



UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA  
INSTITUTO DE PSICOLOGIA  
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA CLÍNICA  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA  
CLÍNICA E CULTURA

**VELHICE E ESPIRITUALIDADE:  
REFLEXÕES SOBRE AS TRANSFORMAÇÕES DO ENVELHECER**

MARJORIE GESIMILA DE OLIVEIRA VIEIRA

Brasília  
Setembro de 2009



UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA  
INSTITUTO DE PSICOLOGIA  
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA CLÍNICA  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA  
CLÍNICA E CULTURA

**VELHICE E ESPIRITUALIDADE:  
REFLEXÕES SOBRE AS TRANSFORMAÇÕES DO ENVELHECER**

MARJORIE GESIMILA DE OLIVEIRA VIEIRA

Orientadora: Profa. Dra. Vera Lúcia Decnop Coelho

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-graduação em Psicologia Clínica e Cultura, do Instituto de Psicologia, da Universidade de Brasília, como requisito parcial para a obtenção do grau de Mestre em Psicologia Clínica e Cultura.

Brasília

Setembro de 2009



UNIVERSIDADE DE BRASÍLIA  
INSTITUTO DE PSICOLOGIA  
DEPARTAMENTO DE PSICOLOGIA CLÍNICA  
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO EM PSICOLOGIA  
CLÍNICA E CULTURA

Banca examinadora:

Dra. Vera Lúcia Decnop Coelho (Presidente)  
Instituto de Psicologia – Universidade de Brasília-UnB

Dra. Teresa Creusa de Goes Monteiro Negreiros  
Departamento de Psicologia – Universidade Católica do Rio de Janeiro-PUC-RJ

Dra. Terezinha de Camargo Viana  
Instituto de Psicologia – Universidade de Brasília- UnB

Dra. Gláucia Ribeiro Starling Diniz  
Instituto de Psicologia – Universidade de Brasília-UnB

*Este trabalho não é uma aventura por mares que ninguém conhece, percorri mares conhecidos, mas quem sabe com uma forma singular de navegar.*

## **Agradecimentos**

A Deus pela vida e pelo direito de ser imperfeita e mesmo assim ser feliz.

Aos meus pais, João e Elizabeth, pelos braços estendidos e os corações sempre abertos para os meus ideais.

À minha querida, vovozinha, Gesila, que me fez acreditar na força da fé.

Aos meus irmãos, Elisha, Marcelo e Marieh, pelo afeto e pela possibilidade de sempre ter com quem compartilhar experiências da minha vida.

Ao meu bem, Carlos, pela sua chegada em meu coração, fortalecendo minha caminhada.

À Fernanda pelo exemplo de integridade e pelo apoio e motivação.

À Darlene pela amizade acolhedora que fez com que eu me sentisse em casa em Brasília.

Às minhas amigas Larrisa, Lorena e Vívian, minhas mais leais admiradoras e fontes de inspiração e força inesgotável.

À minha orientadora, Vera, pela paciência, cuidado e carinho.

Aos idosos participantes por terem aberto suas casas e compartilhado suas histórias, nos fazendo refletir que essa vida vai muito depressa e, que é bom parar para conversar.

Aos colegas, Kléber, Roque e Priscilla pelo apoio e pelas importantes contribuições para o meu trabalho e para a minha vida ao longo desses dois anos.

À FAPEAM pelo suporte financeiro e a credibilidade na minha pesquisa.

## RESUMO

O presente estudo teve como objetivo conhecer as principais percepções dos idosos sobre a velhice e o envelhecer e como os fatores articulados à espiritualidade influenciam suas vivências. A partir de uma entrevista semi-estruturada com seis idosos, entre 66 e 79 anos, investigamos aspectos gerais sobre a trajetória de vida do idoso, com destaque para a etapa atual e para a dimensão espiritual. Os dados da pesquisa foram submetidos ao método qualitativo de Análise Temática. A análise das entrevistas resultou na definição de duas categorias temáticas: “Perceber-se velho” e “O sentido da espiritualidade para o idoso”. A primeira, refere-se às principais experiências e percepções dos idosos sobre a velhice, enquanto a segunda, diz respeito à vivência e compreensão da espiritualidade. Os resultados indicam que a velhice foi reconhecida como uma parte natural do ciclo vital, marcada pelas perdas corporais, mas também pelos ganhos proporcionados pela experiência de vida. A vivência da espiritualidade aparece como uma experiência que favorece a socialização, o contato consigo mesmo e a reflexão sobre a vida e a morte, ganhando maior ênfase na velhice. Os resultados revelam, ainda, que significações sobre espiritualidade estiveram mais vinculadas a atitudes e valores transcendentais considerados positivos.

Palavras-chave: Velhice, espiritualidade, percepções e vivência.

## ABSTRACT

The present study aimed to know the main perceptions of the elderly about ageism and the aging process and how the factors articulated to the spirituality influenced their experiences. Using semi-structured interviews with six elderly, between 66 and 79 years of age, we investigated general aspects of their life regarding the current stage and the spiritual dimension. The data of the research was submitted to the qualitative method of Thematic Analysis. The analysis of the interviews resulted in the definition of two thematic categories: " To perceive old" and " The meaning of the spirituality for the elderly". The first one, refers to the main experiences and perceptions of the elderly towards ageism whereas the second, refers to the understanding of the spirituality. The results indicate that ageism was recognized as a natural part of the vital cycle, marked by body losses, but also by the profits for the life experiences. The experience on spirituality appears as an experience that promotes socialization, the contact with oneself and the meditation about life and death that gains emphasis during old days. The result reveals, still, that the meanings about spirituality, is tied to religion, attitudes and transcendental values considered.

Key words: Ageism, spirituality, perceptions and experience.

## SUMÁRIO

INTRODUÇÃO .....	1
<b>CAPÍTULO 1</b>	
ENVELHECER E VELHICE: O CAMINHO DA VIDA	
1.1 Revisitando a cultura.....	4
1.2 Algumas contribuições da Psicologia para o estudo do envelhecimento.....	11
1.3 Velhice e Psicanálise: algumas considerações .....	17
<b>CAPÍTULO 2</b>	
ESPIRITUALIDADE E REFLEXÕES SOBRE O EXISTIR	
2.1 Sobre a vida e a morte: algumas reflexões.....	23
2.2 Pontuações sobre a espiritualidade.....	40
<b>CAPÍTULO 3</b>	
CAMINHO METODOLÓGICO	
3.1 Definições do problema e objetivos .....	41
3.2 Participantes .....	41
3.3 Instrumentos Utilizados.....	42
3.4 Aproximação ao campo.....	44
3.5 Procedimentos .....	44
3.6 Aspectos éticos.....	45
3.7 Análise das informações.....	45
<b>CAPÍTULO 4</b>	
RESULTADOS E DISCUSSÃO .....	47
CONSIDERAÇÕES FINAIS .....	85
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS .....	89
ANEXOS	



## INTRODUÇÃO

A dimensão espiritual e a velhice são temáticas que por muito tempo permaneceram sem despertar grande interesse científico e clínico. A espiritualidade era considerada contrária à racionalidade científica e, a velhice, reduzida à fase terminal da vida, não sendo possível qualquer forma de desenvolvimento. A Psicologia, embora constitua uma área do conhecimento que estuda fenômenos da vivência humana, custou a manifestar interesse por essas áreas.

O envelhecimento populacional ocorrido durante o século XX na Europa Ocidental, Estados Unidos e Canadá deu origem, entretanto, a uma série de questionamentos sobre a velhice. Novos pressupostos se fizeram necessários. Com isso, pesquisadores e profissionais de diversas áreas, entre as quais a Psicologia, passaram a investir mais em pesquisas e modalidades de intervenção no campo do envelhecimento.

Quanto ao componente espiritual, o que se vem observando é que trabalhos científicos sobre esse tema vêm sendo retomados com o intuito de melhor compreender o papel dessa dimensão na experiência humana e cultural. O aspecto místico está presente na História da civilização, primeiro auxiliando o homem primitivo na busca de explicações para fenômenos naturais como um raio, um eclipse ou a erupção de um vulcão e, depois através da Religião, com a criação da ordem e dos códigos civilizatórios. Por esse motivo, a espiritualidade e suas diversas manifestações constituíram foco de investigações das áreas antropológicas e sociológicas. Atualmente, o campo onde se observa um número crescente de pesquisas é o da saúde. Os pesquisadores investigam a espiritualidade/religiosidade e sua relação com cura de doenças, sensação de bem-estar e longevidade.

Esse estudo procurou privilegiar abordagens teóricas sobre o envelhecimento que consideram a velhice com uma fase da vida tão complexa quanto as etapas anteriores, com

questões para além do campo fisiológico. Assim, o estudo foi norteado por autores (Birman, 1994; Goldfarb, 1998; Neri, 2004; Py, 2004) que compreendem o idoso como um sujeito em desenvolvimento com potencial para crescimento, reconhecendo, entretanto, os imperativos da velhice que são, apesar de tudo, o declínio do corpo e a consciência de finitude.

Em alguns momentos também problematizamos como a contemporaneidade marcada pela era da informação, do tempo acelerado e das imagens, compreende o lugar da subjetividade dos mais velhos que, em especial, é o lugar da narrativa, da tradição e da experiência de vida.

Diante das modificações físicas e psicológicas inerentes a essa etapa do desenvolvimento, a pessoa estaria mais propensa a questionar sua própria vida. Portanto, a dimensão espiritual pode ser um componente que se insere nesse contexto, gerando significações para a existência.

Não se pretendeu direcionar a compreensão da espiritualidade para o campo dos fenômenos religiosos e/ou espirituais, com indagações mais complexas sobre o surgimento e História das crenças religiosas, mas sim utilizar autores, tais como Boff (2001/2005/2000); Cupertino & Novaes, (2004); Kovács, (2007); Negreiros, (2003/2005/2006); Doll & Py, (2005); Panzini, Rocha, Bandeira, & Fleck, (2007) que propõem algumas concepções sobre o tema e articulam como essa dimensão pode se relacionar com a velhice. A espiritualidade, nesse sentido, traduz-se como parte da vivência humana que influencia na visão de mundo do sujeito, podendo auxiliar na compreensão e aceitação de dores e perdas enfrentadas na trajetória existencial. Segundo os mesmos autores, a espiritualidade pode estar presente ao longo da vida dos sujeitos, mas parece ganhar maior ênfase na velhice.

O interesse em pesquisar os sentidos dados à velhice e à espiritualidade nos levou à escolha do método qualitativo para compreensão das questões a serem investigadas. Assim, a

pesquisa aponta as principais percepções dos idosos sobre as transformações da velhice e o sentido da espiritualidade na vivência desses sujeitos.

Essa dissertação inclui 4 capítulos e as Considerações Finais sobre o trabalho. O primeiro e o segundo capítulos tratam do referencial teórico, o terceiro mostra o caminho metodológico percorrido, o quarto capítulo apresenta os resultados e a discussão. O capítulo 1, “Envelhecer e velhice: o caminho da vida”, apresenta algumas representações da velhice no curso da História e considerações da Psicologia e da Psicanálise sobre o envelhecimento. O capítulo 2, “Espiritualidade e reflexões sobre o existir”, traça algumas considerações sobre a morte, a associação desta com a velhice e como a dimensão espiritual se insere nesse contexto. Foram abordadas ainda, algumas concepções sobre a espiritualidade. O capítulo 3, “O caminho metodológico”, aponta como a pesquisa foi realizada, apresentando os objetivos, participantes, instrumentos utilizados e método de análise. O capítulo 4, “Discussão e resultados”, contempla a análise dos dados obtidos a partir das entrevistas semi-estruturadas. As reflexões geradas a partir da realização do estudo são expostas nas “Considerações Finais”.

## CAPÍTULO 1

### ENVELHECER E VELHICE: O CAMINHO DA VIDA

#### 1.1 Revisitando a cultura

*A velhice é o que acontece às pessoas que ficam velhas; impossível essa pluralidade de experiências num conceito, ou mesmo numa noção. Pelo menos podemos confrontá-la umas com as outras, tentar destacar delas as constantes e as razões de suas diferenças.*

Simone de Beauvoir

Durante a passagem do século XVIII para o XIX o sistema de idéias *evolucionistas* dividiu a existência humana em um ciclo biológico com etapas seqüenciadas. Desde então, evidencia-se a elaboração de significados para as fases do ciclo vital. Essas definições se dão a partir das diferentes noções de temporalidade – cada cultura constrói sua própria forma de significar a trajetória da vida. Assim, o homem e o tempo se influenciam mutuamente; essa influência mútua produz diferentes representações e transforma as subjetividades, o que permite ao indivíduo lidar com a questão temporal (Birman, 1994; Goldfarb, 1998).

O ciclo biológico pode ser pensado de forma linear, com nascimento, crescimento, reprodução e morte. A cultura, por sua vez, atribuiria ao tempo um caráter cíclico que permite significar, simbolizar o espaço-tempo vivido. Seminério (1999) pontua que a vida não é uma sucessão de acontecimentos sem sentido: “Nós não vivemos na realidade (...). Nós vivemos constantemente nesse fluxo inesgotável: o fluxo do imaginário. A nossa vida não é uma seqüência de fatos que acontecem: é, antes, o encadeamento das significações com o que os recobrimos (...)” (p. 111).

Para Becker (2007), a relação entre natureza e cultura seria o grande dilema existencial dos seres humanos, uma vez que este é um ser biológico que participa da natureza e, ao mesmo tempo, possui uma identidade simbólica que o diferencia dos outros animais.

Becker (2007), apoiado em Eric Fromm, concebe que o fato de o ser humano ser metade animal e metade simbólico já seria, por excelência, a marca e o diferencial da constituição humana. O pensador francês Michel de Montaigne, em seus ensaios escritos no século XVI, tanto guarda uma grande confiança no indivíduo, visto como o centro do mundo, quanto aponta a grande ilusão dos humanos de se pretenderem seres privilegiados na natureza, capazes de conhecê-la e de dominá-la (Figueiredo & Santi, 2004).

Pode-se dizer, assim, que o ser humano possui uma história de vida, uma identidade. É um criador, tem capacidade de abstração, consciência de si mesmo. Entretanto, apesar de moldar um mundo mais ou menos governável e exercer certo controle sobre a natureza, faz parte dela e estará inevitavelmente sujeito à sua ordem irreversível de envelhecimento e morte. A velhice se impõe como uma realidade da natureza (Becker, 2007; Gusmão, 2007).

O caráter complexo da constituição humana apresenta características fundamentais que nos diferenciam em muitos aspectos das outras espécies. Desta forma, o processo de desenvolvimento não ocorre apenas em nível molecular, morfológico e fisiológico, sendo influenciado também pelo componente genético e o ambiente e, segundo Jackel-Neto, “no caso dos seres humanos temos ainda os componentes sociais e psicológicos” (p.51).

A temática do envelhecimento e da longevidade é algo muito presente na História da civilização. As imagens da criança, do jovem, do velho, bem como os fenômenos de nascimento e morte recebem diversas representações culturais. A imortalidade e a eterna juventude seriam sonhos míticos da espécie humana. É possível localizar em escritos antigos assuntos como a procura pela fonte da juventude e da imortalidade. O livro Gênesis, do Antigo Testamento, relata que após o dilúvio as pessoas passaram a viver mais, que a velhice é vista

como fortaleza e que a morte representa a destruição. Citando os gregos, Hesíodo (século VIII a.C.) fala de uma raça dourada, constituída por um povo que vivia centenas de anos sem envelhecer e que morreria dormindo quando chegasse seu dia (Araújo & Carvalho, 2005).

Simone de Beauvoir (1990), em seu livro *A velhice*, faz um percurso etnográfico sobre o lugar dos velhos em diferentes sociedades primitivas. A autora destaca que a idéia de que velhice era vista como uma fase virtuosa e que as antigas sociedades promoviam um tratamento respeitoso aos velhos, não abrange toda a complexidade da relação da humanidade com o envelhecimento. Sobre isso, Mucida (2004) diz que em algumas culturas a velhice é tratada de forma impiedosa, pelo menos sob determinada forma de julgar. Em algumas organizações sociais os mais velhos são destituídos de direitos e muitas vezes abandonados à própria morte.

Segundo Beauvoir (1990), os *yahgans* são os povos mais primitivos que se conhece; eles viviam como nômades e tinham uma vida precária marcada por grave escassez de comida. Não possuíam qualquer tipo de utensílio – machados, apetrechos de cozinha, anzóis –, não faziam provisões, viviam o dia-dia; não tinham jogos nem cerimônias. Atribuía um poder supremo aos xamãs. Essa tradição mística orientava que o amor e o respeito deveriam estar presentes tanto na relação com as crianças quanto com os velhos. Os anciãos eram bem tratados, valorizava-se o saber adquirido.

Já entre os *iacultos*, os velhos eram excluídos do grupo social e abandonados ou escravizados pelos filhos, que os obrigavam a trabalhar até a morte. O mesmo modelo de maus tratos na relação com os mais velhos podia ser observado entre os *ainos*, pertencentes a uma sociedade também bastante rudimentar, que sofria de frio e fome e que, por isso, costumava consumir bebidas alucinógenas ou alcoólicas. Os *ainos* não realizavam ritos nem tinham templos. Dirigiam aos mais velhos um olhar que comunicava, sobretudo, uma avaliação de irrelevância. Como se observa, nessas culturas não havia uma tradição a ser transmitida; por esse motivo não era atribuída importância alguma à experiência de vida (Beauvoir, 1990).

Com esse pequeno recorte, vimos que mesmo em tempos anteriores a velhice pôde ser tanto depositária de um saber a ser compartilhado como destituída de qualquer valor. Mucida (2004) considera que nas comunidades em que existe a arte, a religião, a magia e o saber, os mais velhos tendem a ser reconhecidos, pois há a suposição de que o velho porta uma vivência que lhe confere sabedoria – daí a razão de se dar um tratamento respeitoso à velhice. Na maioria dessas sociedades, a morte é vista como uma passagem necessária para uma evolução da vida. Por isso, o idoso, como supostamente mais próximo da morte, tem um papel importante.

Nas sociedades atuais, que Beauvoir denominou de sociedades históricas, as apreensões da velhice não são menos complexas. Pontos de vista divergentes continuam ao longo da história. Na China antiga, onde a experiência era mais importante do que a força, a longevidade era vista como uma virtude, havendo total obediência aos mais velhos. Entre os gregos, em geral a idade avançada era associada à honra e à sabedoria. Por outro lado, os textos bíblicos são bem heterogêneos, pois algumas vezes exaltam a velhice e outras a depreciam, considerando-a como uma fase de lástimas (Mucida, 2004).

No século XVI, durante o período da Renascença, surgiram os primeiros trabalhos científicos acerca do envelhecimento humano, com representantes como Bacon e Descartes. Estes pesquisadores acreditavam que somente o desenvolvimento de métodos científicos seria eficaz para superar as transformações da velhice. Francis Bacon (1561-1626) escreveu “A História Natural da Vida e da Morte e a Prolongação da Vida”, defendendo a idéia de que um espírito jovem inserido em um corpo velho faria regredir a evolução da natureza. No Iluminismo, o filósofo Benjamim Franklin (1745-1813) é o primeiro a dizer que são as doenças as responsáveis pela morte, não o envelhecimento – que não é doença (Araújo & Carvalho, 2005).

Quanto à longevidade, Neri (2007) aponta que o aumento da expectativa de vida “não decorre de algum progresso genético, obtido pela espécie em tempos recentes” (p.22). Isso quer dizer que o genótipo não sofreu alterações repentinas que explicariam o surgimento de populações humanas mais longevas. O ambiente, por sua vez, seria a variável, envolvida no envelhecimento, que muda constantemente. Alguns fatores que ameaçavam a vida humana foram paulatinamente dominados ao longo do tempo com as transformações da civilização, como, por exemplo, o afastamento de predadores, a construção de abrigos, a capacidade de produzir alimentos, a melhoria das condições sanitárias. Isso possibilitou uma melhor adaptação do homem e, conseqüentemente, o aumento de seu tempo de sobrevivência.

Após a Revolução Industrial, com os avanços da medicina, observou-se uma série de fatores que contribuíram para a longevidade, como a redução da taxa de mortalidade infantil, a redução do índice de fecundidade e a diminuição de mortes de adultos por doenças infecciosas. A manutenção da vida durante a passagem do tempo transformou o envelhecimento em um fenômeno social, já que, anteriormente, envelhecer era privilégio apenas dos ricos. A partir de então, surgem os velhos pobres, com uma situação totalmente diferente daquela dos ricos (Mucida, 2004).

Atualmente, a longevidade é considerada um fenômeno mundial que acarreta profundas mudanças nos aspectos sócio-econômicos e culturais de um povo. Os sucessivos avanços alcançados em épocas anteriores permitem que um maior grupo de pessoas alcance e permaneça durante maior tempo na velhice, o que resulta no aumento da expectativa média de vida das populações (Neri, 2001).

Além do entendimento sobre os motivos que possibilitaram o prolongamento da vida, existe também uma preocupação em compreender o sentido da longevidade humana, ou seja, o que o envelhecer acrescenta à existência. Gusmão (2007) salienta que além de dar uma explicação para a longevidade, devemos compreender o fenômeno, atribuindo-lhe um



significado. Para a autora, a experiência acumulada ao longo dos anos é fundamental para a construção da memória. Assim, a velhice supõe um processo constante e permanente de aprendizagem, troca e continuidade, embora no mundo moderno nem sempre tais relações se efetivem e, como tal, estabeleçam um lugar para o velho e a velhice.

Hillman (2001), a partir da visão de Jung sobre o desenvolvimento humano, retoma a questão do envelhecimento e diz não concordar com a teoria de que a longevidade resulte apenas da civilização e que nela se esgote. O ser humano não chegaria a idades como 70 ou 80 anos se esse tempo não tivesse um significado para sua espécie, afirma o autor. Para compreender esse fenômeno, Hillman alega que geralmente recorremos à biologia, à fisiologia; porém, uma abordagem psicológica não deveria se render somente a essas explicações. Nesse contexto, o autor introduz a idéia de *caráter*. Além de envelhecerem nossos órgãos e funções, envelhece também a nossa natureza, que representa a pessoa que viemos a ser e que já éramos há anos.

Hillman (2001) considera que o corpo e a mente não conseguem evitar as mudanças advindas da passagem do tempo. No entanto, possuímos um componente psicológico que nos marca como únicos ao longo da vida: o caráter individual. A longevidade, nesse contexto, seria importante para aprofundarmos o conhecimento sobre essa parte de nós mesmos:

Os últimos anos são preciosos para se fazer uma revisão da vida e para reparar erros, para especulações cósmicas e para transformar lembranças em história, para usufruir sensorialmente as imagens do mundo e para ligar-se a espíritos e ancestrais – valores que a nossa cultura deixou fenecer (p.47).

É interessante pensar que o caminho em direção ao entendimento do fenômeno da longevidade continua repleto de lacunas e alguns pontos seguem sustentando a ilusão em relação às possibilidades de prolongamento da vida. Os avanços da medicina e um possível

controle técnico do momento da morte fazem com que muitas práticas desconsiderem a existência de um limite genético-biológico da expectativa de vida por ocasião do nascimento. Esses sintomas da modernidade dificultam uma aproximação mais realista do envelhecimento e de seus imperativos, que são, apesar de todos os avanços da ciência, a decadência física e a aproximação da morte (Neri, 2004; Py, 2004).

Com o desenvolvimento tecnológico, a informação substitui a experiência de vida acumulada e a evocação e transmissão de valores; ocorreu, assim, a ruptura das redes sociais tradicionais, caracterizadas pela intrincação de múltiplas gerações e representada por famílias extensas. Nesse contexto, tradição e antigos referenciais se dissolvem. O velho, como representante da sabedoria e da experiência vivida a ser transmitida para as novas gerações, perde seu lugar social e simbólico. O sujeito contemporâneo não encontra referências coletivas e se torna individualmente responsável pela interpretação e superação das crises de cada fase da vida (Debert, 2004; Negreiros, 2003).

A idéia de papéis sequenciados e determinados pela idade parece não captar mais a realidade da sociedade contemporânea. Antigos padrões e referenciais sociais que norteavam o percurso vital dão lugar à fluidez e à multiplicidade dos estilos de vida derivados do sistema capitalista de produção e consumo. Diante dessas transformações, configuram-se novos arranjos de família. A flexibilidade etária em eventos como casamento e nascimento dos filhos apontam para a relativização dos comportamentos preconizados para cada idade da vida (Debert, 2004).

Um dos distintivos da contemporaneidade seria o discurso que promete ser absolutamente possível não se enquadrar em normas ou padrões baseados em idade, tal como expressa Negreiros (2003):

É como se cada um, enquanto sujeito do discurso, pertencesse a uma condição excepcional que não será atingida pelo estigma da velhice.

Como se um ponto idealizado de maturidade, atingido em algum momento do ciclo vital, expressando direitos e conquistas do ser adulto, avaliado como independente e capaz de exercer plenamente suas potencialidades, pudesse se eternizar (p.33).

Mucida (2004) destaca que a rapidez com que os valores se transformam altera profundamente a qualidade das relações sociais. A sociedade marcada pelo capitalismo moderno induz à competição, à fluidez das relações e das coisas e ao acúmulo de bens. “Inaugura-se o imperativo do “novo” sob diferentes formas, tanto no tocante aos objetos fabricados pelo capitalismo moderno quanto à imagem e decapitação da história” (p.80).

Entretanto, atribuir todos os dilemas da velhice apenas à cultura, seria desconsiderar a singularidade dos sujeitos na vivência do envelhecimento. Percebe-se a importância de discutirmos o envelhecimento, a partir de diversos enfoques, a fim de se explorar o caráter socialmente construído da velhice, que dá sentidos distintos a essa fase. Na psicologia, de modo geral, busca-se compreender as transformações psicológicas do processo de envelhecimento e como os sujeitos vivenciam e concebem a velhice, mais do que propriamente fornecer explicações para o fenômeno da longevidade.

## **1.2 Algumas contribuições da Psicologia para o estudo do envelhecimento**

*Não existe uma situação de velhice, mas sim, uma diversidade de situações da realidade do velho.*

Altair Loureiro

O envelhecimento populacional ocorrido durante o século XX nos países desenvolvidos despertou o interesse de pesquisadores e profissionais das diversas áreas, entre as quais a Psicologia. O conhecimento científico então vigente precisou buscar novas formas de

explicação para o fenômeno que se observava. Um fato interessante é que essas iniciativas também foram reforçadas pela chegada à velhice dos próprios pesquisadores e profissionais envolvidos nas investigações. O saber psicológico, fortemente marcado pela ciência do comportamento, passou a investir mais em pesquisas e modalidades de intervenção com esse segmento da população (Neri, 2004).

A visão do desenvolvimento apenas pelo enfoque biológico prevaleceu até meados do século passado. O declínio das funções do organismo, percebido após o final da fase reprodutiva, serviu de base para se reforçar o discurso de que a velhice seria um período de degeneração, marcado por perdas cognitivas irreparáveis e decadência física, conferindo um legado de negligência e descaso aos velhos, em especial, aos mais pobres. Nessa época, a psicologia explicava o desenvolvimento humano através de teorias de estágios, que privilegiavam a infância e a adolescência. A crescente demanda de questionamentos sem explicações satisfatórias sobre a velhice exigiu o surgimento de novos pressupostos (Birmam,1994; Neri, 2004).

As ciências sociais avançavam no entendimento sobre os processos sociais imbricados na construção das sociedades, dos grupos e das mentalidades, passando a considerar o sujeito humano como um ser histórico, mas também como agente crucial da própria história. A psicologia, com destaque para a área de estudos da cognição, favoreceu-se dessas pesquisas e utilizou sua tradição de estudos longitudinais para criar estratégias e técnicas de investigação sobre os processos evolutivos na vida adulta e na velhice. A partir da década de 1960, o saber psicológico foi consolidando explicações para os fenômenos do envelhecimento (processo) e da velhice (fase da vida). Buscou-se compreender determinantes de um envelhecimento bem-sucedido, enfatizando-se a importância da capacidade cognitiva para a longevidade de boa qualidade (Freire, Sommerhalder & Silveira, 2003; Neri, 2004).

Erik Erikson, na década de 1950, inicia a elaboração de sua teoria epigenética do desenvolvimento, na qual são incluídas a vida adulta e a velhice como fases desse processo. A proposta de Erikson é considerada um avanço diante das teorias clássicas do desenvolvimento por contemplar a vida humana em toda sua extensão e admitir o contexto sociocultural na constituição do ego (Freire, Sommerhalder, & Silveira, 2003).

De acordo com essa abordagem, o ciclo vital é definido por crises evolutivas e todas as etapas são marcadas por aspectos sintônicos e distônicos. O desafio de cada indivíduo é superar essa tensão de forma positiva, o que se converte em qualidades para o ego. A resolução das crises evolutivas depende tanto das condições psicológicas individuais resultantes da fase anterior, como das influências socioculturais. A perspectiva epigenética considera que a vida humana não é uma sucessão de eventos fragmentados e que o ego não é uma instância estática, mas que as fases da vida interagem continuamente, havendo sempre a possibilidade posterior de mudanças e de crescimento, mesmo que o estágio anterior tenha se dado de forma ineficaz (Freire, Sommerhalder, & Silveira, 2003).

Para Erikson, o conflito presente na velhice seria entre a integridade e o desespero. O idoso, nesse momento, deveria ser capaz de avaliar sua própria vida. A partir desse movimento, o sujeito pode se sentir satisfeito com as escolhas feitas até o momento e disposto a continuar se desenvolvendo, ou desesperado com o pouco tempo que lhe resta para refazer sua vida, suas escolhas. A virtude oriunda da resolução dessa crise seria a sabedoria. Embora seja muito difícil afirmar uma definição unânime de sabedoria, nesse caso costuma-se compreendê-la como a satisfação com o que se construiu na vida e como uma forma de compartilhamento das próprias experiências com os outros, com o mundo (Neri, 1995).

Esse e outros estudos sobre o desenvolvimento contribuíram para a reformulação do discurso psicológico sobre as etapas da vida. Atualmente, a perspectiva predominante dos estudos na área trabalha com a idéia de que envelhecimento e desenvolvimento são processos

correlatos. Essa leitura aponta que as transformações evolutivas que consideramos como crescimento ou ganho e as que consideramos como degeneração e perda aparecem ao longo da trajetória da pessoa, da infância à velhice, muito embora as alterações que atribuímos à infância estejam mais associadas aos ganhos e, a velhice, às perdas (Neri, 2001; Py, 2004). Néri afirma que, assim como em outras fases da vida, a velhice engloba um sutil equilíbrio entre vantagens e limitações, equilíbrio esse que depende do contexto social e cultural, das condições genético-biológicas e psicológicas do sujeito.

Messy (1999) considera que o envelhecimento é um processo irreversível que ocorre ao longo da vida e diz respeito a todos nós, do recém-nascido ao ancião. Nessa visão, envelhecer é um processo continuado, decorrente de alterações moleculares e celulares que resultam no declínio funcional progressivo e que, embora se intensifique após o período reprodutivo, começa a ocorrer em etapas anteriores. Hoffman (2006) pontua que o andamento do declínio das funções fisiológicas “é exponencial, isto é, a ocorrência de perdas funcionais é acelerada com o aumento da idade” (p.6). Assim, por exemplo, num espaço de 10 anos, ocorrem maiores perdas funcionais entre 60 e 70 anos do que entre 50 e 60 anos.

Neri (2001), ao considerar a realidade biológica do envelhecimento, afirma que o desenvolvimento é um processo finito. Portanto, a idéia do desenvolvimento ao longo da vida não nega a ocorrência de perdas progressivas e de uma maior aproximação da morte à medida que se envelhece. A perspectiva procura explicar e descrever o que se desenvolve, permanece e se perde no envelhecer, contribuindo para reflexões sobre as possibilidades de intervenção social, científica e tecnológica que assegurem qualidade ao desenvolvimento dos seres humanos. Sendo assim, a psicologia do envelhecimento, segundo Néri, se ocupa em estudar os desempenhos cognitivos, afetivos, sociais, bem como as alterações em motivações, interesses, atitudes e valores que são característicos dos anos mais avançados da vida adulta e dos anos da velhice.

Durante muito tempo, o saber médico classificava o corpo envelhecido apenas como reduto de doenças. Entretanto, nos séculos XVIII e XIX uma série de modificações na forma como a medicina percebia as especificidades do corpo do idoso constituíram um saber pré-geriátrico. A geriatria surge como uma especialidade médica no início do século XX. Apesar das descobertas de que a velhice não se restringia unicamente ao corpo e que o velho seria afetado por uma combinação de fatores – como suas condições sociais, sua constituição psicológica, seu desenvolvimento cognitivo –, o saber geriátrico foi marcado durante muito tempo pelo determinismo biológico do curso da vida. O ciclo vital era concebido como um contínuo de etapas naturais e universais de desenvolvimento. Permanecia a tentativa de homogeneização das representações da velhice. A tecnologia biomédica voltada exclusivamente para o tratamento das doenças “de um corpo biológico” desconsiderou a vida interior e segregou o sujeito em sua trajetória do envelhecer (Groisman, 2002; Py, 2001).

A geriatria instigou o desenvolvimento de novas leituras sobre o tema, que atualmente compõem a gerontologia, um campo de estudos e intervenções mais amplo e complexo sobre o envelhecimento. A gerontologia surge como uma área do saber que aborda cientificamente múltiplas dimensões do envelhecer, incluindo, além da geriatria, as iniciativas da psicologia, das ciências sociais em mostrar a dimensão cultural da velhice, entre outras áreas do conhecimento (Groisman, 2002; Py, 2001). Debert (1999) ressalta que as ações do campo gerontológico: “(...) estão voltadas para discussão desde formas de bem-estar que acompanham o avanço da idade, até empreendimentos voltados para o cálculo dos custos financeiros que o envelhecimento da população trará para a contabilidade nacional” (p.25).

Apesar de o envelhecimento e a velhice constituírem áreas de intervenções psicológicas consideradas recentes, os campos em que a Psicologia pode contribuir para o bem-estar objetivo e subjetivo dos idosos são diversos e as atividades se ampliam cada vez mais. Neri (2007) destaca como espaços de intervenção as áreas da saúde, família, relações sociais,

educação e trabalho. As atividades mais comuns são: psicoterapia, reabilitação cognitiva e psicomotora, apoio psicológico em reabilitação física, treinamento de profissionais que trabalham com idosos, atuação em centros de convivência, acompanhamento e capacitação no campo da ergonomia, para promoção de melhores condições e prevenção de riscos no trabalho.

A clínica, exercida nos moldes tradicionais, permanece com uma série de fatores que estigmatizam a velhice e dificultam o trabalho psicoterápico. Aspectos como a escassez de informação sobre intervenções psicoterapêuticas com idosos, a falta de investimento dos cursos de psicologia em estudos direcionados ao envelhecimento e a inacessibilidade dos serviços psicológicos à população menos favorecida reforçam o distanciamento clínico no trabalho com idosos. Além disso, ainda permanece a visão da velhice como uma fase de involução dos processos cognitivos, de enrijecimento do pensamento e de tendências depressivas (Néri, 2004).

Neri (2004) pontua que, mesmo diante das limitações biológicas, se os processos psicológicos já estabelecidos se mantêm e se o ambiente oferece condições que favoreçam a autonomia e o envolvimento social, teremos formas saudáveis de envelhecer, que proporcionam ganhos na velhice. Como em qualquer outra fase da vida, isso só é possível quando se conta com relações sociais significativas. Estas relações não se limitam apenas ao âmbito da família e dos mais próximos, dizendo respeito também à sociedade como um todo e ao conjunto de políticas públicas de inclusão, tal como ilustra Gusmão (2007):

As dificuldades de integração contínua dos sujeitos sociais no fluxo da sociedade moderna negam ao velho um lugar próprio e significativo (...). Ao atingir a maturidade os sujeitos descobrem-se sozinhos e, diante dos fatos, adaptam-se, reagem ou se deixam morrer, social e fisicamente (p. 127).



Para Py (2004), as visões lineares e unidimensionais sobre a passagem do tempo e sobre suas marcas no indivíduo representam um discurso que sustenta a ilusão de uma homogeneidade entre os indivíduos idosos, que condena as diferenças ao silêncio e que promove a alienação frente às contradições presentes nas condições de existência. Por esse motivo, muitas vezes o caráter socialmente construído da velhice, que dá sentidos distintos a esse tempo da vida, parece ficar fora das discussões. Dourado & Leibing (2002) observam que o envelhecer precisa ser compreendido a partir das implicações dos fatores físicos, psicológicos sociais e culturais para que se possa debater alguns mitos sob os quais os velhos e a velhice se apresentam para a sociedade. Dentre eles destaca-se: a velhice apenas como decadência e doença, a velhice sábia e boa, a velhice sem sexualidade, a velhice como morte.

Portanto, é indispensável que se busque saber como a velhice vem sendo vivida. Debert (1996) aponta para a necessidade de pesquisas que busquem compreender “as práticas cotidianas desenvolvidas pelos mais velhos e as representações que eles fazem de suas experiências” (p. 194), dando voz a esses sujeitos no que tange ao sentido que conferem às suas vivências.

### **1.3 Velhice e Psicanálise: algumas considerações**

*Na circulação da libido não há jovem nem velho, o desejo não tem idade*

Jack Messy

A psicanálise oferece um conjunto de reflexões sobre a constituição dos sujeitos e as relações destes com os desafios da vida. Esse sistema teórico se ocupa em indagar quais transformações ocorrem na psique e como estas incidem no homem simbólico em sua relação com a cultura. Alguns pontos da teoria psicanalítica parecem contribuir bastante para a discussão sobre o processo do avançar dos anos.

Por muito tempo a leitura psicanalítica não investiu na intervenção com pacientes idosos por acreditar que na velhice o trabalho analítico encontraria muita resistência, que seria ocasionada pela rigidez dos mecanismos de defesa. Freud (1937/1996), ao descrever a aplicabilidade da técnica psicanalítica, faz uma série de restrições. A psicanálise seria inviável a jovens ou adultos considerados débeis ou incultos e também não teria êxito com os velhos, pois estes possuem acúmulo de material psíquico a ser elaborado, o que exigiria um longo trabalho de análise.

Entre os postulados da teoria freudiana encontramos o que ele chama de adesividade da libido, isto é, a dificuldade em desligar investimentos libidinais de um determinado objeto e deslocá-los para outro, processo este fundamental para o trabalho de elaboração das perdas. O tratamento, nesses casos, seria muito mais lento, devido ao esgotamento da plasticidade dos processos mentais e à incapacidade de modificação. Essa inércia ou entropia psíquica seria comumente encontrada em pessoas muito idosas. Entretanto, na prática, Freud se deparou com esses sintomas em pessoas ainda jovens.

Segundo Messy (1999) a psicanálise interessa sempre a história atualizada, retomada e ao mesmo tempo modificada pela leitura particular que o sujeito faz dela. Não é apenas uma ação diferida no tempo. O entendimento a partir do efeito de posterioridade nos faz compreender que a história retomada não é o retorno idêntico de um acontecimento do passado. O sujeito da psicanálise carrega um sentido próprio para sua existência; o inconsciente, como sede dessa lógica própria, não responde à solicitação do tempo, mas às exigências do desejo. Messy insiste no argumento de que incluir o velho em uma categoria com traços de caráter determinados ou com um ego organizado de maneira específica, retira-o da condição de sujeito singular e o define com uma “personal-idade”.

Goldfarb (1998) concorda com Simone de Beauvoir quando define a velhice como um fenômeno biológico “com reflexos profundos na psique” (p. 51). O envelhecimento e a velhice

marcam um período de mudanças, que ocasionam perdas reais e simbólicas, exigindo um trabalho psíquico de elaboração.

Dourado & Leibing (2002) pontuam que apesar do sujeito ser afetado pela consciência de finitude, o abandono da idéia de um corpo imaginário que se nega a envelhecer, parece ser considerada uma experiência mais dolorosa. O envelhecimento do corpo biológico causa desconforto por não condizer com a imagem ideal que se guarda. Ainda que, a velhice seja refletida em nós, somos tomados por uma sensação de estranheza causada pelo fato de a imagem do espelho não aderir à imagem da memória. Isso nos possibilita afirmar que é o olhar do outro que nos remete ao nosso envelhecimento.

Nesse sentido, Loureiro (2000) recorre às formulações de Sartre, para ilustrar a velhice como uma experiência de incompletude:

A velhice é uma situação composta de aspectos percebidos pelo outro e, como tal, reificados, que transcendem nossa consciência. Nunca poderei assumi-la existencialmente, tal como ela é para o outro, fora de mim. É um irrealizável (...) (p. 22).

Na adolescência também ocorre desconforto e estranhamento com a auto-imagem. Contudo, Loureiro (2000) faz a ressalva de que o adolescente se desloca para outro momento, que envolve possibilidades de realizações, desejos, poder, tudo isto legitimado pela cultura, enquanto que, para o velho, resta a decrepitude e o tempo que finda. Nesse sentido, o entorno cultural produz ditames que aprisionam o velho a sua imagem juvenil. Assim, o corpo seria permeado pelas próprias fantasias do sujeito e pelas representações socioculturais.

Freud, em *O mal-estar na civilização*, elenca três fontes de sofrimento permanente para os homens: a primeira, oriunda de nosso próprio corpo, como veículo da denúncia dos limites, condenado à decadência; em seguida, seria a ameaça do mundo externo através das forças da

natureza; e, finalmente, de nossos relacionamentos com os outros. Jerusalinsky (2001) afirma que a degradação do corpo é um trauma que estremece fortemente a estrutura do sujeito. Entretanto, a perda dos pares, com o imperativo desinvestimento do objeto, também remete os sujeitos à transitoriedade da vida, pois provoca a fragilidade da rede de significações que representava o discurso social do sujeito: “morreram aqueles capazes de escutá-lo” (p.18).

Nesse sentido, Mucida (2004) diz que o sujeito se desenvolve de forma singular, levando em consideração a imagem que o outro lhe devolve. Ao longo das nossas vidas, construímos vínculos que nos legitimam enquanto sujeitos. As pessoas que fazem parte de nossa trajetória são testemunhas da nossa existência, são referências da nossa história no mundo e, cada vez que perdemos uma dessas pessoas, morrem também os representantes de nosso discurso social.

Birmam (1994) salienta que o envelhecer é uma problemática que transcende em muito a subjetividade individual, inscrevendo-se em processos coletivos de grande complexidade. Portanto, os dilemas da velhice surgem a partir da intricação dos conteúdos de um sujeito psíquico, mas também do reconhecimento do velho como um agente social.

Em algumas sociedades tradicionais, os idosos são representantes da experiência de vida, portanto, a velhice é o lugar da memória coletiva e dos valores. O idoso experimenta a diminuição da força física e dos seus atributos fálicos, não podendo mais realizar a produção dos bens materiais e a reprodução biológica. Porém, isso se converte em ganhos num outro registro, a saber: “(...) se rearticula na figura do idoso uma transformação crucial pela qual é construído um lugar social, pois, se existe uma perda no registro do imaginário do corpo, esta perda se metaforiza num ganho no registro simbólico, por onde se transmite o *poder* da tradição” (Birmam, 1994, p.19).

Com a modernização ocidental, iniciada no século XVIII, observou-se a ruptura das redes tradicionais, caracterizada pelas famílias extensas. A constituição do novo modelo

familiar ficou reduzida às figuras do pai, da mãe e dos filhos, rompendo-se com o diálogo entre as múltiplas gerações. A memória perde seu reconhecimento em face da informação, transformando-se progressivamente num sistema funcional de informações, que atende somente a demanda produtiva do meio social. A memória coletiva desconsidera o saber do velho e a transmissão de valores que forneciam referenciais (Birmam, 1994).

Mucida (2004) comenta que além da desvalorização do saber do idoso, a sociedade contemporânea desenvolveu uma tendência à juvenilização dos corpos, dos espaços, das atitudes. Na linguagem psicanalítica isso se traduz pela escolha dos jovens como os eleitos para satisfação e como os representantes do prazer ilimitado. O velho se aflige ao antecipar um corpo fragmentado, um corpo de morte, um corpo que é o representante da falta.

Este contexto ignora as formas de presença do idoso no mundo, segregando os idosos nas suas trajetórias do envelhecer. Birmam (1994) salienta que a depressão se impõe ao sujeito quando este não tem nenhuma possibilidade de reificar seu passado, rearticulando-o com seu presente. Vivencia-se a experiência apenas das faltas e perdas. A falta de um lugar social e do reconhecimento simbólico dos mais velhos gera um impasse ao *trabalho de luto* das perdas vivenciadas, que é fundamental para que se mantenham as possibilidades desejantes do sujeito.

Autores pontuam que o isolamento dos idosos não é um fato que deve ser atribuído somente às mudanças socioculturais, mas também ao próprio curso natural dos acontecimentos da vida. O idoso também pode desejar dispor de um tempo maior para se ocupar de si. As responsabilidades com o trabalho, a educação dos filhos, a chamada vida ativa vai aos poucos se transformando em tempo livre. Os pais de outrora agora vêem seus filhos se tornarem pais e uma nova geração ocupa o centro dos acontecimentos (Fainguelernt, 2008; Jung, 1984).

Nesse contexto de esvaziamento narcísico, a partir da perda da imagem no espelho social, os mais velhos saem de cena, se isolam e buscam refúgio, segundo Jerusalinsky (2001),

nos melhores símbolos de sua vida, “na sua obra-prima, no resgate moral da tradição que transmitiu, numa certa regressão aos princípios, crenças e religiões que o orientaram” (p.16).

Assim, cabe questionar quais são as vias de elaboração disponibilizadas na sociedade para a simbolização da morte, do vazio que permeia o estar velho. Veremos a seguir como a dimensão espiritual pode se inserir nesse contexto a fim de engendrar significações.

## CAPÍTULO 2

### ESPIRITUALIDADE E REFLEXÕES SOBRE O EXISTIR

*Se o segredo da vida, a criação,  
se explica pela ciência,  
e a corrente vital  
é também consequência;  
se a humana consciência  
é simples equação...*

*E se acaso é o instinto a lei da vida,  
se a verdade  
é só necessidade  
inexorável, lenta, laboriosa,  
  
que sábia explicação  
tem esta frágil, esta inútil rosa?*

Fernanda de Castro

#### 2.1 Sobre a vida e a morte: algumas reflexões

Tendo em vista que a longevidade é um fenômeno recente, estudos apontam que a associação entre velhice e morte aparece como um modo de pensar próprio das sociedades ocidentais modernas, uma vez que nas sociedades tradicionais dificilmente se alcançavam idades mais avançadas. Em épocas anteriores as pessoas morriam ainda jovens, por diversos motivos, como guerras, epidemias, de partos problemáticos (Masi, 2003; Neri, 2007; Rosenberg, 1992).

Masi (2003) afirma que na década de 1940 a vida média de seus conterrâneos de uma cidadezinha do sul da Itália, não ultrapassava os cinquenta anos. Todos que chegavam à vida adulta haviam experimentado a perda de alguns parentes já na primeira infância. A morte era um acontecimento doméstico. Não havia nada de excepcional em que o crescimento de muitos jovens fosse marcado por frequentes lutos. “A morte não era como hoje, algo que diz respeito somente aos velhos e seus temerários” (p.12).

Resgates históricos, apresentados por Masi (2003), sobre o cotidiano do homem primitivo, revelam que a morte era concebida como um mal que poderia aparecer a qualquer momento. O homem de Neardental tinha idade média inferior a trinta anos. Aqueles que alcançavam a vida adulta tinham um convívio direto, desde a infância, com a morte dos contemporâneos, com a dor física dos trabalhos cotidianos, com as doenças e os traumas físicos que naquele tempo atingiam grande parte da população.

Predominava na pré-história o estilo de vida atormentado pelas intemperanças da natureza, que contribuíam para uma visão fatalista da existência humana. Hesíodo, filósofo de 800 a.C, fala de uma época chamada Idade do Ouro, em que os homens viveriam livres dessas fatalidades: “(...) não lhes pesava a miséria da velhice, mas sempre a força florescente da juventude nas mãos e nos pés (...)” (p.65). O filósofo preconizava que o paraíso consistia na tranquilidade, na liberdade, na juventude, no comer bem, na boa saúde e na morte natural e indolor (Masi, 2003).

Mucida (2004), por sua vez, questiona a idéia de morte natural. Apoiada em Freud, a autora pontua que as raças primitivas concebiam a morte como a influência de um espírito mau ou de um inimigo. A morte natural não pertencia ao modo de pensar dos primitivos, sendo ainda hoje pouco aceita, a não ser quando associada à velhice. Nesse sentido, a relação entre velhice e finitude afasta a morte do nosso dia-a-dia, deslocando-a para um futuro sempre



distante e incerto. A morte continua desconhecida, continua como um acontecimento não dialtizável, como nos diz Mucida.

Por outro lado, autores como Rosemberg (1992) e Py (2000) pontuam que embora o temor e a negação da morte sejam projetados para a velhice, o medo da finitude não se dá de forma tão linear. A probabilidade estatística de morrer à medida que envelhecemos não corresponde, necessariamente, ao medo da morte. Em momentos individuais da vida podemos experimentar níveis diferentes do medo de morrer. Portanto, podem existir jovens de 20 anos com muito mais angústia frente à finitude, do que um idoso de 70 anos que já vivenciou muitas experiências e construiu uma história pessoal. Sendo assim, a morte é, sem dúvida, uma dimensão que permeia a existência humana e a consciência da finitude se manifesta sob diversas formas ao longo da vida.

Becker (2007) indica a existência de muitas pesquisas do campo religioso, filosófico, antropológico e psicológico que enriquecem o debate sobre morte, principalmente pelo fato de os resultados não convergirem para uma única direção. O autor apresenta dois argumentos psicológicos divergentes na compreensão da morte, denominados teoria da “mente sadia” e teoria da “mentalidade mórbida”.

De acordo com Becker (2007) o argumento da mente sadia descarta a possibilidade de o medo da morte ser um aspecto natural da constituição humana e presume que esse temor é algo que se desenvolve no sujeito quando criança. A morte seria uma idéia muito abstrata e distante da realidade dos pequenos. A percepção de inevitabilidade da morte seria construída gradativamente e apareceria na criança por volta do décimo ano de vida. Porém, ainda que a criança não tenha nos seus primeiros anos entendimento sobre o morrer, ela apresenta outras fontes de ansiedade. A dependência absoluta dos cuidadores gera desconforto ao infante, ao perceber que nem sempre a mãe está presente, que ocorrem algumas privações em relação a fome, conforto, afeto, higiene e outros aspectos. No entanto, quando cumprida a tarefa dos

cuidadores de prover as necessidades da criança, surgiria a confiança. Desta forma, como descrito por Becker, as ansiedades e culpas naturais da infância se desenvolvem de forma moderada e a personalidade se estrutura de forma adequada:

A criança que tiver boas experiências no contato com a mãe irá adquirir um sentimento básico de segurança e não estará sujeita a temores mórbidos de perder o apoio, de ser aniquilada, ou coisa semelhante. À medida que ela crescer e passar a compreender a morte de forma racional, por volta dos nove ou dez anos, irá aceitá-la como parte da sua visão do mundo, mas essa idéia não irá envenenar sua atitude de confiança em relação à vida (p. 34).

Em oposição a essa visão existe o argumento da “mentalidade mórbida”. Essa perspectiva, embora aceite que as experiências do início da vida influenciam os temores e ansiedades naturais, afirma que o medo da morte não é uma construção somente da cultura, e sim algo natural que se manifesta em todos os sujeitos. Contudo, esse temor não poderia permanecer de forma constante no aparelho mental. Caso o temor da morte fosse plenamente consciente, o organismo ficaria paralisado e não seria capaz de funcionar (Becker, 2007).

Wahl (citado por Becker, 2007), afirma que o conceito de morte é amplo e por isso sofre elaborações complexas. Para a criança a morte se apresenta como um símbolo complexo e indefinido: “O conceito de morte que a criança tem não é uma coisa única, mas sim uma composição de paradoxos (...) a própria morte não é apenas um estado, mas um símbolo complexo cujo significado irá variar de uma pessoa para outra e de uma cultura para outra” (p.40).

Para a teoria freudiana, a morte não tem representação psíquica. Messy (1999), apoiado em noções kleinianas, diz que a angústia de morte não significa o medo da morte concreta, mas

angústia frente à Pulsão de Morte, que visa à desintegração e destruição. Portanto, o desamparo existencial que advém com a velhice pode ser em parte compreendido como a manifestação do medo não apenas da morte biológica, mas do rompimento dos enlaçamentos com o mundo e com as pessoas. Goldfarb (1998) se refere à Pulsão de Morte como sendo uma energia regressiva, uma força que destrói os vínculos. A tarefa da libido é encontrar uma forma de proteger o sujeito dessa pulsão destrutiva.

Desta forma, a relação entre velhice e o fim do ciclo vital gera em alguns idosos um alto grau de desinvestimento no mundo e, aos poucos, esse retraimento se transforma num profundo sentimento de solidão. A transitoriedade dos acontecimentos e a vulnerabilidade da própria vida convocam a uma reflexão sobre o significado do existir, já que as coisas e as pessoas tendem a se transformar e desaparecer (Barros, 2007).

Ao falar da dinâmica dos investimentos durante o processo de envelhecimento, Goldfarb (1998) afirma que ao longo do envelhecer a ocorrência de perdas significativas e a proximidade da ruptura definitiva dos vínculos demandam elaborações cada vez mais eficientes. O remanejamento dos afetos é duplamente influenciado pela consciência de finitude e pela vontade de continuar buscando sentido para a vida.

Freud, em correspondência a Ernest Jones, comentou que na velhice a balança quase se equilibra entre a necessidade de repouso final – decorrente da Pulsão de Morte – e o desejo de desfrutar um pouco mais da companhia dos que lhe são próximos – exigência da Pulsão de Vida. Messy (1999) argumenta que a necessidade de repouso é uma solicitação de um corpo biológico em declínio. Entretanto, o sujeito é também um ser simbólico e desejante e, mesmo na velhice continua buscando a satisfação na força dos vínculos.

Mucida (2004) assinala que na contemporaneidade são disponibilizados poucos espaços que auxiliem os idosos nas elaborações das perdas. A história do velho não encontra lugar diante das *nov-idades* do mercado. A fragilidade corporal da velhice é avessa ao padrão

utilizado. A marcha lenta, a fala pausada, a narrativa e o corpo marcado não se adequam aos imperativos de agilidade, beleza, força e objetividade.

Ao perder seu lugar social e simbólico, o sujeito experimenta diversas formas de morte não biológica. O contexto ocidental determina que o tempo do trabalho é um período de utilidade, ou seja, o período em que podemos oferecer nossa força de trabalho para o meio em que vivemos e em troca usufruir dos produtos oferecidos pela sociedade de consumo. Portanto, a saída do mercado profissional marca o tempo da inatividade e, conseqüentemente, da inutilidade. A aposentadoria se inscreve como uma das formas de morte simbólica. É um estado no qual cessa o tempo da produção e do consumo. A perda da identidade profissional afeta o sentido do existir (Birman, 1994; Messy, 1999).

De acordo com Rosenberg (1992), existe a proposição de que um envelhecimento adequado e bem ajustado seria aquele em que há um desligamento progressivo, em todos os aspectos da vida. Esse desligamento começaria no campo do trabalho e se estenderia à família, amigos, investimento em projetos futuros. Essa perspectiva concebe a velhice como uma fase preparatória da morte. Através desse desengajamento, o idoso lidaria melhor com as perdas do processo de envelhecimento e com a aceitação da própria finitude. Essa proposta se mostrou bastante questionável, pois esse esperado desligamento na velhice pode, ao invés de diminuir, aumentar o sofrimento do idoso.

Py & Scharfstein (2001) argumentam que mesmo em um envelhecimento considerado saudável, é comum o aparecimento de características como isolamento, irritabilidade, culpa, angústia, dependência e negação. Birman (1994) e Fainguelernt (2008) argumentam que cada idoso, de acordo com seu *estilo psíquico*, encontra uma forma de manejar, além das perdas reais, o confronto com a morte e a diminuição das perspectivas futuras. Portanto, esses sintomas presentes na velhice surgem como uma resposta natural a esse processo. Todavia, existe atualmente a tendência a “patologizar” e “psiquiatrizar” os sentimentos, principalmente

os de angústia e tristeza e, na maioria dos casos, a medicalização se torna um recurso exclusivo e imprescindível para o controle das dores emocionais. Por outro lado, o enfrentamento das situações dolorosas com o apoio da família, dos amigos e, em alguns casos, da psicoterapia, parece uma forma mais adequada de auxiliar o idoso a refletir sobre sua vida e a buscar o equilíbrio, gerando amadurecimento.

Para Gusmão (2007) no envelhecer transitará inevitavelmente o sofrimento oriundo das profundas alterações sofridas. Provavelmente, o maior desafio no estudo do envelhecimento seja admitir que as aprendizagens e as trocas afetivas são processos fundamentais para o funcionamento do ego e, que por isso devem ser objetos de intervenção constante. A autora alerta que não podemos pensar nos velhos como sujeitos destituídos de si mesmos e, sim:

Reconhecer que o velho e a velhice portam uma vivência e uma experiência a serem comunicadas e compreendidas. É reconhecer que o idoso exerce um papel mediador nas tramas da vida social e isso exige pensar os diversos tempos e espaços em que o outro se faz igualmente sujeito (p.132).

Com o expressivo aumento da população idosa, o mercado de consumo vem se voltando para esse segmento da população. Desse modo, em oposição a uma exclusão assumida dos velhos encontramos uma forma de inclusão que obedece a uma “lógica perversa”, pois ao mesmo tempo em que supostamente aceita a velhice - incluindo o velho no cenário social -, recusa qualquer característica que a represente - negando o corpo, a história e o saber dos mais velhos. Os produtos de estética rejuvenescedora ocupam cada vez mais lugares na sociedade e, de acordo com Negreiros (2003), para os idosos que possuem melhores condições socioeconômicas existe a ilusão da imutabilidade, como se fosse possível permanecer para sempre jovem: “Não existem mais pessoas em processo de envelhecimento, mas senhoras e

senhores bem conservados (a semelhança de enlatados) ou indivíduos numa eterna meia-idade (como se fosse possível esse ‘congelamento’)” (p.19).

Em consequência das transformações vivenciadas durante o desenvolvimento, é impossível reduzir a velhice apenas a um “estado de espírito”. Esse modo de pensar nos leva a uma ilegítima inclusão dos mais velhos, visto que a negação das mudanças corporais e psíquicas extirpa o lugar social e simbólico do velho, lançando-o para o confronto com a morte sem qualquer oportunidade de futuro; essa falência da possibilidade de projetar sua vida compromete o desenvolvimento do sujeito (Birman, 1994; Blessman, 2004).

A ausência de perspectivas futuras aprisiona o idoso no passado. Este se torna desinvestido do seu presente, experienciando o sentimento de **ter sido** alguém. A possibilidade de continuar **sendo alguém** se transforma numa forma de Pulsão de Vida. Para Goldfarb (1998), a continuidade da existência pode ser possível através de vias como: a espiritualidade, a realização de projetos e a construção de um legado para as futuras gerações.

Erik Erikson (1982/1998), ampliando a proposta de Freud sobre desenvolvimento psicosssexual, formula a teoria dos estágios psicossociais, que inclui as fases da maturidade e da velhice. A teoria afirma que em cada etapa o indivíduo cresce não apenas a partir das exigências internas do seu ego, mas também das exigências do meio em que vive. Os indivíduos atravessam ao longo da vida crises que marcam as etapas do desenvolvimento. As idades que correspondem à maturidade e à velhice são, respectivamente, a 7ª Idade: Geratividade Versus Estagnação e a 8ª Idade: Integridade Versus Desespero.

Para Erikson, a 7ª idade é o estágio psicossocial mais extenso e contempla o conflito Geratividade *versus* Estagnação. A geratividade aparece como uma tendência que as pessoas na maturidade teriam para cuidar da próxima geração, usando as suas competências naturais para ensinar, orientar, cuidar, além de criar e transmitir conhecimentos. Usualmente, essa fase dá-se dos 30 até os 60 anos, não havendo, porém, uma idade comum para todas as pessoas. A virtude

proveniente da resolução desse conflito é o cuidado. Surge a vontade de fazer algo por alguém, pelos outros, sobretudo de transmitir valores e ideais para os mais jovens. Sendo assim, essa fase expressa a preocupação de perpetuar um propósito que possa permanecer de alguma forma após a morte. Caso isto não ocorra, a possibilidade de expansão, criação e sentido para a vida fica comprometida, paralisando a pessoa. Rodrigues (2001) descreve essa fase da seguinte forma:

A geratividade denota a possibilidade de se ser criativo e produtivo em diversas áreas da vida. Bem mais do que educar e criar os filhos, representa uma preocupação com o contentamento das gerações seguintes, uma descentralização e expansão do Ego empenhado em converter o mundo num lugar melhor para viver, como tal, a geratividade representa o desejo de realizar algo que sobreviva (p.280).

Como exposto no capítulo 1, a 8ª idade do desenvolvimento psicossocial ocorre frequentemente a partir dos 60 anos e é marcada por um olhar retrospectivo, de reavaliação da história pessoal, onde a reflexão sobre o passado ocorre de forma integrada ao presente. Na velhice sentimos a necessidade de repensar o que dela fizemos, revendo escolhas, realizações, opções e fracassos. Rodrigues (2001), apoiado nas idéias de Erikson, aponta que nesta etapa a questão que se coloca é: “Teve a minha vida sentido ou falhei?” (p.280).

Na crise Integridade versus Desespero, a integridade indica que o indivíduo considera positivo o seu percurso vital, ou seja, toma consciência de que a vida teve sentido e que foi feito o melhor possível, dadas as circunstâncias e as suas capacidades. Assim, o indivíduo deve ser capaz de se reconciliar com a angústia de envelhecer e encarar a existência como algo positivo. Quando a avaliação da existência até esse momento é negativa, é experimentado um sentimento de insatisfação com a própria trajetória e se instala o desespero. Ao perceber que o

tempo que resta não traz tanta esperança ou entusiasmo para recomeçar a vida, surge o desejo de retroceder, de retomar as oportunidades perdidas, de reformular decisões e escolhas (Rodrigues, 2001).

Jung (1984) pontua que na segunda metade da vida as pessoas tendem à introspecção e que nessa fase a pessoa passa por uma constante reavaliação de si mesmo, em busca de um significado para a vida e para a morte. O autor aponta um intenso desenvolvimento da espiritualidade durante essa fase, referindo-se a esse fenômeno como uma experiência interior; ele destaca como parte desse processo a numinosidade, uma experiência forte e poderosa que traz grandes mudanças na consciência. Assim, a religiosidade pode influenciar no equilíbrio entre a saúde física e mental, harmonizando a pessoa consigo mesma, com os outros e com a natureza. Negreiros (2003) descreve que, para Jung, a transição da meia-idade seria potencialmente tão criativa quanto as fases anteriores:

Um novo processo iniciar-se-ia nesta etapa, de tonalidade diferente daquela que havia marcado a primeira metade. Em condições favoráveis, chegar-se-ia mais próximo a fontes de sabedoria e criatividade pessoal, desenvolvendo-se potencialidades. O indivíduo tornar-se-ia menos impulsivo e extrovertido e adotaria valores religiosos, sociais, cívicos e filosóficos mais consistentes (p.22).

Na velhice são exigidos cada vez mais esforços do sujeito para que ressignifique sua realidade. O tempo livre pode causar uma sensação de vazio e solidão. Desta forma, a dissolução, de grande parte, dos vínculos realizados e o investimento em novas formas de relação com o mundo marcam o envelhecimento. Na medida em que muitos laços sociais são desfeitos, faz-se necessária a presença do outro e de recursos simbólicos que auxiliem na tentativa de reinventar ou significar a própria vida. É difícil manter o ritmo de desenvolvimento



e crescimento nessa fase em que a consciência da proximidade da morte compromete a perspectiva de futuro do sujeito. No entanto, pessoas que possuem uma visão de valores transcendentais, como ideais humanos ou religiosos, parecem enfrentar melhor conflitos existenciais como sofrimento e morte (Goldfarb, 1998; Torres 2007).

Por outro lado, Epicuro, que viveu entre 341-270 a.C, considerava que os valores religiosos não contribuía para o sentido da vida. O filósofo se posicionava contra qualquer crença de vida após a morte por entender que isso compromete o sentido de viver. A morte não deveria ser fonte de sofrimento, pois não representa nem um bem nem um mal e, enquanto estivermos vivos, ela não existe e, não há nada o que dizer sobre a finitude (Silva, 1995). Por isso, critica as crenças religiosas, considerando-as como uma fuga, justamente por, em suas concepções básicas, proporem a continuidade da vida e a existência da eternidade. Silva, apoiado nas idéias de Seminário, expressa:

Pensar a morte como limite da vida é pensá-la como um acontecimento natural e necessário. É preciso que se pense na morte com tranquilidade. Neste sentido, não tornar a morte em algo que deva ser temido e projetar todos os "anseios" para a própria vida, isto é, viver intensamente e de modo sereno. Pensar a vida e vivê-la torna-se uma só coisa, fluível e tranquila, porque suficiente, isto é, independente de fabulações religiosas e, sobretudo, das crenças em tais fabulações (p. 143).

Ainda que a morte seja um fato que nos cerceie a possibilidade de qualquer sensação, de qualquer forma de existir, algumas teorias acreditam que existem formas de projetar a vida para além dos limites biológicos. Seminário (1998) considera que o tema da finitude é experienciado pelo ser humano como um conflito permanente e, por isso, sempre se estabelecerá a tentativa

de que os nossos atos ultrapassem e transcendam o desaparecimento. O recurso que oferece essa possibilidade de transcendência é o imaginário. Através do imaginário a sociedade criou os diversos mitos e as diversas crenças.

Para Boff (2001), Jung, ao criar um arquétipo relacionado à divindade, admite a importância das questões religiosas na vida das pessoas, afirmando que ocorre um empobrecimento da subjetividade quando o fator espiritual é considerado como irrelevante ou simplesmente eliminado da vivência humana. Nesta direção, Westgate (1996) considera que a dimensão espiritual é um componente do funcionamento humano que atua na integração de outros componentes. Através dessa capacidade de integração, de unidade de vários domínios da vida, se observa que as pessoas têm a capacidade para a saúde. Em contrapartida, a relação com a espiritualidade pode se dar de forma obsessiva, rígida, o que pode ocasionar o aparecimento de angústia e o desenvolvimento de psicopatologias.

## **2.2 Pontuações sobre a espiritualidade**

Boff (2000) salienta que o ser humano dispõe da capacidade de pensar em explicações para acontecimentos que o cercam e, que esse processo acaba levando aos caminhos de constituição dos símbolos e do surgimento das religiões. Para o autor, as religiões fornecem historicamente referências estáveis de sentido. Portanto, atuam na elaboração de conflitos existenciais, pessoais e coletivos, assim como na formulação de respostas às grandes indagações do ser humano, geralmente sob a forma de grandes mitos e símbolos.

Durante os séculos XVII e XVIII pôde ser observada uma tentativa de cerceamento das manifestações religiosas em virtude dos avanços da ciência. O processo de secularização, caracterizado pelo pensamento racionalista e individualista moderno, marcou o declínio da influência da religião na sociedade. Para Boff (2002) esse fenômeno afastou a espiritualidade de qualquer realidade humana e “substituiu o sagrado cósmico pelo homem e seu destino histórico” (p.).

Encontramos nas obras de Freud diversas críticas acerca das manifestações religiosas. Freud se opôs ao discurso religioso por considerá-lo uma ilusão derivada dos desejos humanos. Em “O futuro de uma ilusão”, Freud qualifica a religião como uma neurose infantil. O sentimento de completude e prazer ilimitado experimentados pela criança no início da primeira infância é interrompido pelo processo de humanização. A entrada num mundo marcado por frustrações e limites desperta o desejo de retorno ao antigo estado (Fuks, 2003).

Para Freud a religião se inscreve frente ao desamparo e ao gradual declínio da onipotência experimentado pelo sujeito e oferece uma verdade histórica. Entretanto, Fuks (2003) afirma que Freud não tinha o objetivo de depreciar a crença religiosa, mas de combater o discurso religioso que deforma de modo delirante a imagem do mundo real: “As instituições religiosas unificam os fiéis em torno de uma verdade única, desprezam toda e qualquer expressão subjetiva e impedem o equilíbrio necessário entre o desejo do sujeito e as reivindicações do grupo social” (Freud citado por Fuks, p.33).

Atualmente, autores apontam a tendência de relativização dos modelos de leitura de mundo. As certezas científicas que outrora substituíram as crenças religiosas, também parecem não corresponder mais aos apelos contemporâneos. Autores destacam que o sistema capitalista, pautado na produção e consumo, aprisiona as pessoas nas suas vivências cotidianas. Deste modo, não são disponibilizados nem meios, nem tempo suficiente que possibilitem a elaboração que os acontecimentos da vida nos demandam, comprometendo a capacidade de simbolização dos sujeitos (Boff, 2000; Lima, 2005; Vaneigem, 2002).

Assim, as exigências do sistema capitalista interferem na forma de o homem moderno lidar com tempo e espaço, comprometendo o envolvimento com outras experiências que servem de base para a reflexão e a criação. Com esse empobrecimento da subjetividade, os sujeitos não constroem referenciais que auxiliem na forma de lidar com os acontecimentos

naturais da vida, como morte, perdas, insucessos e também experiências de júbilo e encantamento (Boff, 2000; Lima, 2005; Vaneigem, 2002).

Alves (1984) argumenta que diante do estado de anomia, ou seja, de um sentimento de perda da identidade e de seus referenciais, sujeitos ou grupos sociais tendem a buscar valores religiosos de forma mais intensa. No final do século passado percebeu-se o desenvolvimento de novas religiões e o retorno aos estudos do campo religioso. Assim, nota-se que a dimensão espiritual vem readquirindo espaço na sociedade e tem sido considerada “uma das transformações culturais mais importantes do século XXI” (p.117).

Negreiros (2006) aponta que esse ressurgimento da religião, não é um simples retorno às crenças religiosas tradicionais. Essa nova forma de religiosidade estaria cada vez mais desvinculada dos rituais e dogmas, associada a uma relação pessoal com sagrado ou transcendente, podendo ser denominada de espiritualidade: “Trata-se de uma religiosidade sem ortodoxias, composta de retalhos de diversas origens: tradições orientais, cristianismo, esoterismo, ecologia e até mesmo psicologia (transpessoal, logoterapia), entre outros” (p.41).

Nesse cenário, o aumento de pesquisas sobre o papel da espiritualidade/religiosidade na vida dos indivíduos demonstra o interesse por aprofundar a compreensão sobre o tema. A OMS passou a considerar a espiritualidade como um componente importante da experiência humana, incluindo-a no conceito multidimensional de saúde.

Os termos religiosidade e espiritualidade costumam ser utilizados como sinônimos em estudos empíricos. Apesar de relacionadas, Panzini (2007) pontua algumas diferenças entre a religiosidade e a espiritualidade. A dimensão religiosa aparece associada a uma profissão de fé, uma crença em um ser ou poder sobrenatural ao qual se atribui a responsabilidade de criação e controle do universo. A espiritualidade envolve questões quanto ao significado da vida e à razão de viver, com a crença em aspectos sagrados (Deus, Poder Superior e seus substitutivos) e/ou transcendentos (alma, essência).

Segundo Doll & Py (2005), a palavra espiritualidade deriva de *spiritus*, que designa o sopro da vida que anima a matéria. A espiritualidade é uma espécie de abertura para o que é transcendente à vida física e concreta. O componente espiritual cria um campo fértil para o desenvolvimento de uma visão de mundo que confere significado à existência e desperta um sentido de pertença maior do que o âmbito individual, como um elemento fundamental da constituição do próprio sujeito.

Cupertino & Novaes (2004) conceituam espiritualidade a partir de três dimensões: 1) fazer parte de uma instituição religiosa, caracterizada por um sistema de doutrinas e dogmas a serem seguidos e compartilhados com o grupo de praticantes; 2) parte subjetiva que corresponde tanto a valores éticos como, por exemplo, solidariedade, respeito, quanto a uma disposição interna que auxilia na resposta diante de eventos da vida. Assim, dilemas existenciais, situações marcantes como perdas e conquistas e acontecimentos cotidianos podem ser vistos sob outra ótica – eles podem trazer a experiência do sagrado relacionado à transcendência e, por fim, 3) “crença integrativa” que provê sentido e significado à existência humana, “uma força que pode facilitar e motivar indivíduos na busca de sentido e propósito na vida” (p.359). Pode ser o desejo de buscar explicações para a origem e o sentido da existência que transcendam as visões científicas ou exclusivamente religiosas.

De acordo com Silva & Alves (2007), a palavra espiritualidade pode suscitar as mais diversas realidades, algumas até distantes umas das outras. Segundo Kovács (2007), parece que cada definição só satisfaz seu próprio autor. Resguardas as diferenças entre as definições de espiritualidade, grande parte dos estudos parece concebê-la como “uma busca humana em direção a um sentido, com uma dimensão transcendente para além do que está nos dogmas das religiões tradicionais” (p. 245).

Quanto à religiosidade, apesar de haver certa coerência entre autores na definição do conceito, também se percebe a existência de significados diversos para o tema. Para Alves

(1984), “(...) religião é imaginação, é a possibilidade de ver as coisas de uma forma diferente com forte conteúdo emocional e muito difícil de ser verbalizada” (p.48). Posto desta forma, nos parece que estas experiências nem sempre estão ligadas às religiões tradicionais.

Kóvacs (2007), apoiada em Koenig, distingue religião intrínseca e religião extrínseca. A extrínseca seria uma forma de religiosidade utilizada para se alcançar algo não espiritual, como conseguir um emprego, encontrar amigos, ter prestígio ou poder. A religiosidade intrínseca seria uma profunda e forte fé motivadora da vida, “(...) caracterizada por íntimo relacionamento pessoal com Deus” (p.249), que afetaria as decisões e o comportamento cotidiano das pessoas. A autora define a espiritualidade como uma forma de religiosidade intrínseca:

A religião é também um campo de experiências, indagações sobre a existência, abrindo-se para novas possibilidades. Esta experiência não é só a vivência das situações, é, principalmente, a sua elaboração na consciência (...) que pode se dar com as religiões tradicionais ou com uma concepção pessoal de religiosidade” (p.246).

Nesse sentido, Negreiros (2003) menciona o estudo de Moberg e Brusek. Os autores apresentam duas dimensões da espiritualidade, a horizontal e a vertical. A horizontal estaria relacionada aos valores humanos que contribuem para uma relação mais harmônica com as pessoas e o mundo, favorecendo a criatividade para a expressão de outras formas de interpretação da realidade, como as formas poética, artística e filosófica. Já a dimensão vertical se caracterizaria por um movimento em direção a uma Força Superior que rege o universo.

Nesse contexto, a espiritualidade se insere como uma forma mais ampla de vivenciar a relação com que é transcendente. Alguns autores consideram que a religião passa ser a formalização da espiritualidade. Para Barrett (1998), o sistema religioso é uma forma de espiritualidade que continua sendo um mecanismo cultural que ajuda a manter comunidades

unidas e difundindo princípios como os de confiança e solidariedade. Por isso, possibilita a construção de redes sociais mais fortes. Participantes de grupos religiosos se beneficiam de um maior suporte social, o que contribui para a longevidade. A vivência da espiritualidade na velhice pode ser um recurso confortante e amenizador da solidão ou do sofrimento provocado por perdas.

Pesquisas (Cupertino & Novaes, 2004; Pegoraro, 2009; Silva & Alves, 2007) que investigam as possíveis implicações da espiritualidade no envelhecimento pontuam que, embora as sinalizações sobre a transitoriedade da vida e dos acontecimentos possam ser experimentadas em muitos momentos no decurso do desenvolvimento humano, estes sinais vão se intensificando com a passagem do tempo. Resultados indicam que à medida que os indivíduos envelhecem, a espiritualidade pode funcionar como um fator facilitador da adaptação diante das transformações que acontecem, influenciando na saúde física, mental e social. Por esse motivo, o papel do componente espiritual, estando ligado ou não a uma religião, vem se tornando um campo de investigação importante para a temática do envelhecimento.

Os modos de vida na velhice geralmente disponibilizam mais tempo para a reflexão sobre o presente e o futuro, como pontuam Doll & Py (2005): “O que fazer com tempo que tenho de vida?(...) o que eu quero com a minha vida? (...) há certas sinalizações que lembram que cada vez mais a finitude da vida, sentida mais acentuadamente no processo de declínio nossas capacidades” (p. 281).

Por outro lado, alguns teóricos compartilham da idéia de que o envelhecimento estaria relacionado com a busca de compreensão e significado não somente para a própria existência. O sujeito, ao se dar conta de que grande parte das atribuições sociais no campo familiar e do trabalho estaria cumprida, ficaria mais disposto para compreender sua missão como ser humano em plena comunhão com o universo. Como produto desse processo de busca surgiria um

desapego característico do processo de transcendência. (Cupertino & Novaes, 2004; Kovács, 2007).

A espiritualidade como transcendência poderia assim permitir um desapego. Cabe ressaltar que este desapego não deve ser confundido com desinteresse frente aos eventos externos e internos, mas talvez o idoso transcendendo o Eu passaria a não responder impulsivamente às situações (p.362).

Por isso, para Cupertino & Novaes (2004), a maneira considerada saudável de vivenciar o envelhecimento seria transformar a rotina de família e trabalho em uma visão mais ampla, ou seja, na medida em que há a diminuição das obrigações cotidianas o idoso experimentaria a sensação de missão cumprida. Desta maneira, estaria mais disposto para buscar significados transcendentais à própria vida.

Assim, o estudo da espiritualidade se depara com uma polissemia, uma variedade de concepções e representações. Este capítulo buscou apresentar algumas idéias e definições sobre o tema. Contudo, a proposta deste trabalho não consiste em definir a espiritualidade, mas compreender, a partir da perspectiva do idoso, como essa dimensão é incorporada à sua vivência. A seguir, veremos as etapas percorridas para realização da pesquisa.



## **CAPÍTULO 3**

### **CAMINHO METODOLÓGICO**

Tendo em vista os temas e autores apresentados nos primeiros capítulos, refletimos sobre qual seria o melhor método de pesquisa para compreender a relação entre velhice e espiritualidade. A pesquisa qualitativa se mostrou a forma mais adequada de compreensão das questões investigadas, pois esse método de fazer ciência apresenta estratégias que buscam entender construções da subjetividade humana. A metodologia qualitativa busca compreender um fenômeno em profundidade, trabalhando com descrições, comparações e interpretações (Pinto, 2004).

Os princípios teóricos dessa metodologia de pesquisa legitimam o conhecimento por construção. Conforme a ação vai sendo construída, é também investigada e interpretada e, na medida em que se constrói o estudo se produzem informações (Rey, 1998). A pesquisa qualitativa em psicologia clínica realiza uma ciência de viabilidade porque não pretende uma verificação direta dos resultados e conclusões, mas visa elucidar, apontar para um sentido da realidade, do fenômeno ou do processo estudado (Pinto, 2004).

#### **3.1 Objetivos de pesquisa**

- a) Identificar algumas das principais percepções dos idosos sobre a velhice e o envelhecer;
- b) Conhecer o lugar da espiritualidade na vivência do idoso;
- c) Investigar se a relação com a espiritualidade passou por modificações com a passagem do tempo na vida do idoso.

#### **3.2 Participantes**

O estudo foi realizado na cidade de Brasília – DF, com seis idosos, sendo 3 homens e 3 mulheres, com idades entre 66 e 79 anos. A pesquisa foi divulgada através de cartazes afixados

em alguns pontos da Universidade de Brasília - UnB. Porém, obtivemos o retorno de apenas uma pessoa. Os demais idosos foram captados pela mediação feita por colegas psicólogos.

Os critérios para a inclusão no estudo foram: a idade mínima de 60 anos e ausência de déficits cognitivos que pudessem interferir no entendimento das questões da entrevista.

### **3. 3 Instrumentos Utilizados**

#### **a) Mini Exame do Estado Mental**

A escolha desse instrumento foi feita com o intuito de avaliar as condições cognitivas e excluir da amostra aqueles sujeitos que apresentassem déficits cognitivos graves ou moderados. Isso impossibilitaria a coleta de informações, já que indivíduos com alto declínio cognitivo não conseguiriam responder às questões de pesquisa de forma clara e coerente por apresentarem sintomas como dificuldade de nomeação, perda de conteúdo e dificuldade de compreensão (Chaves, 2006).

O Mini Exame do Estado Mental – MEEM é provavelmente o instrumento mais utilizado mundialmente para avaliar mudanças do estado cognitivo em pacientes geriátricos, com versões em diversas línguas e países e devidamente validado para a população brasileira. O instrumento avalia orientação temporal e espacial, memória de curto prazo (imediate ou atenção) e evocação, cálculo, praxia e habilidades de linguagem e viso-espaciais (Chaves, 2006).

O ponto de corte é freqüentemente ajustado para o nível educacional, pois um único corte pode gerar falsos resultados entre os mais e menos escolarizados. Alguns autores avaliaram que o corte 24 mostrou-se excelente para pessoas com escolaridade acima de 9 anos, enquanto o corte 17 é adequado àquelas com menor escolaridade e, 13 pontos aos analfabetos. O ponto de corte adotado neste estudo foi o de 24, por ser o mais freqüentemente utilizado para

indicar a ausência de comprometimento cognitivo, em idosos com no mínimo 8 anos de escolaridade.

Os idosos integrantes do estudo apresentaram escore acima de 24 pontos no Mini-exame do Estado Mental, sendo, em princípio, capazes de responder às perguntas relativas a sua vida. Cabe ressaltar, que caso o idoso não atingisse o escore determinado para sua inclusão na amostra, dar-se-ia continuidade ao procedimento de coleta, a fim de evitar qualquer espécie de desconforto ou rejeição.

#### b) Entrevista semi-estruturada (Anexo 2)

Bassit (2002) afirma que as contribuições de diferentes histórias de vida podem estar pautadas no pressuposto de que o envelhecimento é uma experiência diversificada e sujeita às influências de diferentes contextos. Portanto, é importante conhecer as necessidades e experiências de vida dos idosos com base em suas próprias narrativas, para verificar quais são os pontos de vista entre o discurso dos idosos e dos outros em torno do processo de envelhecimento.

A entrevista dá voz aos sujeitos para que expressem a realidade que vivenciam, revelando crenças, idéias, maneiras de pensar, sentimentos, opiniões, projeções para o futuro, formas de lidar com determinadas situações, entre outros aspectos (Minayo, 2004).

A entrevista é trabalho e constitui uma ferramenta essencial na pesquisa qualitativa de campo e, como tal, solicita uma atenção permanente do pesquisador aos seus objetivos. O pesquisador deve se colocar intensamente à escuta do que é dito, a refletir sobre a forma e conteúdo da fala do entrevistado (Brandão, 2000).

A entrevista semi-estruturada foi realizada com base em um roteiro composto por questões para obter informações sobre a vida do idoso, com destaque para a velhice e para o componente da espiritualidade (Anexo 2). A entrevista buscou abordar aspectos relevantes sobre a trajetória existencial do sujeito, suas relações sociais, a concepção e vivência da

velhice, atividade ocupacional, o entendimento sobre religiosidade/espiritualidade e, a relevância desse componente na atual etapa da vida.

### **3.4 Aproximação ao campo**

Realizamos um estudo piloto com dois idosos, como uma estratégia que nos permitisse avaliar a adequação da metodologia do trabalho. A captação dos participantes se deu através da mediação de colegas, que trabalhavam no Clube do Idoso (CI), na cidade de Manaus. A realização do estudo piloto apontou para algumas questões referentes aos procedimentos de coleta. Os idosos se mostravam mais confortáveis quando o pesquisador lia o Termo de Consentimento (Anexo 1) para recolher a assinatura. O MEEM aplicado como primeiro instrumento de pesquisa trouxe ansiedade aos participantes, por possivelmente, considerarem-no como um teste de aptidão e inteligência. Portanto, decidiu-se iniciar a coleta de dados pela entrevista.

### **3.5 Procedimentos**

O contato inicial com os interessados foi feito por telefone. Os idosos interessados contactaram a pesquisadora informando o interesse em participar do estudo. A pesquisadora solicitou os dados, nome e telefone do(a) voluntário(a) e retornou a ligação. Nessa ocasião foi explanado o objetivo do estudo. Confirmado o interesse do idoso em participar, marcamos o primeiro encontro para apresentação formal do trabalho e aplicação dos instrumentos.

Foi dada a opção de o encontro para a coleta de dados ser realizado no Centro de Atenção e Estudos Psicológicos – CAEP, do Instituto de Psicologia da UnB, ou no domicílio do idoso. Todos os participantes preferiram a segunda possibilidade. No primeiro momento foi apresentado o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e, em seguida a entrevista foi realizada. Após o término da entrevista foi aplicado o Mini-Exame do Estado Mental.

### **3.6 Aspectos éticos**

De modo geral, o contato com os idosos teve um caráter positivo, pois a conversa entre pesquisador e participante permitiu o compartilhamento e reflexão sobre vivências relevantes. O idoso apresenta algumas especificidades que precisam ser consideradas. Durante a aplicação dos instrumentos o participante poderia demonstrar sinais de cansaço e/ou inquietação. Se isso ocorresse, seria proposto uma pausa ou agendado outro dia para a continuação da coleta de dados.

O presente trabalho foi submetido e aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa do Instituto de Ciência Humanas Universidade de Brasília.

### **3.7 Análise das informações**

As entrevistas foram gravadas em áudio e transcritas. O material foi submetido à análise temática de conteúdo. De acordo com Minayo (2004), a análise temática consiste em descobrir núcleos de sentido, que constituam uma comunicação cuja presença ou frequência signifiquem alguma coisa para o objetivo analítico visado. Deste modo, a análise temática se desenvolveu em três etapas.

A pré-análise consistiu na transcrição das entrevistas, sendo necessária leitura flutuante. Assim, aos poucos o conjunto das comunicações se tornou mais sugestivo, superando a sensação de desorganização inicial das informações. Nessa fase foram feitos os recortes de frases ou palavras-chave das unidades de registro e a escolha da forma de categorização e dos conceitos teóricos mais gerais que orientaram análise. Por meio de leitura exaustiva, deu-se origem a temas.

A exploração do material caracterizou a segunda fase da análise temática. Nesse momento, buscou-se encontrar as categorias. Trabalhou-se com o recorte do texto em unidades de registro, que consistiram em palavras, frases, ou temas, acontecimentos, considerados relevantes durante a pré-análise. Nessa fase ocorreu a classificação e a agregação dos dados e a

escolha das categorias teóricas que organizaram a especificação dos temas. Na última etapa da análise procedemos à discussão dos dados, realizando interpretações e propondo inferências sobre os resultados (Minayo, 2004).

## CAPÍTULO 4

### RESULTADOS E DISCUSSÃO

A análise das entrevistas resultou na definição de duas grandes categorias temáticas: 1) Perceber-se velho e 2) O sentido da espiritualidade para o idoso (Quadro 1). A primeira envolve as experiências e percepções dos participantes sobre a velhice, enquanto a segunda diz respeito à vivência e compreensão da espiritualidade.

**Quadro 1**

CATEGORIAS TEMÁTICAS				
<b>1. Perceber-se Velho</b>			<b>2. O sentido da espiritualidade para o idoso</b>	
<u>Subcategorias</u>				
<b>1.1</b> A real-idade do corpo	<b>1.2</b> O passado e o presente do idoso	<b>1.3</b> Futuro: uma perspectiva real na velhice?	<b>2.1</b> Os idosos e suas compreensões sobre espiritualidade e religiosidade	<b>2.2</b> A vivência da espiritualidade

Inicialmente apresentaremos uma breve síntese sobre as entrevistas, a fim de contextualizar o leitor sobre a vida de cada sujeito. Para a identificação dos idosos foram utilizados nomes fictícios que fazem homenagem às escritoras e aos escritores brasileiros: Adélia Prado, Cecília Meireles, Clarice Lispector, Mário Quintana, Rubem Alves e Vinícius de Moraes. Posteriormente, dar-se-á início à discussão temática.

**Adélia:** 75 anos, natural de Minas Gerais, casada, reside atualmente com o marido. A idosa cursou até a 5ª série do ensino fundamental. Viveu sua infância no ambiente rural depois sua família se mudou para a capital onde permaneceu até se casar. Casou-se aos 20 anos e não teve filhos por complicações físicas. Veio para Brasília em busca de oportunidade de emprego. Trabalhava em casa como costureira. Declara ter sido sempre católica, mas que atualmente intensificou sua participação nas atividades da paróquia que frequenta. Adélia é responsável pelo ensaio do coral de adultos da igreja que frequenta. Apesar de declarar ter uma sólida relação com seus familiares e de ter muitos amigos, principalmente da igreja e clientes de costura, verbaliza o medo da solidão. A saúde não apresenta sérias complicações. A idosa comenta que tem diabetes e controla a doença com medicamento e dieta. Afirma vir sofrendo muitas quedas, mas considera isso como um fato natural da velhice. Adélia declara não ter planos futuros e diz que sua realização está em ter alcançado a tranquilidade de espírito e estabilidade financeira.

**Cecília:** 68 anos, natural do Maranhão, viúva, cursou até a sétima série do nível fundamental. Cecília nasceu e cresceu no estado do Maranhão. A idosa se recorda de na sua infância e adolescência ter ajudado muito a mãe e o pai num comércio da família. Casou aos 21 anos. O marido era funcionário público e foi transferido para Brasília, onde nasceram seus 3 filhos. Reside sozinha. Não apresenta nenhuma doença crônica, mas declara fazer uso de medicamentos para artrite e osteoporose e, também de vitaminas e complementos, que segundo ela atuam na prevenção de doenças. A idosa declara estar muito preocupada com um dos filhos, que foi diagnosticado com um quadro de depressão. Cecília é católica e afirma participar ativamente das atividades de uma igreja católica próxima à sua casa. Em relação a planos para o futuro, diz estar programando uma reforma para a casa, mas não tem grandes projetos para o futuro; espera continuar vivendo porque se sente bem e saudável.



**Clarice:** 69 anos, natural do Ceará, divorciada, uma filha, aposentada, frequentou a escola até a 5ª série. Casou-se aos treze anos e revela que sua vida foi muito difícil e conflituosa pelo fato de ter casado muito cedo. O marido teve problemas com bebida alcoólica, sendo a vida conjugal da idosa marcada pela violência doméstica. Clarice tentou por quase 10 anos se separar e recomeçar sua vida. Após a separação enfrentou o preconceito da época tanto da família, quanto da sociedade. Começou a trabalhar fora com o cargo de serviços gerais e se aposentou nessa função. Católica desde criança, sempre frequentou a igreja, no entanto, um tempo após a separação a idosa conheceu um novo parceiro com qual morou junto durante dois anos e parou de frequentar a igreja católica, pois sua condição conjugal era contrária às normas dessa religião. Findado o relacionamento, ela voltou a frequentar e participar ativamente das atividades da Igreja católica da sua comunidade. A idosa relata que as adversidades pelas quais passou, a tornaram mais experiente. Atualmente se considera satisfeita com a vida que tem. Diz não possuir planos ou projetos a longo prazo e se declara realizada por Deus.

**Mário:** 69 anos, amazonense, aposentado, casado, 4 filhos. Mário cresceu no centro da cidade de Manaus, lugar onde mora até hoje, mas está passando uma temporada de três meses em Brasília em decorrência do trabalho da esposa. O pai era pedreiro e a mãe dona-de-casa. Da infância, recorda-se das brincadeiras de rua, da participação religiosa e dos trabalhos domésticos para ajudar a mãe; da adolescência, de ter começado a trabalhar ajudando o pai e dos passeios pelas pracinhas do bairro. Funcionário público durante 30 anos, afirma que sua vida após a aposentadoria ficou calma. Sem a rotina do trabalho, ele procura ter algumas atividades em casa, embora passe boa parte do tempo assistindo televisão. Considera-se um privilegiado por ser, entre seus irmãos, o único que tem todos os filhos com nível superior. Declara está muito feliz com a forma que construiu sua vida junto à sua família. Revela não ter medo da morte e sentir-se saudável e disposto.

**Rubem**: 79 anos, casado, natural da Paraíba, cinco filhos, sendo que uma faleceu ainda recém-nascida. Ensino médio completo, aposentado. Rubem nasceu e morou em João Pessoa até os 11 anos de idade. O pai era construtor de obras e recebeu proposta de emprego na cidade de Manaus para onde Rubem se mudou com a família. Casou em Manaus aos 40 anos, permanecendo na cidade até sua aposentadoria, em 1982, quando se mudou para Florianópolis e, depois Brasília. Foi católico até os 30 anos. Relata que há quase 20 anos busca praticar os ensinamentos da meditação como uma forma de espiritualidade. Aponta que sua preocupação atual é com o direcionamento da vida dos filhos, principalmente o mais novo, que está desempregado e, o do meio, que teve envolvimento com drogas e está em fase de reabilitação. Rubem se orgulha por não tomar remédios e não apresentar problemas sérios de saúde. Mostra-se satisfeito com sua vida e diz ainda ter muitos planos e projetos.

**Vinícius**: 65 anos, cearense, casado, três filhos. Reside com esposa e dois filhos. Formou-se engenheiro agrônomo e fez Doutorado em Economia, atualmente está aposentado, mas presta consultoria na sua área de atuação. Filho de sem-terras; criado numa propriedade rural até aproximadamente os nove anos de idade, período em que ingressou numa escola preparatória para o seminário. Foi seminarista durante oito anos, mas se declara atualmente um agnóstico. Vinícius se diz preocupado com as formas de injustiça que o sistema econômico do mundo produz e revela que sempre trabalhou e trabalha até hoje contra isso. O trabalho é o campo da vida de Vinícius ao qual ele atribui muita importância. Quanto ao seu momento atual ele se diz um idoso satisfeito com sua própria vida, revelando seu desejo de atuar profissionalmente, ainda por muito tempo: “Gosto do meu trabalho atual, com jovens agentes comunitários para o desenvolvimento sustentável. Acredito que tudo que sei e desejo, devo compartilhar com os jovens”

## 1. PERCEBER-SE VELHO

Tendo em vista as dimensões envolvidas no processo de envelhecimento entendemos que as concepções de velhice variam no tempo e no espaço. O velho não ocupa o mesmo lugar social ao longo da história, nem desempenha a mesma função no conjunto das sociedades humanas.

Como exposto no capítulo 1, o envelhecer está ligado tanto à forma singular de apropriação das experiências que cada sujeito fará, quanto a uma variedade de representações existentes na malha social. Buscar compreender a multiplicidade de experiências contidas no discurso dos sujeitos, é reconhecer que o envelhecimento não é um processo homogêneo.

A presente categoria apresenta as principais questões levantadas pelos idosos do estudo acerca do processo de envelhecer e da vivência da velhice, abordando alguns aspectos físicos, psicológicos e sociais. A partir das análises das entrevistas foram geradas três sub-categorias: 1.1 A real-idade do corpo, que aborda aspectos da corporeidade na velhice; 1.2 O passado e o presente do idoso, que versa sobre experiências importantes das etapas anteriores e atual e; 1.3 Futuro: uma perspectiva real na velhice? onde se discute a relação entre velhice e a possibilidade de projetos futuros.

### 1.1 A real-idade do corpo

*Se, até ali, suas lamentações apontavam para o enredo imaginário de seus fracassos amorosos, dos limites de sua fortuna, ou da falta de reconhecimento, a partir desse momento o corpo, de um modo completamente real cobrará toda sua presença. Dito de outro modo, terá razões reais para se queixar.*

Alfredo Jerusalinsky

Os depoimentos dos idosos do estudo apontam que no envelhecimento o corpo assume papel preponderante, pois é nele que se iniciam mudanças não apenas em relação à imagem, mas, principalmente no que diz respeito à funcionalidade física. Nesta subcategoria

discutiremos as considerações dos entrevistados sobre as principais transformações vividas no corpo.

Todos os participantes do estudo relataram que na velhice ocorre a diminuição da agilidade e força do corpo. As limitações físicas surgiram como características marcantes na velhice. Vejamos os depoimentos de Adélia, Mário e Vinícius, respectivamente: “Eu tinha muita força, carregava as coisas, pegava tudo (...) os ossos vão mudando, vão enfraquecendo”; “Eu me sinto mais cansado, já não tenho aquela força pra fazer algumas coisas!”; “Hoje, eu não corro mais, quando eu era jovem, eu gostava muito de correr, era um grande corredor”.

O corpo jovem, capaz de realizar tarefas com agilidade, aos poucos vai cedendo lugar a um corpo frágil. Além disso, o sentimento de onipotência que se experimenta na juventude é abalado por essas transformações e confrontado pela proximidade da morte. Tomemos o exemplo da fala de Adélia: “A gente não é mais o herói de tudo; a gente fica mais fraco (...) a gente vai aceitando mais a morte ”

Os depoimentos de Mário, Rubem e Clarice revelam que as mudanças ligadas ao corpo são percebidas desde a maturidade. Os idosos se recordam que, por volta dos 40 anos, notaram as primeiras alterações na visão, o embranquecimento dos cabelos e a diminuição da flexibilidade, tal como expressa Mário: “Olha, meu cabelo já foi preto; se bem, que ele começou a ficar branco quando eu tinha lá pelos 45, 46; comecei a usar óculos nesse tempo também, agora acostumei. A velhice vai chegando aos poucos”. A fala de Mário nos remete à idéia da constante transformação corporal durante o processo de desenvolvimento.

Em relação a isso, Messy (1999) afirma que o envelhecimento é um processo contínuo e irreversível que diz respeito a todos nós. O autor lembra que não são só os velhos que envelhecem. O corpo humano é marcado por uma série de transformações ao longo do desenvolvimento. Entretanto, é após o período reprodutivo que se evidenciam indicadores

típicos do envelhecimento, a diminuição da flexibilidade, como a alteração da visão, o aparecimento dos cabelos brancos e rugas mais acentuadas.

Observamos que apesar da aparência física estar muito ligada ao processo de envelhecimento, esta não apareceu, entre os nossos idosos, como o principal indicador de se perceber velho. Mudanças relacionadas à aparência física aparecem apenas três vezes no conjunto das narrativas. Este fato nos leva a crer que as transformações ocorridas na imagem possam ser vividas mais intensamente na maturidade. Na velhice, quando tais mudanças já se encontrariam estabelecidas, a funcionalidade do corpo ocuparia um lugar de maior destaque.

A vaidade física, geralmente associada às mulheres, aparece como uma preocupação apenas na fala de Cecília. “Olha, eu uso creme antes de dormir, pro rosto. Pinto o cabelo, faço unha, tô sempre arrumadinha. Eu gosto de calçar tênis no dia-a-dia, acostumei, porque a sandália às vezes sai do pé e tenho medo de cair, aí com tênis é mais seguro” (Cecília).

É interessante notar que a idosa inicia sua fala se referindo aos cuidados com a auto-imagem e, logo em seguida, revela também a preocupação em prevenir quedas. Este fato nos sugere que, para Cecília, o cuidado com a parte estética não se sobrepõe ao cuidado com o corpo.

Assim, pôde-se observar em todos os depoimentos o destaque dado às capacidades físicas. Nesse contexto, Blessman (2004) afirma que o corpo na velhice passa a ser reconhecido pela sua funcionalidade, ou seja, legitima-se a necessidade de um corpo saudável, capaz de realizar as tarefas cotidianas, ao invés de simplesmente um corpo aparentemente belo. Contudo, outro aspecto que nos auxilia na compreensão deste fato é que nossos participantes apresentam trajetórias de vida semelhantes. O trabalho sempre ocupou um lugar de destaque desde a infância, indo dos afazeres domésticos à lida na roça. A concepção do corpo como um produtor de trabalho se sobrepõe a idéia do corpo como um produto estético. Daí a pouca relevância atribuída à aparência e a ênfase dada ao desempenho físico.

Contudo, apesar de não terem sido reveladas dificuldades quanto à aparência, é arriscado afirmar indiferença em relação às mudanças na imagem. Dourado & Leibing, (2000) nos lembram que ainda que a velhice seja refletida em nós e que reconheçamos o corpo envelhecido, algumas vezes somos tomados por uma sensação de estranheza diante da imagem no espelho, porque na psique resguardamos a fantasia de um corpo sempre jovem. Entretanto, os sujeitos, de acordo com suas histórias de vida, responderão sempre de formas diferentes aos dilemas da psique.

Outra questão que emergiu associada ao corpo foi o aparecimento de algumas enfermidades e sintomas. Cecília, Clarice e Vinícius afirmaram que na velhice se defrontaram com doenças como diabete, hipertensão e artrite. Porém, isso não foi evidenciado como ausência de saúde. Os idosos afirmaram fazer tratamento para o controle dessas doenças e, que estas não interferem nas atividades diárias.

Como exposto no capítulo 1, durante muito tempo o saber médico classificou o corpo envelhecido como reduto de doenças. O declínio das funções do organismo evidenciado após o final da fase reprodutiva, segundo Groisman (2002), serviu de base para o discurso de que a velhice seria um período de degeneração, marcado pela decadência física e doenças. Atualmente, observa-se que apesar de algumas doenças serem atribuídas às especificidades do corpo do idoso, estas nem sempre representam um obstáculo à saúde, como demonstraram Clarice, Cecília e Vinícius.

Adélia, por sua vez, relatou não ter nenhum problema de saúde, mas se queixou das quedas sofridas em casa. A recomendação médica que diz ter recebido, além da prescrição de remédios para cuidar dos ferimentos provocados, foi sobre o uso de um calçado específico. A idosa se mostrou angustiada e verbalizou o medo de não poder realizar tarefas que fazem parte da sua vida como, por exemplo, arrumar a casa, cozinhar, sair e ir à igreja, tal como expressa:

“Não poder fazer as coisas é o que me deixa mais preocupada (...) meus parentes ficam todos preocupados quando eu saio”.

As quedas na velhice, embora não sejam consideradas doenças, são sintomas da fragilidade corporal. Adélia e os familiares parecem desconhecer a existência de técnicas que podem prevenir e reduzir a incidência desses acidentes. Isso, em parte, deve-se ao fato de que muitas vezes os idosos são atendidos por médicos que ignoram as especificidades do corpo do idoso. Segundo Lopes (2000), o despreparo dos profissionais segrega o idoso na sua trajetória do envelhecer, contribuindo para o crescente uso da medicação entre os mais velhos, mesmo quando são possíveis outras formas de tratamento.

É interessante observar que os depoimentos mostram que nem sempre as doenças acarretam comprometimentos ao bem-estar. Por outro lado, os sintomas decorrentes da fragilidade do corpo, como no caso de Adélia, afetam diretamente a saúde e a autonomia. Nesse sentido, Lopes (2000) lembra que os profissionais da gerontologia alertam para a delicadeza do organismo do idoso, reforçando a importância da orientação médica adequada e dos apoios sociais e emocionais, que auxiliem no fortalecimento dos sujeitos. Nesse sentido, Neri (2004) pontua que mesmo diante das limitações biológicas, se o ambiente fornece condições que favoreçam a autonomia e o envolvimento social, dá-se uma velhice saudável.

Os idosos entrevistados não se mostraram passivos ou conformados diante do confronto com os limites físicos. Adélia foi quem pareceu estar com a saúde mais comprometida, em virtude das quedas sofridas. Os demais idosos relatam que apesar das diferenças que ocorrem no corpo nessa etapa da vida, é possível enfrentar algumas dificuldades físicas do envelhecer. Podemos observar nas falas de Clarice e Vinícius o engajamento em cuidados adequados para a superação de complicações físicas: “Há uns quatro anos tive artrite, não podia nem mexer o braço, mas aí fui me tratar; fiz fisioterapia e depois comecei a hidroginástica. Às vezes, quando tá muito frio, dá aquela dorzinha, mas nem se compara”; “Eu andava muito cansado, aí fui

fazer exames, minha pressão tava alta; tive que dar uma maneirada na alimentação e tomar remédio. Comecei a caminhar. Hoje em dia, frequento a academia”.

De acordo com Maia (2008), os avanços tecnocientíficos, em certa medida, permitiram uma sensação de vida mais controlada na sua dimensão biológica, uma maior segurança em relação a situações que possam interferir no bem-estar como as doenças e dores físicas. Esse cenário suscita a produção de novos discursos, novas formas de pensar, sentir e viver a velhice. Neste sentido, a velhice passa a ser uma etapa dissociada de doenças ou passividade.

Rubem e Mário afirmaram não ter complicações relacionadas à saúde. Os idosos consideram a ausência de doenças como recompensa pelo estilo de vida adotado: “Sou saudável, não tomo remédio nenhum, só aquela vacina contra a gripe que o governo dá todo ano. Não como mais muita coisa que eu gostava, nem bebo. Eu me cuido (...)”; “Não tomo remédios, isso é bom. Eu tenho saúde, manero na comida, caminho duas vezes na semana no parque aqui perto de casa”.

Todos os entrevistados consideram que a saúde do corpo está ligada à autonomia, à disposição e ao não padecer de dor física. Dentre os hábitos considerados saudáveis os idosos citam: a dieta alimentar, a prática de atividades físicas, o uso de medicamentos como vitaminas para memória e complementos alimentares.

Pontuamos que a saúde, de fato, é favorecida pela adoção de hábitos saudáveis. Contudo, as doenças que surgem durante o envelhecimento não podem ser reduzidas a um problema de indivíduos descuidados. Existe uma combinação de fatores que influenciam na qualidade do envelhecer, como, por exemplo, o contexto socioeconômico, aspectos culturais, a constituição psicológica, entre outros. Em relação a isso, Debert (1996) argumenta que ao enfatizar formas inovadoras e bem-sucedidas de envelhecimento, pode-se negar e desqualificar seus processos naturais. Assim, o envelhecer e seus efeitos passam a ser atribuídos ao descuido



peçoal, à adoção de estilos de vida inadequados e à falta de investimento em bens e serviços capazes de combater o envelhecimento.

Nos relatos pudemos perceber que a saúde do corpo também esteve associada a atividades que estimulam o desenvolvimento cognitivo e a participação social, como ir à igreja, meditar, ler, sair com amigos, dançar, ir ao teatro ou museu, viajar e trabalhar. Assim, para os idosos do estudo, a visão de corpo não se esgota nas capacidades físicas, sendo atravessado também pela interação de aspectos subjetivos e sociais. As falas a seguir ilustram o quanto é fundamental o engajamento dos idosos em atividades que lhe dão prazer: “Eu ando, vou na igreja, passeio, viajo. Eu me sinto bem, tem uma coisa ou outra que a gente não faz mais, mas é assim mesmo” (Clarice); “Eu leio muito; quando a gente não tem alguma coisa pra fazer, basta exercitar a mente e ler. Isso faz bem pro corpo e pra mente” (Rubem).

Estas falas nos permitem pensar que a preocupação com a funcionalidade física demonstrada nos depoimentos, pode corresponder ao medo de perder a autonomia necessária para uma boa velhice. No entanto, vale ressaltar que alguns padrões socialmente impostos de um envelhecimento adequado, segundo Loureiro (2000), nem sempre correspondem à diversidade de situações do velho e nem à realidade da velhice. A tentativa de transformar a velhice em uma fase com possibilidades quase ilimitadas de mudanças positivas, não contribui para o reconhecimento sadio do processo de envelhecer.

O conjunto das narrativas indica que apesar de ser possível superar muitas limitações do envelhecer, desconstruindo estereótipos e imagens negativas atribuídas ao velho, a velhice jamais será uma etapa livre de limitações. Os idosos afirmam enfaticamente a diminuição da força e do ritmo do corpo.

Nesse sentido, Jerusalinsky (2001) pontua que a velhice é uma fase da vida onde o declínio físico faz com que os idosos se defrontem com transformações que tocam a dimensão do real. Por isso, embora cada fase da vida apresente uma dinâmica de desenvolvimento que

acarreta perdas e ganhos, ao envelhecer o ritmo do corpo naturalmente vai diminuindo. Assim, a velhice é marcada por perdas inelutáveis. Tomemos a fala de Vinícius:

Eu não acho que a velhice é a melhor idade, se a gente puder escolher, vai querer ser sempre jovem. Como eu posso dizer que não é bom ser jovem? Um jovem de hoje, cheio de força e energia (...) a gente vai ficando velho e vai tudo diminuindo, a energia, a disposição (...) mas pelas coisas que aprendi e ainda posso aprender, sei que ficar velho também tem seu lado bom, a gente aprende a usar mais a cabeça.

Vinícius admite que diante da diminuição da força física, desejaria dispor do vigor do corpo jovem, mas também revela a descoberta de aspectos positivos do envelhecer.

Autores apoiados na visão psicanalítica pontuam que embora a fantasia de um corpo imaginário, jovem, faça-se presente psique, o sujeito ao envelhecer percebe as mudanças do próprio corpo, confrontando-as com uma imagem ideal. A idéia de abandono desse corpo imaginário pode gerar sentimento de perda e desamparo, exigindo um trabalho psíquico de adequação. Na velhice a tarefa de elaboração das perdas deve ser constante. Assim, o sujeito segue buscando formas de satisfação no mundo e descobrindo novas potencialidades, mais desprendidas do corpo biológico (Py & Scharfstein, 2001).

Veremos nas próximas subcategorias, que além do envelhecer ser marcado pelo declínio do corpo físico, também é considerado um processo importante para a existência.

## **1.2 O passado e o presente do idoso**

*Aquele que envelhece e que segue atentamente esse processo poderá observar como, apesar de as forças falharem e as potencialidades deixarem de ser as que eram, a vida pode, até bastante tarde, ano após ano e até ao fim, ainda ser capaz de aumentar e multiplicar a interminável*

*rede das suas relações e interdependências e como, desde que a memória se mantenha desperta, nada daquilo que é transitório e já se passou se perde.*

Hermann Hesse

Apesar das perdas físicas ocasionadas pelo processo de envelhecimento afetarem significativamente o ritmo do corpo, este não se reduz a um mero objeto e algo exterior. O corpo possui além da sua dimensão biológica, uma qualidade simbólica, carregando uma história de vida. Esta subcategoria aborda algumas experiências que os idosos afirmaram ter enriquecido suas trajetórias e, o que a vivência da velhice vem acrescentando às suas vidas.

Os nossos idosos afirmaram que o enfrentamento de situações difíceis em outras etapas contribuiu para a experiência de vida e para uma velhice tranquila. As principais adversidades mencionadas foram: ter que trabalhar desde criança para ajudar a família, dificuldade de acesso à escola, violência doméstica e separação ou perda do cônjuge.

Os idosos, entre os quais cinco são provenientes da zona rural, não apresentaram histórias de miséria, mas se recordaram de uma vida sem confortos e de muitos sacrifícios. Mário foi o único idoso que nasceu e cresceu num centro urbano e, apesar das diferenças entre o estilo de vida urbano e rural, também se recorda de uma vida simples e com trabalhos domésticos.

A necessidade de ajudar a família desde criança foi um ponto presente em todos os depoimentos. Os idosos se recordam que na infância estiveram, a maior parte do tempo, envolvidos em tarefas domésticas ou nos trabalhos da roça. Assim, o ingresso tardio na escola acabou sendo visto como aceitável diante das circunstâncias. Para Rubem e Vinícius essa realidade favoreceu a obstinação por um futuro melhor:

Eu queria poder ter estudado mais, mas comecei a estudar mais tarde; tinha que trabalhar na roça com meu pai. Quando comecei a estudar, ainda teve dois anos que parei porque mudamos de município. Naquela

época, o desafio era ter o Segundo Grau e eu consegui; já era bom, já dava pra ter um emprego e salário bom.

Fui começar a estudar com nove pra dez anos porque não tinha escola na minha cidade e eu não podia deixar de ajudar meu pai na terra; mas sempre gostei de estudar (...) foi com estudo e trabalho que batalhei, que realmente consegui ter alguma coisa.

Clarice evidencia como forte adversidade a violência física e psicológica exercida pelo marido: “Ele era ruim pra mim, bebia muito, era grosseirão”. Por muito tempo a idosa sujeitou-se aos maus tratos do marido por entender que o homem tinha total poder sobre a vida da esposa. Assim, durante boa parte do seu casamento enfrentou brigas, agressões físicas e ameaças de morte.

A violência doméstica contra a mulher no Brasil veio a ser debatida pelo movimento feminista e entendida como intolerável a partir da década de 1970. Antes disso, era enunciada como uma situação corriqueira e estritamente do domínio privado, contida na tradição dos relacionamentos amorosos e familiares. A prática de agressões do marido contra a esposa “estava profundamente arraigada na vida social, sendo percebida como situação normal” (Schraiber e d.Oliveira, p. 26, 1999).

Clarice enfrentou algumas dificuldades ao decidir se separar do marido, pois além de ele não aceitar essa decisão, sua família era muito conservadora. Contudo, a idosa não desistiu da separação, fugindo de casa com a filha. Posteriormente, enfrentou o marido e exigiu o divórcio. A idosa afirma que aprendeu a ser mais firme em suas decisões. Por tudo que passou, sente-se mais segura e experiente: “Fui ficando sabida, minha filha (...) fui me libertando daquelas besteiras de achar que eu devia ficar calada pra tudo”. Desta forma, a idosa se mostrou

resiliente. De acordo com Walsh (2005), a resiliência é a capacidade de uma pessoa superar as adversidades, sair fortalecida e continuar a ter um desenvolvimento saudável. Trata-se de um processo ativo de resistência, adaptação e crescimento como resposta às crises e aos desafios da vida.

O confronto com a morte de uma pessoa querida, também aparece como um fator gerador de aprendizado. Cecília se recorda da morte do marido como um evento marcante que a fez experimentar uma nova forma de viver: “Ele tomava conta das coisas da nossa vida”. Para a idosa, apesar da saudade que sente, a ausência do parceiro lhe trouxe autonomia e crescimento. A viuvez foi encarada como uma nova fase, demandando profundas reconfigurações na vida, tal como nos revela: “Depois que meu marido morreu tive que fazer muitas coisas, tive que aprender mesmo (...) coisas como ir no supermercado, pagar contas e até trocar o gás. Hoje, sou mais independente e experiente; aprendi muitas coisas sobre a vida”.

A superação das dificuldades do passado aparece como uma conquista pessoal. Os idosos fazem uma avaliação positiva das suas experiências e as consideram fundamentais para o amadurecimento. Erikson pontua que a velhice é marcada por um olhar retrospectivo, uma reflexão sobre a trajetória até o momento. O indivíduo que reconhece o valor da sua história pessoal reconcilia-se com a angústia de envelhecer e continua se desenvolvendo (Rodrigues, 2001). Isso possibilita ao idoso revistar o passado, rearticulando-o numa dimensão presente, como ilustram as falas de Mário e Vinícius:

Ser velho tem uma coisa boa, a gente não se preocupa mais tanto, você fica mais livre, eu acho. Eu não bato mais cabeça com coisas pequenas. Se dá, dá, se não dá, bola pra frente; antes eu era muito cabeça dura. A gente pensa ‘eu já passei por tanta coisa, que tive que aprender a viver’. A vida ensina muita coisa; a gente aprende se quiser.

Hoje tenho uma experiência de vida, aprendi muita coisa, a tranquilidade de ter passado por tudo. (...) aprendi a respeitar os outros, o conhecimento dos outros. Aprendi também a expor melhor o que penso, sem ter a obrigação de tá certo, ou de que os outros aceitem o que eu to falando, sabe?

Os depoimentos revelam, ainda, que Mário e Vínicius se sentem mais seguros para assumir alguns pontos de vista dos quais compartilham e menos rígidos em relação a outros. Nesse sentido, Py & Scharfstein (2001) observam que a velhice, quando encarada como uma parte integrante e natural do ciclo vital, passa a ser vivida como um momento em que se busca gerar novos significados e valores. O idoso, tendo em vista a transitoriedade do tempo e o caráter passageiro da vida, se “liberta das amarras, da busca pela perfeição” (p. 128).

Contudo, observamos que apesar dos idosos se reconhecerem mais experientes e sábios, em decorrência das suas histórias de vida, o saber adquirido pareceu ser pouco compartilhado. Apenas Vínicius, que trabalha com jovens, mencionou que a experiência de vida é importante de ser partilhada e que pode servir como um exemplo para os mais novos. Os demais participantes se referem ao saber acumulado como um algo pouco reconhecido e solicitado pelas outras pessoas, como sugerem as falas de Mário e Adélia: “A gente aprende a ser melhor, a gente pode ajudar as pessoas com a experiência. É bom quando posso ajudar um filho, quando um filho me pede um conselho, se bem, que eles quase nunca me pedem”; “Os jovens não gostam muito de conversar com velho, não; eles ficam nessas coisas de computador o dia inteiro.”

Em relação a essa questão, destacamos que com o expressivo aumento da população idosa, a velhice vem aparecendo cada vez mais no cenário social. Entretanto, o lugar simbólico

do velho que corresponde ao compartilhamento das experiências e à transmissão de valores, fica cada vez mais segregado. Assim, a velhice continua sendo associada à sabedoria, porém esse saber não corresponde mais às solicitações da era da informação e das imagens.

Como abordado por Stepansky (2003) o conhecimento do velho é considerado um conhecimento sem funcionalidade, por estar associado ao que é antigo ou ultrapassado. Desta forma, a memória perde seu reconhecimento em face da informação e, transforma-se, progressivamente, num sistema funcional de informações, atendendo somente à demanda produtiva do meio social. “No imaginário da sociedade, na era da informática, velhice opõe-se a progresso, a tecnologia e a movimento” (p.78).

A atividade remunerada também aparece como uma dimensão importante na experiência de vida dos idosos. O desempenho de uma atividade profissional foi considerado um aspecto determinante para a realização pessoal dos homens do estudo, desempenhando forte influência na avaliação que estes fazem de suas histórias. Os idosos, por terem exercido uma ocupação profissional, declararam ter cumprido seu papel de provedor, afirmando que foi através do trabalho que conseguiram oferecer boas condições de vida para a família. Vejamos as falas de Mário e Rubem: “Hoje, vivo bem porque sei que pude e posso dar boas condições pra minha família; tive um trabalho bom, graças a Deus”; “Eu ganhava e ganho, razoavelmente bem. A estabilidade que tenho hoje devo ao trabalho que tive; uma sorte! Hoje em dia, tá tudo mais difícil”.

Além de ter garantido a estabilidade financeira, a ocupação profissional se mostrou uma forte ferramenta de socialização. Rubem, Mário e Vinícius revelam que o trabalho oportunizou além do início de muitas amizades, viagens para outros estados do país. Tomemos a fala de Mário como exemplo: “Eu fui funcionário da Petrobrás (...) viajava muito para fazer cursos, conheci muitos lugares (...) até hoje, eu tenho amigos da época de trabalho”.

Já entre as mulheres, Clarice foi a única idosa que trabalhou fora. Ter que trabalhar após o divórcio, segundo a idosa, não foi uma escolha, mas uma imposição da vida. Apesar disso, afirma ter sido uma parte importante da sua história e uma experiência propiciadora de aprendizados:

Vixe Maria! Foi muito difícil. Eu nunca tinha trabalhado fora, só trabalhava em casa mesmo, mas quando larguei meu marido, tinha que criar minha filha, pagar as contas (...) mas valeu a pena, eu conheci outras pessoas, tive que engolir muita coisa calada, confusão de trabalho mesmo, sabe? Aprendi muito, valeu a pena.

Adélia relata que além dos afazeres domésticos, também trabalhava como costureira, o que a possibilitou conhecer várias pessoas e fazer amizades: “Costurar sempre me deu prazer, eu conheci muita gente, amigas que tenho até hoje; bom demais”. Cecília relata que não desempenhou nenhuma atividade remunerada, dedicando-se exclusivamente às tarefas de criação e cuidado dos filhos e marido: “Eu sempre cuidei de tudo aqui em casa. Eu tinha uma empregada, mas eu sempre cuidei dos filhos e marido, nunca entreguei minha casa na mão dos outros”.

Pôde-se observar que o ofício de cada um tem um espaço especial em suas lembranças. Apesar dos idosos do estudo se mostrarem adaptados às suas realidades, autores (Negreiros, 2003; Py, 2004) apontam que o tempo livre em decorrência da aposentadoria ou da diminuição das responsabilidades domésticas, pode vir acompanhado de um vazio. Posto que esse novo cenário atinge profundamente a identidade do sujeito, a qual por muito tempo esteve ligada aos papéis profissionais e aos de cuidadores. Por outro lado, os idosos podem encontrar formas positivas de lidar com essa nova realidade através do envolvimento social, da elaboração de projetos de vida e da religiosidade, como veremos entre nossos idosos.



Após a aposentadoria, apenas Vinícius continua ativo profissionalmente, entretanto, admite que seu envolvimento social diminuiu: “Eu continuo trabalhando, mas consultoria não é um trabalho com rotina, então tem muitos dias que passo em casa, sim”. Rubem afirma que visita exposições, vai ao teatro e frequenta, junto com a esposa, festas na casa de amigos, mas revela permanecer a maior parte do tempo em casa. Mário afirmou estar mais recluso ao ambiente doméstico, com atividades cotidianas de assistir televisão, ler e fazer pequenos consertos dentro de casa. O idoso pareceu conformado à nova realidade: “A vida é isso mesmo, trabalhar, se aposentar; os filhos crescem. Agora, é a vez deles trabalharem (...). Eu gosto dessa tranquilidade que tenho hoje, pode ter vindo da velhice, não pode?”.

A fala de Mário nos faz pensar que um possível “isolamento”, não é um fato que deve ser atribuído somente às mudanças do contexto social, mas também ao próprio curso natural dos acontecimentos da vida. De acordo com Fainguelernt (2008), com a aposentadoria e o crescimento dos filhos, o velho pode passar a participar menos da cena social. Assim, os pais de outrora vêem seus filhos se tornarem pais e uma nova geração ocupa o centro dos acontecimentos.

Cecília e Clarice, por outro lado, consideram-se mais participativas no meio social. Após acontecimentos como a saída dos filhos de casa, a aposentadoria e a morte ou separação do cônjuge, as idosas afirmam ter reconfigurado suas vidas. A diminuição das responsabilidades cotidianas propiciou autonomia e maior participação social, como ilustram as falas a seguir: “Não tem mais aquilo de não poder sair por causa dos filhos ou do marido, não é mesmo?(...) depois que meu marido morreu, tive que fazer muitas coisas que ele tomava conta; os filhos estão tudo casado, então tô mais livre, tenho sempre coisa pra fazer na rua” (Cecília); “Depois que a Clara (filha) casou, pronto! Aí me liberei, comecei a sair mais de casa, bater perna, vou na igreja, na casa das amigas, dos parentes (...)” (Clarice).

Adélia apesar de não ter tido filhos e continuar casada, também afirma se sentir mais livre atualmente: “Eu participo mais da igreja. Ensaio um coral de adultos, três vezes na semana (...). Antes eu costurava; não tinha tempo, né; agora tenho. Meu marido fica mais em casa, mas eu saio”.

A viuvez, o divórcio e a diminuição das atividades da fase adulta demarcam uma nova fase da vida das idosas. Segundo Baldin & Fortes (2008), as idosas dessa geração são mulheres que estiveram mais voltadas à esfera privada, exercendo os papéis convencionais de mãe e esposa. A velhice, de fato, pode representar um momento de liberdade. Os autores destacam que nos grupos de terceira idade e grupos religiosos existe um alto índice de mulheres, sendo a maioria viúvas ou divorciadas.

A vivência da espiritualidade também é considerada um aspecto positivo na etapa atual, segundo os depoimentos, por enriquecer a experiência de vida. A espiritualidade aparece relacionada tanto a participação religiosa quanto a uma forma de transcendência. As idosas declararam que o envolvimento em atividades religiosas faz com que se sintam úteis, independentes e capazes de enfrentarem os problemas que surgem

Autores (Kovács, 2007; Rosenberg, 1992; Cupertino & Novaes, 2004) pontuam que a velhice é um momento propício para o ser humano refletir sobre sua trajetória de vida, revendo valores e escolhas. Tais indagações podem conduzir ao que transcende à vida física, concreta, permitindo ao indivíduo a possibilidade de buscar uma visão de mundo, da origem e do rumo da existência. A experiência de transcendência nos parece presente no seguinte comentário:

A gente vai olhando mais para dentro, mais naquilo que achamos que está mais certo e as coisas ruins não dá nem conta, vai esquecendo (...) me sinto uma pessoa segura demais, é uma coisa de se conhecer, é percepção que você tem pra perceber que faz parte do universo. Hoje me considero uma pessoa muito melhor. (Rubem)

A espiritualidade será retomada ao discutirmos a segunda categoria temática que trata do componente religioso e espiritual na velhice.

Para Cecília, a velhice também aparece como um momento para realização de sonhos que foram abandonados em outras etapas. Segundo a idosa, a atribuição de diversas tarefas da vida adulta, restringia a concretização de alguns desejos. A velhice oportunizou a retomada de antigas aspirações: “Eu sempre quis viajar pelo Brasil, mas antes eu tinha que cuidar de filho e do homem, não tinha tempo assim, agora tenho (...) viajo bastante, já conheci o nordeste quase inteiro”, diz empolgada.

Assim, percebemos que as experiências do passado são fundamentais na avaliação que os sujeitos fazem de suas existências. Isso nos lembra que as fases da vida interagem continuamente, havendo a possibilidade de crescimento e mudanças positivas em cada uma delas. A seguir, abordaremos na próxima sub-categoria: o que os idosos pensam sobre o futuro.

## **1.2 Futuro: uma perspectiva real na velhice?**

*Para aqueles que ainda não são velhos, ser velho significa **ter sido**. Porém, ser velho significa também que, apesar e além de ter sido, você continua sendo. Esse **está sendo** ainda está cheio de vida para continuar.*

Philip Roth

As perspectivas em relação ao futuro constituem um ponto interessante de se abordar em estudos sobre o envelhecimento. Até pouco tempo atrás, o fim da trajetória ocupacional e a adulez dos filhos configuravam o final do percurso psicossocial do sujeito. Ao idoso restaria apenas visitar o passado e esperar o momento da sua morte. Com a expectativa de vida cada vez maior, a velhice pode se tornar a etapa mais longa do desenvolvimento. Assim, pode se tornar um período oportuno para refletir sobre a realização de projetos futuros.

Quando questionados sobre suas perspectivas, cinco entrevistados revelaram não possuir projetos futuros. Os idosos alegam que se sentem realizados com suas histórias e têm “o sentimento de etapa cumprida”, como afirma Mário. Rubem é o idoso que se mostrou mais envolvido com planos e projetos futuros: “Eu tenho muito planos ainda, tô trabalhando na fabricação de uma máquina de fazer bloco para construção, vou ver se consigo apoio com o SEBRAE”.

Com exceção de Rubem, nossos idosos entendem “planos futuros” como projetos organizados, concisos, responsáveis por mudanças radicais na vida, por isso esse privilégio caberia somente aos jovens e adultos. Ao serem indagados sobre planos ou projetos de vida mostraram a seguinte linha de pensamento: alegam não possuir grandes projetos; afirmam que já se sentem realizados com as conquistas alcançadas; em seguida, apontam coisas que fazem ou pretendem realizar, como ajustes e reforma na casa, participação das atividades da igreja, viagem com a família, continuar atuando profissionalmente, o desejo de acompanhar o crescimento dos netos, a disposição para cuidar do lar e diversão com os amigos.

Estudos sobre velhice e projetos de vida (Almeida, 2005; Mercadante, 2005; Monteiro, 2005) mostram que planejar o presente e o futuro diante das injunções e desafios da vida cotidiana, é uma forma válida de manter o papel ativo dos sujeitos no conduzir da vida. Deste modo, é aparente o envolvimento dos idosos na elaboração de planos, como mostra Clarice: “Quero fazer uma reforma na casa. Preciso ajeitar minha cozinha e meu quarto”.

A presença de projetos futuros na vida de Rubem parece ser um importante recurso para o idoso se sentir vivo, uma forma de continuar sendo alguém capaz de se lançar em novos empreendimentos, de aceitar novos desafios, tal como nos revela:

Eu aprendi uma coisa que vejo que é certo: ‘crie necessidade de vida que a vida lhe será dada’, criar necessidade de vida é criar, planejar (...). Depois que me aposentei continuo fazendo muitas coisas, inventando

coisas, eu desenvolvi um projeto de uma máquina de fazer bloco para construção, minha mesmo (...).

A satisfação com a profissão também pareceu favorecer o engajamento em projetos futuros, vinculados à continuidade da atuação profissional. Vinícius afirma que sempre trabalhou e estudou em prol de uma sociedade mais igualitária e, mesmo depois de aposentar-se, revelou que “propósitos de vida nunca se aposentam”, como afirma. O idoso continua criando parcerias com empresas e prestando consultorias na sua área. Vejamos o que Vinícius nos fala:

No todo, acho que a gente deve se entregar ao máximo a essa vida, ao propósito de ajudar e caminhar todos juntos (...) quero continuar fazendo isso, fazendo o que eu gosto; lutando pra que outras pessoas também possam ter um pouco de dignidade na vida, é isso.

Deste modo, a ausência de planos alegada em um primeiro momento pelos idosos do estudo, não nos levou a concluir falta de perspectivas. Os idosos avaliam a trajetória pessoal como algo positivo e mantêm o desejo de continuar vivendo e se envolvendo com o mundo, integrando passado, presente e futuro. Tomemos o exemplo da fala de Mário:

Talvez, a gente viaje, eu, a mulher, a filha, o genro e os netos, mas não tem muita coisa que planejar não; já tenho casa, recebo meu dinheiro, acho que isso é importante. A gente faz planos quando é novo, né; agora a gente vai vivendo até o dia em que tem que viver.

Almeida (2005) destaca que projetar o futuro não pode ser definido como um desejo que surge a partir de um movimento puramente subjetivo. A prática de planejar, pensar no futuro e continuar criando sua própria história, está circunscrita no campo histórico-cultural no qual se

encontram inseridas as trajetórias individuais. Com isso, elementos como, interesses e motivações pessoais, papéis desempenhados junto aos grupos sociais, contexto socioeconômico e a qualidade da saúde são variáveis que interferem diretamente nas possibilidades e delimitações de projetos.

Embora os idosos tenham admitido que nesta fase da vida o confronto com a morte é imperioso, a velhice não pareceu uma fase sem possibilidades. Mesmo ao se reconhecerem finitos, os idosos continuam investindo no mundo e nas relações, afirmando que enquanto dispuserem de saúde querem continuar vivendo. A fala de Mário ilustra essa questão: “Acho que a velhice é isso mesmo, você vai tendo a sensação de etapa cumprida (...) eu fico tranquilo em relação à morte, mas não quero morrer agora, tô velho, mas ainda tenho saúde, tenho minha família, meus netos pra ver crescer, então fico por aqui” (Mário).

Apoiados em idéias psicanalíticas, Goldfarb (1998) e Birman (1994) apontam que as perdas que marcam o envelhecimento, potencializam o trabalho da pulsão de morte, através de uma força de desligamento. Isso porque à medida que muitos laços sociais são desfeitos, tentar reinventar ou significar a própria vida se torna um processo diferenciado. Contudo, a elaboração das perdas, através dos vínculos afetivos e de recursos simbólicos, favorece a ressignificação das experiências, onde se avaliam as possibilidades do que ainda pode ou não ser feito.

No conteúdo das entrevistas observamos que os idosos, mesmo percebendo a finitude como um limite real, reconhecem que o futuro continua entreaberto para possibilidades. Tomemos o exemplo de Vinícius: “Tenho 66 anos, meu pai morreu aos 65, sei que a morte já não está tão longe, mas eu gosto de viver, de trabalhar, de me divertir com os amigos e a mulher; beber. Gosto de continuar fazendo isso”.

Assim, de acordo como os relatos dos idosos, pudemos perceber que nem sempre a morte é anunciada na velhice de forma aterrorizante, comprometendo as possibilidades futuras.

Entretanto, isso pareceu depender da interação de alguns fatores como saúde, satisfação com a vida, a situação socioeconômica, aspectos psicológicos e a presença de laços afetivos.

Tal como expomos no capítulo 2, nem sempre a diminuição de planos para o futuro deve ser confundida com desinteresse frente aos eventos externos e internos, mas sim uma forma mais serena de investir na vida. Para Bobbio (1997) é compreensível que na velhice empregue-se menos tempo em projetos futuros e mais tempo para tentar compreender o sentido de viver ou a falta dele em nossas vidas. A dimensão espiritual pode ser um objeto que se insere nesse contexto a fim de gerar significações.

## **2.O SENTIDO DA ESPIRITUALIDADE PARA O IDOSO**

O enfoque do presente estudo era o lugar da espiritualidade na velhice. No entanto, percebemos que a temática da religiosidade aparecia de forma mais espontânea à medida que os participantes falavam de suas vidas. Ao serem indagados sobre o papel da espiritualidade, os idosos traçaram algumas distinções entre religiosidade e espiritualidade. Assim, a análise das entrevistas conduziu a duas subcategorias: 2.1 Os idosos e suas compreensões sobre a espiritualidade e religiosidade e 2.2 A vivência da espiritualidade.

### **2.1 Os idosos e suas compreensões sobre espiritualidade e religiosidade**

A religiosidade esteve muito associada à religião, à igreja e a um conjunto de princípios que devem ser seguidos por seus praticantes, tal como indica a fala de Adélia: “A religiosidade é uma crença, que pega mais assim, na igreja né (...) é tudo da religião; eu aprendi desde pequena, os ensinamentos religiosos, os sacramentos, na religião a gente tem que seguir essas coisas”. Como exposto no Capítulo 2, algumas proposições não restringem a religiosidade apenas a uma prática instituída. No entanto, esteve presente nas falas dos idosos a visão de religiosidade associada ao seguimento de uma religião. Este fato nos levou à conceituação

proposta por Panzini (2007), que sugere a religiosidade associada ao pertencimento a uma instituição religiosa, caracterizada pela crença em Deus e por um sistema de doutrinas e dogmas a serem seguidos e compartilhados com o grupo de praticantes.

Rubem e Vínicius afirmaram que religiosidade e espiritualidade são dimensões diferentes. Os idosos consideram que a religiosidade é uma forma de assegurar a ordem social através das normas da igreja. A espiritualidade pareceu estar associada à subjetividade através de um modelo pessoal de visão de mundo ou contato com o sagrado. Os idosos se mostraram questionadores dos preceitos e discurso religioso, como demonstram os trechos a seguir:

A religião é um mal, às vezes, necessário; criado para disciplinar a sociedade. Exige que você seja uma pessoa de um jeito tal (...) quando você pratica uma religião e segue tudo que ela diz, você está abrindo mão de administrar sua espiritualidade, que é a sua maneira própria de ver o mundo. (Rubem)

Eu nunca gostei da religião pela coerção pelo medo (...) eu não gostava de propor uma religiosidade com ameaça de um inferno, isso foi um dos motivos de eu ter saído do seminário. A espiritualidade é uma forma mais sua de viver a relação com um poder superior. (Vínicius)

Os homens e as mulheres do estudo mostraram-se bem seguros em relação aos seus posicionamentos sobre a religiosidade. Os homens reconhecem outras formas de contato com o sagrado, que podem estar ou não vinculadas a uma igreja. Nesse contexto, a espiritualidade se insere como uma forma mais ampla de vivenciar a relação com que é transcendente.



A respeito das significações sobre espiritualidade, surgiram as seguintes expressões: auto-conhecimento, bem-estar, tranquilidade, paz, transcendência, respeito, solidariedade, fé, gratidão, Deus, imortalidade, espírito e alma. A relação entre a espiritualidade e os valores e virtudes pessoais esteve muito presente nos depoimentos. Os idosos pontuaram que pessoas espiritualizadas são boas, solidárias, íntegras, calmas e confiantes.

A religião e os valores éticos foram expressos por Adélia como modos complementares e igualmente necessários na compreensão da espiritualidade:

A espiritualidade, ela pega tudo, é um bem-estar, ajudar os outros, solidariedade (...) a espiritualidade é também seguir a religião e crença, uma crença. Ser alguém espiritualizado é ser alguém com crenças e valores, ser bom.

Vinícius considera que o amor e respeito são princípios cristãos que não correspondem apenas a uma doutrina religiosa, mas a uma filosofia de vida. Para o idoso, se uma pessoa acredita em algo, tem um propósito de vida e compartilha valores pregados por Cristo, não pode se definir como ateu: “Espiritualidade para mim tem muito mais relação com essa questão do respeito e amor pelo outro, pregados por Cristo, que qualquer dogma religioso”.

A espiritualidade se traduziu ainda, tanto como um modo-de-ser da pessoa, expressando-se através de atitudes de respeito, gratidão, confiança e sabedoria, quanto como uma condição externa, de silêncio e sossego, como ilustra Mário: “Às vezes fico em silêncio, isso traz a espiritualidade; é melhor que rezar a mesma coisa, me sinto mais confiante”.

Segundo Boff (2005), é comum que as pessoas contrastem características da espiritualidade com as da vida moderna, pois “vivemos numa sociedade altamente acelerada em seus processos históricos-sociais, o cultivo da espiritualidade, nesse sentido, nos obriga a buscar lugares onde encontramos silêncio, calma e paz, adequados para a interiorização” (p.36). Além disso, como proposto por Doll & Py (2005), a espiritualidade propicia ao homem a

possibilidade de ter uma visão de mundo e considerações sobre a origem e o rumo da vida humana.

A idéia de espiritualidade envolvendo características externas e subjetivas esteve presente no depoimento de Mário. O idoso considera que os monges são mais serenos, sabem mais sobre o mundo e são mais criativos por terem a espiritualidade melhor desenvolvida, tal como nos demonstra:

A gente vê muito forte isso da espiritualidade nesses monges, aquele povo da China, não é? O povo lá tem aqueles lugares perto de árvores, rios, onde tem concentração, silêncio, já viu? Parecem que têm fé nas coisas, são mais calmos e vivem melhor espiritualmente; mais leves, sem essas preocupações. Acho que eles conseguem evoluir em espírito. Eles são mais criativos, sabem mais coisas, criam aqueles tratamentos diferentes (...). (Mário)

Mário, na fala acima, quando relata que os monges parecem viver sem “essas preocupações”, parece ter se referido, com essa expressão, ao modelo de vida ocidental. Para Mário a cultura oriental disponibiliza mais tempo e espaço para que os sujeitos pensem, criem e reflitam sobre os acontecimentos. Nesse sentido, autores apontam que as exigências do sistema capitalista aprisionam as pessoas nas suas vivências cotidianas, interferindo na forma de o indivíduo lidar com tempo e espaço e comprometem o envolvimento com outras experiências que servem de base para a reflexão e a criação (Boff, 2000; Lima, 2005; 2005; Vaneigem, 2002).

A espiritualidade surge também em oposição aos instintos, como uma experiência que favorece a consciência de si mesmo. Rubem considera que a espiritualidade é uma ação voltada para o interior e a “força instintiva” para o exterior. O idoso comenta que esse processo de

interiorização se intensificou com a passagem do tempo. Para Rubem, a impulsividade da juventude faz com que a espiritualidade seja posta de lado:

Na velhice, a gente vai olhando mais pra dentro, naquilo que a gente precisa se conhecer, evoluir. Eu sinto muito mais tranquilidade, isso é auto-conhecimento, é espiritualidade. Na juventude, os instintos nossos são mais fortes, pelo fato de a gente viver cheio de coisas pra fazer. Então, a gente segue por aquilo que é o mundo exterior, a força instintiva é mais forte, mas a gente vai aprendendo muitas coisas e vai mudando. (Rubem)

A fala de Rubem nos remeteu às idéias de Jung (1984). Para o autor, a velhice seria o momento onde a aproximação do fim da existência, empurraria o homem para dentro de si, ocupando-se mais com as questões interiores, dedicando mais atenção a si mesmo. Assim, o indivíduo vai se tornando menos impulsivo e extrovertido.

Outra dimensão associada à espiritualidade foi a crença em Deus ou em seus substitutivos como uma força maior, uma energia suprema. É válido ressaltar, que nossa amostra é composta por idosos que se disseram acreditar em Deus, independente da crença religiosa: “Espiritualidade pode não ter muito a ver com religião, porque não precisa ir na igreja (...) mas acho que tem que acreditar em Deus” (Mário); “Eu acredito que a gente também é um espírito, que a gente tem um espírito. A espiritualidade é regida pelo espírito, são as coisas que a gente acredita e faz e, isso só acontece se há conversão para Deus” (Adélia).

A multiplicidade de compreensões sobre a espiritualidade encontrada nos depoimentos nos remeteu à literatura utilizada na abordagem do assunto. Como vimos no capítulo 2, as concepções sobre a espiritualidade parecem não convergir para uma única definição. As diversas significações apresentadas pelos nossos idosos no conteúdo das entrevistas aponta a

espiritualidade como dimensão importante da vivência. Na próxima subcategoria abordaremos alguns pontos sobre a relação dos idosos com a espiritualidade.

## 2.2 A vivência da espiritualidade

*“Considerando os dias passados, tenho os olhos voltados para a eternidade”*

Leonardo Boff

Ainda que as sinalizações sobre a transitoriedade da vida e dos acontecimentos possam ser experimentadas em muitos momentos do desenvolvimento humano, esses sinais vão se intensificando com a passagem do tempo. A saída do mercado de trabalho, doenças, limitações físicas e a proximidade da morte nos remetem aos limites reais da existência, criando um campo propício para a reflexão sobre o sentido da vida. Desta forma, a busca espiritual pode estar relacionada à situação existencial da pessoa, onde, inevitavelmente, experienciam-se questões sobre a vida e a morte (Doll & Py, 2005).

Todos os seis idosos revelaram acreditar em Deus, afirmando que a religião esteve muito presente em suas vidas desde a infância. Fatos como a participação em ritos da igreja católica, o ingresso no seminário e a passagem por várias religiões foram lembrados.

Seguir uma religião, dizem, era um dever da época. No entanto, não se sentiam obrigados a frequentar a igreja. Ir à missa era uma oportunidade de saírem de casa, vestirem suas melhores roupas e encontrarem os vizinhos. A vivência da religiosidade na infância e adolescência foi citada como parte da vida social, como ilustra a fala de Clarice:

Ia um padre uma vez por mês na cidadezinha pequena. Aí quando o padre chegava lá, soltava fogos para o pessoal da redondeza saber que no outro dia tinha missa. Aí a gente ia lá pra igreja ajeitar as coisas, enfeitar a igreja, acender as velas (...) a gente tinha aqueles vestidinhos

de chita todo arrumadinho, aqueles tamanquinhos bem limpinhos para ir só pra missa.

Considerando que cinco idosos são provenientes do interior do país, lembramos que o catolicismo sempre esteve muito presente nas áreas rurais brasileiras. De acordo com Camargo (1973), a religião era vista como estruturadora de leis, como uma “norma de vida” e não como uma escolha de visão de mundo.

Os homens e mulheres do estudo atribuem sentidos distintos à religião nesta etapa da vida. Enquanto as idosas continuam seguidoras dos preceitos religiosos e dizem ter intensificado suas atividades na igreja, os homens passaram a ter um olhar diferente sobre os preceitos religiosos.

As idosas se mostraram identificadas com as tarefas religiosas como freqüentar grupos de oração ou missa, ajudar na realização de eventos da igreja, visitar hospitais e abrigos de idosos. Entendemos que muitas dessas práticas podem estar relacionadas ao papel de cuidadora atribuído às mulheres. Isto é o que sugere a fala de Clarice: “O padre disse pra mim me encaixar na Legião de Maria, lá só tem mulheres que fazem visitas pra doente, ajudam nas cerimônias e organizam as coisas, quando tem festa na igreja”.

Os idosos homens relataram que não seguem nenhuma religião desde a fase adulta. Entretanto, admitem que a espiritualidade - desdobrada em valores éticos, paz interior, contato com Deus e meditação - faz parte de suas vidas nesta etapa.

Vinícius afirma ser hoje um agnóstico, por negar a figura de Deus adotada nas religiões. Porém, declara acreditar em uma organização universal, uma energia que “gerencia isso tudo”, como afirma. O idoso se recorda que a passagem pelo seminário foi muito importante para a construção de valores que ele considera fundamental:

A questão do amor e do respeito foi muito alimentada na minha vida de seminário, pra mim, essa questão do amor e respeito, é espiritualidade. Eu não acredito em Cristo como sendo filho de Deus, mas creio que ele foi um cara de muita sabedoria, que deixou essa norma de convivência e relacionamento social fundamental. Nesse sentido, eu sou cristão.

Rubem afirma que passou por diversas religiões, mas que nunca se identificou com as doutrinas religiosas. O idoso revela que há dez anos se dedica aos ensinamentos e à prática da meditação. Considera que espiritualidade é a busca pelo o autoconhecimento: “A gente vai olhando mais para dentro (...) me sinto uma pessoa segura demais, menos preocupado, ansioso; é uma coisa de se conhecer, é percepção que você tem pra perceber que faz parte do universo”.

Cupertino & Novaes (2004) e Kovács (2007) compartilham da idéia de que o envelhecimento estaria relacionado com a busca de compreensão e significado não somente para a própria existência. O sujeito, ao se dar conta de que grande parte das atribuições sociais no campo familiar e do trabalho estaria cumprida, ficaria mais disposto para compreender sua missão como ser humano em plena comunhão com o universo. Nesse sentido, a espiritualidade, segundo esses autores, é definida como transcendência, comumente proposta pelas práticas de meditação. Essa capacidade de transcendência permitiria ao idoso não responder impulsivamente às situações.

Mário relata que nunca gostou de orações repetitivas, mas afirma que faz orações pessoais, que denominou de “conversas com Deus”, revelando que isso lhe traz paz interior: “Eu agradeço por tudo, sei que Deus conhece meu coração (...) quando fico em silêncio nas orações sinto uma paz profunda”.

A religião é para as idosas uma forte ferramenta de interação social. As idosas declararam freqüentar a igreja pelo menos duas vezes na semana e afirmaram estar comumente envolvidas em atividades religiosas. Essas práticas favorecem o sentimento de pertencimento e

as ajuda a se sentirem úteis e ativas. Estudos (Oliveira, 2003; Cupertino & Novaes, 2004) indicam que pertencer a uma religião possibilita o contato com outras pessoas, através de grupos religiosos e consigo mesmo, através da fé e da oração.

Ainda que as idosas se enquadrem como praticantes convencionais do catolicismo, parecem ter ressignificado suas práticas para uma forma mais internalizada e humanitária da fé. As idosas afirmam que através da religião se sentem amparadas e fortalecidas para lidar com os acontecimentos da vida como morte, doenças, medos. A fala de Cecília parece expor essa idéia:

Hoje, to mais na igreja participando junto com os outros, antes eu não tinha esse negócio, era só ir pra missa e voltar pra casa, quando tinha arraial santo a gente ficava um pouco mais (...) hoje, é bem melhor; na igreja tem muita coisa pra fazer, pra participar, o coral, a liturgia, os grupos de adoração, as visitas aos enfermos, aos carentes, né? A gente não vai na igreja só pra rezar, a gente vai pra conversar, pensar nas coisas da vida, nos problemas, nas bênçãos, pra abrir o coração pra Deus, a porta tá sempre aberta, sabia?

A fala da idosa aponta para duas dimensões da religiosidade, uma mais ligada ao convívio social e pertencimento a um grupo e, outra relacionada a um contato mais íntimo com Deus. Cecília parece ilustrar os modelos de religiosidade extrínseca e intrínseca. Kóvacs (2007), apoiada em Koenig, descreve que a religiosidade extrínseca seria uma forma de religiosidade utilizada para se alcançar algo não espiritual, encontrar amigos, ser reconhecido, enquanto que a religiosidade intrínseca seria uma profunda e forte fé motivadora da vida que não se daria apenas pela vivência das situações, mas, principalmente, permitiria a reflexão sobre os acontecimentos da vida.

Ainda na fala de Cecília, podemos perceber que a parte doutrinária da igreja permanece, porém novos arranjos se inserem no contexto religioso, contribuindo para a participação, a reflexão e o acolhimento. Sanchis (2000) afirma que essa nova forma de vivenciar a religião pode ser, em parte, entendida pelo fato que os preceitos religiosos também vêm sendo reconfigurados. A tendência de um catolicismo modernizante, com um enfoque mais humanitário, solicita fiéis mais inseridos e atuantes na comunidade. A vivência religiosa adquire amplitude e deixa de ser apenas uma prática individual e solitária.

A sociedade oferece aos velhos poucos espaços que favoreçam, além da convivência, o diálogo reflexivo com os outros e consigo mesmos. É como se ao velho não coubesse o direito de pensar na vida. Nesse sentido, a via da fé parece estar sempre aberta, como nos conta Cecília. Para as idosas, a igreja é um espaço que acolhe os idosos de forma especial, atribuindo aos mais velhos um lugar de importância e um reconhecimento social. Clarice expressa que o cristianismo, através de diversos textos bíblicos, contribui para a aceitação da velhice e para reconhecimento da longevidade como uma benção de Deus: “Eu agradeço a Deus tudo que passei. Chegar na velhice é um presente. Tem na bíblia que mesmo os apóstolos que eram velhos, continuavam pregando com fé”. Oliveira (2003) concorda que a religião pode oferecer um amparo diante das perdas, um lugar social ao velho e atenuar o peso da morte, contudo, é essencial que os vínculos afetivos, com familiares e amigos, também sejam fontes de apoio e compreensão, para que a relação com a religião não se torne rígida, o que ocasionaria conflitos ao idoso.

Doll & Py, (2005) destacam que a velhice pode ser um momento propício para a reflexão sobre o sentido da vida. Nesse sentido, pessoas que possuem uma visão de valores transcendentais, como ideais humanos ou religiosos, parecem enfrentar melhor conflitos existenciais como sofrimento e morte.



Os participantes acreditam que a morte não é um limite para a existência. O envolvimento em projetos futuros, investimento em planos para as futuras gerações e fé num ideal espiritual ou religioso apareceram como algumas formas de lidar com a finitude. Segundo Kovács (2007) a tentativa de dar continuidade à existência após a morte, traduz-se por um desejo de transcendência que pode se manifestar através de ideais humanos ou valores religiosos.

Ao serem questionados sobre o que pensam sobre a morte, os idosos explicaram ter consciência da proximidade da finitude, recorrendo a valores transcendentais para compreendê-la. As mulheres acreditam incontestavelmente no princípio cristão da salvação, isto é, que a morte é uma passagem para a vida eterna, onde todos serão salvos. Tomemos como exemplo o depoimento de Clarice: “Ninguém morre, acontece uma transferência para outra vida. Então, eu não tenho medo da morte não; todo mundo morre, pra viver a vida eterna.”

Os homens também apresentam explicações sobre a imortalidade. Porém, não demonstraram certeza quanto ao que ocorre após a morte, tal como expressam Mário e Vinícius, respectivamente: “A morte é o seguinte, é uma passagem, é o momento em que a gente se separa do corpo, agora não sei se a gente volta, fica onde, mas acho que continua vivendo em outro lugar (Mário);

Nós somos energia, os nossos átomos são uma junção de energia, então existência é uma energia que nos é dada por uma força superior, um sopro de vida. Essa energia não se dissipa, se transforma, influencia outras vidas. Não tem relação com a teoria da salvação ou da reencarnação, tem a ver com uma energia, uma força que se perpetua, acho que é por aí. (Vinícius)

O componente espiritual também foi exposto como uma forma de significar a própria existência. Quatro idosos consideram o envelhecimento como uma benção de Deus, um

acontecimento provido de propósito. Vejamos alguns exemplos: “Agradeço a Deus pela minha vida, tenho saúde, tenho fé de estar aqui por merecimento” (Mário); “Se não fosse Deus na vida da gente, a vida não tinha sentido; não tinha força pra chegar até aqui” (Clarice);

Minha vida valeu; tá valendo e, a ainda vai valer muito a pena. Sei que a vida vai mudando, a gente vai mudando, envelhecendo e caminha para a morte, né? Eu tenho 79 anos, sei disso, mas sei que tenho uma missão aqui, não vim pra cá por acaso, por isso eu pratico a meditação. Tenho outras coisas para fazer, quero aprender mais sobre meditação e autoconhecimento. (Rubem)

A noção de permanecer vivo através de um legado apareceu no depoimento de Vinícius:

Acho também que nós permanecemos através das coisas que fazemos, que deixamos para os outros, para os mais jovens, para a família. No todo, acho que a gente deve se entregar ao máximo a essa vida, ao propósito de ajudar e caminhar com os outros de forma mais justa. Eu continuo trabalhando nesse sentido de sensibilização dos mais jovens para a construção de uma sociedade mais justa.

Seminário (1998) afirma que enquanto tivermos condição de elaborar, criar e de permanecer através do que fazemos ou representamos para os outros, a nossa vida se torna efetivamente imortal. Erikson (1982) postula que na meia-idade emerge a virtude do cuidado. O autor destaca que esse cuidado significa além da preocupação em educar e criar os filhos, um compromisso com o contentamento das gerações seguintes. Assim, manifesta-se o desejo em transmitir valores e ideais, perpetuando um propósito que possa permanecer de alguma forma após a morte.

A dimensão espiritual aparece também como uma forma de lidar com os afetos, pois os idosos revelaram, geralmente, recorrer às orações e à meditação, para se apropriar de algumas vivências que experimentam na velhice. Adélia e Rubem revelaram que algumas vezes são tomados por um sentimento de tristeza, com ou sem um motivo real, demonstrando que através da espiritualidade tentam compreender suas emoções, tal como ilustram as falas seguintes:

Quando eu tenho algum problema de tristeza, eu medito, pratico o autoconhecimento, me pergunto “*por que eu tô assim?*”, aí vou melhorando e aquilo desaparece, mas acho que é normal. Todo mundo fica triste um dia. (Rubem)

Tem vezes que acontecem coisas que deixam a gente triste, você não conseguir mais fazer certas coisas; mas algumas vezes você sente uma tristeza que não sabe de onde vem, dá um vazio. Quando sinto isso eu converso com Deus: “Por que acontece isso comigo?”, mas aí faço minhas orações do dia-a-dia, vou pra igreja e esqueço as coisas ruins. (Adélia)

A tristeza e o vazio muitas vezes experienciados pelos idosos, de acordo com Py (2004), podem ser compreendidos como resposta às sucessivas perdas vividas na velhice. Dessa forma, o sentir-se triste pode estar ligado à proximidade da morte e das perdas concreta, mas também pode envolver os seus equivalentes simbólicos como o medo da solidão, da perda das capacidades físicas, do abandono, da separação de quem se ama e da interrupção dos planos. Nesse sentido, a espiritualidade pareceu oferecer um consolo e uma forma de compreensão das dores e dos sofrimentos.

De acordo com os depoimentos dos entrevistados a relação com a espiritualidade/religiosidade se intensificou com a passagem do tempo. As idosas durante a vida adulta estiveram envolvidas em outras atividades e, apenas freqüentavam a igreja. Rubem revela que na juventude não pensava sobre a espiritualidade, mas que há dez anos tem se dedicado mais ao lado espiritual através da meditação. Vinícius e Mário também parecem mais voltados à espiritualidade, tal como demonstram:

“Hoje eu sou muito mais convicto da minha espiritualidade. O seminário foi importante pra me fazer enxergar que a religião não dá conta da imensidão do mundo. Como eu te disse a espiritualidade pra mim é isso do respeito, do cuidado com o outro e, essa é a visão de Deus que tenho hoje”.

“Eu não gosto de missa, nem rezar, eu rezava muito. Mas hoje eu faço mais orações, sim; em casa, mas faço”.

A análise nos permitiu perceber que o fato da espiritualidade ter passado por mudanças ou adquirido ênfase na velhice, não ocorreu apenas em decorrência da diminuição das injunções cotidianas, como uma forma de preencher o tempo livre. De modo geral, ao que pudemos observar, a dimensão espiritual oferece um lugar ao idoso e um sentido à existência, resgatando o valor das suas experiências e criando significações que geram esperanças para a vida. Nesse sentido, concordamos com Boff (2000) e Cupertino & Novaes (2004) quando afirmam que a espiritualidade se converte na capacidade de integração e de unidade de vários domínios da vida, oferecendo referências para reflexões sobre a morte, o sofrimento e o propósito da vida.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

*Depois de várias tentativas de fundir meus resultados numa peça única, percebi que eu nunca haveria de ser bem sucedido. O melhor que eu poderia escrever seria nada mais que anotações filosóficas (...).*

Ludwig Wittgenstein

A realização deste trabalho apontou para reflexões que caminharam por várias direções. Em primeiro lugar, este percurso constituiu um grande desafio pessoal, pois estudar temas como a fragilidade corporal na velhice e a proximidade da morte abalam as fantasias de imutabilidade e de imortalidade de quando se é jovem.

Durante as entrevistas, buscou-se ter uma visão abrangente da história dos participantes, através de questões envolvendo temas diversos. No entanto, de tudo o que foi conversado, as questões do passado e velhice retornavam sempre, ocupando grande parte das narrativas. Este “ir e vir” no tempo nos remete à importância que tem, para os mais velhos, relembrar e contar acontecimentos marcantes vividos. Falar e ser genuinamente escutado, neste sentido, pode representar uma oportunidade para o idoso ressignificar e refletir sobre experiências algumas vezes não compartilhadas até aquele momento.

Prevaleceu, entre os participantes, uma visão positiva da velhice e, sobre isso faremos algumas considerações. Como discutido anteriormente, a velhice foi e ainda é, muitas vezes, tida como uma etapa de declínio, sem qualquer possibilidade de desenvolvimento e aquisições. Somente nas últimas décadas, na Psicologia e em outros campos do saber, formulações sobre o envelhecimento humano vêm afirmando a possibilidade de um bom envelhecer. O Brasil está enfrentando um acelerado envelhecimento de sua população. Apesar disso, só recentemente

políticas públicas voltadas principalmente à saúde e bem-estar buscam garantir os direitos dos idosos.

Apesar de uma visão social ainda marcada por preconceitos e mitos sobre o velho, outras imagens de velhice entram em cena: idosos mantêm muitas famílias brasileiras com sua aposentadoria; o idoso como cidadão de direitos assegurados por meio da Política Nacional do Idoso, Política Nacional de Saúde do Idoso, Estatuto do Idoso, entre outros; e o maior espaço na mídia que, nos últimos anos, velhice e envelhecimento vem recebendo.

Além disso, os participantes do estudo parecem dispor de recursos financeiros, apoio familiar e social, fatores esses que certamente favorecem o enfrentamento de muitas das dificuldades associadas à velhice. O destaque concedido pelos idosos aos pontos positivos dessa etapa da vida, pode, ao menos em parte, estar relacionado a esses e outros fatores.

A seguir, apresentamos algumas das possíveis limitações do estudo. A escuta de seis idosos, em apenas um encontro, é fato que deve ser aqui mencionado. Sem dúvida, não se pretendeu generalizar concepções e vivências compartilhadas pelos participantes nas entrevistas, como se estas representassem a realidade de todos os idosos. No entanto, a realização de dois ou mais encontros com cada idoso talvez pudesse trazer maior clareza e consistência aos dados. Não se pode perder de vista que conversar com uma psicóloga pesquisadora pode ter gerado nos sujeitos a tentativa de aproximarem seus discursos daquilo que parece ser o modelo adequado de velhice.

Contudo, a partir da análise das narrativas foi possível evidenciar sujeitos, de modo geral, satisfeitos em relação às suas vidas. Os idosos admitem que, apesar das transformações e das perdas progressivas que o corpo enfrenta, na velhice existem ganhos. Os participantes do estudo nos falaram de suas perdas, lutas e crenças. Enfatizaram suas satisfações pessoais e aquisições. Revelaram, ainda, uma forma mais serena de pensar o futuro, desprendida de grandes projetos. Para nossos idosos, investir na vida ganhou contornos mais suaves, mais

ligados ao viver o dia-a-dia com saúde e à realização de sonhos ainda possíveis como o desejo de continuar atuando profissionalmente, de adquirir uma maior consciência de si mesmo através da meditação, de poder conhecer os estados do país, de ajudar ao próximo, enfim desejosos de desfrutarem um pouco mais da vida. Assim, perceber-se velho não esteve associado apenas ao corpo marcado pelo seu declínio, mas também a um corpo que traz uma história de vida que, apesar de todas as dificuldades e limites, continua sendo construída.

A proposta de abordar religiosidade e espiritualidade na perspectiva dos idosos, permitiu-lhes partilhar experiências e dialogar sobre idéias, valores e crenças. Todos fizeram referência a crenças transcendentais que influenciam suas concepções sobre a vida e o mistério da morte. Desta forma, reconhecer a espiritualidade como uma dimensão importante da vivência humana, legitima o desenvolvimento de práticas que contemplem o indivíduo em toda a sua diversidade. Intervenções psicológicas com idosos precisam, assim, reconhecer que a dimensão espiritual pode contribuir para a superação de conflitos do envelhecer.

As idosas participam ativamente de atividades religiosas, reconhecendo sua importância para o funcionamento da igreja. Ao favorecer o relacionamento interpessoal, a instituição religiosa pode atenuar o isolamento e o sentimento de não pertencimento, comuns entre os mais velhos.

Outro ponto que pudemos evidenciar foram as diferenças entre os discursos das mulheres e dos homens do estudo, apontando para a complexidade das questões de gênero no processo de envelhecimento. Este aspecto surge como uma proposta interessante para ser abordada em futuros trabalhos. A trajetória de vida dos participantes também constitui peça fundamental na compreensão dos diversos e intrincados modos de envelhecer.

Entrevistar os sujeitos em suas residências foi, sem dúvida, um desafio. A pesquisadora era tratada como uma visita importante, sendo recebida da melhor forma possível, o que por muitas vezes gerava embaraço. Os idosos pareceram bastante à vontade para falarem de suas

vidas e afirmaram gostar de receber pessoas em casa, de conversar: “*É bom a gente falar, conversar sobre o que a gente pensa com outras pessoas. Meus filhos e eu quase não conversamos por causa do corre-corre deles*”. Desta forma, o lado positivo da experiência se revelou na espontaneidade dos idosos e na superação das dificuldades da pesquisadora. Aos poucos a entrevista foi mudando o tom. A coleta de dados pôde, assim, se transformar também em uma conversa mais acolhedora.

A espiritualidade foi apontada pelos idosos como um recurso que pode favorecer tanto a participação social, quanto a busca por significado para a existência, auxiliando na compreensão de dores e perdas. Nesse sentido, talvez como uma proposta para futuros estudos, deixa-se o questionamento sobre quais os espaços disponibilizados à socialização e à escuta dos idosos que possam auxiliar nas formas de lidar com os dilemas da velhice.

Para finalizar, entendemos que somos todos responsáveis pela construção de uma velhice real, livre de estereótipos negativos ou idealizações investidas de otimismo excessivo. Espera-se que dessa leitura nasçam outras, esclarecendo, aprofundando e, até mesmo apresentando sob outros olhares os conceitos e idéias aqui apresentados.



## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Almeida, V. L. (2005). Velhice e projeto de vida: possibilidades e desafios. In: B. Corte, E. F. Mercadante, & I. G. Arcuri, *Velhice, envelhecimento e complex(idade)* (pp. 93-110). São Paulo: Editora Vetor.
- Alves, R. (1984). *O enigma da religião*. Campinas : Papirus.
- Araújo, L. F., & Carvalho, V. A. (2004/2005). Aspectos sócio-históricos e psicológicos da velhice. *Revista de Humanidades*, 6 (13) , 1-9.
- Baldin, C. B., & Fortes, V. L. (2008). Viuvez feminina: a fala de um grupo de idosas. *RBCEH*, 5(1) , 43-54.
- Barrett. *Why would anyone believe in God?*
- Barrett, J. L. (2004). *Why would anyone believe in God?* Rowman & Littlefield.
- Barros, M. M. (2004). Envelhecimento, cultura e transformações sociais. In: L. Py, *Tempo de envelhecer: percursos e dimensões psicossociais*. Rio de Janeiro: NAU.
- Bassit, A. (2002). Histórias de mulheres: reflexões sobre a maturidade e a velhice. In: M. C. Minayo, & C. E. Jr, *Antropologia, saúde e envelhecimento* (pp. 51-72). Rio de Janeiro: Fiocruz.
- Beauvoir, S. d. (1990). *A velhice*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira.
- Becker, E. (2007). *A negação da morte: uma abordagem psicológica sobre a finitude humana*. Rio de Janeiro: Record.
- Bianchi, H. (1993). *O eu e o tempo: psicanálise do tempo e do envelhecimento*. São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Birman, J. (1994). *O futuro de todos nós. Temporalidade, memória e terceira idade na psicanálise*. Rio de Janeiro: UERJ/IMS (Série Estudos em Saúde Coletiva, n. 86).
- Blessmann, E. J. (2004). Corporeidade e envelhecimento: o significado do corpo na velhice. *Estud. interdiscip. envelhec*, 6 (1) , 21-39.
- Bobbio, N. (1997). *O tempo da memória*. Rio de Janeiro: Campus.
- Boff, L. (2001). *Espiritualidade: um caminho de transformação*. Rio de Janeiro: Sextante.
- Boff, L. (2005). *Ética da vida*. Rio de Janeiro : Sextante.

Brandão, Z. (2000). Entre questionário e entrevistas. In: M. A. Nogueira, G. Romanelli, & N. Zago, *Família e escola* (pp. 171-183). Rio de Janeiro: Vozes.

Camarano, A. A. (2003). Mulher idosa: suporte familiar ou agente de mudança? *Revista Estudos Avançados*, 17(49), 35-63.

Camarano, A. A., & Ghaouri, S. K. (1999). Idosos brasileiros: que dependência é essa? In: A. A. Camarano, *Muito além dos 60: os novos idosos brasileiros* (pp. 281-306). Rio de Janeiro: IPEA.

Chaves, M. L. (2007). Testes de avaliação cognitiva: mini-exame do estado mental. *Neurologia Cognitiva e do Envelhecimento*.

Cupertino, A. P., & Novaes, C. (2004). Espiritualidade e envelhecimento saudável. In: A. L. Saldanha, & C. P. Caldas, *Saúde do idoso: a arte de cuidar* (pp. 358-367). Interciência.

Debert, G. G. (1999). *A reinvenção da velhice*. São Paulo: EDUSP: Fapesp.

Debert, G. G. (22 de 11 de 2007). *O Idoso na mídia*. Acesso em 03 de 2008, disponível em Com ciência: [www.comciencia.br/reportagens](http://www.comciencia.br/reportagens)

Doll, J., & Py, L. (2005). Espiritualidade e finitude. In: J. L. Pacheco, *Tempo: rio que arrebatada* (pp. 277-290). Setembro.

Dourado, M., & Leibing, A. (2002). *Velhice e suas representações: implicações para uma intervenção psicanalítica*. Acesso em 18 de 11 de 2008, disponível em [www2.uerj.br/revispsi/artigos](http://www2.uerj.br/revispsi/artigos).

Erikson, E. H. (1982/1998). *The life cycle completed: a review*. Extended version with new chapters from Joan M. Erikson. New York, EUA: W.W. Norton & Company, Inc.

Fainguelernt, M. F. (2008). Corpo, tempo e envelhecimento. *Psique Ciência e Vida*, 3 (33), 52-58.

Figueiredo, L. C., & Santi, P. L. (2004). *Paicologia, uma (nova) introdução*. São Paulo: EDUC.

Freire, S. A., Sommerhalder, C., & Silveira, R. A. (2003). Contribuições da Psicologia para o estudo do envelhecimento: teoria e intervenção. *Arq. Ciênc. Saúde Unipar*, 7 (2), 191-194.

Freud, S. (1937/1996). Análise terminável e interminável. In: S. Freud, *Edição Standard Brasileira das Obras Psicológicas Completas de Simund Freud, vol XXXIII*. Rio de Janeiro: Imago.

Goldani, A. M. (1999). Mulheres e envelhecimento: desafios para os novos contratos intergeracionais e de gênero. In: A. A. Camarano, *Muito além dos 60: os novos idosos brasileiros* (pp. 75-114). Rio de Janeiro: IPEA.

Goldfarb, D. C. (1998). *Corpo, tempo e envelhecimento*. São Paulo: Casa do Psicólogo.

- Groisman, D. (2002). A velhice, entre o normal e o patológico. *História, Ciências, Saúde*, 9(1), 61-78.
- Gusmão, N. M. (2007). A maturidade e a velhice: um olhar antropológico. In: A. L. Neri, *Desenvolvimento e envelhecimento: perspectivas biológicas, psicológicas e sociológicas* (pp. 113-140). Campinas: Papirus (Coleção Vivacidade).
- Hillman, J. (2001). *A força do caráter: e a poética de uma vida longa*. Rio de Janeiro: Objetiva.
- Hoffman, M. E. (2002). *Bases biológicas do envelhecimento*. Acesso em 17 de Janeiro de 2009, disponível em Com ciência: [www.comciencia.br](http://www.comciencia.br)
- Jackel-Neto, E. A. (2007). Tornar-se velho ou ganhar idade: o envelhecimento biológico revisitado. In: A. L. Neri, *Desenvolvimento e envelhecimento: perspectivas biológicas, psicológicas e sociológicas* (pp. 39-52). Campinas: Papirus (Coleção Vivacidade).
- Jerusalinsky, A. (2001). Psicologia do envelhecimento. *Envelhecimento: uma perspectiva psicanalítica*, 5(5), 11-26.
- Jung, C. G. (1984). *A natureza da psique*. Petrópolis: Vozes.
- Kovács, M. J. (2007). Espiritualidade e psicologia - cuidados compartilhados . *O Mundo da Saúde*, 31 (2) , 246-255.
- Kovács, M. J. (1992). Representações de morte. In: M. J. Kovács, *Morte e desenvolvimento humano* (pp. 1-28). São Paulo: Casa do Psicólogo.
- Lima, D. F. (2005). *Compreendendo os sentidos da escuta*. Olinda: Editora Livro Rápido.
- Lima, P. M. (2008). *A arte de envelhecer: um estudo sobre história de vida e envelhecimento. Tese de Mestrado não-publicada*. Universidade de Brasília.
- Lopes, R. G. (2000). *Saúde na velhice: as interpretações sociais e os reflexos no uso do medicamento*. São Paulo: EDUC.
- Loureiro, A. M. (1999). *A velhice, o tempo e a morte: subsídios para possíveis avanços do estudo*. Brasília: Editora Universidade de Brasília.
- Masi, D. (2003). *Criatividade e grupos criativos*. Rio de Janeiro: Sextante.
- Mercadante, E. F. (2005). Velhice uma questão complexa. In: B. Corte, E. F. Mercadante, & I. G. Arcuri, *Velhice Envelhecimento Complex(idade)* (pp. 23-34). São Paulo: Vetor Editora.
- Messy, J. (1999). *A pessoa idosa não existe*. São Paulo: ALEPH.
- Minayo, M. C. (2004). *O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde*. São Paulo: HUCITEC.
- Monteiro, P. P. (2005). Somos velhos porque o tempo não para. In: B. Corte, E. F. Mercadante, & I. G. Arcuri, *Velhice envelhecimento complex(idade)* (pp. 57-82). São Paulo: Vetor Editora.

- Mucida, A. (2004). *O sujeito não envelhece. Psicanálise e velhice*. Belo Horizonte: Autêntica.
- Negreiros, T. C. (2006). Espiritualidade e afeto - viver e conviver no mundo contemporâneo. *Revista Magis Cadernos de Fé e Cultura* 1(49) , 28-50.
- Negreiros, T. c. (2003). Espiritualidade: desejo de eternidade ou sinal de maturidade? *Revista Mal-estar e Subjetividade*, 3 (2) , 275-291.
- Negreiros, T. C. (1999). Gênero e geração: reflexões sobre o contemporâneo processo de envelhecer. *Psicologia Clínica: pós-graduação & pesquisa* , 107-116.
- Negreiros, T. C. (2003). Quantidade e qualidade de vida. In: T. C. Negreiros, *A nova velhice: uma visão multidisciplinar* (pp. 15-28). Rio de Janeiro: Revinter.
- Neri, A. L. (2004). Contribuições da Psicologia ao estudo do envelhecimento e à intervenção no campo da velhice. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano* , 69-80.
- Neri, A. L. (2001). Paradigmas contemporâneos sobre o desenvolvimento humano em Psicologia e Sociologia. In: A. L. Neri, *Desenvolvimento e envelhecimento: perspectivas biológicas, psicológicas e sociológicas* (pp. 11-38). Campinas: Papirus.
- Neri, A. L. (1995). Psicologia do envelhecimento: uma área emergente. In: A. L. Neri, *Psicologia do envelhecimento* (pp. 13-40). Campinas: Papirus.
- Panzini, R., Rocha, N. R., Bandeira, D., & Fleck, M. P. (2007). Qualidade de vida e espiritualidade. *Psoquiatria Clínica*, 34(1) , 105-115.
- Pegoraro, A. C. (2009). Espiritualidade na velhice: um desafio para o campo religioso brasileiro. *Revista Brasileira de História das Religiões - ANPUH*, 1 (3) , 1-10.
- Pinto, E. B. (2004). A pesquisa qualitativa em psicologia clínica. *Psicologia USP*, 15 (1) , 71-80.
- Py, L. (1999). Apresentação. Curso de uma idéia. In: L. Py, *Finitude: uma proposta para reflexão e prática em gerontologia* (pp. 9-14). Rio de Janeiro: NAU.
- Py, L. (2004). Envelhecimento e subjetividade. In: L. Py, *Tempo de envelhecer: percursos e dimensões psicossociais*. Rio de Janeiro: NAU.
- Py, L., & Scharfstein, E. A. (2001). Caminhos da maturidade: representação do corpo, vivências dos afetos e consciência de finitude. In: A. L. Neri, *Maturidade e velhice: trajetórias individuais e socioculturais* (pp. 117-150). São Paulo: Papirus.
- Rey, F. G. (1998). *Pesquisa qualitativa e subjetividade: os processos de construção da informação*. São Paulo: Thomsom.
- Rodrigues, L. (2001) – *Psicologia*. 1º Volume. 2ª ed. Lisboa: Plátano Editora.
- Rosenberg, R. L. (1992). Envelhecimento e morte. In: M. J. Kovács, *Morte e desenvolvimento humano* (pp. 69-90). São Paulo: Casa do Psicólogo.

- Sanchis, P. (1999). A religião dos brasileiros. Teoria e sociedade. *Revista do Departamento de Ciências Políticas e de Sociologia e Antropologia* , 42-51.
- Sanchis, P. (2001). Desencanto e as formas contemporâneas do religioso. *Ciências Sociais e Religião*, 3(3) , 27-43.
- Schraiber, L. B., & d.Oliveira, A. F. (1999). Violência contra mulheres: interface com a saúde. *Comunicação, Saúde, Educação* 3(5) , 11-26.
- Seminario, F. L. (1999). Existência e finitude. In: L. Py, *Finitude: uma proposta para reflexão e prática em Gerontologia* (pp. 21-30). Rio de Janeiro: NAU.
- Silva, A. I., & Alves, V. P. (06 de 2007). *Envelhecimento: resiliência e espiritualidade*. Acesso em 13 de Março de 2008, disponível em Diálogos Possíveis: [www.fsba.edu.br/dialogos-possiveis](http://www.fsba.edu.br/dialogos-possiveis)
- Silva, M. F. (1995). Epicuro e a morte como perda da subjetividade. *Revista Princípios* , 140-146.
- Stepansky, D. (2003). A revolução da imagens: a velhice na mídia. In: T. C. Negreiros, *A nova velhice: uma visão multidisciplinar* (pp. 73-88). Rio de Janeiro: Revinter.
- Vaneigem, R. (2002). *A arte de viver para as novas gerações*. São Paulo: Conrad Editora do Brasil. Coleção Baderna.
- Volcan, S. M., Mari, P. L., & Horta, B. L. (2003). Relação entre bem estar espiritual e transtornos psiquiátricos menores: estudo transversal. *Revista de Saúde Pública*, 37(4) , 440-445.
- Walsh, F. (2005). *Fortalecendo a resiliência familiar*. Roca.
- Westgate, C. E. (1996). Spiritual wellness and depression. *Journal of Counseling & Development* , 26-35.
- Zimerman, G. I. (2000). *Velhice: aspectos biopsicossociais*. Porto Alegre: Artes Médicas Sul.

## **ANEXOS**

**TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO**

Fui convidado a participar como voluntário(a) de um estudo sobre envelhecimento e espiritualidade, desenvolvido pela pesquisadora Marjorie Gesimila Oliveira Vieira, sob a orientação da Profa. Dra. Vera Lúcia Decnop Coelho.

Participarão dessa pesquisa outras pessoas como eu, com 60 anos ou mais. Através de conversas com a pesquisadora responderei a diversas perguntas sobre minha vida e meus interesses. Participarei de um encontro individual com a duração de aproximadamente 1 hora. Essas atividades serão gravadas e registradas para o estudo sobre o envelhecimento.

As conversas desse estudo não devem gerar desconforto. No entanto, se eu sentir algum incômodo, como cansaço, ou se tiver alguma dúvida, sei que posso falar sobre isso com a pesquisadora.

Sei que as informações fornecidas por mim são confidenciais e que tudo que eu disser será mantido em sigilo. Tenho a liberdade de não participar da pesquisa e posso desistir a qualquer momento, sem prejuízo algum para mim.

Tendo em vista os itens acima, eu, de forma livre e esclarecida, manifesto meu interesse em participar da pesquisa.

\_\_\_\_\_

Nome (letra de forma):

\_\_\_\_\_

Assinatura do participante

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

Local Data

\_\_\_\_\_

Pesquisador(a)

Pesquisadoras Responsáveis

Marjorie G. de O. Viera (61) 8121-5637

Vera L. D. Coelho: (61) 8408-8948

**Comitê de Ética em Pesquisa\*:**

Comitê de Ética e Pesquisa Instituto de  
Humanidade/ UnB

Telefone: (61) 33073799 / e-mail: [cep.idh@unb.br](mailto:cep.idh@unb.br)

\*Para consultas em relação à aprovação deste  
projeto de pesquisa.

## **Roteiro de Entrevista**

Idade

Data de nascimento

Sexo

Nível de escolaridade

Estado civil

Religião

Naturalidade:

### **1) Tema: Aspectos gerais sobre infância e adolescência**

Relação familiar: pais, irmãos / morte/educação/ mudança de cidade/espiritualidade

### **2) Tema: Eventos gerais da vida adulta**

Casamento/Nascimento de filhos/Atividade profissional/Processo de aposentadoria/ Perdas

### **3) Tema: Contexto de vida atual**

Saúde atual, uso de medicação, exercício físicos, restrições/transformações: perdas, aquisições/grau de satisfação/atividades sociais/relacionamento social/perspectivas futuras/medos, angústia/morte.

### **4) Tema: Espiritualidade**

A relação com a espiritualidade mudou com o passar dos anos?/qual o sentido da espiritualidade nessa etapa da vida?/quais as práticas relacionadas a espiritualidade/