

**UNIVERSIDADE REGIONAL DO NOROESTE DO ESTADO DO RIO
GRANDE DO SUL - UNIJUÍ**

EDMARA ESTELA FEIX

SOFRIMENTO PSÍQUICO DO IDOSO

SANTA ROSA – RS

2021

EDMARA ESTELA FEIX

SOFRIMENTO PSÍQUICO DO IDOSO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Psicologia da Universidade Regional do Nordeste do Estado do Rio Grande do Sul – UNIJUÍ, como requisito parcial para obtenção do grau de Psicóloga.

Orientadora: Me. Sonia Aparecida da Costa Fengler

SANTA ROSA – RS

2021

EDMARA ESTELA FEIX

SOFRIMENTO PSÍQUICO DO IDOSO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado ao Curso de Psicologia da Universidade Regional do Nordeste do Estado do Rio Grande do Sul – UNIJUÍ, como requisito parcial para obtenção do grau de Psicóloga.

Santa Rosa, 08 de fevereiro de 2021

BANCA EXAMINADORA

Prof. Me. Sônia Aparecida da Costa Fengler

Prof. Me. Simoni Antunes Fernandes

AGRADECIMENTOS

Agradeço aos meus pais que tanto amo, Aura Villetti Feix e Irio Leomar Feix, pelo apoio, ajuda constante nos cuidados com os netos, pela força quando precisei nestes longos anos de busca.

Agradeço as minhas filhas e ao meu filho, Pâmela, Talita e Daniel. Nos momentos de angústia e cansaço o amor que vocês transmitiam era o combustível para eu continuar. A vitória é nossa!!

Muito grata ao meu irmão Rodrigo que sempre me apoiou em todos os momentos.

Agradeço as minhas colegas de trabalho Cláudia, Graciela e Lúcia e também, em especial, minha antiga colega de trabalho Eliane que contribuíram com palavras, gestos, trocas de escala, tudo para o meu melhor.

A minha orientadora Mestra Sonia Aparecida da Costa Fengler pela atenção e palavras de incentivo neste momento atípico que estamos vivenciando e as ricas contribuições que foram de grande importância para produção deste trabalho.

Grata a professora Mestra Simone Antunes por ser minha banca.

Aos meus queridos mestres que neste percurso acadêmico contribuíram para meu crescimento intelectual, pessoal, em especial Betina Beltrame, Sílvia Colombo e Sônia Costa, que fizeram parte das minhas orientações nas ênfases de estágio no decorrer do curso.

Podem ter certeza que todos vocês fizeram em algum momento eu acreditar que este sonho seria possível. Os meus sinceros agradecimentos.

RESUMO

O tema escolhido para o trabalho envolve a contextualização acerca da velhice no decorrer da história, o sofrimento psíquico do idoso frente às perdas que podem surgir ao longo do tempo, como doenças, redução da capacidade motora, perda da beleza estética, diminuição da força vital e, por consequência, alteração da sua condição existencial. Esse conjunto de circunstâncias associadas ao passar do tempo pode gerar dependências que causam grande impacto na qualidade de vida das pessoas. Diante disso o presente trabalho investiga o processo de envelhecimento e suas implicações psíquicas, inclusive aquelas associadas ao convívio e a mudança do papel do idoso na sociedade contemporânea. Em retrospectiva, o trabalho analisa como ocorria a passagem do sujeito pelo envelhecimento e como isso foi alterado ao longo do tempo. Além disso, problematiza a questão do sofrimento psíquico nesse processo.

Palavras-chave: idoso; sofrimento psíquico; processo de envelhecimento; sociedades; qualidade de vida.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	7
.....	
1. CONSIDERAÇÕES SOBRE A VELHICE NO DECORRER DA HISTÓRIA.....	10
2. SOFRIMENTO PSÍQUICO DO IDOSO.....	18
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	31
REFERENCIAL BIBLIOGRÁFICO.....	33

INTRODUÇÃO

O interesse pelo tema surgiu a partir da experiência de trabalho diário da autora, há oito anos, com uma idosa de 88 anos que convive com perdas físicas decorrentes de um Acidente Vascular Cerebral (AVC), ocorrido há 10 anos. No transcurso do curso e, também a partir de leituras paralelas, foi despertada a atenção para a questão do envelhecimento tanto no que se refere a saúde física e como mental. No caso dessa senhora idosa, observa-se um sofrimento psíquico devido as essas perdas físicas e, também, psicológicas, neurológicas e fisiológicas.

Independentemente dos agravos psíquicos do idoso, pelas perdas vivenciadas, a velhice tem uma dimensão existencial que modifica a relação da pessoa com o tempo, gerando mudanças em suas relações com o mundo e com sua própria história. Considerar o todo da pessoa, o que ela sempre foi, antes desse processo, é um caminho para entender o significado da velhice, refletindo, também, sobre a existência da pulsão do sujeito (FREITAS; QUEIROZ; SOUSA, 2010).

Por isso é de suma importância compreender o sofrimento psíquico do idoso, especialmente em uma sociedade em que cresce a expectativa de vida e a participação de idosos no conjunto da população. Inicialmente o trabalho realiza uma retrospectiva para situar o lugar do idoso ao longo da história. Em seguida, problematiza a respeito do sofrimento psíquico do idoso. Para além do caso em que se inspira e sua importância para o seguimento do trabalho realizado com aquela senhora e, futuramente, o atendimento profissional a outras pessoas idosas, o estudo também busca oferecer uma perspectiva analítica sobre o sofrimento psíquico do idoso, com base em uma revisão da literatura sobre o tema. Sobre esse assunto, então, será importante abordar os cuidados com idosos que convivem com experiências que comprometem intensamente sua qualidade de vida.

Conforme descrito por Tavares et al. (2017), os idosos que vivem experiências desfavoráveis de perdas dessa natureza não estão livres de sofrimento, nem tampouco essas perdas estão restritas à funcionalidade do idoso, mas em um processo que possibilita a construção de habilidades que lhes permitirão vivenciar o envelhecimento da melhor forma possível.

O significado da velhice e da experiência de envelhecer para os idosos, é discutido na obra clássica de Beauvoir (2000) e em outras produções que mostram as mudanças e perdas sofridas pelo idoso, e causas desse sofrer, enfatizando, também, a importância dos cuidados com a alimentação, exercícios físicos e seus benefícios para o corpo e a mente. Estatísticas relevantes da Organização Mundial de Saúde (OMS) preveem que em 2025 o Brasil será o sexto país com maior número de idosos no mundo. Nesse contexto, a atenção à saúde do idoso consiste em um desafio crescente que exige uma dinâmica de cuidado, aproximação, empatia, independentemente da situação que o idoso se encontra.

Assim, entre as questões relevantes do trabalho estão a identificação das práticas sociais que o idoso pode adotar para minimizar o sofrimento psíquico e buscar qualidade de vida, assim como os meios para lidar com as perdas nesta fase de transformações.

O objetivo central da análise é avançar na compreensão do processo de envelhecimento saudável e do sofrimento psíquico do idoso frente às perdas que esta dimensão existencial acarreta. Especificamente, o trabalho tenciona: a) estudar o sofrimento psíquico do idoso, frente às perdas das capacidades intrínsecas, físicas, experiências ambientais e sociais; b) apresentar as mudanças que afetam a vida diária do idoso, hábitos, conjunto de condições psicológicas, adoecimento, como um fato social e cultural; c) entender o processo do envelhecimento saudável e o significado real das mudanças decorrentes do envelhecer.

A pesquisa discute uma nova perspectiva da experiência de envelhecer, o significado real das mudanças decorrentes do envelhecimento e o sofrimento psíquico do idoso frente as perdas que esta dimensão acarreta. Vários pensadores vêm contribuindo para pensar o lugar que o sujeito ocupa no social e no grupo familiar. Para abordar este assunto, é preciso debater acerca das representações que a velhice vai assumindo ao longo do tempo até atualidade. Esse entendimento está associado com a historicidade. Por isso que no primeiro capítulo propõem-se um trilhado acerca das considerações sobre a velhice no decorrer da história de várias culturas.

O tema levantado no segundo capítulo envolve a apresentação do sofrimento psíquico do idoso frente às perdas que podem surgir ao longo do tempo, como doenças, redução da capacidade motora, perda da beleza estética, diminuição da força vital para fazer atividades que eram realizadas anteriormente. Esse conjunto de circunstâncias associadas ao passar do tempo pode gerar dependências que causam grande impacto na qualidade de vida das pessoas.

O trabalho recorre ainda a estudos sobre envelhecimento, processo que faz parte do processo contínuo da vida e se configura como um ciclo que acarreta mudanças de caráter biológico, psicológico e social, descrito pelas perdas, desinvestimentos e investimentos objetivos. Isso implica em uma construção integral do sujeito, assim sendo de enxergar a si e ao meio. Essa elaboração é importante para alcançar independência e emancipação frente à comunidade. Um ponto interessante no processo de envelhecimento é a visão que o indivíduo tem de si mesmo. A velhice é um caminho particular, no qual cada um envelhece a seu próprio modo, visto que inclui algo seu, da sua bagagem que poderá ser reatualizado.

O envelhecer com qualidade e ativamente está ligado a elementos intrínsecos e extrínsecos da cultura do sujeito, sendo alguns dos benefícios, prática de atividade física, alimentação saudável, lazer, sono de qualidade, que contribuem para viver melhor e aumentar longevidade. As perdas acarretadas pelo processo do envelhecimento causam sofrimento psíquico que pode ser amenizado.

Dado o objetivo proposto e os meios disponíveis para a sua realização, o estudo realizado bibliográfico, de natureza qualitativa e tipo descritivo. A compreensão sobre a velhice no contexto bibliográfico auxilia a compreensão e estabelecimento da psicologia como ciência e saúde, na medida em que pode favorecer não apenas a percepção dessa fase da vida como proporcionar propostas de atuações interventivas no campo.

Dessa forma, para a realização da pesquisa recorreu-se ao levantamento de informações secundárias, de base teórica e empírica, disponíveis em periódicos e bases públicas de pesquisa, sobretudo aquelas com acesso online, considerando as restrições de pesquisa presencial impostas pela pandemia e o distanciamento controlado. A obra de Simone Beauvoir, *A velhice*, será tomada como referência

chave, juntamente com a obra de Ângela Mucida, *O sujeito não envelhece*. Também uma reflexão da psicóloga Ruth Lopes, *Velhice: potência de vida* ou sinônimo de “lixo social”, entre outros autores importantes que constam no referencial bibliográfico. O referencial teórico que sustenta a pesquisa é de abordagem psicanalítica.

1. CONSIDERAÇÕES SOBRE A VELHICE NO DECORRER DA HISTÓRIA

A história da velhice apresenta contextos variados conforme sua cultura, ela trata do direito social, sendo que o papel social está relacionado a um determinado nível de comportamento, que pode ser herdado socialmente ou adquirido. O lugar social ocupado pelo velho em cada sociedade se dá sobre as consequências dos valores e práticas que é descartado e escolhido, também revela a história que construiu em relação ao trabalho adquirido, a responsabilidade com seus deveres e ao seu lugar na comunidade. A sociedade produz aceitação ou negação deste sujeito que é integrante deste meio, de tal modo que a velhice é vista como uma construção em contextos culturais, cada cultura expressa a circunstância de ser velho. (BEAUVOIR, 1990)

Ser velho na Antiguidade era poder admirar em torno de suas gerações de seus descendentes, com a expectativa de vida muito baixa que dificilmente não ultrapassava os 30 anos. As crianças eram ensinadas a trabalhar com antecedência e praticavam seus deveres a partir de uma forte divisão sexual e social de trabalho. No período de catorze ou quinze anos de idade iniciaram seu ciclo reprodutivo. Neste contexto, era valorizado o saber dos idosos, existindo uma reciprocidade de amor entre os pais e filhos. As crianças eram tratadas com amor e acolhimento, assim transmitindo respeito para com os mais velhos. Tanto que eram os mais velhos os primeiros a serem servidos nas refeições e possuidores dos lugares melhores no espaço de convivência, mantendo-se a admiração da sabedoria obtida. (BEAUVOIR, 1990)

Cada sociedade tem suas normas, experiências vivenciadas que vão passando de geração para geração como modelo segregado do homem que sofreu separações e transformações. Este modelo que existe retrata a imagem da velhice, seu valor ou destituição. Na antiguidade os velhos tinham um papel de valor variado conforme a comunidade que pertenciam. Alguns exemplos são: das ilhas Fiji, muitos velhos chegavam a se suicidar por sentirem-se sem condições de realizar tarefa alguma; entre os dinkas, o costume era de enterrar os velhos vivos; no povo ainu do Japão, eram excluídos e rejeitados da vida pública, assim como com os fangs e tongas; entre os hopis, índios creek e crow, bosquímanos da África do Sul, eram deixados em uma cabana com alimento e água à mercê da solidão. Nas ilhas da Polinésia os idosos representavam ameaça e medo; os adultos comiam os mais

velhos como forma de aproximar-se de sua sabedoria, impossibilitando de usarem suas aptidões. Já na antiguidade chinesa, o velho ocupava era visto como fonte de sabedoria. Eram venerados tanto que até os jovens buscavam aconselhamentos com os mais velhos, que eram muito respeitados. Na literatura chinesa em alguns momentos era manifestado o sofrimento que os jovens sentiam pelas opressões (OLIVEIRA; SANTOS, apud BEAUVOIR 1990).

Já no Ocidente surgem os primeiros textos destinados à velhice, trazendo tópicos assombrosos, como aparece em todas as épocas essa relação de carência da velhice e este tema permanece. Segundo Beauvoir (1990):

Como é penoso o fim de um velho! Ele se enfraquece a cada dia; sua vista cansa, seus ouvidos tornam-se surdos; sua força declina; seu coração não tem mais repouso; sua boca torna-se silenciosa e não fala mais. Suas faculdades intelectuais diminuem, e lhe é impossível lembrar-se hoje do que aconteceu ontem. Todos os seus ossos doem. As ocupações que até recentemente causavam prazer só se realizam com dificuldade, e o sentido do paladar desaparece. A velhice é o pior dos infortúnios que pode afligir um homem. O nariz entope, e não se pode mais sentir nenhum odor. (BEAUVOIR, 1990, p. 114).

Nos escritos de Beauvoir, segundo interpretação de Mucida (2006), percebe-se que a velhice revela tanto uma visão de um saber útil como de um saber afastado, mostrando as suas diferenças que cada cultura possui da morte e do morrer e a relação entre o temor da velhice.

O sonho de rejuvenescimento de outras épocas é semelhante com a de hoje. Os egípcios procuravam vencer a velhice também através de receitas como consumir glândulas frescas de animais jovens, assim crendo que se transformariam em jovens novamente. A juventude para o homem seria a felicidade suprema. (BEAUVOIR, 1990).

Hoje a busca constante do bem estar físico e psíquico está além das atividades físicas e da alimentação saudável. As inovações e descobertas da medicina a cada dia ultrapassam todos os métodos naturais existentes. Os sujeitos buscam resultados imediatos para satisfazer seus desejos. As escolhas para mudanças de hábitos a longo prazo são raras nos dias de hoje, uma vez que o imediatismo está em primeiro lugar. Tanto que a mídia entra nos lares diariamente transmitindo revoluções milagrosas e de rápido resultado, prometendo felicidade constante. Os idosos também buscam rejuvenescimento através da medicina e

alcançam resultados que jamais eram possíveis em outras épocas, acabando muitas vezes esquecendo do real significado das mudanças naturais que o tempo deixa, como as marcas da idade causadas pela perda da elasticidade da pele, as alterações cognitivas, a perda da força física. O envelhecimento saudável é uma realidade, embora existam perdas que geram sofrimentos inevitáveis para os privilegiados que alcançam a idade avançada.

Beauvoir (1990, p.112), ao mencionar Confúcio, nos traz que a experiência adquirida tinha um valor maior que a força física. Isso fazia toda a família respeitar e seguir as ordens do mais velho da casa. Tanto o homem como a mulher tinham promoção devido à idade, quando velhos. Muitos fingiam ser mais velhos para ter direitos e atenções. Após os 70 anos, os homens se preparavam para a morte e para deixar seu filho mais velho em seu cargo ou posição social. Ainda recorrendo a Confúcio, a autora nos leva à reflexão acerca das fases da vida, associando a velhice como posse de sabedoria. Como podemos ver, segundo Beauvoir (1990):

Aos 15 anos, eu me aplicava ao estudo da sabedoria; aos 30, consolidei-o; aos 40, não tinha mais dúvidas; aos 60, não havia mais nada no mundo que me pudesse chocar; aos 70, podia seguir os desejos do meu coração sem transgredir a lei moral (BEAUVOIR, 1990, p. 113).

Essa obra de Simone Beauvoir traz ainda o e judeu, uma sociedade patriarcal em que prevalecia o respeito à velhice. Os grandes ancestrais eram os eleitos e os porta-vozes de Deus, dando grande valor à longevidade como a suprema recompensa da virtude:

Os cabelos brancos são uma coroa de honra: é no caminho da Justiça que essa coroa é encontrada [...] Abençoada por Deus, a velhice exige obediência e respeito: “Tu te levantarás diante dos cabelos brancos e honrarás a pessoa do velho” – prescreve o Levítico. (BEAUVOIR, 1990, P. 115).

Entre outros povos da Antiguidade se percebe um conflito das gerações frente ao pensar a velhice. Segundo Homero, a velhice se associa à sabedoria, e é encarnada em Nestor, o mentor superior. O tempo lhe conferiu a experiência, a arte do discurso, a superioridade. Todavia ele surge com físico cansado. A vitória aos gregos não é ele quem assegura. “Só um homem na força da idade seria capaz de inventar um artifício mais eficaz do que todas as táticas tradicionais.” (HOMERO *apud* BEAUVOIR, 1990, p.122).

Cada cultura dá valor e sentido à velhice conforme sua história com mudanças e reações distintas com o passar do tempo. Na China antiga, onde era concentrado o poder dominador, a sociedade tinha a família como alicerce, os mais velhos eram os sabedores e a ordem era advinda deles. As experiências, que eram valorizadas muito mais que a força, passavam de geração para geração.

Na cultura taoísta a longevidade era como uma virtude em si mesma. Após os 60 anos era como uma fase de libertação do corpo pelo encanto. Juntamente com a crença de ser santo, a velhice era o ápice. Tamanho era o valor destinado ao idoso, que talvez é desta representação que o saber dele no mundo oriental era tão venerado (MUCIDA, 2019 *apud* LOTSEU).

Segundo Mucida (2006) a velhice é determinada em cada época e em cada cultura de forma diferenciada. Independente dos agravos psíquicos do idoso pelas perdas vivenciadas, a velhice tem uma dimensão existencial que modifica a relação da pessoa com o tempo, gerando mudanças em suas relações com o mundo e com a sua própria história. Muitas vezes o sujeito imagina a morte como uma maneira de aliviar a angústia que a vida traz e ele não consegue muitas vezes tratar. Percebe que se o incerto amedronta, a vida sob sentença é detestável. É de suma importância considerar o todo da pessoa, o que ela sempre foi, antes desse processo. Esse é um caminho para entender o significado da velhice.

Reduzindo-a um fortuito, busca-se dar um tratamento ao real que ela sempre escancara. Como os povos primitivos, nós também não acreditamos na morte natural, a não ser transportando-a para o futuro - a velhice. A conjunção tão frequente entre velhice e morte desloca a morte para um futuro sempre incerto e, imaginariamente, sempre longe e no qual não nos vemos. Assim o fazendo, continuamos a desconhecer-la. De toda forma, ter a morte conjugada à velhice imputa a esta todo o horror, reforçando o medo e sua negação (MUCIDA, 2006, P. 136).

Na Idade Média o lugar social ocupado por esta categoria é de um lugar de inferioridade ao outro, a partir do momento em que a pessoa vai perdendo principalmente a força física. Nos feudos, quem detinha o poder era quem realizava trabalhos braçais com vigor. Restava clara as indiferenças com os mais velhos e sua exclusão na vida social e familiar. A grande maioria das pessoas morria jovem, poucos alcançavam os cinquenta anos. Quando atingiam idade avançada tinham valor na família os que eram abastados. Nessa organização social, maior valor não era atribuído à longevidade, mas sim às posses. Em maior ou menor grau, perpassa

por todas as civilizações que o velho sábio e com capacidade de liderar era aquele que fazia parte da classe privilegiada, que detinha o poder político, econômico e cultural. (OLIVEIRA; SANTOS apud MASCARO 1997).

De acordo com Oliveira e Santos (2009) no período entre o século XVI e XIX os idosos continuavam desvalorizados, principalmente pelo advento da revolução industrial e do capitalismo. Esse novo sistema econômico de organização da vida em sociedade foi marcado pela produção mecanizada nas indústrias, gerando transformações sociais e econômicas. Difunde-se a percepção coletiva de que quem não trabalha não produz. Assim, o idoso ficava em desvantagem, muitas vezes ocupando um lugar à margem da sociedade, sobretudo quando não dispunha das condições econômicas necessárias para preservar o bem estar. Essa pode ser entendida como uma semente de elementos observados na realidade atual, que valoriza a vitalidade, o corpo e a rapidez, transformando assim a velhice como algo indesejável.

Com a difusão do cristianismo no Ocidente, foram incentivados os valores da doação e do altruísmo, especialmente aquela associada à contribuição à igreja, que garantia o sustento de muitos órfãos e doentes, em instituições de asilos, sendo que hospitais também foram beneficiados. No que tange à velhice, houve progresso e, ao mesmo tempo, retrocesso, pois os idosos raramente eram mencionados e muitas vezes estavam abandonados na solidão, oprimidos, excluídos por este sistema de caridade que anulava o lugar social do velho. (BEAUVOIR,1990)

O poderoso tinha um lugar de superioridade, enquanto os fracos não tinham vez nem voz. Com a exclusão dos velhos da vida pública, sua experiência e conhecimento tiveram seu papel apagado enquanto os mais jovens tomavam para si as principais decisões da sociedade.

O preconceito perante a velhice encontra-se ao longo de todos os séculos. Os velhos continuaram a não ser aceitos em muitas situações e perderam espaço no trabalho, no grupo social ou no âmbito familiar. O velho muitas vezes consegue através de suas queixas da sua idade avançada retirar dessa fala sustento para sentir-se vivo e alcançar longevidade.

Souza (2006, p. 1) discute o lugar do idoso no passado e no presente:

Estava chegando em casa e meus familiares assistiam ao filme *Um homem chamado cavalo*, em uma determinada cena, uma mulher

idosa era jogada pra fora da tenda porque não tinha nenhum guerreiro que fosse seu marido e ela não teria como sobreviver só. Então, era atirada para a morte, era o que não tinha determinado papel dentro daquele grupo social. Começamos a discutir sobre o absurdo daquela situação, até que em um momento de reflexão, pensamos: será que fazemos diferente? (SOUZA, 2006. P. 01)

Percebe-se que o pai não se reconhece no filho, mudanças ocorrem e o filho já não continua o que era passado de geração para geração. Assim um vazio invade o todo. O reconhecimento que o velho recebia pela experiência adquirida desaparece com a aceleração da história. Geralmente a finitude se torna um problema, outras vezes é compreendida naturalmente como parte da vida. Portanto quem não morrer jovem alcançará a condição de velho.

Inúmeras sociedades respeitam as pessoas idosas enquanto elas têm vigor físico e estão lúcidas. Depois que estão fracas são descartadas, sem valor algum. Era o que se passava com os hotentotes que viviam uma vida seminômade, na África. A relação familiar entre eles é estreita, os termos avôs e avós são usados entre eles sem ter parentescos no grupo, como numa relação de amizade qualquer. Aos 50 anos já eram considerados velhos, não exercendo mais as atividades de trabalho no seu grupo de convívio. Eram então sustentadas pelos filhos. Os denominados idosos pelo grupo eram levados a exercer cargos nos conselhos, em consideração a sua experiência, mas isso não era garantia de que não sofressem desrespeito e negligências pelos próprios filhos. (BEAUVOIR, 1990)

Quando realmente estavam sem força física e mental eram afastados para longe e deixados numa cabana com um pouco de comida. Assim morreriam de fome ou seriam mortos por animais selvagens. Um exemplo próximo de abandono como do filme *A Balada de Narayama* que retrata a vida de uma comunidade pobre do Japão feudal. Pela busca da sobrevivência, os idosos eram levados até a montanha para o encontro da finitude, deixados à mercê. Esse é exemplo de uma cultura que em busca pela vida, proporciona medo e angústia para os mais velhos, que eram escolhidos e destinados à rejeição por serem mais um para alimentar em um momento histórico caracterizado pela escassez de meios para a sobrevivência. Esse era um povo carente que lutava para sobreviver, valendo-se desta forma brutal de tratamento ao idoso, que era encaminhado para um destino sombrio na montanha de Narayama.

Como Simone Beauvoir afirma em *A Velhice*:

As soluções práticas adotadas, pelos primitivos com relação aos problemas que os velhos lhes colocam são muito diversas: pode-se matá-los, deixar que morram, conceder-lhes um mínimo vital, assegurar-lhes um fim confortável, ou mesmo honrá-los e acumulá-los de atenções. Veremos que os povos ditos civilizados eles aplicam os mesmos tratamentos: apenas o assassinato é proibido, quando é disfarçado. (BEAUVOIR, 1990. P. 108).

O envelhecer nos costumes dos bárbaros também era sombrio para os indivíduos. Os velhos deveriam ser poucos numerosos e eram desvalorizados. Com a permanência das hordas guerreiras que se concentravam em solo, o velho nada tinha de positivo a seu favor. O fim da Idade Média foi de muita luta e destruição, inclusive para os estratos sociais mais abastados. Foram-se as técnicas deixadas para trás, as castas desfeitas, classes médias desapareceram, cidades foram despovoadas. O trabalho rural era árduo, tanto que o velho já não dava conta deste manejo. O cristianismo buscava fomentar a tradição dos mais jovens honrarem os pais, o que era raro acontecer. Assim, o mais velho ia perdendo seu papel social juntamente com o familiar.

“Abandonarás teu pai e tua mãe para me seguir” disse o Cristo. Poucos cristãos participavam do Celibato, indo para desertos ou em conventos. Muitos aceitavam os costumes e tinham a religião de práticas exteriores: “Clérigos e leigos resgatam através de devoções suas vidas desregradas”. As crenças em feitiçaria estavam estabelecidas como o medo do diabo era presente entre o respeito aos tabus sexuais e alimentares que eram da época. (BEAUVOIR, 1990)

Neste período e em outros quando o declínio físico se fazia presente, o preconceito social e familiar era nítido. Isso era frequente com o homem no meio rural, quando era contrariado pelo filho, caso ele quisesse manter autoridade que antes exercia, também por não ter mais vigor para o trabalho como antes. O filho já com posses do pai buscava sua vida e o pai era destituído do seu lugar. Assim, o filho já não se via no próprio pai, muitos eram maltratados e acabavam numa situação do velho que era totalmente desfavorecido como aparência socialmente (BEAUVOIR, 1990)

Quando chega um determinado momento, o indivíduo vai perdendo seus papéis sociais e o trabalho não o aceita mais, nessa esfera não é aceito, ele também começa a perder o seu papel no âmbito familiar: o indivíduo começa a ser considerado inútil, um incômodo. Então, ele vai ser destacado em algum lugar, explica. (SOUZA, 2006. P. 01)

A Renascença foi um grande movimento de renovação que iniciou na Itália, marcado pela beleza e juventude. As marcas do envelhecimento não eram valorizadas, sendo inclusive fortemente rejeitadas neste período. A velhice era vista como doença, sinônimo de angústia e tristeza. Já a beleza e a vitalidade dos jovens ganham forte valor na sociedade, principalmente a beleza do corpo da mulher. Os velhos foram vistos como detestáveis pelo padrão estético estabelecido. As mulheres velhas foram alvo cruel de preconceito pela aparência. Em reação a isso são criados artifícios para disfarçar a velhice.

No Renascimento a literatura e as artes exprimem o culto da beleza física do vigor da juventude. O velho é relegado e a velhice interpretada como um estado de doença crônica, cujos sinais é preciso esconder: É a época dos perfumes, perucas e dos elixires da vida longa imposta, mas parecer do que ser.” (SCARAMUJO, 2006 apud BELATO, 2009, P.26).

Na contemporaneidade, a sociedade atual reserva para a velhice muitas reflexões e frente a este tema continua longe de ser incluído. A velhice continua rodeada de adjetivos negativos. Seu significado vem carregado de palavras nada gentis, como a decadência, a inutilidade e a dependência, dando ênfase no envelhecimento que traz um declínio em relação ao corpo jovem, assim sofrendo preconceito social.

Por outro lado, o aumento da longevidade também levou ao questionamento da ideia de que a velhice é a idade da decadência. O envelhecer pode contemplar uma grande novidade e uma nova fase para realizações e descobertas. A ideia do velho que permanece de braços cruzados à espera da morte deixa de ser o estereótipo dominante. Com a transição demográfica e o aumento da expectativa de vida, os velhos também passaram a representar um público atrativo para fins econômicos. Suas aspirações, hábitos e necessidades diferenciadas criaram um amplo mercado a ser satisfeito. Contudo, essa transformação e o alcance da longevidade também continuam associados a sofrimento, como será analisado no capítulo seguinte.

2. SOFRIMENTO PSÍQUICO DO IDOSO

Na década de 40 nasceu a Gerontologia, como uma especialização médica no mundo. Essa área de estudo estabelece que o envelhecimento é um processo comum a todos os seres vivos. Tendo um aumento expressivo da população idosa, os pesquisadores percebem a questão demográfica que apresenta uma população mais idosa no decorrer dos tempos, assim busca pesquisar e entender essa fase do curso da vida. A gerontologia desdobra-se então em três planos: biológico, psicológico e social. Sendo fiel a um posicionamento positivista em todos esses domínios descreve com maior exatidão possível sobre suas manifestações, ao invés de explicar o porquê dos fenômenos. Busca tentar entender a velhice e apreender os multifatores do próprio processo de envelhecimento (BEAUVOIR, 1990).

A psicóloga Ruth Lopes ressalta que os velhos sempre existiram e os centenários também. Porém, hoje em dia nos deparamos com uma velhice mais específica, os velhos desejantes e de todos os tipos, os que se reinventam, além dos mais criativos. É preciso pensar sobre essa velhice que se coloca agora para todos como existência e como perspectiva de existência (LOPES, 2017).

O estudo sobre o envelhecimento humano extrapola o processo sobre os sujeitos, dando ênfase nos contextos sociais aos quais estão inseridos, dentro de sua cultura e da economia. É de suma importância olhar esse contexto para pensar as políticas públicas. O resultado destas políticas depende, além da magnitude do investimento, da consideração de aspectos subjetivos do envelhecimento. Uma vez que a velhice é múltipla é necessário pensar em políticas públicas múltiplas, contemplando quem é o velho daquela região, o que ele precisa, seu desejo, quais as expectativas do ambiente. Não apresentando para o grupo de especialistas estudo de que todos ficaremos do mesmo jeito com atributos negativos. Pensando que os velhos já foram novos e os novos serão velhos na melhor das suposições. Caso esse diálogo não for levado em consideração, poderá ser apavorante para os mais jovens a visão de envelhecimento (LOPES, 2017).

A ideologia ocidental tem dificuldade de encarar o tema do envelhecimento associado à morte, devido ao fato de tudo na cultura estar voltado para a juventude, negando a finitude. Existe possibilidade de um lugar para a velhice ser a representação de um projeto meu, que eu não desejo enxergar. Como consequência eu o nego e retiro de cena. Culturas menos consumidas que conseguem acolher e

lidar de modo menos intimidado com a morte podem fazer com que ela faça parte da vida, ou se consegue pensar ainda em maneiras de elaborar e simbolizar essa finitude. (LOPES, 2017).

É necessário para envelhecer bem, condições dignas, mas o que é ser um velho digno? Será que seria seguir todos os estereótipos da velhice deixando de ser, de fazer, de desejar? Ou pode-se pensar em envelhecer com alegria e diversão mesmo enfrentando as adversidades que surgem e colhendo outras experiências interessantes? Idosos que tem um projeto de vida significativos para sua velhice têm auto estima mais elevada. Aparecem questões do cotidiano que eram feitas com muito gosto, dedicação e envolvimento, como cozinhar, bordar, produzir artesanato. Contavam com muito gosto as histórias do passado, como pescar, e se envolviam com imenso prazer. Nesse fenômeno de longevidade contemporânea tem um velho diferente surgindo.

Fala-se até que a pirâmide etária mudou, ocorrendo, a longo prazo, quase que uma inversão. Os dados demográficos que apontavam para o envelhecimento global da população brasileira posicionavam o idoso no pico da pirâmide como minoria. Atualmente o desenho traz reflexão pois o aumento já mostra um cenário bem diferente devido ao grande aumento de idosos no País. Trata-se de um velho diferente que “sai” dos seus aposentos, dando lugar para os desejos. Porém, a idade vem acompanhada de fragilidades reais. A força já não é como anteriormente, assim como a agilidade e a beleza, que confrontam o desamparo. Sua história se perde, não existe lugar perante a modernidade do mercado. As vias abertas pela cultura à inscrição e inovação de sua vida fica mais limitados, sem conseguir recontar sua própria história, recordar acontecimentos registrados em fotografias. É de suma importância reviver o passado nas lembranças, pois elas sustentam suas aspirações da vida (LOPES, 2017).

É preocupante para as novas gerações que estão por vir, como as leis maravilhosas estão apenas em papéis. Ficam na esperança os programas de atenção ao idoso, enquanto isso não acontece, muitos idosos são levados para os asilos. Nossa sociedade não quer olhar para o idoso porque não consegue se ver no lugar do idoso, como se estivesse rejeitando este mesmo lugar que representa uma parte de nós, omitindo aquilo que seremos. Sistema complexo, o estatuto do idoso é muito completo e bonito se vamos ler o que as emendas trazem. Nele o

idoso tem amparo e benefícios. Porém, sabe-se que o que está no papel nem sempre é efetivo. Sem falar no tempo que é quase uma espera sem fim, os idosos ficam na esperança. O nosso país está despreparado para os problemas decorrentes do processo de envelhecimento.

Conforme Beauvoir menciona em seu livro *A Velhice*, os sofrimentos que surgem para os idosos são muitas vezes consequências da aposentadoria, período em que desenvolvem depressões longas. A moral dos homens costuma decair gradativamente logo após a aposentadoria entre os 65 e 69 anos, a situação econômica defasada como um dos fatores agravantes. Segundo o Dr. Bhajan-Marcus, citado por Beauvoir (1990), essas manifestações depressivas superpõem muitos elementos.

A aposentadoria vivida como luto e exílio inscreve-se num contexto de lutos mal resolvidos, de dependência familiar, de temperamento depressivo, e provavelmente de perturbações circulatórias e glandulares, embora seja difícil identificar cada um desses elementos. (BEAUVOIR, 1990, P. 333)

Essa discussão nos traz para um contexto em que os sujeitos marcados pelo golpe da aposentadoria sentem totalmente nessa nova fase as tristezas da separação, sensação de menos valia, solidão, sentem-se abandonados. Muitas outras perdas a vida impõem nessa etapa: diminuição da saúde física e capacidades; por conta da idade o rendimento é diminuído; perda de vínculos afetivos; círculo de amizade reduzido por efeito da aposentadoria; redução das responsabilidades, viuvez, morte de familiares e amigos, confrontos familiares, isolamento social e falta de perspectivas. Nota-se que entre transtornos e patologias a depressão é a doença psiquiátrica que os idosos mais enfrentam.

Para melhorar essa percepção e sentimento de entediados uma alternativa é recorrer a alguma ocupação que lhes desperte prazer e bem estar, independente de qual for, mas elas vão trazer uma melhoria para o conjunto das funções. Fazer algo que se goste é fundamental para se viver bem.

Quanto mais instruído intelectualmente o sujeito se encontra, tem mais possibilidades de desempenhar atividades variadas e enriquecedoras. Por outro lado, os trabalhadores manuais e aposentados tendem a passar a maior parte do tempo sem nenhuma ocupação definida. Como a instrução e a renda estão

diretamente relacionados, depreende-se que há uma dimensão social importante associada ao sofrimento psíquico do idoso. A população mais pobre pode se encontrar mais vulnerável diante do vazio que pode surgir com a idade.

Existe uma porcentagem alta de inatividade entre os velhos, que se pode afirmar comparado a um “turbilhão de decadência”. Inatividade desenvolve uma apatia capaz de eliminar com todo o desejo de atividade. Assim, o indivíduo vai perdendo seus papéis sociais e o mercado de trabalho não o aceita. Como é excluído deste meio, acaba refletindo no grupo familiar o seu lugar, que também perde espaço e valorização (BEAUVOIR, 1990).

Para os idosos que trabalharam por muitos anos em atividades de baixa remuneração, a parte do orçamento passível de ser destinada ao lazer é diminuta. Vivendo em condições precárias de habitação, não resta sequer um jardim para cultivar, existindo pouco espaço para um mínimo de vida social. Vítimas do excesso de *lazer*, em partes porque a falta de condições limita-os de ir e vir, da sua independência financeira para eles gera sofrimentos não tendo condições de viverem ativos socialmente. Como dar a esses cidadãos idosos motivos de viver ativamente e serem úteis, se o que recebem também não é útil o suficiente para o básico? Dessa forma torna-se ainda mais complexo psicologicamente e socialmente viver bem, implicado num contexto de condições precárias. Assim “a aposentadoria e a desintegração da célula familiar somam-se para tornar solitária, inútil e sinistra a condição do velho”. (BEAUVOIR, 1990)

Dessa forma a velhice envolve múltiplas perspectivas. A aposentadoria é uma nova condição ao idoso, com vantagens, como o descanso e o lazer, e desvantagens, com as mudanças de hábitos de aposentado, sendo que na maioria das vezes o dinheiro não é suficiente para o sustento da família, gerando um sentimento de inutilidade (SOMMAVILLA 2015).

A identidade é definida em grande medida pela atividade que o indivíduo exerce. Com a aposentadoria e a redução da renda que a acompanha, muitas pessoas acabam perdendo a identidade, gerando sofrimento para o sujeito e para a família. Já para os mais abastados a ideia de aposentar-se e ficar em casa para a esposa pode ser uma alegria ver mais o marido. Em geral, os homens, mais ativos no mercado de trabalho, sentem na pele incômodo, diminuído diante da mulher, os

filhos com padrão de vida superior e melhor adaptados à vida moderna, sente uma timidez que surge no dia a dia até para as mais simples atividades.

A aposentadoria atrapalha psicologicamente, financeiramente e socialmente a estrutura do indivíduo. Pois muitos pensam que a velhice é sinônimo de doença e fraqueza. Dizer que alguém é aposentado apenas busca igualar sob mesma denominação os grupos de pessoas que viveram um período determinado de tempo cronológico em sua relação com o trabalho. (MUCIDA, 2004 apud SOMMAVILLA, 2015, p. 29)

Tanto os velhos sem condições como os abastados são vítimas de sua inutilidade. Mas os velhos com melhores condições vivem com mais intensidade e integrados em grupos sociais. Tendem a ser mais ativos e gozar de mais saúde que em outras épocas, enquanto os velhos sem essas vantagens já ficam sem distrações mais atrativas e não se integram tanto a grupos sociais.

Segundo Gorz descreveu em *Le Socialisme difficile*, quando uma atividade forçada é exercida, condiz ao consumo de o sujeito obedecer sem agir. Assim a velhice é passividade, consumo total, o lazer neste sentido da aposentadoria deixa o ser aguardando somente o fim (BEAUVOIR 1990).

Sobre esse aspecto é oportuna a clássica referência de Tocqueville (1945, p. 331):

Remonto-me, de época a época, até mais remota antiguidade, porém não encontro paralelo para o que ocorre ante meus olhos; a partir do momento em que o passado cessou de lançar sua luz sobre o futuro a mente do homem vagueia na obscuridade.

Na atualidade continua o desprestígio aos mais velhos na sociedade, num movimento lento e desconforme dos interesses atuais e dominadores do mundo: o ter e não o ser; tempo é riqueza.

Se pensarmos que o envelhecimento é um processo comum a todos os seres vivos, percebemos que envolve um processo amplo e complexo de um ciclo que acontece do nascimento até a morte. A velhice é definida sob a esfera das perdas, da diminuição de memória, do juízo crítico, da redução da capacidade intelectual e do raciocínio lógico, prejudicando, dessa forma, a vida social e afetiva do idoso. Do ponto de vista biológico, o envelhecimento, tomado como organismo, ocorre gradualmente e pode ser caracterizado, de maneira geral com uma série de perdas que também podem ser encontradas fora da velhice (MUCIDA,2019).

Hervy (2001) ressalta que o envelhecimento é um exercício que aplica uma tomada de posição, que cada sujeito responderá conforme suas capacidades nos aspectos fisiológicos, psicológicos e sociais. Pode-se deduzir que para alterar esse processo em patologias do envelhecimento precisa dessas prováveis “reservas”. (MUCIDA 2019)

Segundo o discurso médico muitos são os fatores que contribuem para uma velhice mais saudável: exercícios, alimentação, hábitos de vida mais saudáveis, atenção com reposição de vitaminas, entre outros.

Para além do organismo, a psicanálise coloca em cena um corpo, atravessado pelo Outro, atravessado pelo desejo, pelo sofrimento, corpo habitado por um sujeito que tem uma maneira própria de conduzir o real. Este surge para o sujeito sob a forma de acontecimentos; não há como negá-lo, mas não é possível nomeá-lo, ele é o que é (MUCIDA, 2019, P. 25).

A obra clássica de Simone Beauvoir, *A velhice* (1996), apresenta o problema em retirar tal concepção, devido que algo escapa àquilo que se constitui a velhice. É difícil falar quando se envelhece e o que se constitui envelhecimento/velhice. A autora traz um ponto de vista da psicanálise muito interessante: o real em cena na velhice e os efeitos da cultura sobre a velhice.

Pode-se levantar duas importantes observações. O sujeito vê sua velhice, pelo olhar do Outro ou ele se vê velho pela cena que o Outro lhe devolve. Segundo Gide:

Se eu não repetisse continuamente para mim mesmo minha idade, certamente não sentiria. E, mesmo repetindo como uma lição a ser decorada; já passei dos 65 anos, tenho dificuldade em me convencer [...] minha alma permaneceu jovem, a tal ponto que me parece sempre que o septuagenário, que indubitavelmente sou, é um papel que assumo; e as deficiências, as fraquezas que me lembram minha idade vêm, como se fossem um ponto de teatro, fazer-me lembrá-la, sempre que eu tender a esquecê-la.” (GIDE *apud* BEAUVOIR, 1996, P. 27)

Beauvoir (1996) ressalta que a velhice é de uma categoria social “mais ou menos valorizada segundo as circunstâncias. É para cada indivíduo, um destino singular”. Pois o sujeito tem na experiência de vida suas inscrições a partir de seus traços e particularidades de sua história vivenciada. Se o social afirma que a velhice é a partir de 60 e 65 anos de idade, igual à aposentadoria, não podemos falar que é a marca da velhice porque isto demonstra um grupo de indivíduos que viveram um período demarcado de tempo cronológico em sua associação com o trabalho. Fora

do período cronológico, fora de algumas transformações, diminuições, para cada ser é único, muitas vezes não é apenas a velhice.

Do ponto de vista psicanalítico, segundo Messy (2002), é possível o envelhecer no significado cronológico, sem transitar pela velhice. Pode-se morrer aos 90 anos sem atravessar esse período. Portanto, há uma diferença entre envelhecimento e velhice. Envelhecer, seria um processo irreversível que se inicia ao nascermos e se encerra com a morte. No transcurso desse período está toda a vida com suas aquisições e perdas. Por outro lado, a velhice está relacionada unicamente ao fato de se chegar à idade avançada, rumo ao fim. A demência não intimidaria, em contraparte à idade avançada, como também a idade não interferiria no psiquismo. A idade cronológica é incerta para se definir a velhice. Dentro de alguns grupos de esportes, aparece a velhice aos 30 anos. O envelhecimento se dá de várias perdas e desinvestimentos objetivos bem como de dedicação objetivos. (MESSY *apud* MUCIDA, 2019)

Neste contexto de velhice, determinando perdas de vínculo com o Outro, institui o luto dos objetos perdidos e a constituição de novas vestimentas para o desejo a partir dos elementos, dos traços marcados por cada um em particular. Para a psicanálise, tanto os escritos quanto a clínica parecem confirmar que essa entrada na velhice se dá quando um fato surge de maneira brutal e há uma ruptura que cessa o equilíbrio entre perdas e aquisições, deixando a pessoa incapaz de se relançar a um novo investimento libidinal (MANNRICH, 2019).

Messy (1999) apresenta mais hipóteses sobre a velhice, com:

“uma ruptura brutal de equilíbrio entre perdas e aquisições, e um processo que se caracteriza pela posição do indivíduo idoso”.
(MESSY *apud* MUCIDA P. 30, 2019).

Para a autora existe algo de novo que se inscreve. Conforme discutido acima, neste conceito negativo, mesmo que não seja a idade cronológica, se pode alcançar idade avançada sem viver a velhice. Seria a categoria social que faz o sujeito não aparecer; a pessoa idosa transforma-se em um habitante da velhice. As interpretações corporais, marcas na pele, diminuição dos reflexos, calvície, cabelos brancos, entre outros surgem em outras pessoas que não estejam idosas. Discurso médico definindo que a idade biológica é o destino, não consegue organizar tal ideia.

Como dizer ou verificar a idade das artérias, ou se o coração é viçoso. (MESSY *apud* MUCIDA, 2019).

Na mesma linha, Mannoni (1995) afirma que a velhice é um estado de espírito e a idade cronológica não é considerada para a velhice devido a ter velhos com 20 anos e jovens com 90 anos. Ou, como Messy fala: somos capazes de ser velhos, nos enxergarmos como velhos, sem vivenciar a velhice ou senti-la “se entra na velhice quando se perde o desejo”. (MANNONI *apud* MUCIDA, 2019)

A dificuldade de falar em velhice retrata a concepção negativa, mesmo que não seja a da idade avançada. É um paradigma da atualidade, como também falar da morte. É necessário conceituar a velhice a partir de um enlaçamento particular com o real, imaginário e simbólico. Ninguém consegue vivenciar a vida ignorando o real das perdas que a velhice produz. Envolvendo a ligação do sujeito com o imaginário, a laboração de luto e a obrigação de recurso terapêutico desse real pelo representativo. Os desejos não tem idade como nossos órgãos que já envelhecem com o tempo. (MUCIDA, 2019)

Várias transformações ocorrem no processo de envelhecimento. As diferenças culturais, individuais, história de vida, bagagem que cada sujeito tem e faz. Parte da sua subjetividade, podendo ser considerada velha aos 30 anos, outros aos 60 ou 70 anos. Isso é subjetivo de cada um, de suas vivências e pensamentos, como se vê nesta fase da vida.

Para a psicanálise a velhice precisa ser olhada para além da idade cronológica ou esgotamento do corpo e sim os aspectos psicológicos que acarretam esta fase da vida. As transformações que acontecem neste processo de envelhecimento, o modo como cada um sente é particular de cada um. As experiências podem ser apropriadas, saudáveis ou doentias. Conforme foi sua história de vida, do bem estar físico, socioeconômico e do que vivem no presente, as mudanças, perdas e medos. O sujeito enfrenta no seu cotidiano os fantasmas do envelhecer, com preconceitos, ideias conservadoras que podem atrapalhar a vida do idoso.

O aumento da população idosa é expressivo desde os anos de 1960. A partir daí começou a crescer muito além que da população de adultos e jovens. O avanço da medicina e da tecnologia é admirável, muitas situações favoráveis

ocorreram que contribuí para o aumento da expectativa de vidas das pessoas e esse agente associado à diminuição da fertilidade na modernidade, contribuiu para que se realizasse uma evidente mudança demográfica. A preocupação com essa faixa etária que está acima dos 65 anos é importante, principalmente para viver melhor, a busca do bem estar físico, mental, psicológico e emocional, relacionamentos sociais, entre outros aspectos que influenciam a vida humana (ALTMAN 2011).

Muitos estudos sobre a qualidade de vida dos idosos vêm sendo trabalhados. Um dos estudos de Capitanini (2000), diz o quanto o idoso na atualidade está vivendo cada vez mais numa crise de sentimentos, como solidão, apatia, desgosto. Em especial nas grandes Metrôpoles acontece de modo mais evidente o afastamento emocional e social, em consequência da diminuição da relação de convivência com vizinhos e a sociedade em geral, ao lado dos vínculos restritos ou até inexistentes. Assim a nossa sociedade efetivamente tem características que provocam o isolamento e a solidão do idoso (ALTMAN 2011).

Nos últimos anos aconteceram muitas mudanças significativas na organização familiar, com a redução do tamanho e da base familiar. Aumentaram as chances de o idoso ficar esquecido no seio familiar, sem os devidos cuidados e atenção. Em várias famílias, o que antes ocupava o lugar de possuidor da vivência e do conhecimento já não existe mais.

Nesta fase da vida acontecem mudanças físicas, intelectuais, particulares ao envelhecimento, que permitem alterações importantes na personalidade e produzem sentimentos permanentes de insegurança, desânimo e aflição, que se mostram através de atitudes inflexíveis, pouco favoráveis às mudanças.

Segundo Goldfarb (1997), a velhice é difícil de ser determinada, pois é um processo que cobre o jeito que o idoso se vê e se percebe e a forma como é visto e notado pelos outros. É essa relação de olhares que vai constituir para cada um a noção de velhice.

Dessa maneira a velhice se apresenta de maneira múltipla e diversificada. Não existe “a velhice”, mas velhice. Muitas vezes, a conotação sociocultural sobre envelhecimento contém preconceitos, à medida que é representada como um momento de decrepitude física, feiura e inutilidade (GOLDFARB apud ALTMAN, 2011).

A forma individual como se dá o enfrentamento desses padrões ajuda para que essa fase da vida seja mais afetuosa ou de sofrimento. O idoso que se

assujeitar-se de sua dificuldade psíquica está em perigo de se reconhecer com suas significações e com os diversos estereótipos atuais, dificultando de ser ele próprio. Como destaca Philip Roth em sua obra *Homem comum*, por meio da apresentação do protagonista central: “A velhice não é uma batalha é um massacre” (ROTH, 2007 apud ALTMAN, 2011, p.114).

O espanto do idoso ao se descobrir velho se compara ao desconcerto entre o que o espelho lhe revela, ou melhor, um corpo enrugado, cabelos brancos, e as experiências vividas. Sua história individual (subjéctiva) nem sempre está conforme com o que os olhos veem (ALTMAN 2011).

Segundo Beauvoir (1990, p. 35):

É uma surpresa, um assombro, perceber-se velho. O espelho mostra o que os outros percebem, mas a pessoa reluta em aceitar a mudança em si própria, velho é sempre o outro. (BEAUVOIR, 1990 apud ALTMAN 2011, P. 35)

É importante ressaltar que o surgimento da psicanálise no nosso contexto cultural produz uma nova configuração de apreender o ser humano. Nos dias de hoje já é viável construir uma conexão entre a psicanálise e o envelhecimento e essa conexão é capaz e favorável, o que é uma motivação para resgatar algumas concepções que se obtém dos escritores literários e iniciadores dessa ciência (ALTMAN, 2011).

A terapia com idosos é também um meio de proporcionar saúde no idoso, podendo favorecer processos produtivos que auxiliam no processo do envelhecimento, construindo-se como interessantes motivos para o avanço de investigação na área (SANTOS et al., 2019).

O processo de envelhecimento saudável vai muito além de uma forma instintiva apresentada socialmente. Pois, envolve transformação permanente, causadora de mudanças tanto psíquicas, físicas, neurológicas, fisiológicas, como também de vida, que pode, por vezes, ser gerador de sofrimento e angústia frente às perdas que gradativamente vão surgindo nesta fase.

Portanto, entende-se que o envelhecimento é de ordem complexa e multifatorial. A instabilidade de cada indivíduo (genética e ambiental) acaba contendo uma certa organização de padrões. Somente a idade cronológica não determina o envelhecimento. Este consiste em um conjunto de elementos. A idade é

apenas uma das razões existentes no processo de avanço como alusão à passagem do tempo. Evento natural, causador de aumento de cansaço, fragilidade, devido à força das perdas à saúde e hábitos de vida. “É um processo de perda orgânica e funcional, não decorrente de doença, que acontece inevitavelmente com o passar do tempo” (ERMINDA, 1999 apud AIRES; PAZ; PEROSA, 2006, p. 2).

A partir desse pensamento, constata-se que a velhice é compreendida em sua totalidade, como um fator social e cultural por ser um fenômeno biológico com consequências psicológicas, tendo em vista que muitos comportamentos são indicados como características da velhice.

Como todas as condições humanas, a velhice de forma existencial muda a relação do indivíduo com o tempo, causando modificação das suas vivências no contexto social e com sua própria história. Entendendo o real significado das alterações decorrentes do processo de envelhecimento, havendo também um suporte dos profissionais da saúde com estratégias baseadas na prática que autorizam o cuidado da autonomia e liberdade do idoso. Pensando no contexto da pessoa, o que ela sempre foi antes dessa transformação, podendo, assim, fazer um vínculo significativo de empatia no momento em que o idoso busca o profissional.

Em um estudo com idosos, Freitas, Queiroz e Sousa (2010) analisaram o significado da velhice e como foi o envelhecer para cada participante da pesquisa, cadastrados no Programa Saúde da família (PSF). O trabalho relata as fragilidades na velhice, fase em que se convive com muitas perdas. Segundo os autores, muitos entrevistados relatam essa experiência de envelhecer, as conquistas pessoais, materiais, família que formaram. Compreendem a velhice como uma fase da vida mais abundante e profunda. Outros são resistentes quanto as transformações, modo de ver a velhice, suas bagagens de vivências e sofrimento. Por cada um estão sustentados no movimento com o social, valores, olhar do outro, para um envelhecer com qualidade de vida. Investigar sobre a velhice é avançar à uma competição de consciência à moral social que em geral exclui o idoso, sendo na atualidade naturalizado para grande parte da sociedade (FREITAS; QUEIROZ; SOUSA, 2010).

Na sociedade atual o envelhecimento repercute com relevância principalmente quando enfatiza aspectos da saúde. Investigações sobre o aumento da longevidade, a busca pela qualidade de vida, hábitos saudáveis são um desafio

e, também, um motivador para o crescimento de políticas públicas que possibilitam autonomia e maior liberdade para condição de vida saudável (MARI *et al.*, 2016).

O envelhecimento acontece ao longo de toda a vida, mas é quando as pessoas se aproximam dos 60 anos que sentem a particularidade dessa ação mais evidente. O aprendizado das pessoas sobre sua vida saudável tem uma expectativa, um encontro importante sobre saúde e atividade do envelhecimento, observação dos conhecimentos influenciando a replicar as necessidades do cotidiano (MARI *et al.*, 2016).

A análise sobre a saúde rodeia perspectivas subjetivas e objetivas, ocorrendo relações que sentem julgados e julgam sua própria existência. Percebe uma consciência negativa sobre sua própria saúde, a pessoa sente mal estar, tristezas, aflições, incômodo, podendo estar atrelada a aspectos sociais, culturais, psicológicos e ambientais. A pesquisa em mulheres com baixa escolaridade, idade avançada, negros, tem manifestado seguidamente saúde frágil, numa clara perspectiva negativa (MARI *et al.*, 2016).

O sofrimento psíquico do idoso está atrelado a um conjunto de fatores psicológicos que, mesmo sem apresentar doença dá sinais e sintomas que definem o sofrimento. Como expressões de inibições, angústias, ansiedade, compulsões a repetições dentre outras (HILLER; BELLATO; ARAÚJO, 2011). Aristóteles já alertava que viver é movimento, declarando que atividade é essencial à felicidade. Se a vida ficar sem ação completamente, rapidamente fica detestável, gerando sofrimento.

É de suma importância entender e aceitar o envelhecimento como um processo para se viver com saúde e liberdade. As pessoas que vivem a velhice a experimentam de maneira distinta e individual, com qualidade de vida na perspectiva de maior longevidade. Por outro lado, excessos para a vida acarretam sofrimentos para o corpo, sofrimento psíquico, mas existem alternativas viáveis para alcançar bem-estar e um envelhecimento saudável (MARI *et al.*, 2016).

As ideias colocadas pelos autores anteriormente referidos remetem ao cuidado com a alimentação saudável e a organização de rotinas, com atividades diárias, como formas de envelhecer com saúde. Apontam ainda que a idade cronológica em si não é um fator determinante de envelhecimento, mas aparece

como característica da passagem do tempo. Os idosos carregam fragilidades inseguranças, mas percebe-se que, segundo Beauvoir (2000):

Assim, o hábito assegura ao velho uma espécie de segurança ontológica. Através do hábito, o velho sabe quem é. O hábito o protege contra suas ansiedades difusas assegurando-lhe que amanhã repartirá hoje. Só que esta construção, que ele opõe ao arbitrário de outrem e aos perigos com os quais esse arbitrário povoa o mundo, está, ela mesma, em perigo no mundo dependente das vontades de outrem. Porque é a sua defesa contra a angústia o hábito torna-se objeto no qual se concentram todas as angústias: à ideia de ter que abandoná-lo, o velho sente que “a morte está no seu encaço”. (2000, p. 574).

O hábito estando bem integrado é enriquecedor, através do mesmo se pode tomar decisões importantes juntamente com mudanças de comportamento para melhor viver.

Bianchi (1993) também chama a atenção para o fato de que o envelhecimento implica um conjunto de renúncias narcísicas que se opõem aos desejos infantis: ser-tudo, ser-por-todo-o-tempo, ser investido sem obrigação de reciprocidade e dispor do objeto amado. Ainda segundo esse autor, na velhice existe um trabalho de aceitação da realidade que pode dar lugar a um sentimento de castração do sujeito em seu próprio ser, porque não é o outro que se vai perder, mas a si mesmo. Dessa forma, o trabalho do luto do eu e do corpo constitui-se em uma problemática narcísico-depressiva (ALTMAN 2011).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Esse trabalho procurou analisar como o transcurso do tempo e o envelhecimento afeta a saúde das pessoas e, a partir da literatura do campo da psicologia, discutir o significado desse processo e implicações para a saúde psíquica. Entre as questões de maior relevância discutidas nesse trabalho estão a identificação de alternativas para minimizar o sofrimento psíquico do idoso no sentido de o sujeito ser o protagonista de suas escolhas na vida, assim como os meios para lidar com as perdas nesta fase de transformações.

A pesquisa discute uma nova perspectiva da experiência de envelhecer, o significado real das mudanças decorrentes do envelhecimento e o sofrimento psíquico do idoso frente as perdas que esta dimensão acarreta.

Ao longo da história ocorreram importantes mudanças nas sociedades em relação ao lugar e papel desempenhado pelos mais velhos e as formas de envelhecer. A preocupação com o envelhecer e com a aparência gradativamente tomou sentido diferente que em outras épocas. Com o avanço da ciência médica, muitas conquistas foram alcançadas para ajudar o idoso.

Para a psicanálise a velhice precisa ser olhada para além da idade cronológica, e sim ser considerado os aspectos psicológicos, as perdas que essa fase acarreta.

A preocupação com a velhice e com a fisionomia revela inclusive medo do preconceito social, ou seja, um permanente desejo de a aparência não mostrar a idade e de ser útil socialmente por tempo mais longo. A própria aposentadoria é uma fase que, por outra, causa sentimento diferentes nas pessoas, exatamente por ficar entre o sentimento de obrigação cumprida e o sentimento de não ser mais preciso.

Novos modos de inclusão do idoso no dia a dia precisam ser refletidas para que ele permaneça ativo, tendo em vista o seu maior tempo vago, de que dispõe com a aposentadoria ou a saída do mercado de trabalho. A mudança de hábitos, o contato com amigos e a confraternização em família são momentos significativos nesse estágio da vida. Estando bem integrado através do mesmo se consegue tomar decisões significativas, também com mudanças de comportamento para

melhor viver. Caso não for respeitado ou reconhecido, o idoso pode acabar adoecendo e precisando da ajuda de um profissional.

Perante todas essas circunstâncias é claro a importância de o idoso recriar o cotidiano por meio de ocupações, em que realize algo que o faça sentir-se útil, que seja prazeroso para si próprio, independente de qual for a atividade. Enfim, ter um passa tempo que o ajude a romper com o isolamento e a segurar corpo e mente ativos. Assim sendo uma hipótese ao envelhecimento saudável. O avanço da medicina e a variedade de alimentos disponíveis tornam mais fácil a manutenção de boa saúde, mas isso não é suficiente.

As limitações que o idoso sofre em sua saúde, com o envelhecimento, muitas vezes não o possibilitam de exercer plenamente o seu papel de sujeito socialmente ativo. A inserção de idosos em grupos religiosos ou grupos de convivências, por exemplo, poderão proporcionar uma mudança no paradigma da velhice. Benefícios que esses grupos trazem para a vida dos idosos, os idosos interagem assim socialmente, o que traz melhorias para o seu bem estar.

Ao concluir este estudo destaca-se a importância do psicólogo para ajudar o idoso a pensar maneiras diferentes em relação ao envelhecimento e manifestar meios que permitem novo sentido aos seus dias, que envelhecer pode contemplar uma grande novidade e uma fase para realizações e descobertas.

O idoso pode resgatar o sentido do processo de envelhecimento como reparação, sempre peculiar às suas motivações pessoais e suscetível de realizar. Nos dias de hoje uma parcela maior dos idosos estão atentos à saúde e mais conscientes da importância do cuidado com a saúde, de uma alimentação saudável, prática de exercícios físicos regulares, de conviver em grupos sociais. É fundamental aceitar o processo de envelhecimento para se viver com saúde e liberdade na perspectiva de maior longevidade.

Os velhos desde sempre deveriam ser referência pelas experiências vividas, pela importância que tem as suas memórias para a reconstrução e estabilidade social. eles precisam ser escutados e serem considerados por seus posicionamentos dentro do contexto em que estão inseridos.

REFERÊNCIAL BIBLIOGRÁFICO

AIRES, Marinês; PAZ, Adriana; PEROSA, Cleci. **O de dependência e características de pessoas idosas institucionalizadas.** Disponível em <file:///C:/Users/User/Downloads/79-Texto%20do%20artigo-354-1-10-20061206.pdf>

ALTMAN, Miriam; **O envelhecimento à luz da psicanálise.** Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-58352011000100016>

BEAUVOIR, S. **A velhice.** Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.

DOURADO, Romilson; **Um velho assunto para refletir.** 2006 Disponível em <https://www.rdnnews.com.br/blog-do-romilson/artigos/um-velho-assunto-para-refletir/32617>

FREITAS, Maria Célia de; QUEIROZ, Terezinha Almeida; SOUSA, Jacy Aurélia Vieira de. O significado da velhice e da experiência de envelhecer para os idosos. **Rev. esc. enferm.** USP, São Paulo, v. 44, n. 2, p. 407-412, jun. 2010. <http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0080-62342010000200024&lng=pt&nrm=iso>.

HILLER, Marilene; BELLATO, Rosene; ARAÚJO, Laura. **Cuidado familiar a idosa em condição crônica por sofrimento psíquico.** Disponível em <https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1414-81452011000300015>

LOPES, Ruth. **Velhice: potência de vida ou sinônimo de “lixo social”?** Disponível em <https://www.youtube.com/watch?v=4jX5WWR5zi0>

MANNRICH, Luciana. **Algumas observações sobre o tempo e o acompanhamento terapêutico no envelhecimento.** Boletim Online SEDES, n. 50, 2019. Disponível em: <http://www.sedes.org.br/Departamentos/Psicanalise/index.php?apg=b_visor&pub=50&ordem=18#_edn1>. Acesso em: 22 nov. 2020.

MARI, Fernanda; ALVES, Gehysa; AERTS, Denise; CAMARA, Sheila. **O processo de envelhecimento e a saúde: o que pensam as pessoas de meia-idade sobre o tema.** Disponível em <https://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1809-98232016000100035&script=sci_arttext&lng=pt#B01>

MIRANDA, Luciane; BANHATO, Eliane. **Qualidade de vida na terceira idade: a influência da participação em grupos.** Disponível em <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/psipesq/v2n1/v2n1a09.pdf>

MUCIDA, Ângela; **O sujeito não envelhece.** Belo Horizonte: Autêntica, 2019.

OLIVEIRA, Sandra; SANTOS, Gláucia. **Construção sócio-histórica e midiática da velhice.** Disponível em <file:///C:/Users/User/Downloads/169-Texto%20do%20artigo-4890-3-10-20101206%20(1).pdf>

SOMMAVILLA, Liziane; **O sofrimento psíquico dos idosos**. Disponível em <<https://bibliodigital.unijui.edu.br:8443/xmlui/bitstream/handle/123456789/3735/Liziane%20Sommavilla.pdf?sequence=1&isAllowed=y>>

TAVARES, R. E., JESUS, M. C. P. D., MACHADO, D. R., BRAGA, V. A. S., TOCANTINS, F. R., & MERIGHI, M. A. B. (2017). Envelhecimento saudável na perspectiva de idosos: uma revisão integrativa. **Revista brasileira de geriatria e gerontologia**, 20(6), 878-889. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/rbgb/v20n6/pt_1809-9823-rbgb-20-06-00878.pdf>.