

## ENVELHECIMENTO HUMANO: DUALIDADE DE SENTIMENTOS ATRAVÉS DA PERCEPÇÃO DO PRÓPRIO ENVELHECER.

Israel Barbosa Neto <sup>1</sup>  
Elihab Pereira Gomes <sup>2</sup>

### RESUMO

O envelhecimento humano tem ocupado um espaço de discussão muito inquietante na sociedade contemporânea na medida que nos convoca a pensar sobre o processo de envelhecimento e de como a sociedade e os idosos tem vivenciado essa fase assimilando-a aos sentimentos de felicidade ou infelicidade. Partindo da literatura onde o envelhecimento é um processo contínuo, multidirecional e dimensional, este trabalho seguiu o modelo de revisão integrativa sistemática, constatando que o envelhecer pode apresentar concepções de felicidade e infelicidade, perdas e ganhos; pessoais, familiares e comunitários influenciados a partir do contexto no qual este idoso é inserido, bem como da cultura da infelicidade que é atribuída ao envelhecer, sendo esta disseminada no corpo social e absorvida, muitas vezes, pelo próprio idoso.

**Palavras-chave:** Envelhecimento, percepção, sentimentos, felicidade e infelicidade.

### INTRODUÇÃO

O envelhecimento da população mundial é um fenômeno assistido e vivenciado por muitas instituições e famílias em diversas partes do mundo. Nesse contexto, os idosos representam cerca de 12% da população mundial (SCORTEGAGNA, HELENICE DE MOURA; PICHLER, NADIR ANTONIO; FÁCCIO, 2018) e o Brasil tem um quantitativo de aproximadamente 30,2 milhões de idosos, segundo a Pesquisa por Amostra de Domicílios Contínuas em 2017 e divulgada pelo IBGE<sup>3</sup> em 2018, com projeções para aumentos dessa porcentagem cada vez maiores. (IBGE, 2018). Enquanto o Brasil em 2002 tinha 14,1 milhões de pessoas acima de 60 anos a China tinha 134,2 milhões e em 2025 a projeção é de que esse quantitativo duplique em ambos os países. (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2005)

Assim, esta pesquisa é baseada na premissa de que o envelhecimento humano tem sido cada vez mais estudado e uma realidade contemporânea, mas que seus efeitos podem evidenciar veracidades na qual a sociedade moderna não estar preparada para vivenciá-las. Assim, este artigo tem por objetivo analisar como os idosos tem percebido seu processo de envelhecimento e a relação deste com a felicidade e a infelicidade apreendidas. Originado através de um processo sistemático e diretivo, as discussões apresentadas aqui partem de

<sup>1</sup> Graduando do Curso de Psicologia da Universidade Potiguar – UNP, [barbosarael308@gmail.com](mailto:barbosarael308@gmail.com);

<sup>2</sup> Especialista em Neuropsicologia pela Faculdade Católica do Rio Grande do Norte- FCRN, [elihahpsi@gmail.com](mailto:elihahpsi@gmail.com)

<sup>3</sup> Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística.

estudos nacionais e internacionais, trazendo as realidades de contextos diversos e mostrando o quanto o envelhecer é particular e multifatorial, evidenciando o papel da família e das redes de apoios, bem como do autocuidado. Sendo que estes fatores podem contribuir tanto de forma positiva como negativa para o envelhecimento. Constatando que, essa fase é caracterizada de um modo muito subjetivo, além de ser salientada como um momento de perdas e ganhos.

O envelhecimento ativo tem sido uma das formas de vivenciar essa fase da vida, sendo designado como um processo de otimização que objetiva melhorar o processo de envelhecimento com qualidade e bem-estar, de modo que os idosos participem da sociedade e que sejam inseridos nos contextos sociais de forma enfática. (WORLD HEALTH ORGANIZATION, 2005).

Os ciclos do desenvolvimento humano são bem demarcados e deixam em cada sujeito uma experiência única e particular. Essa unicidade pode ser elaborada com a ajuda de atores sociais como a família ou a comunidade que podem contribuir positiva ou negativamente para a compreensão do modo de viver e se relacionar com o mundo e com o outro. Existindo assim, variadas formas de ser velho e contextos que diretamente os determinam. Existindo variadas formas de ser velho e contextos que diretamente os determinam. ( GUERRA; CALDAS, 2010)

Assim, cada vez mais estudos são voltados nesse viés de investigação sobre como os idosos tem vivenciado ou projetam o envelhecimento. Aspectos como a religião (SCORTEGAGNA, HELENICE DE MOURA; PICHLER, NADIR ANTONIO; FÁCCIO, 2018), as redes de apoio, as situações socioeconômicas, o envelhecimento ativo, o bem-estar subjetivo (STEPTOE, 2019), solidão, desgaste, proximidade da morte e infelicidade (PÉNTEK et al., 2019) podem ser alguns dos mecanismos ou sentimentos que são sentidos e/ou vivenciados pela população idosa que podem ou não estar conectados com os atores sociais.

Nessa perspectiva, para Ferreira et al., (2010), o envelhecimento é um conjunto de mudanças de ordem fisiológicas, psicológicas e morfológicas, dinâmico e progressivo que tem se caracterizado pela perda de adaptação ao meio com uma visão negativista onde a visão favorável desse processo está relacionada com o envelhecimento ativo. Além disso, as percepções dos idosos sobre o processo de envelhecimento podem ser muitas; podendo estar ligadas a concepções de perdas e ganhos individuais, familiares, comunitários e sociais, que podem influenciar diretamente na compreensão do envelhecimento e assim, assimilá-lo como um fase de negligência, onde o próprio idoso incorpora e assume, muitas vezes, um papel de incompetência e inutilidade que a sociedade tem compartilhado para o envelhecimento humano, enterrando na sua grande maioria as suas dimensões do idoso.

As percepções dos idosos sobre o próprio processo de envelhecimento, de acordo com Dátilo e Marin (2015), são compreendidas por perdas e ganhos e por aspectos negativos e positivos que sofrem influências do contexto social; uma vez que tanto a sociedade como os idosos, muitas vezes, atribuem à velhice como um evento negativo, fazendo com que esse grupo permaneça numa dualidade no modo de ser no mundo: viver mais livremente de acordo com suas vontades ou com insegurança em decorrência da finitude e das vulnerabilidades às doenças que podem ocorrer nesta fase.

Segundo (MARI et al., 2016) o processo de envelhecimento e saúde envolve aspectos subjetivos e de autopercepção, onde cada sujeito tem uma história particular e intrínseca com seu envelhecimento, apresentando compreensões distintas do seu envelhecer. Apontando ainda a importância do autocuidado, uma vez que este se apresenta como uma ferramenta que contribui para a qualidade de vida do idoso e influencia diretamente na relação envelhecimento e saúde e logo bem-estar.

## **METODOLOGIA**

As buscas se concentraram nos resumos dos periódicos encontrados nas bases de dados SciELO (Scientific Electronic Library Online) e PubMed (U.S. National Library of Medicine), que permitem o acesso a materiais científicos como os utilizados nessa revisão. As pesquisas iniciaram na base de dados SciELO, onde foi utilizado os descritores “Envelhecimento e felicidade” como critério de busca. Do primeiro resultado, 21 artigos foram encontrados. Em seguida, utilizando o método de seleção “idioma” o quantitativo permaneceu em 21. No método de seleção “ano de publicação” foram escolhidas publicações entre 2016 a 2019, resultando em 10 artigos. Como último critério, foi usado “Área Temática” “geriatria e gerontologia”, esta opção só foi utilizada na primeira base, uma vez que, a segunda não oferecia essa busca, tendo como resultado final 3 artigos. Todos os três artigos foram lidos e enquadraram-se dentro dos objetivos, apresentando temas relevantes com grandes contribuições para a pesquisa.

Na segunda etapa de buscas, na base de dados PubMed, foram usados os mesmos descritores, sendo esses na língua inglesa: aging and happiness. No primeiro resultado foram encontrados 863 artigos. Quando adicionado o critério “texto completo gratuito” em “língua inglesa e portuguesa”, o quantitativo atenuou para 278 e 272, respectivamente. Já para o critério “ano de publicação”, foram escolhidos artigos publicados entre os anos de 2015 a 2020, tendo uma amostra de resultados de 144 trabalhos. Finalmente, usando o último critério de seleção,

“humanos”, restaram 82 artigos dentro dos critérios de busca. Destaca-se que, esse último critério não fez parte dos filtros de seleção na primeira base de dados. Realizada a leitura dos títulos e dos resumos do último resultado, 78 foram excluídos por não contemplarem os assuntos buscados e 04 (quatro) chegaram ao resultado final das investigações.

## RESULTADOS

**Tabela 1.0 referente aos trabalhos pesquisados e suas principais informações:**

Autores E Base De Dados	Tipo De Estudo	Objetivos Do Trabalho	Principais Achados	Conclusões
SCORTE GAGNA, Helenice; PICHLE R, Nadir; FÁCCIO, Lúcia. (SciELO)	Pesquisa qualitativa, exploratória e descritiva.	Conhecer o significado atribuído à vivência da espiritualidade diante das situações da vida pelos idosos residentes em instituição de longa permanência para idosos (ILPI).	Quantitativo significativo de idosos que vivem em ILPI's no Brasil. Tendo a espiritualidade como suporte essencial e protetor para o enfrentamento dos impactos negativos do cotidiano. Além de similitude para os idosos entre espiritualidade e religiosidade.	Percebeu-se que a espiritualidade tem se apresentado como um fator importante para o enfrentamento das dificuldades da vida dos idosos que vivem em instituições de longa permanência. Facilitando as aceitações impostas pela realidade vivenciada.
MANTO VANI, Efigênia; LUCCA, Sérgio; NERI, Anita. (SciELO)	Investigação a partir de um estudo multicêntrico.	Investigar os significados atribuídos por idosos para os conceitos de velhice saudável e ser feliz na velhice, bem como, as associações e significados sobre satisfação global referenciada a domínios.	A felicidade varia conforme várias condições e não há relações entre idade e bem-estar. Entretanto, mulheres idosas, comparadas aos homens idosos, tendem a ter menor satisfação com a vida devido ao fato de vivenciarem mais sintomas e doenças.	Os resultados das formulações de idosos residentes em duas cidades brasileiras expressaram índices harmoniosos entre os significados investigados. Além de evidenciar que vivenciar a velhice feliz estar para além de ter saúde; envolve bem-estar psicológico e relações interpessoais fortes e presentes. Sendo assim, um processo consequente de múltiplos fatores de ordem pessoal, cognitivo, felicidade, social, da autonomia e do estilo de vida.

<p>TAVARES, Renata <i>et al.</i> (SciELO)</p>	<p>Estudo descritivo do tipo revisão integrativa.</p>	<p>Identificar a perspectiva de idosos sobre o envelhecimento saudável em produções científicas.</p>	<p>No estudo, os idosos identificam o envelhecimento saudável a partir de diferentes perspectivas. Pontuam também, os fatores econômicos e sociais sendo capazes de expandir e restringir as oportunidades gerando comportamentos distintos nas populações. Além disso, o trabalho faz referência ao conceito flutuante de felicidade que pode variar entre os países.</p>	<p>Notou-se que as dimensões sociais, psicológicas, espirituais e biológicas são evidenciadas no estudo como partes integrantes do envelhecimento saudável. Dentro das dimensões, foram destacados o otimismo, a fé, espiritualidade, hábitos saudáveis e relacionar-se socialmente como formas de garantir e vivenciar o envelhecimento feliz e seguro. Percebeu-se ainda, o trabalho voluntário como um forte influenciador para a saúde do idoso, proporcionando a sensação de participação e pertencimento, ampliando os sentimentos de alegria, autoestima e confiança.</p>
<p>PÉNTEK, Márta <i>et al.</i> (PubMed)</p>	<p>Pesquisa online transversal.</p>	<p>Investigar as expectativas subjetivas dos indivíduos em relação à saúde e felicidade, juntamente com as disposições sobre as circunstâncias da vida para idades mais avançadas.</p>	<p>A população investigada apresentou uma subestimação ao futuro com uma tendência decrescente de felicidade na faixa etária dos 65 anos ou mais. Apresentando ainda uma diminuição nas dimensões “sentir-se alegre e bom humor e sentir-se ativo e vigoroso”.</p>	<p>Pode-se concluir que ocorre a falta de apreço pelo futuro/envelhecimento, uma vez que, os índices de saúde caem continuamente com o aumento da idade, sofrendo ainda uma deterioração nas perspectivas de felicidade e bem-estar mental. Os índices de felicidade acompanham a diminuição da saúde, mas aparece com menor queda em comparação com outras dimensões. Ainda, a superestimação das limitações futuras sugerem uma lacuna entre a expectativa de vida saudável.</p>

STEPTO E, Andrew. (PubMed)	Não informado.	Não informado.	A felicidade como preditora de sobrevivência entre os idosos e como protetora para morbimortalidade. A diminuição da sensação de felicidade, assim como em outros achados, com a idade mais avançada. O bem-estar como um processo bidirecional marcado por eventos negativos e de bem-estar subjetivo.	Verificou-se a importância dos fatores sociais como produtor de bem-estar e inibidor de doenças crônicas, independente de fatores sociais. Foi encontrado também três abordagens para capturar bem-estar subjetivo que são divididos em: bem-estar afetivo ou hedônico, eudaimônico e avaliativo que podem se diferenciar por sua complexidade e níveis de satisfação.
ODLUM, Michelle <i>et al</i> (PubMed)	Estudo transversal.	Compreender os fatores específicos de gênero que contribuem exclusivamente para o envelhecimento bem-sucedido em uma população nos EUA, com faixa etária entre 57 e 85 anos.	O bem estar-subjetivo é afetado por relacionamentos familiares e sociais podendo ter impactos positivos e negativos entre os dois gêneros. A qualidade de vida relacionada à saúde diminui na medida que a idade avança principalmente nas mulheres.	Para ambos os gêneros, a percepção favorável da saúde física e mental, são preditores de felicidade. Entretanto, a depressão, nesse estudo, apresentou-se como um fator de maior preocupação e qualidade de vida nos homens. A educação e a raça não contribuem significativamente para a felicidade, o que de fato passa a contribuir, mas de forma negativa é a redução da vida intergeracional e uma maior expansão geográfica, aumentando os relatos de solidão entre as populações idosas, tendo assim o apoio social como preditor de felicidade para os dois gêneros. A qualidade de vida relacionada à saúde (QVRS) sofrem interações

				biopsicossociais que contribuem de modo diferentes para idosos e idosas.
LAWRENCE, Elizabeth ; ROGERS, Richard; WADSWORTH, Tim. (PubMed)	Não informado;	Examinar a relação entre felicidade e longevidade numa amostra nacionalmente representativa de adultos.	Maior risco de mortes em pessoas que não são felizes comparadas a pessoas felizes e mais felizes. A felicidade como independente de outros fatores.	O estudo mostrou que ainda não se sabe da relação entre felicidade e recursos socioeconômicos, no entanto, em grupos desfavorecidos constatou-se uma pequena proporção de pessoas pouco felizes, o que de fato foi mostrado nos outros estudos, todavia, pode-se concluir que pessoas mais felizes têm redes sociais de apoio mais fortes, tendo ainda o índice de mortalidade menor.

## DISCUSSÃO

O envelhecimento tem sido um tema que já vem sendo estudado há bastante tempo; não em decorrência simplesmente de algum fator negativo; como as doenças crônicas e debilitantes, por exemplo, mas sim, em detrimento da expectativa de vida dos idosos e logo das transformações sociais que esse evento traz.

Sobre a compreensão do processo de envelhecimento e felicidade, (TAVARES et al., 2016) trazem em seu estudo uma perspectiva de envelhecimento saudável como aquele no qual o indivíduo possui a capacidade funcional, ou seja, que permite o bem-estar na idade avançada, e assim proporcionando a pessoa idosa sentimentos de felicidade e satisfação com a vida e com o seu corpo. Entretanto, fatores como o ambiente econômico e social podem restringir ou expandir as oportunidades, gerando distintas compreensões sobre o envelhecimento, influenciando na relação envelhecer/felicidade de cada idoso. Além disso, Odlum *et al.*, (2018), em um estudo nos Estados Unidos, com 3.377 participantes entre homens e mulheres, com idades entre 57-85 anos, aponta que a redução da vida intergeracional e uma maior expansão geográfica aumentaram o relato de solidão nas populações idosas o que refletiu na QVRS<sup>4</sup>, e na percepção e sentimento de felicidade vivenciada do idoso.

<sup>4</sup> Qualidade de vida relacionada à saúde (QVRS), explorando o bem-estar subjetivo na população estudada.

Ainda sobre a compreensão de envelhecimento saudável, Tavares *et al.*, (2016) destaca as dimensões sociais, psicológicas, espirituais e biológicas como partes integrantes e essenciais para um processo de envelhecer com felicidade e bem-estar. Ressalta-se que esses conceitos não apresentaram diferenciações quanto a seu significado. Podendo perceber ainda, o trabalho voluntário como um fator influenciador para a saúde, proporcionando a sensação de participação e pertencimento a sua rede de apoio e a comunidade, ampliando os sentimentos de alegria, autoestima e confiança.

Muito embora seja uma discussão ainda pouco popularizada; a respeito dos efeitos e o que ela tem gerado ou pode gerar nos idosos, mas que aos poucos vem ganhando mais espaço, principalmente quando é pensado sobre a expectativa da longevidade contrapondo-se à ideologia realimentada da velhice infeliz e as aceleradas transformações sociais, a inserção dos idosos nas ILPIs<sup>5</sup> tem sido cada vez mais frequente no Brasil, tendo como responsáveis por essa acelerada busca as transformações dos arranjos familiares, em constante mudanças, e a realidade contemporânea demográfica da população brasileira. (SCORTEGAGNA; PICHLER; FÁCCIO, 2018). Essa mudança: da casa que o idoso sempre viveu e construiu suas memórias para uma ILPI, pode desencadear sentimentos distintos nos residentes; tanto de pertencimento e segurança como abandono, solidão, tristeza, ansiedade, depressão e suicídio, uma vez que, no Brasil, uma alta taxa de suicídio entre idosos com mais de 70 anos foi registrada; de 5,5 por 100 mil habitantes, que era a média nacional, para 8,9 nos últimos seis anos. (BRASIL, 2017). Isso não significa que seja uma obrigatoriedade onde a mudança gere uma fatalidade, mas que se deve cada vez mais pensar sobre a autonomia dos idosos e respeitar suas singularidades, garantindo assim menos impacto na saúde e proporcionando uma aceitação mais convicta do processo de envelhecer.

No mesmo estudo de Scortegagna; Pichler; Fácio (2018) realizado no Brasil, com idosos residentes em ILPI, constatou-se, quando investigado a percepção de felicidade, a importância da espiritualidade e da religião para o enfrentamento das situações adversas da vida, atuando com efeito protetor para o impacto negativo do cotidiano e ainda uma estratégia para o alcance do bem-estar, tendo os conceitos de espiritualidade e religião como indiferentes, não havendo problemas concretos sobre os seus significados; se são diferentes ou não, o que importava de fato, era a transcendência em algo superior e a sensação de conforto e bem-estar empedadas pela fé diante das situações impostas pela realidade vivenciada. Assim, o suporte da religião para os idosos, tem apresentado um significado essencial, tanto para o enfrentamento

---

<sup>5</sup> Instituição de Longa Permanência para Idosos.



das perdas, sejam essas simbólicas ou físicas, como para um alcance de sentir-se feliz no envelhecimento.

O estudo de Mantovani, E.; Lucca, S.; Neri, A. (2015), realizado no Brasil, faz a análise das respostas dos idosos de duas cidades brasileiras; Campinas/SP e Belém/PA, pontuando a relação da velhice com alguns aspectos da vida e o quanto esses aspectos contribuíam para a felicidade percebida de cada participante. Os significados investigados apresentaram respostas horizontais, sem diferenças significativas. Entretanto, as mulheres idosas quando comparadas aos homens idosos, apresentam maior preocupação e infelicidade, uma vez que estão mais propensas a vivenciarem e sentiram um número maior de sintomas e doenças. Esse fato pode estar associado a um tema que já têm algumas discussões, mas que infelizmente ainda percorre como um tabu nas sociedades; a estigmatização e o preconceito do cuidado com a saúde do homem, o que perdura também, muitas vezes, no homem idoso. Fazendo com que esse não procure os cuidados pertinentes à sua saúde ou só o faça em estado avançado da doença. Percebeu-se ainda, no homem idoso, a depressão como um dos fatores que podem influenciar negativamente na qualidade de vida. Já na mulher idosa um dos fatores negativos foi a autoimagem.

Além disso, constatou-se que, envelhecer de forma saudável e feliz, estar para além de ter saúde, varia conforme outras condições corroborando com outros estudos. Condições do tipo bem-estar psicológico, relações interpessoais, saúde e funcionalidade foram significativamente encontradas e apresentaram dados semelhantes nos discursos dos idosos. Mostrando ainda que não há relação entre idade e bem-estar, e sim, fatores que podem contribuir ou não para esse sentimento. (MANTOVANI; LUCCA; NERI, 2015). Sendo assim, é possível compreender que, a felicidade dentro da perspectiva do idoso, estar diretamente interconectada a um processo de múltiplos fatores, sendo estes de ordem pessoal, cognitivo, social; como o apoio e a harmonia das relações familiares e sociais, bem como, da autonomia e do estilo de vida adotado.

Já a pesquisa realizada por Péntek et al. (2019) com um representativo da população Húngara para investigar a perspectiva subjetiva em relação à saúde e a felicidade, com a idade média de 50, 9%, foi percebido que, na medida que a idade avançava as percepções de bem-estar mental, saúde e felicidade sofriam uma deterioração, impactando diretamente no humor e no modo de sentir-se ativo. Essa tendência decrescente de felicidade foi mais citada ao chegar na faixa etária dos 65 anos ou mais. Importante citar que muitos processos de aposentadoria são iniciados justamente nessa idade, e com ela muitos idosos saem de suas lotações laborais e

iniciam novas atividades. Com isso, lutos em relação a perda são vivenciados como: ausência de “status”, da identidade pessoal e profissional, das relações familiares e com a sociedade, uma vez que esta última e o próprio idoso atribuem a essa fase um significado de improdutividade. (BARBOSA, T. M.; TRAESEL, E. S., 2013).

De fato, não se sabe até que ponto os recursos socioeconômicos tem relação com a felicidade do idoso. Todavia, Laurence; Rogers; Wadsworth (2015) trazem em seu estudo, realizado nos Estados Unidos, com uma amostra nacionalmente de adultos, que grupos desfavorecidos apresentam uma menor proporção de felicidade quando comparadas a grupos mais favorecidos. Além disso, o mesmo estudo concluiu que pessoas mais felizes têm as redes de apoio mais fortes e esse fator contribui diretamente para a diminuição dos índices de mortalidade entre a população idosa. Atuando ainda como fator protetor para a morbimortalidade e inibidor de doenças graves e o declínio cognitivo, aumentando o bem-estar e a felicidade percebida. (STEPTOE, 2019).

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Dessa forma, o envelhecimento humano tem gerado importantes questionamentos a respeito do modo como os idosos tem percebido e vivenciado seu envelhecer. Os atores sociais, destaco aqui a família e comunidade, tem sido uma das grandes redes que podem impulsionar esse processo de forma positiva como negativamente na formulação do envelhecer bem elaborado. Não sabendo assim, até que ponto os recursos socioeconômicos podem afetar ou influenciar o envelhecimento, contudo idosos que vivenciam esse processo ao lado de suas redes de apoio, nas quais há vínculo e cuidado, sabe-se que estes são mais felizes e vivem de forma mais saudável.

Ainda, as concepções de perdas e ganhos estão atreladas ao mesmo processo, tendo também a participação dos atores sociais, mas nestas concepções o autocuidado surge como um dos fatores que podem contribuir positivamente e de forma mais diretiva na compreensão, no modo de viver e nas práticas voltadas a si e ao outro. Sendo a religião como uma das práticas mais usadas para as situações impostas pelo envelhecimento; tido como instrumento de transcendência e fé, bem como aceitação da velhice.

Destacando ainda o envelhecimento ativo como uma forma de vivenciar esse novo modo de ser e de estar, sinônimo de vida plena e com qualidade, correspondendo ao equilíbrio de seu fazer e o buscar de sua integralidade como um ser humano bio-psicossocial e que está inserido em um contexto social. Pensando esse idoso como um sujeito que ainda é capaz de

desenvolver as suas habilidades desde que haja ambientes e assistência adequadas ao seu desenvolver.

Contudo, são necessários que novos estudos com populações maiores, por exemplo, sejam alcançadas, objetivando conhecer ainda mais e com um quantitativo mais expressivo, o que os idosos percebem do seu envelhecimento. A fim de desmistificar e desconstruir, na sociedade e na população idosa que, o envelhecimento não está atrelado exclusivamente e nem tampouco necessariamente a aspectos negativos, mas sim a um processo dinâmico e subjetivo e altamente prazeroso.

## REFERÊNCIAS

BARBOSA, T. M.; TRAESEL, E. S. Pré-aposentadoria: um desafio a ser enfrentado. **Barbaroi**, Santa Cruz do Sul, n. 38, p. 215-234, jun. 2013. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S010465782013000100012&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S010465782013000100012&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em: 25 out. 2020.

DÁTILO, G. M. P. A.; MARIN, M. J. S. O envelhecimento na percepção de idosos que frequentam uma universidade aberta da terceira idade. **Estudos Interdisciplinares sobre o envelhecimento**. Porto Alegre, v. 20, n. 2, p. 597-609, 2015. Disponível em: <https://www.seer.ufrgs.br/RevEnvelhecer/article/view/48932/35460>. Acesso em: 20 ago. 2020.

FERREIRA, O. G. L. *et al.* Envelhecimento ativo na perspectiva de idosos funcionalmente independentes. **Revista da Escola de Enfermagem da USP**, [S. l.], v. 44, n. 4, pág. 1065-1069, 2010. DOI: 10.1590 / S0080-62342010000400030. Disponível em: <https://www.revistas.usp.br/reeusp/article/view/40647>. Acesso em: 25 ago. 2020.

GUERRA, A. C. L. C.; CALDAS, C. P. Dificuldades e recompensas no processo de envelhecimento: a percepção do sujeito idoso. **Ciênc. saúde coletiva**, Rio de Janeiro, v. 15, n. 6, p. 2931-2940, Sept. 2010. DOI: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232010000600031>. Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S141381232010000600031&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S141381232010000600031&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 3 out. 2020.

LAWRENCE, E. M.; ROGERS, R. G.; WADSWORTH, T. Happiness and longevity in the United States. **Social science & medicine** (1982), v. 145, p. 115–119, nov. 2015. DOI:<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0277953615301222?via%3Dihub>. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4724393/>. Acesso em: 5 out. 2020.

MANTOVANI, E. P.; LUCCA, S. R. DE; NERI, A. L. Associações entre significados de velhice e bem-estar subjetivo indicado por satisfação em idosos. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 19, n. 2, p. 203–222, 2016. DOI:<http://dx.doi.org/10.1590/1809-98232016019.150041>  
Disponível em:

[https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S180998232016000200203&lang=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180998232016000200203&lang=pt). Acesso em: 11 out. 2020.

MARI, F. R. *et al.* O envelhecimento e a saúde: o que as pessoas de meia-idade pensam sobre o tema. **Rev. bras. geriatr. gerontol.** Rio de Janeiro, v. 19, n. 1, pág. 35-44, fevereiro de 2016. DOI: <https://doi.org/10.1590/1809-9823.2016.14122> . Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S180998232016000100035&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S180998232016000100035&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 2 de out. 2020.

NÚMERO de idosos cresce em 5 anos e ultrapassa 30 milhões em 2017. **Agência IBGE notícias**, 2018. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/20980-numero-de-idosos-cresce-18-em-5-anos-e-ultrapassa-30-milhoes-em-2017>. Acesso em: 15 ago. 2020.

ODLUM, M. *et al.* Correlates and aetiological factors associated with hedonic well-being among an ageing population of US men and women: secondary data analysis of a national survey. **BMJ open**, v. 8, n. 11, p. e020962, nov. 2018. DOI: <https://bmjopen.bmj.com/content/8/11/e020962>. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6252705/>. Acesso em: 12 out. 2020.

PÉNTEK, M. *et al.* Subjective expectations regarding ageing: a cross-sectional online population survey in Hungary. **The European journal of health economics : HEPAC : health economics in prevention and care**, v. 20, n. Suppl 1, p. 17–30, jun. 2019. DOI: <https://link.springer.com/article/10.1007/s10198-019-01059-w>. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6544751/>. Acesso em: 9 out. 2020.

SCORTEGAGNA, H. M.; PICHLER, N. A.; FÁCCIO, L. F. Vivência da espiritualidade por idosos institucionalizados. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, v. 21, n. 3, p. 293–300, 2018. DOI: <http://dx.doi.org/10.1590/1981-22562018021.180011>. Disponível em: [https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-98232018000300293&lang=pt](https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232018000300293&lang=pt). Acesso em: 12 out. 2020.

STEPTOE, A. Investing in Happiness: The Gerontological Perspective. **Gerontology**, v. 65, n. 6, p. 634–639, 2019. DOI: <https://www.karger.com/Article/FullText/501124>. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6878748/>. Acesso em: 4 out. 2020.

TAVARES, R. E. *et al.* O envelhecimento saudável na perspectiva do idoso: uma revisão integrativa. **Rev. bras. geriatr. gerontol.** , Rio de Janeiro, v. 20, n. 6, pág. 878-889, dezembro de 2017. DOI: <https://doi.org/10.1590/1981-22562017020.170091> Disponível em: <[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-98232017000600878&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232017000600878&lng=en&nrm=iso)>. Acesso em: 11 de out. 2020.

TAXA de suicídio é maior em idosos com mais de 70 anos. **Ministério da Saúde**, 2017. Disponível em: <https://www.gov.br/saude/pt-br/assuntos/noticias/taxa-de-suicidio-e-maior-em-idosos-com-mais-de-70-anos>. Acesso em: 05 out. 2020.

WORLD HEALTH ORGANIZATION. **Envelhecimento ativo: uma política de saúde**. p. 62, 2005. Disponível em: [http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento\\_ativo.pdf](http://bvsmis.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf). Acesso em: 22 ago. 2020.



VII Congresso  
**Internacional de**  
**Envelhecimento Humano**

*ENVELHECIMENTO BASEADO EM EVIDÊNCIAS:  
TENDÊNCIAS E INOVAÇÕES*

ISSN 23 18-0854

Centro de Convenções Raimundo Asfora  
Campina Grande - PB  
[www.cieh.com.br](http://www.cieh.com.br)