

GERONTOPSICOMOTRICIDADE E IMAGEM CORPORAL: UM OLHAR PSICOMOTOR FRENTE AS ALTERAÇÕES RELATIVAS AO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO

EVERTON WILLIAN DE OLIVEIRA CAVALCANTI

Mestrando em Educação pelo Programa de Pós Graduação em Educação da Universidade Federal de Pernambuco – UFPE e Licenciado em Educação Física pela Universidade Federal Rural de Pernambuco – UFRPE, ewocavalcanti@gmail.com;

GÉSSICA MARIA DUARTE DE SOUZA

Especialista em Psicomotricidade Clínica e Institucional pela Faculdade ALPHA e Licenciada em Educação Física pela Universidade Federal Rural de Pernambuco – UFRPE, gessica.mds@hotmail.com;

RUAN PERES ARAÚJO SANTANA

Especializando em Docência para Educação Tecnológica e Profissional pelo Instituto Federal de Educação, Ciência e Tecnologia de Rondônia – IFRO e Bacharel em Educação Física pela Universidade Federal de Pernambuco – UFPE, ruansantana_27@hotmail.com;

PEDRO VINÍCIUS LINS OLIVEIRA LIMA

Especializando em Fisioterapia Geriátrica e Gerontológica pelo Centro Universitário Joaquim Nabuco – UNINABUCO, Bacharel em Fisioterapia pelo Centro Universitário Brasileiro – UNIBRA, plins0404@gmail.com.

RESUMO

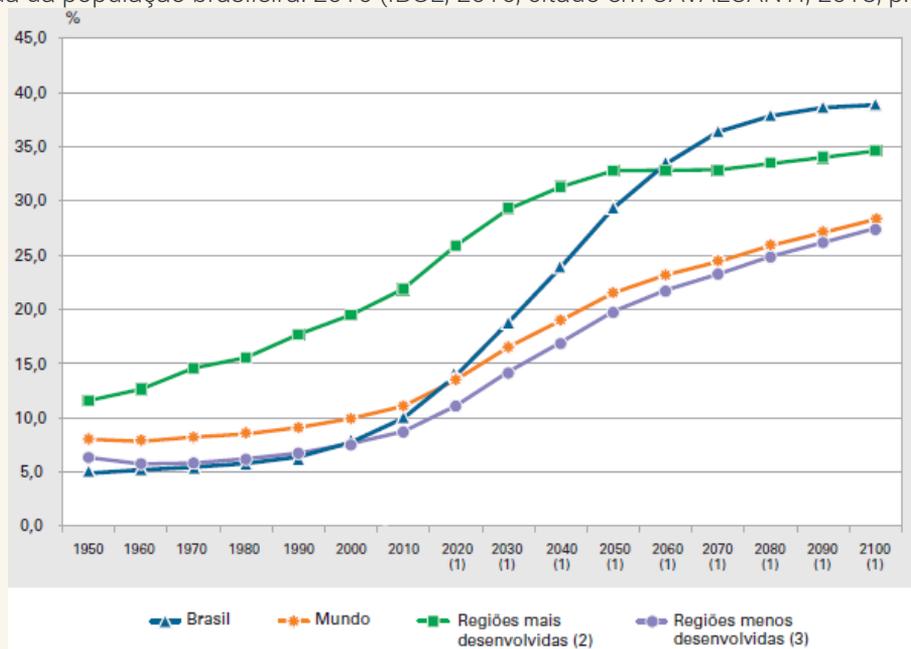
O presente artigo científico tem como objetivo analisar as possibilidades de contribuição da gerontopsicotricidade para um melhor reconhecimento da imagem corporal durante o processo de envelhecimento. Essa pesquisa se classifica como qualitativa, exploratória e bibliográfica. As vigentes alterações demográficas evidenciam uma necessidade de olhar para o público idoso a partir das mais diversas áreas de atuação, tendo em vista que o envelhecimento incide de forma ampla, complexa e randômica nos indivíduos. Um elemento psicomotor que sofre alterações em sua percepção é a imagem corporal, tendo em vista o conjunto de modificações (físicas, afetivo-emocionais, sociais, etc.) experimentadas durante o processo de envelhecimento. A gerontopsicomotricidade possibilita ao psicomotricista uma atuação progressiva, que amplia a intervenção psicomotora para além da educação psicomotora. Trazendo a luz uma abordagem de reeducação psicomotora.

Palavras-chave: Gerontopsicomotricidade; Imagem Corporal; Processo de Envelhecimento; Atuação Psicomotora; Desenvolvimento psicomotor.

INTRODUÇÃO

As recentes alterações na composição demográfica brasileira e mundial têm apontado para um aumento significativo do número de idosos (IBGE, 2016). Segundo a OMS (2005), o Brasil, em 2025, passará a ocupar a sexta posição no quantitativo de idosos a nível mundial, sendo esse um aumento expressivo, conforme apontado também na pesquisa de Cavalcanti (2018) e na figura 1 a seguir.

Figura 1. Proporção de pessoas de 60 anos ou mais de idade na população total - Mundo - 1950/2100 - Síntese de indicadores sociais: uma análise das condições de vida da população brasileira: 2016 (IBGE, 2016, citado em CAVALCANTI, 2018, p. 17).



Não apenas existem mais idosos na sociedade, mas esses idosos têm atingido idades cada vez mais avançadas, como pode ser visto inúmeras projeções, como, por exemplo, a que foi feita por Carvalho e Rodríguez-Wong (2008).

Os grupos acima de 65 anos aumentarão a taxas positivas e altas durante todo o período. Taxas de crescimento superiores a 4% são esperadas para a população de 75 anos e mais, durante grande parte da primeira metade do presente século (p. 601).

Outro dado importante a ser analisado em relação a estas transformações demográficas é a acelerada modificação da pirâmide demográfica brasileira, se comparada com outros países. O Brasil ainda não é um país com maior parcela de idosos em comparação com jovens, contudo a transição demográfica que aqui ocorre está estabelecida em um ritmo não esperado para o bloco econômico ao qual faz parte (países em desenvolvimento). Como visto na Figura 1, o IBGE (2016) aponta que em meados de 2060 o Brasil ultrapassará o ritmo de aumento da população idosas de países desenvolvidos.

As taxas de envelhecimento populacional observadas em países em desenvolvimento têm demonstrado uma velocidade que não foi verificada em países que já passaram por processo esse processo. United Nations (2015) aponta que a passagem do total de idosos de 7% para 14% na população da França levou 115 anos, na Austrália foram 73 anos, no Reino Unido 60 anos. No entanto, essa mesma mudança ocorreu na China em 34 anos, na Tailândia apenas 23 anos, e projetou-se que no Brasil levaria 25 anos para tal alteração.

Esse processo indica para uma necessidade de se olhar cada vez mais para o público idosos de forma focada e direcionada, buscando soluções para cada uma das questões relativas ao processo de envelhecimento. Alguns estudos (FREITAS e PY, 2016; OMS, 2005) têm demonstrado que uma atenção aos públicos idosos perpassa por uma compreensão holística dele, não ficando restrita a questões biomédicas.

Este olhar amplo encontra terreno na existência das mais variadas teorias que se dedicam em explicar o porquê do envelhecimento, como ele ocorre. Contudo, não é necessário entender estas teorias em uma relação dicotômica, mas sim complementar, sempre considerando as bases científicas e epistemológicas de cada uma.

A psicomotricidade, segundo a Associação Brasileira de Psicomotricidade –ABP (2018), “é a ciência que tem como objeto de estudo o homem através do seu corpo em movimento e em relação ao seu mundo interno e externo”. Ela também pode ser definida como “um campo de estudo que compreende as relações entre o psiquismo e a motricidade” (FONSECA, 2008). Estas relações sustentam-se sob três aspectos: motor, cognitivo e sócio afetivo.

O desenvolvimento psicomotor deve ser considerado através de uma articulação conjunta onde, os aspectos motores, neurológicos e sócio afetivos são pertencentes do mesmo processo, considerando todas as fases da vida. Para tal, o corpo passa a ser a base de orientação no mundo, segundo Oliveira (1997), é o ponto de referência para conhecer, interagir e desenvolver-se. Durante o envelhecimento o declínio do desenvolvimento é contingente, no entanto, não deve ser arbitrário como uma influência absoluta para a estagnação das habilidades e competências do público idoso.

Tendo em vista o que foi visto até esse ponto, essa pesquisa teve por objetivo geral analisar as possibilidades de contribuição da gerontopsicoticidade para um melhor reconhecimento da imagem corporal durante o processo de envelhecimento. A fim de alcançar tal objetivo, foram estabelecidos dois objetivos específicos, a saber: Identificar as principais alterações psicomotoras do envelhecimento; Indicar recursos para a atuação do psicomotricista em face ao trabalho da gerontopsicomotricidade.

Assim, essa pesquisa crê que a retrogênese funcional, cognitiva e emocional, manifestada em conjunto ou de maneira isolada, deve contar com um olhar psicomotor para que possibilite uma maior qualidade na atenção dada ao público idoso.

METODOLOGIA

O processo de pesquisar sobre um determinado tema passa, inicialmente, pela necessidade de se estabelecer um conjunto de estratégias que possibilitem ao pesquisador identificar a melhor forma de alcançar seus objetivos. Ao considerar a pesquisa como um "procedimento racional e sistemático que tem como objetivo proporcionar respostas aos problemas que são propostos" (GIL, 2002, p. 17), entende-se que cada passo dado em uma pesquisa deve contribuir para a obtenção de respostas para os problemas propostos.

Partindo desse preâmbulo sobre a conceituação de pesquisa, esse estudo aqui desenvolvido, no que se refere a natureza, se identifica como uma pesquisa qualitativa, tendo em vista que não se restringe a dados numéricos e/ou de raiz estimativa (GERHARDT E SILVEIRA, 2009). É uma pesquisa que lida com a subjetividade, com valores e

elementos inerentes a complexidade humana, em concordância com o que aponta Minayo (2001) ao falar sobre a pesquisa qualitativa.

ela trabalha com o universo de significados, motivos, aspirações, crenças, valores e atitudes, o que corresponde a um espaço mais profundo das relações, dos processos e dos fenômenos que não podem ser reduzidos à operacionalização de variáveis (MINAYO, 2001, p. 21-22).

No tocante a classificação da pesquisa, a mesma se situa como uma pesquisa exploratória, pois de acordo com Gil (2002) a pesquisa exploratória "têm como objetivo proporcionar maior familiaridade com o problema, com vistas a torná-lo mais claro ou a construir hipóteses (p. 41).

Essa pesquisa se classifica ainda, em relação aos procedimentos técnicos, como uma pesquisa bibliográfica.

A pesquisa bibliográfica é desenvolvida com base em material já elaborado, constituído principalmente de livros e artigos científicos. Embora em quase todos os estudos seja exigido algum tipo de trabalho dessa natureza, há pesquisas desenvolvidas exclusivamente a partir de fontes bibliográficas. Boa parte dos estudos exploratórios pode ser definida como pesquisas bibliográficas (GIL, 2002, p. 44)

A decisão, nesta investigação, por realizar uma pesquisa bibliográfica considerou a experiência dos autores em trabalhos anteriores que demonstraram algumas lacunas sobre a temática velhice e esta relação com o desenvolvimento psicomotor e, sobretudo, a imagem corporal. Acredita-se, também, que é relevante contribuir no desenvolvimento de um constructo científico que possa subsidiar futuras pesquisas e atuação com as pessoas idosas.

A seleção dos materiais a serem analisados buscou contemplar autores de referência em estudos gerontológico, como Beauvoir (1970), Freitas e Py (2016) e Papalia, Olds e Feldman (2010), e estudos gerontopsicomotores, como Fonseca (2008), Sousa (2004) e Oliveira (1997; 2014).

Optou-se, ainda, por escrever os nossos achados dividindo-os em três tópicos. O primeiro, de título gerontologia e psicomotricidade, trata

de aspectos gerais sobre o processo de envelhecimento, as teorias do envelhecimento e suas classificações, as alterações relativas a este processo. Deu conta também de apresentar elementos da psicomotricidade, conceituando-os. Aqui buscamos também indicar o caráter interdisciplinar da Gerontologia.

O segundo tópico, com título gerontopsicomotricidade, trabalhou a relação entre a gerontopsicomotricidade e a teoria da retrogênese, aprofundando alguns aspectos da imagem corporal e a importância da relação entre a gerontopsicomotricidade e a imagem corporal. Por fim, o terceiro tópico, que teve como título a atuação do psicomotricista na retrogênese, se propôs a construir uma síntese do que foi identificado em nossa pesquisa, de forma a construir um procedimento de avaliação psicomotora da pessoa idosa que valorize suas especificidades, bem como ampliando os instrumentos que podem ser usados para privilegiar a avaliação da imagem corporal destes sujeitos.

GERONTOLOGIA E PSICOMOTRICIDADE

[...] a velhice surge como uma desgraça: mesmo entre os indivíduos considerados bem conservados, a decadência física por ela acarretada patenteia-se à vista de todos pois é na espécie humana que são mais espetaculares as alterações provocadas pelos anos (BEAUVOIR, 1970, p. 9-10).

A citação de Beauvoir exposta acima é de extrema validade para demonstrar uma realidade que se faz presente nas sociedades no decorrer dos anos, desde que a autora fez tal apontamento: a associação do idoso, da velhice e do processo de envelhecimento a aspectos única e exclusivamente negativos.

O processo de envelhecimento pode ser entendido e conceituado de diversas formas, dependendo de qual linha teórica se está partindo. Cavalcanti (2018), baseado em autores clássicos e contemporâneos, apresenta em seu trabalho um conjunto de conceituações e explicações para o processo de envelhecimento, apontando que o mesmo pode ser entendido basicamente a partir de três grandes linhas teóricas: teorias biológicas; teorias psicológicas; teorias sociais.

Antes de adentrar em uma breve elucidação sobre o que versam os três tipos de teorias do envelhecimento, entendemos ser relevante

esclarecer que a velhice não é doença. Hayflick (1996), um dos pioneiros da biogerontologia, indica que as alterações decorrentes do envelhecimento se manifestam, diferentemente das patologias, de formas variadas.

- Ocorrem em qualquer animal que alcança a idade adulta;
- Dão-se após a maturação sexual;
- Aumentam a vulnerabilidade à morte;
- Ultrapassam virtualmente as barreiras entre as espécies, ocorrendo de maneira diversificada, porém constante e com uma trajetória demarcada, para cada espécie (HAYFLICK, 1996, p. 35-41)

As teorias biológicas versam em sua grande maioria sobre um processo que se inicia devido a uma tendência natural do corpo de envelhecer ou sobre o acúmulo de eventos que provocam o envelhecimento do organismo. As teorias psicológicas apresentam as relações do envelhecimento com alterações no funcionamento da psique do indivíduo, o que gera uma resposta diferente nas relações psicológicas. E as teorias sociais apontam como as mudanças nas relações sociais tem um rebatimento direto sobre o processo de envelhecimento (CAVALCANTI, 2018).

Para se entender a velhice, é necessário, primeiramente, compreender que ela não surgiu da mesma forma que se apresenta atualmente (LIMA; VIEGAS, 1988). No decorrer da história da humanidade a velhice foi sendo modificada, recebendo diferentes tratamento, o que se manifesta na forma como o idoso era tratado e representado. Já o idoso pode ser entendido, de acordo com Pitanga (2006), como um ser biopsicossocial que resulta do processo individual de envelhecimento pelo qual a pessoa passou. Essa categorização do que é a velhice e o idoso é importante para que se possa compreender sobre qual indivíduo se está falando nesse trabalho, entendendo as diversidades que ser idoso possui, bem como as características dessa fase da vida.

As principais alterações decorrentes do envelhecimento podem ser distribuídas, assim como as teorias, em biológicas, psicológicas e sociais.

Papalia, Olds e Feldman (2010) e Moreira (2016) apontam que algumas alterações biológicas são mais visíveis durante o processo de envelhecimento, como o esbranquiçar do cabelo, a pele torna-se mais pálida, com manchas e menor elasticidade. Ocorre também uma fragilização dos ossos de forma geral, bem como uma diminuição da estatura tendo em vista o atrofiamento dos discos intervertebrais espinhais.

Moraes, Moraes e Lima também apresentam uma breve apresentação de alterações fisiológicas decorrentes do envelhecimento.

As repercussões funcionais do envelhecimento fisiológico (senescência) do SNC¹² são controversas e não afetam significativamente as funções cognitivas¹³. [...] Observam-se, clinicamente, lentificação no processamento cognitivo, redução da atenção (déficit atencivo), mais dificuldade no resgate das informações aprendidas (memória de trabalho) e redução da memória prospectiva ("lembrar-se de lembrar") e da memória contextual (dificuldades com detalhes). [...] A velocidade na qual a informação é processada representa a alteração mais evidente do idoso. A lentidão cognitiva influencia todas as outras funções e pode ser responsável pelo déficit cognitivo em idosos. A lentidão no processamento de informações é observada em idosos em sua dificuldade em compreender textos, necessidade de explicações mais ricas e extensas e de mais tempo para executar cálculos (MORAES, MORAES e LIMA, 2010, p. 69).

Ainda segundo Papalia, Olds e Feldman (2010), as alterações no funcionamento sensorial e psicomotor tendem a aumentar com a idade, contudo de forma diferente para cada indivíduo, o que sugere uma maior participação de agentes exógenos, bem como relacionais e sociais.

No campo psicológico, percebe-se que os idosos podem apresentar

- dificuldade de se adaptar a novos papéis;
- falta de motivação e dificuldade de planejar o futuro;
- necessidade de trabalhar as perdas orgânicas, afetivas e sociais;
- dificuldade de se adaptar às mudanças rápidas, que têm reflexos dramáticos nos velhos;
- alterações psíquicas que exigem tratamento;
- depressão, hipocondria, somatização, paranoia, suicídios;
- baixa auto-imagem e auto-estima (ZIMERMAN, 2000, p. 25)

No tocante as alterações sociais, é notado que há uma diminuição na participação dos idosos na sociedade (PAPALIA, OLDS e FELDMAN, 2010), bem como em sua autonomia e independência, fatores importantes para a saúde do idoso.

Sá *et al* (2016) ao debater sobre a interdisciplinaridade e a Gerontologia, afirma que historicamente esta área foi se desenvolvendo como interdisciplinar e que se tem nos estudos gerontológicos longitudinais realizados na década de 50 um marco para a confluência de diversas ciências atuando sobre um único objeto: os idosos.

Ao se dedicarem ao estudo do velho e do envelhecimento, as várias ciências rompem com as estruturas de origem e convergem para um novo espaço – a Gerontologia. Aqui ocorre a elaboração da síntese dos diferentes conhecimentos [...] Um campo transdisciplinar é composto por disciplinas de natureza distinta, com objetivos específicos e diversificados. O que assegura a coordenação e a unidade do conhecimento é o "transobjeto" e a finalidade comum. No caso da Gerontologia existe uma convergência de olhares das disciplinas, ou das lentes de análise com especificidade acurada, na busca de compreensão do ser que envelhece e do processo do envelhecimento. A unidade, então, vai se construindo por meio do que está entre, através e além de toda disciplina [...] Nesse processo, cada estudioso/profissional deixa a relação privilegiada que estabelece com o objeto, a partir de sua disciplina, ultrapassando esse paradigma tradicional e voltando-se para a construção intersubjetiva do conhecimento gerontológico (SÁ *et al*, 2016, p. 328-329).

Uma relação extremamente importante que pode ser feita visando a melhoria da vida do idoso é entre a gerontologia e a psicomotricidade. A psicomotricidade é uma ciência relativamente recente no Brasil. Documentos constam o registro de que a psicomotricidade surgiu na década de 50, num caráter mais terapêutico aplicada a pessoas com deficiência.

A partir da década de 60, o Brasil começou a utilizar as primeiras técnicas psicomotoras numa abordagem reeducativa. Somente em 1970 a psicomotricidade destacou-se de fato e, 10 anos depois, já se encontravam mais trabalhos, seminários e a realização do I Congresso Brasileiro de Psicomotricidade no país (BUENO, 1998).

Nos dias atuais, vemos o quanto a psicomotricidade vem evoluindo no Brasil, com o aumento da procura dos profissionais das áreas de saúde e educação e o desenvolvimento em si desta ciência que já dispõe de diversas outras abordagens e metodologias de atuação.

Quando usamos o termo "psicomotor", nos referimos à maneira pela qual o indivíduo se expressa no mundo. A consciência do seu próprio corpo, a significação de seus gestos, a comunicação com os outros e a sua adequação no tempo e espaço. Para entendermos muito mais a psicomotricidade temos que começar a compreender a filogênese (desenvolvimento da espécie humana) passar pela ontogênese (desenvolvimento da criança) e chegarmos à retrogênese (retrocesso do desenvolvimento humano). A psicomotricidade é a ciência do homem, considera os aspectos biológicos, antropológicos, sociológicos e culturais, respeitando a abordagem filogenética (bioantropológica) e ontogenética (psicobiológica), recapitula, acelera e qualifica o da espécie humana (SANTOS, 2013, p. 42-43).

Ainda, percebe-se que, segundo Vitor da Fonseca ao escrever o prefácio da obra de Sousa (2004),

o enquadramento científico da psicomotricidade, parte igualmente duma concepção multifacetada da unidade, subjectividade, complexidade, excepcionalidade e diversidades humanas, visando a uma caracterização filogenética, sociogenética, ontogenética, disontogenética e retrogenética, aprofundada e complexa, das suas necessidades biopsicossociais (SOUSA, 2004, p. 14).

Conforme apresentado anteriormente, esse artigo se propôs a investigar questões relacionadas a imagem corporal. Esse elemento psicomotor se caracteriza como base para os demais fatores psicomotores, como por exemplo: tonicidade; equilíbrio; esquema corporal; lateralidade; estruturação espaço-temporal; praxia global; praxia fina.

A tonicidade, segundo Sousa (2004), "[...] prepara e sustenta o movimento e determina as atividades posturais (p. 79). É uma manifestação muscular que se apresenta de forma variável tanto na intensidade quanto na distribuição. "Suas modulações diversas estão relacionadas aos estados afetivos e emocionais, conscientes ou inconscientes" (p.

79). Todo o estudo da psicomotricidade é baseado na relação do tônus com o afetivo-emocional.

O Equilíbrio parte da habilidade estabilizadora, no entanto pode manifestar-se também de maneira dinâmica. "É obtido por meio de informações visuais, labirínticas, cinestésicas e proprioceptivas integradas ao tronco cerebral e ao cerebelo" (SOUSA, 2004, p. 80).

Para Sousa (2004), o esquema corporal atua na regulação da postura e do equilíbrio e para Oliveira (1997) é "a integração da imagem corporal ao conceito de corpo em movimento, nunca se repetindo e ligando-se ao modelo postural do corpo" (SOUSA, 2004, p. 82). Já a lateralidade diz respeito a "percepção dos lados do corpo, portanto, é o elemento fundamental de relação e orientação do corpo com o mundo exterior (p. 83-84).

A estruturação espaço-temporal, segundo Souza (2018), resulta da maturação do processo de orientação espaço-temporal. "Nos conscientiza das formas de deslocamentos corporais de uma maneira contínua e perceptiva, atuando nos diferentes planos, eixos, direção e trajetórias" (SOUSA, 2004, p. 86).

Finalizando essa exposição sobre os elementos psicomotores, a praxia global diz respeito a coordenação motora ampla e a praxia fina refere-se à motricidade fina (SANTOS, 2013).

GERONTOPSIKOMOTRICIDADE

A gerontopsicomotricidade dialoga com a teoria da retrogênese que considera a senescência "como um período da vida marcado por declínios no funcionamento físico normalmente associados a idade; começa em idades diferentes para pessoas diferentes" (PAPALIA, OLDS E FELDMAN, 2010, p. 632).

A retrogênese psicomotora está relacionada as alterações que podem estar atreladas a redução ou incapacidades da mesma, tanto no aspecto funcional quanto no relacional tais como: perda de tônus; desorganização espaço-temporal; perda da autonomia, mobilidade postural e interação social; diminuição do diálogo tônico, interação das praxias e práticas sensório- perceptivo-motoras; redução das vivências tônico-emocionais e simbólicas e, sobretudo, a distorção da imagem corporal, objeto de estudo deste trabalho.

O empobrecimento neuronal causado pelo tempo conduz a um declínio funcional e irremediável no envelhecimento normal. Perturbações de memória imediata, humor, concentração, atenção, insônias, perdas de julgamento, egocentrismo, inércia afetiva, incontinência, dependência, hipotonia, desorganização e desincronização motora, falta de iniciativa, modificações afetivas, flutuações de tristeza, isolamento social e segregação familiar favorecem um quadro de degradação mental e retrogênese psicomotora (VELASCO, 2018).

A involução ou a deteriorização da organização psicomotora, como complementa Velasco (2018), "inicia-se com a praxia fina, a seguir com a praxia global, nos desestruturamos espaço-temporalmente, perdemos a noção do corpo, o equilíbrio e, por fim, a tonicidade".

Para Dolto (1991), citado por Sousa (2004), a imagem do corpo é um processo de identificação que possibilita ao sujeito o intercâmbio com as demais pessoas e é exatamente desta forma que este elemento psicomotor se desenvolve.

De início através do plano tônico emotivo com a mãe e/ou a representação do grande outro primordial, em seguida através do reconhecimento de suas competências que partem das experiências que perpassam o simbólico e a linguagem verbal até que a imagem possa ser estruturada de fato e seja a base do esquema corporal e demais elementos psicomotores, sendo então "uma forma de equilíbrio entre as funções psicomotoras e a sua maturidade" (SOUSA, 2004, p. 82).

A imagem corporal se dá quando o indivíduo começa a perceber-se como referência dentro do elemento de espaço. Segundo Sousa (p. 81) "é a figuração de nosso corpo, formado em nossa mente, ou seja, o modo pelo qual ele se apresenta para nós". Assim, dentro do processo de envelhecimento é possível que o idoso apresente dificuldades em compreender as alterações que o seu corpo evidencia com o passar do tempo, quer sejam motoras, cognitivas ou sócio afetivas.

O trato com a gerontopsicomotricidade possibilita que a imagem corporal volte a ser o elemento psicomotor norteador dos demais elementos, onde através do reconhecimento da mesma, o idoso possa compreender-se como referência dentro do ambiente que o circunda e das possibilidades que lhes competem realizar.

A ATUAÇÃO DO PSICOMOTRICISTA NA RETROGÊNESE

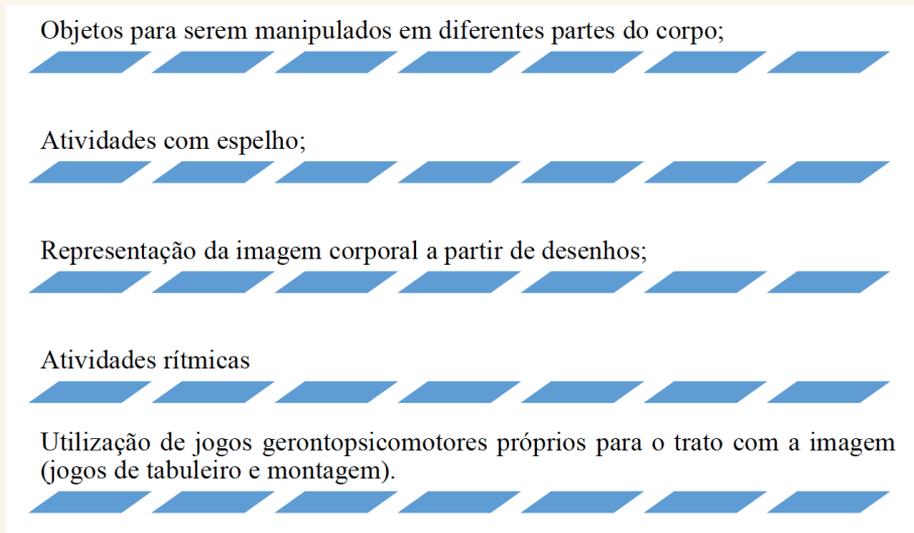
A atuação do psicomotricista deve ser pautada a partir da avaliação psicomotora do idoso. Sendo assim, elaboramos um breve resumo de quais aspectos são importantes de serem considerados em cada etapa de uma avaliação. Para tal, construímos o quadro 1, onde constam as seguintes etapas da avaliação: anamnese; avaliação cognitiva; avaliação funcional.

Quadro 1. Aspectos importantes a serem observados na avaliação psicomotora de pessoas idosas.

ETAPA	ASPECTOS
Anamnese	<ul style="list-style-type: none"> • Condições de saúde e/ou doença (hipertensão, diabetes, obesidade, doenças cardiovasculares, respiratórios e/ou algum tipo de deficiência); • Uso de medicamentos (efeitos colaterais, interações medicamentosas, risco de cascata iatrogênica); • Alimentação e nutrição complementar (suplementação); Qualidade do sono (insônia, sonolência); Histórico de quedas e acidentes; • Convívio familiar (facilitadores); Sexualidade; • Participação social (aposentadoria e/ou trabalho (in)formal, grupos de convivência, trabalho voluntário); • Avaliação ambiental (riscos domiciliares, espaços frequentados); Significado pessoal de objetos; • Nível de atividade física (sedentarismo, prática regular de exercício, tipo de atividade e frequência).
Avaliação Cognitiva	<ul style="list-style-type: none"> • Memória pessoal; • Memória visual; Escrita; Leitura; • Grafismo matemático (Teste do desenho do relógio); • Orientação espaço-temporal.
Avaliação Funcional	<ul style="list-style-type: none"> • Atividades da Vida Diária (AVD's); • Equilíbrio; Mobilidade; Tonicidade; Praxias.

A partir da realização desta avaliação, o psicomotricista terá acesso aos dados necessários para a sua atuação. No que diz respeito a análise da imagem corporal, o (re)conhecimento de si será a oportunidade de preparar e firmar os demais elementos psicomotores. Como recursos para avaliação voltada para imagem corporal, além dos meios supracitados, é possível utilizar:

Figura 2. Sugestões de recursos para avaliação de imagem corporal em idosos.



Para a intervenção psicomotora, no trato do reconhecimento da imagem corporal em face a retrogênese, Santos (2013) sugere que as sessões de psicomotricidade favoreçam a espontaneidade e o sentimento de liberdade, desenvolvendo a comunicação do corpo com o meio para que o idoso possa ressignificá-lo e à medida que percebe o seu próprio corpo, possa também perceber as outras pessoas.

Santos (2013) ainda chama atenção para que as atividades sejam diversificadas e atrativas, que apresentem baixo impacto, intensidade moderada e possam ser realizadas de forma gradual, respeitando o tempo do idoso e promovendo aproximações sociais.

Outrossim, diz respeito ao fator de pulsão, onde os desejos do idoso devem ser considerados a fim de que suas potencialidades se manifestem de maneira expressiva e prazerosa, onde segundo Velasco (2006), proporciona que o equilíbrio energético emocional seja direcionado ao aprimoramento da conscientização corporal.

Para Heinsius (2010), citado por Santos (2013), o diálogo tônico percebido pelo idoso manifesta com seu próprio corpo satisfação e dor, "choro e alegria, mobilizações e deslocamentos, sensações visuais e auditivas, e esse corpo é o meio da ação do conhecimento e da relação" (SANTOS, 2013, p. 50).

Roque (2016), ao analisar a relação do toque com o idoso indica que

o toque nas pessoas idosas, permite a diferenciação entre o eu e o outro, reforçando a sensação de pele-própria sendo que o toque terapêutico tende a reforçar a delimitação do próprio corpo e desta forma o eu corporal e psíquico

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante de toda a expedição teórica traçada até aqui, evidenciou-se que o processo de envelhecimento atua de forma incisiva em aspectos psicomotores nos indivíduos idosos, sabendo que essas repercussões variam de idoso para idoso.

A intervenção gerontopsicomotora possui um caráter fundamental

para que o idoso aprenda a lidar com as transformações do corpo e com o estigma influenciado pela sociedade a respeito da sua capacidade funcional, prevenindo e mantendo em bom nível sua autonomia física e mental (SANTOS, 2013, 57).

Fica evidente, ainda, que a gerontopsicomotricidade, por observar o indivíduo como um todo e não fragmentando-o, fornece diversas contribuições para uma melhoria da qualidade de vida do idoso de forma global e, mais especificamente, no objeto de estudo dessa pesquisa, a imagem corporal.

Santos (2013), dialogando com Rosa Neto (2009), conjectura que

A imagem corporal é um resultado complexo de toda a atividade cinética, sendo a imagem do corpo a síntese de todas as mensagens, de todos os estímulos e de todas as ações "eu" que permitiram ao idoso se diferenciar do mundo exterior e de fazer "eu" o sujeito da própria existência (SANTOS, 2013, p. 51).

Esse estudo aqui realizado não espera se encerrar de forma finita, pois cremos que o que aqui foi encontrado é uma centelha diante da diversidade e complexidade que o assunto possui e propõe. Sendo assim, espera-se que ocorram mais pesquisas que relacionem a psicomotricidade com os idosos, buscando fortalecer o arcabouço teórico da gerontopsicomotricidade e fornecer cada vez mais base para a atuação efetiva dos psicomotricistas que, porventura, venham a atuar com tal público.

Reiteramos ainda que, compreendendo os limites metodológicos que decorrem do nosso desenho de pesquisa, não almejamos tornar nossas sugestões sobre a atuação dos psicomotricistas com idosos como paradigmáticas, muito menos livres e críticas e alterações. Estas sugestões se fundamentam tanto na experiência profissional dos autores, bem como nas referências aqui apontadas. Assim, nos encaminhamos para o final deste texto propondo que cada leitor analise os pontos aqui discutidos tomando por referência sua realidade e seu público em específico, não simplesmente reproduzindo de forma automática.

Cada idoso é um idoso, o processo de envelhecimento atua de forma individual e específica, sendo assim, não parece ser válida uma repetição que desconsidere esta característica deste público específico.

Por fim, encerramos aqui trazendo alguns questionamentos que surgiram no decorrer da pesquisa, mas que não eram, de forma direta, nosso material de estudo, mas que podem inspirar os leitores a desbravar novos caminhos na pesquisa gerontológica.

Primeiro questionamento: considerando a especificidade e diversidade do processo de envelhecimento, as diferenças de gênero e os padrões de beleza impostos pela sociedade e reproduzidos na mídia, quais seriam os efeitos do processo de envelhecimento na autoimagem de mulheres velhas?

Segundo questionamento: sabe-se que ocorreu um incremento no número de idosos com depressão e diversos outros acometimentos psicológicos e/ou psiquiátricos. Assim sendo, tomando por referência a relação entre tônus e aspetos afetivo-emocionais, seria possível estabelecer uma relação entre um maior número de idosos depressivos e um incremento também no quantitativo de idosos com problemas de tônus?

Estes dois questionamentos são apenas primários e surgem como curiosidades deste grupo de autores que se propuseram a desenvolver este trabalho. Assim sendo, esperamos que este breve texto contribua para que cada vez mais pessoas se interessem sobre esta temática, debrucem-se sobre a realidade da pessoa idosa e das alterações psicomotoras.

REFERÊNCIAS

ASSOCIAÇÃO BRASILEIRA DE PSICOMOTRICIDADE, 2018. Disponível em: <https://psicomotricidade.com.br/sobre/o-que-e-psicomotricidade/>

BEAUVOIR, S. **A velhice**: a realidade incômoda. Tradução: Heloysa de Lima Dantas. São Paulo: Pensamento, 1970.

BUENO, J. M. **Psicomotricidade: Teoria e Prática -Estimulação, Educação, Reeducação Psicomotora com Atividades Aquáticas**. Ed. Lovise. São Paulo, 1998.

CARVALHO, J. A. M.; RODRÍGUEZ-WONG, L. L. A transição da estrutura etária da população brasileira na primeira metade do século XXI. **Cad. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 20, N° 3, p. 597-605, 2008.

CAVALCANTI, E. W. de O. **O lugar da velhice na escola: atitudes de crianças em relação à velhice**. 2018, 89 f. Monografia (Licenciatura em Educação Física) – Universidade Federal Rural de Pernambuco, Recife.

FONSECA, V. da. **Desenvolvimento psicomotor e aprendizagem**. Porto Alegre: Artmed, 2008.

GERHARDT, T. E.; SILVEIRA, D. T. **Métodos de pesquisa**. 1ª ed. Porto Alegre: Editora da UFRGS, 2009.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa**. 4ª ed. São Paulo: Atlas, 2002.

IBGE – Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. **Síntese de indicadores sociais**: uma análise das condições de vida da população brasileira. Coordenação de População e Indicadores sociais. 146 f. Rio de Janeiro: IBGE, 2016.

LIMA, A. P.; VIEGAS, S. de M. A diversidade cultural do envelhecimento: a construção cultural da categoria de velhice. **Psicologia**, v. 6, N° 2, p. 149-158. 1988.

MINAYO, M. C. S.; (org.). **Pesquisa Social. Teoria, método e criatividade**. 18 ed. Petrópolis: Vozes, 2001.

MORAES, E. N.; MORAES, F. L.; LIMA, S. P. P. Características biológicas e psicológicas do envelhecimento. **Rev. Med. Minas Gerais**, Belo Horizonte, v. 20, N° 1, p. 67-73, 2010.

MOREIRA, V. G. Biologia do envelhecimento. In: FREITAS, E. V.; PY, L. **Tratado de geriatria e gerontologia**. 4. ed. Rio de Janeiro: Guanabara, 2016

OLIVEIRA, G. de C. **Psicomotricidade:** educação e reeducação no enfoque psicopedagógico. 6ª ed -Petrópolis, RJ: Vozes, 1997.

OLIVEIRA, G de C. **Avaliação psicomotora à luz da psicologia e da psicopedagogia.** 13ª ed -Petrópolis, RJ: Vozes, 2014

OMS – Organização Mundial de Saúde. **Envelhecimento ativo:** uma política de saúde. Organização PanAmericana de Saúde, 2005.

PAPALIA, D. E.; OLDS, S. W.; FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento humano.** Tradução: Carla Filomena Marques Pinto Vercesi et al. 10 ed. Porto Alegre: AMGH, 2010.

PITANGA, D. A. **Velhice na cultura contemporânea.** 2006. 191 f. Dissertação (Mestrado em Psicologia Clínica) – Departamento de Psicologia, Universidade Católica de Pernambuco, Recife. 2006.

SANTOS, S. L. dos. **Efeitos de um programa de psicomotricidade no bem-estar e na marcha em idosos.** 2013, 97 f. Dissertação (Mestrado em Enfermagem) – Universidade Federal da Paraíba, João Pessoa.

SÁ, J.L.Mde; DOLL, J; OLIVEIRA, J.F.P; HERÉDIA, V.B.M. Multidimensionalidade do Envelhecimento e Interdisciplinaridade. In: FREITAS, E. V.; PY, L. **Tratado de geriatria e gerontologia.** 4. ed. Rio de Janeiro: Guanabara, 2016.

SOUSA, D. C. de. **Psicomotricidade: integração pais, criança e escola/** Fortaleza: Editora Livro Técnico, 2004.

SOUZA, G. M. D. de. **A estruturação espaço-temporal a partir da dança na educação física escolar: contribuições para educação psicomotora.** 2018, 43 f. Monografia (Licenciatura em Educação Física) – Universidade Federal Rural de Pernambuco, Recife.

ROQUE, G. C. R. **Efeitos de uma intervenção terapêutica de massagem psicomotora em indicadores de saúde e bem-estar de pessoas idosas institucionalizadas.** 2016, 114f. Dissertação (Mestrado em Psicomotricidade Relacional) – Universidade de Évora, Évora.

VELASCO, C. G. **Aprendendo a envelhecer:** a luz da psicomotricidade. São Paulo: Phorte, 2006.

VELASCO, C. G. **Filogênese, ontogênese e retrogênese.** Associação Brasileira de Psicomotricidade, 2018. Disponível em: psicomotricidade.com.br/filogênese-ontogêneses-e-retrogenese/. Acesso em: 29 nov 2019.

ZIMERMANN, G. I. **Velhice:** Aspectos biopsicossociais. Porto Alegre: ArtMed, 2000.