

## **ASPECTOS SOCIOCULTURAIS RELACIONADOS AO SENTIMENTO DE SATISFAÇÃO COM A VIDA EM PESSOAS IDOSAS**

### **SOCIOCULTURAL ASPECTS RELATED TO THE FEELING OF SATISFACTION WITH LIFE IN ELDERLY PEOPLE**

Alexandre Ferreira Soares

Denise Machado Duran Gutierrez

Quezia Amaral Silva Teixeira

## **RESUMO**

A satisfação com a vida é um conceito que confronta a análise subjetiva que uma pessoa faz sobre as condições concretas de vida e suas expectativas. Essas expectativas sofrem influência dos contextos socioculturais. Estudar o que é uma vida satisfatória permite visualizar aspectos históricos, culturais e sociais de determinado contexto, população e faixa etária. Este estudo buscou compreender quais aspectos estão relacionados ao sentimento de satisfação com a vida em pessoas idosas. Utilizou-se de método qualitativo. Participaram da pesquisa 14 pessoas idosas. O instrumento utilizado para coleta de dados foi a produção de cartas, escritas pelos participantes. O tratamento dos dados se deu por Análise de Conteúdo. A satisfação com a vida aparece relacionada com “Relações Afetivas”, “Estilo de Vida Saudável”, “Fase do Desenvolvimento Humano” e “Religiosidade”. As relações afetivas e as condições de manutenção dessas relações aparecem como essência do sentimento de satisfação com a vida.

**Palavras chave:** Pessoa Idosa; Vínculo Afetivo; Estilo de Vida Saudável; Desenvolvimento Humano; Espiritualidade.

## **ABSTRACT**

Life satisfaction is a concept that confronts the subjective analysis that a person makes about the concrete conditions of life and their expectations. These expectations are influenced by socio-cultural contexts. Studying what a satisfying life is allows us to visualize historical, cultural and social aspects of a given context, population and age group. This study sought to understand which aspects are related to the feeling of satisfaction with life in elderly people. A qualitative method was used. 14 elderly people participated in the research. The instrument used for data collection was the production of letters, written by the participants. The data were treated using Content Analysis. Satisfaction with life appears related to “Affective Relationships”, “Healthy Lifestyle”, “Human Development Phase” and “Religiosity”. Affective relationships and the conditions for maintaining these relationships appear as the essence of the feeling of satisfaction with life.

**Keywords:** Elderly; Affective Bond; Healthy lifestyle; Human development; Spirituality.

## INTRODUÇÃO

O envelhecimento populacional tem sido visto tanto como uma ameaça ao sistema de saúde quanto um tipo de mercado promissor (OLIVEIRA & ALVES, 2014), o que parece “crise” para alguns é visto como oportunidade para outros. Para Quaresma e Ribeirinho (2016, p.48) “*O processo de envelhecimento de cada um, na diversidade das biografias e heterogeneidade das identidades, estrutura-se no ambiente físico, social e cultural em que vivemos. É um processo em construção*” que integra o desenvolvimento econômico, social e cultural.

Os sentidos do envelhecimento estão atrelados às subjetividades dos seres humanos – seres ativos, interativos e históricos – dialeticamente constituídos de vivências/consequências do passado e projeção de futuro, em um processo de contínuas transformações físicas, psíquicas e sociais. As significações no imaginário popular sobre o ser humano, a família e a sociedade sofrem mudanças constantes no percurso histórico. O estudo dessas significações ajuda a compreender melhor a realidade social (MARTINS, 2013) e a produzir evidências que contribuam para propostas de políticas públicas mais assertivas.

A compreensão sobre os significados atribuídos à velhice é de grande relevância, uma vez que a convivência com pessoas centenárias se torna cada dia mais comum. Com isso, gestores dos serviços de atendimento à pessoa idosa precisam estar preparados, humanizados e sensíveis às vivências destas pessoas, na intenção de melhorar o acolhimento, o respeito e a valorização daqueles que envelhecem, dignificando a vida e as pessoas (BIOLCHI, PORTELLA & COLUSSI, 2014).

Envelhecer com qualidade pressupõe a ação conjunta das políticas sociais, das instâncias do conhecimento e da organização social com vistas a garantir a dignidade, segurança e respeito pelos direitos humanos (QUARESMA & RIBEIRINHO, 2016). Nessa conjuntura, a psicologia pode auxiliar na superação de posições equivocadas sobre o envelhecimento, contribuindo para que as pessoas passem pela “velhice” como uma experiência satisfatória no curso de vida (RIBEIRO, 2015).

Para Vygotsky a psicologia “*se prestaria ao [...] rastreamento da criação do mundo interior da pessoa*” (GUTIERREZ; MASCARENHAS & LEÓN, 2015, p. 30), buscando compreender a construção das subjetividades a partir do campo da linguagem, seus significados e sentidos. Com o que é dito pelo outro, pode-se rastrear a construção do mundo simbólico, das ideias, das subjetividades.

Na literatura, a percepção das pessoas idosas sobre si aparece correlacionada a saúde global e compreende aspectos físicos, psicológicos, sociais e relacionais. A construção dos significados da “Satisfação com a Vida” (objeto de estudo desta pesquisa) aparece vinculada ao sentido de “Bem-Estar”, de um bem-estar considerado subjetivo (SOARES; GUTIERREZ & RESENDE, 2020). Porém, essa subjetividade não significa “individual” ou “pessoal” desvinculada da cultura ou das relações interpessoais.

Os determinantes do bem-estar incluem tanto fatores intrínsecos como a hereditariedade, quanto extrínsecos relacionados à cultura e aos eventos de vida que formam o modo como vemos o mundo. O sentido das experiências é construído socialmente por meio das crenças, pressuposições e expectativas sobre o mundo (SCORSOLINI-COMIN et al., 2016).

A “Satisfação com a Vida” como constructo refere-se à uma avaliação cognitiva, subjetiva, que implica numa interpretação pessoal sobre os fatos. Pode ser considerada como um indicador subjetivo da qualidade de vida. É um sentimento não estático que depende de múltiplos fatores, estando associada a acontecimentos ao longo dos anos, podendo nivelar para baixo ou para cima à medida que novos fatos ocorrem. Tal satisfação é determinada pela realização de necessidades, desejos e vontades. Resultado da comparação entre as expectativas e o que se tem de fato no presente (JOIA & RUIZ, 2013).

Há inúmeras possibilidades de satisfação na vida possíveis de serem compreendidas em seu sentido pessoal ou coletivo. Há elementos culturais e sociais que povoam os pensamentos e conduzem as subjetividades à creditar em um ou outro aspecto do que está posto e construído socialmente o que seria ou não uma vida satisfatória – que aumentaria a potência de existir ou que tornaria a vida um grande pesar.

*RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar.* **ISSN 2594-8806**

Algumas pesquisas realizadas entre 2008 e 2018 investigaram a satisfação com a vida, o bem-estar subjetivo e o bem-estar psicológico de pessoas idosas em correlação com certas variáveis como: a capacidade funcional; a imagem corporal; as funções cognitivas; as habilidades sociais; a religiosidade; a autoestima; a autoeficácia; a atitude frente ao envelhecimento; o apoio social; a condição de ser cuidador de outra pessoa idosa; os benefícios de frequentar uma universidade aberta à terceira idade; etc., (SOARES; GUTIERREZ & RESENDE, 2020).

A grande maioria destes estudos foram realizados com abordagem quantitativa, com análises estatísticas, com finalidades de correlacionar a satisfação com a vida com algumas variáveis determinadas. Poucas pesquisas foram realizadas na abordagem qualitativa entre 2008 e 2018 com este tema. Diante disto e da possibilidade de produção com viés metodológico qualitativo, estabeleceu-se como aporte teórico para nortear este estudo a perspectiva histórico-cultural.

Segundo Gutierrez, Mascarenhas & León (2015), para a perspectiva histórico-cultural o indivíduo constrói a cultura dentro de si por meio da internalização que implica na elaboração de novas informações a partir do que está posto (não sendo uma assimilação passiva). Partindo disto, a subjetividade pode ser entendida como um produto histórico-cultural das significações pessoais num processo de influência mútua entre o subjetivo e o intersubjetivo diante das realidades históricas, do contexto atual e das projeções para o futuro.

Uma vez estabelecida: a relevância do tema (dada por sua ontologia); a abordagem para conhecer o tema a partir da fala dos sujeitos (metodologia qualitativa); e, a perspectiva teórica para interpretar os dados (epistemologia). Esta pesquisa buscou o seguinte objetivo: compreender os aspectos socioculturais relacionados ao sentimento de satisfação com a vida referido por pessoas idosas de um serviço de atendimento comunitário em Manaus.

## MÉTODO

Este estudo utilizou a abordagem qualitativa com a finalidade de compreender o fenômeno da satisfação com a vida a partir da “fala” dos participantes. De acordo com Gutierrez (2012, p. 71-72) “*os significados e a intencionalidade aparecem na pesquisa qualitativa primordialmente nos discursos dos sujeitos [...] a análise desses discursos deve ser acompanhadas pela compreensão da base material e do contexto histórico-social em que são produzidos*”.

### Participantes

Participaram 14 pessoas com 60 anos ou mais, inscritas em alguma das atividades oferecidas no Parque Municipal do Idoso. Estas pessoas não estavam em situação de vulnerabilidade social, não eram refugiadas ou pertencentes a algum grupo étnico com leis específicas.

### Instrumento

A coleta de dados se deu por cartas produzidas pelos participantes e endereçadas a quem eles quisessem, seguindo a instrução: “Pense em uma pessoa e escreva uma carta contando por que você se sente satisfeito com a vida e/ou por que não”. Tal estratégia teve como base a concepção de que ao falar com o outro estaríamos a falar com um “outro eu”, tal como analisado por Vygotsky (2000, p. 26): “*Compare a carta – para si no tempo e para outro; ler a própria anotação – escrever para si – significa relacionar-se para si como para o outro. (...) Isto é a lei geral para todas as funções psicológicas superiores*”.

Vygotsky define as funções psicológicas superiores como aquelas mediadas pela semiótica, ou seja, pela presença de símbolos e signos, constituídos por meio das

interações sociais (TOSTA, 2012). Essas funções estão relacionadas ao raciocínio e linguagem, que se originam no/para o diálogo com os outros e consigo. Pensar é dialogar consigo mesmo como num monólogo para um “outro eu”. Raciocinar é debater com este “outro eu”, que responde e questiona. “*A relação entre as funções psicológicas superiores foi outrora relação real entre pessoas. Eu me relaciono comigo tal como as pessoas relacionaram-se comigo*” (VYGOTSKY, 2000, p. 25).

## **Procedimentos**

Coleta de dados: A pesquisa foi realizada no Parque Municipal do Idoso (PMI), onde ocorrem diversas atividades (físicas, laborativas, recreativas, culturais e educacionais). Os participantes eram abordados para a realização das cartas seguindo a orientação especificada no tópico “Instrumento”.

Análise de dados: Foi utilizada Análise de Conteúdo (AC) com a finalidade de construir categorias a partir da presença de temas relevantes. Segundo Bardin (2016), a AC é um conjunto de técnicas de análise das comunicações tendo por finalidade a descrição objetiva e sistemática do conteúdo manifesto. A técnica analítica segue três fases: a pré-análise, a exploração do material e o tratamento dos resultados.

Conforme Bardin (2016), a primeira fase da análise deu-se pela organização do material com realização de alguns procedimentos: leitura flutuante, formulação de hipóteses e elaboração de indicadores. Santos (2012) salienta que a Leitura Flutuante permite a construção de hipóteses que auxiliam a formular objetivos e elaborar indicadores. Clarificando quais serão as “Unidades de Registros”. As “Unidades de Registro” podem ser um tema, uma palavra ou uma frase.

Na segunda fase, os dados foram agregados em unidades de sentido, as quais permitiram uma descrição das características do conteúdo. Na terceira fase se fez a categorização, classificando os dados segundo suas semelhanças e diferenças (BARDIN, 2016).

*RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar.* **ISSN 2594-8806**

Durante a categorização foram seguidos os requisitos listados por Carlomagno e Rocha (2016): 1) regras claras de inclusão e exclusão; 2) categorias mutuamente excludentes; 3) categorias não muito amplas, com conteúdo homogêneo entre si; 4) categorias contemplando todos os conteúdos possíveis; 5) classificação objetiva, sem subjetivismos, os mesmos dados passíveis de classificação similar por analistas diferentes.

Os dados resultaram em 4 categorias e 14 subcategorias. As subcategorias estão apresentadas no início de cada conjunto de trechos que exemplificam os temas emergentes. Os participantes estão referenciados com a inicial do nome, idade (em anos) e sexo (M/F). Exemplo: (E: 95 anos, M).

### **Considerações Éticas**

Este artigo é parte da pesquisa “Satisfação com a vida em pessoas idosas participantes de atividades físicas, recreativas, culturais e/ou educacionais” aprovada pelo Comitê de Ética em Pesquisas com seres humanos da Universidade Federal do Amazonas – UFAM. Podendo ser verificada pelo CAAE (21423419.3.0000.5020) ou pelo Parecer (3684160) no endereço eletrônico: <https://plataformabrasil.saude.gov.br/visao/publico/indexPublico.jsf>.

Respeitando as orientações da resolução 466/2012 do Conselho Nacional de Saúde (Brasil, 2012), todos os participantes foram devidamente informados sobre a garantia de sigilo, riscos e benefícios, procedimentos realizados, etc. Todos assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, recebendo uma via.

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

A apresentação dos resultados e discussão está organizada em seções. Cada seção corresponde uma categoria, estruturada na seguinte ordem de exposição: breve explanação da categoria; demonstração de subcategoria com excertos das cartas e discussão dos temas da categoria. As 04 categorias e as 14 subcategorias estão organizadas conforme mostra o quadro 01.

### Quadro 01: Categorias e Subcategorias.

CATEGORIAS	Subcategorias
01. Relações Afetivas	<input type="checkbox"/> Satisfação com a Família; <input type="checkbox"/> Insatisfação com a Família; <input type="checkbox"/> Lar; <input type="checkbox"/> Companheirismo; <input type="checkbox"/> Viuvez; <input type="checkbox"/> Amizade; <input type="checkbox"/> Solidão.
02. Estilo de Vida Saudável	<input type="checkbox"/> Participação em Atividades; <input type="checkbox"/> Relação com os Profissionais do PMI; <input type="checkbox"/> Educação.
03. Fase do Desenvolvimento Humano	<input type="checkbox"/> Dificuldades; <input type="checkbox"/> Melhor Idade.
04. Religiosidade	<input type="checkbox"/> Gratidão; <input type="checkbox"/> Aceitação.

**Fonte:** elaborado pelos autores.

## 01. Relações Afetivas

A categoria “Relações Afetivas” está dividida em 7 subcategorias (Satisfação com a Família, Insatisfação com a Família, Lar, Companheirismo, Viuvez, Amizade e Solidão) exemplificadas por excertos das cartas apresentadas no quadro 02.



## Quadro 02: Relações Afetivas vividas pelos idosos.

Subcategorias	Exemplificação
Satisfação com a Família	“Me sinto muito satisfeito com a minha vida, pois construí uma enorme e linda família ao lado de Terezinha. Tive 09 filhos muito bem-criados, tementes à Deus, que hoje têm suas famílias. Eles nos deram netos e bisnetos. Tenho muito orgulho de todos pois hoje com 95 anos posso vê-los felizes, crescidos, formados, tementes a Deus e que nunca esqueceram de mim e de minha esposa” (E: 95 anos, M).
Insatisfação com a Família	“Estou insatisfeito com a vida porque tenho um casal de filhos com quem pouco converso. Sou eu quem paga as contas da casa, que comprei com meus anos de trabalho. Eles moram na mesma casa que eu e quase não falam comigo. Os nossos quartos são próximos uns dos outros, a porta do meu fica encostada, mas eles trancam a porta do quarto deles. Eu fico até preocupado porque não sei quando eles estão com problemas. Às vezes eles me veem e me cumprimentam, as vezes me veem e não dizem nada. Talvez tenham ficado assim porque eram apegados com a mãe, que foi embora há 3 anos para viver com outra pessoa. Ando sozinho de ônibus para ir ao Parque e ao médico, apesar de ter vendido meu sítio para dar metade do valor para a minha filha comprar seu carro. Eu estaria satisfeito com a vida se meus filhos fossem meus amigos e que me ajudassem” (L: 77 anos, M).
Lar	“Sou feliz pelo conforto do meu lar” (E: 95 anos, M); “Sou uma mulher muito realizada (...) tenho onde morar, tenho minha casa própria.” (M: 60 anos, F); “Sou alegre e feliz com a minha família porque tenho uma casa linda” (A: 60 anos, F).
Companheirismo	“Querida dizer que as vezes penso que ter ou não ter um companheiro tem suas vantagens e desvantagens, pois as vezes ser sozinha nos traz a liberdade de irmos onde quisermos sem termos amarras. Porém, as vezes ter um companheiro nos dá a companhia de uma conversa. Mas são apenas suposições. O que posso lhe dizer é que tudo depende de como você se sente na vida, faça sua escolha e estarei aqui para lhe apoiar” (G: 81 anos, F).
Viuvez	“Me sinto insatisfeita porque sinto falta do meu marido, embora façam 05 anos que ele faleceu parece que fazem 03 dias.” (T: 60 anos, F); “A pessoa que sempre penso é minha esposa Terezinha da qual fui casado por 60 anos” (E: 95 anos, M); “Meu amor, ontem à noite sonhei com você. Acordei alegre com a vida devido você me fazer tão bem. Pela manhã acordei cheio de prazer. Olhei em volta, a cama estava vazia. Por que você partiu meu amor? A vida para mim com você é uma dádiva do céu.” (J: 75 anos, M).
Amizade	“Gosto muito do meu grupo de amigas” (T: 60 anos, F); “Olá minha amiga Ruth, como está você?” (A: 75 anos, F); “Querida amiga hoje lhe escrevo para responder sua pergunta.” (G: 81 anos, F); “Olá, querida amiga. Hoje lhe escrevo para saber como andam as coisas em sua vida e lhe contar como anda a minha situação.” (J: 77 anos, M).
Solidão	“Tenho me sentido melancólico, solitário, embora frequente o parque do idoso, que é animado. Venho me sentindo sozinho, só me sinto alegre e produtivo quando estou no grupo da seresta. A alegria vem, mas vai embora quando todos se despedem” (J: 77 anos, M).

**Fonte:** elaborado pelos autores.

*RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar.* ISSN 2594-8806

Os resultados mostram que a maioria dos participantes indica a família como motivo de se sentirem satisfeitos com a vida. Todavia, uma das cartas atribuí à família motivo de insatisfação com a vida. Na carta mencionada na subcategoria “Insatisfação com a Família” um senhor (L, 77 anos, M) expõe que seus filhos, embora morem com ele na mesma casa que ele construiu ao longo dos anos, evitam a interação e o diálogo com ele.

A família é um espaço relacional, simbólico e de conexões sociais. Um espaço de construção social da realidade, uma instituição social que está em constante transformação, apresenta-se de modo heterogêneo devido a variáveis como momento histórico, região, grupo socioeconômico e cultural. Com isso, cada pessoa pode significar a experiência familiar em múltiplos sentidos (MARTINS, 2013).

A subcategoria “Lar” apresentou resultados intrinsecamente correlacionados a posse de um local de moradia satisfatório e com boas relações familiares. De acordo com Santos et al. (2018), hoje em dia há lares multigeracionais, unipessoais e casais de idosos residindo sós. Para alguns idosos, a noção de lar e família se dá por meio da afetividade para além da origem biológica ou relação consanguínea e compreende espaços extrafamiliares, grupos de convivência e igrejas. A família é fator de bem-estar à medida que é vista como um espaço de vínculos afetivos saudáveis, de convivência, de respeito, apoio mútuo, amor e união.

Diante das mudanças históricas, culturais e sociais, relativas ao desenvolvimento tecnológico, a globalização, as normas de conduta, a imigração, etc. – é provável que as pessoas vivam separadamente mesmo que o número de gerações sobreviventes em uma família tenha aumentado. É importante que as políticas públicas estejam atentas para agir assertivamente diante do quadro que se desenha (OPAS, 2017).

Uma das cartas apresentou um questionamento sobre o modo subjetivo de sentir-se ou não satisfeito com a vida em relação a ter ou não ter um companheiro (a) na vida (G: 81 anos, F).

A constituição da família ou do lar associa-se à questão de se ter ou não um companheiro (a), da relação amorosa. Tema clássico na filosofia (PLATÃO, 1996; 1999)

*RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar.* ISSN 2594-8806

– o Amor – segundo Hoffmeister, Carvalho e Marin (2019), é de interesse das psicologias por se tratar de um sentimento central na vida das pessoas, podendo ser compreendido por alguns autores como um traço narcisista da personalidade e por outros como motivador de comportamentos de cuidado, responsabilidade e conhecimento.

O amor é considerado decisivo na formação e manutenção de casamentos de longa duração na contemporaneidade onde os casais não sofrem mais influências diretas das famílias, como já foi tradição outrora. O matrimônio é constituído como projetos individuais de vida que preza por relações igualitárias, de companheirismo, fidelidade familiar e respeito mútuo (MANENTE, 2019).

Segundo Hoffmeister; Carvalho e Marin (2019) o modo como o amor é concebido não se limita a uma questão geracional, mas as experiências vivenciadas e a relação construída com o/a parceiro/a. Em todas as etapas da vida o amor está associado ao apoio, cuidado, respeito, confiança e troca de carinhos. Na velhice é vivenciado por sentimentos mais sólidos: estabilidade, segurança, respeito, aceitação e conformação com a vida compartilhada. O comprometimento tanto com o parceiro quanto com a relação afetiva é marcado pela proteção e pelo compartilhamento de emoções e sentimentos. E, também, pelo medo da perda da pessoa amada.

A perda da pessoa amada é um fenômeno comum na velhice (expressada na subcategoria “Viuvez”). A viuvez ocorre muitas vezes após uma vida inteira repleta de vivências compartilhadas de grande relevância existencial (o nascimento dos filhos; os bens adquiridos; as lutas diárias; o casamento dos filhos; os momentos memoráveis; etc.). A viuvez aparece nas cartas como relato de saudade. Em algumas, com certa ternura, as lembranças da pessoa amada como um propulsor de contemplação e de vida satisfatória (J: 75 anos, M). Em outras, como ausência e motivo de insatisfação (T: 60 anos, F).

A viuvez pode causar uma série de impactos na saúde. Fernandes e Borgato (2016) ressaltam que: os viúvos estão entre os grupos de maior fragilidade e com os maiores índices de mortalidade; buscam serviços com mais frequência por baixa satisfação com a vida, baixa situação econômica, baixas condições de saúde referida, baixa funcionalidade e acometimentos de AVC; tendem a maiores riscos de condições psiquiátricas e sintomas

depressivos; e, os homens têm maiores dificuldades em lidar com este tipo de luto do que as mulheres.

Tais consequências variam de acordo com a cultura (viúvas da Nigéria, por exemplo, apresentaram sintomas pós-luto) e com fatores psicossociais, socioeconômicos, idade, condições físicas, etc. Uma possibilidade de enfrentamento ao luto é favorecer oportunidades de interações sociais e novos compromissos (FERNANDES & BORGATO, 2016).

Galicioli, Lopes e Rabelo (2013) identificaram algumas estratégias que as pessoas idosas utilizam para lidar com o estresse gerado pela perda do cônjuge. Tais estratégias têm como foco: *os problemas*, propondo planos de ação para aceitar a perda e procurar fazer outras coisas; *as emoções*, através de atendimento profissional, visitas e nas expressões de solidariedade; *a religiosidade*, encontrando no cultivo da fé o apoio para desenvolver a confiança e a paz interior; *o suporte social*, vivenciado por meio do trabalho, auxílio de familiares, entes queridos e grupos de igreja.

Um dos fatores que se pode considerar como similar ao companheirismo é a companhia de amigos. A “Amizade” aparece explicitamente citada nas cartas ou no endereçamento destas como motivo de satisfação com a vida. A amizade é uma relação de fraternidade, não necessariamente entre irmãos, povos ou países, mas, entre universos particulares em que cada um pode orbitar realidades paralelas em seus cosmos pessoais e mesmo assim conviverem harmoniosamente, participando do desenrolar no espaço tempo cotidiano das lutas, derrotas e vitórias, observando o brilho e o cadente das constelações sentimentais na imensidão da onda gravitacional que emana do outro.

Segundo Moraes-Filho et al. (2019) as relações de amizade não são totalmente desinteressadas ou altruístas. Para que um relacionamento seja considerado como relação de amizade precisa haver aceitação mútua e reciprocidade. O ser humano possui inerente necessidade de pertencimento e aceitação, as quais busca atender ao estabelecer vínculos com outros por meio de interações benéficas, recíprocas e contínuas.

As redes de amigos contribuem para a qualidade de vida e o bem-estar das pessoas idosas, isso porque a proximidade emocional tem alto impacto positivo na qualidade de

*RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar.* ISSN 2594-8806

vida e no bem-estar, especialmente quando envolve simultaneamente relações de amizade e relações familiares (GOUVEIA; MATOS & SCHOUTEN, 2016). No entanto, “*como pode o homem sentir-se a si mesmo quando o mundo some?*” (ANDRADE, 2012, p. 261). Quando “estar” em solidão...

A “Solidão” é um sentimento que pode ser intensificado com o passar da idade, podendo levar à depressão, e com isso, a declínios significativos em relação aos cuidados em saúde. Lugares como o PMI são ambientes de convivência que geram sentimentos de pertencimento: “Venho me sentindo sozinho, só me sinto alegre e produtivo quando estou no grupo da seresta. A alegria vem, mas vai embora quando todos se despedem” (J: 77 anos, M).

Segundo Lopes e Matos (2018), a solidão experienciada na velhice origina-se na insatisfação com as relações interpessoais, nas quais as expectativas emocionais relacionadas à qualidade da comunhão, do comprometimento afetivo e do envolvimento mútuo não são alcançadas satisfatoriamente. A solidão não é obrigatoriamente produto de isolamento social, tem mais a ver com a qualidade dos afetos do que com a quantidade. No entanto, o isolamento é um agravante. Pensando nisso, países como Portugal e Espanha desenvolvem projetos de intervenções com finalidade de prevenir e aliviar o sentimento de solidão em pessoas idosas.

O sentimento de solidão tem sérios impactos na saúde, podendo desencadear processos de depressão e suicídio. O suicídio pode ser entendido como decorrente da avaliação de si e do mundo, da certeza de que a vida não vale a pena. Resultante de extrema insatisfação com a vida. Segundo Teixeira e Martins (2018), fatores psicossociais como a depressão, o esvaziamento de sentidos, as relações afetivas fragilizadas, comportamentos autodestrutivos e a desvalorização social vivenciada pelos idosos podem levá-los a desistir de viver e chegar ao suicídio.

## 02. Estilo de Vida Saudável

A categoria “Estilo de Vida Saudável” está dividida em 3 subcategorias (Participação em Atividades, Relação com os Profissionais do PMI e Educação) exemplificadas por excertos das cartas apresentadas no quadro 03.

**Quadro 03.** Estilo de Vida Saudável: Atividades, Relação com os Profissionais do PMI e Educação.

Subcategorias	Exemplificação
Participação em Atividades	“[...] participo de atividades que me fazem muito bem como: atividade física, dança e estudo. Eu também viajo.” (C: 81 anos, F).
Relação com os Profissionais do PMI	“[...] minha professora [...] é maravilhosa [...] agradeço pelo parque que transmite alegria e fortalecimento [...] pelo amor de todos.” (A: 60 anos, F); “[...] temos uma professora maravilhosa que está nos ajudando muito, por esse motivo me sinto realizada.” (M: 60 anos, F).
Educação	“Tive a oportunidade de estudar aqui no Parque. Gosto muito daqui. Aprendi a ler, a escrever, fiz novas amizades. É a minha segunda casa.” (F: 60 anos, F); “Eu sinto bem melhor com meus amigos na escola estudando.” (R: 60 anos, M); “Estou estudando, voltei a estudar.” (E: 60 anos, F).

**Fonte:** elaborado pelos autores.

O PMI constitui-se em um espaço que proporciona promoção do Estilo de Vida Saudável. Ao observá-lo quase sempre movimentado, nota-se que há uma cultura estabelecida de busca pelo bem-estar. Pode-se dizer que a política pública de saúde do envelhecimento ativo está sistematizada e vigorando no PMI? É possível considerar que todos os participantes da pesquisa possuem um estilo de vida saudável uma vez que os mesmos frequentavam atividades oferecidas no PMI e associam seus estilos de vida com suas idas ao parque.

*RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar.* ISSN 2594-8806

Segundo Cavalcanti et al (2016), o estilo de vida influencia o envelhecimento ativo. Práticas saudáveis (mesmo que iniciadas somente na velhice) como atividades físicas, lazer, relações interpessoais e com animais de estimação, geram bem-estar, influenciando na qualidade de vida, na autonomia e na satisfação com a vida.

O envelhecimento ativo é uma política de saúde que pode ser compreendida como um processo de otimização das oportunidades de saúde, participação e segurança. Busca, além das ações em **saúde** (como a participação em programas de atividade física), a **participação** contínua em questões sociais, culturais, espirituais, civis e econômicas (como a integração da força de trabalho), assim como, o resguardo da **segurança** física, financeira e social (OMS, 2005).

Estudos sobre envelhecimento ativo e estilo de vida realizados na Coreia do Sul, China, Reino Unido, Suécia, Alemanha, Austrália e Estados Unidos, apontam que: atividade física se correlaciona a diversos aspectos da qualidade de vida, associando-se a elevado nível de qualidade de vida e de alegria de viver; motivação para exercícios físicos está mais relacionada às expectativas afetivas do que a expectativas em saúde; atividades de lazer também atuam na melhoria da qualidade de vida; cuidar de um animal pode ser motivação para caminhar; pessoas com fortes crenças culturais positivas frente às adversidade e com elevado grau de interações sociais tendem a sentir maior satisfação com a vida (CAVALCANTI et al., 2016).

Segundo Sousa et al. (2019), há uma relação positiva entre apoio social e atividade física. Quanto maior o apoio social percebido pelas pessoas idosas, maior é o nível de atividade. Isto é, o apoio social estimula a práticas de promoção de saúde e envelhecimento ativo. Espaços de atenção a pessoas idosas devem visar o apoio social como um instrumento para promover saúde, incentivando e favorecendo a prática conjunta com amigos e/ou familiares.

Os centros de convivência, núcleos de assistência, clubes de terceira idade, etc., podem promover alternativas de atendimento que favoreçam a manutenção dos vínculos afetivos, dos laços sociais, da identidade, da espiritualidade, do bem-estar psíquico e de uma velhice digna e bem-vivida (OLIVEIRA & ALVES, 2014). Estratégias criativas

*RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar.* ISSN 2594-8806

fundamentadas em valores sociais, convivência social e vida saudável devem fazer parte da atenção à saúde uma vez que a participação em grupos e a práticas de atividades físicas, lazer e etc., geram benefícios que melhoram a experiência desta fase (SILVA et al., 2015).

Dentre as cartas houve várias menções sobre a sala de educação básica (conhecida no local por ser um lugar de alfabetização dos idosos). A professora desta sala de aula é mencionada na subcategoria “Relação com os Profissionais do PMI”. Ela é mencionada como motivo de realização: *“temos uma professora maravilhosa que está nos ajudando muito, por esse motivo me sinto realizada.”* (M: 60 anos, F)

Para Oliveira e Alves (2014), a alfabetização e a educação de pessoas idosas são propostas que podem influenciar a vida social. Mantovani, Lucca e Neri (2016) acreditam que intervenções educacionais e práticas de promoção de saúde devem ocorrer em diferentes contextos socioeconômicos com vistas a uma velhice bem-sucedida.

A educação pode ser entendida como um processo sistematizado de aquisição cultural. Outro processo educacional, não necessariamente sistematizado, são as atividades culturais. Segundo Bernardo e Carvalho (2020) a participação em atividades culturais melhora a percepção sobre a qualidade de vida, o bem-estar, os afetos positivos e a felicidade da pessoa idosa. O engajamento nessas atividades é uma maneira de entender, respeitar e interagir com a diversidade, e de se envolver em experiências benéficas para a saúde. Fator de desenvolvimento, manutenção e proteção de habilidades cognitivas, e prevenção da incidência de doenças neuropsiquiátricas, dor crônica e questões comportamentais.

Para Cavalcanti et al., (2016) as variáveis culturais fazem parte dos determinantes sociais que facilitam o desenvolvimento do estilo de vida saudável, uma vez que, os comportamentos adotados no enfrentamento individual refletem traços do meio cultural.

A pessoa idosa carrega os atributos sociais, culturais e históricos da coletividade à qual pertence, características transmitidas entre gerações, condensadas ao longo da vida. Por isso, ao se pensar em ambiente deve-se levar em consideração tanto as questões de acessibilidade quanto as de afetividade, visto que o sentimento de pertencimento abarca



também o espaço físico como um espaço de afeto e de reconhecimento da identidade (PEDROSO, 2020).

Pensar a relação pessoa-ambiente é buscar maior congruência entre as necessidades individuais e as características dos espaços físicos com a intenção de amenizar as possibilidades de estresse oriundas dessa inter-relação (ALBUQUERQUE et al., 2018).

### 03. Fase do Desenvolvimento Humano

A categoria “Fase do Desenvolvimento Humano” está dividida em 2 subcategorias (Dificuldades e Melhor Idade) exemplificadas por excertos das cartas apresentadas no quadro 04.

#### Quadro 04. Fase do Desenvolvimento Humano: Dificuldades e Melhor Idade.

Subcategorias	Exemplificação
Dificuldades	“Desejo sair mais [...] me sinto insegura em sair só para locais distantes” (T: 60 anos, F).
Melhor Idade	“[...] hoje, é a melhor fase da minha vida porque tenho tempo para fazer o que gosto” (C: 81 anos, F); “[...] vivo a melhor idade. [...] Hoje viajo, participo de atividades, tenho grandes amigas, vou muito a passeios” (A: 75 anos, F).

**Fonte:** elaborado pelos autores.

Esta fase do desenvolvimento é marcada pelo estigma relacionado aos fatores negativos do envelhecimento: os declínios físicos e cognitivos, a ausência do apoio social de outrora, as perdas familiares e das relações, as “Dificuldades” em manter rotinas ou atividades de antes. Mas, também é marcada por uma liberdade relativa ao tempo livre, o que pode ser significado como positivo devido aos impactos da cultura de valorização da “Melhor Idade”.

Falar em velhice incomoda, pois exige uma assimilação das questões advindas desta fase, das perdas, das mudanças na imagem, da relação com o outro. O que torna o envelhecimento para muitos uma fonte de tristezas e angústias (OLIVEIRA & ALVES, 2014). É uma fase caracterizada pela fragilidade do corpo que impõe limites para a realização de atividades cotidianas (BOTH, 2012). Experienciada como incapacidade para o trabalho, além de prenúncio de dependência e solidão (MEDEIROS et al., 2016).

Para algumas idosas, o início da velhice é marcado preliminarmente pelo climatério, sentida através das mudanças corporais e emocionais. Em termos fisiológicos trata-se da transição entre o período reprodutivo e o não reprodutivo (dos 35 anos aos 65 anos), englobando a menopausa (por volta dos 50 anos). Em termos psicológicos, o climatério é influenciado por fatores culturais e subjetivos, que implica em sentimentos relacionados ao medo de envelhecer e morrer (SILVA et al., 2015).

Essa fase do desenvolvimento pode ser entendida como uma conquista (MEDEIROS et al., 2016), aquisição da sabedoria e da compreensão serena sobre a vida, refletindo no sentimento de velhice bem-sucedida, ou, pode ser entendida em uma perspectiva de valores juvenis vinculados a estágios mais infantis, o que dificulta para a pessoa enxergar a beleza dos anos e da experiência acumulada. Trata-se de um processo particular, marcado pela trajetória de vida. Nesse sentido a velhice bem-sucedida é resultado de uma vida bem-sucedida (MORAES; MORAES & LIMA, 2010).

Viver a melhor idade é sinônimo de envelhecer com saúde. Para Tavares et al. (2017), o envelhecimento saudável pode ser compreendido em suas dimensões biológicas, psicológicas, espirituais, sociais e econômica (que pode expandir ou restringir as possibilidades de agir da população). Destaca-se a importância dos cuidados com o corpo, com os sentimentos, com as reflexões de cunho espiritual e com as relações familiares, amigos e companheiro(a).

Para Mantovani, Lucca e Neri (2016), envelhecer saudável e feliz envolve bem-estar psicológico, boas relações interpessoais e fatores macroestruturais. São determinantes de boa qualidade de vida e boa velhice as variáveis psicológicas (capacidade funcional, funções cognitivas, memória, etc.), afetivas e sociais (autonomia,

*RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar.* ISSN 2594-8806

estilo de vida, boas relações, etc.) e as condições materiais (moradia, educação, renda, etc.) que permitem uma velhice longa.

Segundo Goldenberg (2018) a receita da felicidade é envelhecer sem culpa pelas transformações do corpo (uma queixa prevalente nas mulheres brasileira, maiores consumidoras em processos estéticos no mundo), é poder exibir os corpos sem vergonha das aparências, é gozar de liberdade, de autoconhecimento, etc. As pessoas não deveriam esperar tanto para descobrir que o segredo da felicidade é a liberdade e o bom humor, rir muito e principalmente de si mesmo.

## 04. Religiosidade

A categoria “Religiosidade” está dividida em 2 subcategorias (Gratidão e Aceitação) exemplificadas por excertos das cartas apresentadas no quadro 05.

### Quadro 05. Religiosidade: Gratidão e Aceitação.

Subcategorias	Exemplificação
Gratidão:	“O meu agradecimento é a Deus.” (A: 60 anos, F); “Graças a Deus estou muito bem.” (C: 81 anos, F); “Graças a Deus eu me sinto feliz.” (A: 75 anos, F);
Aceitação:	“[...] apesar de ter perdido meu esposo há 05 anos não tenho do que me queixar [...] é a vontade de Deus [...] vou levando a vida como Deus quer” (T: 60 anos, F). “Tento pensar que o que acontece conosco é a vontade de Deus, por isso tento levar a vida como Ele quiser e agradeço por tudo” (F: 60 anos, F);

**Fonte:** elaborado pelos autores.

A satisfação relacionada ao aspecto religioso aparece em algumas cartas associada a expressões de “Gratidão” que creditam à uma divindade o favorecimento de

*RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar.* ISSN 2594-8806

experiências de vida positiva. Em outras cartas aparece como busca por “Aceitação”, creditando os acontecimentos da vida como resultantes da vontade de uma divindade.

A religiosidade pode ser entendida como uma ferramenta que contribui para o bem-estar social e pessoal, e uma fonte construtora de rede de apoio. Sua internalização pode proporcionar maior resiliência frente às adversidades da vida (NERY et al., 2018). É fundamental para os seres humanos em geral e ganha força maior na velhice, na vivência de incertezas e doenças e, em muitos casos, no afastamento da família e nas perdas de entes queridos. Muitos idosos se agarram a religiosidade para lidar com o isolamento, solidão, abandono e etc. (OLIVEIRA & ALVES, 2014).

A fé em “Deus” e as práticas religiosas são importantes estratégias de enfrentamento e fonte de resiliência, auxiliando na recuperação e manutenção da saúde e do bem-estar, funcionando como antídoto para a solidão e contribuindo para uma velhice mais satisfatória (REIS & MENEZES, 2017). A crença em um ser superior dá significado à vida, tornando a velhice mais serena. A velhice pode ser experienciada como um tempo de reverência a deus e à vida, tempo de contemplar à família, às amizades, e tempo de ir embora (BIOLCHI; PORTELLA & COLUSSI, 2014).

Religiosidade, por ser fonte de bem-estar, felicidade, solidariedade e manutenção da saúde, pode ser encarada como um recurso importante para o cuidado integral à pessoa idosa. É significada no modo de estar e se ocupar no mundo de modo ativo e participante. Uma alternativa que explica, acalma, conforta e ampara frente a última etapa natural da vida (OLIVEIRA & MENEZES, 2018).

O cuidado com as pessoas idosas deve ter em vista a integralidade do desenvolvimento humano, respeitar os valores subjetivos, espirituais e religiosos, compreendendo-os como fatores terapêuticos. Crenças e práticas religiosas exercem função de manutenção do bem-estar, estando associados à ausência de doenças crônicas, ao apoio social, ao sentido na vida e a satisfação com a vida (NUNES et al., 2017). A religiosidade e os grupos de convivência possibilitam relações de amizades e favorece o desempenho do papel de “indivíduos participantes”, resultando em processos de ressignificação e de gratificação (BULSING & JUNG, 2016).

## CONCLUSÃO

As evidências deste trabalho demonstram que as relações e as condições de manutenção das relações são a essência do sentimento de satisfação ou insatisfação com a vida, aparecendo na maioria dos discursos dos participantes. O desenvolvimento humano é marcado pelas relações, no lidar com o outro, na representação de um arquétipo ou papel social que é sempre em relação ao “outro” (o papel da mãe para com a filha, da aluna para com a professora, da amiga, da funcionária, etc.), e também, na relação com este outro/eu que é o diálogo consigo, que constituem os pensamentos e os raciocínios (nessa atmosfera pessoal, a categoria “solidão” serve como exemplo).

Ao analisarmos a percepção da satisfação com a vida podemos perceber o caráter subjetivo ou particular com que cada pessoa vivencia os fatos da vida de acordo com seus interesses e expectativas. O modo com que a pessoa lida com as contingências da vida pode caracterizar uma maior ou menor disposição para um estilo de vida saudável, sendo que o próprio estilo de vida saudável é um fator que predispõe a uma vida com resultados mais satisfatórios. Os aspectos relacionados à satisfação com a vida podem ser considerados elementos motivadores e reforçadores do comportamento humano, aquilo que torna a vida prazerosa e feliz, resultando em disposição para os cuidados da saúde, de si e do outro.

A busca por análises e diagnósticos situacionais poderia ser uma constante nos serviços públicos, uma vez que contribui para a reflexão e produção de orientações que direcionam as práticas e auxiliam os profissionais. Pontua-se aqui a necessidade de pesquisadores vinculados profissionalmente nas instituições de práticas de promoção de saúde. Conforme Quaresma e Ribeirinho (2016), as ciências em geral são importantes ferramentas na produção de estratégias de desenvolvimento social, promotor de desenvolvimento humano, e na construção de uma sociedade enraizada no respeito aos direitos humanos, essenciais para uma velhice bem sucedida.

## REFERÊNCIAS

ALBUQUERQUE, Dayse da Silva et al. Contribuições teóricas sobre o envelhecimento na perspectiva dos estudos pessoa-ambiente. *Psicologia USP*, São Paulo, v. 29, n. 3, p. 442-450, Dec. 2018. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-65642018000300014&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-65642018000300014&lng=en&nrm=iso). Acesso em 04 out. 2020.

ANDRADE, Carlos Drummond. 1902-1987. *Antologia poética* / Carlos Drummond de Andrade; organizada pelo autor. — 1a ed. — São Paulo: Companhia das Letras, 2012.

BARDIN, L. *Análise de Conteúdo*. Tradução: Luís Augusto Pinheiro. São Paulo: Edições 70, 2016.

BERNARDO, Lilian Dias; CARVALHO, Cláudia Reinoso Araújo de. O papel do engajamento cultural para idosos: uma revisão integrativa da literatura. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, Rio de Janeiro, v. 23, n. 6, e190141, 2020. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-98232020000600301&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232020000600301&lng=en&nrm=iso). Acesso em 04 out. 2020.

BIOLCHI, Cláudia da Silva; PORTELLA, Marilene Rodrigues; COLUSSI, Eliane Lucia. Vida e velhice aos 100 anos de idade: percepções na fala dos idosos. *Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento*; 19(2): 583-598, ago. 2014. Disponível em: <https://seer.ufrgs.br/index.php/RevEnvelhecer/article/view/37220/32766#>. Acesso em: 26 jun. 2020.

BRASIL. Conselho Nacional de Saúde. Resolução 466/12. Trata de pesquisas em seres humanos e atualiza a resolução 196. [Internet]. *Diário Oficial da União*. 12 dez. 2012. Disponível: <http://conselho.saude.gov.br/resolucoes/2012/Reso466.pdf>. Acesso: 18 jun. 2020.

BULSING, Raquel Soares; JUNG, Simone Isabel. Envelhecimento e morte: percepção de idosas de um grupo de convivência. *Psicologia em Estudo*, v. 21, n. 1, p. 89-100, 12 jul. 2016. Disponível em: <http://www.periodicos.uem.br/ojs/index.php/PsicolEstud/article/view/28253/pdf>. Acesso em: 29 jun. 2020.

CARLOMAGNO, Márcio C; ROCHA, Leonardo Caetano da. Como criar e classificar categorias para fazer análise de conteúdo: uma questão metodológica. *Revista Eletrônica de Ciência Política*, vol. 7, n. 1, 2016. Disponível em: <https://revistas.ufpr.br/politica/article/view/45771/28756>. Acesso em: 25 jun. 2020.

CAVALCANTI, Alana Diniz et al. Envelhecimento ativo e estilo de vida: uma revisão sistemática da literatura. *Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento*. 2016; 21(1). Disponível em: <https://www.seer.ufrgs.br/RevEnvelhecer/article/view/53402/40713>. Acesso em: 28 jun. 2020.

FERNANDES, Bruna Luise; BORGATO, Maria Helena. A Viuvez e a Saúde dos Idosos: uma Revisão Integrativa. *Revista Kairós: Gerontologia*, [S.l.], v. 19, n. 3, p. 187-204, set. 2016. ISSN 2176-901X. Disponível em: <http://revistas.pucsp.br/kairos/article/view/32957/22743>. Acesso em: 03 jul. 2020.

GALICIOLI, Thaisa Gapski Pereira; LOPES, Ewellyne Suely de Lima; RABELO, Dóris Firmino. Superando a viuvez na velhice: o uso de estratégias de enfrentamento. *Revista Kairós: Gerontologia*, [S.l.], v. 15, p. 225-237, out. 2013. ISSN 2176-901X. Disponível em: <http://revistas.pucsp.br/kairos/article/view/17048/12671>. Acesso em: 03 jul. 2020.

GOLDENBERG, Mirian. A invenção de uma bela velhice: em busca de uma vida mais livre e feliz. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*. Rio de Janeiro, v. 21, n. 5, pág. 511-512, outubro de 2018. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-98232018000500511&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232018000500511&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 14 de ago. 2020.

*RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar.* ISSN 2594-8806

GOUVEIA, Odília Maria Rocha; MATOS, Alice Delerue; SCHOUTEN, Maria Johanna. Redes sociais e qualidade de vida de idosos: uma revisão e análise crítica da literatura. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*. Rio de Janeiro, v. 19, n. 6, p. 1030-1040, dezembro de 2016. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-98232016000601030&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232016000601030&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 03 jul. 2020.

GUTIERREZ, Denise Machado Duran. *Papel da família na produção de cuidados da saúde: estudo socioantropológico a partir de um bairro popular de Manaus*. Manaus: EDUA, 2012.

GUTIERREZ, Denise Machado Duran; MASCARENHAS, Suely Aparecida do Nascimento; LEÓN, Gloria Fariñas. *A Teoria Histórico-Cultural de Vygotsky: Implicações psicopedagógicas*. Manaus: Edua, 2015.

HOFFMEISTER, Alana; CARVALHO, Liana Müller; MARIN, Angela Helena. Compreendendo o amor e suas expressões em diferentes etapas do desenvolvimento. *Revista Subjetividades*. Fortaleza, v. 19, n. 3, p. 1-14, dez. 2019. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2359-07692019000300010&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2359-07692019000300010&lng=pt&nrm=iso). Acesso em 04 out. 2020.

JOIA, Luciane Cristina; RUIZ, Tania. Satisfação com a Vida na Percepção dos Idosos. *Revista Kairós: Gerontologia*, [S.l.], v. 16, n. 4, p. 79-102, dez. 2013. ISSN 2176-901X. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/kairos/article/view/20023/14898>. Acesso em: 21 jun. 2020.

LOPES, Maycon; MATOS, Alice Delerue. Investigando a incidência de solidão em um grupo de idosos portugueses. *Psicologia Revista*, [S.l.], v. 27, n. 1, p. 13-34, jul. 2018. ISSN 2594-3871. Disponível em: <http://revistas.pucsp.br/psicorevista/article/view/36879/26209>. Acesso em: 03 jul. 2020.

MANTOVANI, Efigênia Passarelli; LUCCA, Sérgio Roberto de; NERI, Anita Liberalesso. Associações entre significados de velhice e bem-estar subjetivo indicado por



*RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar.* ISSN 2594-8806

satisfação em idosos. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*. Rio de Janeiro, v. 19, n. 2, p. 203-222, Apr. 2016. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-98232016000200203&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232016000200203&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 30 jun. 2020.

MANENTE, Milena Valelongo. Casamento de longa duração à luz da terapia sistêmica familiar: um levantamento da produção contemporânea. *Pensando famílias*. Porto Alegre, v. 23, n. 1, p. 47-57, jun. 2019. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1679-494X2019000100005&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1679-494X2019000100005&lng=pt&nrm=iso). Acesso em 29 jun. 2020.

MARTINS, Edna. Constituição e significação de família para idosos institucionalizados: uma visão histórico-cultural do envelhecimento. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*. Rio de Janeiro, v. 13, n. 1, p. 215-236, abr. 2013. Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1808-42812013000100014&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1808-42812013000100014&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 17 maio 2020.

MEDEIROS, Daniele Viana et al. A percepção do idoso sobre a velhice. *Revista enfermagem UFPE online.*, Recife, 10(10):3851-9, out., 2016. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/viewFile/11452/13272>. Acesso em: 29 jun. 2020.

MORAES, Edgar Nunes de; MORAES, Flávia Lanna de; LIMA, Simone de Paula Pessoa. Características Biológicas e Psicológicas do Envelhecimento. *Revista Médica de Minas Gerais*. 2010; 20(1): 67-73. Disponível em: <http://www.observatorionacionaldoidoso.fiocruz.br/biblioteca/artigos/197.pdf>. Acesso em: 27 jun. 2020.

MORAES-FILHO Iel Marciano de; CARVALHO, Larissa F.; MELO, Luana E.; MARCELO, Marcela R. Di; SANTOS, Yashmim M. dos; FARIA, Margareth Regina Gomes Veríssimo. Construção do instrumento para avaliação da tolerância nas relações de amizade. *Revista de Divulgação Científica Sena Aires*. 2019; 8(1): 71-9. Disponível em: <http://revistafacesa.senaaires.com.br/index.php/revisa/article/view/383>. Acesso em: 03 jul. 2020.

*RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar.* ISSN 2594-8806

NERY, Bruno Leonardo Soares. et al. Vulnerabilidades, depressão e religiosidade em idosos internados em uma unidade de emergência. *Revista Gaúcha de Enfermagem*, Porto Alegre, v. 39, e2017-0184, 2018. Disponível em: [http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1983-14472018000100407&lng=pt&nrm=iso](http://www.revenf.bvs.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-14472018000100407&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 29 jun. 2020.

NUNES, Marília Gabrielle Santos et al. Idosos longevos: avaliação da qualidade de vida no domínio da espiritualidade, da religiosidade e de crenças pessoais. *Saúde em Debate*, Rio de Janeiro, v. 41, n. 115, p. 1102-1115, Dec. 2017. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-11042017000401102&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-11042017000401102&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 29 jun. 2020.

OLIVEIRA, Rosemeire Moreira de; ALVES, Vicente Paulo. A qualidade de vida dos idosos a partir da influência da religiosidade e da espiritualidade: cuidados prestados aos idosos institucionalizados em Caetitê (BA). *Revista Kairós: Gerontologia*, [S.l.], v. 17, n. 3, p. 305-327, set. 2014. ISSN 2176-901X. Disponível em: <http://revistas.pucsp.br/kairos/article/view/23208/16770>. Acesso em: 27 jun. 2020.

OLIVEIRA, Ana Luíza Barreto de; MENEZES, Tânia Maria de Oliva. Significado da religião/religiosidade para a pessoa idosa. *Revista Brasileira de Enfermagem*, Brasília, v. 71, supl. 2, p. 770-776, 2018. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-71672018000800770&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672018000800770&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 29 jun. 2020.

OPAS (Organização Pan-Americana da Saúde). *No Dia Internacional da Pessoa Idosa, OPAS chama atenção para envelhecimento saudável*. 01 de out. de 2017. Disponível em: [https://www.paho.org/bra/index.php?option=com\\_content&view=article&id=5515:no-dia-internacional-da-pessoa-idosa-opas-chama-atencao-para-envelhecimento-saudavel&Itemid=820](https://www.paho.org/bra/index.php?option=com_content&view=article&id=5515:no-dia-internacional-da-pessoa-idosa-opas-chama-atencao-para-envelhecimento-saudavel&Itemid=820). Acesso em: 21 jun. 2020.

OMS (ORGANIZAÇÃO MUNDIAL DA SAÚDE). *Envelhecimento ativo: uma política de saúde* / World Health Organization; tradução Suzana Gontijo. – Brasília: Organização Pan-Americana da Saúde, 2005. Disponível em: [http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento\\_ativo.pdf](http://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf). Acesso em: 28 jun. 2020.

PLATÃO. *Fedro*. 19ª ed. Rio de Janeiro: Ediouro, 1996.

PLATÃO. *O Banquete*. Tradução introdução e notas por José Cavalcante de Souza. 9. ed. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1999.

QUARESMA, Maria de Lourdes; RIBEIRINHO, Carla. Envelhecimento – Desafios do Séc. XXI. *Revista Kairós: Gerontologia*, [S.l.], v. 19, n. 3, p. 29-49, set. 2016. ISSN 2176-901X. Disponível em: <http://revistas.pucsp.br/kairos/article/view/30900/21382>. Acesso em: 30 jun. 2020.

REIS, Luana Araújo dos; MENEZES, Tânia Maria de Oliva. Religiosidade e espiritualidade nas estratégias de resiliência do idoso longevo no cotidiano. *Revista Brasileira de Enfermagem*, Brasília, v. 70, n. 4, p. 761-766, ago. 2017. Disponível em [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-71672017000400761&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-71672017000400761&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 29 jun. 2020.

RIBEIRO, Pricila Cristina Correa. A psicologia frente aos desafios do envelhecimento populacional. *Gerais: Revista Interinstitucional de Psicologia*, Juiz de Fora, v. 8, n. spe, p. 269-283, dez. 2015. Disponível em: [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1983-82202015000200009&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-82202015000200009&lng=pt&nrm=iso). Acesso em 27 jun. 2020.

PEDROSO, Emmanuel Sá Resende. Os Intervalos do Apego: Ser e Habitar na velhice. *GIGAPP Estudos Working Papers*, v. 7, n. 150-165, p. 199-214, 2 abr. 2020. Disponível em: <http://www.gigapp.org/ewp/index.php/GIGAPP-EWP/article/view/182/198>. Acesso em: 30 jun. 2020.

SANTOS, Fernanda Marsaro dos. Análise de conteúdo: a visão de Laurence Bardin. Resenha de: [BARDIN, L. Análise de conteúdo. São Paulo: Edições 70, 2011, 229p.] *Revista Eletrônica de Educação*. São Carlos, SP: UFSCar, v.6, no. 1, p.383-387, mai. 2012. Disponível em:

RECH- Revista Ensino de Ciências e Humanidades – Cidadania, Diversidade e Bem Estar. ISSN 2594-8806

<http://www.reveduc.ufscar.br/index.php/reveduc/article/view/291/156>. Acesso em: 25 de jun. 2020.

SANTOS, George Luiz Alves. et al. Comunicação entre idosos e familiares em grupos de convívio. *Revista de Enfermagem da UFPE on line*, [SI], v. 12, n. 6, p. 1657-1664, junho de 2018. ISSN 1981-8963. Disponível em: <https://periodicos.ufpe.br/revistas/revistaenfermagem/article/view/230844/29204>. Acesso em: 29 jun. 2020.

SCORSOLINI-COMIN, Fabio et al. Fatores associados ao Bem-Estar Subjetivo em pessoas casadas e solteiras. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, Campinas, v. 33, n. 2, p. 313-324, jun. 2016. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-166X2016000200313&lng=pt&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-166X2016000200313&lng=pt&nrm=iso). Acesso em: 03 maio 2020.

SILVA, Giuliana Fernandes e et al. Influências do climatério para o envelhecimento na percepção de mulheres idosas: subsídios para a enfermagem. *Revista Eletrônica de Enfermagem*. 2015; 17(3). Disponível em: <https://revistas.ufg.br/fen/article/view/29072/20750>. Acesso em: 27 jun. 2020.

SOARES, Alexandre Ferreira; GUTIERREZ, Denise Machado Duran; & RESENDE, Gisele Cristina. A satisfação com a vida, o bem-estar subjetivo e o bem-estar psicológico em estudos com pessoas idosas. *GIGAPP Estudos Working Papers*, 7(150-165), 275-291. 2020. Disponível em: <http://www.gigapp.org/ewp/index.php/GIGAPP-EWP/article/view/186>. Acesso em 24 maio 2020.

SOUSA, Bianca Andrade de. et al. Apoio social e atividade física de idosos: revisão sistemática de estudos observacionais. *Revista Brasileira em Promoção da Saúde*. 2019. Disponível em: <https://periodicos.unifor.br/RBPS/article/view/8635>. Acessado em: 25 jun. 2020.

TAVARES, Renata Evangelista et al. Envelhecimento saudável na perspectiva de idosos: uma revisão integrativa. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*. Rio de Janeiro, v. 20, n. 6, p. 878-889, Dez. 2017. Disponível em:

[http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1809-](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-)

[98232017000600878&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1809-98232017000600878&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 29 jun. 2020.

TEIXEIRA, Selena Mesquita de Oliveira; MARTINS, José Clerton de Oliveira. O suicídio de idosos em Teresina: fragmentos de autópsias psicossociais. *Fractal: Revista de Psicologia*, Rio de Janeiro, v. 30, n. 2, p. 262-270, agosto de 2018. Disponível em: [http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1984-02922018000200262&lng=en&nrm=iso](http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1984-02922018000200262&lng=en&nrm=iso). Acesso em: 29 jun. 2020.

TOSTA, Cíntia Gomide. Vigotski e o desenvolvimento das funções psicológicas superiores. *Perspectivas em Psicologia*, v. 16, n. 1, 30 jun. 2012. Disponível em: <http://www.seer.ufu.br/index.php/perspectivasempsicologia/article/view/27548/15102>. Acesso em: 19 jun. 2020.

VYGOTSKY, Lev Semionovitch. Manuscrito de 1929. *Educação & Sociedade*, XXI(71), 23-44. 2000. Disponível em: <https://www.scielo.br/pdf/es/v21n71/a02v2171.pdf>. Acesso em: 11 jun. 2020.

**Recebido 26/1/2021.**

**Aceito: 30/3/2021.**

### **Autores**

**Alexandre Ferreira Soares, Universidade Federal do Amazonas (Brasil)**

alexandrepsisoares@gmail.com

**Denise Machado Duran Gutierrez, Universidade Federal do Amazonas (Brasil)/INPA**

[ddgutie@ufam.edu.br](mailto:ddgutie@ufam.edu.br)

**Quezia Amaral Silva Teixeira, Universidade Federal do Amazonas (Brasil)**

queh.teixeira@gmail.com