XVII CONBRACE
IV CONICE 2011
11 A 16 SET | PORTO ALEGRE
CIÊNCIA & COMPROMISSO SOCIAL
IMPLICAÇÕES NA/DA EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS DO ESPORTE

O SIGNIFICADO DO ENVELHECIMENTO PARA O IDOSO: IMPLICAÇÕES PARA PERCEPÇÃO DA QUALIDADE DE VIDA

Ubilina Maria da Conçeição Maia
Themis Cristina Mesquita Soares
Suênia Lima Duarte
Bertulino José de Sousa

RESUMO

O aumento do número de idosos (as) no quadro demográfico tem despertado nas últimas décadas para uma preocupação quanto à percepção desses idosos sobre o envelhecimento. Assim, o presente estudo teve como objetivo investigar o significado do envelhecimento e suas implicações para a qualidade de vida (QV) do idoso. O estudo se tratou de uma pesquisa descritiva com abordagem qualitativa realizada com idosos da cidade de José da Penha/RN. Fizeram parte desse estudo 24 idoso (as) voluntário (as) 12 participantes e 12 não participantes de grupos de convivências (GRUPO A e GRUPO B). Utilizamos como instrumento um roteiro de entrevista semi estruturado. Os resultados apontaram para uma visão reducionista dos idosos de ambos os grupos quanto ao envelhecimento, por se referir a momentos de perdas. Quando comparados os dois grupos foi possível observar que os participantes de grupos de convivência apresentam uma forma mais positiva de enxergar a velhice ao considerar que estes observam como uma etapa boa da vida. Assim, é possível ressaltar o incentivo as políticas públicas nos grupos de convivência, como motivação para uma melhor qualidade de vida.

Palavras-Chave: *Percepção – idoso – qualidade de vida*

ABSTRACT

THE MEANING OF AGING FOR THE AGED: IMPLICATIONS FOR PERCEPTION OF QUALITY OF LIFE

The increasing number of elderly (as) in the demographics in recent decades has raised a concern for the perception of these seniors about aging. Thus, this study aimed to investigate the significance of aging and its implications for quality of life (QOL) of elderly. The study this was a descriptive qualitative approach was conducted with elders of the town of José da Penha RN. Have participated in this study were 24 elderly (as) volunteer (the) 12 participants and 12 non-participating groups living together (group A and group B). Used as instrument a semi-structured interview guide. The results pointed to a reductionist view of the elderly of both groups regarding age, by referring to moments of loss. When comparing the two groups was observed that participants in social groups, have a more positive way of looking at old age by considering that they observe as a good step in life. Thus it is possible to emphasize the incentive policies in public, interest groups, such as motivation for a better quality of life.

XVII CONBRACE
IV CONICE 2011
11 A 16 SET | PORTO ALEGRE
CIÊNCIA & COMPROMISSO SOCIAL
IMPLICAÇÕES NA/DA EDUCAÇÃO FÍSICA E CIÊNCIAS DO ESPORTE

Keywords: *Perception - elderly - quality of life*

RESUMEN

EL SIGNIFICADO DEL ENVEJECIMIENTO DE LA EDAD: IMPLICACIONES PARA LA PERCEPCIÓN DE LA CALIDAD DE VIDA

El creciente número de ancianos (as) en los datos demográficos de las últimas décadas ha aumentado la preocupación por la percepción de estas personas mayores sobre el envejecimiento. Así, este estudio tuvo como objetivo investigar la importancia del envejecimiento y sus consecuencias para la calidad de vida (QOL) de los ancianos. El estudio se trataba de un enfoque cualitativo, descriptivo se llevó a cabo con los ancianos de la localidad de José da Penha RN. Han participado en este estudio fueron 24 ancianos (as) voluntarios (el) 12 participantes y 12 grupos no participantes que viven juntos (grupo A y grupo B). Se utiliza como instrumento una guía de entrevista semi-estructurada. Los resultados apuntan a una visión reduccionista de las personas mayores de ambos grupos en cuanto a edad, al referirse a los momentos de pérdida. Al comparar los dos grupos se observó que los participantes en los grupos sociales, tienen una forma más positiva de ver la vejez, al considerar que ellos observan como un buen paso en la vida. Por lo tanto, es posible hacer hincapié en las políticas de incentivos en público, los grupos de interés, tales como la motivación para una mejor calidad de vida.

Palabras-Clave: *Percepción - mayores - la calidad de vida*

1. Introdução

A velhice como etapa inevitável da vida é um tema que data de épocas bem remotas, envolvendo medos, angústias, fragilidades e várias outras concepções atribuídas ao idoso, revelando traços culturais que ainda persistem no mundo moderno através da contribuição de diferentes civilizações.

Nas sociedades primitivas, o ancião era digno de esplendor moral e prestígio, por ter alcançado a longevidade e, por isso, ocupava um lugar de destaque na sociedade, tornando-se símbolo de sabedoria e experiência associada ao sagrado. Na sociedade chinesa, o fim supremo do homem era alcançar a vida longa. Nas culturas inca e asteca, os velhos eram tratados com muito respeito sendo uma responsabilidade pública estabelecer leis de tratamento (LORDA, 2004).

Já na civilização Grega, que idealizava a beleza, a força e a juventude, os velhos ocupavam um lugar de submissão, pois a morte e a velhice para os deuses eram consideradas como os males da vida, embora fossem implacáveis e inevitáveis. No mundo dos romanos, os velhos tinham um papel essencial na tomada de decisões; eles tinham autoridade máxima na qualidade de *pater familix*, mas eram abominados pelas gerações mais novas, em virtude do seu papel de destaque nos cargos sociais mais importantes. Muitos registros dessa época fazem uma caricatura do velho como um ser decrépito, rabugento, irreflexivo e tirano (LORDA, 2004).

Ainda seguindo o posicionamento do autor supracitado nos períodos do Renascimento e do Barroco, a velhice esteve ligada à concepção da inevitável decrepitude caracterizada pela melancolia da velhice, sendo retratada de forma precária e ambígua pela arquitetura e escultura, que dedicaram muito de suas obras à figura do ancião. Para os cristãos, o pecado e a velhice eram indignos e conduziam à morte, por serem parte da herança de Adão, que preferiu o pecado e tornar-se velho, à vida eterna.

A partir do século XIX, com as transformações no cenário Europeu e o aumento do número de velhos, reproduz-se um novo olhar, substituindo aquela compreensão mitológica por uma pautada na ciência. Porém, isso não se torna suficiente para o estabelecimento de condições favoráveis, tendo em vista o quadro da revolução industrial com um grande número de miseráveis, dentre eles muitos velhos que não podiam trabalhar e continuavam sendo marginalizados.

Entretanto em virtude de uma grande transformação no cenário mundial, na contemporaneidade, a investigação científica sobre o idoso recebe grande impulso por tratar-se de uma experiência universal, tornando-se digna de atenção, contudo é preciso romper com muitos estereótipos que ainda encontram-se impregnados na sociedade atual em virtude de contribuições antepassadas. A temática torna-se um grande desafio para a sociedade atual e uma preocupação para muitos pesquisadores que, através de seus estudos têm procurado agregar importantes fatores como qualidade de vida e saúde às projeções de vida dos indivíduos.

Nessa perspectiva, o processo de envelhecimento em sua dinâmica consegue envolver inúmeras concepções acerca do que significa o envelhecimento na vida das pessoas, principalmente daqueles que vivenciam esse momento. A compreensão do idoso nesse contexto é um fenômeno que pode variar de acordo com os seus valores, crenças e atitudes e que pode influenciar de forma significativa na percepção de qualidade de vida.

De acordo com a literatura apresentada, podemos compreender que a velhice é um processo tratado e compreendido de acordo com cada momento histórico e realidade cultural, e por isso são muitas as definições acerca desse fenômeno mundial. E isso tem nos desafiado.

Santos (2002) define o processo de envelhecimento em cinco teorias. A primeira refere-se à incapacidade de aceitar a morte. A segunda é uma maneira intuitiva de achar que tudo que passa por muitos anos de vida morre. A terceira vem da Grécia e corresponde a instabilidade do organismo. A quarta corresponde às alterações funcionais que provocam a perda de adaptabilidade ao ambiente. Por fim a quinta procura ver a velhice de uma maneira mais simples em que as responsabilidades podem ser substituídas por um tempo livre para ser aproveitado de maneira satisfatória.

Apoiamo-nos de maneira incisiva, nesta última assertiva, pois reconhecemos que o idoso pode transformar as suas limitações em grandes possibilidades de viver sua vida de forma mais dinâmica e satisfatória contribuindo para melhoria da sua qualidade de vida.

Sob este olhar, Nahas (2001) considera a qualidade de vida sob o aspecto individual como a condição humana resultante de um conjunto de parâmetros individuais e sócio-ambientais, modificáveis ou não, que caracterizam as condições em que vivem o homem e de fatores como: estado de saúde, longevidade, satisfação no trabalho, salário, lazer, relações familiares, disposição, prazer e até espiritualidade.

Partindo de uma perspectiva mais ampla, esse conceito também pode ser considerado utilizando indicadores epidemiológicos como: expectativa de vida, índices de mortalidade e morbidade, os níveis de escolaridade e de alfabetização, a desnutrição e a obesidade.

De acordo com o autor supra citado, conceito de qualidade de vida encontra-se ligado a diversos campos de trabalho, sendo considerado debate nas pesquisas relacionadas à saúde e ao trabalho NAHAS (2001). Assim, faz-se necessário que os investigadores definam tal termo conforme os interesses e especificidades de sua área de atuação.

Sob outro olhar, a Qualidade de vida no envelhecimento, segundo Spirduso (2000, apud ZANCHETTA, 2006), pode ser composta por aspectos como ausência de doenças, engajamento com a vida e competência física e mental e avaliada de forma subjetiva através da percepção individual do próprio sujeito sobre a expressão, que, na maioria das vezes, encontra-se relacionada com a saúde e o grau de satisfação com a vida.

Levando em consideração as diferentes discussões acerca do envelhecimento e Qualidade de Vida lançamos o questionamento: qual o significado do envelhecimento para o idoso? E quais as implicações para a Qualidade de Vida (QV). Para tanto, identificamos aspectos da qualidade de vida com base no posicionamento de duas realidades diferentes: idosos participantes e não participantes de grupos de convivência.

2. **Considerações Metodológicas**

A pesquisa foi de natureza descritiva com abordagem qualitativa, que corresponde a um estudo de status e é amplamente utilizada em pesquisas da educação e ciências comportamentais, que costumam utilizar métodos simples de estudo exploratório com aplicação de questionários e entrevistas (THOMAS & NELSON, 2002).

Os sujeitos participantes do estudo foram 24 idosos com idade a partir de 60 anos, divididos em dois grupos: (GRUPO A) 12 idosos participantes de grupos de convivência, (GRUPO B) 12 idosos não-participantes de grupos de convivência. Para atingir os objetivos da pesquisa foi realizado um roteiro de entrevista semi estruturado construído com base na questão problema do estudo e no instrumento (WHQOL-bref) validado para avaliar a qualidade de vida.

3. Resultados e Discussão

Com base nos relatos dos sujeitos do estudo é notória a associação que o idoso costuma fazer entre velhice e doença, esse pensamento tende a prejudicar o processo de envelhecimento que passa a suscitar sentimentos negativos de incapacidade e inferioridade. Nesse sentido, visualizamos a possibilidade desta associação influenciar na percepção de qualidade de vida.

De acordo com Andrade (1996, apud RIBEIRO et al, 2002) a impressão subjetiva quanto ao estado de saúde é um fator determinante para a identificação de uma vida com qualidade.

No referido estudo boa parte da amostra pesquisada, 8,3% (n=02) do Grupo A e 12,5% (n=3) do Grupo B, manifestaram essa relação da velhice com a doença. Para eles a velhice simplesmente significa.

> "Redução do tempo de vida, doenças. Tudo é diferente de quando era jovem (...). É a doença" (sujeitos 5 e 7. Grupo A).

> "Não significa nada de bom é só tragédia e doença (...) significa a falta de saúde (...) é querer sempre saúde (...) é bom ser idoso tirando os incômodos das dores na coluna (sujeitos 2, 4 e 6. grupo B).

Essa associação entre velhice e doença repercute negativamente na vida desses sujeitos, uma vez que essa variável saúde tem se apresentado como um forte indicativo em sociedades industrializadas de qualidade de vida. Contudo esse tipo de compreensão pode ser explicada pela visão reducionista que a sociedade estabeleceu culturalmente com base nas dores mais freqüentes a probabilidade de uma futura dependência e algumas fragilidades, que pode ser explicada, conforme Santos (2002) pela presença ainda constante da teoria do desengajamento difundida na década de 1950, que corresponde a retirada progressiva de pessoas envelhecidas do sistema social a que pertencem, tendo como instrumento principal de retirada a aposentadoria.

Alves e Minayo (2004 p. 104) destacam que as representações que os indivíduos possuem a respeito da doença estão diretamente relacionadas com os usos sociais do corpo em seu estado normal. Assim, qualquer alteração na qualidade de vida, como por exemplo, quando o indivíduo fica impossibilitado de trabalhar, de comer, dormir ou realizar qualquer outra atividade que habitualmente está acostumado, leva-o a acreditar que estar doente.

Entretanto, isso não implica necessariamente achar que a velhice é uma tragédia que trás consigo a doença, até mesmo pelo fato de todo indivíduo está propício a adquirir doenças, e também sentir dores. É como se nunca tivessem adoecido antes e que isso só acontece em decorrência de um tempo maior de vida que muitos passam a associar ao fim da vida: "É o final de tudo. Não pode existir comparação entre ser jovem e ser velho". (Sujeito 3, grupo B)

Para esses idosos talvez se torne mais difícil enxergar novas possibilidades, sua maior preocupação torna-se a doença e esquecem de que podem desfrutar novas experiências, vivendo essa fase da vida, como uma nova etapa que merece o mesmo valor que as anteriores.

Outro enfoque na perspectiva da velhice poderá mudar quando essa imagem negativa do envelhecimento for desconstruída através da percepção de que existem inúmeras possibilidades de se chegar à velhice de forma saudável e conquistar uma melhor qualidade de vida.

Um fator percebido através dos dados obtidos na entrevista foi um constante relato de uma fase da vida que o idoso não esquece, e que talvez não se encontre na velhice de forma satisfatória por acreditar que a melhor etapa da vida é a juventude. Assim constituiu-se a fala de alguns entrevistados sobre o que a velhice significava para as suas vidas:

> "Significa que é muito diferente da juventude, mais com relação a muitas coisas é bem melhor, a única diferença é a idade" (sujeito 1, Grupo A)
> "Quando é jovem é bem diferente, entretanto encontro-me satisfeito, pois não tem mais jeito mesmo (...). É muito bom já passei pela juventude e continuo vivendo". (sujeitos 1 e 12, Grupo A).

Essa idealização da juventude como um estágio da vida bem aproveitado é compreendido tendo em vista que a juventude foi durante muitos anos e ainda é um ideal de fascinação proposto pela

sociedade, daquilo que é novo e belo. Todos os valores e comportamentos culturais encontram-se voltados para a juventude como único parâmetro privilegiado.

Isso tudo, repercute as vantagens que o jovem tem no mercado de trabalho, o espaço reservado nos meios de comunicação, todos os investimentos em espaços de lazer e cultura estão com um olhar direcionado para a geração jovem.

Frente a esse universo o idoso se vê sem possibilidades de crescimento, pois todo o aparato econômico - político e social estão voltados para o ideal etário da juventude, e assim a percepção da velhice acaba se tornando apenas uma triste conseqüência da juventude que passou e não volta mais, permanecendo a idéia de que não tem mais solução, o que resta é se conformar por ter vivido a juventude e agora encontrar-se nessa fase que nada mais é do que uma rejeição da sociedade, pois tudo é diferente tendo em vista que os valores predominantes são todos aqueles que enaltecem a juventude.

Segundo Fontes e Amaro (2006) o ideal de uma cultura voltada para os valores da juventude ocorreu durante o século XX, devido os jovens terem sido maioria do ponto de vista demográfico. Para os próximos anos pressupõe que aconteça uma mudança radical nesse cenário com o ingresso dessa juventude no universo da velhice ao mesmo tempo em que não existem índices de natalidade capazes de preencher o espaço vazio deixado por essa juventude.

É preciso traçar estratégias voltadas para o bem-estar do idoso para que ele possa sentir uma cultura mais próxima de suas aspirações, pautada nos preceitos e nos valores da terceira idade, pois percebemos que o idoso alimenta um sentimento de repulsa e rejeição da velhice buscando sempre um refúgio na juventude para se satisfazer enquanto indivíduo. Suas maiores referências estão no tempo em que viveram a juventude são lembranças que satisfazem seu ego, enquanto a velhice é observada com rejeição e depreciação.

Essa depreciação pode acontecer em virtude das novas formas que o corpo começa a assumir na velhice, exibindo características inerentes ao processo de envelhecimento enquanto os traços vigorosos da juventude aos poucos vão desaparecendo. Para Fontes e Amaro (2006) na sociedade contemporânea o corpo assume um papel importante de instrumento perfeito que reúne elementos de beleza, desejo e sensualidade, esses desvios com relação ao modelo de corpo ideal, provocam sentimentos de medo, vergonha, repulsa e rejeição.

Foi possível identificar ainda que muitos idosos atribuem o significado da velhice a questão da longevidade. Alguns utilizam termos como vida longa, anos adicionais de vida, viver e viver muitos anos. Essa compreensão foi perceptível nos dois grupos com uma diferença mínima do grupo A em relação ao Grupo B:

> "Corresponde aos anos adicionais de vida. Isso é muito bom, pois contribuiu para criação dos filhos e permaneço sempre calma (...). É muito bom, representa uma vida longa (...). É estar vivendo uma vida prolongada (...). Significa uma vida longa. Todos precisam alcançar a velhice." (sujeitos 3, 9, 10, 12 grupo A).
> "Ser velho é muito bom, já vivi muitos anos e hoje a vida é um descanso e o bom é que viva mais ainda (...). Bom, pois estou vivendo (...). É viver". (sujeitos 5, 9 e11, grupo B).

Conforme Fontes e Amaro (2006) a longevidade corresponde aos anos adicionais de vida e nas duas últimas décadas foi possível prolongar a vida dos indivíduos graças aos avanços da medicina, da

tecnologia, da farmacologia e de políticas de atendimento ao idoso, muitas doenças infecto-contagiosas foram controladas e associado a isso veio o aumento da expectativa de vida.

Na fala dessas pessoas foi interessante observar que uma vida longa é sinônimo de satisfação e orgulho. Esse fato é importante para o estudo tendo em vista um índice bem elevado de idosos que perceberam a velhice sob essa ótica do conhecimento que corresponde a uma visão positiva do que a velhice representa na vida de cada um.

Além dos fatores mencionados muitos idosos falaram da velhice com muita satisfação e receptividade dessa nova fase da vida:

> "A velhice é muito boa (...). É a saúde (...). Significa ter paciência, viver tranqüilo. Apesar da pouca saúde encontro-me satisfeito (...). É bem animado, alegre. A velhice é satisfatória". (Grupo A).

Nas falas apresentadas percebe-se que esses idosos estão contentes com a velhice e mesmo alguns admitindo terem problemas com a saúde isso não impede o reconhecimento de que essa fase é muito boa de ser aproveitada e vivida de maneira prazerosa.

A velhice realmente pode desfrutar de inúmeros prazeres que as demais gerações ainda não dispõem com tantas facilidades, pois nos dias atuais existem políticas voltadas para uma melhor qualidade de vida dos idosos. São conquistas recentes que envolvem credito facilitado, estimulo ao turismo, encorajamento a participação de grupos, culturas a serem conhecidas, viagens a serem planejadas, que de certa forma ajudam a romper com essa imagem histórica.

Vale salientar que esses resultados só foram manifestados nas respostas do Grupo A que corresponde aos indivíduos participantes de grupos de convivência e que é um dado importante para a percepção de qualidade de vida, pois de acordo com Ribeiro et al (2002) a qualidade de vida além de estar relacionada à sensação de saúde encontra-se intimamente ligada ao estado psicossocial do indivíduo. É possível observar que essas iniciativas governamentais no sentido de proporcionar políticas voltadas para as necessidades dessa população como o investimento em grupos de convivência para idosos torna-se uma iniciativa social que tem tido estratégias importantes para que o idoso observe sua valorização dentro do ambiente social.

Uma pequena parcela dos idosos considerou que à velhice compreende uma fase de perdas:

> "A velhice contribuiu para a perda do entendimento de muitas coisas" (sujeito 4, grupo A)
> "Ser idoso é não mandar mais em nada, é ser mandado" (sujeito 8 Grupo B).

Segundo Medeiros (2003) ao longo da vida a pessoa perde muito em diversos aspectos. Na velhice ao olharmos para trás vemos que muito foi deixado ao longo do caminho: pessoas queridas, a saúde, o vigor da juventude, as oportunidades de crescimento intelectual e profissional e a própria capacidade de conduzir sua vida. Por isso a velhice é a fase que pode refletir sobre tudo que se perdeu, aí surgem vários

sentimentos: angústias, arrependimento, sofrimento entre outros. Nessas falas observamos também o sentimento de dependência e falta de autonomia que muitas vezes se tornam evidentes, muitos idosos passam a ficar sob a responsabilidade de filhos ou parentes próximos.

Com relação ao significado da velhice para o idoso podemos perceber que são várias as compreensões, e, muitas dessas visões apontam para as diversas dimensões, sejam elas físicas, sociais, afetivas, e ambientais, que caracterizam a qualidade de vida dessa população. Contudo, na maioria das vezes, trata-se de uma análise ainda incipiente quando não negativa sobre essa fase da vida.

Quando comparamos o ponto de vista dos dois grupos foi possível constatar um olhar diferenciado do "GRUPO A" idosos participantes de grupos de convivência, isso pode refletir as novas oportunidades que a vivência em grupos pode possibilitar a essa população apontando para uma maior autonomia e desenvolvimento de diversas competências. Assim fortalecemos o ideal de que vale a pena o incentivo as políticas públicas voltadas para o engajamento dos idosos na sociedade por meio dos grupos de convivência. Esse fator se apresenta como algo significativo para a qualidade de vida dessa população.

4. Referências Bibliográficas

ALVES, C. P; MINAYO, S. C. M. **Saúde e doença um olhar antropológico**. 20 ed. Rio de janeiro: Fiocruz, 2004.

FONTES, M; AMARO, J. F. **O lugar da velhice na sociedade de consumo**. Intercom**.** Sociedade Brasileira de estudos interdisciplinares da comunicação: XXIX Congresso Brasileiro de ciências da comunicação. Bahia, set. 2006.

LORDA, R. C. **Recreação na terceira idade**. A velhice em uma perspectiva histórica: mitos e estereótipos. 2. ed. Rio de Janeiro: Sprint, 2004. P.15-33.

NAHAS, M. V. **Atividade física, saúde e qualidade de vida**. 2. ed. Londrina: Midiograf. 2001.

RIBEIRO, L. C. R; SILVA, O. I. A. MODENA, M. C. FONSECA, C. M. Capacidade funcional e qualidade de vida de idosos. **Estud. Interdiscip. Envelhec**. Porto Alegre, v. 4, p.86 -96, 2002.

SANTOS, A. G. Os conceitos de saúde e doença na representação social da velhice**. Revista Virtual textos & contextos**, v.1, n.1, nov, 2002.

THOMAS, J. R.; NELSON, J. R. **Métodos de pesquisa em atividade física**. 3 ed. Porto Alegre; Artmed, 2002.

ZANCHETTA, M. L. **Avaliação subjetiva da qualidade de vida em indivíduos de meia idade submetidos a treinamento físico.** 79 f. Dissertação (Mestrado em Educação Física) Faculdade de Educação Física – Programa de Pós-graduação. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2006.

Ubilina Maria da Conceição Maia

Sítio Angicos – Zona Rural, José da Penha/RN
Ubilina_jp@hotmail.com
Recurso: projetor multimídia

CAMEAM-UERN