



## ENVELHECIMENTO NA ATUALIDADE: TECENDO ALGUMAS REFLEXÕES

Autora: Stéphanie Figueiredo de Sousa;

Faculdades Integradas de Patos – FIP. E-mail: [stephanefigueiredo@yahoo.com.br](mailto:stephanefigueiredo@yahoo.com.br);

### INTRODUÇÃO:

A crescente visibilidade de pessoas idosas mais ativas e saudáveis tem modificado a percepção do envelhecimento na atualidade. O interesse pelo estudo do envelhecimento deu-se em virtude da mudança do perfil da população idosa trazendo a necessidade de pensar políticas públicas que acolham suas demandas e olhem para além das imagens distorcidas da idade passando a encarar a sua realidade verdadeira e multifacetada (Papalia, 2013). Estudar o envelhecimento de uma forma contextualizada possibilita atentar para as diversas nuances que atravessam o processo e não somente reduzi-lo a uma fase de perdas físicas e biológicas (Araújo & Carvalho, 2005; Argimon, Timm, Rigoni, Oliveira, 2005; Fonseca, Paúl, 2008). Para Araújo e Carvalho (2005) questões relativas à senilidade ganharam destaque nas pesquisas científicas em meados da década de 1920, atentando basicamente as mudanças biológicas e as perdas orgânicas características desta fase do desenvolvimento.

Durante muito tempo, estereótipos inconscientes sobre o envelhecimento foram internalizados na juventude e reforçados durante décadas por atitudes da sociedade, afetando a percepção que os idosos tinham de si, seus comportamentos e refletindo na percepção destes acerca desta fase da vida. Como indica Debert (1988), a transformação do envelhecimento em problema social retrata diversas dimensões: o desgaste fisiológico, o prolongamento da vida, o desequilíbrio demográfico e o custo financeiro das políticas sociais.

As pesquisas realizadas nas últimas décadas evidenciam o crescimento da população acima de 60 anos, principalmente em países desenvolvidos e estima-se que até 2050 haverá dois bilhões de pessoas idosas, sendo que 80% delas vivendo em países ricos (WHO, 2002).

A expectativa de vida da população vem aumentando consideravelmente em países em desenvolvimento, como o Brasil. Espera-se que até 2025, o Brasil seja o sexto país com maior número de idosos no mundo (WHO, 2002). A partir desta constatação, a “revolução da longevidade”, termo atualmente utilizado pelos meios de comunicação, sugerem a relevância de políticas sólidas e ações urgentes com o objetivo de refletir acerca do impacto desse fenômeno na saúde, na qualidade de vida e na economia mundial (França & Murta, 2014).

O presente estudo propõe-se a tecer algumas considerações acerca do processo do envelhecimento no contexto atual, considerando os aspectos históricos sobre a saúde

mental da pessoa idosa com um olhar sobre a necessidade de intensificarem-se políticas públicas voltadas para o processo do envelhecimento que deve ser encarado e vivido de maneira autônoma com garantia de direitos, segurança, dignidade, bem-estar e saúde.

## **METODOLOGIA:**

Foi realizado um estudo do tipo exploratório, por meio de uma pesquisa bibliográfica, que segundo Minayo (1992, p.52), “essa forma de investigar, além de ser indispensável para a pesquisa básica, nos permite articular conceitos e sistematizar a produção de uma determinada área de conhecimento”. Assim sendo, a proposta de Minayo (1992) foi utilizada nas seguintes etapas: 1ª Etapa – Fontes; A seguir estão descritas as fontes que forneceram as respostas adequadas à solução do problema proposto: a) foram utilizados 5 livros, divididos em psicologia em gerontologia, livros clínicos em psicologia e outros livros técnicos relacionados a temática. b) Artigos científicos sobre a temática foram acessados nas bases de dados Scielo, LILACS, MEDLINE, publicados nos últimos 5 anos (2010 a 2015). Foram utilizados 3 artigos nacional e 3 internacionais, disponíveis online em texto completo. Os seguintes descritores foram aplicados: aspectos sócio históricos e psicológicos da velhice, instrumentos de avaliação de memória em idosos, antropologia e o estudo dos grupos e das categorias de idade, saúde e qualidade de vida ao envelhecer, prevenção e promoção da saúde mental no envelhecimento: conceitos e intervenções, desenvolvimento humano, o envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais, um estudo sobre ações do estado brasileiro direcionadas ao idoso e a contribuição do IFRN alusiva a essa temática. Em inglês: mind matters: cognitive and physical effects of aging self – stereotypes, effectiveness of live review for older adults: design of a randomized controlled trial, Active ageing: a policy framework. Para a seleção das fontes, foram consideradas como critério de inclusão as bibliografias que abordassem o envelhecimento saudável, políticas públicas, comportamentos e percepções na terceira idade, prevenção e promoção da saúde mental na terceira idade e conseqüentemente a temática, e foram descartadas aquelas que não atenderam a temática. A coleta de dados seguiu a seguinte premissa: Leitura Exploratória de todo o material selecionado (leitura rápida que objetiva verificar se a obra consultada é de interesse para o trabalho); Leitura Seletiva (leitura aprofundada das partes que realmente interessam); Registro das informações extraídas das fontes em instrumento específico (autores, ano, método, resultados e conclusões). A análise e interpretação dos resultados foi realizada uma leitura analítica com finalidade de ordenar sumarizar as informações contidas nas fontes, de forma que estas possibilitassem a obtenção de respostas ao problema da pesquisa. Quanto a discussão dos resultados, foram analisados e discutidos a partir do referencial teórico relativo à temática do estudo.

## **RESULTADOS E DISCUSSÕES:**

Os resultados do presente trabalho apontam para um levantamento de interesse crescente pela área de envelhecimento nos últimos anos e a sua consolidação como campo de pesquisa. O envelhecimento é um processo complexo e multifatorial. A idade

em si não determina o envelhecimento, ela é apenas um dos elementos presentes no processo do desenvolvimento, servindo como referência de passagem de tempo. A partir das mudanças do status do envelhecimento, surge a necessidade de criarem-se políticas públicas que estabeleçam direções e medidas prioritárias para promover uma velhice saudável. Tais ações visam educar e conscientizar a população para o alcance de uma velhice com saúde física e mental bem como o fortalecimento de uma rede de cuidados e apoio aos idosos com o envolvimento da família, voluntários e comunidade (LEANDRO-FRANCA, GIARDINI e MURTA, 2014). A partir de um plano ação, busca-se a realização de pesquisas, baseadas em evidências sobre questões relacionadas à idade como instrumento útil para a formulação de políticas relativas ao envelhecimento. As discussões propostas pelo Plano Internacional de Ação sobre o Envelhecimento (PIAE) recomendaram medidas relevantes para a modificação da concepção do envelhecimento, tais como: a) reconhecimento da transformação demográfica mundial, b) celebração do aumento da expectativa de vida como grande conquista da humanidade, c) comprometimento das autoridades governamentais em eliminar a discriminação por motivos de idade, d) reconhecer o indivíduo, à medida que envelhece, deve usufruir de uma vida com saúde, segurança e participar de forma ativa na vida econômica, social, cultural e política da sociedade, e) reconhecer a dignidade da pessoa idosa e combater as formas de abandono, abuso e violência (SCHNEIDER & IRIGARAY, 2008). No que diz respeito à saúde mental do idoso, a aquisição de um envelhecimento ativo encontra desafios, principalmente riscos como por exemplo, o sofrimento psíquico causado pela depressão. Com o crescente aumento nos índices de envelhecimento e as vulnerabilidades decorrentes dessa época da vida, os idosos são caracterizados como grupo etário de risco acentuado para depressão (Pot, Melenhorts, Onrust & Bohlmejer, 2008). A partir desta revisão, constatou-se que a visão do envelhecimento como sinônimo de doença e perdas está se modificando para a concepção de que esta fase do ciclo vital é um momento apropriado para novas conquistas e para a continuidade do desenvolvimento e produção social, cognitiva e cultural. As experiências e os saberes acumulados ao longo da vida, devem ser vistos como ganhos que podem ser otimizados e utilizados em prol do indivíduo e da sociedade.

## **CONSIDERAÇÕES FINAIS**

A partir das considerações apresentadas no decorrer desta revisão literária, percebe-se que o envelhecimento é um fenômeno mundial que vem ganhando destaque em todos os meios de comunicação. Contudo, ao mesmo tempo que a longevidade é discutida e enfatizada pela ciência, identificamos a escassez de estudos voltados para a saúde do idoso quando comparados aos estudos na área infanto-juvenil. Essa falta de atenção a população idosa pode estar relacionada à questão de preconceito de idade fruto de uma posição capitalista da sociedade que reforçou, durante muito tempo, atitudes discriminatórias e de exclusão da população idosa, privilegiando ao mais jovens em razão de seu potencial produtivo e de vida útil (Xavier, 2012). Com isso, ser velho assume associações negativas, as quais a sociedade e os próprios idosos não querem se identificar e acabam de certa maneira negando esta etapa do ciclo vital. Da mesma

maneira entende-se que não existe apenas uma maneira de envelhecer e que muitas pessoas conseguem chegar à velhice com qualidade. Contudo, mesmo que o envelhecimento esteja presente em nossas escolhas e hábitos de vida diários, não se pode fugir das alterações biopsicossociais inerentes ao processo e que deveriam ser melhor trabalhadas desde cedo nas escolas e nas famílias e incentivadas por políticas públicas para que a sociedade esteja preparada para envelhecer. Dessa maneira, talvez as pessoas não tivessem tanto medo de se aproximar ou pensar na sua velhice imersa num ciclo de dependência, abandono e institucionalização, pois entenderiam que o futuro seria resultado do presente e que depende de nós semear um futuro de dignidade e respeito aos idosos mesmo que estejam dependentes de cuidados e institucionalizados.

#### REFERÊNCIA BIBLIOGRÁFICAS:

Araújo, L.F. ; Carvalho, V. A. M. de L. (2005). Aspectos Sócio-Históricos e Psicológicos da Velhice. *Revista de Humanidades*, v.6, n. 13.

Argimon, I. I. de L., Timm, L. de A., Rigoni, M. dos S. ; Oliveira, M. da S.( 2005). Instrumentos de avaliação de memória em idosos. Uma revisão. *Revista Brasileira de Ciências do Envelhecimento Humano*, 28-35.

Debert, G. (1988). A antropologia e o estudo dos grupos e das categorias de idade. In M. M. Lins de Barros. *Velhice ou terceira idade? Estudos antropológicos sobre identidade, memória e política*. Rio de Janeiro: Editora Fundação Getúlio Vargas.

Fonseca, A. M.; Paúl, C.( 2008). Saúde e qualidade de vida ao envelhecer. Perdas, ganhos e um paradoxo. *Geriatrics & Gerontology*, 2(1), 32-37

Leandro-franca, Cristineide , Giardini Murta, Sheila.( 2014). Prevenção e promoção da saúde mental no envelhecimento: conceitos e intervenções. *Psicol. cienc. prof.* [online], vol.34, n.2, pp. 318-329. ISSN 1414-9893. <http://dx.doi.org/10.1590/1982-3703001152013>.

Levy, B.R. (2003). Mind matters: cognitive and physical effects of aging self-stereotypes. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*, 58B, p.203 -2011.



Minayo, M. C. S. O desafio do conhecimento: pesquisa qualitativa em saúde. São Paulo: Hucitec/ABRASCO, 1992.

Papalia, Diane E. Desenvolvimento humano. 12 ed. Porto Alegre: AMGH, 2013.

Pot, A., Melenhorst, A.S., Onrust, S. & Bohlmeijer, E. (2008). (Cost) effectiveness of live review for older adults: design of a randomized controlled trial. *Bio Med Central Public Health*, 8, 1-8. doi: 10.1186/1471-2458-8-211. [ [Links](#) ]

Schneider, Rodolfo Herberto; Irigaray, T. Q. O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais. *Estud. psicol. (Campinas)* [online]. 2008, vol.25, n.4, pp. 585-593. ISSN 1982-0275. <http://dx.doi.org/10.1590/S0103-166X2008000400013>.

World Health Organization (WHO), (2002). Active ageing: a policy framework. Madri: World Health Organization.

Xavier, B.F. (2012). Um estudo sobre ações do estado brasileiro direcionadas ao idoso e a contribuição do IFRN alusiva a essa temática. *Holos*, 2, 275-283. doi: <http://dx.doi.org/10.15628/holos.2012.686>