

3 - SESSÃO ARTIGO TÉCNICO/REVISÃO

A PERSPECTIVA DO ENVELHECIMENTO EM RELAÇÃO À PERDA DA AUTONOMIA: POSSÍVEIS IMPLICAÇÕES NO EMOCIONAL DO INDIVÍDUO

Thomaz Décio Abdalla Siqueira¹

RESUMO

A preocupação com o envelhecimento e as mudanças trazidas pela idade têm mobilizado o homem das mais diversas culturas. A busca constante do rejuvenescimento através do uso de cremes e cirurgias plásticas, revelam as dificuldades que os indivíduos possuem de aceitar o seu envelhecer como um processo normal do ciclo de vida. Podemos perceber que, tais procedimentos reforçam a associação de juventude com saúde e felicidade, o que nem sempre é verdadeiro porque também existem jovens doentes, carentes e depressivos. Ao envelhecer, o homem está sujeito a transformações, ganhos e perdas. Preparar-se para esta fase, não significa considerá-la como final da etapa, mas respeitar suas características, necessidades e objetivos próprios. A perda da autonomia física ou profissional podem ser causas de doenças, isolamento e depressão. A maneira de lidar com essas situações dependerão da forma como a pessoa enfrentou as crises anteriores. Se conseguir adquirir senso de ajuda e solidariedade, terá condições de aceitar as limitações inevitáveis impostas neste período e encarar a finitude da vida. Entretanto, se houve falta de integração do ego, ocorrerá o desespero e o sentimento de que o tempo é curto e não é possível experimentar outras formas de sobrevivência, por isso, a perplexidade e o temor da morte estarão sempre presentes. Em nossa sociedade, as pessoas são avaliadas pelo que produzem, por isso, depender dos outros para a realização de determinadas tarefas, torna-se difícil e penoso. Abordando essas discussões o trabalho enfatiza a velhice e suas características, os aspectos evolucionais propostos por algumas teorias. Propõe também, uma abordagem sobre as principais mudanças biopsicossociais da problemática que envolve solidariedade, preconceito e perda de autonomia.

Palavras Chave: Envelhecimento, Auto-Estima, Auto-Percepção, Mudanças Comportamentais.

ABSTRACT

The concern with the aging and the changes brought by the age they have been mobilizing the man of the most several cultures. The constant search of the rejuvenating through use of creams and plastic surgeries, they reveal the difficulties that the individuals possess of accepting yours to age as a normal process of the life cycle. We can notice that, such procedures reinforce the association that if of youth with health and happiness, which not always it is true because youth's sick, lacking and depression also exist. When aging, the man is subject to transformations, won and losses. To get ready for this phase, it doesn't mean to consider her as final of the stage, but to respect your characteristics, needs and objectives. A loss of the autonomy physical or

¹ Professor Adjunto Nível IV da Faculdade de Educação Física – FEF da Universidade Federal do Amazonas – UFAM – Doutor em Psicologia Clínica e realizando sua pesquisa de pós-doutorado pela Universidade de São Paulo – Departamento de Psicologia Social e do Trabalho. (E-mail: thomazabdalla@hotmail.com)

professional can be causes of diseases, isolation and depression. The way to work with those situations will depend in the way as the person it faced the previous crises. She got to acquire sense of help and solidarity; he/she will have conditions of accepting the inevitable limitations imposed in this period and to face the finitude of the life. However, there was been it lacks disintegration of the ego, it will happen the despair and the feeling that the time is short and it is not possible to try other survival forms, for that, the perplexity and the fear of the death always presents. In our society, the people are appraised for the you/they produce, for that, to depend of the other ones for the accomplishment certain tasks; he/she becomes difficult and painful. Approaching those discussions the work emphasizes the age and your characteristics, the aspects evolve proposed by some theories. He/she/you also proposes, an approach on the main changes biopsycosocials of the problem that it involves solidarity, prejudice and autonomy loss.

Key Words: Aging, Self-esteem, Solemnity-perception, Behaviors Changes

INTRODUÇÃO

A perda a autonomia física e social, acarreta muito sofrimento aos indivíduos, desta forma, é de suma importância à realização de um estudo do referido processo, a fim de que possamos ter um maior conhecimento à cerca do que acontece com as pessoas, para promovermos o resgate de sua saúde mental.

Para os seres humanos, a impossibilidade de realizar determinadas atividades e tarefas, que eram executadas sem dificuldade, acarreta um grande sofrimento, contribuindo algumas vezes para o seu adoecer psíquico.

Desta forma, este artigo visa subsídios para tratarmos as questões do envelhecimento e suas implicações no emocional do sujeito.

O ENVELHECIMENTO NO CONTEXTO HISTÓRICO

Durante o processo de desenvolvimento da humanidade, o mundo sofreu grandes transformações as ciências, na indústria e na tecnologia. O Homem sentiu os efeitos destas mudanças, usufruindo dos benefícios e malefícios de toda esta ação.

Para um melhor entendimento da influência destes aspectos no processo de envelhecimento², devemos entender como a sociedade e o meio cultural percebiam o idoso.

² "Envelhecer de forma bela e digna é, ao mesmo tempo, ciência e arte." Mestre Ana Aslan.

Léger (1994) enfatiza o envelhecimento como um processo que é reforçado por pontos de vista equivocados, recheados de mitos e crendices. Segundo o autor, nesta fase estão contidos medos, angústias, conflitos, inquietação e fragilidade.

"No estudo da velhice, como outros temas sociais, há muita confusão entre fatos científicos e mitos da opinião pública. Estas concepções baseiam-se nos valores repassados pelas culturas dos tempos remotos". (MORAGAS, 1997: 6).

O referido autor afirma que a batalha travada contra a morte e conseqüentemente, contra o envelhecimento, tem sido tema literário desde Zeus, Cronos e Fautos (vida eterna através de um pacto com o diabo) até as diversas formas que garante consciente ou inconsciente, o não desaparecimento do mundo sensível.

O mito da imortalidade que surge como uma maneira de restabelecer a juventude fez parte da cultura dos povos babilônicos. Para eles a contenda entre jovens e anciãos, demonstra que os idosos estavam prestes a perder o domínio sobre os jovens, que precisavam deles para suprir as suas necessidades, assumindo o poder após sua morte.

Moragas (1997), afirma que por intermédio das obras literárias da antiga Grécia podemos perceber a existência de dados concretos à cerca da concepção do envelhecimento³. A ideologia defendida na Grécia Clássica valorizava a beleza, a força e a juventude, ficando o idoso relegado ao segundo plano. Para o referido povo, a morte e a velhice eram tidas como castigo.

Lorda (1995) refere que nas sociedades primitivas o ancião era valorizado pelo privilégio da longevidade, por isso, ocupava um lugar de destaque, pois esta fase era vinculada à sabedoria e experiência, sendo associada ao sagrado. Destaca também, que na China em épocas longínquas, as pessoas de mais idade conquistavam uma condição privilegiada, portanto o fim supremo do homem consistia em alcançar a longevidade.

Costa (1998) destaca que muitas sociedades dão importância as pessoas de idade enquanto estas permanecem lúcidas e robustas, livrando-se delas quando ficam

³ Envelhecer é um fenômeno que, embora muitos considerem natural, cada vez mais vem sendo encarado por cientistas, pesquisadores e médicos como uma doença. A única diferença entre a doença do envelhecimento e outras doenças é que a primeira afeta todos os homens e mulheres do mundo.

velhas e caducas. Por outro lado, dependendo da condição sócio-econômica, esta poderia estar no apogeu ou no ponto mais baixo da escala social. A autora enfatiza que o sentido e o valor da velhice é o sentido conferido pelos homens à existência, sendo guiado pelo seu sistema global de valores.

Fernandes (1977), ressalta que em 2.300 a.C., o Código de Hanurabi destacava as primeiras diferenças jurídicas entre a infância e a idade adulta, contemplando o direito dos velhos em meio às suas prescrições legais.

O historiador Tito Lívio destaca o respeito do povo judaico pela velhice. No livro de Deuteronômio: "*Levantar-te às diante dos cabelos brancos e honrarás a pessoa do velho*".

Fernandes (1997), conta que na Inglaterra no século XVIII, ficou estabelecido que as pessoas idosas devessem conservar suas propriedades até a morte, sendo o primeiro país a estabelecer a utilização do testamento.

A Encíclica *De Rerum Novarum* (Fatos Novos, 1891), do Papa Leão XIII, sugeria a divisão do dia em três turnos de oito horas: um para o trabalho, outro para o descanso e o último para o lazer, convivência familiar e satisfações sociais. A Inglaterra foi o primeiro país a adotar programas de cuidados especiais em função do envelhecimento.

"Terminando o conflito (1939-45), percebeu-se o drama de muitos milhares de aposentados e cidadãos mais velhos, mobilizados para trabalhar em serviços essenciais (correios, transportes, etc.). Muitos, assim como os soldados veteranos desajustados e com envelhecimento precoce, obrigam o país a implantar serviços geriátricos e gerontológicos que desde 1947-48 deram ao país grande dianteira neste setor". (FERNANDES, 1997: 35).

Esse breve relato histórico tem como função denunciar a importância das questões sociais envolvidas na problemática do envelhecimento, levando-nos a refletir sobre a situação do idoso e a falta de envolvimento político em favor desta faixa etária.

A CONQUISTA DA LONGEVIDADE

Para Campos (1998), nas sociedades modernas a juventude tem mais privilégios do que os idosos, pois existe uma tendência para o trabalho e o consumo. Por isso, os adultos velhos não se consideram anciãos, porque é estabelecida uma relação entre velhice, enfermidade, solidão, pobreza e rejeição social.

Conforme Mendiondo (1996), o fenômeno do envelhecimento na América Latina, causou um grande impacto sócio-econômico, abrangendo os seguintes aspectos: A queda da proporção entre o número de idosos e a população entre 15 - 59 anos, aumentando o nível de dependência econômica dos aposentados em relação à população economicamente ativa. A saída da grande parte da população das zonas rurais para as zonas urbanas, acarretando uma queda na produtividade nestas regiões. A família tradicional deslocou o seu papel para o Estado, tornando-se caro o assistencialismo em relação aos cuidados dos idosos pelo sistema previdenciário nacional⁴.

Para Silva (1994), a população de idosos no Brasil, entre 1950 e 2025, crescerá dezesseis vezes mais que a população total, colocando-nos em termos absolutos como a sexta população de idosos do mundo. Para Kinsella (1994), este fenômeno deve-se à passagem de um estado de alta mortalidade e alta fertilidade a um estado de baixa mortalidade.

Conceição (1995), afirma que o objetivo das políticas de controle da natalidade era de diminuir a relação de dependência, ou seja, reduzir a quantidade de pessoas em idade improdutiva, gerando uma maioria de pessoas em idade ativa e produtiva. A redução do número de nascimentos e o aumento da expectativa de vida estão estimulando uma oposição de resultados: ocorre a redução dos dependentes de menor idade, mas há o aumento de dependentes idosos.

Blazer (1998) acredita que os fatores genéticos, associados à qualidade de vida e os tratamentos preventivos poderão contribuir para um envelhecimento saudável. Porém, são poucas as pessoas que conseguem atingir este privilégio.

⁴ Muito pode ser feito para tratamento dos sinais de envelhecimento e, especialmente, para prevenir que os mesmos ocorram. Um excitante futuro, livre da dor e problemas da idade avançada está logo à frente (Dr. Fernando Almeida, 2006)

Moragas (1997) considera que a representação social das pessoas idosas sofreu uma série de mudanças em virtude da necessidade da criação de categorias mais adequadas à nova ordem social. O indivíduo velho fazia parte de uma classe de pessoas ociosas e de poucas condições financeiras. Nos últimos anos, busca-se aliviar a tensão e afastar a solidão através de várias maneiras. Veras (1997) acredita que os grupos de terceira idade oferecem um espaço para o envelhecimento sadio, onde viagens, passeios e programas culturais auxiliam os idosos há preencher seu tempo com atividades de lazer extremamente positivas.

Cordioli (1998) salienta que a velhice faz parte do contexto da sociedade moderna, por isso, deve-se valorizar o espaço aberto para novas possibilidades de um modo de vida saudável, rompendo com comportamentos tradicionais, onde os idosos faziam pouco movimento. Muitos idosos buscam um caminho para a conquista da longevidade realizando atividades que antes não lhes eram permitido.

De acordo com Morongas (1997), a psicologia trata do envelhecimento há poucos anos. Muitas das contribuições da psicogerontologia se caracterizam pela ênfase do psicológico sobre o "normal", preceito habitual dos pesquisadores ao iniciarem o estudo do envelhecimento, embora, os sujeitos patológicos constituam somente uma pequena parte da população atingida.

Krassoievitch (1993) ressalta que o ego do idoso possui menores recursos energéticos para fazer frente às mudanças, problemas e conflitos que se apresentam no mundo externo e interno. A autora defende a existência de três conseqüências para evidenciar este fato. A primeira constitui-se na insuficiência dos mecanismos psicológicos de defesa habituais. A segunda é que, ao contar com menos energia, o aparelho psíquico tem que atender a alguns assuntos urgentes em detrimento de outros. O terceiro aspecto é a oposição entre as forças biológicas e os recursos que, em geral, estão reduzidos para satisfazê-las⁵. Por sua vez, este aspecto pode levar ao uso exagerado de mecanismos protetores, em especial aqueles que reforçam a repressão.

⁵ Medicina Anti-Envelhecimento é o estímulo e acréscimo de elementos humanos "naturais" para ajudar a assegurar que o corpo seja capaz de regenerar-se, utilizando os mesmos processos naturais, disponibilizando-os na idade avançada. Em suma, anti-envelhecimento é o complemento das necessidades do corpo à medida que envelhecemos, para ajudá-lo a continuar o bom desempenho de suas atividades. Linus Pauling, prêmio Nobel, chamou isso de Medicina Ortomolecular.

REFERÊNCIAS

- BLAZER, M. I. **Caminhos do envelhecer**. Rio de Janeiro: Zahar, 1998.
- CAMPOS, Alex. **A boa idade**. São Paulo: Difel, 1998.
- CONCEIÇÃO, M. A. **Formação e rompimento de vínculos afetivos**. Porto Alegre: Artmed, 1995.
- CORDIOLI, A. V. **Psicoterapias: abordagens atuais**. Porto Alegre: Artmed, 1998.
- COSTA, E. M. **Gerontograma: a velhice em cena**. São Paulo: Ágora, 1998.
- FERNANDES, F. S. **As pessoas idosas na legislação brasileira**. São Paulo: Letras, 1997.
- KINSELLA, K. G. **Uma população mundial saudável**. Rio de Janeiro: Interamérica, 1994.
- KRASOIEVITCH, M. **Psicoterapia geriátrica**. São Paulo: Editora Globo, 1993.
- LÉGER, J. M. **Psicopatologia do envelhecimento**. Rio de Janeiro: Vozes, 1994.
- LORDA, R. **Recreação na terceira idade**. Rio de Janeiro: Sprint, 1995.
- MEDIONDO, M. S. Z. **Os costumes da vida cotidiana dos idosos**. Porto Alegre: Artmed, 1996.
- MORAGAS, R. **Gerontologia social: envelhecimento e qualidade de vida**. Porto Alegre: Sulina, 1997.
- SILVA, M. A. D. **Quem ama não adocece**. São Paulo: Best-Seller, 1994.
- VERAS, R. **Terceira idade: desafio para o terceiro milênio**. Rio de Janeiro: Unati, 1997.