

**PONTIFÍCIA UNIVERSIDADE CATÓLICA DE SÃO PAULO
PUC-SP**

RODE TAVARES MOURA

**O envelhecimento e a religiosidade
em um grupo de idosos adventistas**

MESTRADO EM GERONTOLOGIA

São Paulo

2010

Livros Grátis

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

Milhares de livros grátis para download.

RODE TAVARES MOURA

**O envelhecimento e a religiosidade
em um grupo de idosos adventistas**

São Paulo

2010

RODE TAVARES MOURA

**O envelhecimento e a religiosidade
em um grupo de idosos adventistas**

Dissertação apresentada à Banca Examinadora da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, como exigência parcial para obtenção do título de Mestre em Gerontologia sob a orientação da Profa. Dra. Beltrina Côrte

São Paulo

2010

O envelhecimento e a religiosidade em um grupo de idosos adventistas

RODE TAVARES MOURA

BANCA EXAMINADORA

DEDICATÓRIA

A Deus, que me deu forças e o ideal de me preparar, por meio deste mestrado, para melhor desenvolver atividades educativas e promocionais com idosos.

Ao meu querido esposo Itamar, e à filha Elaine, pela compreensão e ajuda.

Ao querido Itamar Filho, minha nora Sílvia, e meus netos, Stephanie, de 16 anos, e Vítor Eduardo, de 6 anos, pela compreensão por não visitá-los mais.

A todos os meus queridos irmãos e irmãs, em especial à Gedite, por suas orientações e apoio.

À minha admirável orientadora, Dr^a Beltrina Côrte, por sua paciência e compreensão.

Aos amigos Maria Bernardete Maciel Correia, por sua solidariedade e ajuda, e Claudio Samargo, pelo incentivo e auxílio.

Velho, querido velho...

Sente-se um pouco aqui comigo. Venha ... eu sei que você tem muita coisa pra contar. Da vida... da gente... Dê-me sua mão... assim... É bela sua mão, sabia? Quantos poemas esta mão escreveu? Poemas de amor... de sacrifício... de gratuita doação. Você sabe, querido velho: os versos mais belos e cheios de vida se escrevem nas areias livres das praias abertas dum jovem coração. Como o seu... Este seu rosto, velho querido... tantas rugas... tantas marcas: marcas de alegria e de dor que a vida em seu rosto plantou!

Deixe, querido velho, deixe minhas mãos sentirem o contato de seus cabelos já brancos, num gesto grato de carinho grande, pelos carinhos muitos que você deu a tantos... E esses seus olhos, brilhando no sonho acordado... no sonho cochilado em tardes de outono... Com quem sonham seus olhos? Com pessoas queridas, companheiros de caminhada? Com corações amigos, num sonhado abraço? Com almas irmãs? Tão longe, talvez, mas sempre tão perto!?

(Perdoe, querido velho, perdoe profanar assim o sacrário de suas coisas mais íntimas...).

Sabe, velho querido, você é mais importante hoje do que quando trabalhava com todas as suas forças, de manhã à noite, todo o dia e todos os dias. Não é pra consolar você, não: você é sabedoria acumulada, é caminho experimentado; da família você é a história viva... da sociedade a viva memória. Você é o ontem que hoje sou... é o hoje, que amanhã serei.

Vamos, agora. Deixe passar meu braço em seu ombro... assim... Vamos, querido velho, vamos caminhar juntos, lado a lado, muito amigos no mesmo abraço irmão.

Vamos: ainda há muito chão, muita gente esperando a semente boa da sua VIDA, da sua Fé, do seu Amor. Vamos, querido velho...

Attilio Hartmann

TAVARES MOURA, Rode. **O envelhecimento e a religiosidade em um grupo de idosos adventistas.** Dissertação de Mestrado em Gerontologia. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, 2010.

RESUMO

Conhecer como a Igreja Adventista do Sétimo Dia contempla a pessoa idosa, no seu cotidiano pessoal e social, foi o objetivo geral deste estudo, realizado na metrópole de São Paulo, em duas igrejas adventistas (Liberdade e Brooklin). A partir da abordagem qualitativa e da entrevista como estratégia de investigação, elaborou-se um roteiro composto de 11 perguntas abertas, aplicado a 10 pessoas idosas, 6 mulheres e 4 homens, de diversos graus de escolaridade, com idade de 60 a 90 anos, membros das igrejas, e que aceitaram de livre e espontânea vontade participar deste estudo. As entrevistas foram gravadas e transcritas, literalmente, preservando as perguntas e conteúdo das respostas. A seguir houve uma leitura vertical das mesmas, ressaltando categorias de análise. O agrupamento de algumas respostas e sua análise feita a partir de referenciais teóricos da Gerontologia e das Ciências da Religião permitiram saber que a maioria dos sujeitos aderiu à igreja a partir de convites de terceiros, e outros pela família, e ocupam seu tempo com práticas religiosas na própria igreja da qual fazem parte. Estar junto, sentir-se seguro, fazer amizades, trocar experiências, orar e levar a carga uns dos outros, ter apoio psicológico, receber orientações de saúde e espirituais, e preocupar-se com o próximo, foram as principais contribuições relatadas pelos nossos entrevistados em relação à sua participação em programas de Terceira Idade oferecidos pelas igrejas. A maioria reconhece que a igreja os prepara para a velhice, mas que poderia ser mais enfática. Alguns reconhecem que por ser uma igreja jovem, ela tem focado a juventude, deixando de lado a grande parcela de seus membros que são idosos. As pessoas idosas que pautam a vida pelos ensinamentos da religião adventista mostraram ter um estilo de vida saudável, e os benefícios desta atitude, promovida pela religião a que aderiram, consistem na certeza de não viver sozinhos, de contar com o apoio do outro e poder infinito de Deus, reforço da autoestima, senso de utilidade e sentido de vida. Entendemos que este trabalho pode ampliar a visão do envelhecimento nas igrejas, para que estas contemplem cada vez mais a pessoa idosa, e assim a ajudem a planejar sua longevidade.

Palavras-chave: Igrejas Adventistas, pessoas idosas, Religião, Envelhecimento.

Aging and religiosity in a group of Adventist elderly individuals

ABSTRACT

The general objective of this study was to investigate how the Seventh-day Adventist Church considers the elderly individuals in their personal and social routine. It was carried out in the city of São Paulo, in two Adventist Churches (Liberdade and Brooklin). Based on the qualitative approach and using the interview as the investigation strategy, a script composed of 11 open questions was developed and administered to 10 elderly people, 6 women and 4 men, with diverse levels of schooling, aged between 60 and 90 years, who were members of the Churches and who freely and spontaneously accepted to participate in this study. The interviews were recorded and literally transcribed; the questions and content of the answers were preserved. Then, there was a vertical reading of the answers in order to highlight categories of analysis. The grouping of some answers and their analysis, which was based on theoretical frameworks deriving from Gerontology and from the Sciences of Religion, showed that the majority of subjects adhered to the Church after they had been invited by other members or by relatives, and that they spend their time with religious practices within the Church to which they belong. Being together, feeling safe, making friends, exchanging experiences, praying and sharing each other's problems, receiving psychological support, health instructions and spiritual guidance, and caring for other people were the main contributions reported by our interviewees in relation to their participation in third age programs offered by the Churches. The majority recognize that the Church prepares them for old age, but at the same time, they believe it could be more emphatic. Some of them think that, as it is a young Church, it has focused on youths, leaving aside a large part of its members, who are elderly. The elderly who live their lives according to the principles of the Adventist religion showed that they have a healthy lifestyle, and the benefits of this attitude, promoted by the religion to which they have adhered, are the conviction that they do not live alone, the fact that they can count on the support of others and on God's infinite power, strengthening of self-esteem, sense of usefulness, and meaning of life. We understand that this study can amplify the view on aging in Churches, so that they gradually include the elderly person in their activities, helping them plan their longevity.

Keywords: Adventist Churches, elderly people, Religion, Aging.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	02
1. OS ENVELHECIMENTOS	07
1.1. Envelhecimento biológico.....	13
1.2. Envelhecimento psicológico.....	16
1.3. Envelhecimento social	19
2. A RELIGIOSIDADE	22
2.1. Longevidade e religião: crenças da Igreja Adventista do Sétimo Dia	31
2.2. A adesão à Igreja	37
3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS E RESULTADOS	40
3.1. A pesquisa	41
3.2. Resultados	45
4. DA ADESÃO À IGREJA À DEFINIÇÃO DE PROJETOS DE VIDA	49
4.1. A adesão à Igreja e participação para transformação	49
4.2. Atuação e contribuição dos programas com a terceira idade	52
4.3. Um olhar sobre as diferentes formas de envelhecimento	54
4.4. O papel da religião no envelhecimento	58
4.5. Projetos de vida	62
CONSIDERAÇÕES FINAIS	66
REFERÊNCIAS	70
APÊNDICES	
Questionário da entrevista realizada com os sujeitos	74
Termo de Consentimento Livre e Esclarecido	75

INTRODUÇÃO

Meus pais, logo após terminarem seus estudos em São Paulo, casaram-se e foram trabalhar como missionários adventistas no Amazonas - professor dos índios e líder espiritual.

Nesse Estado foram constituindo sua família, e tiveram os primeiros quatro filhos. Ali permaneceram aproximadamente oito anos. Foram transferidos para o Estado do Maranhão e, no trajeto, pararam no Estado do Ceará, em Fortaleza, onde nasci e fui registrada. Por ter passado minha infância e adolescência no Maranhão, considero-me maranhense. Em Santa Inez, meus pais se estabeleceram em grande propriedade rural e tiveram mais seis filhos, ficando nossa família constituída de 11 irmãos. Tudo era festa e brincadeiras. Tínhamos muita fartura de alimentos, frutas, leite etc.

Meu pai era o professor da localidade, apenas para a alfabetização e líder espiritual. Seu ideal era que os filhos estudassem. Por não haver escola na região, meus pais contrataram um professor particular para dar continuidade aos estudos de meus quatro irmãos mais velhos, terminando o ciclo básico. E para dar continuidade em nível médio, cada ano meu pai mandava um ou dois filhos para internatos adventistas em Estados diferentes. Entre outras decorrências da vida, como casamento e filhos, concluí a Faculdade de Serviço Social apenas no final de 1978. Para minha alegria, logo em seguida fui admitida como assistente social na Prefeitura de Embu das Artes, em São Paulo, iniciando ali um trabalho com famílias. No Embu trabalhei por 20 anos, em uma ascensão que muito me alegrou. E ali comecei a trabalhar com pessoas idosas. Fui indicada para implantar e desenvolver um programa de trabalho com a terceira idade, no município e mais tarde na Delegacia da Mulher, onde permaneci até me aposentar.

Como aposentada, fui, em 1991, convidada para fazer parte da equipe do Departamento Assistencial da Igreja Adventista. Em decorrência desse trabalho busquei o mestrado em Gerontologia da PUC-SP, curso com o qual muito me identifiquei, a fim de ser mais eficiente em meu trabalho na Igreja e na comunidade. O mestrado me evidenciou como o envelhecimento é, para mim, muito precioso, além de mostrar que não me esqueci de mim mesma e daquelas pessoas de minha relação familiar e social, em posição similar à minha quanto à sensibilidade maior diante da condição de vida dos idosos.

A construção de uma nova ciência, como a Gerontologia, vai ao encontro da proposta mais inovadora da atualidade, em termos científicos, no que diz respeito à mudança de paradigmas no estudo do envelhecimento. Apesar de ser fenômeno comum aos seres humanos, surpreende que ainda hoje persistam tantos pontos obscuros quanto à dinâmica e à natureza desse processo. Considero o envelhecimento a fase de um *continuum*, que é a vida. E ao longo do *continuum* é possível observar esse desenvolvimento.

O interesse advém de um trabalho ainda de caráter prático com idosos próximos a mim, atividade que desde os anos 90 me envolveu totalmente, como atuação plena no cotidiano. Sinto-me motivada e mobilizada a uma formação teórica e técnica no campo do envelhecimento, que certamente resultará em competência mais bem alicerçada.

Por acreditar que não existe qualidade em um trabalho social sem o preparo adequado dos profissionais envolvidos, venho me dedicando à minha formação por meio de leituras de diversos teóricos que tratam multidisciplinarmente o envelhecimento. Para tal, exige-se concepção diferenciada sobre o que é ser velho hoje, e uma reflexão ampla sobre as implicações e decorrências da velhice, no presente e no futuro.

Afirmo que o propósito de cursar o mestrado em Gerontologia é de dupla ordem, no meu caso: primeiramente, possibilitar a expansão, com maior qualidade, de um trabalho com idosos que venho há anos desenvolvendo especificamente nas Igrejas Adventistas e nos atendimentos às comunidades mais próximas. Em segundo lugar, almejo aplicar os novos saberes adquiridos no curso em meu próprio benefício, como idosa que sou, à minha família - constituída de muitos idosos, às comunidades nas quais atuo, e em benefício, ainda, das próximas gerações de idosos atendidos pela Igreja. Sinto que, como diz Simone de Beauvoir (1990), há *“dificuldade de encarar a própria velhice, com suas limitações e angústias”*. Isso se verifica não apenas por parte das pessoas idosas, mas de toda a sociedade, que não consegue enfrentar essa “dificuldade”: a velhice. Mas não encarar a velhice é negar o próprio destino, pois a velhice nos diz respeito, nos concerne de fato. O velho não é o outro: todos envelhecerão, inexoravelmente.

Meu interesse pelo envelhecimento se deu após ter sido indicada pela Organização Adventista do Sétimo Dia para me responsabilizar por essa área de atuação no Lar Adventista da Velhice (1989), hoje Centro de Convivência para Idosos. Essa entidade até então não havia recebido, em seu quadro de funcionários, um profissional mais especializado, como uma assistente social. Relativamente ansiosa aceitei a incumbência, preocupada por não ter conhecimentos específicos para lidar com idosos. Assim, além de estruturar o trabalho, passei a indagar sobre cursos e palestras que trouxessem luz à problemática com a qual me senti envolvida.

No trabalho de atendimento no Centro de Convivência para Idosos, senti logo uma lacuna, em todos os setores, quanto à informação sobre o idoso ou conhecimentos sobre o envelhecimento. Nas Igrejas havia valorização excessiva do jovem, sendo grande parte das atividades sociais dirigida à juventude, e nenhuma atenção, por menor que fosse, aos mais velhos. Constatei a necessidade de um trabalho educativo para as famílias, a ser implementado nas

próprias Igrejas, de valorização da pessoa idosa, a fim de evitar sua simples internação na entidade.

Circunstanciando, porém, meu envolvimento com a causa dos mais velhos, quero novamente evocar o meu trabalho para dizer dos propósitos que pautaram minha atuação com idosos. As expectativas da equipe da Igreja à qual fui convidada era para orientar e ajudar exclusivamente no que entendiam ser prioridade: a parte assistencial aos frequentadores da Igreja. Porém, minha preocupação não estava aí situada. Elaborei, por conta de meu propósito não assistencialista, um pequeno programa de atividades especialmente destinado às pessoas da chamada terceira idade. A divulgação do programa provocou efeitos advindos de um choque cultural: estranhamente, ninguém se considerava na terceira idade ou idoso, em uma Igreja de mais de mil membros e com grande número de pessoas idosas. Mas não se consideravam idosas.

A falta de ressonância ao convite levou a elaborar uma estratégia para vencer a resistência de considerar que “o velho é o outro”: decidiu-se escolher um novo nome para o grupo, e que o representasse de outra forma. Entre muitas opções, foi finalmente escolhido o nome para o segmento da Igreja de pessoas acima de 60 anos: Heróis da Fé.

A partir da nova motivação, aos poucos algumas pessoas passaram a se engajar na proposta. Com o tempo, foi-se dando conta de que, por causa do grupo Heróis da Fé estar situado em um Departamento Assistencial, dele participavam apenas os mais carentes (economicamente falando), contrariando a expectativa de que todas as pessoas idosas, de todos os níveis - cultural, econômico e social, deveriam participar. O Ministério da Mulher, outro setor da Igreja, sugeriu que os idosos nele se situassem, o que logo se mostrou uma orientação equivocada, pois esse espaço era específico aos problemas da mulher na fase adulta, não representando o casal idoso e nem o gênero masculino de forma geral.

Elaborou-se, então, um pequeno projeto para a Comissão da Igreja, instância com poder decisório para tais questões. Nele foi sugerida a criação do Departamento do Idoso. A proposta foi aprovada e, a partir daí, o idoso nele se fez representar. Há uma extensa programação, elaborada anualmente: palestras, passeios, cursos, coral dos idosos, encontros sociais etc. A programação é feita a partir do levantamento das expectativas do grupo, acrescidas de outras questões importantes relacionadas ao envelhecimento e à religiosidade. Somente então é apresentado o programa anual, desenvolvido semanalmente (cursos) e mensalmente (encontros, passeios e palestras). Julho é o mês de férias.

O trabalho iniciou-se em um único espaço, a igreja da Liberdade, estendendo-se a diversas igrejas da cidade, como a de Cotia, onde estou atualmente. Em função dessa experiência motivadora de vida, situo as relações que se estabelecem entre envelhecimento e religiosidade neste trabalho, que tem como principal objetivo conhecer como a Igreja Adventista do Sétimo Dia contempla a pessoa idosa, no seu cotidiano pessoal e social, contribuindo para a promoção da qualidade de vida das pessoas acima de 60 anos de idade.

1. OS ENVELHECIMENTOS

Idade adulta madura, maturidade, terceira idade, melhor idade, estágio tardio da vida, “problema social”. Seja qual for a denominação que se dá a essa etapa da vida - resultado e prolongamento do processo de envelhecimento, assiste-se a uma surpreendente revolução acontecer nos últimos tempos, em países desenvolvidos e nos chamados países emergentes. Entre eles, estão o Brasil, China, Índia, Rússia e África do Sul, denominados “BRICS”. Segundo estimativas das Nações Unidas, em 2005 esses países possuíam, em conjunto, o total de 273 milhões de pessoas acima de 60 anos, o que correspondia a 40,6% da população idosa do mundo (IBGE, 2008).

No Brasil, estamos em meio a um processo evolutivo caracterizado por progressiva queda da mortalidade em todas as faixas e conseqüente aumento da expectativa de vida. De acordo com dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), em 1996 havia 16 idosos para cada 100 crianças no Brasil. Em 2008, passou para 24,7 idosos, e a previsão é que, em 2050, chegue a 172,7 idosos para cada 100 crianças, o que implica mudança radical na estrutura etária da população.

Em nosso cotidiano, já se percebem o notável crescimento no percentual de idosos e o aumento progressivo de pessoas centenárias,¹ conseqüência do aumento da esperança de vida ao nascer, e diminuição do índice geral de fecundidade, o que se soma aos avanços biotecnológicos, alimentação, saneamento e inserção da mulher no mercado.

Deparamo-nos com um número cada vez mais crescente de pessoas idosas vivendo em um País que ainda não resolveu suas desigualdades sociais, o

¹ Em 2007, o IBGE realizou a contagem da população em 5.435 municípios brasileiros, e mostrou que o número de idosos com 100 anos ou mais chega a 11.422 pessoas.

que afeta drasticamente a qualidade de vida, especialmente na velhice. Enquanto bom número de pessoas idosas vive seu envelhecimento ativo, participando da vida social, e muitos até no mercado de trabalho. Há também outros com quadro triste de dor e sofrimento, não só causado pela falta de qualidade de vida numa sociedade despreparada para conviver com pessoas idosas, mas pelos próprios conflitos internos e falta de adaptação à “nova vida” dentro da família.

Essas questões fazem parte dos fenômenos do envelhecimento, que levanta temas epistemológicos complexos, a começar pela conceituação do que é envelhecimento (envelhecimento físico, demográfico, biológico, social...), suscitando diferentes ângulos de análise e em diversas áreas de saber. Fazendo recorte na perspectiva da Gerontologia, vamos a ele nos referir como os efeitos da passagem do tempo. Assim, envelhecimento (“vieillesse”, em francês) começa pela vida (“vie”). O envelhecimento exprime, ao mesmo tempo, ideia de perda e outra de aquisição. Definimos, neste trabalho, o envelhecimento como o processo natural da vida, ao qual estamos sujeitos desde a concepção, resultado das transformações ocorridas em nosso ser, nos aspectos físico, psíquico, social e cultural. Ou seja, o envelhecimento é parte indissociável da nossa compreensão como seres biológicos. Não se manifesta biologicamente homogêneo por causa da variabilidade genética original e da diferença das experiências vitais. Compartilhamos com Moragas (1997, p. 44), quando diz que “não existe uma velhice semelhante entre duas pessoas diferentes organicamente, e a vida experimentada por cada uma contribui para uma diferenciação ilimitada entre idosos”.

O século XX marcou definitivamente a importância de se estudar o envelhecimento humano e a velhice de outra perspectiva, pois até então era quase exclusivamente objeto da medicina. Mas as transformações sociais e econômicas que perpassam a nossa sociedade, por causa especialmente das alterações demográficas, levantam outras questões.

As primeiras pesquisas de caráter biofisiológicas estabeleceram que, com o avançar dos anos, ocorrem alterações estruturais e funcionais que, embora variem nos indivíduos, são encontradas em todos os idosos, próprias do processo de envelhecimento (PAPALÉO NETTO e PONTES, 2002). A partir de estudos nessa área, estabeleceu-se o limite entre envelhecimento e processos patológicos mais comuns na idade avançada. Com o aumento do número de idosos, tornou-se essencial buscar os determinantes das condições de saúde e de vida dos idosos, e conhecer as múltiplas facetas da velhice e do processo de envelhecimento. Analisar o fenômeno simplesmente pelo prisma biofisiológico é desconhecer a importância dos problemas ambientais, psicológicos, sociais, culturais, espirituais e econômicos que pesam sobre eles. É relevante ter visão global do envelhecimento como processo natural da vida.

Martins (1998) descreve os fenômenos do envelhecimento mostrando que modificações não ocorrem apenas na dimensão física, no corpo, mas é desejável que se perceba que, ao longo dos anos, são processadas mudanças na forma de pensar, sentir e agir dos seres humanos que passam por essa etapa do processo de viver.

É preciso diferenciar o envelhecimento fisiológico normal, compreendendo suas particularidades, e o acompanhado de enfermidades, que, imprescindivelmente, deve ser combatido e prevenido. O envelhecimento não se dá de um momento para o outro, mas é processo contínuo, que resulta da individualidade. Como condição humana, ocorre a partir do nascimento. Portanto, envelhecemos a cada dia.

Relacionar vida e envelhecimento em termos unicamente biológicos significa não apenas tendência reducionista, mas fonte de exclusão e sofrimento para os idosos, que não se reconhecem nesse discurso simplesmente porque com ele não se identificam. Isto é, no corpo biológico habita um sujeito que, ao ser percebido, é visto de forma “negativa”, especialmente em uma sociedade que

coloca a juventude não como etapa da vida, mas desejo permanente. Os valores culturais e as tradições determinam, na verdade, como a sociedade encara as pessoas idosas e o processo de envelhecimento (RELATÓRIO CAPES 2009 - PROGRAMA DE ESTUDOS PÓS-GRADUADOS EM GERONTOLOGIA DA PUC/SP).

Para melhor compreensão da cultura, citamos Helman (2003, p.13): “Cultura são atitudes comportamentais das pessoas, como crenças, percepções, emoções, linguagens, religião, rituais, dieta, modo de vestir e atitudes frente à doença e à dor”. Segundo ele,

As culturas variam substancialmente em relação ao status que atribuem aos velhos. Diferentemente das sociedades ocidentais industrializadas, onde a perda da capacidade produtiva pelo acúmulo de idade e aposentadoria significa uma queda marcante no status social, o respeito ao velho geralmente é muito maior em sociedades tradicionais rurais. (HELMAN, 2003, p.18)

O Programa de Estudos Pós-graduados em Gerontologia da PUC/SP foca o envelhecimento humano - subjetivo e populacional - em contexto sociocultural. Entende que, nesse locus, etapas da vida são significadas, influenciando percepções e comportamentos. Nessa perspectiva, o eixo em torno do qual se faz a reflexão é o da assunção da dupla natureza do corpo humano: ao mesmo tempo natural e cultural. Coloca ênfase em uma perspectiva interdisciplinar do conhecimento, assumindo que a relação entre biológico, sociocultural e psicológico é reciprocamente dinâmica. Procura, portanto, dar maior consistência à tese de que somos não apenas Cronos, mas também Kairós (RELATÓRIO CAPES 2009 - PROGRAMA DE ESTUDOS PÓS-GRADUADOS EM GERONTOLOGIA DA PUC/SP).

Percebe-se o temor ao envelhecimento. Isto é, o medo de envelhecer nos empurra para a velhice, ou seja, “parar o desenvolvimento, por se achar velho”, sendo ainda visto como tabu, porque obriga a encarar a fragilidade e a finitude. “A morte atemoriza-nos, e a passagem dos anos nos aproxima dela”, relata Maria Helena Villas Bôas Concone, em seu artigo “Medo de envelhecer ou de parecer?”. Parafrazeando Marx, afirma:

Estamos habituados a pensar (ou teorizar) sobre a ‘morte em si’, dificilmente sobre a morte ‘para si’. Negar o idoso de carne e osso seria negar a finitude. No idoso de carne e osso, entretanto, a sabedoria é relativa, a experiência ultrapassada, a memória repetitiva e a bondade cansativa ou inexistente. (2007, p. 21)

Se por um lado observamos que o temor ao envelhecimento dá-se pela sua finitude, o que não é tema de discussão das áreas de saber, por outro se constata que esse temor é acrescido de questões socioculturais, reforçadas pelos marcadores de idade presentes no corpo, e ainda pelo temor à perda da autonomia, à dependência dos outros e ao medo da solidão. Enfim, o medo de ser velho. Tais temores implicam compreender o envelhecimento como totalidade, que não é simples e tampouco abstrata, mas complexa, porque afinal ele tem várias dimensões, não sendo entendido apenas dentro de uma única perspectiva. O homem é multidimensional.

O envelhecimento é, portanto, processo biopsicossocial, o complexo processo da vida, histórica e culturalmente situado e produzido, que traz dimensão de Cronos – tempo cronológico, diferente de tempo vivido, e de Kairós, tempo próprio para a ação, tempo ou movimento além da razão ou, ao nível de uma filosofia da existência, tempo experimentado, momento em que a eternidade toca o tempo vivido (TILLICH, 1991).

O artigo de Villas Boas Concone (2007) assinala que o envelhecimento é biológico e sociocultural. Segundo a autora,

Assim como a noção de corpo, a noção de envelhecimento também goza de dupla natureza: biológica e sociocultural. Essas duas dimensões se imbricam, dialogam e digladiam. Além disso, as realidades da velhice e do envelhecimento, embora submetidas às suas próprias lógicas, são de fato interdependentes. (2007, p. 31)

Valda Bruno, em sua dissertação de mestrado em Gerontologia, intitulada “A transformação na última fase da vida: uma visão multidisciplinar do envelhecimento”, ressalta que precisamos olhar o processo de envelhecimento no ser humano como mais um momento no qual existem possibilidades de criar distintos caminhos. Afirma ainda que não se pode priorizar o envelhecimento biológico, pois nem sempre o velho se “sente” velho. A autora acredita nas possibilidades que a pessoa idosa tem de repensar a vida e ter autonomia na idade avançada, sendo preciso criar nova consciência de vida, quando se percebe que os anos estão passando e são, por vezes, desorientadores e desestimuladores (2002, p. 23).

O envelhecimento apresenta ampla variação nas formas pelas quais é vivido, simbolizado e interpretado em cada sociedade. O envelhecer marca a temporalidade. “Não existe uma maneira boa ou má de envelhecer. Envelhecemos conforme vivemos”, enfatiza Messy (1993, p. 50). O envelhecimento se efetua no decorrer da vida, segundo a organização psíquica e a capacidade de enfrentar distintos traumas que tocam o ser e suas dimensões cultural, intelectual, social e espiritual.

Por tudo o que foi explicitado até o momento, hoje é possível dizer que os idosos não são iguais. Pelo contrário, constituem um grupo muito diversificado, por causa da história individual, experiências ao longo do tempo, influência do local geográfico onde moram, condições sociais e culturais. E não resta dúvida de que homens e mulheres não envelhecem da mesma forma, pois é processo que ocorre durante o curso da vida.

Tavares explica o que é velhice:

A velhice é um período da vida. Sem dúvida, é uma fase diferente da vida. E se é vida, é fundamental que se viva bem cada momento. É preciso investir no agora, nas ações e nas relações estabelecidas, a fim de restabelecer o significado do já vivido, na busca de outros olhares e de outros tempos. (2008, p. 45)

1.1. Envelhecimento biológico

Diversas teorias tentam demonstrar, do ponto de vista biológico, como ocorre o processo de envelhecimento. Não cabe neste estudo discutir, mas é importante reconhecer que a busca por marcadores do envelhecimento ganha ênfase na determinação de parâmetros relacionados ao mesmo.

Do ponto de vista biológico, o envelhecimento é descrito como estágio de degeneração do organismo, que se inicia após o período reprodutivo. Envelhecer, portanto, seria sinônimo de perda da força e do vigor físico, visão, audição, memórias, cabelos, massa óssea, altura, elasticidade, viço da pele, velocidade de desempenho, capacidade de adaptação, imunidade...

Como fenômeno biológico, Lopes (2000, p. 23), em seu livro *Saúde na velhice*, afirma:

Entendê-lo só dessa maneira significa reduzir a questão e não analisá-la em sua complexidade, o que implica não levar em conta aspectos psicológicos, sociais e culturais.

Para alguns cientistas, o envelhecimento seria descrito como fenômeno que resulta de mudanças nas biomoléculas que contêm informações e são responsáveis pela diminuição da função corpórea que acompanha o

envelhecimento, e pelo aumento progressivo da chance de desenvolvimento de doenças e morte. Sobre este assunto, Moragas (1997, p. 27) assinala:

A velhice tem potencialidades próprias e permite uma relação peculiar do organismo com o meio, sempre que sejam feitas exigências a este organismo, de acordo com seu nível de aptidão funcional. (...) Os idosos têm limitações biológicas, mas também muito mais possibilidades do que as divulgadas pelos estereótipos.

Em alguns estudos, mecanismos genéticos são responsáveis por toda a expressão biológica da vida e, portanto, devem inevitavelmente estar ligados ao processo de envelhecimento. O envelhecimento faz parte da vida, mas não é doença, e nem necessariamente limitante:

O organismo humano, como o de outros animais, experimenta de diversas formas o processo de envelhecimento. Os tecidos perdem flexibilidade e capacidade de recuperação, os órgãos e sistemas reduzem a velocidade e qualidade de suas funções, e o ritmo vital se atenua de diversas formas. (MORAGAS, 1997, p. 27)

A maioria dos gerontologistas, entre eles Stoppe & Neto, define o envelhecimento como diminuição da capacidade de sobrevivência do organismo. Mas o fato, em si, tem pouca informação sobre a natureza do processo de envelhecimento. Os autores ressaltam:

A principal dificuldade neste campo é a separação entre o processo biológico primário e as doenças associadas a fatores ambientais. Esta separação é fundamental para o entendimento da natureza primária do processo de envelhecimento. O critério cronológico é também adotado nos trabalhos científicos, devido à dificuldade de definir a idade biológica. (1999, p. 27)

Quando começa o envelhecimento? Este aspecto, associado à inexistência de marcadores biofisiológicos eficazes e confiáveis do processo de envelhecimento, justifica a dificuldade de definir a idade biológica. Embora as manifestações da velhice sejam claras, não se pode afirmar se são exclusivamente dependentes do envelhecimento primário ou senescência, ou se

são resultado de outros fatores, que em seu conjunto tornam difícil a mensuração da idade biológica. (TRATADO DE GERIATRIA E GERONTOLOGIA, 2002, p. 9)

Os aspectos biológicos referem-se às particularidades físicas herdadas ou adquiridas ao nascer e durante toda a vida. Incluem o metabolismo, resistências e vulnerabilidade dos órgãos ou sistemas orgânicos.

O envelhecimento é processo biológico básico, em que cada indivíduo evolui continuamente. A velhice é condição biologicamente indefinível, mesmo porque as diversas alterações degenerativas que comprometem as várias estruturas do organismo compreendem os aspectos expressos nos níveis molecular, celular e orgânico do processo.

Para Duarte (1998), envelhecer bem significa, além da manutenção de bom estado físico, dar às pessoas reconhecimento, respeito e segurança, para se sentirem socialmente úteis. A valorização da velhice repercute direta e indiretamente no idoso, família e comunidade, refletindo sobre como alcançar um estilo de vida saudável.

Na concepção de Neri & Cachioni (2001), a velhice “normal” é caracterizada por alterações biológicas, psicológicas e sociais típicas, sem patologias, sendo a “patologia” coincidente com a presença de síndromes típicas do envelhecimento e/ou agravamento de doenças preexistentes. De acordo com as autoras, biologicamente falando, envelhecimento compreende os processos de transformações do organismo que ocorrem após a maturação e que implicam diminuição gradual da probabilidade de sobrevivência. Esses processos se iniciam em diferentes épocas da vida e acarretam resultados distintos para as diversas partes e funções do organismo.

O envelhecimento biológico ou senescência é o processo que preside ou determina o potencial de cada indivíduo para permanecer ativo, o qual diminui

com o passar dos anos. Ele não pode ser conceituado apenas no aspecto biológico, mas também nos aspectos sociais e psicológicos, pois envelhecemos de formas e maneiras diferentes. Cada idoso, ser único, ao longo da vida, é influenciado por vários fatores, de origem fisiológica, patológica, cultural, econômica, que podem afetar a estabilidade do seu curso de vida, significando muitas vezes ameaça à sua independência e autonomia (NERI, 2001). Já a idade “psicológica”, para ela, tem relação com o senso subjetivo da idade, atribuindo à maneira como cada indivíduo avalia, em si mesmo, a presença ou ausência de marcadores biológicos, sociais e psicológicos da idade.

Do ponto de vista biológico, também se tem outro problema quando se tenta marcar o início do processo de envelhecimento usando-se o critério cronológico (idade), pois o grau de envelhecimento seria vivenciado de forma diferente, de indivíduo para indivíduo ou pela população, sendo que pessoas da mesma idade cronológica poderiam estar em estágios completamente diferentes de envelhecimento. Isso nos leva a repetir que o envelhecimento não é definido pela idade, mas pelo seu efeito no organismo.

1.2. Envelhecimento psicológico

No estabelecimento dos aspectos relativos à psicologia do envelhecimento, as expectativas individuais e sociais exercem importante influência, e estão relacionados a todo o curso da vida do indivíduo. Stokes (1992) escreve que “certo grau de maleabilidade” é necessário para que se lidar satisfatoriamente com as limitações próprias do envelhecer e a adaptação e ajuste do mesmo. Ressalta, no entanto, que para isso ocorrer nessa etapa, na vida pregressa houve uma visão positiva da vida.

O desenvolvimento psicológico e as modificações que ocorrem durante o ciclo da vida são individuais. São processos graduais, imprecisos, e de difícil

determinação, não sendo relacionados, diretamente, a idades cronológicas específicas. Os aspectos psicológicos da pessoa idosa são resultantes de fatores individuais e das influências do meio ao longo da vida, e compreendem os processos afetivos e de raciocínio, conscientes ou inconscientes, que formam a personalidade de cada ser e o seu modo de perceber e posicionar-se no mundo, e é preciso se adaptar a cada nova situação do seu cotidiano.

Pelloso Lima (2001) ressalta que o envelhecimento apresenta ampla variação nas formas pelas quais é vivido, simbolizado e interpretado em cada sociedade. O envelhecimento individual se efetua no decorrer da vida, segundo a organização psíquica e a capacidade de enfrentar diversos traumas que tocam o ser nas dimensões corporal, intelectual e social.

Segundo a autora, apesar de ser etapa da vida que apresenta muitas alterações, também oferece oportunidades de mudanças. A autora, pela experiência em trabalhos com a população idosa, relata que, de forma geral, os mais velhos lidam bem com as transformações que ocorrem com o envelhecimento.

Moragas afirma:

A velhice é uma etapa da vida que pode ser tão saudável quanto outra, pois se os órgãos e tecidos estão afetados pelo decorrer do tempo, poderemos conceber um papel social com menores tensões que permita viver de acordo com as menores possibilidades vitais e deixar as tarefas físicas mais exigentes para as gerações jovens. (1997, p. 27)

Observamos nos grupos de idosos nos quais atuamos que alguns idosos lidam com maior facilidade com as mudanças percebidas, e com isso costumam se adaptar melhor. Outros apresentam mais dificuldades e, muitas vezes, afastam-se e caem em crescente isolamento. As mudanças e alterações que acompanham o processo de envelhecimento são um grande desafio para as pessoas em processo de envelhecimento, especialmente para aquelas que já vivenciam a

etapa da velhice. Ao entrar nessa fase da vida é preciso que haja adaptação a novas mudanças e, conseqüentemente, controle emocional sobre a atual situação.

O desafio torna-se ainda maior quando a velhice chega carregada de culpas, como assinala Costa (1998): o processo pode adquirir um grau de gravidade que dependerá basicamente do tipo de personalidade previamente estabelecida no sujeito, isto é, se o ideal de velhice foi construído a partir de uma base de sentimentos de perfeição narcisista ou sentimentos de culpa.

Qualidades, valores, capacidade de ouvir e de compreender o outro são, na velhice, atributos presentes nos relacionamentos e se contrapõem à aparência física, bastante valorizada pelo meio e por outras etapas da vida. Freire (2002) afirma que em lugar de enfatizar somente as perdas do envelhecimento, é essencial dar ênfase às qualidades que acompanham essa idade, pois somente assim caminha-se para um envelhecimento satisfatório, visto como a capacidade de o indivíduo responder com flexibilidade aos desafios resultantes das mudanças que acontecem em seu corpo e no ambiente. A adaptação à velhice depende das capacidades individuais de suportar frustrações ou perdas, enfrentar o novo, amar maduramente ou conseguir a imprescindível segurança emocional. Portanto, dependendo da história do indivíduo, envelhecer não significa apenas perder coisas, mas ganhar serenidade, ponderação, prudência, certa capacidade de sublimação e equilíbrio.

É importante frisar que a elaboração dos limites e perdas no envelhecimento pressupõe o aparecimento prévio do desejo em sua plena onipotência. Isto é, a atitude de flexibilidade, de oscilação constante entre desejo e aceitação da impotência diante do inevitável. Ou processo de elaboração de pequenas mortes, presentes em todas as etapas da vida. Mas na velhice ela persiste todo o tempo, na morte do corpo. Por isso existem diversas reações à velhice e ao envelhecimento propriamente dito.

1.3. Envelhecimento social

O envelhecimento social revela valores, crenças, papel na família, no trabalho e nos grupos da comunidade. As modificações sociais são verificadas quando as relações sociais tornam-se alteradas em função da diminuição da produtividade e, principalmente, do estado físico e das condições econômicas, sendo a alteração social mais evidente em países cujas desigualdades sociais ainda se fazem presentes.

Papaléo Netto (2002) ressalta que no Brasil, em média, o problema social do envelhecimento é maior que o biológico, por causa do isolamento social do idoso decorrente de sua condição socioeconômica, podendo estar associada a múltiplas afecções, que por sua vez podem levar à perda de autonomia e independência. O conflito de gerações, em que ocorre a intolerância pelos mais velhos e destes pelos mais jovens, é mais um dos fatores que contribuem para o isolamento social do idoso.

Segundo a Organização Mundial de Saúde (2002), os fatores essenciais do ambiente social que estimulam a saúde, participação e segurança, à medida que as pessoas envelhecem, são apoio social, oportunidade de educação e aprendizagem, paz e proteção contra a violência e maus-tratos. O apoio social inadequado está associado não apenas ao aumento da mortalidade, mas à diminuição da saúde e bem-estar.

A manutenção da autonomia e da independência enquanto se envelhece é objetivo fundamental para os indivíduos e gestores de políticas sociais. O envelhecimento ocorre no contexto social, entre amigos, colegas de trabalho, vizinhos e familiares. Por essa razão, a interdependência e a solidariedade entre gerações são fundamentais para o envelhecimento.

Para isso, é importante combater os mitos associados ao envelhecimento, primeiramente com trabalho de educação e esclarecimento à população, sobre as realidades a respeito do envelhecimento, com informações adequadas sobre o que vem a ser esse processo do ponto de vista biológico, econômico etc. É também fundamental o reconhecimento da diversidade da população idosa e das múltiplas influências dessas na saúde e no funcionamento de cada idoso (PAPALÉO NETTO et al., 2002).

Baltes & Carstensen (2003) ressaltam a necessidade de processos que levam à construção de condições ambientais e estilos de vida que conduzem a um bom envelhecimento. Para que isso ocorra, a preservação do potencial para o desenvolvimento do indivíduo é indispensável, como a plasticidade individual permitida pela idade e condições de saúde, educação e modo de vida. Na linha de raciocínio dos autores e daqueles que os seguem, como Neri e Cachioni (1999), envelhecer bem significa equilibrar limitações e potencialidades de cada um, selecionando os domínios prioritários de acordo com a demanda ambiental, capacidade, habilidades e motivações individuais.

Edith Motta (1998), ao falar do impacto da aposentadoria sobre a questão social do idoso, apresenta os principais indicadores do envelhecimento social. São eles:

a) *Progressiva diminuição dos contatos sociais*: o primeiro indicador é a visível e por vezes mensurável diminuição dos contatos sociais. Diminuem os contatos familiares, os contemporâneos, as visitas, as chamadas telefônicas, as cartas etc.

2. *Distanciamento social*: as gerações mais novas começam a se envolver em programas e atividades antes privilégio dos mais velhos e, por vezes, o fazem com maior perfeição e eficácia. Mais ainda, os jovens se engajam em atividades que inexistiam no tempo dos antepassados. Todos esses fatores propiciam, talvez inconscientemente, o afastamento das gerações.

3. *Progressiva perda do poder de decisão*: quando homens e mulheres aprenderam a analisar possíveis alternativas para as situações com as quais se defrontam e aprenderam, sobretudo a decidir sobre o que lhes parecia mais acertado; desejavelmente, tornaram-se capazes de enfrentar os resultados positivos e/ou negativos das escolhas feitas. Com o passar do tempo, os mais jovens, progressivamente, começam a “resolver” a vida dos mais velhos.

4. *Progressivo esvaziamento dos papéis sociais*: intimamente ligado à perda do poder de decisão e, quase simultaneamente, como causa e consequência está o progressivo esvaziamento dos papéis sociais.

5. *Gradativa perda de autonomia e independência*: o envelhecimento social, sob muitos aspectos, é decorrência do próprio envelhecimento físico, que resulta na perda de autonomia e independência.

6. *Alterações nos processos de comunicação*: uma das possíveis consequências da perda de autonomia, bastante comum, é a preocupação dos mais jovens em esconder dos mais velhos aqueles acontecimentos entendidos como capazes de gerar preocupações, aborrecimentos, emoções desnecessárias etc. Essas práticas, adotadas com o intuito de preservar o idoso, ao contrário, aceleram o envelhecimento social e dão lugar às mais variadas formas de ressentimentos e surgimento de um conjunto de singularidades consideradas típicas da idade avançada.

2. A RELIGIOSIDADE

A humanidade sofre com o desconhecimento das causas dos seus problemas. O sofrer remete à busca desesperada por soluções, por mitos e/ou crenças que propiciem curas milagrosas e soluções inesperadas para problemas previsíveis. Surge, então, a religião.

O que é religião, o que chamamos de religiosidade e espiritualidade?

A religião é processo relacional desenvolvido entre o homem e os poderes por ele considerados sobre-humanos, no qual se estabelece dependência ou relação de dependência. Essa relação se expressa por meio de emoções, como confiança e medo, de conceitos como moral e ética, e finalmente por meio de ações (cultos ou atividades preestabelecidas, ritos ou reuniões solenes e festividades). A religião é a expressão de que a consciência humana registra a sua relação com o inefável, demonstrando convicção nos poderes que lhes são transcendentais. A transcendência é tão forte que povoa a cultura humana em pleno século XXI, considerado a era do conhecimento.

Há teólogos que defendem a ideia de que “a existência de Deus é uma necessidade”, e outros “a necessidade”. Compreendemos que por meio da aceitação de Deus o ser humano atribui sentido metafísico aos fatos. Sentido que exorta para além do sensorial. Alguns homens se consideram capazes de estabelecer espécie de intermédio nessa dinâmica. E essa relação é o que se chama religião.

Assim, o que se vê institucionalizado em templos, congregações, igrejas e centros não é designado como religião, que é processo pessoal. Um sistema religioso se caracteriza por elementos que expressem religião. Todo e qualquer sistema filosófico e científico que contenha elementos de religião é um sistema religioso. Observamos diante disto que muitos fatos podem ser elementos de

religião. Livros sagrados, marcos e personagens históricos são fontes de religião, mas geram ou não geram religiosidade.

Sempre que a pessoa, de um modo ou de outro, busca o significado, não só da vida, mas dos acontecimentos, ou quando está empenhada na procura da justiça, verdade, beleza ou felicidade, é o sentido religioso que nela estará atuando. Outra característica do sentido religioso, além da sede de totalidade, é sua vinculação com a razão. Buscar beleza, justiça, felicidade e verdade exige do homem razão e lucidez. Eliade (1995) assinala que a dimensão religiosa existe no homem porque existe uma estrutura da consciência humana baseada na relação com Deus.

A experiência religiosa é mais do que simples fenômeno. Mas, antes de tudo, é modo singular do indivíduo, que emerge a partir da própria consciência de que o ser humano é ser finito que se descobre num mundo que não criou. É desenvolvida por meio de busca pessoal e nunca por imposição. Manifesta-se por meio de crença, de fé, e também em atitudes não relacionadas a uma religião.

No que diz respeito à inquietação humana em relação à própria finitude, a busca permanecerá. O homem se mantém em processo de procura constante da estabilidade e perfectibilidade, e caminhará, até a velhice, em direção ao ser supremo interno e externo, capaz de satisfazê-lo no afã de eternidade. O livro *Patriarcas e Profetas* diz que *nenhuma beleza exterior pode recomendar a alma a Deus. A sabedoria e a excelência reveladas no caráter e comportamento exprimem a verdadeira beleza do homem; e é o valor íntimo, a excelência do coração, o que determina nossa aceitação por parte do Senhor dos Exércitos.*

Quando a experiência religiosa é experimentada de forma coletiva, surge a religião, manifestação coletiva, geradora de fortes sentimentos de identidade entre os seus membros, criando unidade (cristianismo, judaísmo, islamismo etc.). Contudo, quando, no seio da coletividade, tenta-se “aprisionar” a experiência

religiosa, limitando-a ou regulamentando-a, colocando-a sob custódia, inicia-se o processo de institucionalização da mesma. Safra (2003) ressalta que a dimensão religiosa pode realçar outras dimensões do ser humano, como sociabilidade, afetividade e amor.

A religiosidade está ligada à experiência humana, ao jeito de viver, crer, pensar, desejar, relacionar-se com Deus e encarar o mundo e a própria vida. É exercício de interpretação da experiência humana e prática exclusiva da espécie humana. Maneira encontrada pela pessoa e humanidade para expressar sentimentos religiosos. Não há sociedade sem religião.

A religiosidade não tem a pretensão de exercer influência social, pois chega ao ser humano como resposta às questões existenciais da vida, com referenciais que transcendem a sociedade. Está mais associada à vivência particular, que desperta os homens para outras dimensões da realidade. A religiosidade, expressão da dimensão religiosa, é derivada da espiritualidade, própria do ser humano, mas moldada pela cultura, que possui duplo aspecto: expressa como exterioridade por meio das práticas devocionais, impulsiona a ver, crer e experimentar realidades inefáveis, e faz compreender a sua existência no mundo.

Espiritualidade vai além da religiosidade porque exprime consciência e certeza de um modo de viver. Não há fé simplista, mas fé de opção decidida; não apenas caminho ideológico/abstrato, mas caminho de vida concreta, jeito de ser e agir na vida, expressando atitude no existir. Não há espiritualidade sem religiosidade. Porém, há religiosidade sem espiritualidade. A espiritualidade dá verdadeiro sentido à religiosidade. O construto junguiano de espiritualidade é citado por Monteiro como

A dimensão que corresponde à abertura da consciência ao significado e à totalidade da vida, possibilitando uma recapitulação qualitativa do seu processo vital. (2006, p. 15)

Em outras palavras, perguntar-se sobre quem é, de onde veio e para onde vai, leva o ser humano a reconhecer a existência de forças além de si mesmo, precisando sentir-se apoiado e protegido. Nessa ótica, Jung diz que a pessoa religiosa tem vantagens no enfrentamento das dificuldades morais, sociais e políticas de seu tempo, porque está ancorada em uma fé superior. Alguns resultados indicam a relação salutar ou protetora à saúde, pois certas religiões advogam a favor de estilo de vida mais sadio: não fumar, não beber, não usar drogas, manter alimentação saudável, fazer exercícios físicos, como é a Igreja Adventista do Sétimo Dia.

A fé é fenômeno que chama a atenção de muitos pesquisadores, pois tem se tornado evidente que a fé capacita a viver mais e melhor. Nos Estados Unidos, diversas pesquisas constataram a relação entre fé e cura. Estudo da Faculdade de Medicina de Dartmouth revelou que a probabilidade de pacientes cardíacos morrerem após a cirurgia era 14 vezes maior entre aqueles que não encontravam conforto na religião. Em um prazo de seis meses após a cirurgia, 21 pacientes morreram – e entre os 37 que se declararam “profundamente religiosos” não ocorreu nenhuma morte.

Outra pesquisa, da Universidade de Duke, provou que a religião, de fato, faz bem à saúde. Os pesquisadores acompanharam um grupo de idosos que vai à igreja uma vez por semana, e ora ou lê a Bíblia pelo menos uma vez por dia. A surpresa foi que, entre os fiéis, a incidência de hipertensão é 40% menor do que entre grupos da mesma idade, mas sem a mesma fé. Diante desses dados, muitos pesquisadores, especialmente da área médica, têm repensado as posturas.

Izquierdo (2002, p. 124) diz em seu livro *Tempo de viver* que “muitos grandes pensadores e artistas, notavelmente muitos cientistas, depois de praticar às vezes durante décadas a irreligiosidade, a partir de determinado momento de sua maturidade tornaram-se pessoas de profunda espiritualidade”. Ainda segundo o autor, “aqueles que têm uma vida espiritual costumam ter mais qualidade de

vida do que aqueles que não a têm”. É consenso na área médica que a ação dos hormônios resultantes dos estímulos de fé ou posturas positivas ajudam no fortalecimento do organismo. A melatonina e as catecolaminas atuam diretamente sobre o sistema imunológico, responsável pelas defesas do corpo, contribuindo para a produção de suas células.

Tal reconhecimento levou a Organização Mundial de Saúde a adotar o conceito de espiritualidade citado por Neri (2005, p. 71):

Espiritualidade é o conjunto de todas as emoções e convicções de natureza não material que pressupõem que há mais no viver do que se pode ser percebido ou plenamente compreendido, remetendo o indivíduo a questões como o significado e o sentido da vida, não necessariamente a partir de uma crença ou prática religiosa. Reconhecendo sua importância para a qualidade de vida, a OMS incluiu a espiritualidade no âmbito dos domínios que devem ser levados em conta na avaliação e na promoção de saúde em todas as idades.

O conceito de espiritualidade, que deriva do latim *spiritus*, significa “sopro”, em referência ao sopro da vida. A partir da etimologia da palavra, Elkins refletiu sobre seu significado, e suas meditações são citadas por Sommerhalder e Goldstein (2006, p. 1307). A palavra espiritualidade, além de sopro,

Envolve também o sentimento de gratidão pela vida, o desenvolvimento de ver o sagrado nos fatos comuns, de remeter a uma questão universal referente ao significado e ao propósito da vida, de ter fé, de amar, de perdoar, de adorar, de transcender o sofrimento e de refletir sobre o significado da vida.

Para Sommerhalder e Goldstein (idem, p. 1307), há diferenças entre espiritualidade e religiosidade. Segundo as autoras, enquanto “a espiritualidade remete a uma *reflexão sobre*, a religiosidade remete a uma *relação com*. Essa relação pode ser com Deus, com entidade ou ser superior diferentemente nomeado”. Assim definem religiosidade:

A palavra religião vem do latim religare, que significa religar, restabelecer a relação entre Deus e os homens. Portanto, religiosidade refere-se a comportamentos e crenças associados à religião. [...] as religiões possuem um código de ética que rege o comportamento e dita valores morais. Muitas religiões baseiam suas crenças num ser supremo ou num Deus que deve ser reverenciado, e as pessoas devem viver de acordo com os seus ensinamentos.

As autoras apresentam ainda à discussão a definição de Maugans, para quem a “religiosidade é uma doutrina e um sistema de culto, compartilhados por um grupo de pessoas, com características comportamentais, sociais, doutrinárias e com valores específicos” (SOMMERHALDER e GOLDSTEIN, idem, p. 1308).

A partir dessas definições, as diferenças entre ambos os conceitos ficam mais claras. Entendemos que religiosidade está mais ligada a questões institucionais estabelecidas e estruturadas, e espiritualidade relacionada a questões vivenciais, atitudes e busca de significados. No entanto, em ambos os conceitos está implícita a busca de valores e sentidos para a vida por meio do sagrado.

Captar que há algo que transcende leva muitas pessoas a serem membros ativos de um grupo religioso, considerado um dos mais importantes laços sociais, ao lado da família e amigos, pois oferece dois tipos de suporte: emocional (compartilhar sentimentos, compaixão ou encorajamento) e instrumentais (auxílio em tarefas, suporte material ou financeiro). A busca pelo cuidado integral da pessoa engloba aspectos espirituais e religiosos.

O Brasil é considerado um país religioso. O censo de 2000, do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE), assinala que 73% da população brasileira pertenciam à religião católica, e cerca de 15% à religião evangélica (de missão e pentecostais). Os demais pertenciam a outras religiões, como espiritismo, umbanda, judaísmo e islamismo. Ante esse fenômeno, Goldstein e Neri (2002) propuseram-se a estudar a religiosidade como dimensão objetiva e

subjettiva relacionada à satisfação na vida de pessoas adultas e idosas. Os resultados indicam que com o avançar da idade há maior percepção do aumento da religiosidade, e aumento de práticas religiosas na velhice.

O crescimento das igrejas evangélicas é cada vez maior no Brasil. Estimativa contida no Atlas de Filiação Religiosa e Indicadores Sociais da Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (PUC-RJ) para 2010 indica que o número de evangélicos deve crescer de 15,45% da população, conforme o Censo de 2000, para 26,4%. Entre os católicos a tendência é de queda: de 73,8% para 59,4% no próximo censo.

Com base nos dados estatísticos oficiais e, sobretudo, a partir das observações, frequência a centenas de cultos e entrevistas com líderes religiosos, fiéis e ex-fiéis, das mais diversas correntes das igrejas evangélicas, o pesquisador Adilson José Francisco analisou a relação existente entre as mudanças socioculturais recentes e os trânsitos que ocorrem entre algumas denominações religiosas. Em seu estudo verificou que as igrejas evangélicas são divididas em correntes: as tradicionais (batista, presbiteriana, luterana); aquelas que não são classificadas pelos pesquisadores como evangélicas por adotarem os escritos dos fundadores como revelação (Adventista do Sétimo Dia, Igreja de Jesus Cristo dos Santos dos Últimos Dias); as pentecostais (Assembleia de Deus, Congregação Cristã, Deus é Amor); e as neopentecostais (Igreja Universal do Reino de Deus, Igreja Internacional da Graça, Renascer em Cristo, Sara Nossa Terra). As neopentecostais são as que mais crescem em número de fiéis, o que pode ser explicado porque, diferentemente das pentecostais, que determinam padrões de viver, como tamanho da saia e ausência de maquiagem, a visão das neopentecostais é outra. A TV é um dos principais recursos de evangelização das neopentecostais, como a Universal do Reino de Deus e a Internacional da Graça.

Em todas elas há o dízimo – seu conceito é bíblico, está no livro de Malaquias e significa a décima parte do que a pessoa ganha -, pois conforme os

fiéis, tudo o que a pessoa tem é graça doada pelo próprio Deus. A Igreja Católica tem seus momentos de ofertas na missa, mas não determinou o percentual do dízimo. Nas evangélicas tradicionais e pentecostais, o percentual é de 10%.

A pesquisadora Pegoraro de Freitas (2010) decidiu investir em pesquisas sobre religiosidade, a fim de verificar sua relevância para a promoção de uma velhice satisfatória. Em seu estudo, intitulado *Espiritualidade e sentido de vida na velhice tardia*, entrevistou oito mulheres, de 82 a 98 anos, observando que em todas elas a espiritualidade se mostrou fator contribuinte fundamental à elaboração do sentido de vida na velhice.

Todas enfrentam ou enfrentaram situações delicadas e até graves de ordem física, superadas com determinação e fé, em direção à recuperação que lhes permite continuar a viver, cumprindo seus propósitos. Todas apresentam perda auditiva em diferentes graus. Algumas já enfrentaram AVE e problemas cardíacos (uma delas já teve cinco enfartes), problemas renais, hipertensão, diabetes, fibromialgia. Duas sofrem as consequências da artrose [...]. O mais incrível nessas mulheres é a coragem para enfrentar o sofrimento. Elas encontram situações adaptativas incríveis [...]. Sempre, em todas as dificuldades, a espiritualidade está presente como fator indispensável não só no enfrentamento das mesmas, como também – e principalmente – como colaboradora de sentido para suas vidas. (2010, p. 130)

Ter espiritualidade e/ou pertencer a uma religião e dar importância a ela parece representar mecanismos de apoio importantes às pessoas idosas no enfrentamento de seus problemas cotidianos, contribuindo para uma maior satisfação com a vida e menor sentimento de desamparo e desesperança. As entidades religiosas formam um espaço institucional de grande relevância para as pessoas idosas. Muitas declaram que seus amigos estão entre os membros da igreja que frequentam. Isso coloca as congregações religiosas como importantes fontes de suporte social. Altos níveis de religiosidade costumam associar-se ao bem-estar físico, esperança, otimismo e enfrentamento de problemas, além da redução do estresse e depressão.

A satisfação com a vida está ligada ao sentido que a ela se dá. Pegoraro de Freitas lembra que a partir dos anos 80 cresceu o interesse de estudiosos sobre questões de busca de sentido para a vida, “uma vez que elas pareciam exercer uma influência direta no enfrentamento de situações de perdas e de luto e, também, na vontade de viver de pessoas idosas” (2010, p. 56).

Um dos autores que mais estudaram o assunto foi Viktor Emil Frankl (1905-1997), médico, psiquiatra e doutor em Filosofia e Psicologia, que passou pela trágica experiência como prisioneiro em campos de concentração nazistas, onde perdeu sua mulher, a mãe, pai e irmão. Ali, ao questionar onde estava a liberdade humana, descobriu-a na liberdade espiritual, aquela que ninguém tira e que permite ao ser humano uma escolha de atitude em meio a tanto sofrimento (Frankl, 2006b).

No livro *A presença ignorada de Deus*, Frankl (2006a, p.21) fala de uma “fé inconsciente” e de “inconsciente transcendental”, que inclui a dimensão religiosa. Para ele, quando a fé, em escala individual, atrofia-se, transforma-se em neurose; e na escala social, degenera. Ao falar sobre a esperança de vida, Frankl comenta que *somente a pessoa espiritual estabelece a unidade e totalidade do ente humano*. Segundo o autor, ao se saber o “porquê” da sua existência, da sua missão, pode-se suportar o *como*, que promove o sentido da vida. E, segundo ele, buscar sentido é privilégio do ser humano.

O sentido é, pois, uma silhueta que se recorta contra o fundo da realidade. É uma possibilidade que se destaca luminosamente, e é também uma necessidade. É aquilo que é preciso fazer em cada situação concreta; e esta possibilidade de sentido é sempre, como a própria situação, única e irrepetível. (FRANKL, 2003, p. 28)

Sentido que muitas vezes é dado pela fé e espiritualidade. A esse respeito, Tony Blair, no artigo *O papel da fé para o êxito da globalização*², reflete sobre a importância da fé e da espiritualidade no mundo globalizado, assinalando, entre outras razões, as que seguem: a fé religiosa pode atuar de modo positivo, apoiando, por exemplo, as metas de desenvolvimento do milênio estabelecidas pela ONU. Para funcionar com eficiência, a globalização precisa de valores como confiança, fé, abertura e justiça. A fé não é o único meio, mas é importante para proporcionar estes valores, quando a própria fé se abre e não se fecha, quando se baseia na compaixão e na ajuda aos outros e não numa identidade única. A fé e seus valores são muito importantes, o capital espiritual é parte fundamental do capital social. E um mundo sem um capital espiritual é perigoso de se viver.

2.1. Longevidade e religião: crenças da Igreja Adventista do Sétimo Dia

A Igreja Adventista do Sétimo Dia é denominação religiosa que se distingue pela observância do Sábado³. O termo "*adventista*" refere-se à crença no advento, ou seja, na segunda vinda de Jesus Cristo à Terra e no Dom de Profecia. É a oitava maior organização internacional de cristãos. A Igreja surgiu a partir do Movimento Millerita⁴ nos Estados Unidos, durante a primeira metade do século XIX. A denominação foi formalmente criada em 1863. Entre seus fundadores está Ellen G. White, cuja extensa obra é tida pela denominação como inspirada por Deus.⁵

² Publicado no jornal *O Estado de S. Paulo*, em 21 de dezembro de 2008.

³ O termo "*sétimo dia*" é referência à crença do sétimo dia da semana como sendo o dia da semana que Deus estabeleceu para o descanso físico e espiritual do homem, o sábado. Por fundamentação bíblica e etimológica, é considerado o último dia da semana, seguindo-se à sexta-feira e precedendo o domingo. É um dia de oração e de descanso para judeus e cristãos sabatistas, como os Adventistas do Sétimo Dia.

⁴ O millerismo compreende um conjunto de ideias religiosas que derivam dos ensinamentos de William Miller, no século XIX.

⁵ Ellen White foi uma mulher que dedicou sua vida à Igreja Adventista. Sua principal fundadora, participou da organização e institucionalização. Depois da Bíblia, é considerada a maior fonte de inspiração da Igreja. Durante sua vida escreveu muitos artigos e livros. Há vários questionamentos sobre suas obras, suas visões e como ela, uma pessoa sem formação acadêmica, pôde ter obra literária tão vasta. Seus escritos abrangem ampla variedade de tópicos, incluindo religião,

Grande parte da teologia dos Adventistas do Sétimo Dia corresponde aos ensinamentos protestantes tradicionais, como a Trindade⁶ e a Infallibilidade bíblica⁷. Os Adventistas também possuem ensinamentos distintos de outras denominações protestantes, como o estado inconsciente dos mortos⁸ e a doutrina de um juízo investigativo ocorrendo no céu. A Igreja também é conhecida por sua ênfase na alimentação e saúde, por sua compreensão indivisível de corpo, mente e alma, pela promoção dos princípios e estilo de vida conservadores.

A Igreja Adventista no mundo é regida por uma Conferência Geral, com pequenas regiões administradas por Divisões, Uniões e Associações e Missões locais. Possui atualmente mais de 16 milhões de membros, presente em mais de 200 países e territórios, e é étnica e culturalmente diversificada. A Igreja opera numerosas escolas, hospitais e editoras em todo o mundo, e uma proeminente organização de ajuda humanitária conhecida como Agência Adventista de Desenvolvimento e Recursos Assistenciais, organização não governamental (ONG) de âmbito mundial de desenvolvimento e ajuda humanitária, presente em mais de 120 países, entre os quais o Brasil. Embora iniciada, financiada e sustentada pela Igreja Adventista do Sétimo Dia, não há a prática de proselitismo, e a participação ou adesão à referida Igreja não são pré-requisitos para ser participante ou beneficiário dos projetos.

Os Adventistas do Sétimo dia aceitam a Bíblia como sua única regra de fé e mantém 28 Crenças Fundamentais como o ensino das Escrituras Sagradas. A aceitação dessas 28 crenças é um pré-requisito para a adesão à Igreja. Os adventistas ressaltam que essas crenças não são para serem lidas ou recebidas

educação, saúde, relações sociais, evangelismo, profecias, trabalhos de publicação, nutrição e administração. Ver www.centrowhite.org.br.

⁶ Doutrina acolhida pela maioria das igrejas cristãs que professa a Deus único preconizado em três pessoas distintas: Pai, Filho e Espírito Santo.

⁷ Expressão teológica que descreve a crença de que a Bíblia é isenta de erros em temas de fé e prática. Há sutil diferença com relação à doutrina da inerrância, segundo a qual a Bíblia não contém erros de espécie alguma.

⁸ Crença de que a alma morre, e que o "sono" da morte é inconsciente.

como um “credo”. Vale lembrar que nem todos os ensinamentos são totalmente exclusivos dos adventistas. Entre eles ressaltamos as seguintes:

Lei (crença 19) – Os grandes princípios da lei de Deus são incorporados nos Dez Mandamentos dados no Sinai. A chamada Lei Moral é eterna, possuindo validade ainda hoje para os cristãos.

Sábado (crença 20) - O quarto mandamento da lei de Deus requer a observância do sábado como dia de descanso, adoração e ministério. Deve ser observado no sétimo dia da semana, especificamente, a partir de sexta-feira, do pôr do sol até o pôr do sol do sábado.

Segunda Vinda e o Tempo do Fim (crenças 25 a 28) - Jesus Cristo voltará visivelmente à terra depois do “tempo de angústia”, durante o qual o sábado será um teste para todo o mundo. A segunda vinda será seguida por um reinado milenar dos santos no céu. A escatologia adventista baseia-se no método historicista de interpretação profética.

Holística da natureza humana (crenças 7 e 26) - Os seres humanos são uma unidade indivisível de corpo, mente e espírito. Eles não possuem uma alma imortal, e a morte é um sono inconsciente (mortalismo cristão, vulgarmente conhecido como "o sono da alma").

Imortalidade condicional (crença 27) - Os ímpios não sofrerão tormento eterno no inferno, mas serão definitivamente destruídos.

O Grande Conflito (crença 8) - A humanidade está envolvida em uma "grande controvérsia" entre Cristo e Satanás. Esta é uma elaboração da teoria cristã comum, segundo a qual o mal começou no céu quando um ser angelical (Lúcifer) se rebelou contra a Lei de Deus.

Santuário Celestial (crença 24) - Na sua ascensão, Jesus Cristo deu início a um Ministério expiatório no Santuário Celestial. Em 1844, iniciou o processo de purificação do santuário celestial, em cumprimento do Dia da Expição.

Juízo Investigativo (crença 24) – O julgamento dos professos cristãos começou em 1844, quando os livros de registro são examinados para todo o universo ver. O júízo investigativo vai afirmar quem receberá a salvação, e reivindicará a justiça de Deus perante a humanidade.

Remanescente (crença 13) – Haverá no fim dos tempos um remanescente que guarda os mandamentos de Deus e tem o "testemunho de Jesus" (Apocalipse 12:17). Esse remanescente anunciará a "Mensagem dos três anjos" de Apocalipse 14:6-12 para o mundo.

Espírito de Profecia (crença 18) - O Ministério de Ellen G. White é frequentemente chamado de "Espírito de Profecia". Seus escritos são considerados contínua e autorizada fonte de verdade e proporcionam orientação, instrução e correção, embora esteja sujeito à Bíblia, a mais alta autoridade da fé para a Igreja.

As doutrinas adventistas se assemelham à teologia protestante trinitariana, com ênfase no Pré-milenismo e no Arminianismo. Os adventistas também defendem a infalibilidade bíblica, a expiação substitutiva, a ressurreição dos mortos e a Justificação pela fé. Essas crenças fazem da Igreja Adventista uma igreja evangélica. A igreja também possui outras crenças em comum com algumas outras igrejas cristãs que acreditam no batismo por imersão e na criação em seis dias literais (o movimento criacionista moderno começou com o Adventista George McCready Price, que foi inspirado por uma visão de Ellen White).

Desde a fundação da Igreja Adventista, ela tem dado ênfase à integridade do corpo e saúde⁹. Os adventistas são conhecidos por apresentarem uma mensagem de saúde que recomenda a seus membros o vegetarianismo e fazerem adesão às leis de saúde encontradas em Levíticos 11. A obediência a essas leis significa abstinência de carne de porco, frutos do mar e outros alimentos tidos como *impuros*. A Igreja também desestimula os seus membros a fazerem uso de álcool, tabaco e outras drogas lícitas e ilícitas. Além disso, os adventistas evitam café, chá preto, Coca Cola, Pepsi e outras bebidas que contenham cafeína. A ênfase da Igreja na saúde, na dieta vegetariana e na observância do sábado vem sendo apontada por pesquisadores como fator primordial para a longevidade adventista.

Os pioneiros da Igreja Adventista influenciaram na implantação de cereais na dieta ocidental. O moderno conceito comercial de alimentos cereais originou-se entre os adventistas.¹⁰ Uma pesquisa financiada pelo National Institutes of Health mostrou que o adventista médio vive na Califórnia de 4 a 10 anos mais do que o californiano médio. A pesquisa, conforme reportagem de capa da edição de novembro de 2005 da National Geographic, afirma que "os adventistas vivem mais tempo porque não fumam nem fazem uso de bebida alcoólica, mantêm o descanso semanal, preocupam-se em manter uma vida saudável e mantêm uma dieta vegetariana rica em frutas e feijão, além de possuir baixo teor de gordura". A coesão de redes sociais adventistas também foi apresentada pela reportagem "como uma explicação da sua vida útil e prolongada".

⁹ A definição de saúde possui implicações legais, sociais e econômicas dos estados de saúde e doença. A definição mais difundida é a encontrada no preâmbulo da Constituição da Organização Mundial da Saúde: saúde é *um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas a ausência de doenças*.

¹⁰ John Harvey Kellogg foi um dos pioneiros que trabalharam na área da saúde. Seu desenvolvimento de cereais como alimento saudável levou à fundação da companhia Kellogg's, administrada pelo seu irmão William. Na Austrália e na Nova Zelândia, a Igreja é proprietária da *Sanitarium Health Food Company*, uma das fabricantes líderes de produtos relacionados à saúde e ao vegetarianismo. No Brasil, os adventistas administram a Indústria Adventista de Produtos Naturais (Superbom).

Em 2005, foi lançada a obra *The Blue Zones: Lessons for Living Longer*,¹¹ pelo repórter Dan Buettner's, a qual fala da longevidade humana. Ele escreve sobre as pessoas que vivem por muito tempo, entre eles os habitantes de Loma Linda, cidade situada na zona sul da Califórnia, onde se encontra grande concentração de adventistas do sétimo dia, que seguem os preceitos adventistas, especialmente aqueles relacionados à alimentação e à atividade física. Trata-se de uma cidade que apresenta maiores índices de longevidade humana. Várias reportagens ali foram feitas,¹² assim como estudos científicos.

O artigo *Redefinindo paradigmas equivocados da saúde: sua influência na prática médica e política pública de saúde*, de Miranda-Massari et al. (2007)¹³, cita que a incorporação de elementos simples como parte de um plano de modificação comportamental pode ter consequências significativas no aumento da expectativa de vida de uma população. Ele cita o estudo que enfocou cinco fatores de estilo de vida em uma população pertencente à Igreja Adventista do Sétimo Dia, no Estado de Califórnia: 1) se tinham a prática regular de exercícios; 2) se eram vegetarianos; 3) se tinham passado como fumantes; 4) se mantinham peso saudável; 5) se comiam porção pequena de nozes cinco a seis vezes por semana. Os autores citam que o impacto de cada um desses hábitos na longevidade, tanto de forma separada como em combinação, foi estudado. A pesquisa revelou que a expectativa de vida de uma mulher adventista vegetariana de 30 anos de idade é de 85,7 anos, e de um homem adventista vegetariano é de 83,3 anos. Estes valores são superiores à expectativa de vida dos californianos em 6,1 anos para as mulheres e 9,5 anos para os homens. As mulheres adventistas não vegetarianas no grupo tinham expectativa de vida de 84 anos, e nos homens não vegetarianos esta era de 81 anos (Adventist News Network, 2006).

¹¹ Editado pela editora Hardcover, EUA.

¹² Uma delas pode ser vista em <http://oanfitriao.blogspot.com/2010/07/longevidade-na-california.html>. No Brasil, o [SBT Realidade](#)[29] e o [Fantástico](#) [30] fizeram reportagens sobre o estilo de vida adventista.

¹³http://www.pahef.org/success_stories/ethos_iv/portuguese/13RedefinindoParadigmasEquivocado sDaSade.pdf

Para Colditz (2004), este é só um dos vários exemplos em que se ilustra, na literatura científica, como modificações simples têm sérias implicações positivas na sobrevivência dos indivíduos. E 70% dos casos de câncer seriam evitados se as pessoas deixassem de fumar (o cancerígeno mais conhecido e mortal de todos); se a alimentação tivesse mais fibras, se as pessoas não ficassem expostas ao sol irracionalmente, se fossem realizados exames retais e do cólon e exames regulares exame de mama e colo de útero no caso das mulheres, e exame de próstata nos homens. Aliás, este último, publicado no *Journal of Clinical Epidemiology*, comprovou que se tornar membro da Igreja o mais cedo possível e assistir regularmente os serviços de culto prolonga a vida na população masculina, certamente pela incorporação precoce de fatores que contribuem para a longevidade.

O estilo adventista de viver parte do princípio que seu corpo é o templo do Espírito Santo, ou seja, um empréstimo de Deus, o que significa não fumar, não abusar do álcool e doces. Seguidores mantêm dieta vegetariana baseada em frutas, legumes, feijões e nozes, além de praticar exercícios físicos. Eles são muito centrados na família e na comunidade. Ressalte-se que a Igreja Adventista nasceu na mesma época das reformas na saúde no século 19, o que lhe possibilitou unir saúde e religião, como lembra a fundadora em seu livro *Medicina e Salvação*: “Os adventistas do sétimo dia devem tornar-se conhecidos no mundo pelos avançados princípios da reforma de saúde que nos foi dada por Deus” (WHITE, 1995, p. 187).

2.2. A adesão à Igreja

Entre os adventistas do sétimo dia há quatro níveis organizacionais, desde o crente individual até a Organização mundial do trabalho da Igreja:

- 1 – A igreja local, corpo organizado e unido, de crentes individuais.
- 2 – A Associação ou Missão local, corpo organizado e unido, de igrejas em um Estado, Província ou território.

3 – A União-Associação ou União Missão, corpo unido de associações, Missões ou Campos, dentro de território maior.

4 – A Associação Geral, a maior unidade da organização, que abrange todas as Uniões em todas as partes do mundo. As Divisões são seções da Associação Geral, com responsabilidade administrativa a elas atribuída em determinadas áreas geográficas (Manual da Igreja Adventista do Sétimo Dia, 2004 p. 26).

O pré-requisito essencial para a adesão à Igreja Adventista é o batismo por imersão, caracterizado pela imersão total em água. De acordo com o manual da Igreja, esse batismo deve ocorrer somente depois que o candidato tiver sido submetido à instrução correta sobre o que a Igreja acredita. A Igreja é uma das organizações de crescimento mais rápido do mundo, principalmente por causa do aumento de participação no desenvolvimento e ajuda das nações.

A Igreja tem sido descrita como espécie de rede social, considerada "extensão da família", fazendo parte efetivamente da teoria dos "seis graus de separação" dentro da denominação. Milgram (1967) criou a teoria de que, no mundo, são necessários no máximo seis laços de amizade para que duas pessoas quaisquer estejam ligadas. No estudo, feito nos Estados Unidos, buscou-se, pelo envio de cartas, identificar o número de laços de conhecimento pessoal existente entre duas pessoas quaisquer. Cada pessoa recebia uma carta identificando a pessoa alvo, e deveria enviar uma nova carta para a pessoa identificada, caso a conhecesse, ou para uma pessoa qualquer de suas relações que tivesse maior chance de conhecer a pessoa alvo. A pessoa alvo, ao receber a carta, deveria enviar uma carta para os responsáveis pelo estudo. A popularidade dessa teoria é provada pelo uso das redes de relacionamento como o Orkut.

A Igreja Adventista, por meio do Ministério do Idoso, vem cumprindo alguns dos seus objetivos propostos, ao pretender unir, integrar e promover a pessoa idosa na sociedade contemporânea, a partir de sua singularidade e especificidade. Os idosos são incentivados a participar e se integrar nas mais diversas atividades

religiosas nas igrejas adventistas da cidade de São Paulo. Entre os esforços para se atingir esse propósito estão:

- a) Conscientizar o idoso a ser ativo, para ter um bom envelhecimento;
- b) Conscientizar quanto à necessidade de investir nele mesmo;
- c) Despertar-lhe o desejo de comunicar-se com os outros;
- d) Levá-lo a participar de atividades em grupo;
- e) Fazê-lo examinar-se, a ver se descobre aptidões esquecidas ou talentos que não foram usados antes, porque foram escondidos, ou ele não teve oportunidade de realizá-las;
- f) Continuar dando-lhes representatividade.
- g) Fomentar a estima em si próprio.

O trabalho com idosos dentro da Igreja Adventista requer o mais amplo envolvimento e a maior atenção, sabendo-se que todas as atividades em grupo são um meio eficaz de promover a união, estreitar amizades e difundir o amor entre as pessoas integrantes do grupo. Da parte de quem se envolve nesse trabalho altruísta exige que seja dinâmico, carismático, cristão autêntico, para auxiliar o idoso por preceito e exemplos. Entende-se que o testemunho pessoal à pessoa idosa irá tirá-la do isolamento e apatia.

Para alcançar as metas propostas e os objetivos do trabalho, as igrejas adventistas da metrópole têm programação mensal básica, a qual consiste em palestras educativas, encontros de confraternização, comemoração de aniversários, debates, formação de coral ou conjunto musical, cursos diversos, todas as atividades compatíveis com as condições gerais das pessoas idosas e com o que lhe seja agradável.

3. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS E RESULTADOS

A definição do método utilizado para este trabalho se deu no decorrer da experiência de trabalho com grupos de idosos adventistas e no decorrer do próprio estudo que objetivou conhecer se a Igreja Adventista do Sétimo Dia contempla ou não a pessoa idosa no seu cotidiano pessoal e social. Por isso, identifico-me com Hegenberg (1996, p.115), quando diz que a metodologia é o “caminho pelo qual se chega a determinados resultados, ainda que esse caminho não tenha sido fixado de modo refletido e deliberado”.

Um dos motivos para isso foi encontrado no texto *A imaginação sociológica*, de C. Wright Mills, no qual o autor enfatiza e valoriza a experiência social do pesquisador e o processo do que chama de artesanato intelectual, compreendendo, desde os primeiros dados, todo o percurso do pesquisador. A vivência de atividades com idosos, incluindo-os em experiências de vida, acrescidos de um saber intelectual no decorrer do curso da pesquisa, além da valorização de todo o processo com suas implicações na busca de melhores procedimentos capazes de produzir resultados, fez-me uma artesã desta pesquisa.

Por vivenciar a prática religiosa desde criança, e questionar se a mesma contempla a velhice, etapa na qual a pesquisadora deste trabalho também se encontra, identifico-me mais uma vez com Mills, quando o autor diz:

Os pensadores mais admiráveis, dentro da comunidade intelectual que escolheram, não separam seu trabalho de suas vidas. Encaram a ambos demasiado a sério para permitir tal dissociação, e desejam usar cada uma dessas coisas para o enriquecimento da outra. (1965, p. 211)

A minha inserção na temática da religiosidade e do envelhecimento, objeto desta investigação, leva a tomar emprestada a expressão “adequação subjetiva”,

de May (2004), que indica lugar, tempo, linguagem, espaço, entre outros, como elementos constituintes da interpretação da pesquisa.

3.1. A pesquisa

Neste trabalho encontrei na abordagem qualitativa respaldo para lidar com as questões subjetivas, inerentes às diferentes maneiras de envelhecer, estabelecendo uma visão que assegurasse a não generalização da velhice. A possibilidade de compreensão da realidade em sua complexidade, como produção humana, permitiu aprofundar pontos que aparecem de várias maneiras, possibilitando a interpretação dessas questões, sem perder de vista o rigor científico.

A pesquisa em pauta caracteriza-se como trabalho de natureza teórico-empírica. Compreende também referenciais teóricos da Gerontologia, das Ciências da Religião e dados da realidade, assentados em um objeto de estudo. Foram adotados procedimentos metodológicos próprios da pesquisa qualitativa, a qual trabalha com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, e corresponde a um espaço mais profundo das relações, processos e fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis desenvolvidas com aplicação de questionários fechados (MINAYO, 2002, p. 21).

Optamos pela pesquisa qualitativa na tentativa de que ela abrangesse os vários aspectos deste estudo. Essa perspectiva pretende vincular pensamento e ações, teoria e prática. Minayo afirma que *nada pode ser intelectualmente um problema, se não tiver sido, em primeiro lugar, um problema de vida prática* (2002, p.17), o que parece sugerir que a reflexão teórica deve partir de vivência na prática. Por isso, a pesquisa qualitativa aprofunda-se no mundo dos significados das ações e relações humanas. Procuramos, deste modo, focalizar a realidade do

envelhecimento nas Igrejas, nos aproximando dos significados da velhice e da influência que os mesmos devem exercer em seu meio.

Os procedimentos seguidos permitiram aos participantes responder às perguntas de caráter anônimo, sentindo-se mais à vontade para expressar o que realmente sabem sobre a questão. A entrevista seguiu roteiro de 11 perguntas abertas, e foi feita a 10 pessoas idosas, 6 mulheres e 4 homens, de diversos graus de escolaridade, com 60 anos e mais, membros de duas igrejas adventistas, localizadas na metrópole de São Paulo (Liberdade e Brooklin). Nesta pesquisa passaram a ser identificadas de Sujeito 1 a 10.

As respostas dos questionários foram gravadas em fitas cassete, com permissão dos entrevistados, que preencheram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, para se sentirem mais tranquilos, responderem o que realmente pensavam, sem se preocupar com a escrita. Posteriormente as fitas foram transcritas na íntegra.

O Brooklin é um bairro nobre, pertencente ao distrito de Itaim Bibi, em São Paulo, capital do Estado brasileiro homônimo. Limita-se com os bairros de Vila Olímpia, Moema, Campo Belo, Jardim Panorama, Real Parque e Vila Cordeiro. Originalmente chamado de Brooklin Paulista, o bairro cresceu até se separar hoje entre Brooklin Velho e Brooklin Novo. Atualmente é conhecido por ser um dos bairros mais valorizados da cidade, com grandes conjuntos empresariais e agitada vida noturna. O bairro nobre abriga edifícios residenciais de luxo, várias sedes de empresas multinacionais, canais de televisão e consulados. Nele estão exemplos da arquitetura moderna brasileira. É um dos bairros que mais recebem lançamentos imobiliários da cidade.¹⁴

A Liberdade é um bairro turístico da cidade de São Paulo, localizado parte no distrito da Liberdade e parte no distrito da Sé. É conhecido como o maior

¹⁴ Ver [http://pt.wikipedia.org/wiki/Brooklin_\(bairro_de_S%C3%A3o_Paulo\)](http://pt.wikipedia.org/wiki/Brooklin_(bairro_de_S%C3%A3o_Paulo))

reduto da comunidade japonesa na cidade, a qual, por sua vez, congrega a maior colônia japonesa do mundo, fora do Japão. Com o tempo, o bairro passou a ser procurado também por chineses e coreanos, passando a ser conhecido como "bairro oriental", recebendo decoração no estilo oriental, com a instalação de lanternas Suzurantô. O bairro atrai muitos japoneses e nipo-brasileiros, pelo comércio de roupas, alimentos, utensílios, festas típicas (que também atraem não descendentes).¹⁵

O diálogo com os entrevistados foi espontâneo e enriquecedor, e a relação foi de simpatia em toda a pesquisa. É importante ressaltar que os sujeitos da pesquisa têm proximidade com a pesquisadora por ter participado, em anos anteriores, de algumas atividades com os idosos das mesmas igrejas, e que este fator contribuiu para a obtenção dos dados aqui estudados.

Tavares (2008, p. 164) diz que a construção do conhecimento formado pela relação entre pesquisador/pesquisado, com todos os envolvidos direta ou indiretamente na pesquisa, não deve ser autoritária ou de forma totalmente espontânea. Mas deve haver envolvimento e diálogo. É ação ativa e crítico-reflexiva, baseada em um projeto educativo participativo, para não ser banalizado, gerando certo voluntarismo por parte do pesquisador. A ação crítica desse pesquisador, se equiparada a um entendimento de metodologia de pesquisa, pode operar a independência de regime opressivo no cenário da pesquisa.

Os locais das entrevistas foram combinados com as diretoras do Departamento da Terceira Idade, nas respectivas igrejas. Assim, no dia marcado das reuniões regulares com os idosos participantes do programa dirigido às pessoas idosas, poderiam se preparar para ficar mais tempo, após o término da reunião do grupo. No início da reunião todos se apresentaram. Com destaque, a diretora do grupo me apresentou. Em seguida, após o objetivo da pesquisa e as explicações para o preenchimento, inclusive do Termo de Consentimento,

¹⁵ Ver [http://pt.wikipedia.org/wiki/Liberdade_\(bairro_de_S%C3%A3o_Paulo\)](http://pt.wikipedia.org/wiki/Liberdade_(bairro_de_S%C3%A3o_Paulo))

iniciamos a aplicação da pesquisa com os participantes do programa, que, de forma espontânea, inscreveram-se para participar. Por se tratar de estudo qualitativo, o roteiro teve caráter orientador e não limitante, de modo a possibilitar o surgimento dos mais variados aspectos relativos ao tema Envelhecimento e Religiosidade.

Ao buscar o significado da fala dos idosos procurei compreendê-los no seu contexto vivido na Igreja, como rede de relações entrelaçadas. Fala-se aqui de cultura, ou de estrutura na organização das sociedades que, segundo Clifford Geertz (1978), trata-se de padrão de significados transmitidos historicamente, incorporado em símbolos e materializado em comportamentos, pois a cultura, segundo o autor, tem uma ideologia que o embasa. Na obra *A Interpretação das Culturas*, o autor apresenta a Fenomenologia da Cultura, em que escreve que o essencial é anotar e interpretar o discurso social.

A partir das entrevistas gravadas e transcritas literalmente, preservando perguntas e todo o conteúdo das respostas, houve uma leitura vertical das mesmas, ressaltando categorias de análise e agrupando-as, conforme ensina Laurence Bardin (1977): “Enquanto esforço de interpretação, a análise de conteúdo oscila entre os dois polos do rigor da objetividade e da fecundidade da subjetividade”. Mas em relação ao método, assinala que se trata de

Conjunto de técnicas de análise das comunicações visando obter, por procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, indicadores (quantitativos ou não) que permitam a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção/recepção (variáveis inferidas) destas mensagens. (BARDIN, 1977, p. 41)

Na organização da análise e de acordo com Bardin, essa técnica propõe três etapas: pré-análise; exploração do material; tratamento dos resultados, inferência e interpretação. Passos que apresentamos ao leitor a partir dos

agrupamentos das seguintes perguntas, as quais geraram as categorias abaixo, analisadas no capítulo seguinte.

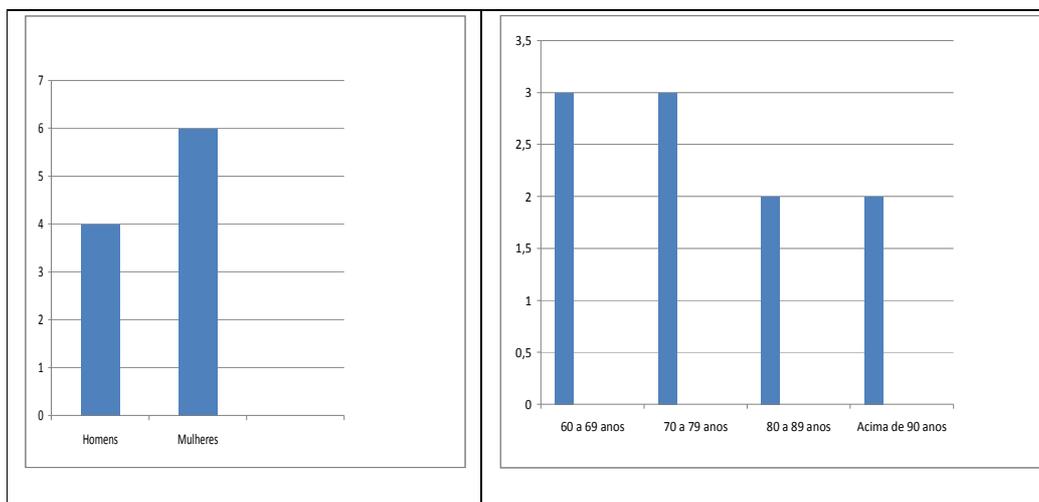
Categorias	Títulos	Perguntas
1	A adesão à Igreja e participação para transformação	1, 2 e 3
2	Atuação e contribuição dos programas com a terceira idade	4 e 5
3	Um olhar sobre as diferentes formas de envelhecimento	6, 8 e 11
4	O papel da religião no envelhecimento	7 e 10
5	Projetos de vida	9

Nenhuma pesquisa é conclusiva, e concordamos com Minayo ao afirmar que *certamente o ciclo nunca se fecha, pois toda pesquisa produz conhecimentos afirmativos e provoca mais questões para aprofundamento posterior* (2002, p. 27). Entendemos que este trabalho pode ampliar a visão do envelhecimento nas igrejas e melhorar a interação com os demais segmentos de membros, a partir do conhecimento de que são os participantes deste estudo.

3.2. Resultados

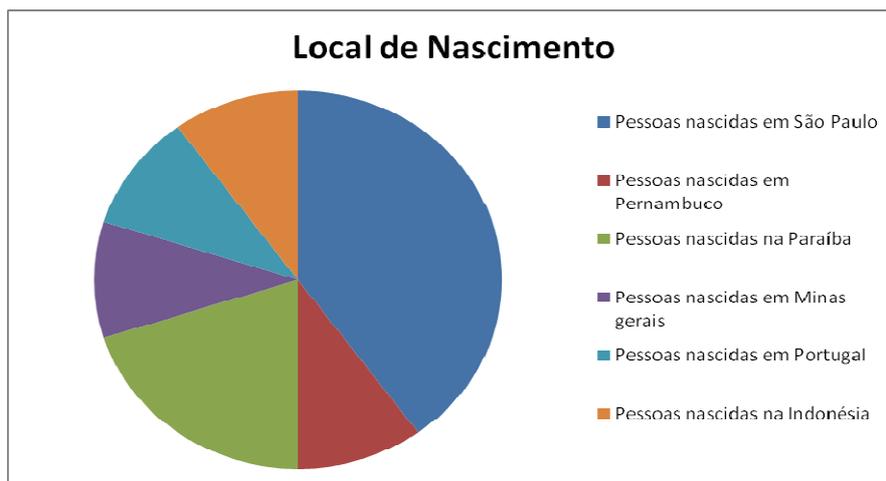
Aqui apresentaremos as características socioeconômicas das pessoas idosas entrevistadas em ambas as igrejas adventistas.

Gráfico 1 – Distribuição dos sujeitos entrevistados por sexo e faixa etária



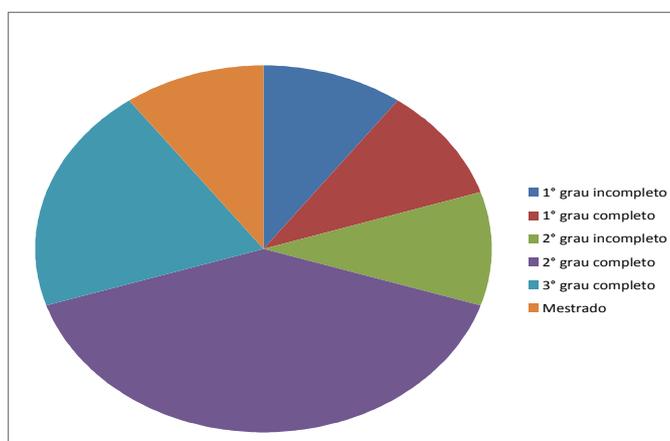
Dos 10 sujeitos entrevistados, 6 foram homens e 4 mulheres, sendo três na faixa etária de 60 a 69 anos, 3 de 70 a 79 anos, duas na faixa etária de 80 a 89 anos, e duas de 90 anos, conforme observamos no gráfico.

Gráfico 2 – Distribuição dos sujeitos por local de nascimento



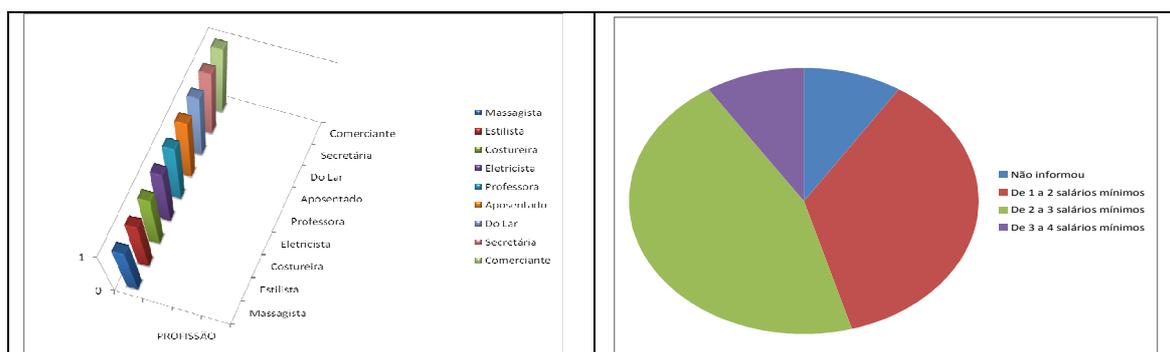
Observamos no Gráfico 2 que quatro pessoas entrevistadas nasceram em São Paulo, duas na Paraíba, um em Pernambuco, um na Indonésia, um em Minas Gerais e um em Portugal. Portanto, duas pessoas entrevistadas eram estrangeiras, e vivem no país há mais de 35 anos.

Gráfico 3 – Distribuição dos sujeitos por nível de escolaridade



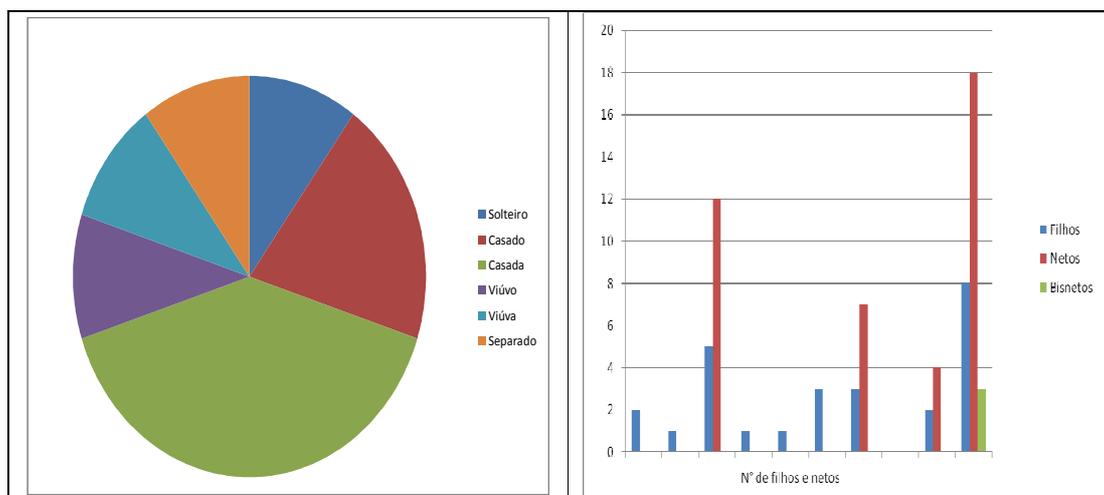
Em relação ao nível de escolaridade, quatro pessoas têm o segundo grau completo e uma incompleto, duas o terceiro grau completo, uma o primeiro grau incompleto e outro completo, e um com mestrado defendido. Todos os sujeitos entrevistados eram alfabetizados.

Gráfico 4 – Distribuição dos sujeitos por profissão e renda mensal



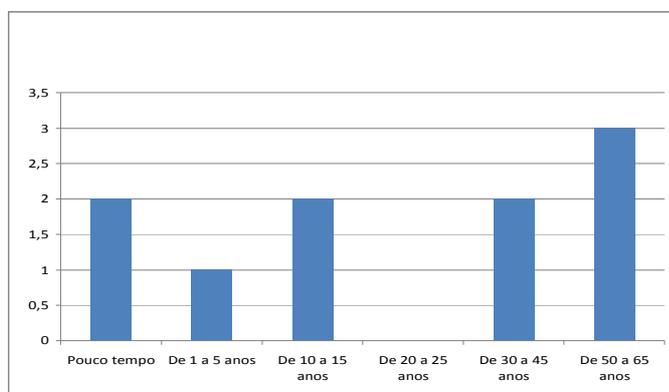
Verificamos no Gráfico 4 como a profissão/ocupação é bastante variada. Do total dos participantes desta pesquisa, dois eram comerciantes, os demais eram massagista (1), estilista (1), costureira (1), eletricista (1), professora (1), aposentado (1), do lar (1) e secretária (1). Em relação à renda mensal, a maioria respondeu ser de 1 a 3 salários mínimos.

Gráfico 5 – Distribuição dos sujeitos por estado civil, número de filhos e netos



Quanto ao estado civil, número de filhos e netos, observamos no Gráfico 5 que a maior parte dos entrevistados era casada (5), sendo que um deles já completou 61 anos de casado; três são viúvos; um solteiro e outro é separado. Em relação ao número de filhos, apenas dois sujeitos disseram não ter filhos; dois têm filhos adotivos e os demais têm filhos de 1 a 8 anos. Dos 10 entrevistados, quatro já têm netos e um disse ter bisnetos.

Gráfico 5 – Distribuição dos sujeitos por tempo de membro da Igreja



A maioria dos participantes desta pesquisa faz parte da Igreja Adventista de 50 a 65 anos (3), seguidos de 30 a 45 anos (2) e de 10 a 15 anos (2). Uma pessoa disse ser membro de 1 a 5 anos e duas pessoas estão há pouco tempo, isto é, menos de um ano, como observado no Gráfico 5. Portanto, dos 10 entrevistados, sete são membros das igrejas há muito tempo.

4. DA ADESÃO À IGREJA À DEFINIÇÃO DE PROJETOS DE VIDA

As reflexões ouvidas durante o processo desta pesquisa levam, a partir da fala das mesmas, compreender como a Igreja contempla a adversidade humana, a complexidade da velhice e os diferentes envelhecimentos.

4.1. A adesão à igreja e participação para transformação

O agrupamento de algumas respostas aborda a adesão à Igreja Adventista, especialmente quanto ao tempo em que as pessoas nela estão, e os motivos que as levaram a tomar tal decisão, assim como suas práticas religiosas.

Sujeito e Tempo (anos)	Motivos e Atividades
(1) 42	Quando entrei na Igreja, naquela época, eu era jovem, não gostava de crentes. Estava envolvido mais com a filosofia comunista, pois todo mundo, na data de 1960, estavam empolgados com esta filosofia. Eu desfazia dos crentes, não gostava deles. Depois do golpe de 1964, eu não tinha outra coisa a fazer se não ficar envolvido com esportes, futebol. Até que um dia, vim tarde do trabalho, e um grupo de crentes estava em frente da casa de uma vizinha nossa, e minha mãe me chamou para eu assistir uma lição da escola filial. Como queria estudar, pensei: “tem lição e estudo”. Entrei, era o irmão Pierre, que com muito carinho ouvi falar da Bíblia, e achei que deveria assistir. Depois investiguei e percebi que era bom e passei a frequentar aos domingos, depois aos sábados e todas as reuniões. Passei a guardar o sábado. Atividade: hoje só participo do Edificando, porque é um grupo de cantores seletos que canta músicas tradicionais da Igreja, sem esses batuques, essas baterias, que é condenado pelo Espírito de Profecia. Eu tive outras atividades na Igreja também: diretor de jovens da escola sabatina, chefe dos diáconos e vive nove anos sendo representante da editora Casa Publicadora Brasileira.
(2) 12	Quando entrei na Igreja tem uma história linda que aconteceu comigo. Eu tinha chegado em casa e estava cansada, mas fui impulsionada por uma força maior me dizendo que eu tinha de sair, e quando tomei o elevador encontrei uma vizinha que me disse que ia buscar um exame médico no bairro do Paraíso. Me perguntou: onde você vai? Eu vou sair, mas não sei para onde. Como não sabe? Vamos comigo? Não, não é para aquele lugar da Vila Mariana que eu quero ir. Ela insistiu, mas eu não sabia para onde estava indo. Estou saindo, mas não sei onde, mas não é para aquele lado. Comecei a andar pela cidade, e quando cheguei na esquina da rua Patriarca, olhei e vi o antigo Mappin. Meu coração se alegrou e fui até lá. Chegando no Mappin, tomei o elevador e subi: 1º e 2º andar. Quando cheguei no 4º andar, meu coração se abriu e eu fiquei lá. E lá tive um encontro com a senhora Maria, da Igreja Adventista da Lapa. Não fui comprar nada, nem ela também. O Espírito Santo marcou o encontro para nós ali. Ela falou de Jesus. Me falou do sábado. Ela era adventista há muitos anos, de berço. Nos conhecemos ali naquele momento. Aí, veja bem, ela falou. Você aceita ir na minha igreja? Falei aceito. E já comecei a guardar o sábado. Era o meio da semana, e naquele próximo sábado já passei a guardar e até hoje guardo o sábado do Senhor. Ela me deu o endereço da igreja próximo de minha residência, onde fui batizada e passei a ser membro. Atividade: só participo da diretoria da classe de professores da escola sabatina formada pelo irmão Floriano. A minha atividade é participar dos encontros com a terceira idade. Participo também dos cultos, e à medida que posso, estou vindo em outras atividades.
(3) 60	Tinha com meu pai uma senhora que era adventista, e passava na minha porta quando ia à igreja. Um dia ela parou e conversou com minha mãe, e perguntou se ela queria ir à sua igreja. Ela respondeu que não poderia ir, mas me liberou para que eu fosse. Fui assistir pela primeira vez um

	programa de 13ºsábado, que era uma festa. Permaneci... Atividade: não tenho participado das atividades na Igreja. Faço meu trabalho missionário no prédio onde moro. Dou estudos, entrego folhetos e revistas, e visito muitas pessoas no meu prédio, porque tenho dificuldade de andar.
(4) 15	Através de convite de irmãos . Atividade: diaconato
(5) 65	Meus pais estudaram a Bíblia com a irmã Iolanda Vargas, na Aclimação, quando eu tinha 10 anos. Um dia eu fui à missa; quando voltei, soube que meu pai tinha me procurado e perguntado por mim. Eu disse: Fui ali, papai, me deu vontade de ver as coisas de Deus e fui à igreja. Ele me disse: já que você quer ir à igreja, vá à adventista, que é a verdadeira . Ensinou-me onde ficava a igreja central, no tempo antigo. Eu fui e pedi para me colocar na escola aqui desta igreja onde estudei o ginásio. Atividade: sou professora do departamento infantil e canto no coral.
(6) Agora	Eu entrei na Igreja porque encontrei com a Maria José, que estava caminhando na minha rua. Perguntei para onde ela estava indo com uma amiga. Ela me disse que estava indo na Igreja Adventista, então eu fui com elas porque minha mãe era adventista . Foi assim que entrei na igreja. Atividade: com a terceira idade, eu amo tomar o café da manhã. Eu amo a escola sabatina. Estou fazendo estudos bíblicos aos sábados porque gosto muito também.
(7) 1,5	Uma amiga me convidou . Atividade: coral
(8) 45	Através de conferência do pastor Campo Longo, em 1963. Atividade: dos eventos da terceira idade.
(9) Agora	Fui criado, batizado e vivo ainda o catolicismo. Acompanho a filha Júlia , que dirige o programa da terceira idade. Estou conhecendo o adventismo. Atividade: dos eventos da terceira idade.
(10) 58	Sou descendente de italianos católicos praticantes. Na infância fiz primeira comunhão e vesti roupas de anjo para essa cerimônia. Aos 10 anos meu pai recebeu a visita de um estudante de teologia que vendia livros na minha cidade. Ao recusar a compra do livro porque já tinha comprado, pegou da gaveta e mostrou a Bíblia. O jovem gentilmente disse ao meu pai que ele tinha razão, este livro é o melhor livro para estudar. Assim, meu pai passou a estudar e foi aceitando as mensagens, e se decidiu em guardar os mandamentos e, junto com a minha mãe, foram batizados . Atividade: orientando os professores para o ensino religioso com material didático para crianças.

A partir da análise das entrevistas, constata-se que a maioria dos sujeitos aderiu à Igreja a partir de convites de terceiros, como narram nossos dez sujeitos: “Um grupo de crentes estava em frente da casa de uma vizinha nossa, e minha mãe me chamou para eu assistir uma lição da escola filial”; “Você aceita ir na minha Igreja?”; “Uma senhora que era adventista e passava na minha porta quando ia à Igreja. Um dia ela parou e conversou com minha mãe e perguntou se ela queria ir à sua Igreja”; “Convite de irmãos”; “Ela me disse que estava indo na Igreja Adventista, então eu fui com elas porque minha mãe era adventista”; “Uma amiga me convidou”.

Outros foram levados pela família: “Já que você quer ir à igreja, vá à adventista, que é a verdadeira”; “Meu pai passou a estudar e foi aceitando as mensagens, e se decidiu em guardar os mandamentos e, junto com a minha mãe, foram batizados”. E outros ainda foram motivados a entrar na Igreja por outras razões, entre elas: “Através de conferência do pastor” e “Acompanho a filha Júlia”.

Pessoa enferma ou com membros da família doentes, desajustes familiares, busca de soluções para problemas financeiros, transformações acentuadas na urbanização e violência, fazem com que se busque a Igreja mais acessível, que proporcione acolhida personalizada. As igrejas evangélicas possuem uma liturgia bem mais flexível e funcional do que a católica, sem nada prefixado, como na missa, e isso acaba atraindo mais pessoas.

A maioria dos participantes desta pesquisa ocupa seu tempo com práticas religiosas na própria igreja da qual fazem parte. Entre as práticas, identificamos canto no coral, representação da editora Casa Publicadora Brasileira, participação nos encontros com a terceira idade, cultos, diaconato, professora do departamento infantil, estudos bíblicos, e orientação de professores para o ensino religioso com material didático para crianças. Uma pessoa idosa, identificada como sujeito 3, por estar com limitações físicas, continua sua prática religiosa fazendo trabalhos missionários no prédio onde reside, dando estudos, entregando folhetos e revistas e visitando as pessoas do condomínio.

Para atuar na Igreja é preciso formar uma identidade, que seja intermediadora entre o mundo interno e o externo. O processo de formação da identidade envolve um ser em constante elaboração da sua subjetividade. Esta se constrói na contínua relação com o outro. Sentir-se uma pessoa com um corpo que lhe é significativo, com ideias criativas, crenças que lhe possibilitem ter acesso ao sagrado, desejo de continuar crescendo, motivações para transmitir valores morais e espirituais, projetos cabíveis para seu provável tempo de vida. Enfrentar os problemas como possibilidade de usar os conhecimentos e experiência, e reagir diante de acontecimentos alegres e tristes de forma positiva.

Na prática religiosa muitas vezes se constroi a identidade, o que significa diferenciar-se do outro, levando o indivíduo a integrar-se ao meio espiritual em que vive. Nessa troca dinâmica com o meio ao longo da vida o indivíduo encontra a fé, confiança em si mesmo, em alguém, em alguma coisa, na própria vida, capaz de conter a incerteza e as angústias existenciais. Talvez seja escondida atrás de uma

crença para não ter de ser encarada como influência direta na vida cotidiana. A fé, vinculada a uma escolha religiosa, é considerada por Frankl (2006a) como “fenômeno humano” e “realização de uma vontade de sentido último”, diante da “responsabilidade consigo mesmo”.

4.2. Atuação e contribuição dos programas com a terceira idade

Sujeito	Sobre a contribuição do programa que participa
1	Participo do culto de adoração todo sábado, com a terceira idade. É gostoso estar junto. É uma inspiração. Eu me sinto seguro quando estou cantando e participando.
2	É muito bom o grupo da terceira idade, é amizade gostosa. Eu particularmente gosto muito. É excelente, porque aqui as pessoas falam dos seus problemas. Nós oramos e levamos a carga um dos outros. Faço a lição, e uma vez por mês tem palestras, mas é muito gostosa essa participação, de estar juntos.
3	Muito bom, porém infelizmente não tenho um programa efetivo e consistente, está um pouco parado. Gosto muito de participar falando de experiências, de dar estudos. Só não posso caminhar muito.
4	Positivo. Apoio psicológico
5	Não me envolvo muito com a terceira idade, porque estou com as crianças e no coral. Quando assisto programas da terceira idade, fico muito feliz, porque essas pessoas foram minhas contemporâneas quando eu era jovem.
6	A contribuição é maravilhosa porque minha mãe me havia instruído que temos que ser vegetarianos, temos que praticar exercícios, fazer caminhada e praticar a caridade, ou seja, a fraternidade ou humanismo, me preocupar com o próximo. Sempre me preparei desde pequena, porque minha mãe sempre me induzia a ser vegetariana e solidária com as pessoas, pois ela era enfermeira diplomada.
7	Muito bom, excelente. Amizade e companheirismo.
8	Só merece elogios. Muita dedicação e atenção. Sinto paz, alegria e sociabilidade.
9	É muito bom. Alegria-me, me enriquece e faço novos amigos.
10	Participo pouco do programa da terceira idade, porém acho importante esse trabalho. É uma oportunidade de estar no meu grupo de idade e trocar experiências.

Estar junto. Sentir-se seguro. Amizade gostosa. Falar dos problemas. Orar e levar a carga um dos outros. Trocar experiências. Dar estudos. Apoio psicológico. Receber orientações de saúde (ser vegetariano, praticar exercícios, fazer caminhada) e espirituais (praticar a caridade, fraternidade ou humanismo). Preocupar-se com o próximo. Amizade e companheirismo. Sentir paz e alegria. Fazer novos amigos. Sociabilidade.

Estas foram as principais contribuições relatadas pelos entrevistados em relação à participação em programas da terceira idade oferecidos pelas igrejas das quais são membros.

O agrupamento de pessoas em torno de práticas religiosas leva ao que Simmel (1858 – 1919) conceituou como “sociabilidade”. Os idosos participantes mostraram viver a velhice com autonomia, controlando o curso da vida e interagindo com o meio sociorreligioso, lugar que lhes possibilita se desenvolver física e espiritualmente.

As práticas religiosas contribuem para novas formas de sociabilidade e de formação de agrupamentos sociais, constituindo oportunidades de retorno ao convívio social e desenvolvimento humano. As igrejas tornam-se espaço público privilegiado, onde a sociabilidade se dá pelo encontro de pessoas com o mesmo tipo de motivações e interesses.

Participar do coral, orar, estudar, ensinar, assistir palestras, enfim, estar junto, é vivenciar a cidadania, o que significa se apropriar e usufruir dos serviços oferecidos nos lugares de convivência social. Os idosos que participam das igrejas, interagindo uns com os outros em várias atividades religiosas, fazem trabalhos que exigem a prática da solidariedade e da espiritualidade, ganhando disposição para encontrar novas maneiras de enfrentar os desafios do dia a dia juntos, e não sozinhos. A necessidade de o homem viver em grupo faz com que os grupos religiosos sejam de grande importância para o resgate da sociabilidade.

Os participantes desta pesquisa relatam oportunidades de vivenciar a longevidade, dando sentido à existência. Sabem que necessitam dos semelhantes para sobreviver e serem plenos como indivíduos. Na teoria da sociabilidade formulada por Simmel (1983), e aqui interpretada por Moraes Filho (1983, p. 20), a análise do papel do indivíduo ocupa posição nuclear quanto ao que ele chama de interação, conceito intimamente relacionado à possibilidade de existir sociedade. As interações religiosas seriam as formas de convivência e as trocas recíprocas que os indivíduos estabelecem.

4.3. Um olhar sobre as diferentes formas de envelhecimento

Sujeito	Preparação para a velhice
1	Eu pretendo viver 135 anos. Sou vegetariano, cuido de minha saúde, do meu tempo de trabalho, do meu repouso, e cuido também dos meus estudos. Estou sempre com alguma atividade: manual, física ou espiritual. Cantando, escrevendo. Eu não paro, porque parou, morreu.
2	Com certeza, a terceira idade sim. Primeiramente, eu já disse e repito há alguns anos que nós temos que preparar nossa velhice. Aceitar as transformações do corpo, da nossa imagem, do nosso rosto. Eu sou uma pessoa bastante preparada para a velhice.
3	Sim, me preparo a cada dia, fazendo o que posso nos meus afazeres, na minha vida com Deus, e ajudando os outros também.
4	Sim.
5	Não. Eu não me preparei. Espiritualmente sim e na alimentação. Há 50 anos sem comer carne e dois anos sem comer açúcar. Num exame de rotina descobri que tinha câncer, fiz tratamento e estou bem.
6	Sim, porque assim que eu vim, logo a primeira vez, no final de semana teve um seminário maravilhoso justamente falando sobre isso, alimentação, os exercícios que você tem que fazer para trabalhar o corpo, mente e espírito, seguir a Bíblia e orar. Estas duas apostilas maravilhosas eu sigo à risca.
7	Não, a idade vai chegando naturalmente.
8	Sim, sempre me preparei, desde jovem.
9	Sim, minha vida foi difícil, mas honesta, me fazendo trilhar este caminho. A cada dia a gente se prepara para os desígnios de Deus.
10	Desde adulta tive oportunidade de lidar com pessoas de mais idade e perceber as qualidades e exemplos que poderia ter para mim.

No decorrer da vida, os homens atravessam diversas fases: infância, adolescência, juventude, idade adulta, maturidade e velhice, havendo, em cada fase, necessidades, aspirações, sonhos, interesses e expectativas, de acordo com a cultura dos grupos e comunidades aos quais pertencem. O envelhecimento faz parte do ciclo de vida e, como nas demais fases, apresenta mudanças biopsicossociais. Neste trabalho, acrescentamos a espiritual. O envelhecimento é universal e ao mesmo tempo um processo individual.

Todos reconhecem a necessidade de preparo para vivenciar a longevidade, “aceitar as transformações do corpo, da nossa imagem, do nosso rosto”, “desígnios de Deus”, como disseram dois entrevistados. Para eles, a prática religiosa é instrumento que facilita a aceitação, almejando a paz e a compreensão, que existe “algo mais”, e que há desígnios desconhecidos, e nossa tarefa consiste em fazer o melhor.

A este respeito, citamos Frankl, que mostra o quanto a fé orienta o sentido, colocando-a como pertencente ao domínio do suprasentido. Segundo ele, “o

sentido do destino vem ao nosso encontro, das coisas que nos sucedem. Porque as possíveis respostas positivas a todos estes problemas pertencem propriamente ao domínio reservado da fé” (2003, p. 61).

Exceto duas participantes, os demais relataram se preparar para esta etapa da vida: “Sou vegetariano, cuido de minha saúde, do meu tempo de trabalho, do meu repouso, e cuido também dos meus estudos. Estou sempre com alguma atividade: manual, física ou espiritual. Cantando, escrevendo. Eu não paro”; “me preparo a cada dia fazendo o que posso nos meus afazeres, na minha vida com Deus, e ajudando os outros também”; “desde adulta tive oportunidade de lidar com pessoas de mais idade e perceber as qualidades e exemplos que poderia ter para mim”.

As pessoas que responderam que não se preparam disseram que a idade vai “chegando naturalmente”, sem se dar conta de que já envelheceram. Outra disse que espiritualmente ela se preparou, como também na alimentação, relatando que há 50 anos não come carne e há dois não ingere açúcar. No entanto, ela dá a entender que, apesar da preparação espiritual e física, tem dificuldade em aceitar as alterações percebidas em seu corpo. Outra ainda relata a importância dos exercícios que tem que fazer para trabalhar o corpo, mente e espírito, seguir a Bíblia e orar.

Preparar-se para a velhice e aceitar as transformações sentidas em carne e osso não é nada fácil, principalmente quando vivemos em uma sociedade que determina o lugar e o papel do idoso, estabelecendo sua importância e levando em conta as experiências. A velhice constitui questão prioritária da sociedade contemporânea. Novos paradigmas devem ser almejados. E um deles é, sem dúvida, a imagem positiva do velho, a começar de dentro das próprias Igrejas.

Daí a importância de Programas como aqueles dos quais os entrevistados participam, que despertam no idoso o interesse de organizar a própria vida,

participar de atividades de prevenção e promoção da saúde, colaborar na construção da identidade e na intergeracionalidade, criar novos espaços para ação com qualidade de vida e ampliação do círculo social e de amizade. São alguns objetivos que fazem parte de um bom programa socioeducativo, nas esferas pública, familiar e religiosa.

Sujeito	Percepção do envelhecimento antes e depois do programa
1	Antes de eu ser adventista, o velho era uma coisa jogada. Agora eu sei que a Igreja dirige bons programas. O importante é que o velho tem necessidades primordiais que a Igreja não consegue preencher; isso é o que mata mais rápido o velho. Morre por causa dessa deficiência psicossocial.
2	Olha, como eu já disse, com 52 anos houve a minha conversão. Nestes anos já tinha consciência sobre a velhice, por experiência de família. Convivência com os parentes. Então, isto já me trouxe certa experiência. Agora me vejo assim: com 65 anos, estou cada vez mais me preparando, com alimentação mais saudável, para saber viver esta vida e ter mais tolerância. A palavra de Deus tem me dado este entendimento, esta sabedoria.
3	Eu via e sabia que a pessoa vai vivendo e ficando mais cansada, mais limitada. Eu faço meu preparo com meu Senhor, que é Cristo.
4	Antes via uma coisa aterrorizante, mas hoje vejo normal.
5	A Igreja está com o mundo lá fora. Antigamente, ninguém se preocupava com a terceira idade. Quando a sociedade passou a se preocupar, a Igreja também tem se preocupado.
6	Eu não via porque minha mãe era adventista e me ensinou desde pequena. Ela participava do grupo em Itapecerica, especialmente sobre alimentação, já que ela era sanitaria.
7	Preparando-me para a vinda de Cristo, antes com a mãe, agora com o grupo.
8	Antes do programa via o esforço individual, mais um fardo, trabalhando sozinho, resolvendo tudo sozinho, mas os evangelhos e a Igreja ajudam na nossa estabilidade emocional.
9	Antes fiz a minha parte trabalhando como comerciante. Tenho a consciência de que nunca tirei nada de ninguém, nunca me arrependi do que fiz. Agora é ter paciência e aceitar o que vem, esperando o melhor.
10	Antes, percebi a falta de um trabalho com as pessoas da terceira idade na Igreja, mas agora me benefico deste trabalho.

Para saber como os sujeitos se percebem em relação ao envelhecimento, foi preciso conhecer o que pensam sobre o que é ser idoso - todos acima de 60 anos. As respostas variaram: “Como tenho muita disposição, não conheço a preguiça, tenho muito boa vontade de fazer as coisas. Não sinto ainda ser idosa”; “não vou dizer que o idoso é ativo, porque o estado físico não coopera, mas o idoso gosta muito de estar na igreja, de cantar, apesar de não ter força suficiente para muita coisa. Eu queria que a Igreja colaborasse mais com essa classe necessitada de afeto carinho etc.”.

É interessante ver como as respostas acabam dizendo de si mesmas, e não de outros, o que significa que nossos entrevistados de fato percebem-se como pessoas idosas, classificadas em nossa sociedade como pertencentes à terceira

idade. E com essa percepção alguns confessam: “Para mim é terrível, porque acho que ser jovem é a melhor coisa do mundo. A velhice é uma coisa que não vai ter no céu. Ficar velho não é bom, ninguém dá valor, não respeita. A autoestima em geral está lá embaixo. Não confiam na gente”; “é uma pessoa que não é mais jovem”; “é estar sempre aprendendo. Sempre temos muito a ensinar, pela nossa experiência. Não acabamos de aprender, pois a vida está continuamente em desenvolvimento. Ser curioso”; “é ter se realizado e permanecer vivendo com saúde”; “é poder viver com saúde sendo útil, recebendo as bênçãos de Deus”. Apenas um entrevistado disse que “é a melhor idade, melhor experiência, melhor em tudo”.

Ser membro da Igreja Adventista e ainda participar das atividades relacionadas às pessoas idosas mudaram as percepções sobre o envelhecimento: “Antes de eu ser adventista, o velho era uma coisa jogada. Agora eu sei que a Igreja dirige bons programas. O importante é que o velho tem necessidades primordiais que a Igreja não consegue preencher; isso é o que mata mais rápido o velho. Morre por causa dessa deficiência psicossocial”.

Uma entrevistada mostrou a experiência vivenciada em sua família, como a que lhe deu conhecimento sobre essa etapa da vida, preparando-a: “Convivência com os parentes. Então, isto já me trouxe certa experiência. Agora me vejo assim: com 65 anos, estou cada vez mais me preparando, com alimentação mais saudável, para saber viver esta vida e ter mais tolerância. A palavra de Deus tem me dado este entendimento, esta sabedoria”.

Houve relatos sobre a importância de programas para maior conscientização: “Antes via uma coisa aterrorizante, mas hoje vejo normal”; “eu via e sabia que a pessoa vai vivendo e ficando mais cansada, mais limitada”; “antes do programa via o esforço individual, mais um fardo, trabalhando sozinho, resolvendo tudo sozinho, mas os evangelhos e a Igreja ajudam na nossa

estabilidade emocional”; “antes, percebi a falta de um trabalho com as pessoas da terceira idade na Igreja, mas agora me benefico deste trabalho”.

E houve ainda aqueles que contextualizam a ação da Igreja, ao dizerem que “antigamente, ninguém se preocupava com a terceira idade. Quando a sociedade passou a se preocupar, a Igreja também tem se preocupado”, mostrando que a Igreja está junto dos seus. Dois entrevistados relataram os ensinamentos familiares quanto à preparação para a velhice: “Eu não via, porque minha mãe era adventista e me ensinou desde pequena”; “preparando-me para a vinda de Cristo, antes com a mãe, agora com o grupo”.

A velhice, durante muito tempo, foi tratada como tema privado, familiar ou de associações filantrópicas. Hoje é entendida como processo normal, dinâmico, e não doença, e passou a ser questão pública. Saber o que é o processo de envelhecimento, que há diversas alterações na forma de pensar, sentir e agir, é fundamental para se viver melhor a etapa da velhice, muitas vezes até com limitações.

4.4. O papel da religião no envelhecimento

Sujeito	A ajuda da Igreja e o que ela deveria fazer para preparar as pessoas para envelhecer
1	Eu não digo que a Igreja me ajuda. Eu sou a Igreja! Mas eu digo que a palavra de Deus tem dirigido minha vida. A Igreja pode fazer muito, mas como se trata de uma Igreja jovem, que só fala na juventude da Igreja, muito pouco tem feito pelo idoso, e por isso deixa muito a desejar. Vejo que os próprios filhos jovens de pastores e de outros oficiais da Igreja se perdem porque não escutam e não estão sempre juntos atendendo o idoso quando tem experiência, tem ensinamentos, então rejeitam o velho. Fazem exatamente igual o filho do rei Salomão. Ele deixou os anciões que sabiam dirigir o reino com o pai Salomão, e convocou a mocidade. Então, o que fizeram? Fizeram coisas terríveis, estragaram Israel.
2	Ajuda devido à reunião que a gente tem, a convivência é muito gostosa, a gente ouve um, ouve outro, e tomamos por experiência. O que a Igreja deveria ter é uma programação fixa para o idoso, com mais palestras. O que a gente tem é pouco, precisamos de mais conhecimento e informações.
3	Poucos irmãos da terceira idade me visitam, por ser cidade grande, muitos não têm tempo, mas os amigos mais chegados me visitam e me ajudam muito. Eu acho que a Igreja deveria escolher as pessoas que amassem os idosos. Que atendesse nos lares, visitasse para cantar hinos, fazer oração, a dizer palavras de ânimo. Falo por mim, com meus 80 anos, mas a Igreja parece ser omissa em muitas coisas neste setor.
4	Sim, ajuda. Criar um plano de atendimento ao idoso no hospital adventista, com médicos clínicos para exames e outros atendimentos.
5	Sim, há negligência na saúde porque não fiz exames de rotina há alguns anos. Como a Igreja central paulistana é grande, muitas pessoas desconhecem as dificuldades de vida de cada um. Por não saber como está a situação de vida do idoso, a Igreja não está cuidando. Compete ao idoso chegar na

	Igreja, no devido departamento, e contar suas necessidades, para ser atendido.
6	Sim, me ajuda muito. Isto tem afetividade e pode progressivamente melhorar a qualidade de vida.
7	Ajuda muito, tudo. Sem a Igreja não sou nada. Ajuda a nos preparar espiritualmente, o resto é consequência.
8	Sim, muito. Os evangelhos são um guia, um caminho, um bastão para nos ajudar a caminhar. Deveria ser feita uma pesquisa sobre os idosos que estão sozinhos e que não têm manutenção, a fim de serem atendidos em suas necessidades, evitando internações em instituições e/ou asilos.
9	Sempre ajuda a compreender novos aspectos do envelhecimento. Não dou opinião porque estou há pouco tempo.
10	Sim, me ajuda muito com a troca de experiência e também com as apostilas ou o manual do idoso, que é muito instrutivo. Não ter apenas encontros e passeios, mas sim palestras e cursos.

A seguir, falas dos entrevistados a respeito de como a Igreja Adventista ajuda - e poderia fazê-lo mais intensamente - a planejar a velhice. Para um dos sujeitos, “a Igreja pode fazer muito, mas como se trata de uma Igreja jovem, que só fala na juventude da Igreja, muito pouco tem feito pelo idoso, e por isso deixa muito a desejar”. Constata-se que também na Igreja o envelhecimento é colocado em contraposição à juventude, que ainda é o foco de políticas espirituais, posição reforçada por outra narrativa: “A gente ouve um, ouve outro, e tomamos por experiência. O que a Igreja deveria ter é uma programação fixa para o idoso, com mais palestras. O que a gente tem é pouco. Precisamos de mais conhecimento e informações”.

As informações a serem passadas, no entanto, não podem ser feitas por qualquer pessoa. Tem-se que saber lidar e gostar de atuar com idosos, como relata um dos sujeitos: “Poucos irmãos da terceira idade me visitam... Mas os amigos mais chegados me visitam e me ajudam muito. Eu acho que a Igreja deveria escolher as pessoas que amam os idosos. Que atendessem nos lares, visitassem para cantar hinos, fazer oração, dizer palavras de ânimo. Falo por mim, com meus 80 anos, mas a Igreja parece ser omissa em muitas coisas neste setor”.

Outro entrevistado chama a atenção para as políticas dentro da Igreja, falando que deveria “criar um plano de atendimento ao idoso no hospital adventista, com médicos clínicos para exames e outros atendimentos”. Segundo outro sujeito, “por não saber como está a situação de vida do idoso, a Igreja não está cuidando”, e que “deveria ser feita uma pesquisa sobre os idosos que estão

sozinhos e que não têm manutenção, a fim de serem atendidos em suas necessidades, evitando internações em instituições ou asilos”, relata outro entrevistado.

Comentou-se que na Igreja “... tem afetividade e pode progressivamente melhorar a qualidade de vida”; que a Igreja “ajuda a nos preparar espiritualmente”; que ela “sempre ajuda a compreender novos aspectos do envelhecimento”, e “não ter apenas encontros e passeios, mas sim palestras e cursos”. Afinal, o que vem a ser Igreja e por que esperar tanto dela?

Aqui é essencial entender o que vem a ser Igreja. O termo origina-se da palavra grega que significa “a casa do Senhor”. A palavra tem muitos significados, como comunidade mundial de cristãos. Igreja também pode se referir a qualquer denominação ou grupo que professem o mesmo credo cristão, como a Igreja Adventista. Ela também teria o sentido de um grupo religioso nacional, com ideia de organização eclesiástica, poder e autoridade de um organismo religioso.

No início do cristianismo, igreja geralmente significava o culto a Deus para um grupo de cristãos (Igreja de Antioquia, na Síria). Igreja também significa um prédio usado para o culto público cristão. Os antigos cristãos reuniam-se secretamente, ao ar livre, em catacumbas ou casas particulares. O mais antigo santuário cristão conhecido, uma casa particular em Dura, no leste da Síria, data de cerca de 200 d.c.

A Católica é descrita em relação às atividades de seus membros. A Igreja tem três funções estreitamente relacionadas: 1) Ajuda as pessoas a se tornarem membros e permanecerem fiéis pelas pregações e culto; 2) Ensina as verdades de Deus, por meio da educação religiosa. 3) Orienta o povo de Deus por intermédio de leis sábias.

A Igreja Adventista do Sétimo Dia é a mais amplamente disseminada de todas as denominações protestantes, a maior de todas as sociedades missionárias protestantes, com o maior número de missionários no campo de trabalho e o movimento mais abrangente no que se refere ao avanço do evangelho em todo o mundo (OOSTERWAL, 1981).

Em apenas um século, uma seita nascida na América cresceu para tornar-se uma igreja universal, estabelecida em 90% dos países do mundo. Abrange pessoas de muitas culturas diferentes, origens étnicas e grupos linguísticos diversos. Elas procedem das mais diversificadas formações religiosas e desenvolvimento econômico, ideologias políticas e status social. Contudo, esta igreja universal é caracterizada por uma unidade, interna e externamente. É uma unidade de fé, esperança e espírito, e uma unidade de organização, mensagem e missão.

Como o povo se mobiliza de modo que uma igreja prospere em toda parte? Apresentam-se três sugestões: a) tornar toda a igreja consciente de seu papel bíblico reservado aos leigos; b) equipar e treinar os líderes em todos os níveis e para todos os departamentos e ministérios, e pregação do evangelho para seu desempenho bíblico no mundo, e na igreja (diáconos anciãos e demais líderes), de acordo com os dons específicos que o Senhor concedeu; c) preparar os pastores mental, teológica e praticamente, para que vejam seu papel como preparadores dos leigos para seu trabalho de ministério e erguimento da igreja. Os pastores não devem ser “dominadores da fé dos crentes”, mas “cooperadores de sua alegria”.

Como Igreja, é-lhes cobrada uma maior compreensão de todas as fases do desenvolvimento humano para ajustar-se à nova realidade. Nossos sujeitos cobram melhor acolhimento aos idosos, inserindo-os nas políticas das igrejas. Como igreja, deve fazer muito para ajudar essa parcela de membros tão significativa a ter uma velhice mais feliz e confiante. É essencial ampla gama de

atividades, atitudes e comportamentos, que tragam aos idosos a certeza de que são amados, considerados, úteis e admirados. Compreender o idoso, dilemas e preocupações é de suma importância para conseguir integrá-los apropriadamente às atividades eclesiais. Essa compreensão tenderá a levar os mais jovens a não mais verem o idoso como um “estorvo”, mas seres vivos, pensantes, racionais, e que, apesar das diversas limitações, continuam produtivos e eficientes, se lhe forem dadas oportunidades condizentes.

Como Igreja, é preciso nos prepararmos para a nova realidade, criando uma infraestrutura capaz de cuidar melhor dos idosos, dando-lhes representatividade, mais atenção e acolhimento. Isso ficou evidente nas entrevistas. A Igreja deve proporcionar aos membros uma fé proativa, identidade e missão profética que mostrem por que e para que existe. Como Igreja, os adventistas, desde os anos 1990, desenvolvem diversos programas culturais e educacionais para e com os idosos, mas são muito poucos diante do que é preciso.

Dom Cláudio Hummes, então arcebispo da Arquidiocese de São Paulo, em sua coluna no jornal *O Estado de S. Paulo*, do dia 1º de dezembro de 1999, disse que “a modernidade fracassou na medida em que excluiu a transcendência divina e quis endeusar o homem, a quem, na verdade, tirou todo o horizonte para se superar e sair da prisão egocêntrica. A fé cristã, ao invés, aponta uma esperança real”. Portanto, a esperança nascida da fé continua e continuará sendo um “santo” remédio para se viver melhor a velhice.

4.5. Projetos de vida

Sujeito	Planos de vida
1	Arranjar uma linda mulher, linda em termos, que tenha saúde, que goste de cantar hinos, estudar a escola da lição sabatina, fazermos o culto e orarmos a Deus pela manhã, termos confiança e ambos sairmos para o trabalho. Encerrar o mesmo e voltar para casa à noite e fazer o culto.
2	Tenho um irmão em uma clínica, onde cuido dele como um filho. Ele é deficiente mental. Peço muito ao Senhor para que me dê vida e saúde porque preciso cuidar dele. Quero viver com saúde os dias que ele tem para mim, e cuidar da minha família, meu marido e meu filho.
3	Com essa idade de 80 anos, eu gostaria de não perder nada na Igreja. Sábados à noite, passeios, tudo, afinal, às vezes sou limitado pelo estado de saúde, e por isso não dá para sair muito, mas eu

	coopero, e o que posso fazer nunca vou me negar a fazer.
4	Descansar e servir a Deus.
5	Me preparar muito para encontrar Jesus muito em breve.
6	Ensinar as pessoas a longevidade.
7	Casar outra vez.
8	Estar tranquila no meu lar com meu marido e continuar a vida, nunca parar. Contribuir no que eu puder nos diversos setores, com a ajuda de Deus.
9	Não tenho pressa. Faço o melhor que posso, ajudando meu filho no comércio.
10	Enquanto Deus e a Igreja precisar de mim, estou à disposição para ajudar.

Muitas pessoas encontram meios de driblar perdas e medos, envolvendo-se em atividades com as quais jamais sonharam. Elas indicam possibilidades de trabalho e estudo, e descobrem até potencialidades adormecidas, encontram a capacidade de realizar e se realizar. A participação dos sujeitos desta pesquisa em diversas atividades da Igreja os levou ao encontro de idosos com os mesmos anseios, desenvolvendo a sociabilidade, o que abre a possibilidade de outros sentidos para a vida.

Kastenbaun (1996) afirma que no decorrer da vida, é comum querer o próprio respeito e o alheio. Quer-se ser útil, capaz de apreciar novos prazeres, aceitar novos desafios, fazer parte do presente, futuro e passado, trabalhar de acordo com o potencial individual. O que se relaciona com a proposta de Frankl (2006b), para quem a busca de sentido na vida é única e depende de cada pessoa. Para ele, o indivíduo que tem uma razão para existir suporta positivamente as intempéries da vida.

Os projetos de vida têm a ver com a necessidade de vivenciar novas experiências, desempenhar novos papéis, e saber que existe ainda alguma possibilidade de interferir na sua trajetória, o que faz parte de um processo de amadurecimento afetivo e intelectual. Aprender a crescer e a desejar é desafio a ser enfrentado com familiares e sociedade. Em algumas falas dos participantes desta pesquisa se observou o desejo de investir no futuro, a começar pelo “quero casar outra vez”, ou formulado com mais requinte, “arranjar uma linda mulher, que tenha saúde, que goste de cantar hinos, estudar a escola da lição sabatina, fazermos o culto e orarmos a Deus pela manhã, termos confiança e ambos

sairmos para o trabalho. Encerrar o mesmo e voltar para casa à noite e fazer o culto”.

Na proposta de construir projetos, cabe à pessoa idosa definir o que a levará a conviver e se envolver na comunidade, aproximando-a e participando dos programas oferecidos: “Com essa idade de 80 anos, eu gostaria de não perder nada na Igreja. Sábados à noite, passeios, tudo...”. Mas nem todos constroem seu projeto baseados nessa premissa. É o caso deste entrevistado: “Tenho um irmão em uma clínica, onde cuido dele como um filho. Ele é deficiente mental. Peço muito ao Senhor para que me dê vida e saúde porque preciso cuidar dele. Quero viver com saúde os dias que ele tem para mim, e cuidar da minha família, meu marido e meu filho”.

Outras falas, implicitamente, dizem ambigualmente duas coisas. A primeira delas é que as pessoas idosas desistiram do futuro. Entre elas, “descansar e servir a Deus”, “me preparar muito para encontrar Jesus muito em breve”, “faço o melhor que posso, ajudando meu filho no comércio”, “estou à disposição para ajudar”, “estar tranquila no meu lar, com meu marido, e continuar a vida...”, “contribuir no que eu puder”. As falas podem estar desinvestidas de projetos, o que nos lembra Simone de Beauvoir, em *A velhice*: “O triste é que é difícil encontrar razões para agir, quando são vedadas as antigas atividades. Raros são os indivíduos aos quais o lazer permite o desabrochar de uma vocação contrariada, ou aos quais revela possibilidades inesperadas” (1986, p. 553).

A segunda, opostamente à primeira, talvez diga que as pessoas religiosas – especialmente aquelas que creem na vida após a morte – são muito menos ansiosas. E compreender por que esse efeito da fé é igualmente bom para o corpo implica saber que a ansiedade é sentimento que, depois de processado pelo cérebro, provoca descargas de adrenalina no organismo. Esse hormônio acelera os batimentos cardíacos e eleva a pressão arterial. A exposição crônica a esse hormônio contribui para surgimento ou agravamento de doenças cardiovasculares

e gastrointestinais. Portanto, acreditar em algo mais do que a vida terrestre ajuda a ser feliz e, conseqüentemente, encarar problemas. O estado de relaxamento provocado pela oração e meditação reduz o impacto dos hormônios do estresse, como noradrenalina e adrenalina.

Pensando na possibilidade de atender às demandas dos idosos, a partir de 1990 a Igreja Adventista do Sétimo Dia da Associação Paulistana criou a Universidade da Terceira Idade, a qual oferece variedade de cursos e atividades voltadas aos idosos, adultos e os que estão na maturidade. As razões e os objetivos de atividades educacionais para idosos são muito diferentes, mas a abrangência deste campo é demonstrada por meio das diferentes dimensões. Os grupos de convivência de idosos se desenvolvem ainda hoje nas Igrejas e nas Prefeituras, com cursos semi ou profissionalizantes, como formas ou meios de melhor atendimento, entretenimento e relações sociais e educacionais.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

*A paz de espírito dá saúde ao corpo.
(Prov. 14:30 BLH)*

A velhice pode ser tempo de grande produtividade, sabedoria, discernimento e fé. E também tempo de alegria. Muitos homens e mulheres não reconhecem que cada idade possui sua própria beleza. O mundo precisa de algo mais do que de energia jovem. Requer a força da sabedoria que preserva os elementos da tradição. Desenvolver interesse e gosto por atividades intelectuais, arte, música, literatura e religião, constitui parte importante da preparação do ser humano para a velhice.

A velhice não deve ser definida como processo linear, igualmente para todos. Não se trata de se adequar às normas, regras e valores, mas sentir, reagir e viver da sua forma e sua maneira essa fase da vida. E isso se constatou na fala dos idosos. Como o “tempo vivido” de cada um influiu na visão de mundo, na maneira de agir e reagir frente ao que a vida apresenta, a partir da crença em Deus. O que é muito comum na sociedade, mas pouco investigada, por ser a fé ainda entendida como tabu para a ciência.

Por outro lado, dentro das Igrejas, há outro tabu: pouco é feito pela população idosa, justamente a que compõe a maior parte dos fiéis. Embora a demografia indique os números, muitas atividades implementadas pelas mais diversas instituições religiosas, como a adventista, ainda são somente direcionadas à juventude, o que implica relacionar duas significativas tarefas: 1) levar a Igreja a uma postura bíblica sobre a idade, superando a visão

preconceituosa, centrada na juventude; e 2) estender a abrangência da pregação do aqui e agora para a transcendência.

Nunca se é velho “demais” para novas conquistas. Há na Igreja diversos exemplos de idosos que trabalham com afinco, energia e coragem. São os primeiros a chegar à Igreja e os últimos a sair. Agem com grande vigor, servem a todos com carinho e amor, são preciosos, precisos e úteis. Oferecem o estilo de presença que lhes é próprio. Diversos estudos dão ênfase à variedade de forças ligadas à longa existência, como calma, tranquilidade, liberdade e sabedoria, destacando os aspectos positivos do envelhecimento e não apenas perdas e declínios.

Isolamento social, marginalização e solidão na velhice são desafios atuais que devem ser superados com a promoção de encontros, festas apropriadas, momentos de diversão, passeios, excursões e incentivos a contatos, por exemplo. Essas iniciativas favorecerão o conhecimento, apoio mútuo e fortalecimento de laços sociais. Hoje se está mais atento à realidade do envelhecimento, a fim de serem encontradas soluções para um fenômeno que não é somente individual. Ao contrário, ganhou visibilidade coletiva. Mas resta obter visibilidade religiosa.

O trabalho de grupo nas igrejas adventistas da metrópole se insere no panorama social, e tem por objetivo proporcionar ao idoso um lugar de encontro e convivência, em espaço que facilite aos participantes entrar em contato com a realidade interna. O trabalho em grupo é forma de contribuir para a aceitação do percurso de vida, possibilitando que se olhe para sua vida atual de maneira nova, cuja prática religiosa adquira caráter de suporte social.

As pessoas idosas participantes desta pesquisa e que pautam a vida pelos ensinamentos da religião mostraram ter estilo de vida saudável. São distintos os benefícios dessa atitude, promovida pela religião à qual aderiram: certeza de não viverem sozinhos e contarem com o apoio de outras pessoas e,

conseqüentemente, do poder infinito de Deus; senso de pertencer a uma família/comunidade; serenidade, equilíbrio moral e felicidade; reforço da autoestima; adoração e serviço pelos outros levam além de si mesmos e dão senso de utilidade e sentido à vida.

As famílias são indicadas cada vez mais como fundamentais no suporte, bem-estar e qualidade de vida de seus membros, e cada vez mais chamadas a assumir o papel de proteção social. A família, portanto, deve ter lugar privilegiado também nas discussões e formulações de práticas religiosas, tanto por seu importante papel de proteção quanto pelo apoio aos membros. O mesmo acontece com a comunidade à qual a pessoa idosa pertence.

Os idosos, ao passarem parte do tempo em convívio com os companheiros de Igreja, constroem uma convivência saudável. Os grupos religiosos são utilizados como suporte social, otimizando as relações, permitindo o desenvolvimento de atividades de estudo que preenchem o tempo e ao mesmo tempo estimulam a memória e a interação social. A convivência com pessoas de costumes iguais reforça hábitos saudáveis.

Portanto, a espiritualidade e a rede social ajudam a produzir e a manter mudança no estilo de vida, que, por sua vez, produz efeito na saúde. Enfim, a espiritualidade afeta a saúde física, e, reciprocamente, a saúde física afeta a espiritualidade. Há mais evidência científica no primeiro caso. Participar dos grupos da igreja faz parte do estilo de vida conquistado pelos nossos sujeitos, cujas atividades proporcionam aumento da autoconfiança e da autoestima, fundamentais para se vivenciar uma boa velhice.

Como para os adventistas, o tema da saúde faz parte da formação espiritual da Igreja, como a oração e o estudo da Bíblia, a religiosidade, por meio dos programas dirigidos para a terceira idade da Igreja Adventista do Sétimo Dia, é vista pelos sujeitos como promotora de um bom envelhecimento. Por isso,

alguns foram enfáticos, ao dizerem que é indispensável desenvolver outros programas, levando em conta a demanda da maioria dos membros: os idosos. Para tal, exigem-se dos administradores e teólogos interesse e exemplo.

REFERÊNCIAS

ATLAS DE FILIAÇÃO RELIGIOSA E INDICADORES SOCIAIS da Pontifícia Universidade Católica do Rio de Janeiro (PUC-RJ) para 2010.

BALTES, M. M., & CARSTENSEN, L. M. The process of successful aging: Selection, optimization and compensation. Em U. M. Staudinger & U. Linderberger (Eds.). *Understanding human development. Dialogues with Lifespan Psychology* (pp. 81-104). Boston: Kluwer, 2003.

BARDIN, Laurence. *Análise de conteúdo*. São Paulo: Martins Fontes, 1977.

BRUNO, Valda Bernardes de Souza. *A transformação na última fase da vida: uma visão multidisciplinar do envelhecimento*. Dissertação de Mestrado em Gerontologia. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, 2002.

CARLOS, Sérgio Antonio et al. Identidade, aposentadoria e terceira idade. In: BARRILLI, Heloisa Salvador et al. *O saber construído sobre o processo de envelhecimento*. Porto Alegre: RGS/UNISINOS/PUCRS, Relatório de Pesquisa, 1998.

D'INCAO, M.A. *Modos de Ser e de Viver: a sociabilidade urbana*. In: *Tempo Social*, São Paulo, V. 4, n. 1-2, p. 95-109, 1994.

DEBERT, Guita Grin. *A reinvenção da velhice: sociabilização e processos de reprivatização do envelhecimento*. São Paulo: Edusp - FAPESP, 2004.

ELIADE, M. *O Sagrado e o Profano: a essência das religiões*. São Paulo: Martins Fontes, 1995.

FRANCISCO, Adilson José. *Vivências e ressignificações do neopentecostalismo em Rondonópolis-MT (1993-2006)*. Tese de Doutorado. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, PUC/SP, 2007.

FRANKL, Viktor Emil. *A presença ignorada de Deus*. São Leopoldo: Sinodal, 2006a.

FRANKL, Viktor Emil. *Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração*. São Leopoldo: Sinodal, 2006b.

FRANKL, Viktor Emil. *Sede de sentido*. São Paulo: Quadrante, 2003.

FREITAS, Elizabete Viana de; et al. (orgs.). *Tratado de Geriatria e Gerontologia*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2002.

GEERTZ, C. *A interpretação das culturas*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1978.

GIL, A. C. *Métodos e técnicas de pesquisa social*. São Paulo: Atlas, 1994.

HEGENBERG, M. "Método em psicanálise". In: *Psicoterapia breve psicanalítica. Temas*, 51, 38-50, 1996.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA - IBGE – Censo demográfico 2000. Rio de Janeiro; 2000. Disponível em <<http://www.ibge.gov.br>>. [acesso 29 mar 2006].

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA- IBGE. Síntese de Indicadores Sociais: uma análise das condições de vida da população brasileira. Rio de Janeiro, 2008.

IZQUIERDO, Ivan. *Tempo de viver*. São Leopoldo: Unisinos, 2002.

KASTENBAUM, R. (1996). Near-death reports: Evidence for survival of death? In L. W. Bailey and J. Yates (Eds.), *The near-death experience: A reader* (pp. 247–264). New York, NY: Routledge, 1996.

LIMA, Mariúza Peloso. *Gerontologia Educacional - Uma Pedagogia Específica para o Idoso - Uma Nova Concepção de Velhice*. São Paulo: LTR, 2001.

LOPES, Ruth. G. *Saúde na Velhice*. São Paulo: Educ, 2000.

MARTINS, Andréia. *Implantação e desenvolvimento da filosofia educacional da Igreja Adventista no Brasil: de collegio missionário da conferencia União Brasileira a Collegio Adventista: 1915–1937*. São Paulo: Universidade de São Paulo. Disponível em <http://www.faced.ufu.br/colubhe06/anais/arquivos/502AndreiaMartins.pdf>, [acesso em 5/04/2010].

MARTINS, Joel. Não somos Kronos, somos Kairós. In: *Revista Kairós*, 1 (1). São Paulo: Educ, 1999.

MAY, Tim. *Pesquisa social: questões, métodos e processos*. Porto Alegre: Artmed, 2004.

MILGRAM, S. The small word problem. *Psychology Today* 2, 60-67, 1967.

MILLS, C. Wright. *A Imaginação Sociológica*. 4.^a ed. Tradução de Waltensir Dutra. Rio de Janeiro, Zahar, 1965.

MINAYO, M.C.de S. *O Desafio do Conhecimento. Pesquisa qualitativa em saúde*. 2ª ed. SP: HUCITEC/ RJ: ABRASCO, 1993.

MINAYO, M.C.S. et al. *Pesquisa Social: teoria, método e criatividade*. Rio de Janeiro, Vozes, 2002.

MIRANDA-MASSARI, Jorge R, et al. *Redefinindo paradigmas equivocados da saúde: sua influência na prática médica e política pública de saúde*, 2007. http://www.pahef.org/success_stories/ethos_iv/portuguese/13RedefinindoParadigmasEquivocadosDaSade.pdf. [acesso em 5 de julho de 2010].

MONTEIRO, Dulcineia da Mata Ribeiro. Encontrando Deus: viver *in transitus*. In: MONTEIRO, DMR. (Org.). *Espiritualidade e finitude: aspectos psicológicos*. São Paulo: Paulus, 2006.

MORAES FILHO, E. (org.). *Simmel*. São Paulo: Ática, 1983. (Coleção Grandes Cientistas Sociais).

MORAGAS, Ricardo M. *Gerontologia social*. São Paulo: Paulinas, 1997.

MOTTA, Edith. Homenagem: Reflexos da Aposentadoria Sobre a Questão Social do Idoso. Revista A Terceira Idade, N.13. São Paulo, SESC, abril de 1998.

NERI, AL, CACHIONI, M., & RESENDE, MC (2002). Atitudes em Relação à velhice. Em E. V. Freitas, L. Py, A. L. NERI, Anita Liberalesso (2001). *Velhice e qualidade de vida na mulher*. Em A. L. NERI (Org.). *Desenvolvimento e envelhecimento: perspectivas biológicas, psicológicas e sociológicas*. Campinas: Papyrus, 2001.

NERI, Anita Liberalesso. (Org.). *Palavras-chave em gerontologia*. Campinas: Alínea, 2005.

NERI, Anita Liberalesso. *Qualidade de vida e idade madura*. São Paulo: Papyrus, 1993.

OOSTERWAL, Gottfried. *La Iglesia Adventista del Séptimo Día en el mundo contemporáneo*. Entre Rios, Argentina: Libertador San Martín, SALT, 1981.

ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DE SAÚDE, 2002. Relatório Mundial da Saúde. Saúde mental: nova concepção, nova esperança, 2002.

PAPALÉO NETTO, M; PONTE, J. R. Envelhecimento: desafio da transição do século. In: PAPALÉO NETO, M.(org). *Gerontologia*. São Paulo, Atheneu, 2002.

RELATÓRIO CAPES 2009 - Programa de Estudos Pós-Graduados Gerontologia da PUC/SP, 2009.

SAFRA, Gilberto. *Conhecimento pela razão e inteligência*. São Paulo: Sobornost, 2003

SOMMERHALDER, Cinara e GOLDSTEIN, Lucila. O papel da espiritualidade e da religiosidade na vida adulta e na velhice. In: FREITAS, Elizabete Viana de et al. *Tratado de geriatria e gerontologia*. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

STOPPE JR., A. & LOUZÃ NETO, M. *Depressão na terceira idade: Apresentação clínica e abordagem terapêutica*. São Paulo: Lemos, 1999.

TAVARES, Vera Lucia. A busca da excelência no atendimento em uma ILPI sob a perspectiva do sujeito residente. Dissertação de Mestrado em Gerontologia. Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, 2008.

TILLICH, Paul. *A coragem de ser*. São Paulo: Paz e Terra, 1991.

VILLAS BÔAS CONCONE, Maria Helena. Medo de envelhecer ou de parecer? In: *Revista Kairós* 10 (2), dez. 2007 pp 19-44.

WHITE, Ellen G. *Medicina e Salvação*. São Paulo: Casa Publicadora Brasileira, 1995.

WHITE, Ellen. *Patriarcas e Profetas*. A história dos grandes personagens Bíblicos. São Paulo: CPB, 1991.

ROTEIRO DO QUESTIONARIO APLICADO AOS IDOSOS INTEGRANTES DA PESQUISA

IDENTIFICAÇÃO

Nome:

Data de Nascimento:

Sexo: Masc. () Fem. ()

Local de Nascimento

Escolaridade: 1º grau () completo - 2º grau () completo - 3º grau completo
()

1º grau () incompleto - 2º grau () incompleto – 3º grau
incompleto ()

Estado Civil:

Filhos:

Netos:

Qual a sua ocupação atual?

Profissão?

Renda mensal:

1 - Há quanto tempo está na Igreja?

2 - Descreva, em poucas palavras, como foi seu início na Igreja.

3 - De quais atividades o sr./a sra. participa?

4 - Qual é a sua opinião sobre o programa da terceira idade que participa?

5 - Qual é a contribuição do programa com a terceira idade em sua vida?

6 - Você se preparou ou se prepara para essa fase da vida?

7 - Você acha que a Igreja contribui nesse preparo?

8 - Como você via o envelhecimento antes do programa e como você vê agora?

9 - Quais são os seus planos de vida?

10 - O que você entende que a Igreja poderia fazer para melhor atender o idoso e melhorar sua qualidade de vida?

11 - Para você, o que é ser idoso?

Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

Solicito o seu consentimento para participar da nossa pesquisa cujo nome é *Envelhecimento e religiosidade*¹⁶, que está sendo realizada no Programa de Estudos Pós-Graduados em Gerontologia, da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo, PUC – SP. Esta pesquisa tem como objetivo investigar como a Igreja Adventista contempla a pessoa idosa.

As informações de seus dados gerais e de sua saúde, necessárias à pesquisa, serão obtidas através de entrevista. Todas essas informações são absolutamente sigilosas, e seu nome jamais será mencionado na divulgação dos resultados da pesquisa.

As respostas serão utilizadas na composição da proposta utilizada por mim na elaboração da dissertação, assim como os demais materiais que vierem a ser coletados, gerando novas possibilidades de apresentação do trabalho, enriquecendo e facilitando a divulgação dos resultados alcançados.

A sua participação é absolutamente voluntária, e caso não queira participar, em nenhum momento a sua atuação nessa instituição será prejudicada, podendo desistir de participar do estudo e solicitar a suspensão do seu consentimento, mesmo após ter sido realizada a entrevista.

Agradeço-lhe atenção e deixo o meu telefone para contato. (11) 3476-6269

São Paulo, __/ __/ 2009

Pesquisador

Consentimento do entrevistado _____

TESTEMUNHAS: _____

Nome e CPF _____

¹⁶ Título inicial

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](#)