionamento da memória, sendo necessário mais tempo para a codificação da informação e para a realização de tarefas subseqüentes.
- Existem diferenças interindividuais nas mudanças devido a perdas nas capacidades de processamento da informação, explicadas, em parte, pela riqueza de experiências acumuladas, pelo seu grau de integração e pela motivação dos idosos para ativar os recursos da memória.

A memória, freqüentemente referida pelos idosos como um problema, é confirmada como tal pelos investigadores, mas os estudos demonstram que o seu desempenho não pode ser atribuído somente à idade. Segundo o modelo de processamento de informação existem três sistemas de memória, o sensorial, o de curta duração e o de longa duração, que são diferentemente afetados pelo envelhecimento.

A memória sensorial é responsável pelo armazenamento inicial e breve dos estímulos externos, cujas informações serão transferidas para a memória de curta duração, sob a forma de imagens, palavras ou números, podendo haver interferências de deficiências sensoriais e de dilatação no tempo de reação, ocorrências comuns do envelhecimento normal.

A memória de curta duração, que implica na retenção de pequenas quantidades de informação por curtíssimos períodos de tempo, pode ser afetada por perdas sensoriais, medo do fracasso e presença de elementos que causam distração, motivos pelos quais pode ser afetada nos mais velhos.

A memória de longa duração, que envolve a memória consciente de experiências passadas, tende a piorar com a idade nos casos de lembrança de coisas ou eventos associados há um tempo ou lugar em particular, mais pela

dificuldade de ambientação do que de aprender coisas novas. Já nos casos de nomes, significados, descrições, normas e conceitos, comumente designados por conhecimento, é incomum declinar com a idade, ao contrário, as pessoas mais velhas costumam ter desempenho superior ao das mais jovens, desde que tenham tempo para se lembrar.⁵⁸

Também ocorrem na velhice alterações da personalidade. O que chamamos de personalidade tem relação com as maneiras como as pessoas habitualmente se comportam, têm experiências, acreditam e sentem com respeito a si mesmas, aos outros e ao mundo material e histórico-social.⁵⁸ Tem como base um conjunto de disposições e processos de ordem biogenéticas, a qual denominamos de temperamento, e é o que diferencia as pessoas. O conhecimento de si corresponde ao *self*, que tem um desenvolvimento gradual e dependente da interação entre o indivíduo e os outros, e que exerce funções reguladoras sobre a personalidade.

As funções reguladoras do *self*, que se mantêm na velhice, são exemplificadas pela auto-estima, pelo estabelecimento de metas, pelas crenças de controle e de auto-eficácia e pelas estratégias de enfrentamento. São responsáveis pelo alcance, pela manutenção e pela restauração do equilíbrio psicológico.

Quanto mais rico e complexo é o *self*, maior a chance de bem-estar e adaptação na velhice, porque essas qualidades permitem o exercício de múltiplos papéis, e assim, melhor senso de auto-eficácia, mais satisfação e menos depressão.

Diferentemente do que ocorre com a inteligência, a personalidade e o *self* mudam pouco na velhice, o que pode se dar devido a origem biogenética, ou a origem sociohistórica. É interessante observarmos os resultados da pesquisa realizada por Schaie & Willis,⁵⁸ dos quais destacaremos alguns:

- Os traços básicos da personalidade de homens e mulheres não mudam na

meia-idade e na velhice, mas que, no entanto, as mulheres passam a apresentar traços mais masculinos (assertividade, competitividade e dominância, por exemplo), enquanto que os homens passam a exibir traços mais femininos (ternura e cuidado), talvez em virtude das alterações no estilo de vida e nas exigências sociais, talvez por causa de fatores hormonais.

- Mulheres e homens idosos tendem a apresentar menores índices de excitabilidade e de ativação geral, em parte por influência de fatores biogénéticos responsáveis por perdas em intensidade, variabilidade, energia e rapidez das respostas socioemocionais, em parte por influência de mecanismos de seletividade socioemocional.

Cabe aqui uma referência à sabedoria, que em todas as culturas está associada à velhice. Podemos citar como exemplo Cícero⁵⁹ ao dizer que a sabedoria, a clarividência e o discernimento são qualidades da velhice; Erikson⁶⁰ que em sua teoria cita a sabedoria como a virtude que emerge na velhice, e Platão que se referia aos velhos como os mais sábios.

A sabedoria é compreendida no senso comum, segundo estudo realizado por Holliday and Chandler (1986) e citado por Neri,⁵⁸ como bom senso nos julgamentos, aprender com a vida, visão contextualizada dos fatos humanos, grande capacidade de observação, compreender a si mesmo, capacidade de ver a essência das situações, independência de pensamento, ser fonte de bons conselhos e pensar cuidadosamente antes de decidir. Concebida dessa forma, os idosos podem ser apontados como sábios graças à sua capacidade de se lembrar de fatos e procedimentos, de fazer novas associações, de aventar hipóteses, de fazer análises éticas e morais e de oferecer alternativas de solução baseadas na experiência acumulada. Idosos sábios são culturalmente importantes porque são depositários da

herança cultural do grupo.

A sabedoria como desempenho intelectual altamente especializado também tem maior probabilidade de ocorrência na velhice do que em fases anteriores, pois depende da experiência de vida acumulada, entretanto, ser idoso não é condição suficiente para fazê-la emergir. Nesse caso, outros elementos concorrem para o seu aparecimento tais como, profissão, experiências pessoais, conhecimento, personalidade e inteligência.

3.2.1 Teorias psicológicas do envelhecimento

As teorias psicológicas do envelhecimento têm por base paradigmas que são construções intelectuais sobre a natureza geral das mudanças evolutivas que ocorrem em determinado período da vida, ou durante toda a sua extensão.⁶¹ Esses paradigmas são conhecidos como de “mudança ordenada, contextualista e dialético”.

3.2.1.1 Paradigma de mudança ordenada

O paradigma de mudança ordenada deu origem às teorias de estágio. Estas admitem que o desenvolvimento caminha segundo padrões ordenados de mudanças que são universais porque têm origem ontogenética, e que os determinantes sociais, sócio-históricos e culturais apresentam as condições para manifestação dos elementos que têm base ontogenética.

A teoria evolucionista de Darwin (1801-1882) foi o ponto de partida para todas as concepções científicas do desenvolvimento humano conhecidas no século XX. A idéia de que o desenvolvimento psicológico, tal como o biológico, corresponde a períodos sucessivos de crescimento, culminância e contração dominou a psicologia durante 70 anos do referido século. São de origem darwiniana as teorias de estágio de: Freud (1905) sobre a sexualidade infantil; Piaget (1925) sobre o desenvolvimento do pensamento na infância e na adolescência; Jung (1933) que focaliza a vida desde a juventude até a velhice; Bühler (1935) e Kühlen (1964) sobre o desenvolvimento durante toda a vida; Erikson (1950) sobre a vida em toda a sua extensão e Levinson (1978) sobre adultos.

Charlotte Bühler, Erik Erikson e Daniel Levinson foram os autores mais influentes na psicologia da vida adulta e da velhice. Utilizaram o termo “ciclo de vida” com o sentido de sucessão de estágios ou idades do desenvolvimento individual.

Charlotte Bühler desenvolveu uma teoria de estágios sobre o desenvolvimento humano, estabelecendo cinco fases em que conjuga idade cronológica, os movimentos de expansão, culminância e contração como fundamentos do desenvolvimento e o princípio de que o desenvolvimento psicológico é orientado por metas em torno das quais a personalidade se organiza.

Nas fases do desenvolvimento psicológico, segundo Charlotte Bühler, o período de culminância seria dos 25 aos 45 anos, dos 45 aos 65 anos seria a fase de conflito entre a expansão e a contração, caracterizada pela auto-avaliação da realização das metas de vida, e a partir dos 65 anos seria a fase da contração, onde se evidenciaria o senso de realização ou de fracasso, com continuidade das experiências anteriores, mas com metas de curto prazo.

Daniel Levinson desenvolveu o modelo de estações da vida adulta propondo

que a passagem de um estágio para outro inclui um período de adaptação às novas tarefas evolutivas. Segundo esse modelo a entrada no mundo da velhice seria dos 45 aos 50 anos, último estágio descrito, correspondendo a essa fase a tarefa evolutiva de redefinição de papéis familiares e profissionais, servir de modelo para os mais jovens e o estabelecimento de uma nova e final estrutura de vida.

Erik Erikson⁶² desenvolveu as “Oito idades do ser humano”, do nascimento à velhice, apontando a emergência de uma crise característica para cada uma delas, cabendo à velhice o conflito do ego entre a integridade e o desespero, cujo valor emergente seria a sabedoria. A velhice envolve auto-aceitação, desenvolvimento de integridade da história pessoal e formação de ponto de vista sobre a morte.

No quadro a seguir é possível visualizar as oito idades do homem, as crises psicossociais que as caracterizam e as relações entre os ciclos de vida individual e os ciclos de vida da espécie humana.

Idade ou ciclo da vida Individual	Crise psicossocial ou conflito do ego a ser resolvido	Valor ou qualidade do ego resultante
Fase bebê	Confiança x desconfiança	Esperança
Infância inicial	Autonomia x vergonha e dúvida	Domínio
Idade do brinquedo	Iniciativa x culpa	Propósito
Idade escolar	Trabalho x inferioridade	Competência
Adolescência	Identidade x confusão de papéis	Fidelidade
Idade adulta	Intimidade x isolamento	Amor
Maturidade	Geratividade ^b x estagnação	Cuidado
Velhice	Integridade x desespero	Sabedoria

Quadro 4 – A idade do homem e as suas relações psicológicas
Fonte: Neri⁵⁸

^b O conceito de geratividade foi estabelecido por Erikson (1963). Diz respeito à motivação e ao envolvimento com continuidade e o bem-estar de indivíduos particulares, de grupos humanos, da sociedade de modo geral e de toda a Humanidade. Sua origem é uma necessidade interna de garantir a própria imortalidade, de ser necessário e de passar o bastão para a geração seguinte, tanto no sentido biológico quanto cultural.^{58:52}

Procurando explicar como e porque os fenômenos ocorrem, as teorias servem como preditores e orientadores da intervenção humana. Assim, quando predominou a idéia de que o desenvolvimento psicológico era presidido por processos e períodos sucessivos de crescimento, culminância e contração, a velhice foi considerada um período involutivo, marcado por declínio e estagnação universais e irreversíveis, de origem biológica. Essa concepção de origem darwiniana contribuiu para dificultar a ascensão da velhice ao patamar de uma fase ou etapa da vida digna de investimento.

3.2.1.2 Paradigma contextualista

As explicações ou **teorias sobre o desenvolvimento adulto e o envelhecimento baseadas no papel desempenhado por eventos de transição** correspondem ao paradigma contextualista. O interesse dos pesquisadores que se envolveram com o estabelecimento desse paradigma é psicossocial, na medida em que acreditam que as mudanças evolutivas da vida adulta são produzidas pela interação do indivíduo com as influências sociais. Ao contrário dos seguidores do paradigma de mudança ordenada, que descrevem o desenvolvimento como processo balizado pela idade cronológica ou por crises evolutivas, para os contextualistas, a sociedade constrói cursos de vida ou trajetórias de desenvolvimento, ao prescrever quais são os comportamentos apropriados para as diferentes faixas etárias.

Para descrever os mecanismos sociais de temporalização do curso de vida individual, Neugarten (1969) criou a metáfora de “relógio social”. Implica que

indivíduos e grupos da mesma geração (coortes^c) internalizam esse “relógio”, que serve para regular o senso de normalidade, de ajustamento e de pertencimento a um grupo etário ou a uma geração.

Os marcadores do relógio social são os eventos que podem ser de natureza biológica, como menarca e menopausa, ou de natureza social, como a aposentadoria, por exemplo.

A idéia central de que as pessoas internalizam normas sociais etárias e que estas passam a exercer papel regulador sobre o seu comportamento, implica em processos de socialização e ressocialização. A forma de socialização para os adultos é antecipatória, corresponde a um processo de preparação para uma mudança em papel ou em status, como nos casos dos trabalhadores em vias de aposentarem-se que procuram informar-se sobre novas possibilidades. A ressocialização envolve lidar com a mudança de papel ou status depois que ocorreu.

Os eventos de transição podem ser normativos ou idiossincráticos. Os normativos têm uma época esperada de ocorrência, enquanto os idiossincráticos são imprevisíveis, é o caso do divórcio ou do desemprego. A tendência é de as pessoas viverem as mudanças normativas acompanhadas de seu grupo de idade, o que lhes assegura apoio social e senso de normalidade, já as mudanças idiossincráticas teriam um impacto emocional maior, por serem vividas como eventos únicos.

De positivo nesse paradigma, é a análise do significado dos eventos de transição na vida das pessoas como condições para mudanças adaptativas.

^c O conceito de **coorte** é reservado para um agregado de indivíduos ancorados no tempo histórico. É usado como base para a busca ou a afirmação sobre propriedades compartilhadas pelos membros, justamente porque se pressupõe que, ao longo de sua trajetória, eles viveram os mesmos fatos e eventos históricos. Ou seja, as pessoas não avançam isoladas em suas trajetórias de desenvolvimento, mas compartilham experiências socioculturais com seus semelhantes. Uma coorte consiste num conjunto de pessoas nascidas na mesma época, que entram e saem juntas de seus sistemas ou instituições — como, por exemplo, a escola e o trabalho —, e que tendem a experienciar os mesmos eventos históricos, nas mesmas épocas de suas vidas. Assim, os efeitos de tais vivências se fazem sentir sobre a trajetória de todo o grupo etário.^{58:23-4}

3.2.1.3 Paradigma dialético

O *paradigma do desenvolvimento ao longo de toda a vida (life-span)*, de origem dialética, é o mais influente da psicologia do envelhecimento contemporânea. O termo *life span* é usado pela psicologia para designar o desenvolvimento como fenômeno que acontece durante toda a extensão ou ao longo da vida.

Esse paradigma é centrado na mudança. Pressupõe que, no desenvolvimento adulto, as pessoas são percebidas como organismos ativos em mudança, em contínua interação com um ambiente igualmente ativo e em mudança. Os ingredientes-chave da posição dialética são: foco na mudança, interação dinâmica, causalidade recíproca, ausência de completa determinação e preocupação com processos de mudança determinados pela atuação conjunta de processos individuais (ontogênicos) e históricos (culturais-evolutivos).

A idade cronológica não é considerada como variável causal dos eventos biológicos, sociais e psicológicos de um indivíduo ou grupo etário, mas sim como um indicador.

Esse paradigma adota uma perspectiva de “declínio com compensação” em relação à velhice. Adotar tal perspectiva implica admitir que, de fato, ocorrem prejuízos nas capacidades biológicas e nas capacidades comportamentais a elas associadas. No entanto, o declínio é moderado por experiências sociais que produzem capacidades socializadas estáveis ou até mesmo crescentes.

São proposições teóricas sobre os processos de desenvolvimento ao longo de toda a vida a partir do paradigma dialético:

a) os critérios adotados para definir o momento do início e os eventos

- marcadores dos vários períodos do ciclo vital dependem de parâmetros sociais;
- b) a idade cronológica não causa o desenvolvimento nem o envelhecimento, mas é um importante marcador desses processos;
 - c) o desenvolvimento ontogênico se estende por toda a vida;
 - d) o desenvolvimento e o envelhecimento podem ser analisados como uma seqüência de mudanças previsíveis, de natureza biogenética, que ocorrem ao longo das idades, e por isso são chamadas de mudanças graduadas por idade;
 - e) o desenvolvimento é um processo finito, limitado por influências biogenéticas que determinam que, na velhice, o indivíduo seja cada vez mais dependente dos recursos da cultura e, ao mesmo tempo, cada vez menos responsivo às suas influências;
 - f) com o envelhecimento, diminui a plasticidade comportamental, definida como a possibilidade de mudar para adaptar-se ao meio e diminui a resiliência, definida como a capacidade de reagir e de recuperar-se dos efeitos da exposição a eventos estressantes;
 - g) na velhice, fica resguardado o potencial de desenvolvimento, dentro dos limites da plasticidade individual, que depende das condições histórico-culturais existentes durante determinado período;
 - h) os mecanismos de auto-regulação da personalidade mantêm-se intactos na velhice, fato que responde, em parte, pela continuidade do funcionamento psicossocial e pelo bem-estar subjetivo dos idosos;
 - i) o desenvolvimento envolve equilíbrio constante entre ganhos e perdas;
 - j) o desenvolvimento é um processo multidirecional, isto é, não é caracterizado por processos isolados de crescimento e declínio;

- k) cada idade tem sua própria dinâmica de desenvolvimento;
- l) o envelhecimento é uma experiência heterogênea;
- m) envelhecimento normal, ótimo e patológico podem funcionar como categorias orientadoras para a pesquisa e intervenção;
- n) o estudo do envelhecimento exige a contribuição de várias disciplinas.

3.3 ENVELHECIMENTO COMO FENÔMENO SOCIAL

O envelhecimento como fenômeno social passa a ser notado no Brasil a partir da década de 60, como uma das características do século XX. Assim como cresce a população idosa em números absolutos, aumenta a média de anos vividos, por essa população, introduzindo a longevidade.

Velhice sempre existiu, mas vivida de forma particular, individual. A medida que cresce o número de idosos e aumenta a média de anos vividos, a velhice passa a ser encarada como uma realidade social.

A sociedade tem uma expectativa com relação ao comportamento dos mais velhos, e impõe regras que determinam como deve ser vivida essa etapa da vida. Essas regras não são universais e variam de acordo com a época e com a sociedade.

Vivemos um momento em que a realidade social da velhice está em progressiva transformação. Os próprios idosos estão reagindo ao estigma de improdutivos, inativos, incompetentes, inúteis, dependentes, assexuados, e tantos outros, com suas novas experiências de envelhecimento.

3.3.1 Teorias sociológicas do envelhecimento

As teorias sociológicas do envelhecimento começaram a ser sistematizadas na década de 60, incorporando formulações anteriores que hoje são consideradas como precursoras da teorização no campo do envelhecimento.⁶³ Classificadas por um critério de gerações, permitem conhecer suas origens intelectuais e a contribuição das teorias anteriores para a formulação de novas explicações.

3.3.1.1 Teorias de primeira geração

As teorias de primeira geração foram elaboradas entre 1949 e 1969, tendo como unidade de análise o indivíduo, enfatizando papéis sociais e normas. Na segunda geração situam-se as teorias formuladas no período de 1970 a 1985, voltadas ao nível macrossocial, procuravam analisar a influência das transformações nas condições sociais no processo de envelhecimento e a situação dos idosos como categoria social. A terceira geração agrupa teorias que criticam e sintetizam as proposições anteriores e aliam os níveis micro (individual) e macrossocial de análise.

São classificadas como de primeira geração as teorias do desengajamento, da atividade, da modernização e da subcultura.

A ***Teoria do Desengajamento ou Afastamento***, formulada por Cumming e Henry em 1961, representa a primeira tentativa de explicar o processo de envelhecimento e as mudanças nas relações entre o indivíduo e a sociedade, a

partir da aplicação das proposições do funcionalismo estrutural à análise da condição do idoso e de suas reações psicológicas e sociais frente à velhice.

Esta teoria prevê o afastamento gradativo e voluntário do idoso no processo social com o abandono de suas atividades profissionais usando como instrumento a aposentadoria e como argumento a disponibilidade de tempo dela decorrente para suas realizações. Propõe que o envelhecimento é um processo de desengajamento ou afastamento, universal e inevitável, que é funcional tanto para o idoso quanto para a sociedade. É funcional para a sociedade porque o afastamento do idoso abre espaço para pessoas jovens e eficientes, e é funcional para o idoso que passa a gozar da disponibilidade de tempo.

O desengajamento, considerado como natural e espontâneo, reforçando a idéia de que o decréscimo nas interações sociais é inerente ao processo de envelhecimento, e por isso inevitável, é proposto como pré-requisito funcional à estabilidade social. Portanto, todo o sistema social precisa promover o desengajamento de seus idosos.

Esta teoria foi criticada porque desencorajava intervenções que auxiliariam os idosos a integrar-se em uma sociedade tecnológica e em processo de rápidas mudanças, e também porque da forma como enfocava o indivíduo idoso, o colocava como agente passivo diante do sistema social. A teoria falha ao deixar de considerar que tanto a velhice como o afastamento comportam variações que vão além do declínio físico e psicológico e da restrição dos contatos sociais.

À teoria do desengajamento segue-se a **teoria da atividade**, formulada por Havighurst em 1968, que concebida como oposta à primeira, é melhor compreendida como sua complementação. Sua proposição inicial está pautada na idéia de que a falta de atividades seria fator determinante para as doenças psicológicas e para o

isolamento social. Portanto, para a manutenção de um autoconceito positivo, deve haver substituição dos papéis sociais perdidos, partindo do pressuposto de que a atividade é benéfica e necessária para a satisfação de vida na velhice. Apesar das mudanças nas condições físicas, psicológicas e sociais inerentes ao processo de envelhecimento, suas necessidades psicológicas e sociais se mantêm como antes. Em síntese, a pessoa que envelhece em boas condições é aquela que permanece ativa e consegue resistir ao desengajamento social.

É a teoria da atividade que fundamenta, até hoje, os movimentos sociais como grupos de idosos, orientando proposições nas áreas do lazer com o objetivo de proporcionar bem-estar na velhice. Entretanto, apresenta algumas limitações, pois ao enfatizar o “ser ativo” pode levar a uma perspectiva de “antienvelhecimento”, assim como, não podemos ignorar que pobreza, exclusão social e declínio físico ou mental podem inviabilizar o exercício de novos papéis sociais.

A **teoria da modernização** foi apresentada por Cowgill e Holmes em 1972. Baseada no estruturalismo funcional descreve a relação entre a modernização e as mudanças nos papéis sociais e no *status* das pessoas idosas, associando modernização ao processo de industrialização e relacionando o status do idoso ao grau de industrialização da sociedade. Considera que, na sociedade industrializada, a tendência é o declínio em *status* para o idoso, que se traduz em redução nos papéis de liderança, em poder e em influência, levando-o ao desengajamento da vida em comunidade.

Os fatores que interferem nas condições das pessoas idosas em uma sociedade em processo de modernização segundo esta teoria são:

- a) a tecnologia científica aplicada à produção econômica, na qual os idosos tornam-se obsoletos;

- b) a urbanização que promove a segregação residencial entre jovens migrantes urbanos e suas famílias enfraquecendo os laços familiares;
- c) a educação intensiva que gera uma situação na qual os jovens passam a ser mais capacitados do que os mais velhos, invertendo-se os papéis sociais;
- d) as tecnologias de saúde que contribuem para a alteração do perfil demográfico com a redução do índice de natalidade e mortalidade e aumento da expectativa de vida, aumentando o número de idosos e ocasionando uma competição intergeracional por empregos, compelindo os idosos ao abandono do mercado de trabalho com redução de renda, prestígio e status.

A teoria é criticada porque estudos já realizados indicaram que o declínio em *status* não ocorre somente em sociedades industrializadas, e que o processo de modernização afeta diferentemente aos idosos, havendo distinção entre “velho-jovem” e “velho-velho”.⁶³

A ***Teoria da Subcultura*** foi gerada nos Estados Unidos, conseqüentemente, reflete sua realidade. Segundo esta teoria, os idosos desenvolvem uma cultura própria, com crenças e interesses comuns desse grupo etário, fomentada pela exclusão social, especialmente no que diz respeito à restrição de oportunidades de interação com outros grupos etários. A existência de uma política segregacionista se traduz em incentivos a conjuntos residenciais para idosos, clubes e centros de convivência e outras práticas sociais que tendem a congregar os idosos num mesmo contexto.

A segregação proporciona maior interação entre os idosos, e em conseqüência, são gerados valores e práticas próprias ao grupo etário, caracterizando uma subcultura. A autora exemplifica com grupos ativistas como os

Panteras Grisalhos (Gray Panthers) e a *Associação Americana de Aposentados (AARP - American Association for Retired Person)*, dizendo que esta última desenvolveu enorme poder político e econômico, contribuindo para eleger parlamentares, para definir pautas de ação política dos idosos e fomentar a pesquisa sobre o envelhecimento.

Muitos são os fatores que contribuem para o desenvolvimento de uma subcultura de idosos, tais como, o significativo aumento do número de pessoas nesta faixa etária, a segregação dos idosos em zonas rurais causada pela migração de jovens, o declínio das oportunidades de emprego, e a melhoria do nível educacional e de informação, entretanto, ainda não se pode falar em uma subcultura no Brasil, onde os grupos de idosos seriam apenas instrumentos que podem contribuir para a sua criação.

Se por um lado, a existência de uma subcultura pode colaborar para aumentar o conceito negativo sobre a pessoa idosa, por outro, pode estimular o surgimento de uma consciência de grupo com potencial para empreender ação social e política em defesa dos direitos da categoria.

Esta teoria pode ser utilizada como parâmetro para avaliar o impacto de programas para a população idosa, analisando sua contribuição para a inclusão social do idoso. Ajuda a elucidar a natureza das relações entre os idosos e o restante da sociedade, contribuindo para corrigir a imagem estática e passiva da velhice presente na abordagem funcionalista, mas falha ao enfatizar o nível microssocial, desconsiderando a força dos componentes estruturais sobre o comportamento social.

3.3.1.2 Teorias sociológicas de segunda geração

As teorias sociológicas de segunda geração são: continuidade e colapso de competência.

O principal foco da **teoria da continuidade** é explicar como as pessoas idosas tentam manter as estruturas psicológicas internas e externas preexistentes, aplicando estratégias já conhecidas e usadas anteriormente.

A continuidade interna, ou seja, a manutenção da estrutura psicológica interna, diz respeito à memória, e tem como requisito para se expressar a preexistência de uma estrutura de idéias, temperamento, afeto, experiências, preferências, disposições e habilidades.

A continuidade externa é mantida por pressões e atrações, o que inclui a continuidade cognitiva como elemento fundamental à manutenção de domínio, competência, senso de auto-integridade e auto-estima, e pressupõe conhecimento do ambiente físico e social, das relações estabelecidas no exercício de papéis sociais e de atividades anteriormente executadas. O estímulo para a manutenção da continuidade externa é a própria busca da satisfação das necessidades básicas (alimentação, abrigo e interações sociais), como também a necessidade de mudanças nos papéis sociais na viuvez ou na aposentadoria, por exemplo.

A continuidade pode ser classificada como baixa, ótima ou excessiva pelo próprio indivíduo. A baixa continuidade resulta em insatisfação com a vida e dificuldade de adaptação às condições de mudança, pois estas podem ser tão severas e imprevisíveis que as habilidades prévias, as estratégias pessoais ou experiências sociais tomam-se de pouca utilidade para enfrentá-las. Ao contrário, o

idoso mantém ótima continuidade quando o ritmo de mudança é coerente com suas preferências e demandas sociais, possibilitando que ele mantenha a capacidade de enfrentar transformações. Nesse caso, a personalidade individual, as preferências anteriores e a rede de relações e experiências sociais contribuem para um bom ajustamento. Já o idoso que caracteriza sua vida como tendo excessiva continuidade, a percebe como monótona e sem novas experiências, desconfortavelmente previsível.

A teoria é criticada por seu enfoque determinista, ao afirmar que os traços de personalidade, os estilos de vida e as preferências são determinantes das experiências de desenvolvimento ao longo da vida, o que levaria a um envelhecimento programado para se dar de determinada maneira, sem novas perspectivas. Desconsidera os fatores estruturais que podem influenciar na continuidade. Mesmo criticada pelo determinismo, é utilizada para explicar a complexidade do processo de adaptação ao envelhecimento nas sociedades contemporâneas, por evidenciar as desvantagens em períodos anteriores de vida que inviabilizariam o desenvolvimento de condições para a continuidade, como o baixo nível educacional, a baixa renda, poucas relações sociais e alta mobilidade geográfica.

A **Teoria do Colapso de Competência** foi formulada por Kuypers & Bengston (1973). Analisa as conseqüências negativas (colapso da competência) que podem acompanhar as crises que ocorrem com freqüência na idade avançada, normalmente desencadeadas por perdas, como da saúde, do companheiro, e outras, que desafiam a competência social do idoso e que podem levá-lo a vários resultados negativos.

Em uma situação de perda o autoconceito do idoso torna-se vulnerável,

associando-se a esta o estereótipo negativo de velhice e um problema de saúde, o idoso pode passar a ser rotulado por profissionais e parentes como dependente em relação ao ambiente social. Isso contribui para a atrofia das competências e habilidades previamente existentes, fazendo com que esse idoso adote o autoconceito de doente, inadequado ou incompetente.

É possível reverter essa situação através da “terapia de reconstrução social”, que oferece apoio ambiental para favorecer a expressão de força pessoal e encorajar o aumento do senso de competência. Seu uso permitiu verificar que a conscientização sobre a natureza cíclica das interações individuais e ambientais que afetam o senso de competência do idoso, dos cuidadores e familiares contribui para a resolução do senso de desamparo de todos os envolvidos.

3.3.1.3. Teorias sociológicas de segunda e terceira geração

Há ainda teorias que se classificam em segunda e terceira geração, é o caso da troca, estratificação por idade e político-econômica.

A **Teoria da Troca** postula que o idoso é compelido a afastar-se das interações sociais porque possui poucos recursos (como baixa renda, pior condição de saúde e baixo nível educacional) em comparação com os mais jovens, e somente o idoso que dispusesse de recursos continuaria mantendo interações sociais.

A nova dimensão introduzida ao estudo do envelhecimento pela teoria é a análise da relação intergeracional, cujas proposições básicas podem ser sintetizadas através de três normas. A norma de reciprocidade propõe que um conjunto de

demandas e obrigações recíprocas dá estabilidade ao sistema social. A norma de justiça distributiva é caracterizada pela relação entre ganhos e custos, propõe que a extensão do custo deve ser equivalente à extensão do ganho, o que significa que as pessoas devem tentar atingir equilíbrio ou proporcionalidade nas trocas sociais. A outra norma proposta é a de beneficência, cujo princípio estabelece que, na política de atendimento, os idosos devem receber o que necessitam, independentemente de seu valor social real, o que pressupõe dependência econômica e social desta faixa etária, levando-o da gradual perda de poder à obediência.

A teoria da troca é criticada por excessiva ênfase na perspectiva econômica e racional, ignorando que as trocas podem se dar também por fatores emocionais, ou motivações não-rationais, tais como, afeição, altruísmo e amor. Mesmo criticada é útil para avaliar propostas de políticas públicas, dada a tendência de os indivíduos engajarem-se em interações que são recompensadoras e afastarem-se daquelas que são prejudiciais.

A ***Teoria da Estratificação por idade***, proposta por Riley, Johnson e Foner em 1972, consiste em que as pessoas fazem parte de um determinado estrato etário (como por exemplo, das crianças ou dos velhos) se exibem os comportamentos, desempenham os papéis e ocupam os lugares que lhes correspondem na estrutura social. Implica em que infância, adolescência, vida adulta e velhice são fases construídas socialmente, por meio de normas e sanções etárias que determinam as exigências e as oportunidades de cada segmento etário na ordem social e que comportam diferenças históricas e geográficas.

Esta teoria se propõe a estudar o movimento das coortes de idade através do tempo para identificar similaridades e diferenças entre elas, sugerindo que cada coorte é única por ter características próprias, como por exemplo, tamanho,

composição de gênero, e distribuição por classe social, e também por experimentar eventos históricos particulares que afetam atitudes e comportamentos de seus componentes.

É ainda uma das perspectivas mais utilizadas na pesquisa social do envelhecimento, para analisar o movimento ou fluxo de sucessivas coortes (grupos de pessoas nascidas na mesma época) através do tempo. Suas raízes teóricas baseiam-se no estruturalismo funcional e nas teorias psicológicas do desenvolvimento.

Ao reverem seus estudos, em 1999, Riley e Foner, com a colaboração de Riley Jr., apresentaram a teoria da estratificação por idade como um novo paradigma denominando-o “envelhecimento social”, introduzindo dois conceitos: integração das idades e estabelecimento de normas por coortes.⁶⁴

Na integração das idades as questões atuais como a convivência intergeracional, a educação continuada de adultos e idosos e as possibilidades de emprego para aposentados, tornam cada vez mais flexível a clássica demarcação etária para o exercício de papéis na educação, no trabalho, na família e na aposentadoria. Ressaltam a necessidade de desenvolvimento de conceitos teóricos que analisem os benefícios e desvantagens dessa integração, bem como seu impacto na vida dos indivíduos e na estrutura da sociedade.

O estabelecimento de normas por coortes é visto como um processo dialético no qual comportamentos e atitudes desenvolvidos dentro de uma coorte, em resposta a mudanças sociais, cristalizam-se em novas normas, novos papéis e novas regras sociais, que, por sua vez, permeiam e influenciam os demais estratos de idade e as estruturas sociais.

Por explorar a heterogeneidade do processo de envelhecimento e a

perspectiva do envelhecimento em sociedade, a autora destaca que esta teoria pode avançar e ser útil aos estudos sobre a interação entre idade e coorte e aos estudos sobre as diferenciações de raça, gênero e classe social que influenciam esse processo.

A **Teoria Político-econômica do Envelhecimento** foi formulada tendo por base as idéias de, dentre outros autores, Walker (1981) e Minkler (1984), propondo que as variações no tratamento e no *status* dos idosos podem ser compreendidas através do exame das políticas públicas, das tendências econômicas e dos fatores sócio-estruturais, pressupondo que:

- a) a interação de forças econômicas e políticas influencia o *status* dos idosos e determina como lhe serão atribuídos os recursos sociais;
- b) as restrições econômicas e políticas impostas à velhice resultam em perda de poder, de autonomia e de influência por parte dos idosos;
- c) não é só a idade que influencia nas experiências de vida, mas também outros fatores como classe, gênero, raça e etnia;
- d) os fatores estruturais expressos nas políticas públicas restringem oportunidades, escolhas e novas experiências para os idosos.

Com essa perspectiva teórica foram realizados estudos analisando o sistema de seguridade social nos Estados Unidos, a formação do sistema de pensão na Inglaterra e a política de bem-estar social na França, e continua sendo utilizada em diferentes áreas como a de marketing e negócios relativos à institucionalização do idoso.

A perspectiva político-econômica é criticada por excluir a possibilidade da ação individual na construção das experiências de envelhecimento, pois o processo individual depende não só da localização do idoso nas estruturas de classe, gênero e idade, mas também da forma como a pessoa interpreta o envelhecimento. Apesar

de expandir o estudo do envelhecimento, abordando-o num amplo contexto social, falha ao generalizar a condição do empobrecimento e desprestígio do idoso nas sociedades industriais.

3.3.1.4 Teorias sociológicas de terceira geração

Como teorias sociais de terceira geração constam o construcionismo social, o curso de vida, a feminista e a crítica.

A ***Teoria do Construcionismo Social*** vem sendo muito utilizada nas pesquisas recentes sobre o envelhecimento. Apoiar-se no interacionismo simbólico, na fenomenologia e na etnometodologia. Esta teoria trabalha com as questões de significado, realidade e relações sociais no envelhecimento, apresentando como propostas:

- a) enfatizar a compreensão sobre as formas como os processos individuais de envelhecimento são influenciados por definições sociais e pela estrutura social;
- b) estudar os aspectos situacionais, constitutivos e emergentes do envelhecimento, examinando como seus significados sociais e os ligados ao autoconceito emergem na negociação e no discurso;
- c) estudar como as realidades sociais do envelhecimento mudam com o tempo, refletindo as diferentes situações de vida e os papéis sociais que emergem na maturidade;

As principais tendências de estudo na área do envelhecimento, na

perspectiva do construcionismo social, focalizam o modo como as categorias e estruturas de vida das pessoas são agrupadas, manejadas e sustentadas, e também quanto a como moldam o processo de envelhecimento.

Essa teoria contribui para a análise do envelhecimento mediante a observação de como os indivíduos participam da criação e da manutenção de significados para suas vidas. Por outro lado, é criticada por focalizar o nível individual, desconsiderando fatores macroestruturais como coortes, contexto histórico e estratificação por idade.

Na perspectiva do **Curso de Vida** o envelhecimento é considerado como um processo biológico, social e psicológico, e focado levando em consideração o desenvolvimento ao longo de toda a vida.

O conceito de curso de vida refere-se à maneira como as instituições sociais moldam e institucionalizam as trajetórias de vida individuais nos domínios inter-relacionados da educação, da profissão e da família.⁶¹ A sociedade constrói cursos de vida na medida em que prescreve expectativas e normas de comportamento apropriado para as diferentes faixas etárias, diante de eventos marcadores de natureza biológica (menarca, menopausa) e social (casamento, aposentadoria), e que essas normas são internalizadas pelas pessoas e instituições sociais.

Nessa perspectiva, a periodização da vida humana é um artifício social que serve para organizar os cursos de vida individuais e da vida social, e dela emergem novas categorias etárias, como por exemplo, meia-idade, terceira idade, e outras, que são comumente acompanhadas de uma ideologia, que dá origem a novas necessidades e oportunidades sociais.

Suas proposições vêm sendo utilizadas para análise de questões relacionadas à natureza dinâmica, contextual e processual do envelhecimento, e

para a análise das transições relacionadas à idade e às trajetórias de vida, e do modo como o envelhecimento é moldado pelo contexto, pela estrutura social e pelos significados culturais. Faz uma interligação entre os âmbitos pessoal e estrutural, enfocando, portanto, os níveis micro e macrosocial.

Algumas críticas vêm sendo feitas à essa teoria como o seu caráter amplo e difuso, que dificulta sua caracterização como teoria ou paradigma e sua dificuldade em incorporar numa única análise as diversas variáveis identificadas.

As **Teorias Feministas do Envelhecimento** defendem que o gênero deveria ser o principal enfoque nas tentativas de compreensão do envelhecimento e do indivíduo idoso, pois ele constitui-se num princípio organizador para a vida social, durante todo o curso de vida.

Seus estudos preocupam-se com a integração dos níveis micro e macrosocial, por focalizarem as ligações entre o indivíduo e a estrutura social e destacarem as relações de poder que permeiam o processo de envelhecimento. No nível microssoial é estudada a rede social, cuidadores e famílias, destacando significados e identidades, e no nível macro, é enfocada a estratificação por gênero e a estrutura de poder das instituições sociais.

Sua principal contribuição estaria na identificação das necessidades das mulheres idosas que atualmente estariam em desvantagem, pelo fato de os programas sociais ainda serem baseados no modelo masculino de participação na força de trabalho formal. E é evidente que a principal crítica incida exatamente sobre a questão do gênero, por focalizarem acentuadamente a feminização do envelhecimento.

A **Teoria Crítica** reúne proposições teóricas que emergiram recentemente na Gerontologia Social, fundamentadas na tradição teórica européia que é

representada pela Escola de Frankfurt e por pensadores como Habermas, Husserl e Schullz, e também influenciadas pela abordagem político-econômica de Marx e pelo Pós-estruturalismo de Foucault.

Essa teoria focaliza duas dimensões, a estrutural e a humanística, e apresenta como base para a investigação gerontológica os conceitos de poder, de ação social e de significados sociais. De suas proposições destacamos a necessidade de crítica ao conhecimento já existente, e à cultura e economia vigentes, para a criação de modelos positivos de envelhecimento que ressaltem a diversidade do processo.

A autora aponta o alto grau de abstração da teoria como sua principal lacuna, e destaca como sua principal contribuição a indicação de proposições de estudo na gerontologia voltados à perspectiva humanística.

3.4 CONTRIBUIÇÃO DAS TEORIAS PARA A COMPREENSÃO DO FENÔMENO DO ENVELHECIMENTO

As mudanças demográficas que acontecem no mundo, em que se revelam um significativo aumento proporcional de idosos na população, e a necessidade de compreendermos melhor o processo de envelhecimento, suas causas e conseqüências, têm sido o fator impulsionador para o crescimento da área da Gerontologia no meio científico.

O conhecimento nessa área, fragmentado em outras áreas científicas, e mesclado a mitos e verdades genéricas, pode ter contribuído para a manutenção da idéia de velhice associada à doença e à improdutividade. Enquanto os estudos

desenvolveram-se em áreas específicas do conhecimento, o que se verifica é que a ciência não detectou, em toda a sua história, nenhuma causa direta ou nenhum gene ou fator ambiental único, do envelhecimento e da morte. Hoje, admite-se que esse processo é causado por fatores heterogêneos que associam fatores genéticos com ambientais, incluindo aspectos sócio-econômico-culturais.

No caso das teorias biológicas do envelhecimento podemos verificar que há uma multiplicidade de evidências quanto ao fator causador desse processo, e cada uma sugere ser um elemento a origem do processo de modificações associadas à idade, mas nenhuma, sozinha, é capaz de provar. A crença nos radicais livres como fator causador das mudanças no envelhecimento leva alguns médicos a indicação de vitaminas, outros, adeptos da restrição calórica, optam pelo regime alimentar, e ainda há os que indicam ambos. O mais interessante, entretanto, é que a recomendação quanto à adoção de um estilo de vida ativo acompanha a prescrição médica. Isto se deve ao reconhecimento de que, para intervir no processo de envelhecimento, não basta ater-se a um de seus fatores, dada a sua complexidade e heterogeneidade, por isso todo estudo deve incluir as variáveis ambientais.

Se, por um lado “o ciclo biológico próprio do ser humano assemelha-se ao dos demais seres vivos – todos nascem, crescem e morrem –, por outro, as várias etapas da vida são social e culturalmente construídas”,^{65:14} o que é possível verificar através das teorias psicossociais.

A concepção de velhice associada ao declínio é uma concepção clássica sobre o caráter involutivo da velhice, que foi validada cientificamente no século XX, e que associada ao fator econômico, deu origem às teorias psicossociais. Desenvolvidas em contextos sócio-históricos determinados, refletem as preocupações e ideologias vigentes em cada época, e sua sucessão, corresponde a

evolução nas diferentes formas de compreensão da velhice.

As primeiras teorias psicossociais, a do desengajamento e a da atividade estão diretamente relacionadas ao surgimento de um novo fato social que é a aposentadoria. Terceira Idade é a nova categoria social que surge para designar o envelhecimento ativo e independente, concebido a partir dessas teorias, e que é caracterizado pela ociosidade criativa e pela prática de múltiplas atividades físicas e culturais. É no bojo dessas teorias que nascem e multiplicam-se os programas voltados para idosos, originariamente, na forma de grupos de convivência.

Pelo fato de o fenômeno do envelhecimento estar, habitualmente, associado às mudanças físicas, tais como, perda de força, diminuição da coordenação e do domínio do corpo e deterioração da saúde, entre outras, e às mudanças cognitivas evocadas por problemas na memória e aquisição de novos conhecimentos, omitindo as diferenças individuais e a relação com fatores ambientais e sociais, a Terceira Idade como categoria social, já não dá conta da diversidade do fenômeno da velhice. Estas alterações morfológicas e funcionais que ocorrem na velhice são consideradas normais e não constituem doença. Entretanto, à medida que a idade avança, os sintomas e expressões de dependência física e mental vão se acentuando. Daí a classificação que já está sendo utilizada pelos países europeus da quarta e quinta idade. A quarta idade compreende os idosos dos 75 aos 85 anos, e a quinta os que estiverem acima desse patamar.

As primeiras iniciativas de programas de atendimento a idosos no Brasil, datam da década de 60, com atividades definidas basicamente como de lazer. Nos anos 80 expandiram-se os programas e as atividades foram diversificadas. Quando a qualidade de vida, associada à saúde e à atividade física passa a ser tema de grande relevância, e diante do crescimento da população idosa e da expansão da

longevidade, surgem os programas de atividade física para essa faixa etária.

As concepções tradicionais de velhice como doença, degeneração e declínio, não atentam a heterogeneidade do processo, que é diferente para cada indivíduo, como também para a terceira idade, ativa, e a quinta idade, com maior probabilidade de dependência física ou mental. Emerge, então, na sociologia e na psicologia uma concepção evolutiva de velhice na perspectiva teórica do curso de vida.

É na perspectiva teórica do curso de vida que encontramos explicações para as ações profissionais que investem nos potenciais que as pessoas ainda conservam para o seu funcionamento e desenvolvimento diante das mudanças evolutivas, como também para a compensação das perdas inerentes ao processo. Por outro lado, os próprios idosos ao aderirem aos programas estão contribuindo para a construção de cursos diferenciados de vida, participando da criação de novas expectativas para a velhice, e de novas normas de comportamento para essa faixa etária.

O estudo do fenômeno do envelhecimento implica em reconhecer o que há de importante e específico nessa etapa da vida para que seja desfrutado, mas também deve compreender os sofrimentos, as doenças e as limitações que lhe são inerentes.

4 CONTEXTOS DA VELHICE

*“Desde os seis anos que eu tinha a mania
de desenhar a forma das coisas.
Quando estava com 50 anos,
havia publicado uma infinidade de desenhos,
mas tudo que produzi antes dos 70 anos
não é digno de ser levado em conta.
Aos 73 anos aprendi um pouco sobre a verdadeira estrutura
da natureza, dos animais, plantas, pássaros, peixes e insetos.
Em consequência, quando estiver com 80 anos,
terei realizado mais progressos.
Aos 90 anos penetrarei no mistério das coisas.
Aos 100 anos, por certo,
terei atingido uma fase maravilhosa.
E, quando fizer 110 anos, qualquer coisa que eu fizer,
seja um ponto ou uma linha, terá vida “.*

4.1 O CONTEXTO SOCIOCULTURAL DA VELHICE

No contexto sociocultural os fatores biológicos ou cronológicos não são critérios para a compreensão da velhice, mas sim o seu significado, a sua simbologia, ou o que ela representa em diferentes épocas. Isto porque “o homem não vive nunca em estado natural; na sua velhice, como em qualquer outra idade, seu estatuto lhe é imposto pela sociedade à qual pertence”.^{7:15}

Velhice sempre existiu em todos os tempos e em todas as culturas, mas na trajetória da história cultural da humanidade os fatos demonstram que a posição destinada aos velhos na sociedade e a representação que deles se faz varia conforme a época e o lugar, tendo sido ora exaltados, ora eliminados, de acordo com a cultura vigente.

A análise feita por Beauvoir quanto a condição dos velhos através do tempo mostra que a contribuição positiva dos idosos para a coletividade é a sua memória e a sua experiência, já que lhes falta a força e a saúde. Quando não havia livros, o velho era o saber acumulado, ele detinha a memória coletiva, evocada e transmitida oralmente, e quanto mais primitiva a sociedade, mais importante era o seu papel. Da descrição das atitudes das sociedades históricas para com os velhos e das imagens que deles forjaram, destacamos algumas épocas e locais que consideramos representativos para a compreensão da condição dessa categoria social.

4.1.1 A condição dos velhos na história cultural da humanidade

A China proporcionou aos velhos uma condição singularmente privilegiada. A qualificação e a responsabilidade das pessoas aumentava com os anos e no cume encontravam-se os idosos. E essa posição elevada refletia-se na família, sendo que toda a casa devia obediência ao homem mais idoso e, sua autoridade, não diminuía com a idade. Confúcio (551 a.C.-479 a.C.) justificava moralmente essa autoridade associando velhice à posse da sabedoria. Na literatura chinesa a velhice nunca é denunciada como um flagelo.

Já no Ocidente, o primeiro texto conhecido dedicado à velhice, escrito em 2500 antes de Cristo por Ptah-hotep, filósofo e poeta egípcio, traça um quadro sombrio:

Como é penoso o fim de um velho! Ele se enfraquece a cada dia; sua vista cansa, seus ouvidos tomam-se surdos; sua força declina; seu coração não tem mais repouso; sua boca torna-se silenciosa e não fala mais. Suas faculdades intelectuais diminuem, e lhe é impossível lembrar-se hoje do que aconteceu ontem. Todos os seus ossos doem. As ocupações que até recentemente causavam prazer só se realizam com dificuldade, e o sentido do paladar desaparece. A velhice é o pior dos infortúnios que pode afligir um homem. O nariz entope, e não se pode mais sentir nenhum odor.^{7:114}

Essa “enumeração desolada das deficiências da velhice será encontrada em todas as épocas, e é importante sublinhar a permanência desse tema”.^{7:114} Ainda hoje, prevalecem idéias, mitos e preconceitos que datam de priscas eras.

O respeito do povo judeu pelos idosos pode ser verificado através de seu principal livro: A Bíblia.⁵⁵ No livro bíblico Eclesiástico (AT) consta “Obrigações dos filhos” onde podemos encontrar recomendações quanto ao cuidado com os idosos: “Filho, ampara a velhice de teu pai, e não lhe dês pesares em sua vida: e se lhe forem faltando as forças, suporta-o, e não o desprezes por poderes mais do que ele: porque a caridade que tu tiveres usado com teu pai, não ficará posta em

esquecimento” (Ecle, 3:14,15). Sobre a “Maturidade da Velhice”: “Como acharás tu na tua velhice, que o não ajuntaste na tua mocidade? Quão belo é às cãs o juízo, e aos anciãos o ter conhecimento do conselho! Quão bem parece a sabedoria nos velhos, e a inteligência, e o conselho nas pessoas da alta jerarquia! A experiência consumada é a coroa dos velhos, e o temor de Deus é a sua glória” (Ecle, 25:5-8).

No povo judeu, a sociedade descrita é patriarcal, na qual os grandes ancestrais eram os eleitos e os porta-vozes de Deus, eram venerados e respeitados. Tanto a velhice era valorizada que, maltratar os pais era um crime que podia ser punido com a morte. Os idosos tinham um papel político na sociedade, pois o órgão máximo do povo hebreu, o “Sinédrio”, era composto por setenta (70) “anciãos do povo”, homens ilustres, cujas filhas poderiam casar-se com sacerdotes.

Na Grécia Antiga não se verifica uma unidade de tratamento para com os mais velhos. Pode-se dizer que a velhice era mesmo uma etapa da vida temida pelos gregos, principalmente pela civilização helênica, onde o vigor característico da juventude era muito valorizado. Porém, de maneira geral, a velhice estava associada à idéia de honra, o que pode ser verificado mediante o fato de o rei ser assistido por um conselho de anciãos, mesmo que esse conselho tivesse apenas um papel consultivo, para o qual alertava Homero. É que nessa época (séc. IX) a coragem física e valores guerreiros desempenhavam um papel essencial, como podemos constatar através da obra “Ilíada”, de maneira que a velhice e a morte eram evocadas de forma a induzir a uma aceitação deliberada da condição humana.⁶⁷ Portanto, a velhice era associada à experiência, à arte da palavra e à autoridade, mas era reconhecida a fragilidade física do idoso.

A idade madura e a idade avançada não deixaram de ser prestigiadas na Grécia, pela ausência do vigor físico, pois, não confiavam nos jovens para os

negócios públicos, lembrando os conselhos de anciãos.⁵⁶ O conselho de anciãos de Esparta, chamado Gerúsia, era composto de pessoas com mais de 60 anos, eram muito respeitados e tinham bastante autoridade, além de mestres, possuíam o poder de avaliar e decidir qual recém-nascido deveria viver ou morrer. Mesmo quando a idade mínima para ser membro do conselho fosse 30 anos, como era no caso de Atenas, para fazer parte da Assembléia num tribunal de arbitragem era necessário ter 60 anos.

Quando a Grécia viveu um regime feudal o papel dos velhos permaneceu mais honorífico que eficaz, pois a propriedade era defendida pelas forças das armas, atributo dos jovens. A condição dos velhos passou a ter outro enfoque quando se colocou o regime de propriedade, garantida não mais pela força, mas sim pela lei, possibilitou que os idosos por acumularem mais riqueza que os jovens, ocupassem o alto da escala social.

Em Esparta a velhice era honrada, os homens de 60 anos ou mais liberados de suas obrigações militares, estavam predestinados a manter a ordem que lhes fora imposta, ou seja, manter o *status quo* da sociedade oligárquica, opressiva e estática, por isso eles eram encarregados de formar a juventude e nelas inculcavam o respeito à idade avançada.

Em Atenas, as leis de Sólon conferiram todo o poder às pessoas idosas e, enquanto o regime permaneceu aristocrático e conservador, a velha geração manteve suas prerrogativas, que foram perdidas quando estabelecida a democracia.

Platão e Aristóteles refletiram sobre a velhice e chegaram a conclusões opostas. Platão, estreitamente ligado a suas opções políticas, criticava severamente a democracia ateniense que não respeitava suficientemente as competências, deplorando que Esparta escolhesse para magistrados não os homens mais sábios,

isto é, os velhos, mas aqueles que a guerra formara. Segundo ele, os homens só estariam capacitados para governar a Polis após uma educação que começasse na adolescência e que frutificasse plenamente aos 50 anos, idade a partir da qual o filósofo possuiria a verdade. Sua filosofia o autorizava a desprezar o declínio físico do indivíduo, pois a verdade do homem residiria na sua alma imortal, que se aparentava às idéias, enquanto que o corpo não passava de uma realidade ilusória. Aristóteles, por sua vez, afirmava que a alma não era puro intelecto, pois o homem só poderia existir através da união do corpo e alma, conseqüentemente, o corpo deveria permanecer intacto para que a velhice fosse feliz. Assim, “uma bela velhice é aquela que tem a lentidão da idade, mas sem deficiências. Ela depende ao mesmo tempo das vantagens corporais que se poderia ter, e também do acaso”.^{7:136} A concepção de velhice de Aristóteles afasta os idosos do poder, que são vistos como indivíduos enfraquecidos.

Entre os romanos a relação do velho com a sociedade se dá através da propriedade. Enquanto proprietários, a propriedade privada era garantida por lei e eles eram respeitados. E, foram os ricos proprietários fundiários, que haviam chegado ao fim de suas carreiras de magistrados, que detiveram o poder, eles compunham o senado. O senado era a mais importante instituição de poder, cujo nome deriva de “senex”, que significa idoso, valorizando a experiência destes cidadãos.

Esta situação privilegiada dos velhos afirma-se no interior da família, onde o poder do paterfamilias é quase sem limites. Ele tem os mesmos direitos sobre as pessoas do que sobre as coisas: matar, mutilar e vender. O regime republicano fracassa a partir dos Gracos e o senado perde pouco a pouco seus poderes que passam às mãos dos militares, ou seja, de homens jovens. Cícero, que era senador,

compõe, aos 63 anos, uma defesa da velhice para reforçar a autoridade do senado que estava abalada. Ele chama de preconceitos as idéias que se têm da velhice: mas reconhece que, em geral, ela é detestada.

Durante o Baixo-Império e a alta Idade Média (século V ao X), quando a sociedade era regida pelas armas, os velhos foram excluídos da vida pública. Na família, na Idade Média, o avô era respeitado, os pais exigiam obediência de seus filhos e lhes impunham casamentos. Ao fim da Idade Média, no século XIV, quando a propriedade funda-se em contratos, e não na força física, os velhos podem tornar-se poderosos através da acumulação de riquezas. Observa-se que, os antigos não tinham como referência a idade cronológica para estabelecer a condição de velhice, o tempo de velhice poderia ser a partir dos 45 anos, considerando que, com esta idade, a pessoa já detinha saber ou propriedade, o que lhe assegurava um papel na sociedade, e a longevidade era rara, poucos viviam muito mais do que isso. Carlos V, por exemplo, morre com 42 anos de idade, em 1380, com a reputação de um velho sábio.

É possível verificar a associação entre velhice e sabedoria também na descrição das idades da vida, onde as idades são representadas no século XVI, de acordo com as funções sociais.⁶⁸ Em uma pintura no palácio dos Doges, pode ser visto:

Primeiro, a idade dos brinquedos: as crianças brincam com um cavalo de pau, uma boneca, um pequeno moinho ou pássaros amarrados. Depois, a idade da escola: os meninos aprendem a ler ou seguram um livro e um estojo; as meninas aprendem a fiar. Em seguida, as idades do amor ou dos esportes da corte e da cavalaria: festas, passeios de rapazes e moças, corte de amor, as bodas ou a caçada do mês de maio dos calendários. Em seguida, as idades da guerra e da cavalaria: um homem armado. Finalmente, as idades sedentárias, dos homens da lei, da ciência ou do estudo: o velho sábio barbudo vestido segundo a moda antiga, diante de sua escrivaninha, perto da lareira.^{68:39}

No século XVIII, em toda a Europa, a população cresce e rejuvenesce

graças a uma melhor higiene, mas o domínio do velho na família e na sociedade começou a mudar, e acredita-se que o início da perda de poder e de prestígio se deva a Revolução Industrial, que ocorreu no fim desse século, e que pode ser considerada a causa fundamental de grandes transformações estruturais, especialmente no mundo ocidental, que interferiram na estrutura familiar, nas relações de trabalho, nos valores econômicos e em outros campos. Surge a família nuclear, na qual o idoso perde seu espaço, e não sendo mais produtivo economicamente, passa a ser considerado improdutivo e descartável. E assim instala-se o conceito negativo de velhice.

De acordo com Beauvoir⁷ as concepções de velhice variam conforme o interesse das classes sociais, manifestas pelos legisladores e moralistas, e esta questão está sempre relacionada com a questão do poder, pois até o século XIX, ela não encontrou referência aos velhos pobres, que eram pouco numerosos e sua vida era mais curta. A velhice idealizada e prestigiada na mitologia e no folclore é representada na maioria das vezes pela imagem do homem idoso, cheio de vigor, bondade e sabedoria, enquanto que a imagem da velhice feminina é identificada inúmeras vezes com o lado negativo e sombrio da vida.⁵⁶ O prestígio e a valorização da mulher estavam relacionados à procriação, após a menopausa, perdiam seu valor.

As ideologias predominantes em cada época reconheciam a velhice como categoria social, ora exaltando-a como virtude, ora marginalizando-a pela ausência da força física. Já aos artistas e poetas a velhice só interessou enquanto aventura individual, e desta forma era temida e apresentada como algo negativo, evidenciando-se as suas limitações. Como exemplo,⁶⁷ podemos citar as obras: “Velha mulher bêbada”, escultura de Míron de Tebas, Grécia, século I, que retrata o

corpo descarnado e a atitude decadente; as dramatizações da Escola de Pérgamo, Grécia, século I, que representavam as mulheres velhas associando velhice à decadência. Os autores referiram-se também à “Ilíada”, de Homero (século IX), onde a força, coragem física e valores guerreiros desempenhavam um papel essencial, evocando a velhice e a morte de forma a induzir a uma aceitação deliberada da trágica condição humana.

De toda a história da velhice o que se verifica é que, mesmo tendo sido reconhecida como sabedoria, nunca foi ignorada sua fragilidade, por isso as imagens que dela se tem em diferentes épocas, ora evocavam um ou outro atributo. Mas o interessante é que hoje já não tem sentido a imagem da decrepitude do ancião dos séculos XVI e XVII. O ancião desapareceu, foi substituído pelo “homem de uma certa idade”, e por “senhores ou senhoras bem conservados”. Para Ariès^{68:48} “a idéia tecnológica de conservação substituiu a idéia ao mesmo tempo biológica e moral da velhice”, associadas à fragilidade e à sabedoria.

4.1.2 A condição da velhice na sociedade moderna

Em todas as sociedades em que os velhos foram exaltados o que se constata é o domínio social destes em relação à apropriação do saber, que se refletia na memória, autoridade e acumulação de bens. A velhice era reconhecida socialmente, tinha um valor simbólico.

Na modernidade o velho não é considerado produtor de bens nem consumidor importante, perdendo seu valor social perde seu valor simbólico positivo.

É na sociedade moderna que a velhice deixa de ser reconhecida como sabedoria, mais especificamente a partir da segunda metade do século XIX, quando a racionalidade predominante volta-se ao trabalho produtivo e criativo próprio para os mais jovens, passando a velhice a ser tratada como uma etapa da vida caracterizada pela decadência física e ausência de papéis sociais. De acordo com Burgess “a sociedade moderna não prevê um papel específico ou uma atividade para os velhos, abandonando-os a uma existência sem significado”.^{22:71} Portanto, o século XX recebeu e desenvolveu essa imagem negativa, sobretudo a fragilidade biopsíquica e a decadência, resultante da perda de status, de poder econômico e social, quando o mundo passa a ser dominado por quem detém a Ciência e a técnica, ou seja, os jovens.

Mas a velhice como construção social é uma realidade que se cria e recria em função das mudanças que ocorrem na estrutura e no conjunto da sociedade, e o que hoje se verifica é o “envelhecimento do envelhecimento”, isto é, há um incremento de subgrupos de mais idade dentro do grupo de pessoas idosas:

Já há uma denominação de velho-jovem (65 a 79 anos) e de velho-velho (dos oitenta anos em diante). Está havendo um rejuvenescimento dessas pessoas. As de 65 anos e mais aparecem dentro de cada subgrupo cada vez mais jovens, tanto por seu estado de saúde, vitalidade, formas de atuar, atividades desenvolvidas, como por suas atitudes, valores e aparência física. É o resultado de processos de mudanças estruturais. A realidade social da velhice vai se transformando progressivamente.^{23:58}

Esse fenômeno faz com que exista uma maior visibilidade social da velhice, o que impulsiona um reinvestimento nesta faixa etária, no sentido de outorgar-lhe um novo reconhecimento simbólico.

A caracterização do envelhecimento como processo de perdas foi responsável por um conjunto de imagens negativas associadas à velhice, como já se sabe, mas foi também um elemento fundamental para a legitimação de direitos

sociais, como a universalização da aposentadoria. Introduzida no início do século, fez com que a maioria assalariada do mundo inteiro passasse a contar com a previdência social.

A medida em que outros setores sociais e profissionais, com níveis mais altos de aspirações e de consumo, passam a ter direito a aposentadoria, assim como grupos mais jovens passam a adquiri-la, a aposentadoria deixa de ser uma relação entre trabalho assalariado e o último estágio da vida. Assim, invertem-se os signos da aposentadoria²² que deixa de ser um momento de descanso e recolhimento para tornar-se um período de atividade e lazer, com novas designações: “Terceira Idade”, “idade do lazer”, “aposentadoria ativa”, “melhor idade”, entre outros.

Grupos de idosos, universidades abertas para a Terceira Idade e outros programas sociais voltados para esse grupo etário multiplicam-se oportunizando novas experiências a serem vividas coletivamente, de forma antes só admitida para os mais jovens.

O sistema capitalista que ora impera vai se valer desse fenômeno reintroduzindo o idoso na sociedade, identificando-o, a partir da imagem atualmente idealizada dos idosos dinâmicos e alegres dos grupos de ‘terceira idade’, como potencial consumidor na promoção da “indústria do lazer e do consumo”. Surge, então, um mercado exclusivo para idosos que não se restringe a medicamentos e serviços de saúde.

Essa nova imagem de idoso é resultante do movimento de revisão dos estereótipos associados ao envelhecimento que se verifica na sociedade contemporânea. É produto da compreensão de que se trata de um estágio de vida propício para novas conquistas, guiadas pela busca do prazer e da satisfação

pessoal. Atualmente já se constata mudanças de atitudes importantes nas diferentes sociedades frente ao envelhecimento, através do reconhecimento de uma série de potencialidades que contribuem para que seja redimensionado o seu lugar social. Com o aumento da expectativa de vida e das taxas de sobrevivência crescem as oportunidades de realização e satisfação do idoso, deixando a velhice de ser caracterizada pelo ócio. Sob a denominação de “Terceira Idade” impõe-se uma nova ideologia de velhice caracterizada pela atividade, participação e responsabilidade pessoal de cada idoso envelhecer bem.

Cada vez mais “os próprios idosos estão rejeitando as representações negativas a respeito da idade e vencendo os preconceitos, os estereótipos e as barreiras que cercam a sua condição”.^{69:49} Rompendo com normas sociais que dizem como devem agir, se comportar ou se vestir, eles estão buscando novos espaços e novas formas de participação social. Tal atitude também pode ser relacionada à incapacidade do velho para superar criticamente o modelo vigente que prioriza o jovem, belo, forte e poderoso, submetendo-se a ele na tentativa de apagar as diferenças, fazendo tudo para se incluir.

Vivemos um período em que a idade cronológica é relativamente pouco importante como elemento de diferenciação entre pessoas e grupos e como critério de *status*. Há um mascaramento dos limites etários,⁷⁰ de modo que, em certos domínios, chega a ser difícil identificar quais são os comportamentos esperados de jovens e de adultos mais velhos. Se esse fenômeno, por um lado, pode ser fruto de desconforto para alguns, por outro, abre para o idoso oportunidades de vivenciar experiências, de buscar novas formas de auto-expressão e de explorar novas identidades, sem os constrangimentos, os estereótipos, as normas e os padrões comportamentais baseados na idade que vigoraram em outras épocas. Debert

constatou, em sua pesquisa, uma mudança radical nas experiências de envelhecimento entre as mulheres, essas estão vivenciando:

uma situação considerada privilegiada, se comparada com a experiência de envelhecimento de suas mães e avós que depois dos 40 anos 'passavam a se vestir de preto', 'não podiam tingir o cabelo' e 'quase não saíam de casa'. A experiência atual é concebida como mais gratificante do que outras etapas vividas; liberadas das obrigações e controles a que se submeteram quando mais jovens, consideram-se agora livres para a realização de um conjunto de atividades prazerosas, em um contexto marcado por mudanças culturais radicais.^{22:27}

As novas imagens de velhice contribuem na revisão de estereótipos pelos quais o envelhecimento é tratado, desestabilizando imagens culturais tradicionais, elas oferecem um quadro mais positivo do envelhecimento, que passa a ser concebido como uma experiência heterogênea em que a doença física e o declínio mental, considerados fenômenos normais nesse estágio de vida, são redefinidos como condições gerais que afetam as pessoas em qualquer fase.²² Mas seria ilusório pensar que essas mudanças são acompanhadas de uma atitude mais tolerante em relação às idades, pois a valorização da juventude é característica marcante no processo de constituição de novas imagens de velhice, associada a valores e estilos de vida e não propriamente a um grupo etário específico. Assim, a promessa da eterna juventude passa a ser um mecanismo fundamental de constituição de mercados de consumo.²²

5 PENSANDO O CORPO E O ENVELHECIMENTO

*“O corpo é o veículo do ser no mundo,
e ter um corpo é para uma pessoa viva,
juntar-se a um meio definido,
confundir-se com alguns projetos
e engajar-se continuamente neles e
se é verdade que tenho consciência de meu corpo
através do mundo, que ele é, no centro do mundo,
o termo inapercebido para o qual todos os objetos voltam a face,
é verdade, pela mesma razão, que meu corpo é o “ pivô ” do mundo”.*

Merleau- Ponty⁷¹

O corpo é, desde a antigüidade grega e latina, um dos principais temas de reflexão e de interrogação conforme podemos constatar ao fazermos uma retrospectiva de sua história na cultura ocidental.

Ele é considerado historicamente como o principal responsável por todos os nossos tormentos.⁶⁷ “Essa má reputação deve-se ao facto que os médicos construíram os seus conhecimentos a partir da dissecação de cadáveres e que os crentes fizeram dele o lugar original de todos os pecados. Os artistas, os escritores, louvaram-no ou amaldiçoaram-no alternadamente, idealizando-o, simbolizando-o, e raramente o representando tal como é.”^{67:9-10} E ainda, em se tratando de velhice, sempre foram evidenciadas suas limitações.

5.1 DUALISMO COMO BASE PARA O PENSAMENTO

A influência do dualismo na nossa cultura não se limita à concepção de corpo, é também a base para a própria concepção de mundo, servindo de referência para o sistema de valores no qual se assenta a sociedade. Tal influência pode ser verificada na mitologia da criação do Universo, uma vez reconhecido que o mito

tem essa capacidade metafórica para moldar as formas intelectuais e sociais de pensamento e de comportamento, transcender as sagradas cosmogonias religiosas e adquirir formas seculares, as quais emprestam valor a tudo, a absolutamente tudo, que realizamos em termos de arte, ciência, comunicações e todas as demais experiências da vida.^{72:22}

Highwater⁷² destaca o dualismo cósmico presente na mitologia persa com suas concepções polêmicas e que fornecem a estrutura sobre a qual erguemos o nosso sistema de valores de inocência e de culpa, de bem e de mal, de dor e de

prazer, de normalidade e de anormalidade:

A chave da mitologia persa é o dualismo cósmico, com uma luta permanente entre as forças do bem (ou da luz) e as forças do mal (ou das trevas). O conflito reflete-se em todos os aspectos da vida humana, tanto de modo profundo como superficial. Tomamos por certa a noção de que a escuridão equivale ao mal e que a luz é uma referência ao bem. Estamos perfeitamente familiarizados com a descrição de vilões escuros ameaçando heróis loiros, em melodramas e na ficção científica, de cowboys de chapéu branco montados em cavalos escuros. Temos medo do escuro. Para nós, as forças das trevas são demoníacas. Além do mais, a noite tem má fama, está cheia de demônios, vampiros, lobisomens e todas as criaturas associadas à lua feminina, que não toleram a luz do sol.^{72:95}

O dualismo reflete-se em toda a ordem cultural: pensamos o corpo em oposição à mente, o velho, em oposição ao novo, o idoso ao jovem, o gordo ao magro, a cultura se contrapondo à natureza, e o corpo conhecido ao corpo vivido.

Se o corpo constitui problema para os filósofos gregos,

é porque lhes apareceu como a soma de uma longa e difícil luta entre dois princípios: um, em relação com a racionalidade, o inteligível, porque material; o outro, em relação com o sensível, por estar ligado ao mundo do além. O corpo define-se como uma dualidade, corpo-alma.^{67:21}

A visão dualista de homem tem origem na tradição antropológica ocidental, influenciada pelas concepções de Platão (430 - 347 a.C.) “de que o corpo é o elemento material onde a alma repousa”.^{73:63} Daí a idéia de corpo invólucro e de sua pouca importância, expressa até hoje, conforme podemos verificar, o que ratifica a escala hierárquica que exalta a mente e o espírito e denigre o corpo.

Nos diálogos de Platão encontramos a sua filosofia do corpo, “Timeu”, traz os seus princípios básicos, e na “República”, essa filosofia é transferida para seu projeto político. Para Platão o homem possui duas almas. Uma imortal que reside na cabeça. Está separada do resto do corpo por um corredor, o pescoço, para evitar que seja contaminada pelas outras partes do corpo. Os indivíduos, que possuem a alma imortal como dominante, são os filósofos e serão os governantes. A cabeça é a parte principal e nobre do corpo, a ela cabe a função de comando de todo o corpo,

mas não enquanto nela está o cérebro, mas por nela estar a alma imortal. A outra alma é mortal e constitui-se de duas partes: uma parte é melhor e sua residência é o tórax; a outra é inferior e habita o ventre, são separadas pelo diafragma para que não haja contaminação. A classe dos guerreiros possui o predomínio da parte da alma que habita o peito, a esses cabe o dever de defender a sociedade, sendo a coragem aliada à força sua principal virtude. E, por fim, os que têm alma dominante residindo no ventre serão os trabalhadores ou os homens dos negócios, esses se caracterizam pela força física, mais próximos ao animal.⁷⁴

Retomando com Grando,⁷³ ele diz que “em sua concepção Platão preconiza a ginástica para o corpo e a música para a alma”. Diz ele ainda que, dentre os seguidores de Platão destaca-se Juvenal, “que esclarece as relações entre o corpo e o espírito, com sua conhecida frase *mens sana in corpore sano*”. Em outras palavras, preservando o corpo, o espírito e a cabeça estariam preservados.

Aristóteles (384-322 a.C.), discípulo de Platão, conhecido principalmente como inventor da lógica, é um sábio e suas obras infinitamente numerosas constituem a súpula dos saberes da época, também se preocupou com a problemática significação do homem. Diferentemente do seu mestre Platão, concebe o homem como uma unidade alma e corpo:

O homem é sempre composto de um corpo e de uma alma, mas o corpo é visto como composto de órgãos, uma máquina bem feita. A alma é o seu objetivo final, o corpo por assim dizer desemboca na alma, mas, por sua vez, a alma age sobre o corpo e está nele, não sendo ele o seu objetivo, mas o seu meio de ação sobre as coisas, formando o todo uma harmonia plena e contínua.^{67:26}

A definição que Aristóteles nos deu do homem, mostra “que os problemas que ele pôs são ainda fonte de reflexão, de interrogação sobre o seu lugar enquanto intermediário entre o homem e a natureza. O corpo apresenta o interesse e a complexidade de estar na junção dos dois.”^{67:28}

São Paulo (século I) coloca o termo carne em oposição ao de corpo que havia sido na tradição grega o lugar instrumental da alma, e essa idéia de carne e encarnação garantiriam a idéia da unidade total.⁷⁴ Mas a substituição do corpo pela carne não garantiu a unidade pretendida, pois a carne permaneceu detentora de todas as fraquezas humanas, como podemos verificar através das exortações de São Paulo: “Digo-vos pois: Andai segundo o espírito e não cumprireis os desejos da carne. Porque a carne deseja contra o espírito: e o espírito contra a carne: porque estas coisas São contrárias entre si: para que não façais todas aquelas coisas que quereis”. Em Gálatas encontramos que fornicação, impureza, desonestidade, luxúria, idolatria, envenenamentos, brigas e outras coisas semelhantes estão ligadas à carne, enquanto que a caridade, a fidelidade, a modéstia, a castidade, dentre outras virtudes, são frutos do espírito. Os que vivem segundo a carne, gostam do que é carnal. Os que vivem segundo o espírito, apreciam o que é espiritual. Ora, a aspiração da carne é a morte, enquanto a aspiração do espírito é a vida e a paz.^{72:111} O dualismo helenístico com seu contraste entre o físico e o espiritual, teve suas raízes em São Paulo e influenciou todo o ensinamento cristão até os dias atuais.⁷²

Santo Agostinho (354-430), informa Highwater, surge quando o cristianismo deixara de ser uma seita dissidente para se tomar a religião oficial de Roma, em fins do século IV, argumentando que o corpo era a manifestação do pecado, e sua teoria sobre o pecado original solidificou-se, tornando-se herança de todas as gerações futuras de cristãos ocidentais.

O resíduo de seu dogmatismo está presente em toda a cultura ocidental, influenciando até mesmo as pessoas que não se deixam governar, de modo consciente, por valores religiosos. É algo que está embutido em nossas metáforas sociais e atitudes básicas. Aceitamos como verdade a virtude do espírito e a contaminação do corpo, criamos figuras de retórica sobre o bem, encarnado na luz, e sobre o mal, que se oculta nas trevas. Tendemos igualmente a ver na doença o castigo do pecado e o infortúnio como paga por alguma falta.^{72:119}

Com o advento do cristianismo, a alma passou a ocupar o lugar do espírito

em sua oposição ao corpo. A imagem platônica ficou fortalecida pela moralidade do pensamento judaico-cristã, cuja concepção trouxe não apenas a noção de uma alma que continua no além, mas de uma alma que, para se purificar e elevar-se até Deus, exige o sofrimento do corpo. O corpo carrega em si a marca do pecado original.⁷⁵

Enquanto Agostinho adaptou o pensamento platônico ao dogma cristão, São Tomás conseguiu conciliar as obras de Aristóteles com os ensinamentos que a Igreja então pregava.

Em meados do século XIII, na era da escolástica,^d Tomás de Aquino, o maior de todos os filósofos medievais, fez uma releitura da obra de Aristóteles, sintetizando a cosmologia cristã e a cosmologia antiga, o que contribui para alterar toda a concepção de Natureza e, por conseguinte, de corpo humano. A Igreja passa a difundir que os

seres humanos só podem se aperfeiçoar se submeterem os seus impulsos e paixões à razão; a Natureza, toda ela, é criação divina onde se manifestam a sua bondade e a sua sabedoria: toda a ação humana deve, portanto, imitar a Natureza, que passa a ter uma função normativa. Esses dois pontos deixam perceber a mescla do cristianismo desse período: o primeiro claramente vinculado ao mundo greco-romano, com seus elogios à supremacia da razão; e o segundo com a incorporação da premissa estoica fundamental, relativa à natureza da Natureza.^{77:10}

Assim, a pesquisa anatômica foi interdita durante a Idade Média, com raras exceções, pois as dissecações ameaçavam a ordem natural na qual o corpo humano era uma representação da Natureza relacionada com as questões divinas.

Mas não é só a religião que nos forneceu a concepção de corpo humano, a

^d Termo que significa originariamente “doutrina da escola” e que se usa para designar os ensinamentos de filosofia e teologia ministrados nas escolas eclesiásticas e universidades na Europa, durante a época medieval, sobretudo entre os séculos IX e XVII. A principal característica da escolástica consiste na tentativa de conciliar os dogmas da fé cristã e as verdades reveladas nas Sagradas Escrituras com as doutrinas filosóficas clássicas, principalmente o platonismo e o aristotelismo. O primeiro período da escolástica é marcado pela influência do pensamento de Santo Agostinho e do platonismo. Porém, o período mais florescente da escolástica decorre sob a influência do pensamento de Aristóteles cujas obras começam a ser conhecidas no Ocidente, nos séculos XII-XIII. Alberto Magno e S. Tomás de Aquino são dois representantes ilustres da escolástica cristã, marcados pela influência do aristotelismo. O final da escolástica corresponde aos séculos XIV-XVII, sendo marcado pelo conflito entre diferentes correntes de pensamento e interpretações doutrinárias.^{76:63}

ciência também influenciou a nossa visão do mundo e do corpo, até mesmo porque os grandes pensadores antigos estavam sempre em contato com a ciência, eram simultaneamente filósofos e cientistas universais. Foi Descartes (1595-1650) quem lançou a base filosófica da fisiologia, aventando a idéia de que podemos entender os corpos dos seres humanos e dos animais como máquinas. No entanto, como os princípios morais não se aplicam, evidentemente, a máquinas, mas aos cristãos, Descartes admitia que devíamos ser, portanto, mais do que autômatos em forma humana. E o elemento que torna as pessoas mais do que autômatos é a alma, ação espiritual que não faz parte do corpo.⁷²

Damásio atém-se a célebre expressão de Descartes “penso, logo existo”, dizendo que:

a afirmação sugere que pensar e ter consciência de pensar são os verdadeiros substratos de existir. E, como sabemos que Descartes via o ato de pensar como uma atividade separada do corpo, essa afirmação celebra a separação da mente, a ‘coisa pensante’ (res cogitans), do corpo não pensante, o qual tem extensão e partes mecânicas (res extensa).^{78:279}

O mecanicismo de Descartes se fundiu com a doutrina católica. Apesar do tom científico da teoria, tudo era profundamente cristão, e a aliança da ciência e da religião é um fato que domina toda a história da Antigüidade.⁷² A mística concepção de corpo e espírito de Descartes que foi alicerce para as ciências dos séculos XVII e XVIII, foi formulada com a leitura de Santo Agostinho e dos neoplatônicos que figuravam entre as forças mais influentes da Igreja medieval.

Em síntese, poderíamos dizer que a Idade Média foi marcada pela opacidade da carne pecadora e pelo peso esmagador do espírito de Deus habitando o corpo humano. O corpo medieval pode ser caracterizado como um campo em que se degladiam as forças antagônicas do cristianismo e ainda as concepções pagãs, que nunca foram eficazmente reprimidas, onde as doenças que atingiam o corpo e as

grandes epidemias eram consideradas expiação dos pecados cometidos ou, ainda, imputadas a possessões diabólicas. O corpo era verdadeiro local de confronto entre o bem e o mal, entre o milagre e o pecado, o desejo e o castigo.⁷⁵

A filosofia materialista^e ressurgiu durante o Renascimento com as descobertas científicas, através das quais a curiosidade intelectual do homem modificou todo um sistema. Assim como a natureza não era mais o sagrado intocável, não mais se concebia o corpo humano como morada do espírito de Deus – ambos podiam, portanto, ser investigados.

Os libertinos descobrem no fim do século XVII e início do século XVIII um modo de expressar que se choca profundamente com o dos defensores do pensamento religioso.

Os primeiros delineamentos desse tipo de reflexão aparecem mais sensíveis em Erasmo, mais sutis em Rabelais e depois em Montaigne e Espinosa para explodir no século XVIII num movimento que se opõe violentamente ao pensamento abstrato ou religioso. No fim do século XVIII e durante o século XIX se alargam os horizontes. Naturalistas, biólogos, médicos se dedicam a melhor explorar o corpo objetivo.^{79:24}

A mentalidade dualista penetrou no ensino tanto católico como protestante, com isto justifica-se que tenha se evidenciado durante séculos e que permaneça até os dias de hoje. Segundo Santin^{80:83} “a nossa cultura antropológica ocidental mostra claramente que o humano do homem não foi encontrado e não se situa no corpo, mas no *logos*, na mente, na psiqué, na alma, na inteligência, na consciência”. E o corpo “é o lugar onde o especificamente humano habita e se constitui, onde ele se esconde e se manifesta, mas o corpo parece ser apenas um momento, uma condição, uma transitoriedade do ser humano, nunca seu ponto central, isto é, seu modo de ser”.⁸⁰ A freqüente alusão à mente jovem e corpo velho é a comprovação

^e Na filosofia clássica é a doutrina que reduz toda a realidade à matéria. De uma maneira geral, o materialismo nega a existência da alma, assim como a realidade do mundo espiritual ou divino. O pensamento teria uma origem material, seria um produto dos processos de funcionamento do cérebro. Oposto ao espiritualismo.⁷⁶

da dissociação entre ambos, o que inviabiliza a compreensão da unidade do ser humano, inclusive equivale a pensar o corpo como objeto, como algo fora de si.

Se por um lado essa mentalidade dualista permite justificar que a pessoa não se sinta velha mentalmente, espiritualmente, apesar de reconhecer que o corpo está velho, por outro, pode revelar uma forma preconceituosa de perceber a velhice que afirma: “velhice não é estado de espírito”.⁸¹ Tratar a velhice como tal é negar as transformações do corpo, o que implica em negar uma parte relevante do próprio idoso.

Nesse contexto de dualidade, simbolicamente, o coração é “um dos lugares do corpo mais investidos para figurar certos valores da vida social, certas esperanças da vida espiritual, certos movimentos da vida afetivo-emocional”.^{82:40} É o coração a sede da alma e dos sentimentos.

5.2 A IMPORTÂNCIA DA HERANÇA HISTÓRICA DO CORPO

A herança cultural dos gregos e latinos em muito contribuiu para a atual visão que temos do nosso corpo, mas não podemos deixar de considerar que eles próprios já eram detentores de uma herança cultural, pois absorveram, fundiram e transformaram todas as influências vindas dos quatro cantos do Mediterrâneo.

O corpo concebido pelos gregos correspondia a dois princípios, um, em relação com a racionalidade, o intelegível, porque material; o outro, em relação com o sensível, por estar ligado ao mundo do além. Mesmo fundadores da racionalidade, os gregos reconheciam e aproximavam as duas dimensões, a mítica e a racional. O

racionalismo e o anti-racionalismo existiram lado a lado desde o início da civilização grega, e, “sempre que um deles parecia estar próximo de se tornar dominante, um movimento de reação conduzia a um surto de seu oposto”.^{83:77}

Do gosto pelas matemáticas, que se encontrava no seio de toda a cultura grega, resultou o cânone estético no qual a “beleza reside na relação, não entre os elementos, mas entre as partes, quer dizer, entre um dedo e outro, entre os dedos e palma da mão, entre a mão e o antebraço, entre o antebraço e o braço; ela reside numa relação recíproca de todas as partes do corpo”.^{67:16} A proporção era a referência de beleza para os artistas da época (século VII e VI a.C.).

O pensamento grego também era simbólico porque poetas, filósofos, e artistas, utilizavam os mitos para instruir ou divertir, para precisar o lugar do homem no universo através da narrativa das suas relações com os deuses. Nas artes, verifica-se que os deuses assemelhavam-se aos homens, os artistas davam-lhe a forma perfeita, ou seja, idealizada, dos corpos humanos, com proporções corretas e harmonia, segundo seus princípios.

Através das artes também podemos verificar que os gregos cultivaram tanto o espírito, como o corpo, observando que:

Os povos que cultivaram o corpo mais do que o espírito deram preferência aos espetáculos em que se mostram a força do corpo e a maleabilidade e motricidade dos membros. Os que cultivaram o espírito mais do que o corpo deram preferência às representações em que assistimos aos recursos da inteligência, da astúcia, das paixões. Os gregos cultivaram um e outro, e estimaram as duas formas de espetáculo.^{67:45}

O conceito de corpo humano concebido pelo pensamento grego exclui a idéia de desmesura, porque ela se opunha ao ideal de harmonia matemática e de disciplina do indivíduo. O que é superior no espírito grego é o que tem uma forma, o que não a tem parece inacabado, parece qualquer coisa que não teria acedido ao ser. Mas a forma deve, antes de tudo, ser bela, ser o reflexo de uma virtude

profunda, de um profundo equilíbrio, porque a fealdade que é já em si uma objeção, era para os gregos quase um motivo de recusa. Portanto, Sócrates que tinha a reputação de ser muito feio impunha-se como um paradoxo aos ideais de beleza da época. “A sua fealdade é provocante, mas neste sentido, provoca a reflexão: não se apresenta como belo, mas é belo na realidade, é feio de corpo, mas belo de alma”.^{67:22} O que estava em jogo não era estético, mas existencial. O corpo em si mesmo nada era, a beleza moral de Sócrates deveria ser vista. Tal maneira de pensar se estende até os dias atuais, manifestada através do provérbio popular “quem vê cara não vê coração”.

Assim, o corpo era um meio de valorizar o que é belo. Os gregos criaram o nu levando-o à perfeição e, proporcionando ao homem o sentimento que era um deus. E a beleza estava representada através de seus atletas nus. O corpo para os gregos era idealizado.

Os gregos davam maior importância à elaboração mental do que ao trabalho braçal, sob a influência da filosofia de Platão, fazendo grande distinção entre a classe nobre, composta de cidadãos ociosos, e a massa escrava, considerada muito distante do homem ideal. Os jogos olímpicos se desenvolveram como apêndice ao crescimento do espírito, não estando relacionada essa atividade com o mundo real, com a cotidianidade.

A exaltação do corpo pelos gregos na mitologia, artes, teatro, dança e rituais festivos deixa claro que valores estéticos da beleza conviveram com valores da racionalidade.

Os romanos não foram tão criativos quanto os gregos, mas tiveram igual importância, pois foi através deles que os princípios gregos transitaram até chegar a nós. Eles assimilaram, adaptaram e transformaram as filosofias e os princípios

gregos, tratando de dar um significado ao homem, quer falando da alma, quer apoiando-se na natureza e estabelecendo uma verdadeira filosofia de vida.

A experiência pessoal passa a ser valorizada, sendo uma constante a afirmação do eu em relação ao mundo, emergindo a noção de pessoa, de sujeito. Esses novos conceitos influenciaram a arte podendo verificar-se que os retratos personalizados de imperadores ou de altos dignitários, reproduziam o corpo não mais com idealismo, mas sim com realismo. O corpo perde a importância que tinha para os gregos e aparecem os bustos idealizados. A atitude clássica é procurada, apreciada, e os escultores procuram reproduzir a dignidade da idade, e já não a sua decadência.⁶⁷

Aos romanos pouco interessou o esoterismo matemático e a reencarnação enaltecidos pelo pensamento grego, sendo a moral a sua principal preocupação. Já o Estoicismo,^f escola filosófica grega, teve sucesso em Roma pela sua facilidade de adaptação ao modo de vida, e suas idéias estão presentes em algumas obras importantes tais como: as de Sêneca (1 a.C. - 65 d.C.), como *Vita Beata* e *Da vida feliz* que convida a procurar as fontes da felicidade dentro de si, deixando de lado o que acarreta angústias e perturbações, e *Cartas a Lucílio* que elogia a simplicidade e concede lugar à virtude; a de Marco Aurélio, *Exercícios espirituais*, e de Epicteto, os *Pensamentos* e o *Manual*, que reprovam o corpo e seus prazeres. O estóico reivindicava uma renúncia, um desprezo pelo corpo, não professada pelo

^f Escola filosófica grega fundada por Zenão de Cítio. Desenvolveu-se como um sistema integrado pela lógica, pela física e pela ética, articulados por princípios comuns. Foi, porém, a ética estoica que mais influência exerceu no desenvolvimento da tradição filosófica chegando até a influenciar o pensamento ético cristão nos primórdios do cristianismo. Para o estoicismo, os princípios éticos da harmonia e do equilíbrio fundam-se nos princípios que ordenam o próprio cosmos. O homem, enquanto parte desse cosmos deve orientar a sua vida prática por tais princípios. A ataraxia, a imperturbabilidade, constituem o sinal da sabedoria e da felicidade, pois representam o estado no qual o homem, impassível, não é afetado pelos males da vida. Atualmente, a filosofia da linguagem tem revalorizado a contribuição dada pelos estóicos para a lógica e para a teoria da linguagem.^{76:67}

Epicurismo.⁹ Cícero refutou a moral de Epicuro consagrando o terceiro e quarto livro do *De finibus* à moral romana, onde Catão, o tipo acabado do estóico expora sua doutrina.

Cícero (106 a.C.-43 d. C.) deve ser encarado como um traço de união entre as concepções gregas e romanas. Para ele, o ser humano caracteriza-se pela utilização de uma linguagem e pelo uso da razão. Avança a noção de natureza humana, e o fato que cada um de nós pode aspirar legitimamente à felicidade. A confiança que tem no homem faz com que possamos falar de “humanismo” nascente em Cícero, humanismo que o Renascimento retomará.

Com o advento do cristianismo o pensamento estóico foi reforçado e a corrente platônica triunfou. A concepção judaico-cristã introduziu a noção de uma alma que continua no além e que para se purificar e elevar-se até Deus, era necessário o sofrimento do corpo que carrega em si o pecado original.

No interior da teologia cristã há um estereótipo cultural profundamente estabelecido, “que retrata o corpo como um chefe rebelde, senhor do desregramento, símbolo do excesso de comida, bebida, sexo e violência”^{84:310} próprio da sua condição de portador do pecado.

Assim, o corpo na Antigüidade Clássica era diminuído ante a mente que formula idéias, a alma que é imortal ou ao espírito que o habita. As esperanças do homem medieval estavam dirigidas para o além, pois só o paraíso lhe acenava com a promessa de uma realização total,⁸⁵ ao referir-se ao simbolismo nas artes plásticas. Essas esperanças do além se expressavam através na altura crescente

⁹ Doutrina do filósofo grego Epicuro segundo a qual o bem é o prazer. O prazer consiste na eliminação de toda a dor; o estado estável do prazer é a ausência de dor, a ataraxia. É o prazer estável que garante a felicidade. O sábio despreza a morte. Aprender a viver é aprender a gerir melhor os prazeres, afastando aqueles que não são nem naturais nem necessários e fomentando aqueles que se encontram nos limites da natureza. O estádio supremo dessa moral é a beatitude da ataraxia: a total imperturbabilidade diante da dor. ^{76:60-1}

das catedrais góticas que pareciam desafiar as leis da gravidade e na elevação do centro da cruz.

No corpo medieval estão presentes tanto as forças do cristianismo como as concepções pagãs, expressas nos jejuns dos dias santificados e comilança e bebedeira nos demais. O corpo era local de confronto entre o bem e o mal, entre milagre e pecado, entre desejo e castigo, onde as doenças eram consideradas expiação dos pecados cometidos ou possessões diabólicas. Assim, pode-se compreender as pinturas de santos mortificados e de alegres festas aldeãs e o tema da tentação que se resumia aos prazeres da carne.

No século XVI, as reformas são auto-infligidas implementando aspirações para um melhor auto-controle, associadas à educação e à disciplina familiar.⁸⁴ Manuais para comportamento adequado, tanto religioso quanto civil, foram impressos em grandes estoques, dispendo sobre a submissão e a obediência do corpo, e sobre o cultivo de boas-maneiras, da decência e do decoro.

É no Renascimento que o corpo humano começa a se deslocar da carne ao corpo dissecado, descrito em sua anatomia interna e comparado a um mecanismo, com Descartes, onde a doença deixa de ser vista como a manifestação da vontade divina, mas sim como sintoma cuja causa era orgânica. O homem do Renascimento redescobriu as belezas do corpo e da natureza, as leis da mecânica e da causalidade tornaram-se o fundamento da ciência e o mundo do sentimento religioso, do irracional e do misticismo, que tivera papel tão importante na época medieval, passou a ser cada vez mais oculto pelos triunfos do pensamento lógico. A natureza deixou de ser um sagrado intocável, assim como o corpo não era mais concebido como morada do espírito de Deus, portanto ambos poderiam ser investigados.

Com Descartes o elemento antagônico ao corpo não é mais a alma, mas a razão. “Penso, logo existo”, marcou a concepção ocidental do homem. O método cartesiano, baseado na razão, influenciou todo o desenvolvimento científico e estabeleceu as relações entre mente e corpo e entre teoria e prática, localizando a inteligência no cérebro, tornando este o órgão mais importante do corpo humano.

Até o século XVIII o homem não é ainda um indivíduo de corpo inteiro, corpo-espírito, é um ou outro, com a supremacia do pensamento sobre a matéria. “O positivismo, no século XIX, não fará senão acentuar esse caminho, [...] reduzindo tudo à razão, à ciência”.^{86:32}

5.3 DO CORPO PRODUTIVO AO CORPO CONSUMIDOR

O corpo concebido pela lógica cartesiana é pertencente ao domínio da natureza, é puramente material, assim como a mente é puramente razão, princípio que autoriza a razão e a ciência a conhecê-lo e dominá-lo. A teoria cartesiana concebendo o corpo como máquina foi incentivo ético para a Revolução Industrial no Ocidente, produzindo um corpo utilitário.⁷² Corpo que é manipulado, modelado, treinado, enfim, que se torna hábil e produz.

Na sociedade pós-industrial, caracterizada pela difusão do saber e da informação, por uma tecnologia que ultrapassa a ciência e a máquina para tornar-se social e organizacional, surge uma nova forma de controle, onde o corpo dominado não é apenas o do trabalhador, como antes o foi. Surgem redes e imagens destinadas a controlar o cidadão consumidor através da produção de serviços e desejos.⁷⁹

Michel Foucault⁸⁶ denuncia os processos de controle sobre o corpo desenvolvidos no século XVIII, através de métodos que lhe impõem uma relação de docilidade-utilidade, e que ele chama de “disciplinas”. Processos disciplinares existiam nos conventos, nos exércitos e nas oficinas, mas com o tempo tornaram-se fórmulas gerais de dominação. A disciplina que se instala difere dos processos disciplinares vigentes na escravidão, na domesticidade, na vassalagem, e no asceticismo, pois não se trata mais de uma relação de apropriação, dominação, submissão e renúncias, a política das coerções que se forma é a de um trabalho sobre o corpo, uma manipulação calculada de seus elementos, de seus gestos e de seus comportamentos. A disciplina que passa a ser imposta fabrica “corpos dóceis”, ela aumenta as forças do corpo (em termos econômicos de utilidade) e diminui essas mesmas forças (em termos políticos de obediência).

A sociedade capitalista, na produção e reprodução das relações de trabalho, marcou o corpo com seus signos de dominação, transferindo para a escola o controle ideológico exercido na Idade Média pela igreja. A escola passou a construir modelos corporais, difundidos pela mídia como um meio sutil de alienação, e a medicina dividiu o corpo, cabendo cada parte a um especialista.

só recentemente, os historiadores do presente século sugeriram que a lógica do capitalismo relaxou um pouco esta severa ênfase chamada ‘protestante’ sobre o corpo disciplinado e sobre um asceticismo tão mundano; o imperativo recentemente havia mudado da ‘mão’ produtiva e disciplinada tipo máquina, para o corpo como consumidor, cheio de deficiências e de necessidades, cujos desejos devem ser inflamados e incorajados.^{84:312-3}

A tecnologia investe profundamente nas questões do corpo, identificada com o progresso e a serviço do mercado, que busca se expandir ilimitadamente. Os meios de comunicação de massa atuam no sentido de demonstrar reiteradamente, aos indivíduos, a sua carência de saúde e beleza, induzindo-os ao consumo de mercadorias e serviços relacionados com as necessidades criadas.

Na modernidade o que se verifica é “uma utopia centrada no corpo, na saúde em aliança com a beleza”.^{77:54-5} Através dos meios de comunicação circulam as informações sobre os problemas de saúde e as formas de se chegar à aparência de beleza. Tal fenômeno é expresso no conceito foucaultiano de corpo, de acordo com Fischer⁸⁷, que define

corpo como produto cultural de práticas que configuram não só o próprio corpo físico mas as experiências de vida das mulheres, para analisar todo o aparato disciplinar que, em nossa sociedade, submete as mulheres a uma verdadeira tirania em relação à busca da beleza.

Assim, segue o corpo sendo controlado e submetido a toda a ordem de disciplinas.

O verbo conjugado pelo capitalismo “eu tenho”, passou do eu tenho coisas a eu tenho um corpo, à semelhança do que pregava o cristianismo quando dizia que éramos uma alma e tínhamos um corpo.

Assistimos hoje “a outra drástica revisão da mitologia do corpo humano, a qual assume contorno inesperado: a publicidade e o consumismo, formas de proselitismo muito mais difundidas na sociedade atual do que a doutrina cristã o foi na Idade Média”.^{72:158} Este autor define mitologia como a capacidade metafórica do mito para moldar as formas intelectuais e sociais de pensamento e de comportamento, emprestando valor a tudo que realizamos em termos de arte, ciência, comunicações e todas as demais experiências da vida. Portanto, a visão do corpo como mercadoria, seria a nova mitologia na história do corpo.

O corpo como mercadoria também é destacado por Peruzzolo⁸⁸ que diz que quando o corpo anuncia o produto publicitário, ele passa a ser a mercadoria e toda a mecânica discursiva se organiza em cima da significação do corpo, e a motivação principal é o rendimento do capital. O corpo é transformado em signo, e “é submetido a funções simbólicas no interior da lógica da oferta de objetos para o

consumo, para nutrir necessidades administradas”.^{88:21}

Pensar o corpo nessa perspectiva é recolocá-lo na visão dualista corpo e mente, reposicionando-o na escala hierárquica e a ele atribuindo o maior valor. O apelo à imagem nos afasta da compreensão da unidade do ser humano, equivale a pensar o corpo como objeto a ser moldado, como algo fora de si, no mesmo momento em que se inscreve uma nova corporeidade, uma nova maneira de ver o homem. A corporeidade nos permite perceber que o homem é corpo.

5.4 PARADIGMA DA CORPOREIDADE

Durante séculos o homem foi carne e espírito, corpo e alma. Habitados que estamos à linguagem dualista fica difícil pensar o homem como uma unidade. O homem é uma realidade corporal, mas não se trata de matéria em oposição ao espírito, nada é puramente matéria e nada é puramente espírito/mente.

A corporeidade se impõe nesse repensar o corpo, buscando uma nova compreensão. O paradigma da corporeidade rompe com o modelo cartesiano, deixando de fazer distinção entre a essência e a existência, ou a razão e o sentimento. Sob a ótica da corporeidade

o cérebro não é o órgão da inteligência, mas o corpo todo é inteligente; nem o coração, a sede dos sentimentos, pois o corpo inteiro é sensível. O homem deixou de ter um corpo e passou a ser um corpo. [...] É como corpo que o homem surge, é também como corpo que ele morre; o que virá a seguir – o céu, o inferno, o nada – não passa de especulação metafísica: o que é certo é que o homem deixará de existir.^{75:62}

Nietzsche (1844-1900) problematizou a condição do corpo que sempre aparecia como objeto, questionando-a, para ele as pessoas deveriam ser

inteiramente corpo e mais nada. Mas é Merleau-Ponty que procura formular um conceito de corpo não mais orientado pelo dualismo mente-corpo, que o colocava na condição de objeto, mas sim como um modo de ser, modo de se manifestar no mundo, reconhecendo que a presença do homem no mundo é corporal, esta é a sua forma de “ser-no-mundo”.⁸⁹ A idéia de corpo concebida por Merleau-Ponty nos remete a corporeidade.

A corporeidade é definida como a qualidade do corpóreo.

Cada corpo tem sua corporeidade que, no fundo, corresponde à sua arquitetura. A corporeidade é o que faz com que um corpo seja tal corpo. O organismo humano como uma espécie viva tem sua própria corporeidade. Mas cada indivíduo, segundo a engenharia genética revela, possui uma corporeidade própria.^{90.76}

A corporeidade não pode ser compreendida apenas pela lógica das ciências experimentais, por isso Santin⁹⁰ estabelece três ordens diferentes de corporeidade, a partir das fontes inspiradoras que gestaram projetos arquitetônicos corporais durante a modernidade:

- a) Corporeidade físico-mecânica – uma corporeidade física, material e oposta ao espírito ou à mente está na raiz de nossa definição de corpo desde os gregos. Entretanto, ela adquire contornos mais definidos com a física moderna. A metáfora da máquina passa a ser a arquitetura do corpo humano. E não poderia ser diferente naquele contexto, já que a idéia de máquina era o referencial máximo e último para se representar uma organização perfeita. O homem ser máquina era o melhor que dele se poderia dizer. Assim a corporeidade é relacionada a uma organização de peças que funcionam de acordo com as leis da física e da mecânica. É pela compreensão da máquina, dizia Descartes, que é possível descrever o homem;

- b) Corporeidade biológico-expressiva – com os avanços da biologia molecular descobriu-se que o corpo humano não tem uma arquitetura mecânica, mas constitui-se como um sistema de comunicação. O que aciona o organismo vivo é o envio e recepção de mensagens. O sistema nervoso central é, ao mesmo tempo, um laboratório onde são codificadas as mensagens, e uma grande rede por onde passam milhares de informações e respostas por segundo. A corporeidade deixou de ser uma organização mecânica para ser uma central de comunicação de altíssima complexidade e fidelidade;
- c) Corporeidade simbólica – a corporeidade simbólica assume um papel fundamental na compreensão do corpo humano. A ordem biológica constrói ou revela uma arquitetura orgânica. As construções simbólicas nos dão arquiteturas culturais do corpo. O sistema de significações passa a traçar corporeidades segundo os valores deste mesmo sistema. O corpo, mais do que uma entidade concreta, passa a ser um produto do imaginário humano. Por exemplo, a cabeça deixa de ser, apenas, um membro para tornar-se o lugar do poder ou do pensamento; um movimento da mão, por sua vez, pode tornar-se um gesto significativo de ordem, de despedida ou de ira.

A corporeidade simbólica não se constitui a partir dos fenômenos fisiológicos, mas sobre os fenômenos comportamentais. É assim que ela só existe sob o olhar do outro. Trata-se de um corpo que cada um constrói para o outro. O apelo à simbologia chega a tomar-se quase uma obsessão na cultura corporal neste final de século. No universo das construções simbólicas a virada da corporeidade físico-mecânica para a corporeidade biológico-expressiva, em certos casos, nada mudou. Há uma oferta exagerada, por vezes, até macabra, de recursos para o corpo pavonear-se, usando a expressão de Maffesoli,⁹ não muito diferentes dos massacres

operados pelas disciplinas mecanicistas. O corpo que se pavoneia revela seu enraizamento cultural e simbólico, razão pela qual, em nossa suposta civilização do corpo, torna-se um fator fundamental de socialidade, mas que nem sempre respeita a especificidade de cada corporeidade. Aqui é o elemento aparência apresentado como imagem corporal que garante uma corporeidade simbolizada, não natural. Desta forma as dimensões mecânica, biológica ou expressiva que sustentam as corporeidades anteriores, cedem lugar às dimensões sociais e éticas de cada cultura. Estamos diante de uma corporeidade socializada, cuja razão de ser é exatamente sua socialidade cultural.

Hoje, pode-se dizer com segurança que há uma ressurreição do corpo:

O homem racional parece libertar-se de seus pruridos anti-corpóreos e anti-sensuais, para descobrir-se como um ser encarnado. Antes de ser um ser racional, o homem é um organismo de carne e osso. O corpo deixou de ser um tabu, para tornar-se o centro de convergência de uma antropologia, de uma nova visão societal e de uma revisão dos valores pessoais.^{90:72}

Por isso, a corporeidade implica na “inserção de um corpo humano em um mundo significativo, a relação do corpo consigo mesmo, com outros corpos expressivos e com objetos do seu mundo”.^{75:57} Na corporeidade o corpo humano é a

permanência que se constrói no emaranhado das relações sócio-históricas e que traz em si a marca da individualidade – não termina nos limites que a anatomia e a fisiologia lhe impõem, supera o corpo biológico do animal e atinge a dimensão da cultura.^{75:53}

Por ser a parte do homem que vemos, o corpo é facilmente considerado um objeto a ser mostrado, esta sua visibilidade, é que o coloca na condição de visual como uma obsessão, como uma simples imagem que projetamos de nós mesmos, deixando de ser pensado como uma forma viva. Mas essa imagem do corpo é uma reconstrução constante do que o indivíduo percebe de si e das determinações inconscientes que ele traz de seu diálogo com o mundo, onde está implícito não apenas o corpóreo com fronteiras bem definidas pela epiderme, mas principalmente

o corpo-sujeito, que age no mundo, perdendo, nessa inter-relação, os limites das fronteiras anatomicamente definidas, e que marcado pelos símbolos de suas vivências toma-se presença. Para Freitas⁷⁵ a imagem é o elemento básico na composição do corpo vivido.

5.5 CORPO ENVELHECIDO

Viver é assumir a condição carnal de um organismo cujas estruturas, funções e poderes nos dão acesso ao mundo, e essa condição carnal é ser um corpo.⁹¹ A presença do homem no mundo é corporal. No processo de envelhecimento o corpo assume papel preponderante, pois é nele que se dão as mudanças, não só na aparência, como nas suas funções, o que faz com que a velhice seja temida.

A importância do corpo no processo de envelhecimento também pode ser justificada pelo que ele representa.⁹¹ O autor chama de ambivalência do corpo o fato dele representar a vida e suas possibilidades infinitas, e ao mesmo tempo, proclamar a morte futura e a finitude existencial. São as duas faces do corpo, de um lado a face dinâmica, ávida de desejos, e de outro, a face da temporalidade, da fragilidade e do desgaste. Em se tratando de envelhecimento implica reconhecer no corpo o potencial e também as limitações da velhice.

Bruhns⁹² coloca a finitude ressaltada por Bernard,⁹¹ juntamente com a visibilidade, como as duas principais características do caráter corpóreo. A finitude coincide com o final do ciclo biológico, é apresentada como a realidade de todo o ser

vivo. No ciclo de vida descrito pelo modelo biológico nascemos, amadurecemos, reproduzimos, declinamos e morremos. Quanto à visibilidade, podemos dizer que o nosso corpo tem dupla capacidade: ver e ser visto. Esta característica assume grande importância na sociedade ocidental contemporânea onde se destaca uma forte ênfase na aparência física e na imagem visual.

Essas características do caráter corpóreo, a finitude e a visibilidade, contribuem significativamente para a rejeição ou o temor da velhice, que podem ser traduzidas pela proximidade do fim ou da morte, e ainda, com uma aparência indesejada.

Cada um tem uma imagem corporal de si mesmo, e esta imagem muda em cada etapa da vida.⁹³ Sendo a velhice considerada uma etapa, assim como a infância e a juventude, é nela que se concentra o momento mais dramático de mudança de imagem corporal, porque é difícil aceitar uma imagem envelhecida em uma sociedade que tem como referência a beleza da juventude.

Sobre a beleza da juventude, lembra Sant'Anna que "o processo constituinte do corpo eficaz, saudável, belo, jovem, é amplamente revelador de uma história paralela, ou seja, aquela que redefine e conjura, sem cessar, a ociosidade, a doença, a feiúra e a velhice"^{94:13}

o essencial, definitivo e constituinte do corpo é, paradoxalmente, sua decrepitude, a instalação de sentido passará, necessariamente, pela problematização dessa limitação e das formas de expressá-la, minorá-la, ultrapassá-la ou sublimá-la.⁷⁹

É aí que se insere o papel da cultura. O processo natural de envelhecimento e a decadência dos corpos que ele suscita é alvo de controle pela cultura e tudo que surge com esta perspectiva, rapidamente se transforma em novas obrigações.⁹⁵ E assim se instala o processo de responsabilização do indivíduo pelo seu corpo, a partir do princípio de autoconstrução, ou de reconstrução no caso dos idosos, no

qual a mídia exerce um papel fundamental, promovendo o consumo como estilo de vida. As imagens veiculadas para vender mercadorias por meio de anúncios, são imagens da juventude, da saúde e da beleza dos corpos, que se apresentam como ideais a serem atingidos.

Referindo-se ao mercado de consumo “não é possível pensar o corpo hoje, na sua articulação com a subjetividade e a identidade, sem discutir a evolução do mundo dos objetos e do mercado”. Isto implica em que “na busca de vencer a velhice e, quem sabe, a morte, objetos que alteram o corpo são oferecidos (próteses, substâncias sintéticas, suportes artificiais) por meio de intervenções que variam incessantemente”.^{79:131}

Essas mudanças resultantes da evolução do mundo dos objetos e do mercado, associadas a uma visão de corpo como instrumento do qual nos servimos porque dele somos possuidores, ou como obra de arte ou beleza, como foi historicamente construído, nos impedem de percebê-lo “como a própria presença do homem no mundo”.⁷⁴ O idoso não vê em seu corpo a beleza, que de acordo com o padrão cultural vigente está no corpo jovem, e isto pode desencadear sentimentos de revolta e rejeição à velhice. Mas as referências à juventude, à beleza, à estética, são apenas referências a um corpo objetivo, imagem empobrecida do corpo fenomenal.⁹⁶ O corpo definido por Lepargneur é o que melhor esclarece o corpo fenomenal de Merleau-Ponty, para ele o corpo é “centro de significações que vem de dentro ou de fora da pessoa”.^{97:29} Com isso ele quer dizer que cada indivíduo forma aos poucos uma imagem do próprio corpo, a partir de seus sentimentos de revolta ou de aceitação, compartilhados com a imagem cultural que lhe é transmitida.

Se por um lado, o esquema corporal situa o indivíduo no espaço-tempo, e está sujeito a doenças orgânicas, por outro, a imagem de corpo que brota do seu

inconsciente, o situa como sujeito de desejo, que aspira a satisfação, e é este o mecanismo que lhe impulsiona. O prazer é a palavra que melhor expressa a corporeidade, ele representa todo o processo de busca da complementaridade do corpo, ele é impulsionado pelo desejo, energia que faz com que se viabilize e se operacionalize a atividade corporal.⁸⁰

Esse novo discurso de corpo resgata a valorização da vida cotidiana, suas dimensões corpóreas e suas manifestações sentimentais, e com isto emerge a sensibilidade, valor que poderá vir a ser privilegiado revelando a essência do ser humano. Por isso o envelhecimento, quanto ao corpo, pode ser analisado como algo natural ou como construção cultural. O corpo como construção cultural é veículo de comunicação carregado de signos que posicionam os indivíduos na sociedade. Interessa-nos, particularmente, conhecer esses signos quando o corpo alcança a velhice, seu significado e a posição que alcança na sociedade, quando imagina-se que os ideais de beleza associados à juventude deixariam de ser referência. Acreditamos também que a concepção de corpo, que pode ser diferente para cada pessoa, possa influenciar nesse processo.

6 A CONCEPÇÃO DE ENVELHECIMENTO

*“A vida segue um curso muito preciso
e a natureza dota cada idade de qualidades próprias.
Por isso a fraqueza das crianças,
o ímpeto dos jovens,
e a serenidade dos adultos,
a maturidade da velhice
são coisas naturais que devemos apreciar
cada uma em seu tempo”.*

Cícero⁹⁸

Para falarmos sobre o significado do corpo na velhice é preciso, em primeiro lugar, esclarecer o que é velhice, e conseqüentemente, quem é velho para nós. Velhice é uma etapa da vida, assim como a infância e a adolescência, e velho é quem tem 60 anos ou mais. Porém, dizer que a velhice inicia aos 60 anos é mero produto de uma definição social. A sociedade estabelece uma idade para o início da velhice em resposta às mudanças evolutivas comuns à maioria das pessoas dos vários grupos etários, considerando os fatores biológicos, históricos e sociais.²¹ Assim, a Organização das Nações Unidas (ONU) estabeleceu 60 anos para os países em desenvolvimento, e 65 para os países desenvolvidos, tendo como referência a idade para a aposentadoria e a expectativa de vida, a idade para a aposentadoria e a expectativa de vida, que é maior nos países desenvolvidos.

O envelhecimento está, habitualmente, associado às mudanças físicas, tais como, perda de força, diminuição da coordenação e do domínio do corpo e deterioração da saúde, e às mudanças cognitivas evocadas por problemas na memória e aquisição de novos conhecimentos, entre outras, omitindo as diferenças individuais e a relação com fatores ambientais e sociais.

No que diz respeito ao corpo, hoje é liberado através do movimento de negação dos tabus repressivos. Imagens do corpo são fartamente disseminadas em jornais, revistas, televisão e anúncios, mas são imagens da juventude, saúde e beleza dos corpos, que se apresentam como ideal a ser alcançado, muito distante da realidade do corpo envelhecido.

Independente de um ideal vivemos um corpo, o corpo é a condição carnal que nos dá acesso ao mundo. E a dinâmica que expressa o modo de ser do homem e que só pode ser compreendida no vivido é a corporeidade, e dela o corpo só emerge pela ajuda da linguagem que o significa.

Temos, de um lado, o corpo natural, que é resultado do processo evolutivo e que corresponde a um ciclo biológico, mediante o qual nascemos, desenvolvemos, adoecemos, envelhecemos e morremos, e de outro, o corpo simbólico que resulta das construções sociais, cuja imagem ideal é a da saúde e beleza associada à juventude.

O significado só pode ser apreendido a partir de uma visão do corpo como signo. O corpo como signo se distingue de um fenômeno que diz respeito a uma composição biológica, fisiológica ou orgânica. Enquanto signo, o corpo não se refere apenas ao corpo presente, mas a um conjunto representativo mental ao qual o comunicante, sujeito de nossa pesquisa, referencia a sua realidade de corpo.

Ao colocarmos o corpo na condição de signo, estamos evidenciando sua presença na linguagem humana como portador de sentido, portanto, passível de interpretação, e então, buscamos o caminho hermenêutico para a sua compreensão.

UNIDADES CONTEXTUAIS	UNIDADES DE SIGNIFICADO	DESCRIÇÃO SINTÉTICA
<p>U_{1a} “Eu aceito todas as transformações, elas não me chocam, nas outras pessoas que me cercam, nas mulheres especialmente, eu tenho a impressão que elas não ficaram mais amargas porque passaram pela menopausa, é porque elas já eram amargas, o próprio caráter, talvez ficou um bocadinho mais forte, os traços que a gente têm depois ficam um bocadinho mais forte, mas não se transformaram: quem era amarga ficou mais amarga quem era doce ficou docíssima, quem era burguesa ficou mais burguesa, mas eu gostaria que alguém me dissesse o que aconteceu comigo porque eu não noto, não vejo nada, mas pode ter acontecido alguma coisa que incomoda aos outros, minha preocupação é incomodar, provocar repulsa ou</p>	<p>US_{1a}</p> <ul style="list-style-type: none"> - aceitação das transformações; - as pessoas não ficam amargas porque estão idosas, pois elas já eram amargas; - os traços ficam um pouco mais fortes, mas não se transformam; - gostam que digam o que aconteceu consigo, porque não percebe mudanças; - pode ter acontecido alguma coisa que incomoda os outros; - não quer incomodar os outros; - não quer causar repulsa ou aborrecer com as histórias que conta; - processo não reflete as histórias 	<p>A entrevistada concebe o envelhecimento como uma evolução natural da vida, aceitando as transformações do corpo e da mente, enfatizando que os traços de personalidade não se modificam com o passar do tempo e sim se tornam mais marcantes. Não se percebe velha e o que a preocupa nesta fase da vida é imaginar que pode ser repetitiva nas suas falas, cansativa em atitude e incomodar os outros com isso.</p>

<p>aborrecer com as histórias que eu conto, porque eu conto muitas histórias, se eu estiver aborrecendo quero que me digam e eu fico calada, quando vou contar uma história pergunto se já contei para não me repetir.”</p>		
<p>U_{1b} “Quando fiquei viúva, tinha 60 anos e pensava que já era velha, agora vejo que não, é engraçado, agora me sinto mais jovem que naquela época. Meu marido antes de morrer, um certo tempo ficou um pouco depressivo, isso me alastrou, ele envelheceu e ficou triste isso me deixou um pouquinho abalada. Ele se recolheu, ficou quieto, reclamava muito da situação política... É difícil me lembrar... Ele não era como tinha sido quando era jovem, ele negava as coisas da vida, achava que tudo era consumo, desejos não necessários, hoje entendo que ele estava deprimido.”</p>	<p>US_{1b} - aos 60 anos, ao ficar viúva, pensei que já era velha; - agora percebe que não se sente mais jovem; - o marido antes de morrer ficou deprimido e isto a deixou triste</p>	<p>Menciona que, ao ficar viúva com 60 anos pensava ser velha. Hoje, percebe que não e se sente mais jovem que naquela época. O marido antes de morrer estava deprimido, queixoso, sem objetivos de vida. Esta situação a deixou triste.</p>
<p>U_{1c} “Na minha última viagem encontrei amigos de quando era jovem, colegas de algumas loucuras, eles estão muito bem, eu vejo que eles ficaram velhos, engraçado, não vejo isso em mim, estão com o cabelo branco, mas brilha ainda a luz daqueles tempos, dão risadas, têm alegria de viver. Não encontrei pessoas que caíram na velhice, talvez eu tenha fugido... é, tem alguém... uma cunhada, é verdade, eu não fui visitá-la porque ela está sempre triste, ela é lindinha, parece uma menina, uma boneca, mas sempre muito ruim, muito triste, desta vez não fui, ela mora muito longe, eu disse que não me sentia bem, que estava cansada, é verdade eu não fui, fugi. Talvez eu tenha medo, tem isso, eu sou muito forte, mas eu caio muito rápido, se alguém me ofender, eu desmonto, toda esta coisa desmonta em um momento.”</p>	<p>US_{1c} Ver o outro mais velho... - negar a sua própria velhice; - apresentam sinais de velhice (impostos pela sociedade), mas sem perder o entusiasmo pela vida; - não enxerga a velhice, foge dela; - ela enxerga a velhice como algo triste; - medo de envelhecer; Deprime-se com a perspectiva de envelhecer</p>	<p>Refere que a velhice é algo triste e a perspectiva de envelhecer a deprime. Sente dificuldade em aceitar a velhice, reconhecendo que foge dela. Declara que, ao observar nos amigos os sinais de envelhecimento (cabelos brancos) os viu mais velhos, porém não os percebeu como idosos, pois davam risadas, tinham luz, alegria de viver.</p>
<p>U_{1d} “O que eu sinto é que o envelhecer mudou minha vida, que eu era muito necessária; eu era o carço, o centro da família,</p>	<p>US_{1d} Consciência das alterações estéticas do corpo e das limitações físicas.</p>	<p>Atribui sua dificuldade em aceitar a velhice por acreditar que a maturidade lhe tirou o poder de gerenciar sua família,</p>

<p>e agora não sou mais necessária, agora é bom os filhos saberem que a mãe está bem, e já chega, mas eu não sou mais necessária, é a única coisa que eu sinto do envelhecer, de resto tenho que pensar muito, custa a acreditar que tenho essa idade”.</p>	<p>Sentimentos de perda do comando familiar. Nega envelhecimento biológico. Sente incomodo com a idade cronológica.</p>	<p>de ser o centro das decisões. O envelhecimento, para ela, vem acompanhado de um sentimento de impotência, de perda. Percebe-se mais jovem do que a sua idade cronológica.</p>
<p>U_{1e} “Eu acho que não fico velha porque tenho muitas histórias para contar, porém, tenho que ter cuidado para não contar histórias demais porque tenho que estar bem firme no presente, quando estou caminhando vou pensando muitas histórias. Tenho que pensar no presente, sonho muito. Sinto que agora é tudo igual, igual, sinto que não posso ter agora um desejo muito louco. Aliás, se eu mexer um bocadinho nessa vida posso errar, não posso fazer grandes mudanças.”</p>	<p>US_{1e} Envelhecimento não é difícil por ter um passado feliz, por sua maneira de ser. Preocupação com o pensamento do outro. Consciência da realidade hoje vivida como resultado da sua história de vida. Envelhecimento como fenômeno inevitável e preocupação com a evolução do processo.</p>	<p>Mais uma vez menciona não querer envelhecer, embora perceba o envelhecimento como um fenômeno inevitável e preocupa-se com a evolução desse processo. Diz ainda que seu medo é das conseqüências da velhice, como as limitações. Reafirma não ter problemas com a idade, que a idade não a incomoda e que não se sente velha, apesar de ter consciência que não é mais jovem.</p>
<p>U_{1f} “Não sinto coisa pior, só quando vejo fotografias, então me lembro que era muito mais jovem, mas isto não me incomoda e fico contente de ter sido bonita... reparo que era bonita e nem sabia naquele tempo, não havia tempo de pensar, as crianças, tantas preocupações do dia a dia, coisas pra resolver.”</p>	<p>US_{1f} Percebe sinais de envelhecimento através do tempo. Aceitação dos sinais exteriores de envelhecimento. Não aceitação do envelhecimento biológico. Sentimento de conformismo. Consciência da contradição entre a razão e a emoção. Sentimento de nostalgia e saudades do passado.</p>	<p>Percebe sinais de envelhecimento através do tempo e os aceita. Há um sentimento de conformismo. Não gosta de sentir inveja da juventude, porém se sente incomodada quando vê fotografias, atribuindo isto à saudade de épocas passadas, a vontade de voltar no tempo.</p>
<p>U_{1g} “Eu quero agüentar, eu não quero que as pessoas vejam em mim aquelas velhas, que me deixem fazer as coisas, se eu ficar velha não vou poder continuar fazendo. Quero conservar um aspecto bom, eu me olho no espelho, quando não der mais eu fico em casa. Tenho que ter boa presença, eu me gosto. O aspecto é muito importante, não posso ser uma pessoa caída, quando estiver assim eu fico em casa. Mas em casa também posso fazer muita coisa”.</p>	<p>US_{1g} Busca forças para superar o obstáculo da velhice. Desejo de sentir-se útil, forte... Trabalho é sinônimo de poder, de ser jovem. As marcas do envelhecimento são limites de participação social. Percepção da marginalização do ser velho. Utilidade do serviço doméstico.</p>	<p>As marcas do envelhecimento são limites de participação social. Sente que a velhice já não é bem vista por alguns, e atribui isto à forma de tratamento em relação ao idoso, pois a forma de tratamento mudou e não existe o respeito de antes. Considera que o trabalho faz parte da vida; que é sinônimo de poder, de ser jovem, de sentir-se útil, de ser forte.</p>

Quadro 5 - Unidades Contextuais, Unidades de Significado e Descrição Sintética em Linguagem Gerontológica

Fonte: O autor (2005)

São apresentadas a seguir, as concepções de envelhecimento de oito participantes, as quais foram construídas por meio de análise já especificada na metodologia do trabalho.

a) Concepção de envelhecimento da Participante 1

A Participante concebe o envelhecimento como uma evolução natural da vida, afirmando aceitar as transformações do corpo e da mente, enfatizando que os traços de personalidade não se modificam com o passar do tempo, e sim se tornam mais marcantes. Não se percebe velha e o que a preocupa nesta fase da vida é imaginar que pode ser repetitiva nas suas falas, cansativa em atitude e incomodar os outros com isso. Menciona que, ao ficar viúva com 60 anos pensava ser velha. Hoje, percebe que não e se sente mais jovem que naquela época. O marido, antes de morrer, estava deprimido, queixoso, sem objetivos de vida. Essa situação a deixou triste. Refere que a velhice é algo triste e a perspectiva de envelhecer a deprime. Sente dificuldade em aceitar a velhice, reconhecendo que foge dela. Declara que, ao observar nos amigos os sinais de envelhecimento (cabelos brancos), viu-os mais velhos, porém não os percebeu como idosos, pois davam risadas, tinham luz, alegria de viver. Atribui sua dificuldade em aceitar a velhice por acreditar que a maturidade lhe tirou o poder de gerenciar sua família, de ser o centro das decisões. O envelhecimento, para ela, vem acompanhado de um sentimento de impotência, de perda. Percebe-se mais jovem do que a sua idade cronológica. Mais uma vez menciona não querer envelhecer, embora perceba o envelhecimento como um fenômeno inevitável e preocupa-se com a evolução desse processo. Diz ainda que seu medo é das conseqüências da velhice, como as limitações. Reafirma não ter

problemas com a idade, que esta não a incomoda e que não se sente velha, apesar de ter consciência de que não é mais jovem. As marcas do envelhecimento são limites de participação social. Sente que a velhice já não é bem vista por alguns, e atribui isto à forma de tratamento em relação ao idoso, a qual mudou e não existe o respeito de antes. Considera que o trabalho faz parte da vida; que é sinônimo de poder, de ser jovem, de sentir-se útil, de ser forte. Percebe sinais de envelhecimento através do tempo e os aceita. Há um sentimento de conformismo. Não gosta de sentir inveja da juventude, porém se sente incomodada quando vê fotografias, atribuindo isto à saudade de épocas passadas, à vontade de voltar no tempo.

b) Concepção da Participante 2

Esta Participante descreve o envelhecimento como um processo normal que precisa ser aceito e que exige conformismo. Ressalta ainda que as pessoas fazem de tudo para prolongá-lo, mas é inevitável que aconteça. Ao olhar-se no espelho, sofreu um impacto, porque naquele momento ao ver a ruga no seu rosto percebera que se tornara diferente, mais velha. Foi assim com outros sinais desse processo: notava-os, mas só depois, confessa, as alterações vinham com a idade. Reconhece que levou algum tempo até perceber que era envelhecimento. Menciona que comentários de amigos que a identificam como mais velha a desagradam. Percebe a evolução do envelhecimento com as limitações do corpo, mas luta contra esse processo. Pensa que isso faz parte do ciclo da vida, mas mesmo assim, não quer envelhecer. As dificuldades em aceitar o processo de envelhecimento estão muito relacionadas ao fato de acreditar que as etapas, em sua vida, não ocorreram no tempo adequado, pois não se sente realizada. Diz ainda não ter sido infeliz no casamento, mas enfrentou dificuldades de lidar com o autoritarismo e os princípios do marido de que “mulher não trabalha fora”. Lamenta ter abandonado os estudos

por imposição daquele. Hoje poderia ter uma profissão e, conseqüentemente, uma aposentadoria. Teria se realizado como mulher e profissional. Atribui tudo isso à sua não-aceitação dos sinais de envelhecimento, reiterando que quando uma mulher se realiza nas etapas naturais da vida, aceitará a velhice com mais facilidade. Constata que não houve fatores motivadores; o tempo apenas passava sem nada lhe acrescentar. Reclamava muito da vida e nada fazia para se ajudar. A partir de sua separação faz o que sente vontade, tem uma maior preocupação consigo. Valoriza o momento presente. Conta que sempre teve muita disposição, que ainda é útil, que pode fazer muito para e pelos outros. Revela receio com a finitude, mas declara que é importante ter fé em Deus. Atesta que tem forças e que se sente muito bem para sua idade.

c) Concepção da Participante 3

A Participante expressa que sente muita dificuldade em aceitar a velhice, pois gostaria de viver eternamente. Não percebeu o tempo passar, contudo a idade cronológica avançou. Tem saudades do passado e gostaria de voltar no tempo para poder aproveitar mais a juventude. Reconhece que não aceitar a velhice é um fator psíquico, uma perda de identidade, uma busca constante de realização pessoal e de felicidade. Constata que as marcas do tempo são inevitáveis, são sinais de vida e assumi-las, é uma questão de maturidade. Reconhece que os sinais de envelhecimento a preocupam. Compara-se à mãe quanto à presença de rugas e diz que a ruga é marca de família. Tem consciência das transformações ocorridas em razão do tempo e percebe diferenças no envelhecimento quanto ao gênero, pois o marido não envelheceu tão rápido (não tem rugas) quanto ela. Não quer envelhecer e nem morrer. Acreditava que a morte acontecia para os outros e não para ela. Não

pensava na morte, na perda de familiares. A perda da mãe e dos tios a deprimiram. Pensa que deveria haver vida eterna. A morte lhe desperta medo, insegurança, angústias. Acredita que tanto a religião como a fé auxilia na aceitação da morte.

d) Concepção do Participante 4

O Participante percebe o envelhecimento como uma alteração de imagem, de mudanças físicas e sociais. As rugas o deixam apavorado porque o oportunizam a se dar conta de que está ingressando ou já ingressou em outra etapa do ciclo vital: a velhice. Revela que trabalhou durante 55 anos, e a mudança de vida advinda da aposentadoria lhe traz insatisfação e frustração. Conta que a sensação de ficar em casa assistindo o dia inteiro à TV não é boa, e que jogar baralho e beber com colegas no bar não lhe agradam. Ressalta que vai diariamente ao banco para conversar com o pessoal, porque precisa se sentir ativo e assim não envelhecer. Pensa que se deve usufruir o prazer de viver.

e) Concepção do Participante 5

Afirma que não tem medo de envelhecer, porém o que o preocupa são os problemas que advêm desse processo. Tem consciência da idade que possui, entretanto não se percebe velho, e a idade não o incomoda. Destaca sua agilidade e a associa a uma vida feliz, dando-lhe um certo sentido de autonomia e liberdade. Manifesta motivação pela religiosidade que é praticada com frequência e que lhe traz conforto e felicidade. Assegura que se cuida com a saúde porque não quer depender de outros. Para ele ficar “entrevado” e não poder mais realizar aquilo a que se propõe é um drama da velhice. Menciona que a convivência com pessoas da mesma idade lhe permite desfrutar de ações possíveis de serem desenvolvidas e

que lhe dão prazer. Sente-se um privilegiado porque tem equilíbrio, bem-estar, harmonia e serenidade. Não se preocupa em agradar aos outros, somente a ele, como diz.

f) Concepção do Participante 6

Tem consciência do envelhecimento, o que lhe traz tristeza e conformismo pelos problemas de saúde. Refere-se à espiritualidade como uma esperança que o ajuda a manter o esforço de enfrentamento diante dos obstáculos, como destaca – na presença de febre – “Deus não fez a minha hora”. Acredita na reencarnação como a elaboração e aceitação da própria morte, assim como na existência de vida após a morte. Percebe os problemas de saúde como um limitador capaz de impedir o perfeito andamento da vida. Reforça que hoje a dependência de assistência médica e de cuidado o levaram a viver em comunidade e assim obter maior tranquilidade. Destaca que nessa convivência há atividades sociais o que na velhice contribuem para desenvolver ações positivas e estimuladoras. Refere que por falta de tempo não escreveu um livro, o que gostaria muito, mas não afasta essa possibilidade. Destaca que o amadurecimento estabelece-se a partir da compreensão de responsabilidade pela existência.

g) Concepção do Participante 7

A participante concebe o envelhecimento associado às mudanças físicas, tais como, perda de força, diminuição da coordenação motora e do domínio do corpo, bem como as mudanças cognitivas evocadas por problemas na memória. Não se percebe velha, pois não apresenta essas mudanças e ainda considera que a velhice é uma questão de cabeça e por isso não vai ficar velha. Acredita que a

aceitação da velhice deve ocorrer não como um sentimento, mas como uma etapa de vida, pois implica em um reposicionamento de valores e em voltar-se para dentro de si mesmo. Considera-se feliz da vida, de bem com a vida, com saúde e de se gostar muito. Reforça que o termo velhice é impregnado de preconceitos e não aceita que o velho se afaste da vida social. Enfatiza que terceira idade é o termo que designa atividade e participação.

h) Concepção da Participante 8

Defende que o envelhecimento é fruto da história de cada pessoa, o resultado da maneira de como percorreu o caminho da vida. Refere que em nossa sociedade, os indivíduos envelhecidos deparam-se com muitos desafios, tanto os resultantes das transformações físicas quanto os preconceitos e estereótipos sociais. Percebe-se mais jovem do que a sua idade cronológica e atribui isso a aprendizagem. Define aprendizagem como um processo que começa antes do nascimento e encerra somente com a morte. Também é vista como algo que remete a modificações na maneira de viver, pensar, sentir e agir. O aprender no processo de envelhecimento, para ela, está vinculado à possibilidade de relacionamento, de comunicação e de troca com o outro, sejam pessoas da família ou outros.

Nesta trajetória, buscamos inicialmente introduzir a essência e, após, analisá-la e discuti-la a partir de suas dimensões fenomenológicas enriquecidas pelos depoimentos dos participantes, à luz do referencial teórico.

7 O VELHO ESSE OUTRO

*Eu não tinha este rosto de hoje,
assim calmo, assim triste, assim magro,
nem estes olhos tão vazios,
nem o lábio amargo.
Eu não tinha estas mãos sem força,
Tão paradas, e frias e mortas;
Eu não tinha este coração
que nem se mostra.
Eu não darei por conta desta mudança
tão simples, tão certa, tão fácil
– Em que espelho ficou perdida
a minha face?*

*Cecília Meireles*⁹⁹

No contexto sociocultural os fatores biológicos ou cronológicos não são critérios para a compreensão da velhice, mas sim o seu significado, a sua simbologia, ou o que ela representa em diferentes épocas. Isto porque “[...]o homem não vive nunca em estado natural; na sua velhice, como em qualquer outra idade, seu estatuto lhe é imposto pela sociedade à qual pertence”.^{7:15}

Estamos tão habituados a associar a palavra corpo a sua anatomia que precisamos de muita reflexão para perceber que somos corpo, e que esta é a nossa maneira de ser. Podemos ver, ouvir, sentir, agir e pensar, e quando o fazemos é como unidade, não se separam sentimentos, movimentos, desejos, pensamentos, ações e pulsações. Mas nem sempre foi assim, o corpo já foi compreendido em oposição à mente, ao espírito, à alma e à razão, e ainda numa condição hierarquicamente inferior.

Hoje, a visão de homem está centrada na presença corporal. O homem visto não como ser exclusivamente biológico, nem somente como produto da cultura, mas sim resultante das interações entre o biológico e o cultural. O mesmo podemos dizer do corpo humano, que é ao mesmo tempo, natural e social, possuindo componentes inatos e componentes adquiridos.

Em uma sociedade organizada em função do consumo e que tem como referência o comportamento, a beleza e o estilo de vida da juventude, a aparência assume papel preponderante, e assim, podemos dizer que é difícil alguém querer ser ou parecer velho.

O homem existe como corpo, esta é a sua forma de ser no mundo, mas o homem não existe sozinho no mundo, está sempre em relação com o outro. Todos têm uma imagem de si mesmo e esta imagem se constrói na relação com o outro.

As imagens da velhice, que são tantas e que diferem segundo o gênero, a

classe social, a época ou a sociedade, têm como elemento fundamental à imagem corporal, compreendida como a percepção que o indivíduo tem de seu próprio corpo, e que se forma mediante as relações que ele mantém com o meio. Na percepção, a imagem corporal não se limita a uma imagem de corpo, pois nela estão presentes afetos, valores e história pessoal, expressos em gestos, em olhares, no corpo que se move, e que traduzem uma maneira de viver, o que, em outras palavras, “nossa imagem corporal é a expressão de nossa vida emocional e de nossa personalidade”.¹⁰⁰

É sob esta perspectiva que procuraremos encontrar o significado de corpo na velhice, no emaranhado de sua complexidade e heterogeneidade, resultante da mútua dependência entre os aspectos biológicos, psicológicos e sociais que interagem no ser humano no processo de envelhecimento como em qualquer outro fenômeno, e que aqui serão tratados como variáveis dentro de um sistema unitário de análise, qual seja, o corpo compreendido como existência.

A primeira dimensão fenomenológica que faz parte desta essência é: **envelhecimento biológico.**

A velhice é inerente ao processo da vida, do mesmo modo que o nascimento, o crescimento, a reprodução e a morte, eventos comuns a todos os seres vivos. Mas nem por perto isto ela é aceita, e tão pouco justificada, assim como é difícil aceitar a morte. E a velhice acontece no corpo, mas em que corpo se não sabemos defini-lo, se não o conhecemos, se não sabemos ouvi-lo? É difícil estabelecer se o centro da questão é a velhice ou é o corpo. Mas a certeza está em que ela é vivida no corpo, e uma vez que sabemos que a velhice o habita, o corpo, esse estranho, nos inquieta.⁷

Os Participantes 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7 e 8, expressaram de várias maneiras o

significado das alterações no corpo, fato tanto natural como produto da cultura, sua construção que difere para cada pessoa e para cada sociedade, o que vai além das semelhanças biológicas que são universais.

A Participante 1 mencionou:

"[...] A gente achava que não ia chegar na velhice, mas eu vejo pelo espelho".

O Participante 4 expressou:

"[...] Agora meu bem, conta que quando você se olha no espelho fica apavorada de ver suas rugas".

A Participante 2 nos diz:

"[...] com 36 anos eu tinha manchas na pele que uma amiga dizia: Mas isso aí só tem mulheres com mais de 60 anos. Me olhei no espelho e levei um impacto!".

Mesmo que se queira negar na velhice, seus primeiros e mais evidentes sinais se manifestam na aparência, e isto ninguém ignora, de forma que o espelho passa a ser o principal acusador de sua manifestação. A velhice se confirma externamente, através do espelho como eles mesmo disseram, e assim, já não podemos dizer que se trata de uma percepção interior, como muitos gostariam de acreditar.

O espelho é o grande vilão, é ele que avisa que a velhice chegou para cada um, quando a tendência é sempre pensar que a velhice só acontece com o outro. Principalmente, quando se é jovem, não pensamos que também vamos envelhecer, a velhice esta sempre distante. Mas também não significa que pensamos que vamos morrer antes.

"Eu só me acho velha quando estou me penteando, lá na frente do espelho. Porque é aí que aparece, porque eu vejo as minhas carnes tudo caídas, até que eu não tenho muitas rugas para 81 anos". (Participante 2)

No espelho a pessoa não ignora a sua condição de velhice, até aprende a conviver com a sua imagem, buscando elementos que reforcem a sua auto-estima,

bastante afetada pelas mudanças na aparência, e procurando encontrar algo que poderia diferenciá-la dos demais, preservando a sua identidade.

“Olha, analisando bem, cada vez que a gente se olha no espelho é um sufoco, ontem eu não tinha uma ruga que hoje eu tenho, já está caindo aqui, mas se a gente vai se preocupar com isso”. (Participante 8)

Não é fácil conviver com a realidade que o espelho revela, a mudança na aparência, e então, é necessário convencer a si próprio de que isto não deve ser motivo de preocupação, talvez pensando que existam coisas mais importantes que a aparência.

“E agora eu me sinto, me olho no espelho digo: bah! isto aqui está caindo, eu era tão diferente, e penso que devo me conscientizar que eu não tenho mais 18 anos”. (Participante 3)

A imagem atual revelada pelo espelho é confrontada com a imagem da juventude, modelo idealizado pela sociedade atual. Entretanto, não se trata somente de um modelo corporal, mas de todo um modo de vida. Sobre a imagem da velhice recai o peso da responsabilidade, ausente na juventude, indicando que muita coisa mudou.

“Eu sei que aparece no espelho, na verdade tu está velha, mas não, não porque isto aqui (apontou para a cabeça)”. (Participante 7)

No espelho, arriscaríamos dizer, a pessoa vive um confronto entre a realidade corporal e o eu ideal, aquele que não se entrega ao mundo das aparências.

“Eu me olho no espelho e acho que estou velha, mas passou, saio dali, já estou rindo, estou brincando, pulando, se tiver que pular uma cerca eu pulo”. (Participante 2)

Cada olhar no espelho representa um momento de crise, constitui-se do “confronto da estrutura narcísica, que se fixou na construção do corpo ideal, com a verificação realista dos limites inexoráveis que marcam o processo de envelhecimento”.^{101:123} Mas o momento de crise não implica somente na imagem corpórea envelhecida, é como se a pessoa fosse induzida a assumir o que em

decorrência viria, ou seja, as mudanças de comportamento por ela incorporada durante toda a sua existência, como adequado a uma pessoa de idade. Como se a velhice se caracterizasse pela tristeza, pela sobriedade e pela incapacidade.

Quando um idoso se olha no espelho, o que este lhe devolve é uma imagem ligada à deterioração, uma imagem com a qual ele não se identifica. Não há alegria, há apenas estranheza, e ele pensa: “esse não sou eu”. Por isso, só o corpo envelhece, só o que é exterior à pessoa. “A velhice é particularmente difícil de assumir, porque sempre a consideramos uma espécie estranha: será que me tomei, então, uma outra, enquanto permaneço eu mesma?”^{7:348} O velho é sempre o outro em que não nos reconhecemos.

Mas eu me sinto horrorosa. Mas a velhice é por fora só, porque por dentro eu ainda me sinto jovem, e isso é o que importa mais, não importa este casco da gente, uma coisa que vai envelhecendo, vai terminando com aquela coisa que a gente estava acostumada a ver [...] quando a gente era jovem já se achava feia, imagina agora (riu). (Participante 3)

É como diz Goldfarb: “A imagem da velhice parece sempre estar ‘fora’, do outro lado, e embora saibamos que ‘aquela’ é a nossa imagem, nos produz uma impressão de inquietante estranheza, o apavorante ligado ao familiar”.^{102:53} Apavorante porque a imagem do espelho não corresponde mais a imagem da memória, ela antecipa ou confirma a velhice, enquanto a imagem da memória se mantém idealizada. Então a velhice é só por fora.

Inclusive é mais fácil ver a velhice no outro do que em si próprio. Além do espelho, também o outro nos traz de volta a realidade, fazendo lembrar que também estamos velhos.

“Eu me lembro do meu marido, quando a gente passava pelos amigos, ele dizia assim: Como está velho ele, hem! Eu dizia para ele que deviam estar dizendo a mesma coisa de nós, como envelheceram!” (Participante 3).

A velhice se revela nas marcas da passagem do tempo refletidas na imagem do corpo, mas os sentimentos não correspondem. Alves fala em tempo dos relógios

e tempo do coração para explicar este fenômeno. Diz ele:

O tempo se mede com batidas. Pode ser medido com as batidas de um relógio ou pode ser medido com as batidas do coração. Os gregos, mais sensíveis do que nós, tinham duas palavras diferentes para indicar esses dois tempos. Ao tempo que se mede com as batidas do relógio – embora eles não tivessem relógios como os nossos –, eles davam o nome de *chronos*. Daí a palavra cronômetro. [...] Há, entretanto, o tempo que se mede com as batidas do coração. Ao coração falta a precisão dos cronômetros. Suas batidas dançam ao ritmo da vida – e da morte. [...] A esse tempo de vida os gregos davam o nome de *kairós* — para o qual não temos correspondente. [...] Quem sabe somar e multiplicar tem a chave para entender as medições de *chronos*. Além disso, havia o espelho: na sua imagem refletida estão as marcas da passagem do tempo, inclusive o cabelo, já branco antes da hora. Mas o coração dele ainda não havia percebido. Coração não entende *chronos*. Coração entende vida. [...] Velhice não se mede pelos números do *chronos*; ela se mede por saudade. Saudade é o corpo brigando com o *chronos*.^{103:67}

De acordo com Rubem Alves é que podemos dizer que a pessoa não ignora sua idade, a sua imagem está aí para revelá-la, mas o coração ainda não percebeu.

A velhice é um dos "irrealizáveis" sartreanos.⁷ Ela afirma que o sujeito não pode ter uma experiência plena do ser velho, esta seria uma experiência irrealizável em si própria, e a velhice, a decadência e a finitude são mais aspectos percebidos pelos outros, do que pelo próprio sujeito que envelhece. É o olhar do outro que aponta nosso envelhecimento. Assim, o velho será sempre o outro e tratamos de representar o que somos através da visão que os outros têm de nós.

Lembremos do episódio acontecido com Freud quando tinha aproximadamente 63 anos, com o qual exemplifica o sentimento do estranho inquietante, ele nos conta:

Posso contar uma aventura semelhante que ocorreu comigo. Estava eu sentado sozinho no meu compartimento do carro-leito quando, devido a um violento solavanco do trem, a porta que dava para o banheiro anexo se abriu e um homem de uma certa idade, de roupão e boné de viagem entrou na minha cabine. Imaginei que ao sair do banheiro que ficava entre os dois, ele tivesse se enganado de direção e tivesse entrado por engano no meu compartimento. Precipitei-me para informá-lo do equívoco, mas percebi, completamente perplexo, que o intruso nada mais era do que minha própria imagem refletida no espelho da porta de comunicação. Recordo-me ainda que esta aparição desagradou profundamente.¹⁶

O conto "A Outra", de Mariana Frenk Westheim,⁷¹ escritora mexicana, também ilustra muito bem o tema que aqui nos ocupa.

Um dia a senhora NTS se viu no espelho e se assustou. A mulher do espelho não era ela. Era outra mulher. Por um instante pensou que fosse uma brincadeira do espelho, porém descartou esta idéia e correu a se olhar no grande espelho da sala. Nada. A mesma senhora. Foi no banheiro, no corredor, nos pequenos espelinhos que carregava na sua bolsa, e nada. Aquela mesma senhora desconhecida estava lá.

Decidiu sentar e fechar os olhos. Sentia vontade de fugir para um lugar bem longe onde não pudesse se encontrar com aquela pessoa. Porém era mais prudente ficar por perto, não deixá-la sozinha. Observá-la.

Parou de refletir: quem poderia ser essa senhora? Talvez a que morou antes de mim neste apartamento? Talvez a que morará aqui quando eu sair? Ou quem sabe, a mulher que eu mesma seria se minha mãe tivesse casado com seu primeiro namorado? Ou quem sabe, a mulher que eu mesma teria gostado de ser?

Lancei um rápido olhar no espelho e decidi que não. De jeito nenhum eu teria gostado de ser essa senhora. Depois de pensar muito tempo, a senhora NTS chegou à conclusão de que todos os espelhos da casa tinham enlouquecido, agiam como atacados por uma doença misteriosa.

Tentei aceitar a situação, não me preocupar mais, e simplesmente parar de me olhar no espelho. A gente pode viver muito bem sem se olhar no espelho. Guardei os pequenos espelhos de bolsa para tempos melhores, e cobri com panos os maiores. Um belo dia, quando por força do hábito estava me penteando frente ao espelho do armário, o pano caiu, e ali estava a outra me olhando, aquela desconhecida. Desconhecida? Parece-me que já não tanto assim. Contemplo-a durante longos minutos. Começo a achar que tem um certo ar de família. Talvez esta dama compreenda minha situação e por pura bondade tente se adaptar a mim, a minha imagem que por tanto tempo habitou meus espelhos.

Desde então, olho-me ao espelho todos os dias, a toda hora. A outra, não tenho dúvidas, se parece cada vez mais comigo. Ou eu com ela?

O corpo está sujeito ao tempo, começou a existir e cessará de existir. A temporalidade atinge de um modo absoluto todo o ser-no-mundo.¹⁰⁰

A Participante 8 definiu sua visão do corpo físico e biológico e nos diz:

“envelhecendo eu não estou, pode meu corpo estar”.

E a Participante 2 complementa:

“Claro que às vezes me canso, o corpo já não dá para tudo o que eu quero, mais ainda faço muito”.

Pensar dessa forma é possível por dois motivos: primeiro, porque a pessoa não se vê como corpo, ela apenas o possui. Então, desta forma, pode só o corpo envelhecer, e ela não. Segundo, porque o corpo que é possuído é matéria, e na matéria não tem sentimento.

A dificuldade para definir a velhice, também contribui. Há divergências teóricas até mesmo quanto ao seu início que pode se dar desde a concepção ou a

partir da maturação sexual. Suas manifestações, que incluem mudanças na aparência física, mudanças de papéis sociais e falhas de memória, podem ocorrer de diferentes formas, prazos e intensidade para cada pessoa, e talvez, somente quando ela se der em todas as dimensões, se possa dizer que a pessoa envelheceu. Por isso, nas palavras da Participante 1, é que envelhecimento

“não é só questão do corpo, um pouco na mente, na cabeça, mas começa a te olhar no espelho, a ver as rugas, o corpo se modificando, os cabelos brancos”.

Envelhecimento como uma questão de corpo e mente nos leva a pensar que existe um ser e um parecer velho. O ser velho faz parte da natureza, da condição biológica do homem, enquanto que parecer velho faz parte da cultura, da imagem corporal que é construída por cada sociedade para caracterizar a velhice, e que permite que ela seja negada ou adiada.

Com a velhice a aparência do indivíduo se transforma e isto não é fácil de aceitar. A imagem corporal da velhice é representada pelo declínio físico e visível, e a dificuldade em aceitar este fato induz a existência de um eu visível, que envelhece, e um eu invisível, que se mantém jovem.⁹⁷

No processo de construção de identidade, a herança genética tem influência, mas a influência do meio, das pessoas que nos cercam e que nos servem de modelo, a forma como nos percebemos são fatores significativos, pois a formação da auto-estima se dará mais em cima da aceitação que o sujeito receber de seus pares.

A identidade envolve perceber-se como um ser único: uma pessoa com um corpo que é só dela, com idéias próprias, com crenças, desejos, motivações, valores morais e espirituais, projetos de vida, com sua maneira particular de enfrentar desafios, lidar com problemas, reagir diante de acontecimentos alegres e tristes.⁸¹

Construir a identidade significa diferenciar-se dos outros, como uma

impressão digital. Não se trata, portanto, de um processo rápido. Exige tempo, crescimento físico e psicológico e experiência de vida. Precisamos nos expor a muitos fatos e vivenciar muitas coisas para conseguir selecionar o que fará parte de nós (ou introjetar as qualidades e os valores que queremos) e abandonar tudo o que consideramos indesejados. A identidade só se completa no final da adolescência, processo que marca o início da vida adulta.⁸¹

A Participante 4 verbaliza sua impressão referente a perda de identidade:

Esta questão das pessoas que se olham no espelho e não se reconhecem me parece que perderam a identidade, que não é uma questão física, é psíquica, porque claro que a gente se olha e vê que as marcas estão ali, eu vejo as marcas, mas continuo sendo eu mesma. Quem não se reconhece é porque sonha muito, quer outra coisa, talvez já antes estava sem identidade, não realizou as coisas que queria na vida, ou não conseguiu ser feliz.

O Participante 6 completa com sua opinião:

O que eu entendo de velhice é que ela é uma fase de vida bem interessante. É verdade isso de pessoas que não se reconhecem e não se aceitam, perdem a identidade, isso [...] a identidade. Acho que deveria haver nos centros de saúde onde funcionam grupos de terceira idade, profissionais que desenvolvessem um trabalho com pessoas de 40 a 50 anos para orientar sobre como elas vão envelhecer, de que maneira tem que proceder para aceitar, se olhar mais no espelho, se conhecer mesmo. Tem que ser feito esse trabalho para que as pessoas não sofram tanto assim.

Quanto mais a tecnologia biomédica propõe alternativas de investimento no corpo, mais se perpetua o pensamento do corpo como matéria, e cada vez mais a pessoa dele se distancia e passa a buscar outras formas para a compreensão de si mesma, ou novos significados para a vida, agora mais desprendidos do corpo biológico.

“Corpo para mim é este invólucro que nós temos, os ossos, a pele, as veias, o coração, estômago, enfim, é isto aí que eu considero corpo, e a cabeça naturalmente né, só que a cabeça [...]”. (Participante 6).

O corpo passa a ser sentido como se fosse um outro, algo que precisa ser cuidado e controlado. E é somente através da certeza de que o corpo é um meio para realizar tantas coisas, que o idoso tem consciência do seu valor nesta fase da vida.

“Eu pensei [...] se a minha cabeça está funcionando e eu em uma cadeira de rodas não vai adiantar nada, eu vou pensar, mas não vou fazer”.
(Participante 7).

O corpo sempre foi objeto de atenção e fascinação em toda a história da humanidade, mas nem sempre lhe foi atribuída demasiada importância à aparência, como o é nos tempos atuais. A princípio, o modelo de corpo era fornecido pela ciência dominante, a mecânica, e como consequência, o corpo humano era visualizado como máquina, e esta idéia ainda permanece como podemos verificar, é o corpo que não pode parar.

Esta visão mecanicista de corpo pode ser observada na afirmativa do Participante 5 quando menciona:

“Eu acho que uma pessoa que não se movimenta, um órgão que não funciona pára”.

A forma como o idoso vê o seu corpo é resquício dessa visão mecanicista. Assim, a cabeça pensa e o corpo age. Decidir e agir representam a autonomia e a independência, faculdades constantemente ameaçadas pela velhice, e presentes no imaginário social que a representa, o velho é caduco, o velho é frágil e o velho é incompetente.

“Eu tinha um outro conceito de velhice, de cabeça, não de velhice de corpo, o corpo eu estava vendo que estava decaindo, e eu brigando porque não queria que a minha cabeça parasse. Ai eu atinei que o corpo precisava acompanhar a cabeça, porque senão seria muito pior [...]”. (Participante 7)

Assim como é importante, para as pessoas que envelhecem, conservar suas capacidades funcionais como caminhar, subir escadas e pegar ônibus, também é importante poder continuar ocupando-se de seus assuntos pessoais e decidindo sobre suas ações. E desta forma que procuramos entender o que significa uma cabeça que não pode parar e um corpo que deve acompanhar.

A funcionalidade do corpo também está presente nas preocupações dos Participantes, vejamos o que nos diz o Participante 2:

“Mudança que eu senti com o envelhecimento foi as pernas um pouco mais flácidas e tudo o mais, isso aí é o que senti”.

O Participante 6 confirma:

“Sabe? Depois que passei dos 70 anos, tenho alguma dificuldade em ficar muito tempo de pé e o joelho dói. Preciso da bengala para me apoiar.”

O corpo físico envelhecido é percebido mais intensamente em relação ao declínio das suas funções, do que pela mudança na aparência, como muitos querem acreditar. A imagem do espelho é um fenômeno que anuncia a velhice em termos de estética, mas a velhice também se faz acompanhar de outras alterações nem sempre tão aparentes, relacionadas à funcionalidade.

Só consigo perceber que minha amiga tem 73 anos quando ela coloca sapatos de salto, aí caminha com passos bem miúdos; e também pela surdez, que ela não admite, deixa de saber das coisas porque não diz que não houve, e faz muita confusão. (Participante 1)

“Meu corpo está assim, eu estou redonda. Eu tenho que me contentar”.
(Participante 1).

“Interessante que até caminhar de velho eu não tenho, porque uma pessoa de uma certa idade, ela tem aquele caminhar, aquele passinho miudinho”.
(Participante 1).

Embora não ocorra da mesma forma, nem na mesma época para todas as pessoas, não podemos negar que, à medida que o corpo se impõe, a execução do gesto motor se deprecia, a agilidade diminui, a plasticidade vai se tornando rude, a coordenação vai se tornando alterada pela falta do ritmo e da seqüência natural dos movimentos, e isto passa a ser motivo de preocupação. Então, podemos dizer, chega uma hora em que a realidade natural e concreta da velhice é incorporada, e é neste momento que o significado do corpo se volta à funcionalidade. Já não é necessário um corpo belo, mas sim um corpo saudável.

Eu acho assim, que a gente sente um envelhecimento no corpo, sente mais flacidez, mas eu acho que enquanto a gente está mais parada, eu sinto uma diferença depois que comecei a fazer mais exercícios, aí eu me sinto mais ágil, dá para subir escadas e tudo o mais. (Participante 3)

O reconhecimento das limitações do corpo, decorrentes do envelhecimento, não deve ser interpretado como uma forma de admitir que a velhice seja um

processo involutivo, principalmente, quando a pessoa consciente de suas limitações busca alternativas para a estimulação das funções do organismo, visando melhorar seu desempenho.

Em suas considerações, sobre a funcionalidade do corpo, De Vitta^{104:82} reafirma:

O processo de envelhecimento é caracterizado, pela diminuição redução da coordenação motora e dos reflexos proprioceptivos; pela diminuição e pela lentidão dos movimentos; pela insegurança na marcha; pela perda de flexibilidade, força, potência, velocidade, destreza e resistência muscular – mudanças essas que tendem a provocar dificuldades na realização de várias atividades da vida diária.

As doenças são estigmas do envelhecimento. Segundo Santin⁷⁴ há uma relação de reciprocidade entre velhice e doença, tão enraizada, que fica difícil lembrar que doença é acidente, e que pode acontecer a qualquer pessoa, em qualquer idade, enquanto a velhice consiste em uma etapa da vida e que só não envelhece quem morre cedo. Mas com a velhice, segundo o organismo se torna mais suscetível à doença e muitos adoecem, por isso a associação entre velhice e doença.

Parece que, ao atingir determinada idade, a pessoa adquire obrigatoriamente doenças, nem lembram que existem pessoas idosas e pessoas idosas doentes. A Participante 8 é um exemplo de velhice sem doença , aos 85 anos de idade, ela nos diz:

“Eu sou uma pessoa feliz da vida, de bem com a vida, e Deus está me dando esta graça de eu ter saúde até esta idade”.

Ter saúde é uma graça de Deus, porque o que todos esperam, o que não significa que desejam, é que, a medida que os anos avançam, as doenças apareçam. Há inclusive, na medicina, um rol de doenças comuns ao envelhecimento das quais todos têm conhecimento e esperam encontrar em si como um indicativo de velhice. E isto é possível constatar nas próprias entrevistas:

*“Graças a Deus não tenho aquelas doenças de velho”. (Participante 5)
 “Eu não me acho velha, não me sinto velha, não tenho dor”. (Participante 1)
 “E eu não sinto assim [...] que eu sou diferente agora [...] eu sinto assim que o velho [...], a minha própria sogra dizia, com a idade vem a doença, com a idade vem isso, com a idade vem aquilo. E eu até agora não senti isso”. (Participante 1)*

Então velho tem que ser doente, esta é a definição de velhice para muitas pessoas. O que a Participante 1 tentava dizer é que sempre aprendeu que todo o velho é doente e tem muitas limitações. Chegando aos 60 anos, sem perceber diferenças na sua rotina e nem apresentar sintomas de doença, ela não se considera velha.

Declínio orgânico e doenças que surgem com o envelhecimento, eis o que justifica tantos estudos e teorias, que na maioria das vezes, apontam a doença como consequência do declínio. Mas Forette,¹⁰⁵ médica, gerontóloga e professora, lembra em seu livro que algumas pesquisas realizadas demonstram exatamente o contrário, ou seja, que a diminuição em algumas das funções vitais, advindas com a idade, não provém do envelhecimento, mas sim de doenças. Em consequência, ela atribui grande importância à prevenção de doenças através de medidas simples como exames periódicos, utilização de medicamentos para o controle de alterações metabólicas que poderiam evoluir para a enfermidade, e a recomendação da atividade, mais especificamente o exercício físico.

“É importante envelhecer com saúde, acho que se deve fazer exercícios, ouço falar e vejo na televisão”. (Participante 6)

A prevenção já é uma medida amplamente divulgada e adotada pela maioria das pessoas, é o que eles chamam de cuidar do corpo:

eu cuido do meu corpo, que eu sofro se eu não cuidar, porque eu tenho vários problemas de saúde, e se eu não me cuido, é claro que eu vou morrer bem antes do que eu pretendo. [...] E tenho dores, então é uma coisa que me leva a cuidar do corpo. (Participante 2)

Com o avanço da idade muitas alterações vão ocorrendo, envelhecer é conviver com o desespero de ver desaparecer progressivamente os atributos da

juventude e com o medo, devido a crença de que o envelhecimento é sempre patológico, entretanto, doenças até poderão advir, mas não necessariamente. A estimulação constante das funções essenciais do organismo diminui a sensação de insatisfação com o desempenho que se julga ameaçado, então o exercício é indicado. Os investimentos no corpo, pelas pessoas idosas, visam minimizar ou retardar a degeneração do envelhecimento, o que lhes assegura um sentimento de auto-eficácia, rompendo com uma concepção negativa de velhice que poderia levá-los a incorporar um sentimento de incompetência, subestimando o seu potencial físico e motor.

A velhice, como última etapa da vida, sempre lembra a finitude da existência, realidade de todos os seres vivos.

“Porque o tempo vai atingir todo o mundo se não morrer moço. A gente tem que se conformar com este outro lado da gente”. (Participante 4).

O envelhecer é o signo mais expressivo da experiência – limite do ser humano, que é o ser-para-a-morte. O homem é o ser que se sabe mortal, em trânsito.^{104:151}

Mas esta certeza não basta para aplacar a angústia e a necessidade daí decorrente de se interrogar sobre o sentido e o valor da vida humana. Diante de tais incertezas só resta a conformação.

No que diz respeito à ciência, não podemos ignorar a contribuição de seus estudos para o processo de envelhecimento, de forma que muitas doenças podem ser controladas e com isto as pessoas estão vivendo mais. Quanto a velhice, esta pode ser cada vez mais adiada, com o uso de cosméticos, práticas corporais, cirurgias plásticas e tantas outras intervenções.

À medida que cresce o estudo do envelhecimento muitos mitos e folclores sobre esse processo são desestabilizados, e seus resultados já estão comprovados: verificamos um retardamento da velhice, redução de doenças e já podemos falar em

envelhecimento saudável e envelhecimento bem-sucedido. Muitas teorias se sucedem e se complementam, uma vez que, sozinha, nenhuma consegue explicar o porque envelhecemos, mas a cada fator isolado, e exaustivamente estudado, corresponde uma intervenção no processo com grandes benefícios para as pessoas, e este já é um fato reconhecido conforme manifestaram.

“Ainda bem que a gente está vivendo mais tempo, a medicina está evoluindo, está morrendo menos gente agora. Muita gente se queixa deste mundo, mas ninguém quer partir”. (Participante 3)

Os avanços da ciência realimentam o mito da eterna juventude e da imortalidade existente desde a criação da humanidade, e quem sabe ainda possa ser descoberta uma pílula anti-envelhecimento.

“A ciência evoluiu, hoje tem muitos recursos. Seria ótimo se tivesse um remédio para não envelhecer, mas isto não tem como”. (Participante 1).

O fato mais importante é que as pessoas vivem mais tempo e melhor, graças aos processos da higiene, aos avanços da medicina e ao desenvolvimento sócio-econômico. Hoje, uma pessoa de 80 anos não se parece em quase nada com um velho de menos idade, inclusive, há pouco tempo atrás. Entretanto, melhores condições de vida não se devem somente às ciências biomédicas, pois os fatores biológicos do envelhecimento acarretam mudanças psicológicas e sociais.

Por isso, não é só no coração, que a pessoa não percebe que a velhice chegou, pois a mudança na imagem, ocorre bem mais cedo do que as demais alterações que poderão advir com o envelhecimento. Vivendo mais e em melhores condições de saúde, conseqüentemente, as pessoas estão se mantendo aptas para o trabalho, e quanto as marcas do tempo, estas podem ser amenizadas.¹⁰³

“Eu com 66 anos ainda não vi a velhice chegar, em nada, nem no trabalho, nem no corpo, eu não vejo né. Também, se eu vejo um cabelo branco já corro no espelho, agora eu vou fazer tudo de novo, plástica no rosto”. (Participante 1).

Sob a ótica do capitalismo o corpo se apresenta como portador de

deficiências e desejos, e o mercado de consumo alcança a velhice disponibilizando produtos e serviços especializados de forma a induzir que só é velho quem quer. O corpo do idoso, como consumista, está integrado à sociedade, diferentemente, do corpo produtivo da modernidade, para o qual o valor do corpo estava na capacidade de produzir, e o corpo do idoso não era reconhecido como produtor, sendo então, marginalizado.

No mundo das aparências, o corpo envelhecido perde seu significado quando deixa de apresentar as características do corpo jovem, altamente valorizadas na sociedade contemporânea. É como se o corpo perdesse o sentido ou deixasse de existir:

“Do meu corpo já nem sei. Eu tive corpo. Agora eu não tenho, eu nem considero mais (e riu muito)”. (Participante 7).

O depoimento anterior e o que vem a seguir confirmam que o corpo considerado é o corpo jovem, e que aceitar o corpo envelhecido não é tarefa fácil. Há rejeição, há tristeza, há tendência ao isolamento, há perda de prazer, mas reconhecem que são momentos a serem superados, o que implica em revisão de valores.

“Nós não podemos ficar assim atirados e pensando, puxa, eu estou envelhecendo a cada dia, a cada dia que passa eu fico mais velha e aquela coisa toda, a pessoa está pensando no corpo dela, que ela não tem”. (Participante 8)

A Participante 8 está se referindo a mudanças que se operam no corpo, que o afastam do padrão de beleza que vigora na sociedade e que é valor para cada um. Mudanças são, na maioria das vezes, penosas, e implicam em um trabalho psíquico de adequação. Mas, ao que parece, nada é suficiente para apagar essas diferenças:

“Mas a velhice é fogo sabe, eu agora já nem me importo muito, eu digo eu sou assim e [...]”. (Participante 3).

É difícil aceitar o corpo envelhecido, como diz a Participante 3, ela reconhece que é assim, tem que conviver com isto, mas a insatisfação permanece.

Ela não diz eu não me importo, mas já não me importo muito. Importa sim, porque para a mulher é especialmente difícil aceitar a realidade do corpo envelhecido, porque é o corpo feminino o mais visado para representar e divulgar o conceito de beleza vigente.

Percebemos que a Participante 1 encara o corpo hierarquicamente inferior à mente quando menciona:

“O corpo tem que ser saudável, e uma mente sã para poder carregar o corpo. É a tua cabeça que vai levar o teu corpo.”

Villaça & Góes⁷⁹ enfatizam que ao conceberem corpo e cabeça distintamente, estão reproduzindo a condição hierarquicamente inferior a qual o corpo foi historicamente submetido. As freqüentes referências à cabeça e à mente, representam o temor à deterioração intelectual que crêem acompanhar o envelhecimento. A unidade do corpo se dá, nesse caso, em decorrência do reconhecimento de que é necessário preservar as diferentes funções, uma vez que nem todas as pessoas estão condenadas à perda de memória e à redução da capacidade intelectual, assim como não estão condenadas às limitações funcionais.

Vemos que a deteriorização da memória é preocupação também da Participante 1 quando afirma:

[...] eu não queria incomodar os outros, minha preocupação é incomodar, provocar repulsa ou aborrecer com as minhas histórias que eu conto, porque eu conto muitas histórias, se eu estiver aborrecendo quero que me digam e eu fico calada, quando vou contar uma história pergunto se já contei para não repetir.

E essa preocupação também se faz presente no mundo acadêmico o que é revelado pelos inúmeros trabalhos hoje publicados em relação à memória.

Para cada pessoa que conhecemos, existe um corpo, e para cada corpo uma cabeça. Isto porque na velhice, para cada pessoa existe um corpo que envelhece e uma cabeça que se mantém jovem. A cabeça é o lugar de resistência e

negação da velhice.

Neste cenário que estamos analisando e que faz parte da essência, descreveremos a segunda dimensão fenomenológica – **envelhecimento psicológico**.

Para cada pessoa que conhecemos, existe um corpo, e para cada corpo uma cabeça. Isto porque na velhice, para cada pessoa existe um corpo que envelhece e uma cabeça que pretende se manter jovem. A cabeça é o lugar de resistência e negação da velhice.

Cabeça, cérebro, mente, espírito, memória e sentimentos foram referidos nas entrevistas reproduzindo a idéia de corpo depositário de algo distintivo que nos faz humanos, como se existisse um eu independente do corpo, herança da tradição cartesiana.

Lepargneur⁹⁷ em sua obra descreve que a cabeça é compreendida como a sede dos pensamentos, das emoções, da identidade, da personalidade e do comportamento, com a idéia de que tudo isso possa ocorrer desvinculadamente do corpo que é gordo ou magro, velho ou jovem, ágil ou lento. Esta situação nos leva a fazer uma distinção entre envelhecimento biológico e envelhecimentos psíquicos, entre o que acontece no corpo e o que passa na cabeça, o que não é tão simples, porque não podemos ignorar que exista uma inter-relação entre ambos, e nem mesmo, que cabeça também é corpo.

O Participante 4 concebe a velhice como uma questão de cabeça e exemplifica

“[...] Eu vou ao banco para conversar com o pessoal, leio bastante, assisto todos os noticiários, e os filmes que me interessam, não tem que deixar a cabeça envelhecer, isso porque a velhice é uma questão de “cuca”, tem que estar ativo”.

O Participante 5 reitera:

“Estou ‘enteraçõ’ porque não penso na velhice como um velho “gaga” e sim que ela é uma fase da vida, e aí forço a memória com palavras cruzadas, leitura, tudo isso, para ficar atento”.

Para os Participantes 6 e 8 a cabeça representa o Centro de Comando. A

Participante 8 diz:

“Velhice é cabeça, então eu não vou ficar velha”.

O Participante 6 acrescenta:

“Eu me governo, minha cabeça ainda tem comando, ela está firme para decisões”.

A Participante 2 manifestou claramente a idéia de duas velhices, uma de corpo e outra de cabeça:

eu tinha um outro conceito de velhice, diferente de cabeça, não de velhice de corpo, o corpo eu estava vendo que estava decaindo, decaindo, e eu brigando porque não queria que minha cabeça parasse. [...] aí eu atinei que o corpo precisava acompanhar a cabeça.

Pensamos que velhice como uma questão de cabeça possa estar relacionada ao senso de controle e o que ele representa no envelhecimento.

O senso de controle “[...] se expressa como a tendência a agir e a sentir-se como alguém que pode influenciar as várias situações da vida”,^{107:55} e é importante para a pessoa poder determinar sua vida, manter sua autonomia, por isso a cabeça precisa ser preservada.

A cabeça se confirma como centro de comando através das palavras da Participante 7:

“é a tua cabeça que vai levar o teu corpo”.

A cabeça representa o centro de comando, o centro de controle, o centro das decisões, o centro da vontade, nas palavras das entrevistadas, e neste sentido ela carrega o corpo. O corpo carregado equivale ao corpo compreendido como máquina, como objeto, portanto manipulável, disciplinável e controlável.

Um dos grandes motivos de orgulho para aquele que envelhece é dizer que

sua memória continua boa, que se lembra das coisas que aconteceram tanto há muito tempo como a pouco, que seus compromissos são realizados nos devidos dias, pois “não se esquece de nada”. Vemos que na cultura de nosso povo, a manutenção da memória, especialmente no processo de envelhecimento, é fundamental e, possivelmente, um dos parâmetros do envelhecimento saudável e com qualidade.

A Participante 3 considera que a cabeça representa o Centro da Memória e expressa o que pensa nos dizendo:

A cabeça, nós temos algo dentro que nem os médicos sabem explicar, a gente guarda muita coisa, muitos pensamentos antigos, coisas que nos ocorreram quando criança que hoje a gente não guarda, aconteceu um fato a semana passada eu não me lembro hoje, e me lembro de muitos fatos que aconteceram há 40, 50 anos atrás [...] então nós temos, eu acho que nós temos um recipiente no cérebro que guarda isto, então eu procuro preservar o meu cérebro.

A falta de memória é uma das queixas mais freqüentes entre os idosos. A necessidade de preservação do cérebro, apontada pela Participante 3, decorre da necessidade de preservação de suas lembranças, aspectos tão subjetivos, tão próprios da sua particular existência e de tanta importância que, à sua maneira de ver, seria de difícil compreensão para os médicos. Por outro lado, ela parece encarar com naturalidade o esquecimento de fatos recentes. De fato, a memória recente, de curto prazo, diminui com a idade. Já a memória remota permanece inalterada com o envelhecimento. A memória remota, por ser a responsável pela preservação das lembranças, exerce importante papel na preservação da identidade.

A capacidade de registrar e resgatar os acontecimentos são traduzidos como inteligência na infância e na adolescência e, no envelhecimento, como lucidez, boa saúde mental, capacidade de manter bem perante os de mesma idade, enfim, como sinal de envelhecimento bem-sucedido.¹⁰⁸

Os chamados lapsos de memória são muito comuns em todas as idades e

também naquele que envelhece.¹⁰⁹ Esquece-se, em determinado momento, uma idéia, mas logo mais ela reaparece em todos os seus detalhes. Os lapsos não refletem doença de memória, e devemos lembrar que os jovens também esquecem. Entretanto, quando o jovem esquece suas chaves ou algum objeto que deveria estar consigo, as pessoas o chamam de “desligado”. Já se a mesma coisa acontece com alguém com mais de 60 anos, este recebe a classificação de “esclerosado” ou esquecido. Assim, vemos que as falhas de memória também assumem significados diferentes nas diferentes fases da vida.

Quando falamos em memória, é importante situar que ela faz parte das chamadas funções cognitivas. Entre estas, temos também a atenção, o raciocínio, a abstração, o julgamento, a linguagem, a capacidade construtiva e as funções executivas (a capacidade de organizar, planejar e realizar tarefas). A cognição recebe diferentes definições, dependendo dos autores. Para Alvarez¹¹⁰ significa o conteúdo do pensamento, a percepção, o processamento das informações, os mecanismos de memória, as estratégias e atitudes utilizadas para resolução de problemas. Reflete a visão sobre si próprio, sobre o mundo passado e futuro. Importante considerar que as mudanças cognitivas que podem ocorrer no processo de envelhecimento (mesmo no envelhecimento normal), talvez se reflitam em alterações na afetividade e no comportamento.¹⁰⁸

A Participante 2 disse:

“Graças a Deus a minha memória está boa. Eu ainda consigo saber o que comi ontem”.

O Participante 5 reforça:

“Memória a gente deve estimular com leituras, conversas, e muita,mas muita brincadeira, bom humor”.

Entre os aspectos da memória menos alterados no envelhecimento, destacam-se o vocabulário (em geral, o idoso mantém aquele que adquiriu), a

memória imediata (aquilo que acabamos de ver ou de ouvir), a chamada memória semântica (aquela que guarda o conhecimento sobre nossa língua e conhecimentos gerais, nossa enciclopédia pessoal) e a capacidade de realizar as tarefas rotineiras, também chamada memória procedural (que inclui as atividades automatizadas).¹⁰⁸

As Participantes 2 e 7 caracterizam bem este tipo de memória. A Participante 7 nos reforça:

“Eu tenho 102 anos e ainda lembro perfeitamente a gíria que se usava na Polônia para chamar a atenção da presença de prostitutas. Eu consigo me lembrar de tudo, do que vi hoje, do que falei ontem e do que tenho que fazer amanhã”.

A Participante 2 nos diz:

“Todos os dias eu faço aqui no quarto a mesma coisa, não dá para esquecer nunca. Arrumo a cama, tiro o pó, guardo algumas coisinhas e limpo a pia e o vaso”.

As lembranças são conteúdos ou produtos da memória classificados por Blessmann⁵³ como “revisão de vida”, que é uma forma de lembrança intencional, estruturada em torno de eventos de transição e aplicada à avaliação de si mesmo e da própria existência, muito freqüente na meia-idade e na velhice.

Existe uma crença generalizada de que, com a velhice, a memória, a inteligência e a aprendizagem declinam, o que, em parte, é verdade, pois implica em ignorar a possibilidade de novas experiências que poderiam proporcionar o devido equilíbrio entre as perdas e ganhos, preconizados pela teoria do curso de vida. Um bom exemplo desta generalização com relação à memória é o que nos colocou a Participante 3:

“Um dia a minha cunhada chegou para mim e disse: de vez em quando tu não ficas esquecida? Eu disse não. Ela disse: mas vai ficar porque a idade está chegando”.

O fato da Participante 3 não ter dado demasiada importância à observação de sua cunhada pode ser interpretado de diferentes formas. Como auto-confiança, demonstrando acreditar nas suas potencialidades; como descrédito, pensando que

com ela não vai acontecer; ou como alguém consciente de que, na ausência de uma patologia, lhe cabe a responsabilidade de buscar, por todos os meios, mantê-la dentro dos limites de sua plasticidade.

O participante 6 revelou-se preocupado com a preservação de sua memória relatando algumas das formas por ele adotadas com o objetivo de exercitá-la:

“Tive uma memória excelente, já não é mais, mas ainda está melhor do que muita gente, isto sim. [...] Continuo fazendo associações até para a lista de compras (o que sempre fiz para gravar números de telefone)”.

Ao referir-se à memorização da lista de compras observou que

“eu não faço mais rancho para não depender de ninguém, compro aos poucos”.

Associando este fato às demais observações que se seguiram constatamos que a preocupação com a memória é uma constante para ela, e que está relacionada a sua expectativa quanto a preservação da autonomia e independência.

Suas técnicas de memorização se reportam à infância e àquilo que lhe dá prazer:

Há outra coisa que eu fazia e ando com preguiça de fazer, eu fazia desde menino. Na minha casa só tinha rádio, se eu queria decorar uma musiquinha de carnaval eu escrevia. [...] Então eu cheguei a conclusão que eu tenho que decorar alguma coisa, uma coisa interessante como poesia. Outro dia eu disse, vou ter que aprender a gravar música de novo, mas não estas que estão por aí como o “Tchan”. [...] Outro dia eu encontrei um pensamento no ônibus que me interessou muito. Passei a tarde inteira decorando o verso, quando cheguei em casa só lembrava a primeira estrofe. Voltei a fazer minhas associações malucas, porque juntando as primeiras letras ou palavras é mais fácil do que decorar o verso inteiro. (Participante 6)

Ele demonstra ter conhecimento de que as perdas relacionadas à memória podem ser compensadas pelo uso de técnicas de memorização e se vale de atividades cotidianas para o seu treinamento.

Entre os aspectos mais alterados, temos: os novos aprendizados, (requer-se mais tempo e mais esforço para aprender novas coisas), a resolução de problemas que envolvem maior complexidade e fatores que devem ser considerados

simultaneamente (há diminuição da memória operacional), a memória episódica (guardar detalhes dos acontecimentos, também envolvendo nomes e datas precisas, torna-se mais difícil) e diminuição da capacidade de evitar distrações (pessoas mais velhas, muitas vezes, perdem a idéia central quando deixa uma atividade para realizar outra).

O Participante 5 relata:

“Não consigo entender como se faz para mexer no computador. Não sou desta época moderna. Acostumei com a máquina Olivetti e agora, parece mentira, não sei lidar com este aparelho novo”.

Como as mudanças na imagem da velhice não ocorrem tão rapidamente quanto na forma de vivê-la, a velhice passa a ser encarada como sentimento ou estado de espírito.

A velhice no corpo é aparente, é visível, mas na cabeça ela é um sentimento. Por isso a Participante 1 diz:

“Envelhecendo eu não estou, pode meu corpo estar”.

As Participantes 1, 2, 3, 4, 7 e 8 concebem que a cabeça representa a Sede dos Sentimentos, das Percepções. Elas explicam que ser velho, de acordo com a concepção vigente, é portar estereótipos negativos, o que pressupõe mudanças radicais no comportamento, desde a forma de vestir-se até a maneira de relacionar-se. Quando o idoso não se identifica com os estereótipos de velhice, ele se utiliza do espírito para justificar uma dissociação entre corpo envelhecido e a sua maneira de viver. Assim, velhice passa a ser estado de espírito.⁷⁵

A Participante 1 ilustra essa afirmação com a fala:

“Seria a minha cabeça, o meu espírito, que eu não me acho velha, não me sinto velha, eu não me vejo assim”.

O Participante 5 complementa:

“Não me sinto velho, a idade não me incomoda”.

Não achar-se, não sentir-se e não ver-se velha, também pode ser explicado através do conceito de “idade psicológica”, na sua relação com o senso subjetivo de idade. O senso subjetivo de idade, “é atribuído à maneira como cada indivíduo avalia, em si mesmo, a presença ou a ausência de marcadores biológicos, sociais e psicológicos da idade, com base em mecanismos de comparação social mediados por normas etárias”.^{59:43} Com esse mesmo sentido, qual seja, de que velhice independe de idade cronológica e de outros marcadores sociais, é que acreditam que a velhice é um “estado de espírito”.

“Então para mim isto aí é a velhice, tanto a idade, como espiritualmente, a pessoa que se sente mais velha, gente nova ainda”. (Participante 5)

Uma pessoa é reconhecida como velha devido aos anos já vividos, que lhe impõem esta condição; isto é velhice por idade. Entretanto, outras pessoas, independente da idade, podem ser consideradas velhas pelos outros, por portar-se como tal, o que implica na adoção de estereótipos, revelando um sentimento de conformação com a vida. O sentimento de conformação com a vida pode ser expresso através da tristeza e da sobriedade.

Vemos neste estudo que para a Participante 4 a velhice está associada ao bem-estar emocional quando nos refere que:

“Acho que a gente deve pensar mais na parte de dentro da gente, o que a gente tem na cabeça”.

A aceitação da velhice não como um sentimento, mas como uma etapa da vida, implica em um reposicionamento de seus valores, implica em um voltar-se para dentro de si mesmo. Carstensen, Levenson & Ekamn¹¹¹ defendem que a satisfação com a vida, elemento indispensável ao bem-estar emocional pode manter-se elevada na velhice, especialmente quando os indivíduos estão empenhados no alcance de metas significativas de vida, que devem ser reformuladas de acordo com novos valores.

Na dimensão emocional o homem constrói-se em um processo dialético, envolvendo as fases vitais e a identidade pessoal, cada uma é única e própria, mas inserida no todo da existência, sobre o qual se concretiza. “A vida não é uma simples justaposição de partes, mas um todo coeso”.^{112:54}

A construção do homem interior é permanente e consolida-se na estruturação do caráter onde “descobre o que significa constância”.^{112:44} As experiências emocionais vivenciadas de forma equilibrada permitem a expressão dos sentimentos e emoções socialmente aceitas e um amadurecimento oportunizador de maior conhecimento próprio e estimulador do prazer. Os encontros e desencontros estabelecem-se na existência de desejos comuns ou afins. O amadurecimento estabelece-se a partir da compreensão de responsabilidade pela existência, em toda sua dimensão, entendendo-o como aprimoramento através do reexame de antigas disposições, o que pode ocorrer em qualquer etapa do ciclo vital.

Referir-se à cabeça, ao espírito e à mente, também pode ser uma forma de referência a um estado de bem-estar psicológico ou emocional:

Nós temos que pensar é no espírito da gente, porque eu vejo criaturas assim como a Zoé, ela tem uma mente, é o espírito né, sempre alegre, feliz da vida, ninguém diz que ela tem aquela idade (79 anos), por isso que eu digo, hoje o que conta é o espírito. (Participante 8)

O espírito, a mente da senhora citada, podem ser compreendidos como um estado positivo de bem-estar emocional pelo fato de estar sempre alegre e disposta, para a idade que tem, que ressaltada desta forma, está considerada uma idade avançada.

Bem-estar emocional ou psicológico, “refere-se ao estado da mente, incluindo sentimentos de felicidade, contentamento e satisfação com as condições da própria vida”.^{113:57} Também pode ser referido como moral, estado de espírito e

satisfação, segundo a revisão de literatura feita pelos mesmos autores.

A satisfação com a vida pode manter-se elevada na velhice, especialmente quando os indivíduos estão empenhados no alcance de metas significativas de vida na manutenção ou no restabelecimento do bem-estar emocional.

O corpo tem a ver com a vivência da pessoa, do como ela vive. Por exemplo, se tu és uma pessoa mais quieta, fechada dentro de casa, o teu corpo vai responder de uma maneira, se tu és assim [...] já sai como eu, vem fazer exercícios, por mais leve que seja, já [...] a saúde é outra, entendeu? Então por isso que eu procuro sempre estar de bem com a vida, tanto fisicamente, como aqui (apontou para a cabeça). (Participante 1)

Na verdade, o que todos pretendem é manter a integridade mental e física até os últimos anos de vida.

Estar de bem com a vida implica em satisfação, e satisfação corresponde ao bem-estar físico e emocional, que requer um envolvimento total da pessoa, em completa interação com o meio. Movimentar-se, exercitar-se, ter iniciativa, e comunicar-se, enfim, é o que representa o ser humano na sua completa expressão.

A percepção da velhice está diretamente relacionada ao bem-estar emocional, da forma que pessoas da mesma idade cronológica podem se sentir velhas ou não, assim como, as pessoas podem sentir-se velhas em decorrência de eventos estressantes, eventos que ocorrem na vida em determinado momento e que representam um momento de transição como luto, separação, doença, etc.

“Eu comecei a sentir o meu envelhecimento depois da morte do meu marido” (Participante 7).

Na opinião da Participante 2 a velhice e personalidade estão juntas, assim como com a auto-estima. Ela reforça esta ideia com a afirmação:

“Eu precisava de alguém que levantasse a minha auto-estima que estava lá em baixo, eu não me sentia mais útil para nada devido às perdas que eu tive”.

A personalidade é um traço humano bastante complexo, ela compreende, entre outros conceitos, a identidade, a auto-imagem, o autoconceito, e a auto-

estima. Auto-estimar-se é gostar de si mesmo. É gostar do que realmente é, aceitando suas habilidades e suas limitações. Mas o homem não vive isolado, portanto, para gostar de si mesmo ele precisa do reconhecimento da sociedade, precisa saber se o seu desempenho corresponde às expectativas do outro.

Em qualquer idade, a importância do meio social, composto por outras pessoas, é fundamental tanto na formação e na manutenção do autoconceito quanto na avaliação resultante, ou seja, na auto-estima.⁸¹ No início de nossas vidas, quando começamos a nos perceber como diferenciados dos demais, a influência de nossos pais ou de outras pessoas de quem dependemos é muito grande. Em geral, quando crianças, logo aprendemos o que esperam de nós, que comportamentos são apreciados e quais são indesejáveis. Isso nos dá uma idéia de “certo” e “errado”, de “aceito” ou “desaprovado”, que são as bases para avaliarmos nossa adequação às expectativas das pessoas que amamos e ao mundo. Assim, vamos nos “moldando” conforme as exigências. Podemos até ter uma noção quanto a sermos “bons” ou “maus” – uma forma ainda precária de auto-avaliação.

Quando nos avaliamos, sempre o fazemos tomando uma ou mais pessoas como modelos do que seria “ideal”, e essa escolha baseia-se fundamentalmente naquilo que é valorizado pelo mundo social. Essa comparação se faz sempre com o outro.

Um outro dado importante é que, assim que definimos quem somos, tornando-nos menos sensíveis à opinião alheia. Uma vez estabelecida nossa identidade, quando temos certeza de quem somos, certeza da validade daquilo em que acreditamos, daquilo que pensamos, mantemos uma coerência interna, e mudamos muito menos. Se assim não fosse, bastaria que alguém nos desaprovasse para termos que nos modificar: a identidade, então, não existiria; seríamos seres em

eterna mutação, vivendo para agradar ao mundo. Além disso, todos nós passamos, uma vez ou outra, com maior ou menor frequência, por situações de rejeição, quando não somos aceitos, ou por circunstâncias de vida desfavoráveis. Isso não significa necessariamente que nossa auto-estima ficará rebaixada; a maioria das pessoas tem capacidade e habilidade para enfrentar e resolver situações difíceis.

Podemos concluir que nossa auto-estima está intimamente relacionada com a resolução dos problemas com que nos defrontamos. Isso nos leva a um outro conceito: a *auto-eficácia*. Esse sentimento, muito importante, significa, *à grosso modo*, que acreditamos e confiamos em nossa capacidade para gerenciar nossas vidas. Implica também que não deixamos os acontecimentos nos dominarem, pois somos capazes de dominá-los. O domínio da própria vida pode, às vezes, ser prejudicado por acontecimentos que fogem a nosso controle, mas enfrentar as crises, e tentar resolvê-las da melhor forma possível, também é um indicador de nossa capacidade e resulta em aumento de nossa auto-estima. Nós é que determinamos o rumo dos acontecimentos, com nossas ações. Assim, tudo funciona como num círculo: quem tem auto-estima elevada sente-se mais confiante para resolver problemas; quanto melhor se consegue resolver problemas, mais cresce a auto-estima. O inverso também é verdadeiro.

A auto-imagem implica na forma como nos vemos, de como pensamos que somos e de como achamos que os outros nos vêem, e a partir dela formamos um auto-conceito. A auto-estima é o nosso julgamento sobre o como nos vemos. Ela pode ser positiva ou negativa. E é de acordo com essa avaliação que conduzimos nosso comportamento. Um julgamento positivo depende não apenas de nós, mas também das comparações que fazemos entre nós e as outras pessoas.

Sentir-se velha ou sentir-se jovem é a expressão resultante do julgamento

da pessoa quanto a forma como se vê. Como o termo velhice é carregado de preconceitos e de expectativa de condutas específicas a um grupo etário tendendo à sua marginalização, à sua exclusão, a pessoa não se sente velha quando o resultado de sua avaliação é positivo, quando se sente perfeitamente integrada à sociedade.

“Então me senti mais jovem, não estava tão velha assim, porque o neto estava me procurando para contar coisas da vidinha dele, se fosse muito velha ele não procuraria a avó”. (Participante 8)

Os próprios idosos mostram-se surpresos quando o seu comportamento contraria a expectativa de que deva haver conflito entre gerações. Faz parte dos preconceitos com relação à velhice julgar que todos os idosos têm idéias ultrapassadas e que não acompanham a evolução dos jovens.

A idéia que cada um tem sobre a velhice continua sendo de que esta é uma etapa da vida caracterizada pelo isolamento, recolhimento, privação, moderação e temperança, e quando isto não ocorre, a pessoa não se considera velha.

“Na cabeça eu sou nova porque eu gosto de tudo que é fuzarca, eu gosto de dançar, eu gosto de comer, eu gosto de reunião, eu gosto de gente. Eu acho que tem velho que não gosta de gente, gosta de estar sozinho, quieto”. (Participante 7)

O significado de corpo na velhice está na cabeça e no que ela representa, a possibilidade de manter a autonomia até o final da existência, preservando a identidade da pessoa que a sente ameaçada diante de tantas mudanças que podem alterar a sua maneira de ser, na sua mais completa forma que é a de ver, ouvir, sentir e agir, diante da dúvida que a todos persegue: será que deixarei de ser eu, da forma como me conheço, porque envelheci?

É na dimensão social que melhor se percebe o adiamento da velhice, por ser a mais visível, a que coloca em evidencia as mudanças no comportamento das pessoas mais velhas, e com isto tem maior repercussão. A terceira dimensão

fenomenológica que faz parte desta essência é: **envelhecimento social**.

A velhice, como já vimos, está sendo cada vez mais adiada. Biologicamente, porque as pessoas estão vivendo mais, psicologicamente, porque estão vivendo melhor e com isto não se sentem velhos, e socialmente, porque as grandes mudanças de comportamento fazem desaparecer os limites etários.

A mudança mais evidente que se percebe na velhice hoje, se comparada a outras épocas, é a mudança na sua imagem, o que pode ser percebido pela forma como os idosos se vestem e se comportam atualmente, e isto acontece graças ao espaço que foi aberto pela sociedade ao criar atividades próprias a este grupo etário.

O desenvolvimento humano ocorre por um processo de crescimento caracterizado por um estado de auto-organização e manifestado por características genéticas individuais, mas efetivado no ambiente que circunda. A construção deste estado de auto-regulação depende da interação com o meio sociocultural onde manifesta suas relações e realiza suas experiências. O homem constrói-se e realiza-se na sua relação com o grupo.

As relações significativas são fortemente manifestadas por idosos que vivenciam uma velhice bem-sucedida e demonstram ser um forte indicio de saúde mental e física.¹¹¹

O exercício da interação social adquire um significado muito especial; estimulando os processos cognitivos e afetivos, mas não tão somente, pois na realidade potencializa as “[...] necessidades fundamentais de reconhecimento, amor, pertinência e estátus [...] a frustração destas necessidades leva à infelicidade”.^{114:428}

O desencadeamento de insatisfação resulta, muitas vezes, no desenvolvimento de mecanismos de defesa como “[...] agressão, retraimento e

regressão”.^{114:428} Não é o momento de pensar nos que vivem isolados ou em ambiente desprovido de estímulos, onde podemos destacar asilos, pensionatos, casas de repouso, hospitais e, mesmo, os próprios lares, uma vez que estes indicadores, seriam objeto de uma investigação distinta.

Priorizamos neste momento o valor de ambientes adequados à necessidade dos idosos, onde sejam desenvolvidas relações catalizadoras de bem-estar familiar e social. A estimulação de comportamentos de “[...] manutenção da dignidade e auto-segurança”^{114:429} através da manutenção da autonomia, do papel familiar, da liberdade pessoal [...] consolida o ajustamento. Concretiza-se, assim, um sentimento de aceitação motivador de idéias, tolerância, elaboração de conflitos, expressão de sentimentos e afetos, oportunizando um redirecionamento para comportamentos positivos e saudáveis.

Os ajustes às necessidades e motivação traduzem-se em sentimentos de satisfação e paz interiores, patrocinando o entendimento da vida, não como um permanente estado de êxtase, mas de momentos felizes que podem ser estimulados, cultivados e resgatados.

A manutenção destes estados sofre interferência da idade, sexo, cultura e da maneira como são enfrentadas as perdas constituídas em um somatório dos enfrentamentos vivenciados durante toda a existência. Resultam na geratividade⁶⁰ e na sabedoria.^{115,116}

A Participante 8 coloca:

Naquele tempo (o da sua infância e adolescência) as pessoas envelheciam muito cedo. A gente via as velhinhas tudo assim, curvadas, então a gente achava que tinham 90 anos, sei lá, tudo assim, ficando dentro de casa, paradinha, tinha velha mais moça que eu (significa com menos de 75 anos).

Esta é a imagem que a pessoa que hoje está envelhecendo tem de velhice, mas não é assim que ela se vê. A curvatura do corpo é sinal evidente de declínio

físico, o que não vem ao caso, ela tem o sentido de desuso e conformação com a vida, comuns em outras épocas. Os idosos de hoje não se reconhecem como velhos porque velhice para eles continua sendo inatividade, afastamento e sobriedade.⁷⁵

Conversando com o Participante 5 percebemos que ele estabelece uma associação entre idade cronológica e aposentadoria como demarcadores de velhice. Vejamos o que ele diz:

“Eu acho que comecei a me sentir velho mesmo foi depois dos 60 anos... depois que eu me aposentei, aí que eu comecei a me sentir velho mesmo. Eu acho que a pessoa que fica mais parada se sente mais velha”.

O Participante 4 complementa:

“[...] se aposentar não é bom”.

Somos frutos desse contexto sociocultural que nos ensinou a temer a velhice, e no qual há outros elementos para indicar que somos velhos, como a idade cronológica.

No contexto sociocultural velhice é uma categoria social e velho continua sendo quem tem 60 anos ou mais:

“Eu comecei a me sentir velha mesmo foi depois dos 60 anos”. (Participante 5)
“[...] mas eu estou me sentindo jovem ainda, e já estou com 83 anos”.
 (Participante 4)

A idade cronológica não leva em consideração as diversidades entre os sujeitos e as experiências de vida, diferentes para cada um. Ela é apenas o tempo de vida, contado a partir do nascimento, mas que serve como demarcador social para o início da velhice. A idade limite pode mudar em breve, considerando possíveis mudanças no contexto socio-econômico diante do fenômeno envelhecimento.

Das novas observações no Lar dos Velhos Mauricio Seligmann ouvimos observações controversas com relação à idade cronológica:

“Sabe, vou fazer 60 anos em breve, que horror, aí sim eu serei velha”.

Por outro lado, outros dizem:

“estou contando os meses para completar 60 anos, então não pagarei passagem em transporte coletivo”.

O que queremos ressaltar é que a idade cronológica serve como demarcador de velhice sim, e que ser velho até dá direito a alguns benefícios, portanto, a velhice não está entregue ao descaso pela sociedade. A gratuidade da passagem serve como fator de inclusão da velhice na vida social, pois possibilita o acesso dos idosos às atividades que lhes estão sendo proporcionadas.

Com igual controvérsia se apresenta a aposentadoria atualmente, que pode ser considerada um marco para o início da velhice e mesmo assim ser vista com satisfação.

Como marco de velhice, a aposentadoria e o que ela representa, também pode ser compreendida através do discurso do corpo que indica o valor do corpo produtivo na sociedade capitalista, corpo ágil e forte, não deixando espaço para o corpo envelhecido.

A aposentadoria se impõe a todos, de forma que um discurso é construído para referendá-la, e as teorias são construídas a partir do que ela representa e das possibilidades de vivê-la de forma satisfatória. Em consequência, ela é ao mesmo tempo uma imposição da sociedade e desejada pelos idosos.

As teorias sociológicas do envelhecimento, sob o paradigma da racionalidade moderna, justificam o afastamento do idoso do mercado de trabalho. É o caso das teorias do desengajamento e da atividade, que surgiram na década de 60. O afastamento do idoso da sociedade abriria espaço para as gerações mais novas, corpos mais ágeis e fortes para o trabalho. A teoria da modernidade também referenda a condição de afastamento, admitindo que a sabedoria é substituída pela máquina (tecnologia), e quem domina a máquina é o jovem. Essas idéias são

apreendidas do próprio movimento que se dá na sociedade, mas são também difundidas e assimiladas pelos próprios idosos, de forma que a aposentadoria passa a ser expectativa para muitos, mesmo que não saibam o que fazer depois.

A sociologia do envelhecimento constitui-se campo específico de investigação a partir do surgimento de um novo fenômeno – o rápido incremento da população de mais de 60 anos – que vem se transformando em um “problema social”. O que vem tornando o envelhecimento um problema social, foram, sobretudo as conseqüências econômicas, que afetaram tanto as estruturas financeiras dos Estados – em função da elevação dos custos com saúde e previdência associados ao envelhecimento das empresas, e das estruturas familiares, que até então arcavam com os custos de seus idosos, incapacitados para sustentar-se a si mesmos. A transferência desses encargos para outras instâncias afetou sensivelmente as relações entre as gerações, nas diferentes classes sociais.¹¹⁷

As representações sociais ligadas ao envelhecimento foram modificadas ao longo do tempo, uma vez que as mudanças sociais exigiram políticas desta natureza que pressionavam pela criação de categorias classificatórias adaptadas à nova condição moral, assim como a construção ótica do objeto velho.¹¹⁷

Vulgarmente, a palavra velha está associada a significados de “desusado, antiquado, obsoleto”. Velhice está dicionarizada, é “estado ou condição de velho” e/ou “rabugice ou disparate do próprio velho”.¹¹⁸

Na França, a partir dos anos 60 do século XX, a introdução da noção menos estereotipada “idoso” foi bastante criticada por alguns especialistas, para quem o termo idoso não é tão preciso quanto velho, mesmo que seja mais respeitado: os problemas dos velhos passaram a construir necessidades dos idosos.¹¹⁹

Se for verdade que os velhos se tornaram pessoas respeitadas através do

termo idoso, este parece ser ainda mais valorizado com a criação da categoria aposentado, através de instrumentos legais com um estatuto social reconhecido.¹¹⁹

A conotação negativa do vocábulo “velho” permaneceu no Brasil, por um processo semelhante ao ocorrido na França, porém com data mais recente. Os ecos vindos da Europa sobre a mudança de imagem da velhice chegaram às terras brasileiras no final da década de 60, e, como na França, certos documentos oficiais, bem como a grande maioria das análises sobre velhice, recuperam a noção “idosa”.¹¹⁹

Entretanto, se as tarefas da velhice são diferentes das da juventude, não sendo a força, nem a agilidade física, nem a rapidez que as caracterizam, são outras qualidades que se fazem presentes como a sabedoria, a clarividência e o discernimento, o que foi citado pelos Participantes 1, 2, 5 e 7.

As experiências de envelhecimento e velhice podem variar ao longo do tempo em uma dada sociedade, na medida em que estão associadas aos valores vigentes. São os valores que estabelecem as bases das representações sociais, que guiam os juízos e as condutas das pessoas.⁶⁴ Assim, valores estéticos como beleza, saúde, força, vigor, estão ligados a uma população jovem e se tornam os referenciais por meio dos quais são avaliadas todas as pessoas.

O grau de adequação de um indivíduo com relação ao desempenho dos papéis e dos comportamentos esperados para as pessoas de sua idade, num dado momento da história de cada sociedade, define, em última instância, como a sociedade avalia e estabelece a idade dos seus membros. “Neste sentido, a velhice representa que aquelas populações são pós-produtivas, e estão fora tanto do mercado de trabalho quanto do processo econômico não excluindo discriminações de outra natureza.”⁶⁴

O trabalho ocupa um importante papel na vida das pessoas, muitas vezes responsável pelo autoconceito e pela auto-estima. Sob o ponto de vista social, o trabalho funciona como um organizador da vida humana. As atividades, os horários, as relações são articulados em função do serviço. Assim, a sociedade se organiza e expressa o seu sentido da existência.¹¹⁹

A Participante 8 nos falou do quanto mudou sua vida com a aposentadoria:

Consegui me aposentar aos 62 anos porque eu tinha parado muito tempo. [...] Mudou completamente minha vida, porque eu saía de casa às 6:20 e retomava às 6 horas. Corria o dia inteiro, já morava sozinha há muito tempo porque os filhos já tinham voltado para Porto Alegre, mas corria o dia inteiro e no fim de semana ficava socada na minha casa. Mas era uma vida agitada, convivía com muita gente moça, e com muita criança, o que eu acho muito bom. Acho fundamental. De repente, a minha vida mudou completamente, eu passei a ser paparicada, eu não precisava mais pensar, não precisava mais [...] pensar eu sempre pensei por minha conta, mas começaram a me paparicar, quer ir ao supermercado? e eu ia junto, e eu comecei a gostar. Eu fiquei uns dois anos parada, parada totalmente. Então, o que eram minhas saídas, ou eu ia para a casa dos filhos ou ia ao cinema, que não deixava de ser parado. E aí meu filho disse, mãe você tem que caminhar. Sair para caminhar feito barata tonta, sem nenhum objetivo, me irrita sabe. Então isto eu não fazia. Aí fui fazer inglês, fui fazer francês, espanhol, tudo que eu arrumava era parado. [...] Gente na minha casa me irritava porque atrapalhava o meu sossego. Como eu passava sozinha, quando chegava alguém para passar uma tarde comigo era um saco, aquela tarde não terminava porque não era aquilo que eu queria. Pensei, não é por aqui, vou ter que arrumar alguma coisa.

O que se passou com a Participante 8 não é muito diferente do que acontece com os demais, seus relacionamentos ficam restritos ao âmbito familiar, que estimula sua dependência; acostumada sozinha, não tem mais interesse em receber visitas; as atividades que procurava, associadas a sua rotina de vida, pois era professora, já não despertavam interesse, sentia que em breve estaria velha se não reagisse.

Freqüentemente as pessoas procuram a convivência de grupos de 3ª idade quando estão ainda em vias de se aposentar, falando entusiasmadamente sobre o tempo que falta, e que está sendo contado, para usufruir de sua liberdade. Mas ao mesmo tempo dizem, de maneira preocupada, que não podem ficar parados, que não estão acostumados com isto, e que poderão não agüentar.

Aposentar-se também significa ocupar o lugar que é destinado a um estrato etário na estrutura social, implica em uma visão de velhice como uma fase construída socialmente, por meio de normas e de sanções etárias que determinam as exigências e as oportunidades de cada segmento etário na ordem social. Essas normas são objetos de estudo da teoria da “estratificação por idade” que, na sua compreensão do problema identificam que as normas etárias determinam como os indivíduos devem comportar-se de acordo com o estrato etário, e neles se baseiam para criar as condições para o desenvolvimento de seu senso pessoal de curso de vida, mas, ao mesmo tempo, a reação coletiva dos estratos etários às mudanças sociais atuam favoravelmente à criação de novas iniciativas para atender às necessidades geradas pela mudança.

A aposentadoria que se impõe pode até ser desejada, mas é normal que, mesmo neste caso, suscite uma série de inquietações, uma vez que implica em mudanças. A perda do papel profissional tem como consequência o afastamento dos relacionamentos ligados ao contexto ocupacional, além de mudar toda uma rotina, com diferentes repercussões para homens e mulheres.

Eu acho que comecei a me sentir velha mesmo foi depois dos 60 anos, não sei se é porque eu sempre trabalhei fora, trabalhei trinta anos, perdi meu marido cedo e tive que trabalhar, tinha os filhos pequenos e sempre lutando. [...] Depois que eu me aposentei, aí que eu comecei a me sentir velha mesmo. Eu acho que a pessoa que fica mais parada se sente mais velha, eu comecei a sentir depois dos 60 anos. (Participante 3)

Sabe-se que, a mulher que trabalha tem uma dupla jornada, e supõe-se que, com a aposentadoria, se manteria ativa nas tarefas domésticas. Ao que parece, as atividades domésticas, que por tanto tempo dimensionaram o valor da mulher na sociedade, não são mais suficientes para a sua satisfação pessoal. Suspender um ritmo imposto por uma dupla jornada de trabalho implica em um tempo livre grande demais, o que pode levar a ociosidade.

Neste estudo os participantes já deixaram de trabalhar. O enfrentamento positivo da aposentadoria pode estar relacionado com a história da própria vida e com todas as experiências cultivadas. Neste caso, as pessoas centradas sobre si mesmas são capazes de transformar agentes motivacionais externos em reforçadores interiores, desencadeando um estado de equilíbrio estimulador da sensação de bem estar e felicidade. As variáveis externas e que não são objetos do presente estudo, são múltiplas e manifestam-se das mais diferentes formas, como:

Aposentadoria e gênero: Os homens estão mais sujeitos a vivenciarem o conflito da aposentadoria por terem que reconstruir todo seu processo de vida. A mulher, por sua multiplicidade de papéis (lar, mãe, profissional) e suas características de cuidadora, adapta-se com maior facilidade, mantendo ou reconstruindo um novo tempo, através de um processo criado pelas contingências. Estudo, com mulheres sobre satisfação, mudança de papéis, industrialização e perda de estatus social com a aposentadoria, identificou um aumento de satisfação relacionada à maior flexibilidade e variedade de papéis, fato este que não ocorre entre os homens.¹²⁰ O homem é pego em um momento vulnerável com a perda de estatus social motivado e na mudança de papel. Esta idéia se faz presente na fala do Participante 4, ao referir-se que trabalhou 55 anos e que aposentar-se não é bom. O processo torna as mulheres mais assertivas e determinadas, e os homens abrem seu lado mais dócil e afetivo, o que gera conflitos.^{7,116} Mas, para ambos, a aposentadoria é a ruptura com o passado.

Aposentadoria e mudança de papéis: A sociedade capitalista prioriza o lucro em detrimento da pessoa e atinge os velhos de maneira a modificar o seu papel social enquanto detentores do conhecimento individual e coletivo. O objetivo do trabalho passa a ser a quantidade e não a qualidade. As informações são

passadas não mais verbalmente e sofrem constante processo de atualização, tornando o conhecimento anteriormente armazenado sempre obsoleto em relação à tecnologia. O velho passa a ocupar o papel de sobrecarga e perde o estatus social e o profissional, a renda e a educação. Velhice passa a ser sinônimo de ausência de trabalho. “[...] esta atitude se reflete na quantidade de termos aplicáveis aos idosos: classes passivas, aposentados, pensionistas e se incute na mentalidade popular a relação velhice – ausência de trabalho”.¹²¹

As mudanças que se instalam devem ser vistas como ganhos e não como perdas.¹²² Os velhos passam a ser seletivos em suas relações e fortalecem laços familiares na medida em que se instala a dependência positiva, ou seja, a que se dá sobre as relações de troca e crescimento, com companheiro(a), filhos e amigos. Dessa forma pode, comumente ocorrer a seletividade na satisfação dos sentimentos e a priorização das experiências positivas, estimulando estados de bem-estar e felicidade.

Aposentadoria e tempo livre: A solidão deve ser entendida como positiva por oportunizar um crescer interior, um refletir sobre a vida. A solidão exige um evoluir constante para que não se torne um enfado, mas uma fonte de energia, propulsora de liberdade, de serenidade, de autoconhecimento e de sabedoria. No presente estudo, observamos esta preocupação nos Participantes 1, 2, 5, 6, 7 e 8.

O envelhecer tem necessidade de ser preparado com a reflexão de aposentar-se. O planejamento de um novo projeto de vida, na velhice, precisa ser elaborado, pois a aposentadoria se constitui na perda da identidade laboral e na criação da identidade real. A existência de um projeto de vida, nessa fase, favorece uma vivência prazerosa e construtiva, ou seja, a possibilidade de projetar o presente e o futuro.^{7,114}

Percebemos na colocação do Participante 6 um sentimento de perda quando se refere a velhice como tempo de mudanças.

“As sobrinhas que nos trouxeram para viver aqui. Minha senhora está doente, com problemas de memória, está cada dia mais fraca. Tinha quatro filhos e agora não tenho nenhum, é duro. Larguei tudo, apartamento, carro, vizinhos, tudo”.

As mulheres falam da velhice evidenciando aspectos positivos, mas também falam do quanto é difícil envelhecer e ter que conviver com as mudanças na aparência.

Na aproximação da velhice o corpo, operando a tarefa de modificar-se, suscita sentimentos de perdas. Momento sofrido de um trabalho de luto por um corpo que lhe escapa, apontando o afastamento progressivo da juventude tão festejada, para chegar na velhice tão temida e negada.

A Participante 3 fala sobre o momento em que se deu conta de que estava envelhecendo:

É brabo, a gente se dá conta e a gente quer ficar em casa, não sair mais, é como se diz, não se tem vontade de nada, acha que tudo vai ser ruim, acha que não tem outros projetos bons de vida, acha que só quando tu eras moça [...] porque eu era muito faceira. (Participante 3)

A preocupação com a aparência e a exaltação da juventude é quase uma obsessão nos dias atuais, e é assim que a Participante 3 sente. A pessoa que envelhece se ressentido ao se dar conta de que seu corpo já não apresenta as características de um corpo jovem, e que por isso não é mais reconhecido pela sociedade. Então a pessoa se sente diferente, e como diferente, excluída.

Os homens falam na aposentadoria como uma perda, por isso, momento significativo da vida, relacionado-a às demais mudanças que ocorrem simultaneamente:

Antes de parar definitivamente de trabalhar, fui reduzindo as atividades para ir me acostumando com as perdas. Perdas a gente tem de todos os lados. Chegava em casa, não tinha ninguém, tinha quatro filhos e de repente não tinha nenhum, é duro. A gente não pode parar. (Participante 6)

O relato do Participante 6 resume todas as mudanças anunciadas para a velhice, na vida profissional e na vida familiar, são eventos que se inscrevem como normativos, uma vez que são esperados e previstos. As situações por ele referidas são as perdas que por muito tempo serviram para caracterizar a velhice, e que não deixaram de existir, elas apenas abrem espaço para novos projetos de vida.

As perdas referidas pelo Participante 6 também podem ser compreendidas como eventos de vida, que poderíamos explicar da seguinte maneira. Durante a vida, além das modificações no corpo, as pessoas passam por outros tipos de mudanças, não somente em decorrência do meio social, mas também como resultado de alguns acontecimentos. Eventos de vida se inscrevem na vida de cada um desde à infância a velhice. A vida escolar, a profissão, o casamento, por exemplo, e dão origem aos papéis sociais. Na velhice é necessário aprender a fazer uso do tempo disponível e desempenhar novos papéis, como o de avós.

O importante é que na mudança de papéis sociais a pessoa siga sentindo-se útil e produtivo, contribuindo de alguma forma para a família e para a sociedade.

“Eu senti que estava velha quando minha filha foi morar sozinha, achava que eu estava interferindo na educação do neto, eles achavam que eu estava ficando velha e rabujenta, eu deixei de ser útil”. (Participante 2)

Papéis sociais “nada mais são do que formas de comportamento socialmente prescritas que carregam consigo uma expectativa de como devem ser desempenhadas”.¹²³ Alguns papéis, como o de avó, têm base biológica, mas como qualquer outro papel, envolve padrões de comportamento que influenciam os relacionamentos e servem como base para a percepção que o indivíduo tem de si mesmo. No caso da Participante 2, no qual o seu comportamento não correspondeu a expectativa, na sua avaliação, ela deixou de sentir-se útil, pois até aquele momento, ser avó, traduzia o significado de sua vida.

A cultura de nossa sociedade é utilitarista e materialista, que mede o valor

do homem por aquilo que ele produz e consome, portanto, o idoso precisa sentir-se útil para sentir-se integrado à sociedade, e a forma pela qual se sente útil é diferente para cada um, e está relacionada a sua experiência de vida, e aos papéis que desempenhou.

Envelhecer implica em mudanças, mudanças na aparência, mudanças nos papéis sociais, mudanças no grupo de amigos e mudanças na vida familiar com a saída dos filhos de casa, por exemplo. E durante muito tempo essas mudanças foram vistas somente como perdas, por ser assim que elas se apresentam. Mas as perdas, em um processo de mudança, implicam também em ganhos, a medida que novas possibilidades vão surgindo.

As perdas são universais, inevitáveis e inexoráveis; são aquilo de que “[...] desistimos para poder crescer” e geram um lamento que “[...] liberta e pode nos conduzir a liberdades criativas, desenvolvimento, prazer e aptidão para abraçar a vida”^{116:291}

A vida envolve perdas significativas. Algumas criadas pelo próprio indivíduo, ao tentar concretizar seus sonhos e tendo que deixar alguns para trás, ou por situações adversas, como morte de filhos, cônjuge, saúde, emprego, e principalmente, no envelhecimento, a independência, a juventude, a beleza e a sensualidade. Manifesta a vulnerabilidade humana. As perdas necessitam ser vivenciadas em toda sua integralidade para que culminem em crescimento e permitam o gozo da felicidade^{114,116,124} “[...] é a atitude em relação às perdas, bem como a natureza dessas perdas, que determina a qualidade da velhice”^{116:293}.

É comum encontrar na literatura universal, especialmente na poesia, o tema da velhice ligado ao da morte. Apesar das diferenças culturais em relação ao envelhecimento, em todas as sociedades conhecidas se considera a velhice como

ante-sala da morte, lugar que se habita de diferentes modos, porém leva sempre à marca do iniludível.

Não temos uma representação da nossa própria morte embora seja o destino inevitável, nossa única certeza. Frequentemente, há pensamentos distintos quanto ao medo da morte. A Participante 2 define muito bem isso quando afirma:

Comigo acontece de pensar nisso, mas não com medo, penso assim: Pôxa vida está chegando a hora. Está chegando a hora de parar na vida. Tudo vai parar. Mas eu quero viver intensamente até chegar nesse dia. Eu não fico naquela preocupação. Eu sempre disse que eu quero ver o ano 2010, quero reunir toda minha família, que é grande. Quero chegar no ano 2010, cada dia que passa está mais próximo. Mas como nascemos para morrer, um minuto depois que nascemos começamos a morrer. Então eu aceito ,aceito entre parênteses, porque eu digo assim: “Deus do Céu, enquanto tiver essa força, tenho muito para fazer, então não me leva. Quero deixar alguma coisa na vida, então não me leva. Eu não tenho receio, mas não quero ir agora, tenho muito para dar. Há pouca ajuda governamental, mas eu quero ver alguma coisa realizada. Depois que seja o que Deus quiser.

A morte é o medo universal, e o homem contemporâneo a mantém em permanente negação. O pensamento que mais intensifica a vida é a certeza da morte, na medida em que refina o presente e evidencia o coroamento de um grande projeto de vida.^{116,125-127}

A Participante 4 revela o seu medo da morte:

A rigor, a gente analisando friamente, é o medo da morte, basicamente, quando a gente fica apavorado com tudo é a morte que dá medo. A morte é uma coisa que a gente não admite para a gente, admite nos outros, aquele morreu, mas eu ainda estou aqui. É a medo da morte que cria as angústias, inseguranças, tudo mais. Se a gente pudesse pensar como os espíritas, que haverá reencarnações, que o espírito vai prosseguir, a pessoa fica muito mais tranqüila, encaram a morte como uma passagem natural, e têm certeza que a próxima vai ser melhor. Eu tenho uma tendência mística mas não tenho convicção, mas pela lógica deve haver [...] Deve haver alguma coisa da gente que continua [...].

Envelhecer significa aproximar-se da morte, entendendo morte como parte de uma vida plena e fecunda, resultante do desenvolvimento que permita encontrar o sentido pleno da vida.¹¹² Esta plenitude só ocorre se houver a compreensão do período precedente para possibilitar o entendimento e a transformação. É a etapa em que o homem procede ao balanço final de sua existência e, no cômputo final, ou

recolhe os subsídios necessários à sua integridade como pessoa, ou sucumbe ao desespero.¹²⁵

“A religião para o idoso é um referencial pessoal. Vários estudiosos consideram que, a partir da meia idade, as pessoas dão mais atenção aos aspectos internos do self, abrindo caminho aos sentimentos e comportamentos religiosos”.¹²⁸

No presente estudo, observamos essa preocupação nas Participantes 2, 3, 4, 5, 6, 7 e 8.

A religiosidade e a espiritualidade podem exercer influência benéfica associada ao suporte social e à construção de um objetivo de vida, além de um envolvimento maior com as pessoas, podendo melhorar a satisfação; porém em alguns casos, porém, podem exercer um efeito de alienação em consequência do fanatismo. Das mulheres participantes deste estudo, as Participantes 3, 6, 7 e 8 manifestaram importância à espiritualidade em relação ao significado de suas vidas e da morte como fim inevitável.

O envelhecimento está demarcado como um período evolutivo de crescimento e desenvolvimento, quando as crenças existenciais, espirituais ou religiosas parecem ser um dos recursos pessoais que tendem a aumentar.^{127,129-131.}

A qualidade motivacional do envolvimento religioso tem efeito similar às crenças positivas que geram esperança, ajudam a manter o esforço de enfrentamento frente a obstáculos¹³⁰ e servem facilmente para amenizar a dor das perdas, sejam elas da sua própria juventude, companheiro, companheira, trabalho e estatus social.¹³¹

O suprimento da necessidade espiritual oportuniza o auto-exame e a reflexão sobre os fatos da vida e exercita um permanente e revitalizante repensar sobre o eu. Se dá a busca de respostas para os questionamentos existenciais e

ocorre o encontro com Deus, origem da força para as atribulações da vida e da idade,¹²⁹ possibilitando remodelações no estilo de vida e proporcionando serenidade. Nesta etapa da vida, resta ao homem a última aprendizagem: a elaboração e aceitação da própria morte.¹²⁴

Na maioria das conversas com os idosos do Lar dos Velhos, as queixas somáticas são bem mais freqüentes, as quais constituem-se em uma preocupação real, assim como a aposentadoria, a solidão, e a vida dos filhos e netos. Assim sendo, a impressão que se tem é que falar de um corpo que sofre (geralmente mais do que o dos outros) é a única forma de se falar de si mesmo, de um si mesmo doente. Assiste-se a um verdadeiro desfile de órgãos deteriorados, membros desobedientes e sintomas intermináveis. Essa hipercatexização do corpo sofredor nos faz pensar no valor relacional que adquire o padecimento do corpo. O padecimento físico pode obturar o reconhecimento de uma falta, de uma ausência, de um luto que não pode ser elaborado. O corpo doente é um corpo altamente investido, e, assim, a doença permite satisfazer a necessidade de dependência, a criação de vínculos, constituindo-se numa forma eficaz de tornar-se objeto de investimentos amorosos, quando outras possibilidades parecem dificultadas.

A Participante 7 expressa isto muito bem quando comenta:

Fiz muita coisa na vida, mas agora não dá. Me tiraram as pernas, não posso. Quando vim para cá com noventa e oito anos eu não tinha nada, não tinha doença, estava bem. Vim para cá porque pensava que com essa idade não queria ser problema para as filhas e o filho que mora em Brasília. A minha nora ganhou nenê e pediu a empregada que trabalhava comigo muitos anos, e para não pôr outra no lugar, vim para o Lar. Eu faço minha vida e vocês fazem a sua. Depois começou dor na perna e a tiraram, depois tiraram a outra por má circulação e aí acabou tudo. Aí a cabeça já não é a mesma. Me lembro, mas não como antes. Bom, mas agora não posso escrever, pois estou com catarata e tenho que operar. Ainda bem que estou aqui. Quem ia me atender como me atendem aqui? São bons para mim, não tenho queixas de nenhuma delas. Vou jogar Bingo e ganho balas, dou tudo para elas.

Voltando à questão da estranheza em relação ao próprio corpo, observa-se

um paradoxo na relação desses sujeitos com seus corpos sofredores. Apesar dos altos investimentos realizados, aparentemente estabelecem uma relação de distância com seus corpos quando o nomeiam em terceira pessoa: **"Este corpo já não serve mais para nada"**, **"Eu quero correr, mas meu já não me deixa"** ou **"Meu corpo já não me permite descansar"**. Ou quando a preocupação se reduz a um órgão que concentra a dor e o sofrimento: **"Minhas pernas já não obedecem"**, **"este coração vai me matar"**, ou **"seria melhor jogar este fígado aos gatos"**. Falam do corpo como se fosse um outro, talvez uma criança desobediente e rebelde que demanda muita atenção e da qual nada se pode esperar. Além dos altos investimentos e do usufruto de benefícios secundários, estabelece-se uma relação de desconfiança. O corpo deixa de ser aliado confiável para se converter em um inimigo, que é necessário controlar e cuidar constantemente.

Para a Participante 1, a velhice é triste, e a perspectiva de envelhecer é deprimente. Afirma ter dificuldade em aceitar a velhice, reconhecendo que procura fugir dela. Declara que, ao observar nos amigos os sinais de envelhecimento (cabelos brancos), viu-os mais velhos, porém não os percebeu como idosos, pois davam risadas, tinham luz, alegria de viver. Ao mesmo tempo afirma que o envelhecimento é uma evolução natural da vida, aceitando as transformações do corpo e da mente, tornando explícita uma contradição.

As mulheres são as principais responsáveis pelas mudanças na imagem da velhice, porque livres dos compromissos anteriores, elas passam a desfrutar de outras experiências, das quais até então foram privadas e a velhice para elas se apresenta como um período propício para realizações.

A Participante 2 informa o que pensa sobre isso:

Eu me sinto bem, e acho assim, dizem que esta é a melhor idade e para mim está sendo. Estou com uma vida muito boa nesta fase, não tenho compromisso, os filhos têm a vida deles, eu tenho liberdade, que é uma

coisa que conquistei com o passar dos anos, porque eu trabalhava muito, tinha as crianças pequenas, o marido me incomodava, não deixava sair, eu cheguei na melhor idade, estou numa boa.

Na maturidade, momento de despedida do corpo jovem, estamos imersos no processo de socialização da representação que se opera nos corpos. É preciso responder ao apelo social, traduzido num marketing da juventude. São necessários aí esforços e ajustes, compressões ilegítimas do tempo, tentativas de reversão do impossível, tudo a postos para atender às expectativas do suposto interlocutor. Estas idéias são compartilhadas na fala da Participante 8 ao referir-se que a cirurgia plástica não apagou as marcas do envelhecimento.¹³²

No entanto, reconhecer as transformações do corpo, na maturidade, significa incluí-lo no registro da diferença, recolocando-o num lugar de valor que o faz permanecer no circuito do desejo. Assim, torna-se possível reintegrá-lo à vida, na dimensão da temporalidade, quando a visita ao passado o ressignifica no presente, para relaná-lo à aventura do sonho que projeta o futuro.¹⁰¹ E essa ressignificação é notada nos depoimentos dos Participantes 1, 2, 3, 4 e 8.

Na celebridade destes tempos, as mudanças históricas atravessam nosso corpo muito rapidamente, dificultando a apreensão e a metabolização das novidades,¹⁰¹ o que talvez seja uma das razões da não-aceitação do fenômeno de envelhecimento pelas entrevistas e pela surpresa das Participantes 1, 2, 3 e 8 ao identificarem os primeiros sinais deste fenômeno.

Usufruir a maturidade é um privilégio possível a todos os corpos vivos, na singularidade que marca os seres humanos. Singularidade íntima que se entrecruza com as peculiaridades de gênero, classe social e etnia, dentre outras. Mulheres e homens avançam no tempo de modos diversos. A longevidade, acenada como uma dádiva democrática desses tempos, oferece-se de forma desigual, discriminatória e cruel. E isto atinge a todos, seres humanos e sociais.¹⁰¹ No presente estudo o

envelhecimento é visto como privilégio somente pela Participante 7, para os demais, ele tem uma conotação sofrida.

Reconhecer que está envelhecendo implica em reconhecer as transformações do corpo, o que significa incluí-lo no registro da diferença, recolocando-o num lugar de valor, atribuindo-lhe um outro sentido.

“A gente tem que se conformar com este outro lado da gente, e levar assim, tocando, tocar tudo numa boa para melhor, vivendo assim em grupos como nós vivemos aqui”. (Participante 7)

“Para melhor”, como disse a Participante 7, pode representar o início de uma vida criativa, uma vez que o sujeito se liberta das amarras da busca por perfeição, e pode com liberdade, voltar-se a atividades prazerosas. O que melhor explica essa situação é o paradigma estético de Maffesoli¹³³ que tem o sentido de vivenciar em comum, então, o corpo e suas estratégias não é apenas veículo de aparência, mas também lugar de criação de alianças, via pactos estéticos que celebram a criatividade e o prazer.

São os idosos de hoje, com a sua maneira diferente de comportar-se, mais participativos e mais comunicativos, que estão mudando a imagem de velhice na sociedade.

Durante muito tempo a velhice foi tratada pela exclusão do velho da sociedade, pois muito pouco era proposto em seu benefício. As experiências atuais mostram um movimento contrário, o de inclusão, evidenciando que o idoso permanece incluído na vida social, que há uma preocupação de parte da sociedade em mantê-los incluídos e que eles querem permanecer incluídos.

Como reação à associação entre velhice, inatividade, afastamento e improdutividade, e para dar conta das mudanças nas experiências de envelhecimento atuais, surge na literatura gerontológica a expressão velhice produtiva. Velhice produtiva engloba significados associados a várias áreas da

atividade humana, excedendo os limites da atividade economicamente produtiva e do trabalho remunerado; reconhece o trabalho não remunerado e voluntário, na família e na comunidade, e o envolvimento em atividades de lazer, que mesmo não utilitárias em termos sociais podem ser produtivas para a própria pessoa.¹³⁴ Seja qual for a natureza da atividade, o idoso se sente incluído mediante a participação.

O interesse da sociedade em manter o idoso incluído na vida social pode ser evidenciado através da abertura de espaços, por instituições públicas e privadas, para iniciativas que se destinam a assegurar um envelhecimento bem-sucedido, pela expansão das pesquisas que visam compreender o cotidiano dos idosos, e no tratamento que vem sendo dispensado pela mídia às questões do envelhecimento.

Outras formas de participação na sociedade se apresentam aos idosos, não mais restritas ao âmbito familiar, e nas quais o trabalho remunerado deixa de ser a única forma de realização social. Os tempos atuais permitem o desempenho de novos papéis sob uma ótica do trabalho não obrigatório, mas de utilidade e de sentido, como é o caso do trabalho voluntário.

“Depois que eu parei de trabalhar na loja com meu marido, tinha tempo disponível, e achava que ainda tinha muito a contribuir para a sociedade. Fui procurar um trabalho voluntário. Fiz parte das Damas de Caridade”.
(Participante 1)

O estilo de vida adotado pelos idosos hoje é independente:

Eu tenho 79 anos e não me considero velha. Faço coisas que uma mulher de 40 não faz. Moro sozinha aqui no Lar dos Velhos, tenho um quarto só para mim, cozinho, lavo roupa e vou onde quero. Tem outras que esperam pelos netos para as levarem, caminham devagar, curvadas e são chorosas (o que foi por ela, demonstrado caminhando na sala). (Participante 3)

Morar só, ser independente, essa é a condição de vida de muitos idosos atualmente, como decorrência das mudanças na família, que da tradicional, extensa, com várias gerações morando sob o mesmo teto, passaram a ser nucleares, somente pais e filhos, e com a saída desses de casa, os idosos passam a morar sós.

Com tantas possibilidades que se abrem para uma vida ativa, as pessoas idosas já não se sentem como vítimas da perda de papéis que inevitavelmente ocorrem. A velhice, hoje, não é um fato isolado, que ocorre no interior de um lar. Os idosos, numerosos, estão nas ruas e em todos os lugares, participando ativamente da sociedade. A situação das pessoas idosas, hoje, é considerada privilegiada se comparada às gerações anteriores. É como diz a Participante 7:

Eu acho que é gratificante para mim, eu gosto de me manter ocupada, eu não gosto de ficar parada, eu gosto muito de me divertir, viver a vida. Porque eu acho que a vida é para ser vivida, bem vivida e aproveitada, porque o que a gente leva da vida é o que a gente vive.

A velhice passa a ser caracterizada pelo movimento, o uso do corpo é retomado e da forma mais natural possível, eles andam, dançam e alegram-se, expondo seus corpos gordos, enrugados e flácidos, como eles mesmos dizem.

Mesmo que as pessoas não se dêem conta, a dimensão social é a que melhor expressa a nossa corporeidade, a nossa existência, ou ainda melhor, a nossa vivência de corpo, porque é ela que nos coloca em relação com o mundo. É pela ótica da corporeidade que podemos visualizar a condição de presença, de participação e de significação do velho no mundo.

O mundo está em constante mudança e os velhos também mudam. Hoje, já não se justifica que a velhice implique em afastamento da vida social. Os idosos estão na sociedade, participando mais do que nunca, apenas de outra forma, não mais através do trabalho produtivo e remunerado. As mudanças na velhice são tão radicais que requerem novas denominações, o termo velhice, impregnado de preconceitos, já não dá conta do momento atual, então surge a Terceira Idade. Terceira Idade é o termo que designa atividade e participação.

A Participante 1 se manifesta sobre isto:

A minha vida mudou, eu me sinto feliz porque eu não estou lá pensando em

doença, em coisas negativas... o que eu acompanhei com os mais antigos que eu, elas envelheciam dentro de casa, sentadinhas, fazendo tricô, fazendo o serviço de casa, eu achei que eu também fosse chegar assim.

REFLEXÕES

*Já não dirão que estou resignado
e perdi os melhores dias.
Dentro de mim, bem no fundo,
há reservas colossais de tempo,
futuro, pós-futuro, pretérito,
há domingos, regatas, procissões,
há mitos proletários, condutos subterrâneos,
janelas em febre, massas de água salgada, meditação e sarcasmo.
Ninguém me fará calar, gritarei sempre
que se abafe um prazer, apontarei os desanimados,
negociarei em voz baixa com os conspiradores,
transmitirei recados que não se ousa dar nem receber,
serei, no circo, o palhaço, serei médico,
faca de pão, remédio, toalha,
serei bonde, barco, loja de calçados, igreja, enxovia,
serei as coisas mais ordinárias e humanas, e também as excepcionais.
Tudo depende da hora e de certa inclinação feérica,
viva em mim como um inseto.
Idade madura em olhos, receitas e pés, ela me invade
com sua maré de ciências afinal superadas.
Posso desprezar ou querer os institutos, as lendas,
descobri na pele certos sinais que aos vinte não via.
Eles dizem o caminho,
embora também se acovardem
em face de tanta claridade roubada ao tempo.
Mas eu sigo, cada vez menos solitário, em ruas extremamente dispersas,
transito no canto do homem ou da máquina que roda,
aborreço-me de tanta riqueza, jogo-a toda por um número de casa,
e ganho.*

*Carlos Drummond de Andrade*⁴⁹

Considerando a natureza do processo de envelhecimento e os seus significados, desvelados nesta tese, traçamos aqui algumas reflexões acerca do caminho percorrido sem, contudo, ter a intenção de esgotá-las, visto que diferentes perspectivas podem implicar novos horizontes.

O processo de análise, aqui utilizado, transcendeu a análise do individual, permitindo chegar à transposição de suas idéias para a estrutura geral do fenômeno, culminando nas proposições descritas. Este processo de reflexão, oriundo das concepções de idosos em uma instituição asilar israelita, permitiu-nos adentrar em seu mundo – vida, para compreender o significado de corpo e envelhecimento sob o olhar de quem o vivencia cotidianamente.

Dessa maneira, podemos compreender o envelhecimento desde a experiência descrita e observada, posicionando-nos abertos à expressão de cada idoso. Ouvimos, vimos e vivemos, junto com cada um deles, o seu mundo em suas diferentes dimensões e variadas expressões.

A literatura existente, proveniente das mais diversas áreas do conhecimento, concorda que durante o processo de envelhecimento produz-se um retraimento na relação do sujeito com o mundo externo, e propõe diferentes táticas, algumas muito eficientes, para a resolução desse problema. Assim, são decodificados aspectos sociais, econômicos, políticos, culturais e até artísticos que confluem em interesses e estratégias.

Vimos que a economia dos investimentos durante o envelhecimento é altamente influenciada pela singular representação de um corpo que se deteriora e pela consciência de finitude. Acreditamos, porém, que o ideal a se perseguir é que isto constitua **um limite e jamais uma limitação**. Limites que o “bom envelhecer” deve conhecer, embora tenha dificuldades em aceitá-los. Limite que será de um

corpo biológico que sofre uma involução, mas não daquele outro corpo, veículo e origem de prazer, instrumento do amor que sempre pode evoluir na procura da satisfação. Este não deverá se restringir a identificar-se com suas limitações, e sim incentivado a sentir, a se sensibilizar com a proximidade do outro e a força dos vínculos afetivos. Finitude que deverá orientar investimentos adequados, mas não solidão, reflexão e não desespero, deixando uma porta aberta à paixão sempre possível.

Atualmente, o tempo de ser velho parece chegar cada vez mais tarde, se considerarmos o aumento da expectativa de vida. Até pouco tempo atrás uma pessoa de sessenta anos, por exemplo, se mantinha ativa em múltiplas tarefas comunitárias e familiares, sabendo que viveria mais cinco ou dez anos; hoje, alguém da mesma faixa etária vive mais isolado, tem menos possibilidades vinculares e uma expectativa de viver mais vinte ou trinta.

O homem e a mulher de sessenta anos, obrigados a se aposentar numa sociedade que enaltece sempre o trabalho e a produção, sentem-se inúteis; acreditam não serem mais necessários. Não têm mais família para cuidar, nem trabalho a realizar, e o tempo do lazer aparece como um tempo vazio por carecer de função social determinada. Sentem que não servem mais para nada porque assim o determina o valor utilitário do trabalho nesta sociedade. O velho senta-se para ver o tempo passar. A depressão faz-se inevitável. Isso é verdadeiro, porém insuficientes para se compreender o amplo leque de determinantes para as questões do envelhecimento e suas múltiplas possibilidades de desdobramento. Nossos entrevistados confirmam isso.

Observamos que, apesar de um sujeito se manter ativo e socialmente útil até uma idade bem avançada, as limitações impostas pelas perdas funcionais e a

consciência da finitude se organizam como um campo hostil para o desenvolvimento daquilo que se refere, especialmente à criatividade, participação, autonomia e independência, e é em meio a essas vicissitudes que o sujeito deve continuar seu crescimento.

Dissemos que a velhice chega de repente, mas isto não acontece sem nada que o motive. Pelo fato de terem vivido muitos anos, nos “sabemos” velhos, no espelho podemos “ver” o que somos, mas jamais podemos nos “sentir” velhos se algum acontecimento – que será sempre anunciado pelo outro e que se inscreve no registro das perdas – não vier a construir este marco. A velhice então, não tem idade fixa ou conveniente para começar, e cada sujeito inaugura o “tempo de ser velho” quando esse é imposto, e opera com ele de acordo com aquilo que sua própria história lhe determina. Mas é aqui que reside o cerne da questão: o espelho, a aposentadoria, uma doença ou uma perda anunciam a velhice, não a morte, enquanto a vida pode se estender por muito tempo ainda.

A rapidez das transformações provocadas pelo progresso científico e tecnológico faz que o novo seja considerado velho, exigindo do homem moderno uma disposição ímpar e excelentes condições de funcionamento mental para que seja possível a apropriação dos novos recursos oferecidos. Por outro lado, pode haver um desinteresse no aprendizado de coisas novas ou consideradas desnecessárias, como seria atualmente o uso do computador. O conhecimento em informática avança a ritmo acelerado e o acúmulo de informações é tanto que, para quem vê seu horizonte de futuro reduzido a pouquíssimos anos, talvez pareça não valer mais a pena o esforço necessário à sua aprendizagem. É diferente se pensamos a informática em termos da Internet. Observamos que muitos idosos estão aderindo a seu uso, porque isso possibilita-lhes um acesso inesperado a um

universo ativo de informações, lazer e cultura, que já não encontravam na passividade exigida pela televisão; e neste aspecto eles se mostram perfeitamente capazes.

É importante que o idoso não trate a própria memória como se fosse um produto descartável da moderna tecnologia. Pensamos que devemos empregar o tempo menos para fazer projetos para um futuro distante ao qual já não pertencemos, e mais para tentar entender, se pudermos, o sentido ou a falta de sentido de nossas vidas. Concentremo-nos. Não desperdicemos o pouco tempo que nos resta. Percorramos de novo nosso caminho. As recordações virão em nosso auxílio. No entanto, as recordações não aflorarão se não as formos procurar nos recantos mais distantes da memória. O relembrar é uma atividade que não exercitamos com frequência porque é desgastante e embaraçosa. Mas é uma atividade salutar. Na rememoração encontramos a nós mesmos e a nossa identidade quanto mais vivas as lembranças que vêm à tona, mais remoto é o tempo em que os fatos ocorreram. Cumpre-nos saber, porém, que o resíduo, ou o que logramos desencavar desse sem fundo, é apenas uma ínfima parcela da história de nossa vida. **Nada de parar. Devemos continuar a escavar!** Cada vulto, gesto, palavra ou canção, que pareciam perdido para sempre, uma vez reencontrados, nos ajudam a sobreviver. Assim, resgatamos que a memória tem o valor da história viva e acrescentamos que sua preservação deve ser reivindicada como construtora de identidade social. É frequente o fato de muitas pessoas de meia idade quererem recuperar a história familiar, saber de onde vieram os antepassados, como construíram suas vidas. Querem saber sobre uma série de detalhes que, quando jovens, pareciam-lhes insignificantes, só que às vezes já não há a quem perguntar! Essa história não oficial, sempre recriada, fala das origens e da identidade.

Reafirmamos aqui, então, um valor social e relacional para a reminiscência.

Investigar sobre o significado do corpo na velhice não foi tarefa fácil, pois as dificuldades se apresentam desde a própria definição dos termos. As pessoas não sabem definir corpo, porque não têm o hábito de fazê-lo, nem de pensá-lo, e também não conseguem definir velhice face à sua heterogeneidade e complexidade; o que é velhice para um, é muito diferente para o outro. Entretanto, uma coisa em comum pode ser apreendida através de qualquer explicação que seja tentada para ambos: é a visão biologicizada que se impõe para a sua compreensão. O corpo é compreendido como um conjunto de órgãos e funções, e a velhice, como as alterações que nele ocorrem. Para isso contribuem todas as visões científicas empreendidas com vistas a desvelar essas realidades.

Os estudos do corpo, que se atêm aos aspectos biológicos, contemplam todas as possibilidades de intervir nas mudanças que ocorrem com o envelhecimento. Essa idéia recolhe e alimenta o *nucleus* do mito, mantendo sempre vivo o mito da eterna juventude e da imortalidade, que como narrativas mitológicas do tipo antigo dissipam-se, mas seguem como objeto de preocupação da humanidade. Entretanto chega um determinado momento, em que a inexorabilidade da velhice, tão temida por todos, se apresenta sob forma de declínio no corpo, com conseqüências marcantes na aparência, e o interessante é que isso não subtrai o prazer de viver das pessoas. O prazer está diretamente relacionado às experiências satisfatórias de vida, obtidas mediante relacionamentos e convivências altamente compensatórios, as quais são vividas no corpo que é velho, feio, enrugado e flácido.

A idéia de velhice, embora um conceito abstrato, é a que nos leva ao corpo, cuja compreensão é muito vaga. Ter idéia de corpo é muito diferente de viver o corpo, por isso a maioria dos participantes não conseguiu dar uma idéia de corpo,

mas falaram da sua experiência de velhice que é vivida no corpo.

Velhice não é um conceito unívoco. Ser velho tem diferentes significados, seja em relação à cultura, à época, e mesmo às pessoas. Também não se define somente como um fenômeno biológico, pois acarreta conseqüências psicológicas e tem uma dimensão existencial.

É possível identificar quatro grandes dimensões de velhice e de corpo, tanto nos estudos científicos quanto em pesquisas, e foi o que nos motivou a fazer uma abordagem das teorias do envelhecimento e a utilizar essas quatro vias: a biológica, a psicológica, a social e o significado do corpo na velhice, para classificar os depoimentos dos entrevistados, entendendo que cada dimensão nos fornece um significado para o corpo na velhice.

Diante do fato de que o envelhecimento não se processa de modo homogêneo, nem cronológico, nem físico, nem emocionalmente, podemos dizer que há sempre partes, órgãos ou funções do corpo que se mantêm muito mais jovens, conservados ou sadios do que outros; assim como, no terreno dos sentimentos e das representações, a velhice nunca é um fato total. Ninguém se sente velho em todas as situações.

Na dimensão biológica, a velhice se apresenta como uma dura realidade, vivida num corpo que se transforma e que se torna feio ao desviar-se do padrão de beleza vigente na sociedade, corpo que enfraquece e que perde o vigor da juventude, tornando-se mais suscetível à doenças, se comparado às etapas anteriores. Enfim, é apenas um corpo que a pessoa possui e que dele se distancia por não corresponder ao corpo idealizado. Mas é um corpo real e funcional, na medida em que lhe assegura viver de forma independente.

Na dimensão psicológica, a velhice é ainda mais temida diante da ameaça

de declínio das capacidades mentais. A cabeça se apresenta como a possibilidade de continuar sendo a mesma pessoa diante das transformações que mudam a sua aparência. A dicotomia corpo e mente, sempre presente nas entrevistas, serve para confirmar o declínio do corpo como sede da força física, pois este vai perdendo o vigor com o passar do tempo, e a mente a ele sobrepõe-se e se transforma no núcleo da pessoa, para salvaguardar a sua identidade.

O dualismo, como forma de pensamento é o que melhor expressa o confronto entre aparência e existência, presente na velhice, e que permite pensar que o corpo envelhece, enquanto a mente se mantém jovem.

Na dimensão social, é que podemos identificar, mais claramente, o processo de exclusão e inclusão ao qual a velhice esteve submetida na sociedade, relacionando o espaço a ela destinado às diferentes maneiras de compreender o corpo.

O homem já foi espírito e alma, em oposição ao corpo, o que reservava espaço privilegiado para a velhice que sabia cultivá-lo; já foi razão, abrindo espaço para a modernidade que ressaltou a inteligência e subtraiu o lugar dos velhos; o corpo já foi máquina, a qual se desgasta com o tempo, sugerindo que seja isto o que acontece com o corpo envelhecido; e agora ele é mais do que nunca aparência que deve ser conquistada a qualquer custo, e ao mesmo tempo em que, na era da comunicação, ele é elemento de ligação. Então, corpo é uma forma de relacionar-se e aí está o espaço reaberto para o corpo envelhecido, o que engendra relações. Por isso, o significado do corpo na velhice não está no que ele é, mas ao mesmo tempo proclama a finitude existencial.

A inclusão do idoso, na vida social, ainda está muito restrita a uma convivência entre pares, uma vez que as atividades mais propagadas estão

relacionadas aos grupos de idosos, o que já é apontado por eles como satisfatório e compensador; e visto por nós como um espaço positivo à medida que expõe mais a velhice e possibilita uma nova compreensão do que ela seja. A nova compreensão está relacionada à evidência das capacidades latentes e que breve deverão ser utilizadas, considerando a possibilidade de mudança no perfil demográfico.

A ciência aumentou anos à vida, mas a sociedade ainda não se organizou para lhe outorgar a qualidade necessária. Não existem projetos sociais ou comunitários que absorvam toda essa grande massa de energia representada pela crescente população idosa. A transformação necessária não é de responsabilidade da ciência, mas sim de uma ação política empreendida pela sociedade em seu conjunto, e principalmente, pelos próprios interessados. Os velhos deverão ser os protagonistas de sua história, reivindicando seus direitos de cidadania, de prazer, de reconhecimento social, mas também assumindo a responsabilidade social de serem os agentes modificadores de uma realidade que lhes é imposta como negativa; inaugurando, enfim, um tempo que seja de viver, e não de esperar passivamente pela morte.

Recuperando os propósitos elencados, inicialmente, nesta investigação, confirmamos a interdimensionalidade na concepção de corpo e envelhecimento por meio de relatos dos idosos residentes em uma instituição asilar israelita. Paralelamente, destacamos, especialmente, a necessidade do idoso como agente construtor e transformador de sua história – nascimento, morte – uma vez que esse movimento torna-o um indivíduo respeitado e ativo na sua comunidade.

REFERÊNCIAS

1. Quintana M. Apontamentos de história sobrenatural. Porto Alegre (RS): Globo; 1976.
2. Giorgi A. A psicologia como ciência humana – uma abordagem de base fenomenológica. Belo Horizonte (MG): Interlivros; 1978.
3. Comiotto MS. Fenomenologia e psicologia em Amedeo Giorgi. Revista Pesquisa em Serviço Social, ANPESS/CBCISS. 1990;1(1):83-94.
4. Azevedo e Souza V. Busca de significado da interdisciplinaridade para a educação de professores na área da toxicologia [tese]. Porto Alegre (RS): PUCRS; 1992.
5. Berquó E. Algumas considerações sobre envelhecimento da população no Brasil. *In: Anais do I Seminário de Envelhecimento Populacional.* 1998; São Paulo. [s.ed.]; 1998.
6. Neri AL. Qualidade de vida no adulto maduro: Interpretações teóricas e evidências de Pesquisa. *In: Neri AL, organizador. Qualidade de vida e idade madura.* Campinas (SP): Papyrus; 1993.
7. Beauvoir S. A velhice. Rio de Janeiro: Nova Fronteira; 1990.
8. Bruhns HT. O Corpo Contemporâneo. *In: Bruhns HT, Gutierrez GL, organizadores. O Corpo e o Lúdico: Ciclo de Debates Lazer e Motricidade.* Campinas (SP): Autores Associados; 2000.
9. Maffesoli M. No fundo das aparências. Petrópolis (RJ): Vozes; 1996.
10. Damásio A. O Mistério da Consciência: Do corpo e das emoções ao Conhecimento de Si. São Paulo: Companhia das Letras; 2000.
11. Assis M. O envelhecimento e suas conseqüências. *In: Caldas CP, organizadora. A saúde do idoso: a arte de cuidar.* Rio de Janeiro: UREJ; 1998.
12. Heidegger M. Ser e tempo. Parte I. 6. ed. Petrópolis (RJ): Vozes; 1997.
13. Boff L. Saber cuidar. Ética do humano – compaixão pela terra. Petrópolis (RJ): Vozes; 1999.

14. Martins J, Bicudo MAV. A pesquisa qualitativa em psicologia: fundamentos e recursos básicos. São Paulo: Moraes; 1989.
15. Capra F. O ponto de mutação. São Paulo: Cultrix; 1982.
16. Fernandes FS, Rossi E. Participação da Universidade numa Política Social para a Terceira Idade. *In: Envelhecimento e velhice: uma nova realidade*. São Paulo: Prefeitura Municipal de Paulínea; 1981. p. 21-31.
17. Organización Mundial de la Salud. Grupo Científico sobre la Epidemiología del Envejecimiento. Aplicaciones de la epidemiología al estudio de los ancianos. Ginebra: Serie de Informes Técnicos; 1984.
18. Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Censo Demográfico 2000: Características da população e dos domicílios. Resultados do Universo. [capturado 2002 mar 12]. Disponível em: <<http://www.ibge.gov.br/home/estatistica/populacao/censo2000/default.shtm>>.
19. Plano Integrado de Ação Governamental para o Desenvolvimento da Política Nacional do Idoso. Brasília (DF): MPAS/SAS; 1997.
20. PNUD: Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento e IPEA: Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada. *In: Carvalho MCB, et al. Programas e serviços de proteção e inclusão social dos idosos*. São Paulo: IEEIPUC-SP; Brasília: Secretaria de Assistência Social/MPAS; 1998.
21. Neri AL; Freire AS. Apresentação: qual é a idade da velhice? *In: Neri AL; Freire AS, organizadores. E por falar em Boa Velhice*. Campinas (SP): Papirus; 2000. p.2-4.
22. Debert GG. A Reinvenção da Velhice: Socialização e Processos de Reprivatização do Envelhecimento. São Paulo: Editora da Universidade de São Paulo: FAPESP, 1999.
23. Rodrigues NC. Terceira idade: Vida e Plenitude. *In: Schons CR, Palma LTS, organizadores. Conversando com Nara Costa Rodrigues sobre Gerontologia Social*. Passo Fundo (RS): UPF; 2000.
24. Santos Filho JC, Gamboa SS, organizadores. Pesquisa educacional: quantidade e qualidade. 4. ed. São Paulo: Ed. Cortez; 2001.
25. Pádua EMM. Metodologia da pesquisa: abordagem teórico-prática. São Paulo: Papirus; 1997.
26. Bauer MW; Gaskell G. Pesquisa qualitativa com texto, imagem e som: um manual prático. Rio de Janeiro: Vozes; 2001.
27. Wolff LDG. A compreensão da experiência de ser cuidadora de enfermagem em uma unidade de terapia intensiva pediátrica [dissertação]. Curitiba (PR): UFPR; Florianópolis (SC): UFSC; 1996.
28. Marcondes D. Iniciação à história da filosofia: dos pré-socráticos a Wittgenstein.

2. ed. Rio de Janeiro: Jorge Zahar; 1998.
29. Triviños ANS. Introdução à pesquisa em ciências sociais. A pesquisa qualitativa em educação. São Paulo: Atlas; 1987.
 30. Castro DS. Experiência de pacientes internados em unidades de terapia intensiva - análise fenomenológica [dissertação]. Ribeirão Preto (SP): USP; 1990.
 31. Birman J. Futuro de todos nós: temporalidade, memória e terceira idade na psicanálise. *In*: Veras R, organizador. Terceira idade: um envelhecimento digno para o cidadão do futuro. Rio de Janeiro: Unati/UERJ; 1995. p. 29-48.
 32. Borges JL. I Ching. Mutaciones. Buenos Aires: Paidós; 1991.
 33. Polit DF, Hungler BP. Fundamentos de pesquisa em enfermagem. 3. ed. Porto Alegre(RS): Artes Médicas; 1995.
 34. Crossetti MGO. Processo de cuidar: uma aproximação à questão existencial da enfermagem [tese]. Florianópolis (SC): UFSC; 1997.
 35. Araújo VG. Sentimentos vivenciados por alunos em estágio – Representatividade para o ensino de Enfermagem [dissertação]. Porto Alegre (RS): PUCRS; 1993.
 36. Keen E. Introdução à psicologia fenomenológica. Rio de Janeiro: Interamericana; 1979.
 37. Zilles U. Edmund Husserl e o movimento fenomenológico. *Revista Pesquisa em Serviço Social. ANPESS/CIBSS*. 1990 out;1(1):5-22.
 38. Werneck VR. O eu educado: uma teoria da educação fundamentada na fenomenologia. Rio de Janeiro: Rio Fundo; 1991.
 39. Forghieri YC. Fenomenologia e psicologia. São Paulo: Cortez; 1984.
 40. Merleau-Ponty M. Fenomenologia de la percepción. Barcelona: Península; 1975.
 41. Paviani J. Merleau-Ponty: a fenomenologia e as ciências do homem. *Revista Pesquisa em Serviço Social. ANPESS/CIBSS*. 1990; 1(1):23-42.
 42. Hamacheck D. Encontros com o self. Rio de Janeiro: Interamericana; 1979.
 43. Olivieri DP. O “ser doente”: dimensão humana na formação do profissional de saúde. São Paulo: Moraes; 1985.
 44. Hilgert LC. Três abordagens em pesquisa fenomenológica segundo Lennart Svenson. *Revista Pesquisa em Serviço Social. ANPESS/CIBISS*. 1990;1(1):95-108.
 45. Martins J, Bicudo MV. Estudos sobre existencialismo, fenomenologia e educação. São Paulo: Moraes; 1983.

46. Carvalho AS. Metodologia da entrevista: uma abordagem fenomenológica. Rio de Janeiro: Agir; 1987.
47. Giorgi A. Phenomenology and Psychological research. Pittsburg: Duquesne University Press; 1985.
48. Marques MJC. Análise fenomenológica e fenomenográfica: o estudo das relações entre a pessoa e o mundo ao seu redor. *Revista Pesquisa em Serviço Social, ANPESS/CBCISS*. 1990;1(1):67-81.
49. Andrade CD. Versos à Boca da Noite.
50. Neri AL. Psicologia do envelhecimento: uma área emergente. *In: Neri AL, organizador. Psicologia do envelhecimento: temas selecionados na perspectiva de curso de vida*. Campinas (SP): Papirus; 1995. p. 27-28.
51. Scliar M. A miragem do rejuvenescimento. *Zero Hora*. 2002 out 19; *Caderno Vida*:2.
52. Hayflick L. Como e por que envelhecemos. Rio de Janeiro: Campus; 1997.
53. Blessmann EJ. Corporeidade e envelhecimento: O significado do corpo na velhice [dissertação]. Porto Alegre: UFRGS; 2003.
54. Mazo GZ, Lopes MA, Benedetti TB. Educação Física e o idoso: concepção gerontológica. Porto Alegre (RS): Sulina; 2001.
55. Leme LEG. A Gerontologia e o problema do envelhecimento. Visão histórica. *In: Papaléo Netto M. Gerontologia*. São Paulo: Ateneu; 1996.
56. Mascaro SA. O que é velhice. São Paulo: Brasiliense, 1997.
57. Cruz IBM, Schwanke CHA. Reflexões sobre a Biogerontologia como uma Ciência Generalista, Integrativa e Interativa. *In: Estudos Interdisciplinares Sobre Envelhecimento*. v. 3. Porto Alegre: Núcleo de Estudos Interdisciplinares Sobre o Envelhecimento da PROREXT/UFRGS; 2001.
58. Neri AL. Palavras-chave em Gerontologia. Campinas (SP): Alínea; 2001.
59. Cícero MT. Saber envelhecer e A Amizade. Porto Alegre: L&PM; 1997.
60. Erikson E.H. Infância e sociedade. 2. ed. Rio de Janeiro: Zahar; 1976.
61. Neri AL. Teorias Psicológicas do Envelhecimento. *In: Freitas EV, Py L, Neri AL, Caçado SAX, Gorzoni ML, Rocha SM, et al, organizadores. Tratado de Geriatria e Gerontologia*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2002.
62. Erikson E. As oito idades do ser humano. Buenos Aires; Hormé; 1990.
63. Siqueira MEC. Teorias Sociológicas do Envelhecimento. *In: Freitas EV, Py L, Neri AL, Caçado SAX, Gorzoni ML, Rocha SM, et al, organizadores. Tratado de Geriatria e Gerontologia*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2002.

64. Riley MW; Johnson M; Foner A. Aging and society: a sociology of age stratification. v. 3. New York: Russel Sage; 1997.
65. Minayo MCS, Coimbra Jr. CEA, organizadores. Antropologia, Saúde e Envelhecimento. Rio de Janeiro: Fiocruz; 2002.
66. Messy J. A pessoa idosa não existe. São Paulo: Aleph; 1998.
67. Braunstein F, Pépin JF. O lugar do corpo na cultura ocidental. Lisboa: Instituto Piaget; [s.d.]. Editado na França em 1999.
68. Ariès P. História Social da Criança e da Família. 2. ed. Rio de Janeiro: LTC; 1981.
69. Netto AJ. Universidade Aberta para a Maturidade: avaliação crítica de uma avançada proposta educacional e social. *In*: Kachar V, organizador. Longevidade: um novo desafio para a educação. São Paulo: Cortez; 2001.
70. Goldstein LL, Siqueira MEC. Heterogeneidade e Diversidade nas Experiências de Velhice. *In*: Neri AL, Freire SA, organizadores. E por falar em boa velhice. Campinas (SP): Papirus; 2000.
71. Merleau-Ponty M. Fenomenologia da percepção. São Paulo: Martins Fontes; 1996.
72. Highwater J. Mito e sexualidade. São Paulo: Saraiva; 1992.
73. Grandó JC. As concepções de corpo no Brasil a partir de 30. *In*: Grandó JC, organizador. A (des)construção do corpo. Blumenau (SC): Edifurb; 2001.
74. Santin S. Educação Física: outros caminhos. 2. ed. Porto Alegre (RS): EST/ESEF; 1993.
75. Freitas GG. O Esquema Corporal, a Imagem Corporal, a Consciência Corporal e a Corporeidade. Ijuí (RS):UNIJUÍ; 1999.
76. Antunes A, Estanqueiro A, Vidigal M. Dicionário Breve de Filosofia. 3. ed. Lisboa: Editorial Presença; 1997.
77. Silva AM. Corpo, Ciência e Mercado: reflexões acerca da gestação de um novo arquétipo da felicidade. Campinas (SP): Autores Associados; Florianópolis (SC): UFSC; 2001.
78. Damásio A. O erro de Descartes: emoção, razão e cérebro humano. São Paulo: Companhia das Letras; 1996.
79. Villaça N, Góes F. Em nome do Corpo. Rio de Janeiro: Rocco; 1998.
80. Santin S. Educação Física: da alegria do lúdico à opressão do rendimento. 2. ed. Porto Alegre (RS): EST/ESF-UFRGS; 1996.
81. Erbolato RMPL. Gostando de si mesmo:a auto-estima. *In*: Neri AL, Freire AS,

- organizadores. E por Falar em Boa Velhice. Campinas (SP): Papyrus; 2000.p.33-54.
82. Vaysse J. Coração estrangeiro em corpo de acolhimento. *In: Sant'Anna DB, organizador. Políticas do corpo. São Paulo: Estação Liberdade; 1995.*
 83. Russel B. O elogio ao ócio. Rio de Janeiro: Sextante; 2002.
 84. Porter R. História do corpo. *In: Burke P, organizador. A Escrita da história: novas perspectivas. São Paulo: UNESP; 1992.*
 85. Jaffé A. O simbolismo nas artes plásticas. *In: Jung CG, et al. O Homem e seus Símbolos. 8. ed. Rio de Janeiro: Nova Fronteira; 1964.*
 86. Foucault M. Vigiar e Punir: nascimento da prisão. 25. ed. Petrópolis (RJ): Vozes; 1987.
 87. Fischer RMB. A paixão de 'trabalhar com Foucault'. *In: Costa MV, organizador. Caminhos Investigativos: novos olhares na pesquisa em Educação. Porto Alegre (RS): Mediação; 1996.*
 88. Peruzzolo AC. A Semiotização do Corpo. *In: Peruzzolo AC, et al. O Corpo Semiotizado. Porto Alegre (RS): Edições EST; 1994.*
 89. Maciel SM. Corpo Invisível: Uma nova leitura na filosofia de Merleau-Ponty. Porto Alegre (RS): EDIPUCRS; 1997.
 90. Santin S. A biomecânica entre a vida e a máquina: um acesso filosófico. 2. ed. Ijuí (RS): Ijuí; 2000.
 91. Bernard M. Le Corps. Paris: Du Seuil; 1995.
 92. Bruhns HT. Lazer e motricidade: Dialogando com o conhecimento. *In: Bruhns HT, organizador. Temas sobre Lazer. Campinas (SP): Autores Associados; 2000.*
 93. Santin S. Educação Física: Estética, Saúde. Porto Alegre (RS): Edições EST; 1995.
 94. Sant'Anna DB, organizador. Políticas do corpo. São Paulo: Estação Liberdade; 1995.
 95. Goldenberg M, Ramos MS. A civilização das formas: o corpo como valor. *In: Goldenberg M, organizador. Nu e Vestido: dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca. Rio de Janeiro: Record; 2002.*
 96. Merleau-Ponty M. Fenomenologia da Percepção. 2. ed. São Paulo: Martins Fontes; 1999.
 97. Lepargneur H. Consciência, Corpo e Mente: psicologia e parapsicologia. Campinas (SP): Papyrus; 1994.

98. Cícero MT. Saber envelhecer. Porto Alegre: L&PM; 1999.
99. Meireles C. Retrato. Rio de Janeiro: Nova Fronteira; 1983.
100. Schilder P. A imagem do corpo: as energias construtivas da psique. São Paulo: Martins Fontes; 1999.
101. Py L; Scharfstein EA. Caminhos da maturidade: representações do corpo, vivências dos afetos e consciência da finitude. *In*: Neri AL, organizador. Maturidade e velhice: trajetórias individuais e socioculturais. São Paulo: Papyrus; 2001.p.117-50.
102. Goldfarb DC. Tempo e Envelhecimento. São Paulo: Casa do Psicólogo; 1998.
103. Alves R. As cores do crepúsculo: A estética do envelhecer. São Paulo: Papyrus; 2001.
104. De Vitta A. Prevenção de Patologias degenerativas articulares através do desenvolvimento de comportamentos profissionais em fisioterapia [dissertação]. São Carlos (SP): Universidade Federal de São Carlos; 1995.
105. Forette F. A revolução da longevidade. São Paulo: Globo; 1998.
106. Zuben NAV. Envelhecimento: metamorfose de sentido sob o signo da finitude. *In*: Neri AL, organizador. Maturidade e velhice: Trajetórias individuais e socioculturais. Campinas (SP): Papyrus; 2001.
107. Goldstein LL. No Comando da Própria Vida: a importância de crenças e comportamentos de controle para o bem-estar na velhice. *In*: Neri AL, Freire AS, organizadores. E por falar em boa velhice. Campinas (SP): Papyrus; 2000. p.55-67.
108. Izquierdo I. A arte de esquecer. Rio de Janeiro: Vieira & Lent; 2004.
109. Katz L, Rubin M. Mantenha o seu cérebro vivo: exercícios neuróbicos para prevenir a perda de memória e aumentar a agilidade mental. Rio de Janeiro: Sextante; 2000.
110. Alvarez A. Deu branco: um guia para desenvolver o potencial de sua memória! São Paulo: Best Seller; 2003.
111. Carstensen LL, Levenson R, Ekman W. Emotion, Physiology, and Expression. OLD AGE. *Psychology and Aging*, 1995;6(1):28-35.
112. Guardini R. As idades da vida: O seu significado ético e pedagógico. São Paulo: Quadrante; 1990.
113. Deps VL. Atividade e Bem-estar Psicológico na Maturidade. *In*: Neri AL, organizador. Qualidade de Vida e Idade Madura. Campinas (SP): Papyrus; 1993.
114. Pikunas J. Desenvolvimento humano. São Paulo: McGraw-Hill do Brasil; 1986.

115. Sears R, Feldmann S. As sete idades do homem. Rio de Janeiro: Zahar; 1981.
116. Viorst J. Perdas necessárias. São Paulo: Melhoramentos; 1995.
117. Peixoto C. Entre o estigma e a compaixão e os termos classificatórios: velho, velhote, idoso, terceira idade... *In*: Barros MML, organizador. Velhice ou terceira idade? Estudos antropológicos sobre identidade, memória e política. Rio de Janeiro: Fundação Getúlio Vargas; 1998.p.69-84.
118. Ferreira ABH. Novo Aurélio século XXI: o dicionário da língua portuguesa. Rio de Janeiro: Nova Fronteira; 1999.
119. Zanelli JC, Silva N. Programa de preparação para aposentadoria. Florianópolis (SC): Insular; 1996.
120. Neri AL. O fruto dá sementes: Processos de amadurecimento e envelhecimento. *In*: Neri AL, organizador. Maturidade e Velhice: Trajetórias individuais e socioculturais. Campinas (SP): Papyrus; 2001.
121. Moragas RM. Gerontologia Social: Envelhecimento e qualidade de vida. São Paulo: Edições Paulinas; 1997.
122. Baltes M; Silverberg S. A dinâmica dependência. Autonomia no curso da vida. *In*: Neri AL. Psicologia do envelhecimento. São Paulo: Papyrus; 1995. p.73-110.
123. Erbolato RMPL. Relações sociais na velhice. *In*: Freitas EV, Py L, Neri AL, Cançado SAX, Gorzoni ML, Rocha SM et al, organizadores. Tratado de Geriatria e Gerontologia. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2002.
124. Stearns AK. Faça as pazes com a vida: aprendendo a conviver com as perdas. São Paulo: Saraiva; 1995.
125. Erikson EH. Identidade, juventude e crise. Rio de Janeiro: Zahar; 1972.
126. Kluber-Roos C. Sobre a morte e o morrer. São Paulo: Martins Fontes; 1985.
127. Canova S. O outono da vida. Riscos e valores da terceira idade. São Paulo: Paulinas; 1995.
128. Netto MP. Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada. São Paulo: Atheneu; 1999.
129. Garcia Pintos CC. El círculo de la vejeze. Sobre la psicología normal de la persona que envejeze. Buenos Aires: Almacesto – Fundacion Roos; 1993.
130. Goldstein LDLL. Stress e coping na vida adulta e na velhice. *In*: Néri AL, organizador. Psicologia do envelhecimento. São Paulo: Papyrus; 1995. p. 145-158.
131. Mishara BL, Riedel RG. El proceso de envejecimiento. Madrid: Morata; 1986.
132. Goffmann E. A representação do eu na vida cotidiana. 10. Ed. Petrópolis (RJ):

vozes; 2002.

133. Maffesoli M. Tempo das Tribos: O declínio do individualismo nas sociedades de massa. 2. ed. Rio de Janeiro: Forense universitária; 1998.
134. Neri AL, Cachioni M. O inventário Sheppard para medidas em relação à velhice e sua adaptação ao português. Estudos de Psicologia. 1999; 3(1):23-42.

ANEXO

Termo de Consentimento Informado

Eu, _____, carteira de identidade nº _____, expedida pela (o) _____, autorizo a reprodução de todo o conteúdo desta entrevista uma vez que estou ciente de que a mesma servirá de base para um estudo, a nível de Doutorado, e seu conteúdo será tratado com o rigor ético que norteia as atividades de pesquisa.

Porto Alegre, ____/____/____.

Livros Grátis

(<http://www.livrosgratis.com.br>)

Milhares de Livros para Download:

[Baixar livros de Administração](#)

[Baixar livros de Agronomia](#)

[Baixar livros de Arquitetura](#)

[Baixar livros de Artes](#)

[Baixar livros de Astronomia](#)

[Baixar livros de Biologia Geral](#)

[Baixar livros de Ciência da Computação](#)

[Baixar livros de Ciência da Informação](#)

[Baixar livros de Ciência Política](#)

[Baixar livros de Ciências da Saúde](#)

[Baixar livros de Comunicação](#)

[Baixar livros do Conselho Nacional de Educação - CNE](#)

[Baixar livros de Defesa civil](#)

[Baixar livros de Direito](#)

[Baixar livros de Direitos humanos](#)

[Baixar livros de Economia](#)

[Baixar livros de Economia Doméstica](#)

[Baixar livros de Educação](#)

[Baixar livros de Educação - Trânsito](#)

[Baixar livros de Educação Física](#)

[Baixar livros de Engenharia Aeroespacial](#)

[Baixar livros de Farmácia](#)

[Baixar livros de Filosofia](#)

[Baixar livros de Física](#)

[Baixar livros de Geociências](#)

[Baixar livros de Geografia](#)

[Baixar livros de História](#)

[Baixar livros de Línguas](#)

[Baixar livros de Literatura](#)
[Baixar livros de Literatura de Cordel](#)
[Baixar livros de Literatura Infantil](#)
[Baixar livros de Matemática](#)
[Baixar livros de Medicina](#)
[Baixar livros de Medicina Veterinária](#)
[Baixar livros de Meio Ambiente](#)
[Baixar livros de Meteorologia](#)
[Baixar Monografias e TCC](#)
[Baixar livros Multidisciplinar](#)
[Baixar livros de Música](#)
[Baixar livros de Psicologia](#)
[Baixar livros de Química](#)
[Baixar livros de Saúde Coletiva](#)
[Baixar livros de Serviço Social](#)
[Baixar livros de Sociologia](#)
[Baixar livros de Teologia](#)
[Baixar livros de Trabalho](#)
[Baixar livros de Turismo](#)