



## **Congresso Internacional de Envelhecimento Humano**

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

### **BENEFÍCIOS E DIFICULDADES DO ENVELHECER**

Kenia Anifled de Oliveira Leite – Professora do curso de Enfermagem da Faculdade de Ciências Médicas de Campina Grande-PB. [kaleite@ig.com.br](mailto:kaleite@ig.com.br)

Carla Giulliana Meira Rocha- Enfermeira do SAMU no Município de Esperança-PB .  
[carlasaude@hotmail.com](mailto:carlasaude@hotmail.com)

Priscilla Maria de Castro Silva – Professora do curso de Enfermagem da Universidade Federal de Campina Grande e da Faculdade de Ciências Médicas de Campina Grande-PB. [priscillamcs@hotmail.com](mailto:priscillamcs@hotmail.com)

Sueli Aparecida Albuquerque de Almeida – Professora do Curso de Enfermagem da Universidade Estadual da Paraíba e da Faculdade de Ciências Médicas de Campina Grande. [sueliaparecidaalbuquerque@hotmail.com](mailto:sueliaparecidaalbuquerque@hotmail.com)

Anne Braz Romão Pinto – Enfermeira da Clínica Escola da Faculdade de Ciências Médicas de Campina Grande PB. [anne\\_braz@hotmail.com](mailto:anne_braz@hotmail.com)

### **INTRODUÇÃO**

O envelhecimento é um processo biológico, psicológico e social que acarreta não só modificações funcionais, sendo compreendido como um processo lento e natural acarretando desgaste do organismo ou redução da capacidade funcional de órgãos e sistemas. Este processo surpreende as pessoas, pois estas, não se dão conta de que estão envelhecendo, uma vez que o ritmo e as experiências vivenciadas não são iguais para todos, pois a forma como cada um envelhece vai depender da genética, do estado de saúde, do ambiente, das atividades desenvolvidas, das condições materiais e financeiras, do estilo de vida, e da espiritualidade (1). O termo Terceira Idade faz referência a uma idade cronológica, e a uma forma de tratamento das pessoas de mais idade que ainda não adquiriram uma conotação depreciativa

do idoso. Na Terceira Idade, o indivíduo torna-se mais detalhista e paciente, é o momento de fazer uma avaliação crítica da vida em virtude das experiências acumuladas (2). Contudo, o envelhecer requer explicação e análise particular ou em grupo que mostre que é possível viver bem, de forma saudável nesta fase da vida. Logo, torna-se relevante refletir acerca do envelhecimento ouvindo a voz daqueles que estão vivenciando tal processo em aspectos possivelmente diferenciados ou não, dessa forma, o presente estudo tem como objetivo apreender os benefícios e dificuldades advindos do envelhecer na visão de idosos integrantes e não integrantes de grupo de convívio da terceira idade.

#### METODOLOGIA

Pesquisa de abordagem qualitativa do tipo exploratório-descritiva, que foi realizada no Distrito de Galante no Município de Campina Grande-PB. A população foi composta por idosos cadastrados na Unidade Básica Saúde da Família (UBSF) Equipe Vermelha, e incluía os integrantes ou não do grupo de Convívio da Terceira Idade. A amostra foi estabelecida pelo critério de saturação de participantes do grupo de convívio da terceira idade a mais de 06 meses e/ou ser idoso que é apenas cadastrado na UBSF Equipe Vermelha e não pertence ao grupo da Terceira Idade, e incluiu 13 idosos integrantes e 13 não integrantes do grupo da terceira idade. Os dados foram analisados a partir da análise de conteúdo para construção de categorias temáticas (3). A coleta de dados se deu no domicílio de idosos mediante entrevista com roteiro semi-estruturado. As falas foram gravadas e transcritas para posterior análise, atendendo os preceitos da Resolução Nº 196/96 do Conselho Nacional de Saúde. O projeto foi submetido ao Comitê de Ética da Universidade Estadual da Paraíba, tendo sido aprovado. Os sujeitos foram esclarecidos sobre o objetivo do estudo, assegurando-lhes o direito a não participar da pesquisa, ao

anonimato, inclusive, na divulgação da mesma. Todos assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

No que concerne a prováveis dificuldades relacionadas ao envelhecer, a construção das categorias temáticas foram as mesmas, tanto ao analisar as falas dos idosos participantes e os não participantes do grupo de convívio da terceira idade, a saber : Categoria 1 - Aumento de doenças: *“Dificuldade?...muita doença”* (E3) e Categoria 2- Relação de dependência: *“Sim. Eu não sei andar só, e é mais difícil fazer as coisas dependendo dos outros.”* (E12).

Os resultados demonstram que existe a auto- percepção de saúde afirmando o aumento de doenças e isto foi prevalectente; este dado contempla aspectos físicos, cognitivos e emocionais. Trata-se de um poderoso indicador de mortalidade, uma vez que as pessoas que consideram ruim seu estado de saúde apresentam maior risco de mortalidade por todas as causas, em comparação com aquelas que relatam ter uma excelente saúde(4).

Apesar das falas construírem categorias temáticas semelhantes entre os grupos de idosos pesquisados; apenas parte daqueles que integram o grupo de convívio da terceira idade não mencionam dificuldades, e utilizam o fato de estarem alegres na terceira idade como justificativa para esta afirmação: *“Eu me sinto alegre e não tenho como dizer dificuldades”* (E7). Esta fala favorece a percepção de que é mais forte refletir acerca da alegria que vivem do que das possíveis dificuldades que podem existir, tornando-as insignificantes, ao ponto de não mencioná-las.

Quanto aos benefícios proporcionados pelo envelhecer, os idosos não integrantes do grupo de convívio da terceira idade mencionam apenas a aposentadoria, formando esta categoria temática definida como benefício financeiro pela



## Congresso Internacional de Envelhecimento Humano

Avanços da ciência e das políticas públicas para o envelhecimento

aposentadoria. *“Porque me aposentei.” (E11). “Eu não tinha dinheiro, hoje eu tenho, eu quero comprar uma coisa e eu compro, sou aposentada.” ( E4)*

O processo de aposentadoria muitas vezes colabora também para o sustento de filhos e até netos aptos para o trabalho (5) este fato pode ser um propulsor da visão de que aposentadoria é benefício, bem como pela capacidade de se auto sustentar-se e tomar decisões financeiras. Para os idosos integrantes do grupo de convívio da terceira idade além da Aposentadoria, foram construídas as seguintes categorias temáticas relacionadas ao benefício do envelhecer: Categoria Temática: Liberdade para divertir-se e descansar. *“Sim, quando eu estou no grupo eu sou uma moça, se tem festa eu me divirto.”(E6). “Sim, eu parei de trabalhar, descanso, estou em casa só na boa”(E9)* Categoria Temática : Construção de família e amigos. *“Tenho uma família, meus filhos casaram, hoje trabalham e tenho amigos” (E2).* Muitos estudos falam sobre a influência que as atividades de lazer e o tempo livre vêm tendo sobre a qualidade de vida, o estado de saúde físico e a cotidianidade das pessoas idosas, tal afirmativa é confirmada no grupo estudado, uma vez que conseguem diminuir o tempo ocioso e aprendem aproveitar esse tempo em para viver bem, descansar e favorecer qualidade de vida(6). Para alguns idosos os filhos criados e capazes de construir seu futuro sozinhos, dão a sensação de dever cumprido para os mais velhos, e isto , somado ao carinho da família e amigos é associado a um benefício que vem junto com o envelhecimento .

### CONSIDERAÇÕES FINAIS

As dificuldades elencadas foram aumento de doenças e relação de dependência e são as mesmas para ambos os grupos ; o que surge de diferencial é que apenas parte dos idosos integrantes do grupo de convívio da terceira idade relata que não tem como mencionar dificuldades, uma vez que possuem alegria e a consideram

superior.No que concerne aos benefícios o diferencial é mais perceptível pois para os idosos que não fazem parte do grupo de convívio da terceira idade ha relação apenas com a aposentadoria enquanto benefício. Já para os idosos que integram o grupo de convívio da terceira idade os benefícios são superiores que critério legal da aposentadoria e são: a liberdade para divertir-se e descansar e a análise de ter construído família e amigos.

#### REFERÊNCIAS

- 1 Lima Filho JB, Sarmiento SMG. Envelhecer Bem é Possível. Cuidando de Nossos Idosos na Família e na Comunidade. Edições Loyola: São Paulo. 2004.
- 2 Debert GC. A Reinvenção da Velhice: Socialização e Processos de Reprivatização do Envelhecimento 1ª Ed. São Paulo: Edusp, 2004.
- 3 Bardin L. Análise de conteúdo. Lisboa: Edições 70, 2009.
- 4 Carvalho Filho ET, Papaleo Netto M. Geriatria: fundamentos, clínica, terapêutica. 2. ed. São Paulo: Atheneu, 2005.
- 5 Silveira TM. Convívio de Gerações: ampliando possibilidades. Textos Envelhecimento. Rio de Janeiro 4(8).2002. [Acesso 21 jun 2012] Disponível em: [www.unati.uerj.br/scielo](http://www.unati.uerj.br/scielo)
- 6 Campos, T. Envelhecimento , representações sociais ,saúde e cidadania: perspectivas de gênero .Florianópolis 2006 . [Acesso em 21 jun 2012] Disponível em [HTTP://www.fazendogenero7.ufsc.br/artigos](http://www.fazendogenero7.ufsc.br/artigos).