

UNILEÃO
CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

LARISSA CAETANO DE SOUSA

**PROCESSO DE ENVELHECIMENTO E ESPIRITUALIDADE: POSSÍVEIS
IMPACTOS DO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO NA DIMENSÃO
ESPIRITUAL DA PESSOA IDOSA**

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2021

LARISSA CAETANO DE SOUSA

**PROCESSO DE ENVELHECIMENTO E ESPIRITUALIDADE: POSSÍVEIS
IMPACTOS DO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO NA DIMENSÃO
ESPIRITUAL DA PESSOA IDOSA**

Trabalho de Conclusão de Curso – Artigo Científico, apresentado à Coordenação do Curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Dr. Leão Sampaio, em cumprimento às exigências para a obtenção do grau de Bacharel em Psicologia.

Orientador: Prof. Me. Joel Lima Junior

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2021

LARISSA CAETANO DE SOUSA

**PROCESSO DE ENVELHECIMENTO E ESPIRITUALIDADE: POSSÍVEIS
IMPACTOS DO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO NA DIMENSÃO
ESPIRITUAL DA PESSOA IDOSA**

Este exemplar corresponde à redação final aprovada do Trabalho de Conclusão de Curso de LARISSA CAETANO DE SOUSA.

Orientador: Prof. Me. Joel Lima Junior

Data da Apresentação: 15/12/2021

BANCA EXAMINADORA

Orientador: Prof. Me. Joel Lima Junior

Membro: Profa. Me. Larissa Maria Linard Ramalho/UNILEÃO

Membro: Esp. Maria Júlia Bezerra Barreira Romão

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2021

PROCESSO DE ENVELHECIMENTO E ESPIRITUALIDADE: POSSÍVEIS IMPACTOS DO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO NA DIMENSÃO ESPIRITUAL DA PESSOA IDOSA

Larissa Caetano De Sousa¹
Joel Lima Júnior²

RESUMO

O processo de envelhecimento, por muitas vezes, é compreendido como algo sagrado, em que o sujeito se encontra na espiritualidade e exalta a um Deus. Estudos têm demonstrado que a faixa etária acima de 65 anos é a que mais tem contato com sua espiritualidade e crenças religiosas. Assim, o presente estudo objetivou, por meio de uma revisão bibliográfica, investigar os impactos do processo de envelhecimento na dimensão espiritual do sujeito. Diante disso, os resultados encontrados mostram que muitas pessoas percebem que a dimensão sociocultural do envelhecimento, está associada à decadência, perda e morte, porém foi percebida uma divergência em que tais aspectos podem ser relacionados a qualquer fase da vida; o envelhecimento psicológico, que envolve pensamentos atitudes e comportamentos, por intermédio do qual foram enfatizadas mudanças significativas na vida das pessoas idosas, como também o envelhecimento ideal e social, em que se espera uma carga de valor e engajamento neste processo, trazendo uma ideia de um ser bem sucedido, havendo uma idealização na manutenção da autonomia da pessoa idosa. Sendo assim, nessa fase da vida, é necessário que o idoso esteja cercado de afeto e acolhimento para seguir com o curso da própria vida. Os estudos realizados aqui, apontam a importância da Psicologia em pensar possibilidades que melhoram a qualidade de vida da pessoa idosa, reduzindo os sofrimentos, fornecendo mais apoio a eles próprios e aos seus cuidadores. Diante disso, trabalho em conjunto permite aos idosos se sentirem úteis para alcançar o bem-estar físico e psíquico.

Palavras-chave: Pessoa Idosa. Espiritualidade. Religiosidade. Psicologia.

ABSTRACT

The aging process is often understood as something sacred, in which the subject finds himself in spirituality and exalts a God. Studies have shown that the age group above 65 years old is the one that has the most contact with their spirituality and religious beliefs. Thus, the present study aimed, through a bibliographic search review, to investigate the impacts of the aging process on the subject's spiritual dimension. Therefore, the results found show that many people perceive that the sociocultural dimension of aging is associated with decay, loss and death. However, a divergence was noticed in which such aspects can be related to any stage of life; psychological aging, which involves thoughts, attitudes and behaviors, through which significant changes in the lives of elderly people were emphasized, as well as ideal and social aging, in which a load of value and engagement in this process is expected, bringing an idea of a successful being, with an idealization in the maintenance of the aged person's autonomy. Hence, at this stage of life, it is necessary for the elderly to be surrounded by affection and acceptance to continue with the course of their own lives. The studies performed here point out the importance of Psychology in thinking about possibilities that improve the aged people's

¹ Discente do curso de psicologia da UNILEÃO. E-mail: larissacs2014@gmail.com

² Docente do curso de psicologia da UNILEÃO. E-mail: joellima@leaosampaio.edu.br

quality of life, reducing suffering, providing more support to them and their caregivers. That said, working together allows the elderly to feel useful in achieving physical and mental well-being.

Keywords: Spirituality; Elderly; Religiosity; Psychology.

1 INTRODUÇÃO

A velhice, compreendida socialmente como última fase da vida, pode causar na pessoa idosa inquietações atreladas a um aumento na frequência de pensar sobre a vida e a morte. No processo de envelhecimento, são usados recursos emocionais, cognitivos e sociais para o enfrentamento de situações inusitadas, que possuem origem no conjunto de valores e crenças, construídos e compartilhados pela sociedade. Diante disso, o campo da espiritualidade pode ser considerado um dos recursos para lidar com as situações adversas na velhice, incluindo os aspectos motivacionais e emocionais na busca incessante de sentido para viver, como também, valores que estejam mais próximos da forma de interpretar o mundo (GUTZ; CAMARGO, 2013).

Os autores acima ressaltam ainda que o entendimento acerca da velhice transpôs uma mudança gradual, pois anteriormente era tratada apenas como inutilidade, declínio e perdas e, atualmente, passou a ser compreendida enquanto uma etapa do desenvolvimento humano que inclui não só perdas, mas ganhos também (GUTZ; CAMARGO, 2013).

A partir das formas de enfrentamento com as quais o sujeito representa uma precisão em assegurar a sua existência, como também em transcender rótulos socialmente construídos, se encontra permeado por normas, valores, sentidos, crenças e costumes que o constituem através de suas ações, como vivências e experiências no mundo. Diante disso, Frankl (1993), traz como uma das características distintas a “autotranscendência”, em que o sujeito a partir da intencionalidade é orientado para algo ou alguém que percorre fora de si, que nesse caso em específico seria a dimensão espiritual visando o sagrado (MOREIRA; HOLANDA, 2010). Antes de detalhar as condições de enfrentamento diante da espiritualidade da pessoa idosa, cabe aqui buscar definir o que seria esta dimensão espiritual que, de acordo com Moreira e Holanda (2010, p. 345), é “a dimensão da vivência da liberdade e da responsabilidade”.

O interesse pelo presente estudo surgiu diante da afinidade com o tema, bem como pelos estudos acadêmicos e vivências pessoais que repercutiram de forma significativa no processo aprendizagem, instigando a busca e o aprofundamento do tema trabalhado.

Partindo dessa perspectiva, compreende-se a relevância do aprofundamento do tema adentrar nessas experiências subjetivas do envelhecer, atrelado ao fazer ético da Psicologia em busca de estratégias que fortaleçam o sujeito diante do enfrentamento. Além disso, busca-se expandir o conhecimento, visando aplicar tal conteúdo em publicação de artigos e revistas para auxiliar outras pessoas em projetos sociais de apoio à pessoa idosa. E, por último, atende-se à motivação pessoal, que teve como base as leituras acadêmicas, em especial, na disciplina de

Psicologia da Religião que traz aspectos interessantes acerca da dimensão espiritual do sujeito, bem como a disciplina de Psicogerontologia que proporciona distintas formas de conhecimento acerca do processo de envelhecimento, trazendo as perdas e ganhos da pessoa idosa.

Portanto, o artigo em questão tem como objetivos: discutir a respeito do impacto das múltiplas formas de envelhecer na vida da pessoa idosa; identificar as principais dificuldades frente ao processo de envelhecimento; identificar estratégias para enfrentar possíveis dificuldades diante ao processo citado e, por fim, discutir acerca da influência da dimensão religiosa no processo de envelhecer.

2 METODOLOGIA

O artigo aqui apresentado, compreende um estudo qualitativo e de revisão bibliográfica. De acordo com Gil (2010), a pesquisa bibliográfica é elaborada a partir de materiais produzidos, permitindo assim, que o estudo seja constituído sobretudo de artigos científicos e livros.

As bases de dados usadas foram o ScientificElectronic Library Online (SciELO), Periódicos Eletrônicos de Psicologia (Pepsic), Universidade de São Paulo (USP) e LUME - Repositório Digital da UFRGS, usando nas pesquisas os seguintes descritores: o processo de envelhecimento, a espiritualidade, a pessoa idosa, a religião e a Psicologia, além de suas combinações. Ademais, foram utilizados também: o processo de envelhecimento frente à espiritualidade, a pessoa idosa e a religião, Psicologia e espiritualidade, a pessoa idosa e a Psicologia. Com isso, os critérios usados para selecionar os textos foram materiais literários, de fontes acadêmicas confiáveis, relacionados aos descritores, contendo seu período da coleta de dados para construção do artigo de agosto a dezembro de 2021.

3 O PROCESSO DE ENVELHECIMENTO

Em nenhum outro momento da história, os seres humanos viveram tanto. Envelhecer é uma conquista, uma resposta aos fatos e fenômenos da longevidade estendida. Diante disso, pode ser identificado que o prolongamento da vida é uma aquisição da civilização, pois a ascensão do envelhecimento das populações do mundo se tornou uma questão social, econômica e de saúde pública, impactando todos os sistemas políticos atuais, com ênfase maior nos países em desenvolvimento. Na verdade, viver mais prescreve o triunfo da solidariedade, da união de esforços grupal e individualmente, sendo uma carência sentida pelos primeiros seres

humanos que experimentaram o desamparo na extrema dificuldade da sua sobrevivência (MORIN, 1990).

Viver é estar em constante aprendizado e o desenvolvimento poderá acontecer durante todo o percurso da vida. Isto requer curiosidade e coragem, neste caso, coragem para abandonar velhas ideias e se permitir abrir às ideias desconhecidas, ao novo (HILLMAN, 2001).

O aumento do número de idosos no Brasil acarreta demandas que ainda se conhece pouco, reverberando assim, a necessidade de se falar a respeito do que é ser uma pessoa idosa, sem focar de forma negativa e homogeneizadora. Portanto, a pessoa idosa é considerada aquela que tem acima de 60 anos, tais informações encontram-se na Política Nacional do Idoso, instituída pela Lei Federal 8.842, no ano de 1994, bem como no Estatuto do Idoso - Lei 10.741 do ano de 2003 (BRASIL, 2009).

Diante de uma visão orgânica, a pessoa idosa é aquela que, no decorrer dos anos, desapossa-se naturalmente da força e vigor da juventude, e por consequência perde gradativa as funções vitais presentes nos órgãos. A partir de então, o processo de envelhecer poderá ser visto através de diversas perspectivas (JARDIM; MEDEIROS; BRITO, 2006).

A Divisão de População feita pela ONU, apresentou, em 17 de junho de 2019, novas projeções populacionais para os países e para o total mundial. Mediante os resultados, pode ser identificado que não se mostraram muito diferentes das demais projeções, porém os números são mais atualizados ponderando dados demográficos mais recentes em que foram levados em consideração a população total, a qual era de 2,5 bilhões em 1950 e aumentou para 7,8 bilhões em 2020, apresentando assim uma estimativa que pode ser de 10,9 bilhões em 2100 (ALVES, 2019).

O número de pessoas idosas de mais de 65 anos era, aproximadamente, 129 milhões no ano de 1950 e passou para 422 milhões no ano de 2020, podendo alcançar 2,5 bilhões em 2100. Assim, o aumento absoluto foi cerca de 19,1 vezes. Respectivamente, a população idosa com mais de 65 anos, é mais distintiva, 5,1% comparado ao total de habitantes de 1950, e passou para 6,5% no ano de 2020, podendo chegar a atingir 22,6% em 2100, quando poderá representar um aumento de 4,5 vezes no percentual de 1950 (ALVES, 2019).

Diante de tais dados estatísticos, percebe-se que quanto maior o crescimento da população mundial, maior é a parcela de pessoas idosas. No Brasil, o envelhecimento da população ocorre de forma mais acelerada, visto que a população brasileira total era cerca de 54 milhões de pessoas no ano de 1950, passou para 213 milhões no ano de 2020, podendo alcançar cerca de 229 milhões no ano de 2050, para que, em seguida, venha a cair para 181 milhões de pessoas no ano de 2100. Diante do que foi mencionado, entende-se que o

crescimento absoluto foi de, aproximadamente, 3,3 vezes em 150 anos, ou seja, menor ainda do que os 4,3 vezes referentes ao crescimento da população mundial (REIS *et. al*, 2015);

Portanto, de acordo com Neri (2013), com o crescimento da população brasileira, houve um aumento significativo da população idosa, intensificado em comparação com o cenário global. A parcela de pessoas de mais de 60 anos, em processo de envelhecimento no Brasil, era de 2,6 milhões no ano de 1950 e passou a ser 29,9 milhões em 2020, podendo alcançar os 72,4 milhões até o ano de 2100. O crescimento total foi de 27,6 vezes. Assim, a população idosa de mais de 60 anos representava 4,9% do total absoluto de pessoas no ano de 1950 e passou, consideravelmente, para 14% em 2020, podendo assim atingir o percentual significativo de 40,1% no ano 2100, representando um aumento significativo de 8,2 vezes no peso relativo entre 1950 a 2100.

Tendo em vista uma análise focada no Estado do Ceará, percebe-se que a população mais idosa, diante do que mostram os dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE) (2010), alcançou um crescimento elevado no último censo em 2010, totalizou aproximadamente 90.9215, cerca de 10,75% da população Estadual é composta por pessoas idosas, tal aumento tem como base o último censo de 2006. Portanto, ao observar tais dados estatísticos a nível mundial, nacional e estadual, é perceptível que o público mencionado está em crescimento gradativo conforme o passar dos anos (ALVES, 2019).

No tocante ao que se refere à dimensão sociocultural, o processo do envelhecimento associa-se à ideia preconceituosa de decadência, perda e morte, trazendo um esquecimento da parcela significativa de mortes de jovens. Em suma, a vida pode ser a “sala de espera” da morte em qualquer idade. Todos os esforços para um acolhimento aos mais velhos, prezando por uma melhor qualidade de vida que sustente a maior longevidade. De tal modo, todos devem estar aliados para que os seres humanos, em todas as idades, sejam acolhidos e encorajados a lutarem juntos por um envelhecimento digno. Na verdade, o envelhecimento populacional aponta para a criação de um ideal coletivo (MARTINS DE SÁ, 1998).

Segundo Scopinho (2010), no envelhecimento psicológico, dá-se ênfase a uma premissa importante de que ao longo de todo esse processo há modificações significativas na vida das pessoas e, conseqüentemente, nas pessoas idosas, nos seus valores, perspectivas e pensamentos, assim como uma grande mudança em suas atitudes e no próprio comportamento. Como salientado por Salgado (1982), a incapacidade gera um sentimento de desmotivação diante de tais atividades a eles apresentadas, tanto individual como social. Ademais, “o que permanece como verdade é que não se pode afirmar, cientificamente, que existe um declínio na capacidade mental e intelectual devido ao simples envelhecimento” (SALGADO, 1982, p. 44).

Segundo Neri (1991), um aspecto relevante, é que existem outros tipos de processos de adaptação à velhice, o que se pode chamar do próprio envelhecimento ideal, com uma carga de valor e engajamento ao chegar na velhice, trazendo ainda que

pensar numa trajetória de envelhecimento bem-sucedido, leva a refletir sobre o ideal de manutenção da autonomia, sobre a possibilidade de o indivíduo seguir o curso de sua vida, mantendo a concepção de sua identidade e de sua capacidade de interagir no mundo, fazendo opções ajustadas às suas necessidades, e reconhecendo que é também autor de uma história singular que está continuamente sendo construída e dá sentido à sua existência. Nesse contexto, a cognição assume um papel de relevância, entre outros aspectos importantes na manutenção da autonomia, fazendo da produção de conhecimento nessa área fonte valiosa de subsídios para o entendimento e melhor aproveitamento das potencialidades do ser humano (NERI, 1991, p. 66).

E por último, o envelhecimento social, em que não se pode deixar de mencionar a real importância e a influência da cultura como manifesto e significado para a morte e finitude humana, como também a velhice que, em diversas culturas, tomou-se como elemento de valorização e reconhecimento na sociedade, nas sociedades antigas, ser velho era algo dignificante (SCOPINHO, 2010).

Ramos (2002) argumenta que as relações sociais são fundamentais na manutenção e promoção da saúde, pois se espera que a pessoa idosa esteja cercada de afeto, acolhimento e segurança no contexto social em que vive, ajudando assim no manejo das consequências que decorrem de algum problema de saúde no sujeito, bem como, da morte. De acordo com o autor, a sensação de bem-estar está intimamente ligada à forma recíproca de cuidado com o outro, de forma saudável. Quando a pessoa idosa percebe que a troca não está equilibrada, por se perceber mais dependente de outra pessoa, pode se sentir deprimida e inútil.

A forma como a sociedade defronta-se com o processo de envelhecimento, interpreta os adoecimentos e lida com a perspectiva da morte, está atrelada diretamente na vida de cada sujeito em sua autoimagem, na relação que possui consigo, bem como na habilidade da construção do caminho, se adaptando ao meio para transformá-lo em seu benefício, e na sua relação com outras pessoas (LIMA; VIEGAS, 1988).

Dentro dessas perspectivas de uma nova reconfiguração da vida desse indivíduo longo que pode ser vista da melhor maneira, encontra-se a espiritualidade, mais especificamente em relação a religiosidade. Em vias de habituar-se com esse aspecto que se pode dizer aproximando do grande mistério da vida que é o fim, a religiosidade (de maneira interiorizada, para não causar ansiedade) pode ser um fator positivo para as pessoas idosas, ainda não se tem uma grande gama de pesquisas, porém, segundo dados existentes, pessoas que possuem tais práticas

podem ter auxílio significativo desde ressignificar o fim e até mesmo como em relação aos mais diversos tipos de enfermidades (GUTZ, 2013).

4 BREVES CONSIDERAÇÕES ACERCA DA ESPIRITUALIDADE/RELIGIOSIDADE

A espiritualidade não é um monopólio atrelada à religião, nem mesmo algum movimento espiritual. É inerente aos seres humanos e pode ser considerada a dimensão que eleva as pessoas além de seu universo material, permitindo que venham a se confrontar com seus problemas mais profundos (GOMES; FARINA; FORNO, 2014). Diante dessa perspectiva, Veras e Rocha (2014) pontuam que o ser humano vive na busca incessante de sentidos e, pautando-se nisso, a vontade de sentido é o que o move em sua existência no mundo. Ressalta-se ainda, que a espiritualidade é compreendida como algo que representa as características do ser humano e da existência, mostrando-se aberta e transcendente, constituindo-se assim, enquanto consciência e responsabilidade.

Outro aspecto que se vincula também a tal abordagem é a religiosidade, ainda que não seja sinônimo de espiritualidade. Lima (2013) compreende que a religiosidade se refere à conexão espiritual com o absoluto, tornando-se assim, primitiva com o sagrado. Essa linguagem expressa o vínculo entre o Eu e o Tu eterno. Pode ser compreendida como crenças religiosas que desempenham um papel na orientação do homem para com o seu sentido último. No entanto, ressalta que os valores, costumes, ética e institucionalização da religião e da igreja, se impostos na relação de vivência do sujeito espiritual com o absoluto irão desempenhar um papel distante, objetivante e "coisificante" na relação ontológica com o sagrado.

Segundo Monteiro *et al* (2020), a religião é um agrupamento de crenças e costumes estáticos, sendo a mesma um processo dinâmico e, na maioria das vezes, voltado para a descoberta de sentido e significados na vida dos que creem. Visto que, as pessoas são inspiradas a cultivar e manter seus relacionamentos por meio de práticas religiosas e tal processo pode ser puramente fundamentado na socialização, nas necessidades de cada sujeito e motivos internos, em que geralmente as instituições religiosas desempenham um papel que prega doutrinas morais aos sujeitos, auxiliando os que estão perdidos na forma que vivem, proporcionando direcionamento e amparo.

Diante disso, percebe-se que quando o sujeito esbarra em situações que abalam ou perturbam seu modo de vida, deixando-o desorientado e sem perspectivas futuras, ele se esforça para restaurar o equilíbrio emocional ou psicológico. Nesse sentido, pode buscar auxílio na

religião para ajudá-lo a manter o sentido, e pode recorrer a práticas religiosas visando manejar com mais segurança situações desagradáveis (MONTEIRO *et al*, 2020).

Em suma, a espiritualidade pode ser conhecida enquanto uma dimensão humana aberta ao mundo e à religiosidade como uma qualidade espiritual relacionada à totalidade, que em si mesma se refere a uma palavra constituída ao absoluto. Nesse sentido, espiritualidade e crenças religiosas passaram a ser reconhecidas como questões humanas, ao invés de se conceber como um fenômeno que o ser humano cria por meio da fantasia ou da projeção para confortar a existência considerada sem sentido. Sendo assim, a espiritualidade caracteriza-se como uma forma que o sujeito deseja viver, sem estar necessariamente ligado a uma religião (LIMA, 2013).

Contudo, Monteiro *et al* (2020) ressalta que, nas últimas décadas, os campos que estudam os saberes médicos e a área da Psicologia têm realizado pesquisas científicas rigorosas sobre a correlação entre espiritualidade e religiosidade intimamente ligadas à saúde mental, como também, publicado tais pesquisas científicas. Diante de tais pontuações, o cenário mostra que a espiritualidade e a religiosidade não se desfazem, como pensava e indicava a prática médica da psiquiatria. Identifica-se, com isso, a importância da espiritualidade e da religiosidade para a vida da maioria da população mundial, mostrando de forma ampla que a participação religiosa está relacionada a indicadores de saúde mental e bem-estar.

Diante do que foi apontado, pode-se identificar que a espiritualidade/religiosidade possui um papel importante no processo de envelhecimento, pois à medida que o sujeito envelhece, a dimensão espiritual pode representar uma ferramenta fundamental de apoio emocional, refletindo consideravelmente a saúde biopsicológica da pessoa idosa. Nessa fase da vida, a pessoa idosa pode vir a buscar respostas espirituais mais urgentes e, de forma mais intensa, visando um conforto existencial que a direciona na busca de sentido (MARTINEZ; CUSTÓDIO, 2014).

Com isso, Balbinotti (2017) pontua que compreender a espiritualidade no processo de envelhecimento é se perguntar se o caminho que foi ou está sendo seguido, é de fato saudável, se vale a pena, e se o sujeito se sente fortalecido. Pois, para algumas pessoas idosas, grandes contratempos, nessa fase, indicam que a missão não foi concluída e o sofrimento tende a aparecer. Na visão da autora, esse equilíbrio geralmente faz parte do estado espiritual, em que as pessoas idosas procuram conscientemente explicações sobre suas vivências e experiências, questionando saber para onde vão, bem como, o que levam da vida ou o que deixam enquanto legado para seus entes queridos.

Denota-se que, diante das leituras realizadas, a grande parte do sofrimento associado ao processo de envelhecimento está relacionada às perdas que os sujeitos sofreram ao longo da vida. Tais perdas incluem diminuição de saúde e de funções orgânicas, funções mentais definindo, mudanças significativas da aparência física, afastamento do trabalho para aposentar-se, redução da autonomia, status social, bem como, perda dos companheiros, amigos e idealizações de projetos futuros diante de algumas limitações enfrentadas (ZENEVICZ; MORIGUCHI; MADUREIRA, 2012).

Nessas situações de conflito diante do envelhecimento, os idosos passam a pensar mais nos acontecimentos da vida, fortalecendo as práticas espirituais e religiosas, tendo em vista que se firmar a algo, seja um Deus religioso, o divo, o sagrado ou uma força superior é sinônimo de segurança. Portanto, identifica-se a importância do suporte emocional para que a saúde mental das pessoas idosas tenha o mínimo possível de impactos. O envelhecimento está em harmonia com a espiritualidade, o que torna a vida possível, como uma sinfonia que possui sensibilidade, melodia, com momentos fortes e transformadores, buscando constantemente a arte da vida (BALBINOTTI, 2017).

Contudo, é válido ressaltar que a influência do processo de envelhecer na dimensão espiritual do sujeito advém como algo espontâneo em uma necessidade comum do longo, pois possibilita à pessoa idosa, na maioria das vezes, se encontrar, poder interligar muitos acontecimentos ao longo da vida que, até então, não faziam sentido e se entregar em busca de poder gerenciar algo que considerava impossível de vencer enquanto obstáculo, como também administrar enigmas que surgem desde o início e finalizar questionamentos que aparecem ao longo do tempo (VERAS, 2013).

5 ENVELHECIMENTO, ESPIRITUALIDADE E PSICOLOGIA

No campo do envelhecimento, cada vez mais, estudos estão tentando alcançar ideias sobre como se produz um envelhecer saudável, bem como as causas e padrões de um envelhecer disfuncional. Devido à influência de fatores intelectuais que afetam o bem-estar da pessoa idosa, bem como a autonomia desses, a comunidade científica costuma enfatizar os déficits cognitivos do envelhecimento, pois há um impacto significativo nesse processo. Com isso, percebe-se um interesse que está atravessado por questões financeiras, no que se refere aos custos de uma velhice disfuncional, como também, o interesse no campo da saúde mental diante dessa etapa da vida (NERI, 2006; CHARCHATFICHMAN; CARAMELLI; SAMESHIMA; NITRINI, 2005; BRITO *et al*, 2013).

Diante dessa perspectiva, embora a Psicologia seja uma ciência com resultados importantes neste campo, ela não apresenta uma produção científica ampla sobre as compreensões desenvolvimentais, bem como possibilidades de intervenção no contexto da velhice e no processo de envelhecimento, embora a Psicologia seja uma ciência com produção significativa neste contexto (DAWALIBI, 2013; WITTER, 2011). Diante disso, o valor agregado nas pesquisas psicológicas refere-se à compreensão da realidade das diferentes interseções dos idosos, buscando intervenções que incluam inserir seus variados atravessamentos, suas relações, seu contexto multidimensional, bem como, pensar possibilidades que melhoram a qualidade de vida da pessoa idosa, reduzindo os sofrimentos, fornecendo mais apoio aos idosos e a seus cuidadores (MOREIRA, 2012).

A pessoa idosa compreende, na maioria das vezes, a espiritualidade e a religiosidade, enquanto preciosas ferramentas na arte de remodelar o sujeito, justamente porque levam o ser humano a encontrar sentido mesmo na dor. Apesar da crise, o sentido de ganhar experiência pode ser prazeroso e motivo de orgulho diante da superação das dificuldades, podendo aumentar a resiliência do sujeito. Portanto, a espiritualidade se mostra como um dos principais recursos para o público idoso e a sociedade de forma geral compreenderem o sofrimento e se fortalecerem enquanto ser humano para enfrentar os desafios, pois tais situações e experiências tendem a aumentar a valorização, atenção ao outro, a compaixão, a cooperação e a empatia. Portanto, na maior parte das vezes a espiritualidade é utilizada como um guia para cuidados de saúde física e mental, bem como o autocuidado (SANT'ANA *et al*, 2021).

Nessa perspectiva, percebe-se que a pessoa idosa faz uso da espiritualidade para se fortalecer, especificamente para ajudar a lidar com as necessidades urgentes de eventos estressantes, especialmente buscando forças para perseverar e encontrar um propósito, um significado, um sentido para a vida quando a maioria das crenças básicas são desafiadas nessa etapa final da vida. Essa estratégia de enfrentamento é utilizada no processo de envelhecimento quanto em situações de crise, como as que se relacionam com procedimentos de saúde e doença, de perdas, no âmbito profissional, de medo da própria morte e da morte de entes queridos. De tal modo, é desencadeada por situações específicas, principalmente aquelas que tiram os indivíduos da crise compreendendo seus recursos sociais e pessoais limitados. Pesquisas sobre a espiritualidade do sujeito em experiências estressantes, incluindo saúde e bem-estar, mostram que esses resultados possuem efeitos mais positivos do que estratégias de enfrentamento não espirituais (JARAMILLO, 2019).

Contudo, a Psicologia adentra o processo de envelhecimento em uma perspectiva de criação de possibilidades de intervenções psicológicas na prática clínica para analisar e avaliar

fatores de risco comportamentais e psicológicos, como o envelhecimento patológico, a fragilidade e a dependência do público idoso com os cuidadores e familiares. Com isso, os profissionais de Psicologia visam avaliar e intervir em distúrbios psicológicos e comportamentais, bem como, em funções comportamentais, emoções, cognição, motivação, saúde física, como distúrbios do sono, dor e doenças neuropsicológicas. Tais intervenções são baseadas no apoio social para diminuir o impacto de várias situações de crise, lidando com o estresse, o desamparo, as perdas comuns da idade, quadros específicos de ansiedade, para assim melhorar a qualidade de vida da pessoa idosa (RIBEIRO, 2015).

6 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao longo do presente artigo, foi possível perceber uma linha tênue que separa o processo de envelhecimento e a espiritualidade. Tal processo pode ser visto das mais variadas facetas, desde quando a pessoa idosa começa a se reconhecer nessa fase, até as representações finais percebidas e enfrentadas pela mesma e apesar de ser um dos grupos em que a espiritualidade é percebida por ter uma relevância maior, a psicogerontologia ainda é uma área que precisa de um aprofundamento maior em estudos acerca dessa questão espiritual da pessoa idosa.

Diante disso, ressalta-se que apesar dos idosos estarem cercados de privações nesta fase da vida, foi identificado que há uma busca constante em superar tais dificuldades. As múltiplas formas de envelhecimento foram percebidas como relativas, de acordo com o contexto em que a pessoa idosa está inserida, como exemplo, se tem uma boa rede de apoio, se há um amparo na dimensão espiritual, bem como validação dos seus sentimentos. Com isso, identifica-se a Psicologia, nesse cenário, com diferentes vertentes de visão, percebendo o processo de envelhecimento como uma etapa importante e cheia de significado, e como tal processo atravessa pacientes idosos em sua dimensão espiritual.

Ao longo da construção do artigo, foi observado que as diferentes dificuldades atravessadas, dizem respeito, na maioria das vezes, à internalização dos estereótipos relatados socialmente sobre a velhice, que podem gerar sentimentos de inadequação social. Pontua-se o quanto significativo é, nesse contexto, o acolhimento diante da longevidade para potencializar aspectos positivos tais como pensamentos, comportamentos e atitudes comuns do amadurecimento do ser, permitindo que a pessoa idosa possa vislumbrar estratégias de enfrentamento diante das dificuldades. Assim sendo, percebe-se que o envelhecer para alguns é identificada como uma etapa de desenvolvimento satisfatória e para outros é carregada como

uma fase exaustiva e problemática. Nesse caso, o que determina o bem-estar na velhice é o contexto vivenciado por cada um dos sujeitos.

Contudo, o estudo realizado conseguiu atingir os objetivos propostos, tendo em vista que o campo da Psicologia atrelado ao envelhecimento é de fundamental relevância, pois contribuem significativamente nas práticas psicológicas. Nesse sentido, as temáticas desenvolvidas neste artigo devem ser estudadas à luz de cada contexto e realidade do sujeito, decorrentes de diferentes valores, percebidas atualmente questões ligadas à rede de apoio, ao processo de envelhecimento, à própria sociedade, abrindo espaço para reflexões a novos estudos diante da construção necessária as mudanças no processo de envelhecimento.

REFERÊNCIAS

ALVES, J. E. D. Envelhecimento populacional no Brasil e no mundo. Novas projeções da ONU. **Revista LougeViver**, São Paulo, v.21, n. 3, 2019.

BRASIL. **Estatuto do idoso**: Lei Federal nº 10.741, de 01 de outubro de 2003. Brasília, DF: Secretaria Especial dos Direitos Humanos, 2009. Disponível em: https://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/estatuto_idoso_2ed.pdf. Acesso em 19 de outubro de 2021.

BRITO, M da. C.C.; FREITAS, C.A.S.L.; MESQUITA, K.O. de; LIMA, G.K. Envelhecimento populacional e os desafios para a saúde pública: Análise da produção científica. **Revista Kairós Gerontologia**. v.16. n.3. p. 161-178, 2013. Disponível em <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/viewFile/18552/13738>. Acesso em 25 out. 2021

BALBINOTTI, H. B. F. **A Importância da Espiritualidade no Envelhecimento**. Porto Alegre: Memorialidades, 2017.

CARNEIRO, C.; ABRITTA, S. Formas de existir: a busca de sentido para a vida. **Revista abordagem Gestalt**, v.14, n.2 p. 190-194, 2008. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180968672008000200006&lng=pt&nrm=iso. Acesso em 10 de outubro 2021.

CHARCHAT-FICHMAN, H.; CARAMELLI, P.; SAMESHIMA, K.; NITRINI, R. Declínio da capacidade cognitiva durante o envelhecimento. **Revista Brasileira de Psiquiatria**. v.27. n.12. p. 79-82, 2005. Disponível em <http://www.scielo.br/pdf/rbp/v27n1/23718>. Acesso em 05 setembro 2017.

COELHO JUNIOR, A. G.; MAHFOUD, M. As Dimensões Espiritual e Religiosa da Experiência Humana: Distinções e Inter-relações na Obra de Viktor Frankl. **Psicol. USP**, São Paulo, v. 12, n. 2, p. 95-103, 2001. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-65642001000200006&lng=en&nrm=iso. Acesso em 20 de maio de 2021.

CÍCERO. M. T. Saber envelhecer. **Tradutor: Paulo Neves**. Porto Alegre: L&PM, 1997.

DAWALIBI, N. W. *et al.* Envelhecimento e Qualidade de Vida: Análise da Produção Científica da SciELO. **Estudos de Psicologia (Campinas)**, Campinas, v. 30, n. 3, p. 393-403, 2013. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2013000300009. Acesso em 23 outubro 2021.

FRANKL, V. E. A presença ignorada de Deus. **Tradutores: Walter O., Schlupp e Helga H. Reinhold**. Petrópolis: Vozes, 2007.

FRUMI, C.; CELICH, K. L. S. O olhar do idoso frente ao envelhecimento e à morte. **RBCEH - Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano**. Passo Fundo, v. 3, n. 2, p. 92-100, 2006. Disponível em: <http://seer.upf.br/index.php/rbceh/article/view/78/74>. Acesso em 22 maio 2018.

GIL, A. C. **Métodos e Técnicas de Pesquisa Social**. 6 ed. São Paulo: Atlas, 2010.

GOMES, N. S.; FARINA, M.; FORNO, C. Espiritualidade, religiosidade e religião: Reflexão de conceitos em artigos psicológicos. **Revista de Psicologia da IMED**, v. 6, n. 2, p. 107-112, 2014. Disponível em: https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/51602114/589-2412-1-PB-with-cover-page-v2.pdf?Expires=1637964878&Signature=Q-1SyeCQAYzlwKW7qo5uKETDJuHbjiAkXdwiIOdYE4eT850iq6rNs-exS-3HNkN25G37Eo~H0DzfKCAFXT6dE7rMm3UgjTAak8YX0w2HAttzUZ5aTULJdoFLjJLOBIKKBGjyHNkoEXODLDMo8z4lumPOcIMkkuCkgPRjdZoNqjBGtfzZEIQEqP0sdluQqq1kLWEAtYIIGKSIeFLHAT~e26QIYO9z6VrHmzrM24VPWlukPIGFQM6wtJsF-BprMo1f7208CSRbKI0BinKfGuTzQvkX0z9ty0qpgZ1Ajz5e7BYaM1EhFLk1cKsyekks5ReQbs~XnaKCKJFs46ObM39NA__&Key-Pair-Id=APKAJLOHF5GGSLRBV4ZA. Acesso em 19 de outubro de 2021.

GIACOIA JÚNIOR, O. A Visão da Morte ao Longo do Tempo. **Revista Medicina**. Ribeirão Preto, v. 30, n.1, p. 13-19, 2005. Disponível em: <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-412972>. Acesso em 24 maio 2018.

GUTZ, L.; CAMARGO, B. V. Espiritualidade entre idosos mais velhos: um estudo de representações sociais. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 16, n. 4, p. 793-804, 2013. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1809-98232013000400013>. Acesso em 2 de setembro de 2021

HILLMAN, J. A força do caráter. Tradutora: **Eliana Sabino**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2001.

JARAMILLO, R. G. **Coping religioso/ espiritual: vivências de familiares de crianças e adolescentes com câncer**. Tese (Doutorado em Enfermagem) –Universidade de Brasília – Departamento de Enfermagem. Brasília, 2019. Disponível em: https://repositorio.unb.br/bitstream/10482/37207/1/2019_Ros%c3%a2ngelaGarciaJaramillo.pdf. Acesso em 19 de outubro de 2021.

JARDIM, V. C. F. da; S. MEDEIROS, B. F. de; BRITO, A. M. de. Um Olhar Sobre o Processo do Envelhecimento: A Percepção de Idosos Sobre a Velhice. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 9, n. 2, p. 25-34, 2006. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/tzGHq3mphTxJ5jtvX5pRM6z/?format=html&lang=pt>. Acesso em 8 Setembro 2021.

LIMA, A.P. de; VIEGAS, S. de M.A diversidade cultural do envelhecimento: A construção social da velhice. **Revista da Associação Portuguesa de Psicologia**, v.1, p. 149-158, 1988. Disponível em: <https://revista.appsicologia.org/index.php/rpsicologia/article/view/795>. Acesso em 19 de outubro de 2021.

LIMA NETO, V. B. A espiritualidade em Logoterapia e Análise Existencial: O Espírito em uma Perspectiva Fenomenológica e Existencial. **Revista abordagem gestalt**, Goiânia, v. 19, n. 2, p. 220-229, 2013. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672013000200010&lng=pt&nrm=iso. Acesso em 17 maio 2021.

MARTINEZ, B. B; CUSTÓDIO, R. P. Relationship between mental health and spiritual wellbeing among hemodialysis patients: a correlation study. **São Paulo Medical Journal**, v. 132, p. 23-27, 2014. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/spmj/a/xbYghPPXVSsXLbbfQW3vRpC/?lang=en>. Acesso em 19 de outubro de 2021.

MARTINS DE SÁ, J.L. **Gerontologia e interdisciplinaridade: fundamentos epistemológicos**. Revista Gerontologia, v. 6, n. 1, p. 41-45, 1998. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-11692002000200016>. Acesso em 19 de outubro de 2021.

MOREIRA, N.; HOLANDA, A. Logoterapia e o sentido do sofrimento: convergências nas dimensões espiritual e religiosa. **Psico-USF**, Itatiba, v. 15, n. 3, p. 345-356, 2010. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-82712010000300008&lng=en&nrm=iso. Acesso em 12 de março de 2021.

MOREIRA, J. de O. Mudanças na Percepção Sobre o Processo de Envelhecimento: Reflexões Preliminares. **Psicologia: Teoria e Pesquisa**. São Paulo, v. 28, n. 4, p. 451-456, 2012. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722012000400003. Acesso em 23 outubro 2021.

MORIN, E. **O homem diante da morte**. Rio de Janeiro: Francisco Alves, 1990.

MONTEIRO, D. D. *et al.* Espiritualidade/Religiosidade e Saúde Mental no Brasil: Uma Revisão. **Bol. - Acad. Paul. Psicol.**, São Paulo, v. 40, n. 98, p. 129-139, 2020. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1415-711X2020000100014&lng=pt&nrm=iso. Acesso em 20 maio 2021.

NERI, A. L. Metodologia e perfil sociodemográfico, cognitivo e de fragilidade de idosos comunitários de sete cidades brasileiras: Estudo FIBRA. **Cad. Saúde Pública**, v. 29, n.4, p.778-792, 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/csp/a/xQ65bzxRxMRZ9FpddG344dt/?lang=pt>. Acesso em 19 de outubro de 2021.

NERI, A. L. Contribuições da psicologia ao estudo e à intervenção no campo da velhice. **Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano - RBCEH**. Passo Fundo, p. 69-80, 2004. Disponível em <http://seer.upf.br/index.php/rbceh/article/view/46>. Acesso em 23 outubro 2021.

NERI, A.L. **Envelhecer num País de Jovens**. Campinas: Ed. da Unicamp, 1991.

RAMOS, L. R. Fatores determinantes do envelhecimento saudável em idosos residentes em centro urbano: Projeto Epidoso, São Paulo. **Caderno de Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 19, n. 3, p. 793-798, 2003. Disponível em: https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/csp/v19n3/15882.pdf. Acesso em 19 de outubro de 2021.

REIS, S. P. *et al.* Estudo da qualidade de vida de idosos não institucionalizados. **Jornal de ciências biomédicas e saúde**, v. 1, n. 2, p. 56-60, 2015. Disponível em:

https://redib.org/Record/oai_articulo2818263-estudo-da-qualidade-de-vida-de-idosos-n%C3%A3o-institucionalizados. Acesso em 19 de outubro de 2021.

RIBEIRO, P. C. C. A Psicologia frente os desafios do envelhecimento populacional. **Gerais:Revista Interinstitucional de Psicologia**, v.8. n.2. p. 269-283, 2015. Disponível em <http://www.fafich.ufmg.br/gerais/index.php/gerais/article/viewFile/564/385>. Acesso em 23 de outubro 2021.

SFEZ, L. **A Saúde Perfeita**. São Paulo: Unimarco/Ed. Loyola, 1996.

PAPALIA, D. E.; FIELDMAN, R. D. Desenvolvimento Humano. **Tradutores: Cristina Monteiro e Mauro de Campos Silva**. 12. ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.

PANZINI, R. G.; BANDEIRA, D. R. Coping (enfrentamento) religioso/espiritual. **Archives of Clinical Psychiatry**. São Paulo, v. 34, n. 1, p. 126-135, 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0101-60832007000700016>. Acesso em 26 Maio 2021.

SALGADO, M. A. **Velhice, uma nova questão social**. São Paulo: SESC, 1982.

SILVA, R. C. F. **Cuidados paliativos oncológicos: Reflexões sobre uma proposta inovadora na atenção à saúde**. Dissertação (Mestrado em Saúde Pública) – Escola Nacional de Saúde Pública – Fundação Oswaldo Cruz. Rio de Janeiro, 2004. Disponível em: <https://www.arca.fiocruz.br/handle/icict/5125>. Acesso em 19 de outubro de 2021.

SANT'ANA, G.; SILVA, C. D.; VASCONCELOS, M. B. A. Espiritualidade e a pandemia da COVID-19: um estudo bibliográfico. **Comunicação em Ciências da Saúde**, v. 31, n. 03, p. 71-77, 2021. Disponível em: <http://www.escs.edu.br/revistaccs/index.php/comunicacaoemcienciasdasaude/article/view/726>. Acesso em 25 maio. 2021.

SILVEIRA, D. R. **O sentido da resiliência: a contribuição de Viktor Emil Frankl**. (Dissertação de Mestrado). Universidade Federal de Minas Gerais, Belo Horizonte, Minas Gerais, 2007. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2008000400011>. Acesso em 19 de outubro 2021

SILVEIRA, D. R.; GRADIM, F. J. Contribuições de Viktor Frankl ao movimento da saúde coletiva. **Revista abordagem Gestalt**. Goiânia, v. 21, n. 2, p. 153-161, 2015. Disponível em http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-68672015000200005&lng=pt&nrm=iso. Acesso em 28 maio 2021.

VERAS, A.; ROCHA, N. M. D. Produção de artigos sobre Logoterapia no Brasil de 1983 a 2012. **Estud. pesqui. psicol.**, Rio de Janeiro, v. 14, n. 1, p. 355-374, 2014. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812014000100020&lng=pt&nrm=iso; Acesso em 26 abril 2021.

VERAS, R. Em busca de uma assistência adequada à saúde do idoso: revisão da literatura e aplicação de um instrumento de detecção precoce e de previsibilidade de agravos. **Cad. Saúde Pública**. Rio de Janeiro, v.19, n.3, p.705-715, 2013. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/csp/a/GPDYFHk96Ms8Xkgzbnzk6rB/?lang=pt>. Acesso em 19 de outubro de 2021.

ZENEVICZ, L; MORIGUCHI, Y; MADUREIRA, V. S. F. A religiosidade no processo de viver envelhecendo. **Revista EscEnferm USP**. São Paulo, v.47, p. 433-439, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/reusp/a/pcKcNVcMjJ5WckRV3sX3MBf/abstract/?lang=pt>. Acesso em 19 de outubro de 2021.