

UNILEÃO
CENTRO UNIVERSITÁRIO DOUTOR LEÃO SAMPAIO
CURSO DE GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA

MARIA LÍVIA DA SILVA COELHO

**O LUGAR DA PESSOA IDOSA NA SOCIEDADE BRASILEIRA: Impactos
da Gerontofobia na saúde mental da pessoa idosa.**

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2022
MARIA LÍVIA DA SILVA COELHO

O LUGAR DA PESSOA IDOSA NA SOCIEDADE BRASILEIRA: Impactos da Gerontofobia na saúde mental 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: Professora Me. Larissa Maria Linard Ramalho

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2022
MARIA LÍVIA DA SILVA COELHO

O LUGAR DA PESSOA IDOSA NA SOCIEDADE BRASILEIRA: Impactos da Gerontofobia na saúde mental da pessoa idosa.

Este exemplar corresponde à redação final aprovada do Trabalho de Conclusão de Curso, 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.

Data da Apresentação: 06/12/2022

BANCA EXAMINADORA

Orientador: Professora Me. Larissa Maria Linard Ramalho

Membro: Professor Me. Joel Lima Júnior

Membro: Professor Me. Tiago Deividy Bento Serafim

JUAZEIRO DO NORTE - CE
2022

O LUGAR DA PESSOA IDOSA NA SOCIEDADE BRASILEIRA: IMPACTOS DA GERONTOFOBIA NA SAÚDE MENTAL DA PESSOA IDOSA

Maria Lívia da Silva Coelho¹

Larissa Maria Linard Ramalho²

RESUMO

O preconceito e exclusão do idoso no Brasil precisa merecer mais atenção das autoridades governamentais, no sentido de proporcionar as pessoas idosas o efetivo direito de cidadão insertos na Constituição Federal de 1988 e no Estatuto do Idoso, pois, mesmo sendo tutelados pela Lei Maior e por uma lei específica, não há evidências da efetividade do ordenamento jurídico em favor das pessoas depois dos 60 anos. O objetivo do trabalho é compreender como a gerontofobia afeta a saúde mental da pessoa idosa, analisando os aspectos psicossociais, processos do preconceito e exclusão relacionados ao envelhecimento e apontando o combate da gerontofobia como forma de favorecer a saúde mental das pessoas idosas no Brasil. A relevância para a esfera acadêmica justifica-se pelo fato de que, haverá mais materiais acerca do assunto, visto que, na grade curricular do curso de psicologia, o assunto apresenta-se de forma breve nas disciplinas. A pesquisa bibliográfica foi realizada de acordo com os critérios estabelecidos, utilizando os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) conectados pelo operador booleano "AND", sendo assim, foram encontrados 89 artigos, sendo 45 na base de dados SciELO, 29 na LILACS e 15 na BDENF, onde 15 foram excluídos após serem submetidos aos critérios de inclusão e 29 foram excluídos pelos critérios de exclusão, sendo assim apenas 45 atenderam aos critérios de seleção contendo informações relevantes ao estudo. Após a compilação dos artigos e resultados relevantes, foi construído um quadro com o objetivo de apresentar os dados mais significativos e classificatórios de cada artigo.

Palavra-chave: Pessoa idosa. Envelhecimento. Preconceito social. Políticas públicas. Psicogerontologia.

ABSTRACT

Prejudice and exclusion of the elderly in Brazil need to deserve more attention from government authorities, in order to provide the elderly the effective right of citizen inserted in the Federal Constitution of 1988 and the Statute of the Elderly, Because, even being protected by the Major Law and by a specific law, there is no evidence of the effectiveness of the legal system in favor of people after 60 years. The objective of this study is to understand how gerontophobia affects the mental health of the elderly, analyzing the psychosocial aspects, processes of prejudice and exclusion related to aging and pointing out the fight against gerontophobia as a way to favor the mental health of the elderly in Brazil. The relevance to the academic sphere is justified by the fact that there will be more materials on the subject, since, in the curriculum of the psychology course, the subject is presented briefly in the disciplines. The bibliographic research was carried out according to the established criteria, using the Descriptors in Health Sciences (DeCS) connected by the Boolean operator "AND", thus, 89 articles were found, 45 in the SciELO database, 29 in LILACS and 15 in BDENF,

¹ Discente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: marialivia3c@gmail.com

² Docente do curso de psicologia da UNILEÃO. Email: larrisaramalho@leaosampaio.edu.br

where 15 were excluded after being submitted to the inclusion criteria and 29 were excluded by the exclusion criteria, so only 45 met the selection criteria containing relevant information to the study. After the compilation of the relevant articles and results, a table was constructed with the objective of presenting the most significant and classificatory data of each article.

Keyword: Old person, Aging. Social prejudice. Public policy. Psychogerontology.

1 INTRODUÇÃO

Há algumas décadas vem sendo observado o aumento da população idosa, assim como instituído no Estatuto do idoso Art.1. Pessoas essas, com idade igual ou superior a 60 anos. O Brasil é um exemplo típico dessa afirmativa, onde o envelhecimento populacional tem revelado crescimento exponencial e cuja projeção para o ano de 2025 mostra que o número de indivíduos com idade igual ou superior a 60 anos será de 32 milhões (VERAS, 2017).

Existe uma variedade de modos de ser velho e de contextos que o determinam, podendo ser analisados os elementos comuns que propiciam a classificação ou reconhecimento como velhos, que em grande parte aparece como uma visão preconceituosa. Sendo assim, a velhice é muito associada à decadência, e não apenas a desgaste e decadência física, mas também à doença, dependência. A visão preconceituosa sobre o envelhecimento muitas vezes decorre da insuficiente informação a respeito do processo, gerando significados e imagens negativas, comprometendo a vivência e a interação entre as pessoas. Esses significados compõem estereótipos que podem ou não levar à exclusão ou valorização dos idosos na comunidade. Segundo Shephard (2003), a categorização funcional do idoso não depende apenas da idade, mas também de sexo, estilo de vida, saúde, fatores socioeconômicos e influências constitucionais, estando provado, assim, que não há homogeneidade na população idosa.

Pedroso Netto (2021) garante que a velhice é caracterizada como a fase final do ciclo da vida. Esta fase apresenta algumas manifestações físicas, psicológicas, sociais e debilitantes, dos quais se destacam a diminuição da capacidade funcional, trabalho e resistência; aparecimento da solidão; calvície; perda dos papéis sociais; prejuízos psicológicos, motores e afetivos.

Frente ao exposto e a necessidade de estudar ainda mais sobre o assunto, o estudo tem como objetivo geral: compreender como a gerontofobia afeta a saúde mental das pessoas idosas no Brasil. O presente trabalho tem como objetivos específicos: analisar os aspectos psicossociais do envelhecimento; investigar os processos de preconceitos e exclusão

relacionados ao envelhecimento; apontar o combate a gerontofobia como forma de favorecer a saúde mental das pessoas idosas no Brasil.

O estudo se justifica a princípio, pelo olhar mais delicado da autora em compreender como nos dias atuais, ainda há muito preconceito e estereótipos sobre a velhice e como afeta a pessoa idosa. A importância da pesquisa para a sociedade seria de fato, ampliar o olhar e as informações sobre os processos do envelhecimento desmistificando as crenças sobre o assunto. A relevância para a esfera acadêmica justifica-se pelo fato de que, haverá mais trabalhos e materiais em relação ao assunto, visto que, na grade curricular do curso de psicologia, o assunto apresenta-se de forma breve dentro de algumas cadeiras.

2 METODOLOGIA

O estudo classifica-se como uma revisão de literatura integrativa, de natureza bibliográfica, caráter exploratório e descritivo, tendo como temática “O lugar da pessoa idosa na sociedade brasileira: impactos da Gerontofobia na saúde mental da pessoa idosa”. O estudo exploratório tem como propósito proporcionar maior familiaridade com o problema, com vistas a torná-lo mais explícito ou a construir hipóteses. Seu planejamento tende a ser bastante flexível, pois interessa a considerar os mais variados aspectos relativos ao fato ou fenômeno estudado (GIL, 2018).

Esse estudo foi realizado no período de março a novembro de 2022, a partir da análise de artigos científicos publicados em bases de dados. A revisão bibliográfica é a abordagem metodológica mais ampla relativa às revisões, viabilizando a inserção de estudos experimentais e não experimentais para um entendimento completo do caso estudado.

Nesse contexto, a revisão bibliográfica surge como uma metodologia que favorece a resenha do entendimento e a inclusão da finalidade de soluções de ensinamentos relevantes na realização. Estipula também elementos da bibliografia teórica e empírica, além de adicionar uma enorme variedade de metas: explicação de conceitos, reavaliação de hipóteses e evidências, e exploração de questões metodológicas de uma temática específica (LAKATOS; MARCONI, 2010). Pesquisas em artigos encontrados na Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), National Library of Medicine (PUBMED), Scientific Electronic Library Online (SciELO). Os descritores utilizados para a coleta de artigos foram: ações de enfermagem, complicações, psicologia, fisiologia, bem como as possíveis combinações entre eles. A pesquisa foi realizada com a utilização do operador Booleanos, para a seleção dos artigos que condiz com o tema do presente estudo.

Os critérios de inclusão estabelecidos para esta revisão foram artigos em português, inglês e, publicados nos anos de 2015 a 2022, artigos com texto completo e que abordem ao tema e aos objetivos da pesquisa. Como critérios de exclusão foram estudos incompletos, encontrados apenas o resumo e artigos publicados nos anos anteriores a 2015 e não relevantes ao estudo.

A pesquisa bibliográfica foi realizada de acordo com os critérios estabelecidos, utilizando os Descritores em Ciências da Saúde (DeCS) conectados pelo operador booleano “AND”, sendo assim, foram encontrados 89 artigos, sendo 45 na base de dados SciELO, 29 na LILACS e 15 na BDEF, onde 15 foram excluídos após serem submetidos aos critérios de inclusão e 29 foram excluídos pelos critérios de exclusão, sendo assim apenas 45 atenderam aos critérios de seleção contendo informações relevantes ao estudo. Após a compilação dos artigos e resultados relevantes, foi construído um quadro com o objetivo de apresentar os dados mais significativos e classificatórios de cada artigo.

3 OS ASPECTOS PSICOSSOCIAIS DO ENVELHECIMENTO

Para compreender a realidade e a significação da velhice, De Freitas (2018) afirma ser necessário examinar o lugar, a posição destinada aos velhos e que representações se faz deles em diferentes tempos e lugares, pois diferentes sociedades em diferentes épocas têm conceitos distintos sobre o envelhecimento.

Para Santana (2002), a velhice não é um fenômeno autônomo na vida das pessoas, mas uma decorrência de toda a história do indivíduo. Em diversos contextos históricos, como em nossos dias as hierarquias e as desigualdades sociais determinam o significado, a maneira e o modo de se viver a velhice. O lugar destinado aos velhos é resultante dos momentos históricos vividos pela sociedade e do estatuto que ele assumiu (LEME, 2016).

A velhice sempre existiu na humanidade e pode ser entendida como um fator individual, onde determinantes do dia-a-dia e hábitos de vida, são fatores significativos no processo de envelhecimento. Durante a história da humanidade, alternaram-se os momentos de valorização e respeito, com outros de degradação e desumanidade para com o idoso. (RAIOL, 2017)

Contudo para tentar combater esta imagem negativa do ancião, Lanuez (2019), relata que Cícero em sua obra “Senectude”, tentava a todo o momento dar uma concepção positiva à velhice, pois os estados romanos quando comandados por jovens eram arruinados, já quando

por homens idosos era reerguido. O escrito de Cícero contradizia a concepção negativa de Aristóteles, assinalando ser a velhice como a soma de todas as virtudes.

Nestas sociedades a vida longa do patriarca era vista como uma benção divina e não como uma carga. Abraão por exemplo foi o protótipo do mesmo, um homem cheio de poderes sobre sua família. A esta época a sabedoria, a nobreza, o caráter venerável e a velhice estavam interligadas. Porém, à medida que a sociedade hebraica vai se transformando, a imagem do ancião vai perdendo seu reconhecimento devido à redução do seu poder político e jurídico (QUEIROZ, 2018).

Segundo Prado (2004), em meados do século II da era cristã, Galeano, médico célebre, escreveu um tratado denominado 'Gerokomia' (Higiene dos velhos), onde fazia referência de como obter um bom envelhecimento. Partindo da ideia de Aristóteles de que a velhice é o esfriamento da vida, aconselhava beber vinho, tomar banhos quentes e realizar atividades físicas e mentais.

Desde o antigo Egito até o renascimento, o tema velhice foi quase sempre tratado de maneira estereotipada, mesmas comparações, mesmos objetivos, chega a haver na sociedade uma palavra de ordem silenciar a seu respeito, quer o enalteça, quer o avilte. A literatura o soterra de baixo de banalidades. Esconde-o em lugar de revela-lo (DE FREITAS, 2018).

Continuando a retrospectiva histórica a respeito das representações sociais do velho nas diferentes épocas e sociedades, há mudanças não somente do ponto de vista médico, mas cultural e artístico também. Nos períodos do Renascimento e Barroco prevalece a concepção inevitável da decrepitude e do caráter melancólico da velhice. A Idade Média também se caracterizou pela vigência da lei do mais forte, física e militarmente, onde os mais débeis, entre eles os velhos, estavam submetidos aos mais fortes, sendo parte da população escrava e serviçal (TRIBESS, 2017).

Na visão de Prado (2004), a sociedade industrial é maléfica para a velhice, pois esta rejeita o velho, não oferece nenhuma sobrevivência à sua obra, e este ao perder a força de trabalho já não é mais considerado produtor nem reproduzidor. Embora condenasse, em tese, a supressão do direito do trabalho, observa-se uma crescente dispensa de empregados idosos e do ritmo frenético de modernização industrial (DE FREITAS, 2018).

O século atual recebeu e desenvolveu essa imagem negativa da velhice, sobretudo a fragilidade biopsíquica e a decadência. Isto aconteceu numa época em que crescia a moral que valorizava os homens pela força física e qualidade de produção. Com isso a importância social dos idosos e as funções a eles atribuídas, tornaram-se praticamente inexpressivas (DE FREITAS, 2018). A partir do século XX, os conceitos de velhice e enfermidade começam a

ser diferenciados, devido ao aumento de estudos sobre o processo de envelhecimento. Nesta época foram desenvolvidas duas disciplinas voltadas para o estudo do envelhecimento, a gerontologia e a geriatria (TRIBESS, 2017).

4 RELACIONADOS AO ENVELHECIMENTO

O sociólogo francês Castel (2020, p. 20), definiu a exclusão social como “O ponto máximo atingível no decurso da marginalização, sendo este, um processo no qual o indivíduo se vai progressivamente afastando da sociedade através de rupturas consecutivas com a mesma”.

Contudo, a família do idoso continua tendo desafios de integrá-lo com responsabilidade no meio social. Devido ser ainda considerado inválido e descartável. Tendo de buscar meios de melhorar sua qualidade de vida através de programas que trabalham as mudanças sociais e da legislação referente aos direitos do idoso, contando principalmente com o processo educativo (BARBANTI, 2018).

O serviço social por sua vez diante dessa questão tem o papel de mediar um entendimento dentre a sociedade e nas diferentes faixas etárias para assim poder fazer com que todos entendam que o idoso precisa ser incluído de todas as formas nesse novo contexto social e no qual ele venha a acreditar em seu potencial como pessoa de direitos, como um cidadão de suma importância para o meio em que vive (CERQUEIRA, 2019).

Assegurar os direitos do idoso é uma meta muito forte que precisa ser alcançada. Uma vez que constatasse que nem todos sabem os seus direitos e mesmo os que sabem ficam calados, seja por vergonha ou por serem “minorias desassistidas”. Muitos estudos mostram que a velhice é tratada como um problema social, político e/ou de saúde (BARBANTI, 2018).

Que no imaginário social a velhice sempre foi pensada como uma carga econômica, tanto para a família quanto para a sociedade, e como uma ameaça à mudança. Esta noção tem levado a sociedade a negar a seus idosos o direito de decidir o próprio destino. O que é uma exceção quando se fala do papel de respeito que o pajé tem em sua comunidade, bem como o idoso poderoso e rico na nossa sociedade (CERQUEIRA, 2019, p. 23)

A sociedade por sua vez expõe ao idoso que ele é incapaz de fazer parte desse mundo globalizado por não conseguir acompanhar o avanço tecnológico da atualidade. Alimentando a exclusão social do velho. Esta está representada nas mais diversas formas e sentidos advindos da relação inclusão/exclusão, sendo esta questão um fenômeno mundial, decorrente

do mundo do trabalho e dos modelos econômicos. Tais manifestações aparecem como fraturas ou rupturas do vínculo social, onde estão contidas as categorias sociais como os idosos, as crianças e os adolescentes, as mulheres, as minorias étnicas e de cor, os desempregados de longa duração e outros, conforme salienta (WANDERLEY, 2018).

A preocupação em descrever o modo pelo qual a velhice é transformada em um problema que preocupa a sociedade vai se constituindo em um campo de saber especializado. Um campo com experts encarregados de definir não apenas quais são as necessidades dos idosos, os problemas que enfrentam, mas também encarregados da formação de outros especialistas para atender a essas necessidades. (TRIBESS, 2017, p. 25)

O contexto sócio-etário em que está edificando nossas relações sociais não nos permite mais separar o curso da vida a partir da criança, o jovem, o adulto e o velho. É necessário estabelecer uma sociedade intergeracional, onde todos os membros da mesma sintam-se coparticipantes de suas estruturas econômicas, políticas e sociais (WANDERLEY, 2018, p. 16).

Criar e recriar imagens de um envelhecimento assimilando-o como parte integrante das transformações biopsicossociais de forma positiva. Procurar aceitar esse fenômeno inevitável na vida do ser humano é o ponto crucial para a consolidação da cidadania no que tange o envelhecer. A Lei 8.842 e o decreto 1948/96 enumeram as responsabilidades dos órgãos de saúde, educação, trabalho, previdência e cultura, em ações que integrem os setores federal, estaduais e municipais - que devem ser cobrados pelos destinatários, inclusive alcançado os órgãos da justiça e da segurança pública. É essencial divulgar o que pode ser feito. Sabe-se que no Brasil há muitos poucos profissionais formados adequadamente no campo de Gerontologia Social e da Geriatria, para atender cerca de doze milhões de maiores de sessenta (60) anos de idade, como quer a Lei 8.842 (BRASIL, 1994).

O Ministério da Saúde através do Caderno de Atenção Básica que regulamenta o documento “Envelhecimento e Saúde da Pessoa Idosa” reconhece que é função das políticas de saúde contribuir para que mais pessoas longevas obtenham o melhor estado de saúde possível (CERQUEIRA, 2019).

Através do decreto Lei nº 11.433, de 28 de dezembro de 2006, foi criado o Dia Nacional do Idoso, que é celebrado no dia 1º de outubro, com o intuito de valorizar a pessoa idosa na sociedade e promover a Política Nacional do Idoso. Outro documento criado pelo governo brasileiro é o Estatuto do Idoso, que preconiza além de políticas de promoção a

saúde, recomenda a valorização e manutenção da autonomia, das redes de suporte social, reforça o cuidado e atenção integral do Sistema Único de Saúde – SUS (BRASIL, 1994).

A política voltada para o envelhecimento crescente, não se restringe às ações políticas nacionais. Em 2002, foi realizada a II Assembléia Mundial das Nações Unidas sobre Envelhecimento, em Madri, na Espanha, onde a Unidade de Envelhecimento e Curso de Vida da Organização Mundial de Saúde – OMS, produziu o documento Envelhecimento Saudável – Uma Política de Saúde, com o objetivo de chamar a atenção e mobilizar a sociedade para a promoção da saúde (BRASIL, 1994).

5 O COMBATE A GERONTOFOBIA COMO FORMA DE FAVORECER A SAÚDE MENTAL DAS PESSOAS IDOSAS NO BRASIL

De acordo com Neri (2016), o papel do psicólogo é relevante, já que a velhice traz consigo um maior risco da vulnerabilidade e das disfunções. O psicólogo pode atuar em diversas áreas, como por exemplo: na avaliação e na reabilitação cognitiva; na psicoterapia de idosos, familiares e também cuidadores; na área da informação da população acerca do envelhecimento e suas consequências, dentre outras inúmeras funções.

A Psicologia ainda tem muito a explorar neste campo, por se tratar de um tema relativamente novo e pode descobrir novas formas de ajudar o idoso, a família e as pessoas que o cercam. Como a população de idosos atualmente é grande e é sabido que a tendência é que a expectativa de vida aumente cada vez mais, pode-se ver e imaginar a amplitude da importância do papel do psicólogo já nos dias em que se vive quanto mais então no futuro, atuando como profissional da prevenção, promoção, reabilitação da saúde ou mesmo da intervenção ao nível do idoso ou do cuidador (BRACONNIER; MARCELLI, 2018).

A expectativa para o crescimento em torno desta abordagem da Psicologia do envelhecimento deve-se a situação atual em que muitos idosos se encontram: desamparados, sem ter com quem contar, ou até muitas vezes por estarem sendo acompanhados por pessoas que não estão preparadas para enfrentar a velhice. Esta que por sua vez, traz tantos aspectos novos e desconhecidos que não são fáceis de lidar e necessitam de acompanhamento especial. E ninguém mais indicado para este acompanhamento do que o profissional psicólogo que tem muito a agregar e a ajudar neste segmento (CARVALHO; FERREIRA 2017).

É evidente, o índice no aumento da população idosa atualmente, e para que esse envelhecimento seja bem sucedido, são necessários técnicas e métodos eficazes na intervenção do psicólogo, métodos esses que devem contribuir para a valorização e integração

do idoso na sociedade. Essa integração tem como finalidade, proporcionar uma melhor qualidade de vida a pessoa idosa (DIAS; BRAVO 2003).

Um dos métodos a serem apresentados é a intervenção grupal da psicologia no processo de envelhecimento. A intervenção com grupos de apoio torna-se uma importante contribuição, pois além de conscientizar os idosos da importância do autocuidado com a saúde e estimula-los a práticas corporais e mentais saudáveis, proporciona um novo olhar à família, referente ao modo com que estão cuidando da pessoa idosa (DE LIMA, 2013).

Anita L. Neri, que atua na área da gerontologia, discorre a respeito da importância da psicologia ao intervir no campo do envelhecimento. Segundo ela:

A psicologia oferece contribuições importantes à compreensão dos processos, à avaliação comportamental e à reabilitação. No campo do tratamento e da reabilitação é comum, hoje, pensar em ações multiprofissionais, oferecendo alternativas de ajuda aos familiares de idosos acometidos de doenças que causam incapacidade física e cognitiva, organizando grupos de apoio emocional de informação e de autoajuda (NERI, 2016, p. 21).

Existem vários fatores que afetam para o alcance do envelhecimento bem sucedido, contribuindo para o aparecimento de alguns conflitos e crises. Alguns desses conflitos se referem ao “[...] surgimento de doenças crônicas que deterioram a saúde e estão frequentemente acometendo os idosos; modificações orgânicas; viuvez, morte de amigos e parentes; ausência de papéis sociais favoráveis e dificuldades financeiras (aposentadoria)” (STUART, 2018, p. 134).

Essas crises e mudanças que o idoso vivencia, são comuns nessa fase da vida. E para enfrentar essas e outras mudanças, ele necessitará não só da ajuda interior, que é o ajudar e compreender a si mesmo; como também de ajudas externas, que estejam disponíveis. Existe também a possibilidade de o idoso adaptar-se a essas mudanças, reagindo de maneira positiva a elas.

Neri (2016) apresenta algumas alternativas para tal enfrentamento, seriam elas; o apoio e suporte familiar: com o apoio da família, o idoso passa a preservar seus sentimentos de reconhecimento junto às pessoas que ama, esses sentimentos podem motivá-lo a buscar novas relações. A participação em grupos de terceira idade: que tem a função de oportunizar novas perspectivas de vida ao idoso. E a manifestação religiosa: que além de proporcionar o bem-estar, também é considerada uma forma de enfrentar o estresse.

Através desses grupos de apoio ao idoso, promove-se a integração do mesmo à sociedade, e com isso, uma melhor qualidade de vida. Esses grupos podem atuar através de

diferentes meios, como: dinâmicas, palestras, passeios, viagens, festas, encontros, aulas, música, dança, poesia, etc. Os resultados alcançados por esses projetos demonstram que os idosos participantes passam a ter consciência do quanto é importante o cuidado com a própria saúde (MAGALHÃES, 2016).

Vale ressaltar, que os beneficiados desses projetos, não são apenas os idosos, mas também os profissionais de saúde, que a partir do momento que se disponibilizam a ajudar, passam a ter um maior interesse e disposição a essa população idosa; trabalhando a identidade do idoso de forma respeitosa, ética e digna. O mesmo acontece com a família do idoso, que passa a ter uma melhor visão da situação, proporcionando-lhe o apoio adequado e dando-lhe o devido valor (VERAS, 2017).

As pessoas idosas desejam e podem permanecer ativas e independentes por tanto tempo quanto for possível se o apoio adequado lhes for proporcionado. Os idosos encontram-se potencialmente em risco não apenas porque estão velhos, mas porque estão vulneráveis à incapacidade a partir de suas próprias mentes, seus corpos e seu meio físico e social (NEGREIROS, 2016).

Sabe-se que ainda há muito que se fazer para proporcionar uma vida melhor ao idoso, seus direitos ainda são pouco respeitados, os familiares estão cada vez mais ausentes ou pouco participativos nessa importante fase da vida. Com isso, a formação dos grupos de idosos, torna-se uma importante alternativa na prevenção da saúde do idoso (OLIVEIRA, 2017).

6 A ÉTICA NA PSICOLOGIA DO ENVELHECIMENTO

Tótora (2019) considera que, atualmente, ser velho é como carregar um fardo muito pesado. Pode ser imaginado o pior, relacionado à perda. O interessante é que isto não é um fardo apenas dos idosos, mas de todas as faixas etárias em geral, pois ninguém quer envelhecer e a ciência investe fortemente em estudos nesta área. A velhice está sendo tratada como doença e isto traz à tona toda esta aversão em ser velho. Ninguém se considera velho, pelo contrário, acham que são jovens e não admitem seu estado.

Querer uma vida sem doença, dor e morte é o mesmo que dizer não à própria vida. Duas conseqüências advêm dessa postura: um profundo ressentimento em relação à vida e a condenação dos viventes a carregarem uma culpa pelos malefícios vividos. Abrir-se à vida é dispor-se a enfrentar todas as adversidades, com a alegria dos que fazem dessa aliança um aumento de agir, inventando novas formas de existência. (TÓTORA, 2019, p. 28).

A população de idosos vem aumentando grandemente e pergunta-se o que será feito com os velhos, pois como já mencionado, o envelhecimento é considerado um problema que requer uma solução. Assim o idoso se transforma num objeto de saber e investimento de poder. A ciência quer prometer o bem-estar, porém com isto acaba mostrando um mundo completamente diferente da realidade. Seu objetivo é controlar os sujeitos e, com certeza isto acaba gerando certa resistência, de acordo com Tótora (2019).

Deleuze (2018) afirma que considerar o envelhecimento como uma perspectiva de vida requer uma nova atitude, rompendo com os valores atuais. Envelhecer é uma experimentação aberta ao acontecimento e, portanto, simultaneamente ética e estética, a existência como obra de arte:

[...] regras facultativas que avaliam o que fazemos, o que dizemos em função do modo de existência que isso implica [...] A ética nada mais seria do que a prática da liberdade. Ser escravo é não possuir ética. A moral, por sua vez, compreende regras coercitivas, que julgam as ações com base em valores de referências transcendentais (DELEUZE, 2018, p. 125).

Foucault (2018) percebeu em seus estudos a importância da velhice para alguns homens, não apenas valorizando uma nova fase em sua vida, mas preparando-se para ser velho e vivendo todos os períodos da vida como se isso já houvesse se consumado. O processo de produção de sujeitos éticos e estéticos, por meio de práticas de liberdade, pode conferir ao envelhecimento um novo estatuto. Situar o envelhecimento em uma perspectiva política é um problema que merece ser colocado na contemporaneidade. Na antiguidade, a velhice era considerada como uma plenitude. “Viver para ser velho” como disse Foucault (2018, p. 136).

A velhice constitui um objetivo da existência e assim, não se faz sentido em atribuir um modo específico de vida para cada fase. A ética está no “cuidar de si”, traduzido em práticas. Na Antiguidade isto já podia ser visto e o mesmo é estendido até os dias de hoje quando se escolhem as amizades, a religião e demais questões acerca da vida de um indivíduo. O cuidado de si como meta ética também é uma estética, pois compreende uma estilização da atitude, uma distinção como estilo ou estética da existência, conforme Tótora (2019).

Tótora (2019) afirma ainda que, atribuir à vida o estatuto de acontecimento significa que a única escolha possível é viver, com todas as maravilhas e dores deste mundo. Isto não se trata de conformismo ou falta de liberdade, mas em ser digno do que realmente acontece. Tal atitude revela-se livre de ressentimentos ou culpas.

A velhice não é apenas uma fase cronológica da vida: é uma forma ética que se caracteriza ao mesmo tempo pela independência relativamente tudo que não depende de nós, e pela plenitude de relação consigo em que a soberania não se exerce como combate, mas como gozo. (FOUCAULT, 2018, p. 646). Apressar-se em envelhecer para desfrutar do gozo de si é aspirar à plenitude no momento em que se chega próximo à morte. Assim a vida se afirma e a morte não fica ignorada.

Deve-se praticar a liberdade, o que confere ao velho um valor positivo. Porém, em contrapartida, a valorização dos excessos de prazeres e a busca da felicidade sem sofrimentos, doenças ou dor fazem a ideia de ser velho parecer uma privação. Pode-se afirmar que a distribuição cronológica da existência dos indivíduos foi concentrada em um único período que se deseja congelar: o da permanência eterna na juventude.

7 CONSIDERAÇÕES FINAIS

O envelhecimento é um aspecto biológico natural que ocorre com cada indivíduo, podendo estar associado a importantes alterações estruturais e funcionais. É importante uma maior atenção nos cuidados primários relacionados especialmente a saúde, pois a partir desse cuidado que se terá a qualidade de vida necessária para um percurso de grande impacto que é a velhice. A dificuldade de se encontrar profissionais qualificados para o tratamento exclusivo a pessoa idosa ainda é muito grande, pois, existem poucas universidades especializadas nesta questão, e em outras profissões que tem o "Idoso" como estudo é uma área pouco procurada.

Deve-se levar em conta que a maioria dos envelhecidos são de baixa renda e que muito das vezes sustentam a família com o pouco que ganham, sendo assim, a questão da distribuição de renda per capita no Brasil teria que ser melhor avaliada. Estima-se que em 2050 a porcentagem de idosos seja de 14,2%, e teve início neste ano de 2022 (STUART, 2018).

Com a realização deste estudo foi possível evidenciar a importância de mais esclarecimento do processo de envelhecimento para a sociedade. Pois, todos que tiverem seu ciclo de vida sem interrupção precoce passarão por tal processo. Assim tornará mais fácil a aceitação da sociedade que hoje se depara com o crescimento populacional de idosos.

É relevante ressaltar a importância de tornar o idoso dono de si, e ser cuidado por todos; trabalhar a favor dessa questão seria o ideal para uma vida mais digna a essa classe, fazendo com que a sua exclusão seja banida de todas as formas e que ele seja incluído na sociedade como um cidadão de respeito.

A exclusão social do idoso é de fato uma questão viva e presente no cotidiano, pois em cada lugar sempre se apresenta de maneira diferente. Nos ônibus que não param quando fazem sinal, nos estabelecimentos que colocam placas dizendo "exclusivo para idosos", nos postos de saúde, hospitais que não dão a preferência devida; nos ambientes em que são rotulados para jovens e que quando tem a presença de uma pessoa mais velha geram olhares de julgamentos e em tantos outros casos a serem vergonhosos quando mencionados. Essa é uma realidade que precisa de mudança urgente, e a educação, a divulgação, dentro da sociedade como um todo pode fazer a diferença. A essas pessoas idosas ainda falta o respeito e a empatia, o que é necessário para o combate à exclusão social que estes vivenciam. São essas mesmas pessoas que contribuíram com a sociedade e hoje são excluídas por ela.

Aos profissionais, à família e à sociedade em geral, é de grande importância todo o auxílio no combate ao isolamento e na promoção da qualidade de vida, estimulando o envelhecimento ativo, promovendo autonomia e discussão do envelhecimento, e todo o processo que o cerca. Afinal, contribuir para um futuro mais justo é fazer parte da construção de um novo olhar para si próprio uma vez que serão esses, os idosos de amanhã.

REFERÊNCIAS

- BARBANTI, A. **Envelhecimento e Velhice na Família Contemporânea**. São Paulo. 2018.
- BRACONNIER, A.; MARCELLI, D. **As mil faces da adolescência**. 2018.
- BRASIL. Presidência da República. **Lei Orgânica da Assistência Social, Lei nº 8.742**, de 7 de dezembro de 1994.
- CARVALHO, P. T.; FERREIRA, T. **Histórias de desencantar: Os afetos da inquietude**. Lisboa: Âncora. 2017.
- CASTEL, R. **Olhar do Idoso frente ao Envelhecimento e a Morte**. Passo Fundo, 2020.
- CERQUEIRA, C. **Idosos dependentes famílias e cuidadores**. Rio de Janeiro. 2019.
- DE FREITAS, E. V. **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. 4ª Ed. Gente. 2018.
- DELEUZE, G. **Conversações**. São Paulo: Editora 34, 2018.
- DE LIMA, M. P. **Posso participar? atividades de desenvolvimento pessoal para pessoas idosas**. Imprensa da Universidade de Coimbra, 2013.
- DIAS, C. A.; BRAVO, A. **O inferno somos nós: conversas sobre crianças e adolescentes**. 2003.

- FOULCAULT, M. **História da sexualidade**. Rio de Janeiro: Graal, 2018.
- GIL, Antonio Carlos. **Como elaborar projeto científico**. São Paulo. Atlas. 2018.
- LAKATOS, E. Maria; MARCONI. **Fundamentos de metodologia científica: Técnicas de pesquisa**. 7 ed. – São Paulo: Atlas, 2010.
- LANUEZ; V. F. Exercícios físicos na terceira idade: A prática de atividades nessa época da vida só traz benefícios. **Revista Uninove**, 2019.
- LEME, R. **Envelhecimento com dependência: responsabilidades e demandas da família**. Rio de Janeiro. 2016.
- MAGALHÃES, T. **Maus tratos em crianças e jovens** (4ª ed.). Coimbra: Quarteto, 2016.
- NEGREIROS, T. A. **Memória e sociedade: lembranças de velhos**. Queiroz-Edusp, São Paulo. 2016
- NERI, A. L. **Saúde e qualidade de vida na velhice**. São Paulo: Alínea, 2016.
- OLIVEIRA, J. H. B. **Psicologia do envelhecimento e do idoso** (2ª ed.). Porto: Legis Editora/Livpsic. Psicol. UsP, São Paulo, jan./mar. 2008, p. 81-94, 2017.
- PEDROSO NETTO, V. **O impacto do processo de envelhecimento na saúde mental dos idosos**. 2021.
- PRADO, R. **O preconceito com o idoso**. Rio de Janeiro. 2004
- QUEIROZ, A. **Bioquímica: Efeitos do Envelhecimento**; São Paulo. 2018.
- RAIOL, R. A. **Benefícios dos exercícios resistidos no processo de envelhecimento humano**. Revista Digital EFDportes. 2017.
- SANTANA, C. **A Saúde do Idoso**. São Paulo. Sextante. 2002.
- SHEPHARD, A. **O envelhecimento na sociedade brasileira**. São Paulo. 2003
- STUART, M. **Aspectos sociais do envelhecimento**. São Paulo. Atlas. 2018.
- TÓTORA, Silvana. **Ética da vida e o envelhecimento**. São Paulo: Vetor, 2019.
- TRIBESS, S. **Prescrição de exercícios físicos para idosos**. Rev. Saúde. Com, Vitória da Conquista, v. 1, n. 2, p. 163-172, 2017.
- VERAS, R. **País jovem com cabelos brancos: a saúde do idoso no Brasil**. Rio de Janeiro: Relume, 2017.
- WANDERLEY, T. **Atualidades Sobre o Idoso no Mercado de Trabalho**. Rio de Janeiro. 2018.