

# Velhice: uma intervenção de cunho psicológico no Centro de Cidadania do Conjunto Mangabeira - João Pessoa-PB

Cláudio Sérgio Reis Maffioletti \*, Kátia Cordeiro Antas \*\* e  
Ludgleydson Fernandes de Araújo \*\*

**Resumo:** A problemática do envelhecimento tem provocado vários debates e produções literárias, despertando um número cada vez maior de pessoas interessadas neste assunto. Nesse sentido, o presente estudo teve como objetivo considerar os aspectos interativos inerentes à velhice. Para tanto, foram desenvolvidas atividades como dinâmicas de grupo, terapia ocupacional, jogos de memória e valorização da fala do idoso através da escuta, com o intuito de melhorar a sua qualidade de vida.

Palavras-chave: velho, expectativa de vida, grupos de convivência

**Abstract:** The aging problem has caused lots of debates and literary productions, bringing about an increasing number of people attracted to this subject. In that sense, the present study had the purpose of considering the interactive aspects inherent to elderliness. In order to do so, activities were developed, such as group dynamics, occupational therapies, memory games and the valorization of the senior's speech through listening with the intention of improving their life quality.

Keywords: elderliness, life expectation, coexistence groups

**Resumen:** La problemática del envejecimiento ha provocado varios debates y producción literaria, despertando un número cada vez mayor de personas interesadas en este asunto. El presente estudio tiene como objetivo considerar los aspectos biopsicosociales inerentes a la vejez. Para eso, fueron desarrolladas actividades como dinámicas de grupo, terapia ocupacional, juegos de memoria y valorización del habla del anciano por medio de la escucha, con el propósito de mejorar su calidad de vida.

Palabras claves: viejo, expectativa de vida, grupos de convivencia

---

\* Professor do Departamento de Psicologia e Coordenador do Projeto de Extensão "A Questão do Psicólogo Frente às Idades - o Idoso como foco", do Centro de Ciências Humanas, Letras e Artes - Universidade Federal da Paraíba (UFPB)

\*\* Alunos de graduação em Psicologia da UFPB.

## Introdução

O presente estudo fez parte do Programa de Extensão, vinculado à Pró-Reitoria de Extensão e Assuntos Comunitários (PRAC) da Universidade Federal da Paraíba, cujo órgão de apoio para sua execução foi o Núcleo Integrado de Estudos e Pesquisas na Terceira Idade (NIETI), tendo, ainda, uma parceria com a Secretaria de Trabalho e Promoção Social (SETRAPS) da Prefeitura Municipal de João Pessoa, Paraíba.

Este projeto surgiu da união de três necessidades: a primeira, é a numerosa demanda de idosos carentes que freqüentam os centros de cidadania da Prefeitura de João Pessoa; o segundo ponto, é a carência em quantidade e preparação de profissionais psicólogos para acompanhar esta demanda; e o terceiro, é a experiência que diz respeito àquilo que podemos especificar como problemas psicológicos, quais sejam ansiedade, estresse, solidão, medo, agressividade, dependência química e internações; bem como o ensaio com metodologias para aproximação empática com o grupo cultural específico, no caso os velhos.

Sua efetuação ocorreu no Centro de Cidadania no bairro de Mangabeira, através de encontros semanais com os idosos freqüentadores do grupo de terceira idade, onde eram desenvolvidas diversas atividades.

## Considerações Teóricas

A questão do envelhecimento e da longevidade humana é algo que já se fazia presente na história clássica e que tem ganhado maior ênfase nas últimas décadas do século passado, despertando a curiosidade tanto de leigos como da comunidade científica.

Nas civilizações mais antigas, como a Grécia, a valorização pessoal parecia estar ligada à capacidade física. Nas mais variadas sociedades, a velhice era considerada objeto de adoração, uma vez que os jovens procuravam os idosos em busca de sua sabedoria. No Antigo Testamento, a velhice era vista como um edifício, e a morte representa sua total e definitiva demolição. Na China, por sua vez, “mesmo reconhecendo a limitação natural da vida humana, acreditava-se que, de maneira natural, esta devesse se prolongar das faculdades mentais e dos sentidos” (LEME, 1996, p. 16).

Até o século XIX, no Ocidente, onde a divisão social do trabalho é uma marca do processo individual, a velhice era tratada como uma questão de mendicância, porque sua fundamental característica era a não possibilidade que uma pessoa apresentava de se assegurar financeiramente. Assim, a noção de velho remete à incapacidade de produzir, de trabalhar. Dessa forma, segundo Peixoto (1998), era denominado velho (*vieux*)

ou velhote (*veillard*) aquele indivíduo que não desfrutava de *status* social – muito embora o termo velhote também fosse utilizado para denominar o velho que tinha sua imagem definida como de “bom cidadão”.

Com o intuito de se adotar uma visão menos estereotipada da velhice, o termo “idoso” foi adotado para caracterizar tanto a população envelhecida em geral, como aquela que desfruta de melhores condições físicas e sócio-econômicas. A partir de então, os “problemas dos velhos” passaram a ser vistos como “necessidades dos idosos” (PEIXOTO, 1998). Por outro lado, Neri & Freire (2000) colocam que a substituição dos termos velho ou velhice por idoso já indica preconceito, pois, caso contrário, essa troca de palavras não seria necessária.

Em observação à citação acima, para os fins desse artigo, adotamos a denominação ‘velho’ considerando-se a sua abrangência no que se diz respeito a experiência, sabedoria, resiliência, desafios, envelhecimento, geração.

Podemos perceber que durante algum tempo as questões relacionadas à velhice não desfrutavam da merecida atenção por partes dos pesquisadores dos diversos campos do conhecimento humano. Os estudos relacionados à questão do envelhecimento constituem-se em uma área recente na psicologia, tendo em vista que esta contemplava somente o período da infância, adolescência e da fase adulta. A expansão sistemática da gerontologia só se deu no final dos anos 50, principalmente em função da inversão populacional, da evolução do mercado neoliberal e da melhoria das condições de atendimento à saúde.

Foi a partir de 1928 que foram realizadas as primeiras pesquisas experimentais sobre a velhice, na psicologia estadunidense, a respeito de tópicos tais como aprendizagem, memória e tempo de reação. No entanto, até 1940, pouco se pesquisou sobre a vida adulta e a velhice, considerando que até então esta foi a época de expansão e consolidação da psicologia da criança.

### Segundo Baltes,

A evolução do campo da psicologia do envelhecimento, no século XX, acarretou mudanças também na natureza da psicologia de desenvolvimento que, em vários países, especialmente nos EUA, era um campo sobreposto ao da psicologia infantil. (1995, p. 9).

Erik Erikson (1963) foi um dos pioneiros nos estudos sobre o desenvolvimento humano, com a formulação da Teoria do Desenvolvimento durante toda a vida. Nesta, explicitava que o desenvolvimento se processa ao longo da vida, e que “o sentido da identidade de uma pessoa se desenvolve através de uma série de estágios psicossociais durante toda a vida” (BEE e MITCHELL, 1984, p. 360).

Esta teoria compõe-se de nove estágios, sendo o período da vida adulta (41 anos em diante) denominado de integridade do ego *versus* desespero. A integridade do ego é caracterizada por fatores intrínsecos à velhice como: dignidade, prudência, sabedoria prática e aceitação do modo de viver, enquanto que o desespero seria o medo da morte. Segundo Erikson:

Quando os oitos estágios foram inicialmente colocados em gráfico, parecia óbvio que, fora a data de chegada do bebê, existe uma tal variedade no *timing* do desenvolvimento humano que é impossível validar algumas especificações para cada estágio, independente de critérios sociais [...] embora isso também seja verdade na velhice, convém delinear uma estrutura temporal específica para podermos focar as experiências de vida e as crises do período. A velhice, depois dos oitenta e noventa anos traz consigo novas exigências, reavaliações e dificuldades diárias (1998, p. 89).

Estes estudos contribuíram significativamente para a compreensão das transformações ocorridas na velhice, salientando-se que, até então, nenhum outro autor na psicologia havia dado tanta ênfase ao estágio do desenvolvimento humano até a vida adulta.

Na atualidade, têm-se intensificados os estudos direcionados à questão do envelhecimento dado o aumento gradual da expectativa de vida e a diminuição da taxa de natalidade, a melhoria significativa nos serviços básicos de saúde (saneamento, avanços da medicina), habitação, transportes e o conseqüente acesso a estes meios têm possibilitado a melhoria na qualidade de vida dos idosos. Como afirma Neri (1993), promoção na qualidade de vida dos idosos excede os limites da responsabilidade individual, pois esta melhoria é de caráter sócio-estrutural, e é necessária uma transformação biopsicossocial.

A melhoria na qualidade de vida tem proporcionado, segundo dados da Pesquisa Nacional por Amostra de Domicílios do IBGE, 2000, um aumento no número de velhos, representando algo em torno de três milhões de pessoas, correspondendo a 9,1% da população total do Brasil. Desta população, 55,3% são mulheres e 44,7% são homens. Estes números refletem a maior expectativa de vida das mulheres, que vivem oito anos mais que os homens. Com o crescimento do envelhecimento populacional, faz-se necessária uma gama de serviços específicos nas diversas áreas do conhecimento, no sentido de suprir as necessidades que são peculiares a esta fase do desenvolvimento humano.

Em face disto, é necessário visualizar a velhice como uma etapa da vida que, apesar das limitações a ela inerentes, possibilite ao idoso desfrutar de uma condição saudável, com projetos, metas, aspirações e, sobretudo,

dignidade, no seu papel de cidadão. Somente assim o idoso terá certeza de ter contribuído para a construção desta mesma sociedade que hoje o oprime e não lhe permite ser reconhecido pela experiência acumulada durante estes vários anos, transformando sua imagem através de atitudes preconceituosas e estereotipadas.

Os anciãos são forçados a desconfiar das próprias capacidades. O tempo cobra um preço mesmo daqueles que foram sadios e capazes de manter músculos vigorosos, e o corpo inevitavelmente enfraquece. A esperança pode facilmente dar lugar ao desespero diante da contínua e crescente desintegração e à luz de indignidades tanto crônicas quanto súbitas. Mesmo as atividades mais simples da vida cotidiana podem apresentar dificuldades e conflitos. Não surpreende que os anciãos fiquem cansados e frequentemente deprimidos. Mas eles prontamente aceitam que o sol se põe à noite e rejubilam-se ao vê-lo surgir todas as manhãs. enquanto há luz, há esperança, e quem sabe que luz brilhante e revelação uma maior pode trazer? (ERIKSON. 1998, p. 90-91)

## Descrição das atividades desenvolvidas

O projeto em questão fez uso de várias técnicas e instrumentos para a preparação dos extensionistas visando à realização de suas atividades. A primeira e mais utilizada delas foi a reunião, que ocorria semanalmente, tendo por finalidade a formação de grupos de estudos nos quais eram discutidos textos referentes a várias problemáticas como: política nacional do idoso, neoliberalismo, questões relacionadas ao envelhecimento, à saúde do idoso e políticas sociais. Desenvolvia-se, ainda, o planejamento das atividades a serem realizadas.

O *locus* de realização do projeto foi o "Centro de Cidadania", localizado no bairro de Mangabeira, na capital paraibana. A escolha por este local deu-se por apresentar idosos que atendiam aos objetivos propostos pelo presente trabalho, como também por uma parceria entre a coordenadoria da Secretaria de Trabalho e Promoção Social do Município de João Pessoa (SETRAPS) e o Núcleo Integrado de Estudos e Pesquisas da Terceira Idade (NIETI/UFPB). A imersão deu-se em dois momentos, um deles com a totalidade do grupo de idosos e o segundo com o grupo focal.

Para a realização do trabalho contou-se com a participação de 16 idosos (14 do sexo feminino e 2 do sexo masculino), com idades variando entre 56 e 82 anos. Todos de baixo poder aquisitivo, sendo a maioria aposentada.

Neste sentido, iniciaram-se as primeiras visitas apenas com caráter de observação. Posteriormente, foi explicitada a proposta de trabalho ao grupo de idosos.

Uma vez que esta foi aceita, foram formados os grupos de intervenção, tendo como enfoque principal a memória oral do idoso, com o intuito de contribuir para uma melhoria na sua auto-estima e interação social.

O trabalho transcorreu de forma satisfatória, apesar da evasão e rotatividade do grupo, devido a choques de calendários e aos impedimentos próprios dos idosos. As atividades sempre tiveram como prioridade a fala do idoso, suas expectativas e opiniões. Foram realizadas técnicas de relaxamento com o uso de músicas, aplicação de jogos de memória, leitura e reflexão de textos concernentes às questões do envelhecimento, como também oficinas de terapia ocupacional.

Através de relatos obtidos durante os encontros, percebeu-se melhoria no que tange à auto-estima do velho, ao seu papel de cidadão na sociedade na qual está inserido, ao uso da memorização e à diminuição nas tensões decorrentes do envelhecimento, como pode ser observado nas suas falas:

- Eu não tenho mais tempo de pensar em velhice (M.L., 72 anos).
- A pessoa que vive deprimida é pessoa que não tem atividade (M.L., 72 anos).
- O relaxamento me traz a sensação de liberdade (M.D., 56 anos).
- Recordar minha história me faz feliz (O.C.X., 59 anos).
- Pra tudo no mundo a gente tem que ter tempo. Eu posso dizer que agora, depois que entendi isso, a minha vida é outra (I.L., 64 anos).
- Por que eu lembro de algo que aconteceu há cinco anos, e não me lembro de algo que aconteceu hoje? (M.D., 54 anos).

Foi possível perceber ainda, uma maior integração entre eles, bem como o estabelecimento de reciprocidade com os participantes do projeto, o que vem a corroborar as potencialidades inerentes para o contato social para que seja posto em prática.

## Considerações finais

A partir das ações desenvolvidas junto aos velhos, pode-se perceber a significativa eficácia desempenhada pelos seus grupos de convivência, no sentido de proporcionar-lhes a valorização de sua experiência acumulada anos a fio, no aprimoramento de habilidades que lhes trazem o sentimento de capacidade e utilidade no seu cotidiano.

Estes centros de convivência passam a representar um *locus* onde o geronte busca apoio para enfrentar as inúmeras dificuldades, além das que são inerentes ao processo de envelhecimento, como também as provocadas por uma sociedade que valoriza apenas aque-

les que estão contribuindo diretamente com seu crescimento econômico, tornando-os personagens alvo de estereótipos negativos e preconceituosos.

Faz-se necessário incentivar trabalhos multidisciplinares com o objetivo de atualizar o repertório experiencial valorizando as habilidades do velho de forma a permitir que ele construa uma auto-imagem reforçadora nesse processo final da vida.

## Referências

- BALTES, P. B. Psicologia do envelhecimento: uma área emergente. In NERI, Anita Liberalesso (Org.) *Psicologia do envelhecimento: temas selecionados na perspectiva de curso de vida*. Campinas: Papyrus, 1995.
- BEE, Helen L.; Mitchel, Sandra K. *A pessoa em desenvolvimento*. São Paulo: Harbra, 1984.
- ERIKSON, J. M. *O ciclo de vida completo*. Porto Alegre: ARTMED, 1998.
- LEME, L. E. G. A gerontologia e o problema do envelhecimento: visão histórica. In: PAPALÉO NETO, Matheus. *Gerontologia*. São Paulo: Atheneu, 1996.
- NERI, Anita Liberalesso; FREIRE, Sueli Aparecida (Org.) *E por falar em boa velhice*. São Paulo: Papyrus, 2000 (Papyrus educação).
- \_\_\_\_\_, Anita Liberalesso (Org.) *Qualidade de vida na idade madura*. Campinas: Papyrus, 1993.
- PEIXOTO, C. Entre o estigma e a compaixão e os termos classificatórios: velho, velhote, idoso, terceira idade... In: BARROS, Myriam Moraes Lins de (Org.) *Velhice ou terceira idade?* Rio de Janeiro: Ed. FGV, 1998.
- IBGE. *Pesquisa nacional por amostra de domicílios - PNAD (1999)*. Rio de Janeiro, 2000.