

ELIANE JOST BLESSMANN

**CORPOREIDADE E ENVELHECIMENTO:
O SIGNIFICADO DO CORPO NA VELHICE**

Porto Alegre

2003

ELIANE JOST BLESSMANN

**CORPOREIDADE E ENVELHECIMENTO:
O SIGNIFICADO DO CORPO NA VELHICE**

Dissertação de Mestrado em Ciências do Movimento Humano
Universidade Federal do Rio Grande do Sul
Programa de Pós-Graduação
Escola de Educação Física

Orientador: Silvino Santin

Porto Alegre

2003

Agradecimentos:

Agradeço ao Professor Dr. Silvino Santin pela sua orientação, compreensão e amizade. À Professora Diná P. Santiago pela confiança, apoio e incentivo.

Aos participantes do Projeto Celari, que são os sujeitos desta pesquisa, e o meu maior estímulo para realizá-la.

Aos colegas do curso de mestrado com os quais pude contar nos momentos mais difíceis.

Aos colegas da secretaria do Curso de Pós-Graduação pela dedicação e carinho.

RESUMO

Velhice e corpo são termos de difícil definição. As pessoas não sabem definir corpo, porque não têm o hábito de fazê-lo, nem de pensá-lo, e também não sabem definir velhice, face à heterogeneidade e complexidade do processo. Entretanto, uma coisa pode ser depreendida através de qualquer explicação que seja tentada para ambos, é a visão biologicizada que se impõe para a sua compreensão. O corpo é compreendido como um conjunto de órgãos e funções, e a velhice, como as alterações que nele ocorrem. Diante de tantas mudanças que ocorrem no corpo com o envelhecimento, e que cada vez o afastam mais do corpo idealizado pela sociedade, cujo valor está no corpo jovem, belo e forte, é que nos questionamos quanto ao significado do corpo na velhice. Para tal, realizamos uma pesquisa junto aos idosos participantes do Projeto CELARI (ESEF/UFRGS), constando de entrevistas e observações. Na busca de significados o corpo se torna signo, se distingue de um fenômeno que diz respeito a uma composição biológica, e passa a referir-se a um conjunto representativo mental ao qual o sujeito referencia a sua realidade de corpo, e é através do caminho hermenêutico que alcançamos a interpretação. O homem já foi espírito e alma em oposição ao corpo, o que reservava espaço privilegiado para a velhice que sabia cultivá-lo; já foi razão, abrindo espaço para a modernidade que ressaltou a inteligência e subtraiu o lugar dos velhos, o corpo já foi máquina, a qual se desgasta com o tempo, sugerindo que seja isto o que acontece com o corpo envelhecido, e agora ele é mais do que nunca aparência que deve ser conquistada a qualquer custo, ao mesmo tempo em que, na era da comunicação, ele é o elemento de ligação, então corpo é uma forma de relacionar-se e aí está o espaço reaberto para o corpo envelhecido, aquele que engendra relações. Por isso o significado do corpo na velhice não está no que ele é, mas no que ele representa, ele exalta a vida e suas inúmeras possibilidades, mas ao mesmo tempo proclama a finitude existencial.

ABSTRACT

Oldness and body are words of hard definition. People do not know how to define body because they are not used to do it, neither to think about it, and, besides, they are not able to define oldness, due to the heterogeneity and complexity of the procedure. However, something that can be gathered through any explanation tried for both of them is a biological sight needed for their comprehension. Body is conceived as a set of organs and functions and the oldness as the alterations that it suffers. Due to the lot of changes occurring at the body when it is getting old, what more and more deviates it from the body idealized by the society, in which the value is in a young, beautiful and strong body, it is then when we put into question the meaning of the body in the oldness. For that we have developed a research among the oldness that is part of the Project CELARI (ESEF/UFRGS), including interviews and observations. Looking for significations the body becomes a sign, distinct from a phenomenon of biological composition and it is now referred to a mental representative set to which the person refers his body reality, and it is through a hermeneutic way that we get the interpretation. The man has already been spirit and soul in opposition to the body, giving so a privileged space for the oldness that was able to use it; he has already been reason, giving space to the modernity that has privileged the intelligence and threw away the place of the old people; the body has already been machine, which is going down as time goes along, suggesting the name for the old body, and now it is as never before appearance that must be conquered even hardly, at the same time that, in the era of the communication, it is the element of connection, so the body is a way for relationships and here we have an open space for the old body, that one which creates relations. That's why the meaning of the body in the oldness is not what it is but what it represents, it magnifies the life and all its possibilities, but at the same time it announces that the existence is limited.

SUMÁRIO

FOLHA DE ROSTO.....	1
RESUMO.....	3
INTRODUÇÃO.....	8
1. O FENÔMENO DO ENVELHECIMENTO.....	19
1.1 - O envelhecimento como fenômeno biológico.....	21
1.1.1 - Teorias biológicas do envelhecimento.....	28
1.1.1.1 - Teorias do primeiro grupo.....	29
1.1.1.2 - Teorias do segundo grupo.....	30
1.2 - O envelhecimento como fenômeno psicológico.....	36
1.2.1 - Teorias psicológicas do envelhecimento.....	43
1.2.1.1 - Paradigma de mudança ordenada.....	43
1.2.1.2 - Paradigma contextualista.....	45
1.2.1.3 - Paradigma dialético.....	47
1.3 - O envelhecimento como fenômeno social.....	49
1.3.1 - Teorias sociológicas do envelhecimento.....	50
1.3.1.1 - Teorias de primeira geração.....	50
1.3.1.2 - Teorias sociológicas de Segunda geração.....	54
1.3.1.3 - Teorias sociológicas de segunda e terceira geração.....	56
1.3.1.4 - Teorias sociológicas de terceira geração.....	60

1.4 - Contribuição das teorias para a compreensão do fenômeno do envelhecimento.....	63
2. CONTEXTO SOCIOCULTURAL DA VELHICE.....	66
2.1 - A condição dos velhos na história cultural da humanidade.....	67
2.2 - A condição da velhice na sociedade moderna.....	73
3. PENSANDO O CORPO E O ENVELHECIMENTO.....	78
3.1 - O dualismo como base para o pensamento.....	78
3.2 - A importância da herança histórica do corpo.....	87
3.3 - Do corpo produtivo ao corpo consumidor.....	93
3.4 - O paradigma da corporeidade.....	96
3.5 - O corpo envelhecido.....	100
4. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS.....	104
4.1 - Objetivo geral e questões norteadoras da pesquisa.....	104
4.2 - Natureza da investigação.....	105
4.3 - O campo da pesquisa.....	106
4.4 - Instrumentos para a coleta de informações.....	107
4.5 - Sujeitos da pesquisa.....	108
4.6 - Descrição e análise das informações.....	109
5. O SIGNIFICADO DO CORPO NA VELHICE.....	110
5.1 - A dimensão biológica no processo de significação do corpo na velhice.....	111
5.1.1 - A velhice se revela na aparência.....	112
5.1.2 - O corpo físico e biológico.....	116
5.1.3 - A visão mecanicista de corpo.....	117
5.1.4 - A funcionalidade do corpo.....	118

5.1.5 - Velhice como sinônimo de doença.....	119
5.1.6 - A velhice pode ser adiada.....	122
5.1.7 - A utopia do corpo jovem.....	123
5.1.8 - O corpo hierarquicamente inferior à mente.....	125
5.2 - A dimensão psicológica no processo de significação do corpo na velhice.....	126
5.2.1 - A velhice como uma questão de cabeça.....	126
5.2.1.1 - A cabeça representa o centro de comando.....	126
5.2.1.2 - A cabeça representa o centro de memória.....	128
5.2.1.3 - A cabeça representa a sede dos sentimentos.....	131
5.2.2 - Velhice e bem-estar emocional.....	134
5.2.3 - Velhice e personalidade.....	135
5.3 - A dimensão social no processo de significação do corpo na velhice.....	138
5.3.1 - A velhice em outras épocas.....	138
5.3.2 - Idade cronológica e aposentadoria como demarcadores de velhice.....	140
5.3.3 - Velhice como um tempo de mudanças.....	144
5.3.4 - A contribuição das mulheres para uma nova imagem de velhice.....	149
5.3.5 - Uma nova imagem de velhice.....	151
5.4 - Contribuição do projeto CELARI para a compreensão de corpo na velhice.....	154
CONCLUSÃO	159
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	164
ANEXOS.....	169

INTRODUÇÃO

Envelhecimento e longevidade são, atualmente, temas de grande relevância social. Cresce consideravelmente a população idosa em números absolutos e aumenta a média de anos vividos. Tais fenômenos despertam a preocupação com a qualidade de vida, constituindo-se em desafios que nem o governo nem a sociedade podem ignorar.

O crescimento do número absoluto de pessoas mais velhas é um dos indicadores básicos de que os indivíduos de uma população estão envelhecendo, e com o aumento cada vez maior do número de idosos nas sociedades ocidentais, associado a outros fatores, tais como, a queda dos níveis de fecundidade e mortalidade infantil, começa a ser encarado o envelhecimento demográfico. O envelhecimento populacional, que antes era uma peculiaridade dos países europeus, encontra-se hoje em nações que experimentam diferentes níveis de desenvolvimento e, em especial, o Brasil. O envelhecimento da população brasileira passa a ser notado a partir da década de 60, com o declínio das taxas de fecundidade e mortalidade.

Segundo a Organização Mundial da Saúde, que considera velha a população cujo percentual mínimo de idosos for igual ou superior a 7%, com tendência a crescer rapidamente¹, a população brasileira pode ser considerada envelhecida,

¹ ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. Grupo Científico sobre la Epidemiología del Envejecimiento, Ginebra, 1984. **Aplicaciones de la epidemiología al estudio de los ancianos.** Serie de Informes Técnicos 706.

pois de acordo com o Censo Demográfico 2000², os brasileiros com mais de 60 anos correspondem a 8,56% da população. As projeções estatísticas da Organização Mundial da Saúde estimam que no ano de 2025 os idosos representarão 15% da população brasileira, que é a atual proporção de idosos da maioria dos países europeus; em termos absolutos, serão mais de 32 milhões de pessoas com 60 anos ou mais, colocando o Brasil em 6º lugar no ranking entre os países com maior população idosa³.

Embora o Brasil esteja posicionado entre as primeiras economias do mundo, ainda apresenta indicadores sociais que o situam entre os países em desenvolvimento. As diversidades em seu interior permitem observar "três Brasis" segundo o PNUD/IPEA/1996⁴, ao referir-se ao Índice de Desenvolvimento Humano. O primeiro é o Brasil desenvolvido, do sul e sudeste, com boa escolaridade e expectativa de vida em torno de 70 anos. O segundo Brasil é uma região emergente, integrada por sete estados: Minas Gerais, Goiás, Mato Grosso, Roraima, Rondônia, Amazonas e Amapá, considerada de médio desenvolvimento, com um PIB per capita acima dos índices médios mundiais, e com esperança de vida ao nascer em torno de 68 anos. E o terceiro Brasil está localizado no nordeste, com as menores taxas de alfabetização, com o menor PIB per capita e com índices de esperança de vida médio que oscilam de 53,7 anos a 65,1 anos, abaixo, portanto, da média brasileira que é de 66,3 anos. O maior índice é o do Rio Grande do Sul com 74,6 anos de esperança de vida.

Para demonstrarmos o crescimento da população idosa no Brasil utilizamos, até então, o critério cronológico, considerando idoso o indivíduo com 60 anos ou mais. Entretanto, dizer que a velhice começa aos 60 ou 65 anos é produto de uma

² INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA - IBGE. **Censo Demográfico 2000: Características da população e dos domicílios. Resultados do Universo.**

³ Plano Integrado de Ação Governamental para o Desenvolvimento da Política Nacional do Idoso. Brasília: MPAS, SAS, 1997.

⁴ PNUD: Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento e IPEA: Instituto de Pesquisa Econômica Aplicada In CARVALHO, Maria do Carmo Brant de et al. **Programas e serviços de proteção e inclusão social dos idosos.** São Paulo: IEE/PUC-SP; Brasília: Secretaria de Assistência Social/ MPAS, 1998.

definição social. Cronologicamente, segundo Neri e Freire⁵, o início da velhice tem uma idade estabelecida pela sociedade em resposta às mudanças evolutivas comuns a maioria das pessoas dos vários grupos etários, considerando os fatores biológicos, históricos e sociais. Por exemplo, na França, no século XVII, a maior parte dos adultos morria entre os 30 e 40 anos, por causa da dureza do trabalho, da subalimentação e da higiene precária e, neste contexto, os quadragenários já eram considerados velhos⁶. Para Debert⁷, diferentemente de Neri e Freire, os critérios e normas da idade cronológica são impostos nas sociedades ocidentais, por exigência das leis que determinam direitos e deveres do cidadão, citando como exemplos a maioridade legal e o direito à aposentadoria.

O que há de comum entre as autoras citadas é o conceito de categorias de idade como construção social, ora como resposta a mudanças, ora como imposição de leis. Identificamos ainda o critério econômico como referência para as categorias de idade, utilizado pela ONU (Organização das Nações Unidas) a fim de delimitar uma idade limite para o início da velhice, compreensível para uma sociedade organizada em função da produção. A ONU, conforme consta na Resolução 39/125 de 1982, dividiu o ciclo de vida em três etapas ou idades, considerando o homem enquanto força de trabalho, que produz e consome os bens produzidos⁸. A primeira idade, caracterizada como idade improdutiva, corresponde a das pessoas que só consomem, é o caso das crianças e adolescentes. Na segunda idade, situam-se as pessoas que produzem e consomem, são os jovens e os adultos, que constituem a População Economicamente Ativa - PEA - de uma sociedade; é a idade ativa. As pessoas que já produziram e consumiram, mas que, pela aposentadoria já não produzem, mas consomem, constituem a terceira idade, que é a idade inativa. Como na maioria dos países do mundo a aposentadoria começa aos 60 anos para as mulheres e 65 anos para os homens, a ONU estabeleceu a idade de 60 anos para

⁵ NERI, Anita Liberalesso e FREIRE, Sueli Aparecida. "Apresentação. Qual é a Idade da Velhice?" In NERI, Anita Liberalesso e FREIRE, Sueli Aparecida (orgs.) **E por falar em boa velhice**. Campinas, SP: Papyrus, 2000.

⁶ BEAUVOIR, Simone de. **A Velhice**. Tradução de Maria Helena Franco Monteiro. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.

⁷ DEBERT, Guita Grin. **A Reinvenção da Velhice: Socialização e Processos de Reprivatização do Envelhecimento** SP: Editora da Universidade de São Paulo: FAPESP, 1999.

⁸ RODRIGUES, Nara Costa. Terceira Idade: Vida e Plenitude. In SCHONS, Carme Regina e PALMA, Lucía Terezinha Saccomori (orgs.) **Conversando com Nara Costa Rodrigues sobre Gerontologia Social**. Passo Fundo: UPF EDITORA, 2000.

os países subdesenvolvidos ou em desenvolvimento e 65 para os desenvolvidos. A distinção na idade referenciada entre os países desenvolvidos e em desenvolvimento se deve ao fato de que a expectativa média de vida é maior nos primeiros, em torno de 77 anos, enquanto que nos segundos ficava em 67 anos.

A idade limite estabelecida pela ONU pode mudar em breve, pois a longevidade está aumentando também nos países subdesenvolvidos, deixando de ser aspecto diferencial para a questão do envelhecimento populacional. Observamos que o IBGE, no Censo Demográfico 2000, ao referir-se ao envelhecimento populacional, considera idoso o indivíduo de 65 anos ou mais. O critério do IBGE é igualmente econômico ao definir que, do ponto de vista demográfico, a População Potencialmente Inativa ou em Idade Inativa compreende as crianças com idades inferiores a 15 anos e os idosos com 65 anos ou mais. Dos 15 aos 64 anos de idade, as pessoas estariam aptas, em princípio, a exercer alguma atividade produtiva.

O critério da idade cronológica não é suficiente, e nem o mais adequado, para estabelecer o início da velhice ou quando o indivíduo passa a ser considerado velho, pois ninguém envelhece de repente e nem da mesma forma. Algumas pessoas aos 70 anos conservam mais o vigor físico e a capacidade intelectual e outras menos, o que dependerá, entre outros fatores, do ambiente onde vivem, se mais ou menos estimulante, do tipo de profissão exercida e da alimentação. Caetano Veloso declarou em entrevista ao jornal, alguns meses antes de completar 60 anos⁹: “eu ainda não decidi ficar velho”. E nem é possível imaginá-lo como tal, nem física, nem intelectualmente.

O envelhecimento está, habitualmente, associado às mudanças físicas, tais como, perda de força, diminuição da coordenação e do domínio do corpo e deterioração da saúde, entre outras, e às mudanças cognitivas evocadas por problemas na memória e aquisição de novos conhecimentos, omitindo as diferenças individuais e a relação com fatores ambientais e sociais. Estas alterações morfológicas e funcionais que ocorrem na velhice são consideradas normais e não constituem doença. Entretanto, a medida em que a idade avança, aumenta a

⁹ In Zero Hora, 16.02.02. Referência a entrevista do músico baiano ao jornal Folha de São Paulo.

probabilidade de doenças. Sendo este um fato de senso comum, a saúde constitui uma das principais preocupações das pessoas idosas, principalmente porque a doença impõe restrições à autonomia e à independência. Assusta a idéia de ter que depender de outros para as atividades de vida diária, básicas ou instrumentais, como a alimentação, higiene e deslocamentos.

Se há um aumento da probabilidade de doença com o avançar da idade, podemos deduzir que a longevidade traz consigo a preocupação com a qualidade de vida, pois as pessoas que vivem mais não têm asseguradas as condições que lhe garantiriam viver melhor. "*O importante não é dar anos à vida, mas sim vida aos anos.*" Esta frase criada pela Organização Mundial da Saúde enfatiza que o mais importante não é prolongar os anos vividos, mas sim, manter uma boa qualidade de vida.

Para a avaliação da qualidade de vida na velhice, segundo Neri¹⁰, devem ser considerados indicadores não só de natureza biológica, mas também, psicológica e socioestrutural, que podem ser traduzidos em saúde física e mental, satisfação, controle cognitivo, competência social, atividade, status social, renda, continuidade de papéis familiares e manutenção de uma rede de amigos. A promoção da boa qualidade de vida na velhice não é, portanto, somente uma responsabilidade individual, mas também um empreendimento sociocultural.

A tendência atual é a de responsabilizar o indivíduo pela sua qualidade de vida na velhice, da mesma forma que é responsabilizado pela sua saúde ou pela sua plasticidade corporal em qualquer idade. Incentivados pela publicidade e por manuais de auto-ajuda os indivíduos passam a exercer constante vigilância sobre o corpo na esperança de conquistar a aparência desejada, e a ver a doença como resultado do abuso corporal. Quanto aos empreendimentos da sociedade na criação de novos espaços para a velhice, desconsideram, na maioria das vezes, as situações de abandono e de dependência que ainda existem, voltando-se para uma nova imagem do idoso, resultante do movimento que se verifica na sociedade

¹⁰ NERI, Anita Liberalesso. "Qualidade de vida no adulto maduro: Interpretações teóricas e evidências de pesquisa". In NERI, Anita Liberalesso (org.) **Qualidade de vida e idade madura**. Campinas, SP: Papyrus, 1993.

contemporânea de revisão dos estereótipos associados ao envelhecimento. A associação de velhice a um processo de perdas e de dependência, vem sendo substituída pela compreensão de que se trata de um estágio de vida propício para novas conquistas, guiadas pela busca do prazer e da satisfação pessoal.

Em nosso trabalho profissional acompanhamos, ao longo de 20 anos, as mudanças ocorridas na sociedade, no que diz respeito ao comportamento deste grupo etário. Até então, mitos e preconceitos decorrentes de uma concepção errônea de velhice, pautada tão somente nas perdas e limitações inerentes ao processo de envelhecimento, marcaram uma imagem de idoso, impregnada de inatividade, de superproteção e associada à doença.

Uma nova imagem do idoso o reintegra à sociedade, através da abertura de novos espaços que lhe oportunizam a participação em programas sociais, culturais e recreativos. Estas atividades são de grande importância para as pessoas idosas, pois como disse Beauvoir¹¹, é na falta de perspectivas que as pessoas se voltam para o passado, vivendo de suas lembranças e fazendo destas uma defesa ou uma arma, principalmente quando o presente que vivem e o futuro que pressentem as decepcionam. Equivale a dizer que a falta de ocupação diária é maléfica para o idoso podendo provocar inúmeras alterações e levar ao sedentarismo, tendo como consequência doenças que modificam o comportamento social e pessoal.

Essa imagem associada a atividade e ao prazer, faz com que o idoso seja reconhecido pelo seu potencial de consumidor, e o mercado se volta a esse segmento populacional com uma grande variedade de bens e serviços, dos cosméticos, produtos farmacêuticos e técnicas de rejuvenescimento ao turismo.

As primeiras iniciativas de programas de atendimento a idosos no Brasil, datam da década de 60, com atividades definidas basicamente como de lazer. Nos anos 80 expandiram-se os programas, diversificando as possibilidades de realização pessoal do idoso. Quando a qualidade de vida, associada à saúde e à atividade física, passa a ser tema de grande relevância, e diante do crescimento da população idosa

¹¹ BEAUVOIR, op. cit.

e da expansão da longevidade, surgem os programas de atividade física para esta faixa etária.

Trabalhando na coordenação de um projeto de extensão da Escola de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, que consiste em um programa de atividades físicas, esportivas, recreativas e culturais para idosos, o qual será campo de nossa pesquisa, pudemos verificar um revelar-se por inteiro pelos idosos participantes, rompendo com mitos e preconceitos, realizando atividades que até então não se consideravam capazes, na verdade, por não se terem permitido experimentar.

Esses idosos, encaminhados por médicos, ou por iniciativa própria, aderiram à prática da atividade física, sem que o exercício tenha sido uma experiência cotidiana até então, pois na sua grande maioria viveram de forma sedentária. Sua experiência corpórea foi marcada pela rigidez postural e por uma idéia de envelhecimento associada a uma interrupção de atividades e mudanças no estilo de vida, que implicavam em mudanças desde a forma de vestir-se a uma forma específica de comportar-se.

Se já não é possível perceber grandes diferenças no vestuário e no comportamento das pessoas que envelhecem, o mesmo não acontece com o corpo, que reflete ou demonstra que não são poucos os anos vividos. Com muita frequência, ouvimos as pessoas dizerem que apesar das rugas, flacidez e cabelos brancos, ainda se sentem como jovens, vestem-se descontraidamente e são muito alegres.

O corpo que até bem pouco tempo era tido como expressão do pecado, pois a educação pautada em preceitos religiosos enfocava a elevação do poder espiritual e mental, hoje é liberado através do movimento de negação dos tabus repressivos. Imagens do corpo são fartamente disseminadas em jornais, revistas, televisão e anúncios, mas são imagens da juventude, saúde e beleza dos corpos, e que se apresentam como ideal a ser alcançado.

Sendo o corpo a forma pela qual nos apresentamos ao outro e à sociedade, evidencia-se sua dupla capacidade, como diz Bruhns¹², ou seja, a de ver e ser visto. Como consequência, podemos dizer que as pessoas não querem ficar bonitas para si mesmas, e sim para serem apreciadas pelos outros. Isto porque, segundo a autora, o corpo humano está presente no mundo e sempre em relação a pessoas, objetos e natureza. Para Maffesoli¹³ “a preocupação e o cuidado com o corpo que se observam constantemente ... podem ser analisados como tantos outros meios de se situar uns em relação aos outros”. A preocupação com a aparência, é por ele referida como “mais que uma simples superficialidade sem consequências, inscreve-se num vasto jogo simbólico, exprime um modo de tocar-se, de estar em relação com o outro, em suma, de fazer sociedade¹⁴”. Essa ênfase na aparência pode ser vista também com um elemento impulsionador da sociedade de consumo, o que não exclui nem mesmo aos idosos, que a tudo recorrem na esperança de se aproximarem dos padrões convencionados.

Pensar o corpo nesta perspectiva, é recolocá-lo na visão dualista corpo e mente, reposicionando-o na escala hierárquica e a ele atribuindo o maior valor. O apelo à imagem nos afasta da compreensão da unidade do ser humano, equívale a pensar o corpo como objeto a ser moldado, como algo fora de si, no mesmo momento em que se inscreve uma nova corporeidade, uma nova maneira de ver o homem. A corporeidade nos permite perceber que o homem é corpo, e que a mente, segundo Damásio¹⁵, é produto do corpo, “a mente, aquilo que define uma pessoa, requer um corpo, e que um corpo, um corpo humano, naturalmente gera uma mente”. A mente serve ao corpo e por ele é moldada. Entretanto, o que se verifica é a freqüente dissociação com a alusão à mente jovem e corpo velho, que pensamos que possa estar relacionada à questão da imagem de idoso.

A nova imagem de idoso, já não corresponde a do homem aposentado de

¹² BRUHNS, Heloisa Turini. “O Corpo Contemporâneo”. In BRUHNS, Heloisa Turini e GUTIERREZ, Gustavo Luis (orgs.) **O Corpo e o Lúdico: Ciclo de Debates Lazer e Motricidade**. Campinas, SP: Autores Associados, Comissão de Pós-Graduação da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, 2000. – (Coleção Educação Física e Esportes)

¹³ MAFFESOLI, Michel. **No Fundo das Aparências**. Tradução de Bertha Halpern Gurovitz. Petrópolis, RJ: Vozes, 1996. p. 165.

¹⁴ *ibidem*, p. 161.

pijama e a da mulher fazendo crochê em uma cadeira de balanço. Abertos a novas experiências, os idosos ocupam diferentes espaços na sociedade, desfrutando das inúmeras possibilidades de relacionar-se, de expressar-se, de movimentar-se, de criar e de vibrar. Isso só é possível porque vivemos um corpo, e é essa condição carnal que nos dá acesso ao mundo.

Essa dinâmica que expressa o modo de ser do homem e que só pode ser compreendida no vivido, é a corporeidade. Ela nos proporciona a compreensão de que o vivido corresponde a uma unidade complexa, da qual o corpo só emerge pela ajuda da linguagem que o significa.

O significado de corpo pode ser diferente para cada pessoa a partir de experiências pessoais, para cada grupo etário, considerando as experiências comuns e, ainda, para cada sociedade, conforme a época ou o local. Isto porque, a experiência corporal que é própria de cada indivíduo, pode ser investida e moldada pela sociedade em que vive. Temos ainda, de um lado o corpo natural, que é resultado do processo evolutivo e que corresponde a um ciclo biológico, mediante o qual nascemos, desenvolvemos, adoecemos, envelhecemos e morremos, e de outro, o corpo simbólico que resulta das construções sociais, cuja imagem ideal é a de saúde e beleza associada à juventude.

Neste sentido, o objetivo deste trabalho é compreender o fenômeno da corporeidade do idoso, a partir de sua perspectiva de corpo e sua relação com o processo de envelhecimento. Perspectiva esta que se manifesta através de sua forma de ser no mundo, que inclui sua condição pessoal, familiar, social e cultural, e também o como vive a sua corporeidade, identificando suas necessidades, vontades, crenças e valores.

Tendo por tema a corporeidade do idoso, a partir de sua perspectiva de corpo e a relação desta com o processo de envelhecimento, o problema a ser pesquisado é o significado do corpo na velhice.

¹⁵ DAMÁSIO, Antônio. **O Mistério da Consciência: Do corpo e das emoções ao conhecimento de si**. Tradução de Laura Teixeira Mota. São Paulo: Companhia das Letras, 2000. p. 187.

O significado só pode ser apreendido a partir de uma visão do corpo como signo. O corpo como signo se distingue de um fenômeno que diz respeito a uma composição biológica, fisiológica ou orgânica. Enquanto signo, o corpo não se refere apenas ao corpo presente, mas a um conjunto representativo mental ao qual o comunicante, sujeito de nossa pesquisa, referencia a sua realidade de corpo.

Ao colocarmos o corpo na condição de signo, estamos evidenciando sua presença na linguagem humana como portador de sentido, portanto, passível de interpretação, e então, buscamos o caminho hermenêutico para a sua compreensão.

Sem a pretensão de generalizar os achados, centramos nossa investigação na descrição, análise e interpretação das informações recolhidas durante o processo investigatório, procurando entendê-las de forma contextualizada.

A fundamentação teórica sobre o corpo e o envelhecimento que embasou nosso trabalho compreende o envelhecimento como um fenômeno, analisado sob os aspectos biológicos, psicológicos e sociais, retratando as visões das ciências sobre o idoso e que serão contrastadas com o discurso do próprio idoso; o contexto sociocultural da velhice, que ao evidenciar a condição dos idosos na história cultural da humanidade indica o espaço destinado pela sociedade ao corpo envelhecido; a base dualista sobre a qual se estruturou o pensamento ocidental e que gerou as oposições entre jovem e velho, assim como corpo e espírito; o corpo visto desde a antiguidade até os dias atuais que revela o sentido a ele atribuído em diferentes épocas; o paradigma da corporeidade que se impõe como alternativa para romper com a visão dicotomizada, e por fim uma visão do corpo envelhecido, a partir do que ele representa, a vida, e um novo discurso que resgata sua valorização.

São muitos os termos empregados para referir-se às pessoas na faixa etária que estamos estudando, portanto, gostaríamos de justificar o emprego dos termos idosos, velhos e velhice, que adotamos, sem nenhum preconceito quanto ao que eles podem significar. Idoso por um lado significa que tem bastante idade, por outro, trata-se apenas de uma convenção oficial para referir-se a um grupo etário. Velho, que na sua essência é um adjetivo atribuído a quem tem muita idade, também tem a

conotação carinhosa, familiar, para dirigir-se a alguém. Qualquer que seja a opção pelo termo a ser empregado, cairemos sempre na mesma verdade, a de quem tem muitos anos de vida. A opção se deve a nossa intenção de tratar a realidade que se impõe a um grupo etário, que pode indicar experiências satisfatórias, mas que nem por isso é desejada, sem recorrer a eufemismos na intenção de atenuar a condição existencial.

1. O FENÔMENO DO ENVELHECIMENTO

Envelhecer, como sabemos, é uma ação que implica em tudo o que sobrevive ao tempo, objetos, animais e seres humanos. Todos sofrem um processo de deterioração, que varia de acordo com a sua natureza, os objetos, por exemplo, estão sujeitos a danos causados pela ferrugem ou oxidação. Entretanto, em seus processos de degradação, os seres inorgânicos não são afetados por fatores intrínsecos e organizados de mudança, como o são os organismos vivos. Por isso, na perspectiva teórica contemporânea de curso de vida, o envelhecimento é uma propriedade exclusiva dos organismos vivos.

Para os seres humanos, o envelhecimento compreende processos de transformação do organismo que ocorrem após a maturação sexual. Iniciando-se em diferentes épocas para as diversas partes e funções do organismo, e ocorrendo em ritmo e velocidade diferentes para o mesmo ou diferentes indivíduos, esses processos implicam na diminuição gradual da probabilidade de sobrevivência. Esta é acompanhada por alterações regulares na aparência, no comportamento, na experiência e nos papéis sociais.¹⁶

O envelhecimento é, portanto, um processo inerente a todo o ser vivo, mas que, em se tratando do homem, assume dimensões que ultrapassam o “simples”

¹⁶ NERI, Anita Liberalesso. “Psicologia do Envelhecimento: Uma Área Emergente”. In: NERI, Anita Liberalesso (org.). **Psicologia do Envelhecimento: Temas selecionados na perspectiva de curso de vida**. Campinas, SP: Papyrus, 1995. p. 27-28

ciclo biológico, nascer, crescer e morrer, pois tem também conseqüências psicológicas e sociais. Portanto, a velhice deve ser compreendida pela mútua dependência entre esses aspectos.

O envelhecimento se apresenta como uma espécie de relógio biológico, como diz Moacyr Scliar, do qual sabemos pouca coisa:

Dois fatos, contudo, se impõem, até o presente momento: 1) com o tempo, este relógio funciona com dificuldade cada vez maior e 2) um dia ele vai parar. Não são boas notícias, e não é de admirar que as pessoas acreditem em anúncios que prometem deter ou mesmo reverter o processo de envelhecimento.¹⁷

Se o envelhecimento é um processo, o que o caracterizaria como fenômeno? Para nós o envelhecimento é um fenômeno por tratar-se de modificações comuns a um grupo de pessoas, de ordem biológica, psicológica e social e também por caracterizar-se como um fato, objeto de estudo, que se manifesta no tempo e no espaço, cujo interesse em intervir nesse processo, representados pela fonte da juventude e a busca da imortalidade, sempre esteve presente em toda a história da humanidade.

Mas se quisermos realmente compreender o envelhecimento e nele intervir, não basta a descrição de maneira analítica de seus diversos aspectos. A velhice deve ser apreendida a partir da circularidade do movimento entre os fatores biológicos, psicológicos e sociais, e também do reconhecimento de que tudo isso ocorre de maneira diferente para cada indivíduo. As manifestações somáticas da velhice, as mudanças de papéis sociais e as falhas de memória, que caracterizam o envelhecimento, podem ocorrer de diferentes formas, prazos e intensidades para cada indivíduo, por isso dizemos tratar-se de um processo heterogêneo e complexo.

¹⁷ SCLIAR, Moacyr. "A miragem do rejuvenescimento". In: Zero Hora, Caderno Vida, p.2, 19.10.02.

Para uma melhor compreensão abordaremos inicialmente o envelhecimento enfocando cada um de seus aspectos, quais sejam, biológicos, sociais e culturais, entretanto, como poderemos verificar, eles não ocorrem de forma isolada, havendo uma relação intrínseca entre estes fatores.

1.1 O ENVELHECIMENTO COMO FENÔMENO BIOLÓGICO

Biologicamente, é difícil definir o início da velhice, assim como o é psicológica ou socialmente, por isso há divergências entre os biogerontologistas. De acordo com as teorias existentes, para uns, o processo de envelhecimento pode ser desde a concepção, e para outros, a partir da maturação sexual.

Um olhar atento à história da humanidade poderá indicar-nos que a velhice, como fenômeno biológico, sempre esteve associada ao declínio, e que, embora a Gerontologia seja uma preocupação acadêmica recente, o envelhecimento sempre despertou o interesse, conforme podemos verificar através de testemunhos históricos. Provavelmente, o controle do processo de envelhecimento vem sendo buscado desde que os seres humanos constataram que o envelhecimento reduzia o vigor e anunciava a aproximação da morte. E essa busca constante deu origem a muitas teorias.

As lendas e mitos também são referências para a compreensão do tema, pois constituem as primeiras reflexões humanas sobre o envelhecimento e o prolongamento da vida, revelando-nos o pensamento de uma determinada época.

Em Hayflick encontramos que:

um épico da Babilônia, entalhado em 12 tábuas de argila por volta de 650 a.C., descreve a obsessão de Gilgamesh pela imortalidade. Gilgamesh, um governante do sul da Mesopotâmia que viveu por volta do ano 3.000 a.C., consulta um sábio que lhe diz que, para vencer a morte, ele precisa antes conquistar o sono, mantendo-se acordado durante sete dias e sete noites. Gilgamesh tenta e não consegue. Nem mesmo Gilgamesh, um semideus,

consegue vencer o sono, e menos ainda o envelhecimento e a morte¹⁸.

Há também a lenda grega de Titônio, citada por Hayflick, que data mais ou menos da mesma época que o épico de Gilgamesh, contada por Afrodite, a deusa do amor:

Titônio, um troiano, ama Eos, a deusa do amanhecer. Eos pede a Zeus que torne Titônio imortal, mas infelizmente esquece de pedir também que Titônio mantenha a juventude. Os amantes vivem felizes durante algum tempo, mas o terrível erro de Eos logo fica aparente. Titônio vai ficando cada vez mais velho e mais frágil, até que não consegue mais se movimentar. É trancado em um quarto, onde envelhece eternamente¹⁹.

O tempo de vida dos patriarcas referidos no Gênesis²⁰ (5:3 - 32, 9:29), é muito superior ao que compreendemos como longevidade, comporta os 365 anos de Enoque e os 969 anos de Matusalém²¹. Dentre os patriarcas consta ainda Noé que teria vivido 950 anos, Isaac, 180; Abraão, 175 e Jacó, 140. Não se sabe se essas idades são metáforas para a longevidade, como diz Hayflick, ou se devem ao amplo uso do calendário lunar nos tempos bíblicos, segundo outros autores, pois no próprio Gênesis (6:3)²² há referência ao limite do tempo de vida humana estabelecido por Deus, que é de 120 anos. Há ainda outras possíveis explicações para a extraordinária longevidade na genealogia dos patriarcas bíblicos, primeiro, porque os

¹⁸ HAYFLICK, Leonard. **Como e por que envelhecemos**. Tradução de Ana Beatriz Rodrigues e Priscila Martins Celeste. Rio de Janeiro: Campus, 1997. p. 253- 254.

¹⁹ *ibidem*, p. 254

²⁰ Gênesis é o primeiro livro da Bíblia. É o livro das origens; origem do universo e do homem, origem do pecado, da cultura, de raças e povos, origem das línguas e do povo de Deus, através de seus patriarcas.

²¹ Gênesis (5:21-24) “Enoc em idade de sessenta e cinco anos gerou a Matusalém. E Enoc andou com Deus, e viveu trezentos anos depois do nascimento de Matusalém, e gerou filhos, e filhas. E todo o tempo de vida de Enoc foram trezentos e sessenta e cinco anos. E ele andou com Deus e não apareceu mais porque o Senhor o levou.”

Gênesis (5:25-27) “Matusalém em idade de cento e oitenta e sete anos gerou a Lamec. E depois do nascimento de Lamec viveu ainda setecentos e oitenta e dois anos, e gerou filhos e filhas. E todo o tempo que viveu Matusalém, foram novecentos e sessenta e nove anos, e morreu.”

²² Gênesis (6:3) “E Deus disse: O meu espírito não permanecerá para sempre no homem, porque é carne; e o tempo da sua vida não será senão cento e vinte anos.”

números freqüentemente têm valor simbólico, qualitativo, e não quantitativo, matemático; segundo, os copistas do texto sagrado podem ter se enganado ao transcrever números, e ainda, no caso dos patriarcas, a longevidade exprime enfaticamente a alta venerabilidade que competia a esses homens, ou seja, longa vida seria um prêmio conferido por Deus a homens com extraordinárias virtudes. “O declínio da longevidade à medida que passa o tempo, desde Adão até Abraão, é sinal de que a corrupção, o pecado, vão exercendo cada vez mais os seus efeitos no gênero humano”.²³

Um dos temas mais recorrentes nos mitos e lendas sobre a reversão do processo de envelhecimento, segundo Hayflick, é a existência de uma substância, normalmente a água, com propriedades rejuvenescedoras. A referência mais antiga ao rejuvenescimento através de uma fonte da juventude pode ser encontrada em escritos hindus que datam de aproximadamente 700 a.C. e também aparecem referências no Antigo e Novo Testamentos, no Corão e nos escritos gregos e romanos. Nos manuscritos gregos e romanos, “constava que Hera, esposa de Zeus, banhava-se todos os anos numa nascente para renovar sua virgindade. Um rei da Etiópia acreditava que essa mesma fonte era uma lagoa, cujo banho prolongava a vida das pessoas.”²⁴

Dentre os testemunhos históricos, encontram-se escritos sobre o envelhecimento que, como poderemos verificar, suas idéias estão presentes até hoje em muitas das crenças sobre o envelhecimento, inclusive embasando teorias modernas.

Leme²⁵ escreveu que o papiro de Edwin Smith, do Egito, 1600 a.C., além de descrições clínicas, apresentava “O livro para a transformação de um homem velho em um jovem de 20 anos”, onde constava a prescrição e a formulação de um unguento especial feito a partir de uma pasta, mantida em um recipiente de pedras semipreciosas e usado em fricção para a eliminação de rugas e manchas.

²³ Pergunte e Responderemos, 474/2001. “Os números na Bíblia”.

²⁴ MAZO, Giovana Zarpellon, LOPES, Marize Amorim, BENEDETTI, Tânia Bertoldo. **Educação Física e o idoso: concepção gerontológica**. Porto Alegre: Sulina, 2001. p. 41.

Segundo o mesmo autor há também o papiro de Ebers, Egito, 1550 a.C., que é referido como um dos primeiros documentos a tentar explicar as manifestações do envelhecimento, considerado como consequência da debilidade do coração, teoria que foi, posteriormente, assumida pelos gregos. Inclui, além de rituais mágicos e invocações aos deuses, cuidadosas descrições de casos clínicos de um grande número de doenças e sintomas relacionados à velhice, incluindo angina de peito, palpitações, fraqueza, alterações auditivas e oculares e obstrução urinária.

Na história grega, do século V a.C., já havia uma teoria predominante do envelhecimento, informa Leme, referia-se ao calor intrínseco, um dos elementos essenciais relacionados à vida. Assim, cada pessoa possuía uma quantidade limitada de matéria, inclusive calor, para ser usada durante toda a vida, e a reserva total de calor intrínseco diminuiria até a morte.

Nessa época, o envelhecimento foi tema de estudo para Hipócrates e Aristóteles, conforme as referências que encontramos no artigo de Leme.

A medicina, que entre os povos antigos se confundia com magia, na Grécia, tornou-se uma ciência com Hipócrates (século V a. C.), diz Beauvoir, edificada pela experiência e raciocínio. Ele retomou a teoria pitagórica dos quatro humores²⁶: sangue, fleuma, bile amarela e bile negra, na qual a doença resulta de uma ruptura do equilíbrio entre eles, e a velhice também. É Hipócrates, segundo a autora citada, o primeiro a comparar as etapas da vida humana às quatro estações da natureza, correspondendo à velhice o inverno. Ele registrou um grande número de observações sobre alterações peculiares aos idosos incluindo catarata, hipoacusia, AVC e doenças renais entre outras, percebendo que as doenças crônicas que acompanhavam o envelhecimento não se curavam. Sugeriu moderação em todas as atividades e desaconselhava aos idosos suspender suas ocupações habituais.

²⁵ LEME, Luiz Eugênio Garcez. "A Gerontologia e o Problema do Envelhecimento. Visão Histórica". In: PAPALÉO NETTO, Matheus. **Gerontologia**. SP: Editora Ateneu, 1996. p. 14.

²⁶ "Pelo século VI a.C., por influência dos pitagóricos, aceitava-se a existência de quatro elementos básicos que participavam na composição de todas as substâncias: terra, ar, fogo e água, com suas correspondentes qualidades: seca, frio, calor e umidade. Na época de Hipócrates, em meados do século V a.C., esta doutrina tinha evoluído para a dos quatro humores: sangue, fleuma, bile amarela e bile negra. O equilíbrio de tais humores no corpo correspondia à condição de saúde: sendo a

Aristóteles (Grécia, século IV a.C.), um século mais tarde, formulou sua teoria do envelhecimento, e expôs nos livros “Sobre a juventude e a velhice”, “Sobre a vida e a morte” e “Sobre a respiração”. Segundo sua teoria:

a alma é combinada, ao nascer, ao calor intrínseco e dele depende para se manter unida ao corpo. A vida consistiria na manutenção desse calor e de sua relação com a alma que se localizaria no coração. Para continuar aquecido, o calor intrínseco exige combustível. À medida que este combustível vai sendo consumido, o calor intrínseco diminuiria sobrevivendo o envelhecimento. Toda a chama débil pode ser extinta com mais facilidade que uma chama vigorosa (juventude), mas, deixada por si, esta chama poderia perdurar até o total consumo do combustível.²⁷

Os escritos de Aristóteles sobre o envelhecimento e a morte, diz Hayflick, consideravam que o destino dos seres humanos era predeterminado e imutável, exaltando a perfeição da natureza que fazia com que os dentes caíssem exatamente à aproximação da morte, quando eles não seriam mais necessários.

Depois de Cristo, a obra mais importante na teorização sobre o envelhecimento é a de Galeno, médico romano, nascido na Grécia (129-200 d.C.), uma das figuras médicas mais importantes do Império Romano juntamente com Celsus. Segundo Beauvoir²⁸, para Galeno, velhice não era um estado patológico, mas sim, intermediária entre a doença e a saúde, porque as funções fisiológicas do velho ficam reduzidas ou enfraquecidas. Para explicar o fenômeno conciliou a teoria dos humores e a teoria do calor interior, pressupondo que o calor interior se extinguia quando o corpo se desidratava e os humores se evaporavam. Na sua concepção os tecidos eram produzidos com a ajuda do calor (elemento secante). Quando os tecidos atingiam seu crescimento máximo as partes se tornavam fortes e atingiam sua força máxima. Como o calor procedia para secar os tecidos ainda existentes, a vitalidade e o desempenho tornavam-se reduzidos. Em seu livro *Gerontomica*,

deficiência ou o excesso de um ou mais destes humores causada por fatores externos ou internos, relacionados à doença.” In: Leme, op. cit. p.17.

²⁷ LEME, op. cit. p. 17.

²⁸ BEAUVOIR, Simone de. **A Velhice**. Tradução de Maria Helena Franco Monteiro. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990. p.24.

Galeno adverte: “o idoso deve ser aquecido e umedecido. Deve-se tomar banhos quentes, fazer dietas especiais, tomar vinho e permanecer ativo”.²⁹ Leme observa que os modernos geriatras repetem os conselhos de Galeno quando falam da necessidade de cuidar da prevenção da hipotermia entre os idosos e da importância da hidratação. E ainda podemos acrescentar que, atualmente, está em voga a recomendação do vinho por alguns geriatras, como também tem sido tema de pesquisa em populações longevas como no município de Veranópolis, no Rio Grande do Sul, onde o consumo de vinho é habitual.

Na Idade Média, período que compreende os anos de 500 a 1500 d.C., mais ou menos, há novas obras sobre o envelhecimento, conforme um apanhado realizado por Leme. Mesmo com o surgimento das Universidades nessa época não há avanços em teorias, há grande influência das concepções de Galeno, e segundo o referido autor, o interesse acadêmico centrou-se em medidas higiênicas para a manutenção de boa saúde até uma idade avançada.

Das importantes obras referidas por Leme destacamos o livro *Da conservação da juventude e da proteção da velhice* escrito em 1290 por Arnold de Villanova, da Escola Médica de Montpellier, doutor em teologia, leis e filosofia, diplomata, médico e químico, que imaginou atingir o elixir da longa vida. Seu livro, “embora contenha uma crítica a Galeno, concorda essencialmente com o conceito galênico de que o envelhecimento se devesse ao aumento dos humores secos e frios, podendo ser contrabalançado pela utilização de humores úmidos”³⁰.

Outro autor que defendia os conceitos galênicos sobre a relação do envelhecimento com o calor intrínseco foi Roger Bacon (1212-1294), frade franciscano. Acrescentou “conceitos próprios sobre situações que intensificariam a perda deste calor, como infecções, desordem na organização de nossas vidas e ignorância sobre hábitos de higiene”³¹, recomendando aos idosos repouso e exercícios moderados, bons hábitos de higiene e controle dietético.

²⁹ LEME, op. cit. p. 18.

³⁰ ibidem, p. 20.

³¹ ibidem, p. 20.

No Renascimento já pode ser verificado, segundo alguns autores, um progressivo aumento na expectativa de vida e, com isto, maior interesse com relação ao envelhecimento. O primeiro livro impresso destinado exclusivamente à Geriatria, informa Leme, foi escrito por Gabriele Zerbi (1468-1505), anatomista, professor e clínico. Sob o título de *Gerontocomia*, contém um manual de higiene para idosos, define que o idoso tem uma compleição especial, primeiro fria e seca e, posteriormente, quente e úmida, o que lhe predispõe a mais de 300 doenças, orienta quanto aos melhores lugares para casas de idosos e apresenta uma adequada prescrição dietética. É interessante o destaque dado por Leme à obra de Zerbi que dispôs sobre as virtudes necessárias aos que quisessem se dedicar à atenção dos idosos:

os *gerontocomus* deveriam ser: ‘Humanos, conhecedores da Medicina, moralizados, experientes, frugais, religiosos, limpos, moderados no comer, de boa aparência, sem odores ou perspiração excessiva.’ Estas características seriam necessárias nos profissionais para que estes, por sua própria vida, pudessem servir de exemplo de conduta para os pacientes idosos³².

Luigi Cornaro (1467-1566), veneziano nobre e especialista em leis, escreveu aos 88 anos “Tratado sobre saúde e vida longa” e sobre os meios seguros para consegui-las, um manual de higiene que se tornou extremamente popular, principalmente pelo fato de ter, ele mesmo, vivido até os 99 anos. Na verdade este autor, por volta dos 40 anos, percebeu que problemas importantes de saúde que apresentava eram devido a seu intemperado estilo de vida. Restringiu-se, a partir de então, a 350 gramas de alimentos sólidos e 500 gramas de líquidos por dia, com o que refere “ter recuperado sua saúde e paz de espírito, evitando, ao mesmo tempo, os estresses físicos e emocionais.”³³

Na busca do controle sobre o processo de envelhecimento, diz Hayflick, o filósofo René Descartes escreveu, no século XVII, sobre a possibilidade de a ciência

³² LEME, op. cit. p. 21.

encontrar a cura do envelhecimento, uma meta que, segundo ele, seria desejável, e em um esforço de aumentar sua própria longevidade adotou o estilo de vida apregoado por Luigi Cornaro, cujo método baseava-se em um estilo de vida, constando de temperança, abstinência e ordem.

Um discípulo de Descartes, o filósofo inglês Francis Bacon (1561-1626), considerava a extensão da longevidade humana como a mais nobre das metas da medicina e publicou suas idéias sobre a base científica para o prolongamento da vida no livro intitulado “A História Natural da Vida e da Morte e a Prolongação da Vida”. Neste livro, diz Leme, Bacon contradiz muitas das antigas teorias sobre o envelhecimento e a morte natural, retomando idéias de Galeno sobre o espírito (pneuma). Segundo ele, um espírito jovem em um corpo velho faria regredir a evolução da natureza. Para prolongar a vida recomendava uma dieta apropriada, exercício, certas ervas, massagens e banhos especiais.

O estudo do envelhecimento aprofundou-se a partir do século XX, mediante a compreensão dos biólogos e demais cientistas de que, para mudar o curso de um fenômeno é preciso conhecê-lo. Portanto, é preciso conhecer o fenômeno do envelhecimento. O aprofundado estudo do envelhecimento deu origem a muitas teorias, e suas raízes encontram-se nas antigas idéias acima apresentadas como poderemos verificar.

1.1.1 Teorias biológicas do envelhecimento

Para apresentarmos algumas das mais importantes teorias biológicas do envelhecimento humano utilizamos Hayflick³⁴, por ser o autor que reúne a maioria das teorias por outros citadas. Segundo o referido autor, as teorias do envelhecimento podem ser divididas em dois grandes grupos: o primeiro grupo concentra as teorias que presumem um plano mestre já existente, que dá a idéia de envelhecimento programado, e no segundo grupo estão reunidas as teorias baseadas em eventos aleatórios, cujo envelhecimento seria acidental.

³³ ibidem, p. 21.

³⁴ Há diferentes formas para classificar e apresentar as teorias biológicas do envelhecimento. Optamos por Hayflick, que é mencionado pela maioria dos autores. HAYFLICK, op. cit.

1.1.1.1 Teorias do primeiro grupo: idéia de envelhecimento programado

As principais teorias do primeiro grupo, segundo Hayflick, que defendem a hipótese do envelhecimento programado, traduzem a idéia de um relógio baseado em uma série de eventos químicos ou mudanças físicas em moléculas específicas. São as teorias de que as mudanças associadas à idade são determinadas por mudanças nos genes da “morte” ou por hormônios secretados em um determinado momento pelo hipotálamo ou glândula pituitária no cérebro. Essas teorias incluem a idéia de que envelhecemos de acordo com um projeto, assim, as mudanças associadas à idade, da concepção à morte estão programadas em nossas células, dando origem ao pensamento de que começamos a envelhecer desde o momento da concepção. Uma interpretação moderna desse grupo de teorias é a que defende que o DNA de cada uma de nossas células fornece o mapa para o que acontece não só a partir da fertilização do óvulo até a maturação sexual, mas também do início da idade adulta durante todo o processo de envelhecimento.

A **teoria da substância vital** pressupõe que os organismos começam sua vida com uma quantidade limitada de alguma substância vital, que perdem ao longo da vida. Antigamente acreditavam que essa substância vital era um ou mais “humores” vitais, considerados responsáveis pelo controle de toda a biologia humana. Uma variação moderna do argumento da substância vital propõe que nós nascemos com uma capacidade limitada ou um número específico de batidas cardíacas ou respirações e, à medida que nos aproximamos do limite, também nos aproximamos do envelhecimento e da morte. As variações na longevidade são explicadas pelas diferenças na quantidade de substância vital que cada pessoa possui ao nascer. Bernard Strehler, citado por Hayflick, argumenta que a substância vital pode ser o DNA dos genes essenciais presentes em diversas cópias nas células que não se dividem, e que a perda dessa substância seria a causa fundamental das mudanças associadas à idade.

A **teoria da mutação** genética tem sua origem na descoberta, na virada do século XX, de que as células sofriam mutações, e na década de 50, a genética começou a dominar o pensamento sobre a causa do envelhecimento e a

determinação da longevidade. A idéia principal é de que as ocorrências e aumento de mutações nos genes acabariam causando o envelhecimento, porque os genes mutados sofreriam alterações que implicariam em mal funcionamento e morte das células corporais. Na verdade a mutação é o motor que impulsiona a evolução e a seleção natural. Devido à sua função essencial na diversidade da vida e na adaptação dos animais ao seu meio ambiente, as mutações são um sério concorrente ao local de origem dos fenômenos do envelhecimento e da longevidade, mas não existem indícios que a comprove.

A **teoria da exaustão reprodutiva** preconiza que o período reprodutivo seria precursor do envelhecimento. Ou seja, após um surto de atividade reprodutiva, um animal ou uma planta começa a envelhecer e morre rapidamente, contudo esse não é um padrão universal na natureza. Essa teoria ainda tem muitos adeptos, segundo Hayflick, que acreditam ser ela a que contém maiores verdades sobre o processo de envelhecimento. Muitos animais, inclusive os seres humanos, se reproduzem várias vezes gerando um ou mais descendentes, portanto, não há a universalidade necessária para criar uma teoria sustentável de envelhecimento, segundo o autor.

A **teoria neuroendócrina** preconiza que a falência progressiva de células com função integrativa como é o caso do sistema nervoso e do sistema hormonal (endócrino) levaria ao envelhecimento e ao colapso do sistema corporal, o que não é uma idéia nova. Uma das mudanças que anuncia a chegada do envelhecimento é a queda da função reprodutiva, que é controlada pelo sistema neuroendócrino, que também está associado a vários tipos de relógios biológicos. Como candidatos a relógios biológicos foram estudados o hipotálamo, as restrições calóricas, e o hormônio deidroepiandrosterona (DHEA). Entretanto, segundo Hayflick, mesmo considerando os profundos efeitos que o sistema neuroendócrino exerce sobre nosso organismo, não há indícios diretos de que seja a origem de todas as mudanças associadas à idade.

1.1.1.2 Teorias do segundo grupo: baseadas em eventos aleatórios

Para Hayflick as teorias que são baseadas na ocorrência de eventos aleatórios, como grupo, parecem ser as hipóteses mais atraentes, quais sejam: a teoria do desgaste, a teoria do ritmo de vida, a teoria do acúmulo de resíduos, a teoria das ligações cruzadas, a teoria dos radicais livres, a teoria do sistema imunológico, as teorias dos erros e reparos, e a teoria da ordem e desordem.

A **teoria do desgaste** é uma das primeiras teorias do envelhecimento, foi articulada em 1882 pelo biólogo alemão August Weismann, e se baseia numa analogia entre o corpo humano e uma máquina. Da mesma forma que uma máquina, explica Mascaro³⁵, “sofre um desgaste pelo seu uso e por sua idade, até suas peças se tornarem irrecuperáveis, o corpo humano também sofreria um desgaste ao longo do tempo prejudicial às atividades bioquímicas que ocorrem nas células, tecidos e órgãos.” Consiste em que a morte ocorre porque um tecido desgastado não pode se renovar eternamente. De fato, existem evidências de desgaste nos organismos, mas eles podem acontecer em nível molecular, segundo pesquisadores contemporâneos, o que dificulta a comprovação da teoria.

A **teoria do ritmo de vida**, uma variante da teoria do desgaste, é baseada na crença de que os animais nascem com uma quantidade limitada de uma substância, energia potencial ou capacidade fisiológica que pode ser gasta em ritmos diferentes. Se for utilizada rapidamente, o envelhecimento começa de forma precoce. Se for consumida lentamente, então o envelhecimento será retardado. Essa teoria é freqüentemente chamada de teoria do “quem vive rápido, morre jovem”. Sua base é de 1908, articulada pelo fisiologista alemão Max Rubner.

As teorias do ritmo de vida e do desgaste defenderiam que quem vive uma vida parcimoniosa retarda o envelhecimento e vive mais, mas há poucos indícios que as sustentem.

A **teoria do acúmulo de resíduos** baseia-se na hipótese de que, com o tempo, as toxinas e resíduos acumulados poderiam prejudicar a função celular

³⁵ MASCARO, Sonia de Amorim. **O que é velhice**. São Paulo: Brasiliense, 1997. (Coleção Primeiros Passos) p. 44.

normal e matar lentamente a célula. Existem alguns indícios de que o acúmulo de resíduos realmente ocorre, é o caso da substância chamada lipofuscina, ou pigmento da idade, que se acumula em muitos tipos de células à medida que o ser humano envelhece, principalmente nas células nervosas. Essa hipótese atende ao critério da universalidade, diz Hayflick, entretanto, não há indícios suficientes de que a presença do pigmento da idade realmente interfira na função celular normal e, por isso não desempenhe uma função chave no processo de envelhecimento.

A teoria das **ligações cruzadas** nos apresenta o desgaste do colágeno, através do processo do envelhecimento. O colágeno também é chamado de “esqueleto” dos tecidos moles e, nos ossos, de “vigas de concreto”, sendo uma das proteínas encontradas em um terço do corpo humano, principalmente em tendões, ligamentos, ossos, cartilagens e pele. A proteína do colágeno é constituída principalmente de moléculas paralelas, como as pernas de uma escada que são unidas por degraus, chamadas também de ligações cruzadas. Nos animais jovens, as ligações cruzadas unem apenas algumas escadas vizinhas, ou seja, as escadas são livres para se movimentar para cima e para baixo; o colágeno é flexível. À medida que os animais envelhecem, as ligações cruzadas formam andaimes que conectam um maior número de escadas vizinhas, umas às outras. O número de ligações cruzadas aumenta o tamanho do andaime, os tecidos se tornam menos flexíveis e sofrem retrações. Este número de ligações cruzadas aumenta entre as proteínas, impedindo os processos metabólicos através da obstrução da passagem de nutrientes e resíduos para dentro e fora das células³⁶. A teoria das ligações cruzadas postula que, com o passar do tempo, aumenta o número de ligações cruzadas entre algumas proteínas, inclusive o colágeno, impedindo os processos metabólicos através da obstrução da passagem de nutrientes e resíduos para dentro e para fora das células. Seus efeitos são aparentes na pele, que no jovem, é macia e flexível devido ao pequeno número de ligações cruzadas no colágeno. A pele idosa tem mais ligações cruzadas e, conseqüentemente, é menos macia e flexível. Os defensores desta teoria acreditam que o acúmulo de erros em diversas moléculas ao longo do tempo produz as mudanças associadas à idade. Como essa teoria se baseia mais no raciocínio dedutivo do que em indícios experimentais

³⁶ MAZO, G. Z. e outros. op. cit. p. 46-47.

diretos, ela não é a mais popular, ressalta Hayflick. Por outro lado, as ligações cruzadas podem ser apenas uma das mudanças bioquímicas que ocorrem ao longo do tempo e contribuem com vários aspectos do envelhecimento, mas talvez não seja o fator mais importante.

A **teoria dos radicais livres** é a que desfruta de maior popularidade, e muitos cientistas continuam a estudar o fenômeno procurando provar se eles, os radicais livres, são ou não são a principal causa do envelhecimento. Essa teoria baseia-se em uma reação química complexa que ocorre quando certas moléculas suscetíveis nas células encontram e quebram moléculas de oxigênio, formando pedaços de moléculas altamente reativos. Esses fragmentos moleculares são chamados de radicais livres. Eles são instáveis e tentam se religar a qualquer outra molécula que se encontre nas proximidades. Quando um radical livre se une a uma molécula importante, podem ocorrer danos. Os indícios de que os radicais livres estão envolvidos nas mudanças associadas à idade são experimentos realizados com outro grupo de substâncias químicas que inibem reconhecidamente a formação de radicais livres. Esses inibidores químicos são chamados de antioxidantes, pois impedem que o oxigênio se combine com moléculas suscetíveis para formar os radicais livres prejudiciais. Foram identificados muitos antioxidantes e alguns, como a vitamina E, são produtos naturais. Nosso próprio organismo fabrica vários antioxidantes importantes, o que convence ainda mais alguns biogerontologistas da importância dos radicais livres. Os antioxidantes mais importantes em nosso organismo são a vitamina E, e talvez a C. Independente do mecanismo, a administração de antioxidantes realmente aumenta o tempo médio de vida, talvez não pelo seu efeito sobre o processo de envelhecimento, mas porque atrase a manifestação das doenças associadas à idade, o que lhes confere crédito. Esta é uma teoria que vem sendo testada, possui muitos adeptos, e seguramente mostra que os radicais livres contribuem em algum nível no processo de envelhecimento.

A **teoria imunológica** de envelhecimento baseia-se em duas grandes descobertas. A primeira é que, com a idade, a capacidade do sistema imunológico produzir anticorpos em número adequado e do tipo correto diminui. A segunda é que o sistema imunológico em processo de envelhecimento pode produzir

incorretamente anticorpos contra proteínas normais do organismo. Isso resulta no que chamamos de doenças auto-imunes, e nem todas se limitam às pessoas idosas. Algumas formas de artrite são bons exemplos de doenças auto-imunes que podem ocorrer em pessoas idosas. Defensores do sistema imunológico como causa do envelhecimento argumentam que, como resultado de um sistema imunológico menos eficiente ou da produção de auto-anticorpos, ficamos mais propensos a adquirir e manifestar doenças e outras patologias características da velhice. Por exemplo, um sistema imunológico que, na juventude, poderia ter mantido células cancerosas ou microorganismos sob controle, em estágios de vida mais avançados talvez seja menos capaz de manter esse controle. A teoria sofre várias falhas. Primeiro, não é universal; segundo, a mudança mais provável que indica a queda da função imunológica com a idade é a maior incidência de doença, mas a doença é patológica, e não normal. Claramente, o sistema imunológico, como outros sistemas, mostra alguma queda funcional com a idade, mas isso não parece ser uma característica exclusiva do sistema imunológico que argumentaria a favor de classificá-lo como o cronômetro-mestre. As perdas funcionais no sistema imunológico ao longo do tempo, poderiam simplesmente ser somadas à totalidade de mudanças associadas à idade que ocorrem no organismo. Os diversos sistemas do organismo são interrelacionados de formas complexas e são afetados pelo envelhecimento: até hoje, ninguém demonstrou que um sistema seja o produtor-mestre de todas as mudanças associadas à idade.

A **teoria dos erros e reparos** pressupõe que nada funciona perfeitamente para sempre e, se existem processos de reparo, os próprios reparadores podem cometer erros ou os processos utilizados podem ser inadequados ou impróprios. A impossibilidade de dispor de processos de reparo perfeitos pode explicar por que sistemas anteriormente 'perfeitos' envelhecem e falham. Defensores dessa teoria argumentam que os erros se acumulam em várias moléculas até um estágio em que começam a ocorrer falhas metabólicas, resultando nas mudanças associadas à idade e, finalmente, na morte. Essa é uma teoria atraente, pois há indícios indiscutíveis de que os erros realmente ocorrem e que, embora existam processos de reparo, eles não são perfeitos e não funcionam para sempre. A idéia de que erros poderiam produzir as mudanças associadas à idade é, até certo ponto, derivada de

uma idéia anterior de que as mutações genéticas produzem as mudanças associadas à idade. As mutações são eventos aleatórios - os erros, em certo sentido, também - que ocorrem no aparato genético das células.

A **teoria da ordem à desordem** preconiza que com o passar do tempo a desordem celular e metabólica aumentaria, e o corpo envelheceria e morreria. Uma mudança fundamental que poderia levar ao envelhecimento estudada pelos físicos envolve a *ordem*. A partir do momento da concepção, a maior parte da energia e atividade de um organismo é orientada em direção a alcançar a maturação sexual e a idade adulta. Após a maturação sexual ocorre deterioração da eficiência máxima porque nenhum sistema pode fornecer trabalho infinito indefinidamente, muito menos um sistema biológico. À medida que a ordem molecular do organismo amadurecido se deteriora, pois o trabalho necessário para manter a perfeição falha, a eficiência do sistema biológico diminui. A desordem aumenta. Essa é a essência da termodinâmica, o ramo da física que trata do calor, energia e entropia. Os defensores dessa idéia alegam que a desordem que começa em moléculas específicas produz erros em outras moléculas que, em contrapartida, provocam a cascata de mudanças que ocorre nas células, tecidos e órgãos e que chamamos de envelhecimento. Contudo, o aumento da desordem molecular é um contribuinte importante para as mudanças associadas à idade. Variações na velocidade de progressão da desordem nas moléculas que compõem nossos tecidos podem ser a razão que explica por que alguns de nossos tecidos e órgãos envelhecem mais rapidamente que outros e por que o ritmo de envelhecimento varia de um indivíduo para outro.

Apesar de todas as teorias explicarem o envelhecimento ainda não sabemos sua causa, pois existe uma multiplicidade de evidências relacionadas a esse processo e cada teoria sugere ser um dos seus componentes o ponto de origem do processo de modificações associadas à idade, que acabam levando à morte do indivíduo, e se volta à tentativa de provar sua sugestão ou hipótese.

Há um consenso entre os pesquisadores, quanto a uma cascata de eventos biológicos organizados, que ocorrem após o período reprodutivo, que levam ao

acúmulo de modificações biológicas com o objetivo de que o organismo morra no final. Entretanto, tal processo não significa que tenhamos que sofrer o acúmulo de morbidades e co-morbidades que podem estar associadas à velhice, dizem Cruz e Schwanke³⁷. Graças ao conjunto de conhecimentos produzidos, é possível construir estratégias que podem retardar ou diminuir a velocidade do aparecimento das modificações associadas ao envelhecimento, e até mesmo modular a velhice de forma a vivê-la plenamente, respeitando suas limitações.

1.2 O ENVELHECIMENTO COMO FENÔMENO PSICOLÓGICO

A psicologia do envelhecimento é uma área que se dedica à investigação das alterações comportamentais que acompanham o gradual declínio na funcionalidade dos vários domínios do comportamento psicológico nos anos mais avançados da vida adulta.

Na história da psicologia do envelhecimento foi dada atenção predominante ao declínio e às perdas associadas à idade, da mesma forma que nas áreas biológica e social. Considerando que, até os anos 70, a psicologia do desenvolvimento centrava-se na infância, com a crença de que o desenvolvimento cessava na adolescência, conciliar os conceitos de desenvolvimento e envelhecimento, tradicionalmente tratados como antagônicos, passou a ser um dos maiores problemas encontrados pela psicologia do envelhecimento. Hoje, ambos são vistos como processos que coexistem ao longo do ciclo vital, embora com pesos diferentes na determinação das mudanças evolutivas que vulgarmente identificamos como ganhos ou perdas.

Mesmo que as mudanças evolutivas que podem ser caracterizadas como perdas aumentem com o passar da idade, já existem dados de pesquisa, diz Neri³⁸, mostrando que, na velhice, podem ocorrer alterações classificáveis como ganhos.

³⁷ CRUZ, Ivana Beatrice Mânica da e SCHWANKE, Carla Helena Augustin. "Reflexões sobre a Biogerontologia como uma Ciência Generalista, Integrativa e Interativa". In: **Estudos Interdisciplinares Sobre Envelhecimento** – v.3. Porto Alegre: Núcleo de Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento da PROEXT/UFRGS, 2001.

³⁸ NERI, Anita Liberalesso. **Palavras-chave em Gerontologia**. Campinas, SP: Editora Alínea, 2001. p. 44.

Na velhice as capacidades cognitivas ligadas ao processamento da informação, à memória e à aprendizagem declinam, por causa das alterações sensoriais e neurológicas que acompanham o envelhecimento, contudo, as capacidades, cuja manutenção e aperfeiçoamento dependem de influências culturais, podem conservar-se e especializar-se, manifestando-se nos domínios profissional, do lazer, das artes ou do manejo das questões existenciais. Um princípio fundamental da psicologia do envelhecimento contemporânea é que na velhice as pessoas conservam potenciais para o funcionamento e o desenvolvimento, os quais, no entanto, tendem a declinar nos anos mais tardios, quando as pessoas tornam-se vulneráveis e menos adaptáveis às alterações ambientais.

Uma das formas de compatibilização entre os dois conceitos, desenvolvimento e envelhecimento, pode ser a promoção da compensação das perdas e a ativação do potencial dos idosos para o máximo desempenho.

No que diz respeito ao envelhecimento normal, isto é, sem patologias, cresce o interesse pelo estudo do potencial para a manutenção, o desenvolvimento e a recuperação das capacidades cognitivas e de auto-regulação da personalidade na velhice. Esse interesse representa uma evolução, que está sendo acompanhada por uma lenta alteração nas concepções tradicionais de velhice como doença, degeneração ou problema a ser resolvido.

A concepção tradicional de velhice caracterizada pelo declínio, comporta alguns mitos, dos quais destacamos:

- a) a memória diminui com a idade. O que ocorre, em verdade, é que ela modifica-se, pois há três tipos de memória;
- b) a inteligência diminui com a velhice. Isso só ocorre nos casos de doença mental, pois os casos de grande produção intelectual na idade avançada nos provam o contrário;
- c) o velho não aprende. Na verdade, ele aprende sim, mas o que lhe interessa;

d) o velho volta a ser criança. Por que caracterizar como infantilidade atitudes mais despreendidas ?

Na obra de Cícero (103-43 a.C.) “Saber Envelhecer”, escrita há mais de 2000 anos, já encontramos referências a esses mitos ainda tão reais nos dias de hoje. “Mas com a velhice, dirão, a memória declina! É o que acontece, com efeito, se não a cultivarmos ou se carecemos de vivacidade de espírito.” Ao que exemplificou com idosos que sabiam o nome de todos os seus concidadãos. E além disso, diz ele, “jamais vi um velho esquecer o lugar onde esconde seu dinheiro. Os velhos se lembram sempre daquilo que os interessa: promessas sob caução, identidade de seus devedores e credores, etc.”³⁹ Acrescenta, ainda, que a memória dos velhos é boa, exemplificando com filósofos, pontífices e jurisconsultos, pois os que melhor a conservam são os que permanecem intelectualmente ativos.

O envelhecimento psicológico pressupõe sim a ocorrência de alterações da inteligência, memória e personalidade, mas estas não estão diretamente relacionadas a um declínio de suas capacidades mentais, pois o idoso pode perder a iniciativa ou a motivação em decorrência do meio pouco estimulante, ou por outro lado, cerceador.

No que diz respeito à inteligência, os estudos em diferentes perspectivas teóricas apontam as seguintes conclusões⁴⁰:

- A inteligência fluida, que diz respeito às capacidades básicas de processamento da informação, cresce ao longo da infância, adolescência e vida adulta inicial, estabiliza-se e declina na meia-idade e na velhice. Já a inteligência cristalizada, relacionada ao uso da informação, e que é afetada pela educação e pela aculturação, não declina com a idade e, sob condições ideais, pode até exibir progressos.

³⁹ CÍCERO, Marco Túlio. **Saber envelhecer e A Amizade**. Tradução de Paulo Neves. Porto Alegre: L&PM, 1997. p. 21

⁴⁰ Síntese abstraída de NERI, Anita Liberalesso. **Palavras-chave em Gerontologia**, op. cit. p. 70 – 76.

- O desenvolvimento intelectual é um processo multidirecional porque diferentes capacidades se desenvolvem e eventualmente declinam em ritmos e em fases diferentes da vida, influenciadas pela manutenção da saúde, pela educação e pela estimulação ambiental. Os idosos continuam a desempenhar competentemente naquelas áreas em que desenvolveram altos níveis de especialização, e só na idade muito avançada é possível identificar declínio nas capacidades intelectuais específicas.
- A variabilidade interindividual, aponta diferença no ritmo e nos resultados do envelhecimento intelectual entre homens e mulheres, dependendo das condições de saúde, educação, trabalho e personalidade. Como na mulher os efeitos da idade têm maior probabilidade de se somarem aos de uma saúde física precária, pobreza, nível educacional mais baixo e solidão, as mulheres idosas ficam relativamente mais prejudicadas do que os homens.
- A inteligência geral e as capacidades específicas permanecem estáveis ao longo dos anos, e é possível recuperar em parte algumas perdas do envelhecimento normal, por exemplo em processos de memória, o que vai depender do grau de manutenção dos processos sensoriais e de processamento da informação, de processos motivacionais, e também, da disponibilidade de métodos, instrumentos e equipamentos adequados.
- O declínio na velocidade do processamento da informação é universal, mas geralmente as pessoas vão se adaptando a ele, realizando compensações por meio de equipamentos ou de mudanças de comportamento, e somente na velhice avançada esse declínio afeta de modo mais expressivo o funcionamento intelectual das pessoas.
- O declínio na velocidade de processamento da informação é fonte de alterações no funcionamento da memória, sendo necessário mais tempo para a codificação da informação e para a realização de tarefas subsequentes.

- Existem diferenças interindividuais nas mudanças devido a perdas nas capacidades de processamento da informação, explicadas, em parte, pela riqueza de experiências acumuladas, pelo seu grau de integração e pela motivação dos idosos para ativar os recursos da memória.

A memória, freqüentemente referida pelos idosos como um problema, é confirmada como tal pelos investigadores, mas os estudos demonstram que o seu desempenho não pode ser atribuído somente à idade. Segundo o modelo de processamento de informação existem três sistemas de memória, o sensorial, o de curta duração e o de longa duração, que são diferentemente afetados pelo envelhecimento.

A memória sensorial é responsável pelo armazenamento inicial e breve dos estímulos externos, cujas informações serão transferidas para a memória de curta duração, sob a forma de imagens, palavras ou números, podendo haver interferências de deficiências sensoriais e de dilatação no tempo de reação, ocorrências comuns do envelhecimento normal.

A memória de curta duração, que implica na retenção de pequenas quantidades de informação por curtíssimos período de tempo, pode ser afetada por perdas sensoriais, medo do fracasso e presença de elementos que causam distração, motivos pelos quais pode ser afetada nos mais velhos.

A memória de longa duração, que envolve a memória consciente de experiências passadas, tende a piorar com a idade nos casos de lembrança de coisas ou eventos associados a um tempo ou lugar em particular, mais pela dificuldade de ambientação do que de aprender coisas novas. Já nos casos de nomes, significados, descrições, normas e conceitos, comumente designados por conhecimento, é incomum declinar com a idade, ao contrário, as pessoas mais velhas costumam ter desempenho superior ao das mais jovens, desde que tenham tempo para se lembrar.⁴¹

⁴¹ As informações sobre a memória foram abstraídas de NERI, Anita Liberalesso. **Palavras-chave em Gerontologia**. op. cit. p. 82 – 88.

Também ocorre na velhice alterações da personalidade. O que chamamos de personalidade, diz Neri⁴², tem relação com as maneiras como as pessoas habitualmente se comportam, têm experiências, acreditam e sentem com respeito a si mesmas, aos outros e ao mundo material e histórico-social. Tem como base um conjunto de disposições e processos de ordem biogenéticas, a qual denominamos de temperamento, e é o que diferencia as pessoas. O conhecimento de si corresponde ao *self*, que tem um desenvolvimento gradual e dependente da interação entre o indivíduo e os outros, e que exerce funções reguladoras sobre a personalidade.

As funções reguladoras do *self*, que se mantêm na velhice, são exemplificadas pela auto-estima, pelo estabelecimento de metas, pelas crenças de controle e de auto-eficácia e pelas estratégias de enfrentamento. São responsáveis pelo alcance, pela manutenção e pela restauração do equilíbrio psicológico.

Quanto mais rico e complexo é o *self*, maior a chance de bem-estar e adaptação na velhice, porque essas qualidades permitem o exercício de múltiplos papéis, e assim, melhor senso de auto-eficácia, mais satisfação e menos depressão.

Diferentemente do que ocorre com a inteligência, a personalidade e o *self* mudam pouco na velhice, o que pode se dar devido a origem biogenética, ou a origem sociohistórica. É interessante observarmos os resultados da pesquisa realizada por Schaie e Willis (1996), referida por Neri, dos quais destacaremos alguns:

- Os traços básicos da personalidade de homens e mulheres não mudam na meia-idade e na velhice, mas que, no entanto, as mulheres passam a apresentar traços mais masculinos (assertividade, competitividade e dominância, por exemplo), enquanto que os homens passam a exibir traços mais femininos (ternura e cuidado), talvez em virtude das alterações no estilo de vida e nas exigências sociais, talvez por causa de fatores hormonais.

⁴² NERI, Anita Liberalesso, autora que utilizamos como referência para desenvolvermos o conteúdo pertinente a personalidade, na obra já citada **Palavras-chave em Gerontologia**. p.103 – 106.

- Mulheres e homens idosos tendem a apresentar menores índices de excitabilidade e de ativação geral, em parte por influência de fatores biogenéticos responsáveis por perdas em intensidade, variabilidade, energia e rapidez das respostas socioemocionais, em parte por influência de mecanismos de seletividade socioemocional.

Cabe aqui uma referência à sabedoria, que em todas as culturas está associada à velhice. Podemos citar como exemplo Cícero⁴³ ao dizer que a sabedoria, a clarividência e o discernimento são qualidades da velhice; Erikson⁴⁴, que em sua teoria cita a sabedoria como a virtude que emerge na velhice, e Platão que referia-se aos velhos como os mais sábios.

A sabedoria é compreendida no senso comum, segundo estudo realizado por Holliday and Chandler (1986) e citado por Neri⁴⁵, como bom senso nos julgamentos, aprender com a vida, visão contextualizada dos fatos humanos, grande capacidade de observação, compreender a si mesmo, capacidade de ver a essência das situações, independência de pensamento, ser fonte de bons conselhos e pensar cuidadosamente antes de decidir. Concebida dessa forma, os idosos podem ser apontados como sábios graças à sua capacidade de se lembrar de fatos e procedimentos, de fazer novas associações, de aventar hipóteses, de fazer análises éticas e morais e de oferecer alternativas de solução baseadas na experiência acumulada. Idosos sábios são culturalmente importantes porque são depositários da herança cultural do grupo.

A sabedoria como desempenho intelectual altamente especializado também tem maior probabilidade de ocorrência na velhice do que em fases anteriores, pois depende da experiência de vida acumulada, entretanto, ser idoso não é condição suficiente para fazê-la emergir. Nesse caso, outros elementos concorrem para o seu

⁴³ “Não são nem a força, nem a agilidade física, nem a rapidez que autorizam as grandes façanhas; são outras qualidades, como a sabedoria, a clarividência, o discernimento. Qualidades das quais a velhice não só não está privada, mas, ao contrário, pode muito especialmente se valer. CÍCERO, Marco Túlio. **Saber envelhecer e A Amizade**. op. cit. p. 18-19.

⁴⁴ ERIKSON, Erik. As oito idades do ser humano. Ver quadro na página 45.

⁴⁵ NERI, Anita Liberalesso. **Palavras-chave em Gerontologia**. op. cit. p. 114 – 118.

aparecimento, tais como, profissão, experiências pessoais, conhecimento, personalidade e inteligência.

1.2.1 Teorias psicológicas do envelhecimento

As teorias psicológicas do envelhecimento, de acordo com Neri⁴⁶, têm por base paradigmas que são construções intelectuais sobre a natureza geral das mudanças evolutivas que ocorrem em determinado período da vida, ou durante toda a sua extensão. Esses paradigmas são conhecidos como de “mudança ordenada, contextualista e dialético”.

1.2.1.1 Paradigma de mudança ordenada

O paradigma de mudança ordenada deu origem às **teorias de estágio**. Estas admitem que o desenvolvimento caminha segundo padrões ordenados de mudanças que são universais porque têm origem ontogenética, e que os determinantes sociais, sócio-históricos e culturais apresentam as condições para manifestação dos elementos que têm base ontogenética.

A teoria evolucionista de Darwin (1801-1882) foi o ponto de partida para todas as concepções científicas do desenvolvimento humano conhecidas no século XX. A idéia de que o desenvolvimento psicológico, tal como o biológico, corresponde a períodos sucessivos de crescimento, culminância e contração dominou a psicologia durante 70 anos do referido século. São de origem darwiniana as teorias de estágio de: Freud (1905) sobre a sexualidade infantil; Piaget (1925) sobre o desenvolvimento do pensamento na infância e na adolescência; Jung (1933) que focaliza a vida desde a juventude até a velhice; Bühler (1935) e Kühlen (1964) sobre o desenvolvimento durante toda a vida; Erikson (1950) sobre a vida em toda a sua extensão e Levinson (1978) sobre adultos.

⁴⁶ NERI, Anita Liberalesso. “Teorias Psicológicas do Envelhecimento”. In: FREITAS, Elizabete Viana de et all (orgs.). **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. RJ: Editora Guanabara Koogan S.A., 2002. Esta autora foi a nossa referência para desenvolvermos as teorias psicológicas do envelhecimento.

Charlotte Bühler, Erik Erikson e Daniel Levinson foram os autores mais influentes na psicologia da vida adulta e da velhice. Utilizaram o termo “ciclo de vida” com o sentido de sucessão de estágios ou idades do desenvolvimento individual.

Charlotte Bühler desenvolveu uma teoria de estágios sobre o desenvolvimento humano, estabelecendo cinco fases em que conjuga idade cronológica, os movimentos de expansão, culminância e contração como fundamentos do desenvolvimento e o princípio de que o desenvolvimento psicológico é orientado por metas em torno das quais a personalidade se organiza.

Nas fases do desenvolvimento psicológico, segundo Charlotte Bühler, o período de culminância seria dos 25 aos 45 anos, dos 45 aos 65 anos seria a fase de conflito entre a expansão e a contração, caracterizada pela auto-avaliação da realização das metas de vida, e a partir dos 65 anos seria a fase da contração, onde se evidenciaria o senso de realização ou de fracasso, com continuidade das experiências anteriores, mas com metas de curto prazo.

Daniel Levinson desenvolveu o modelo de estações da vida adulta propondo que a passagem de um estágio para outro inclui um período de adaptação às novas tarefas evolutivas. Segundo esse modelo a entrada no mundo da velhice seria dos 45 aos 50 anos, último estágio descrito, correspondendo a essa fase a tarefa evolutiva de redefinição de papéis familiares e profissionais, servir de modelo para os mais jovens e o estabelecimento de uma nova e final estrutura de vida.

Erik Erikson desenvolveu as “Oito idades do ser humano”, do nascimento à velhice, apontando a emergência de uma crise característica para cada uma delas, cabendo à velhice o conflito do ego entre a integridade e o desespero, cujo valor emergente seria a sabedoria. A velhice, segundo o autor, envolve auto-aceitação, desenvolvimento de integridade da história pessoal e formação de ponto de vista sobre a morte.

No quadro abaixo é possível visualizar as oito idades do homem, as crises psicossociais que as caracterizam e as relações entre os ciclos de vida individual e os ciclos de vida da espécie humana segundo esse autor.⁴⁷

Idade ou ciclo da vida Individual	Crise psicossocial ou conflito do ego a ser resolvido	Valor ou qualidade do ego resultante
Fase bebê	Confiança x desconfiança	Esperança
Infância inicial	Autonomia x vergonha e dúvida	Domínio
Idade do brinquedo	Iniciativa x culpa	Propósito
Idade escolar	Trabalho x inferioridade	Competência
Adolescência	Identidade x confusão de papéis	Fidelidade
Idade adulta	Intimidade x isolamento	Amor
Maturidade	Geratividade ⁴⁸ x estagnação	Cuidado
Velhice	Integridade x desespero	Sabedoria

Procurando explicar como e porque os fenômenos ocorrem, as teorias servem como preditores e orientadores da intervenção humana. Assim, quando predominou a idéia de que o desenvolvimento psicológico era presidido por processos e períodos sucessivos de crescimento, culminância e contração, a velhice foi considerada um período involutivo, marcado por declínio e estagnação universais e irreversíveis, de origem biológica. Essa concepção de origem darwiniana contribuiu para dificultar a ascendência da velhice ao patamar de uma fase ou etapa da vida digna de investimento.

1.2.1.2 Paradigma contextualista

As explicações ou **teorias sobre o desenvolvimento adulto e o envelhecimento baseadas no papel desempenhado por eventos de transição** correspondem ao paradigma contextualista. O interesse dos pesquisadores que se envolveram com o estabelecimento desse paradigma é psicossocial segundo Neri,

⁴⁷ NERI, Anita Liberalesso. **Palavras-chave em Gerontologia**. op. cit. p. 21

⁴⁸ “O conceito de geratividade foi estabelecido por Erikson (1963). Diz respeito à motivação e ao envolvimento com continuidade e o bem-estar de indivíduos particulares, de grupos humanos, da sociedade de modo geral e de toda a Humanidade. Sua origem é uma necessidade interna de garantir a própria imortalidade, de ser necessário e de passar o bastão para a geração seguinte, tanto

na medida em que acreditam que as mudanças evolutivas da vida adulta são produzidas pela interação do indivíduo com as influências sociais. Ao contrário dos seguidores do paradigma de mudança ordenada, que descrevem o desenvolvimento como processo balizado pela idade cronológica ou por crises evolutivas, para os contextualistas, a sociedade constrói cursos de vida ou trajetórias de desenvolvimento, ao prescrever quais são os comportamentos apropriados para as diferentes faixas etárias.

Para descrever os mecanismos sociais de temporalização do curso de vida individual, Neugarten (1969) criou a metáfora de “relógio social”. Implica que indivíduos e grupos da mesma geração (coortes⁴⁹) internalizam esse “relógio”, que serve para regular o senso de normalidade, de ajustamento e de pertencimento a um grupo etário ou a uma geração.

Os marcadores do relógio social são os eventos que podem ser de natureza biológica, como menarca e menopausa, ou de natureza social, como a aposentadoria, por exemplo.

A idéia central de que as pessoas internalizam normas sociais etárias e que estas passam a exercer papel regulador sobre o seu comportamento, implica em processos de socialização e ressocialização. A forma de socialização para os adultos é antecipatória, corresponde a um processo de preparação para uma mudança em papel ou em status, como nos casos dos trabalhadores em vias de aposentarem-se que procuram informar-se sobre novas possibilidades. A ressocialização envolve lidar com a mudança de papel ou status depois que ocorreu.

no sentido biológico quanto cultural.” In: NERI, Anita Liberalesso. **Palavras-chave em Gerontologia**. op. cit. . p. 52

⁴⁹ “O conceito de **coorte** é reservado para um agregado de indivíduos ancorados no tempo histórico. É usado como base para a busca ou a afirmação sobre propriedades compartilhadas pelos membros, justamente porque se pressupõe que, ao longo de sua trajetória, eles viveram os mesmos fatos e eventos históricos (Settersten Jr e Mayer, 1997). Ou seja, as pessoas não avançam isoladas em suas trajetórias de desenvolvimento, mas compartilham experiências socioculturais com seus semelhantes. Uma coorte consiste num conjunto de pessoas nascidas na mesma época, que entram e saem juntas de seus sistemas ou instituições – como, por exemplo, a escola e o trabalho -, e que tendem a experienciar os mesmos eventos históricos, nas mesmas épocas de suas vidas. Assim, os efeitos de tais vivências se fazem sentir sobre a trajetória de todo o grupo etário (Baltes, Reese e Nesselroade, 1988). In: NERI, Anita Liberalesso. **Palavras-chave em gerontologia**. op. cit. p. 23-24.

Os eventos de transição podem ser normativos ou idiossincráticos. Os normativos têm uma época esperada de ocorrência, enquanto os idiossincráticos são imprevisíveis, é o caso do divórcio ou do desemprego. A tendência é de as pessoas viverem as mudanças normativas acompanhadas de seu grupo de idade, o que lhes assegura apoio social e senso de normalidade, já as mudanças idiossincráticas teriam um impacto emocional maior, por serem vividas como eventos únicos.

De positivo nesse paradigma, destaca Neri, é a análise do significado dos eventos de transição na vida das pessoas como condições para mudanças adaptativas.

1.2.1.3 Paradigma dialético

O ***paradigma do desenvolvimento ao longo de toda a vida (life-span)***, de origem dialética, é o mais influente da psicologia do envelhecimento contemporânea. O termo *life span* é usado pela psicologia para designar o desenvolvimento como fenômeno que acontece durante toda a extensão ou ao longo da vida.

Esse paradigma é centrado na mudança. Pressupõe que, no desenvolvimento adulto, as pessoas são percebidas como organismos ativos em mudança, em contínua interação com um ambiente igualmente ativo e em mudança. Os ingredientes-chave da posição dialética são: foco na mudança, interação dinâmica, causalidade recíproca, ausência de completa determinação e preocupação com processos de mudança determinados pela atuação conjunta de processos individuais (ontogênicos) e históricos (culturais-evolutivos).

A idade cronológica não é considerada como variável causal dos eventos biológicos, sociais e psicológicos de um indivíduo ou grupo etário, mas sim como um indicador.

Esse paradigma adota uma perspectiva de “declínio com compensação” em relação à velhice. Adotar tal perspectiva implica admitir que, de fato, ocorrem

prejuízos nas capacidades biológicas e nas capacidades comportamentais a elas associadas. No entanto, o declínio é moderado por experiências sociais que produzem capacidades socializadas estáveis ou até mesmo crescentes.

São proposições teóricas sobre os processos de desenvolvimento ao longo de toda a vida a partir do paradigma dialético:

- a) os critérios adotados para definir o momento do início e os eventos marcadores dos vários períodos do ciclo vital dependem de parâmetros sociais;
- b) a idade cronológica não causa o desenvolvimento nem o envelhecimento, mas é um importante marcador desses processos;
- c) o desenvolvimento ontogênico se estende por toda a vida;
- d) o desenvolvimento e o envelhecimento podem ser analisados como uma seqüência de mudanças previsíveis, de natureza biogenética, que ocorrem ao longo das idades, e por isso são chamadas de mudanças graduadas por idade;
- e) o desenvolvimento é um processo finito, limitado por influências biogenéticas que determinam que, na velhice, o indivíduo seja cada vez mais dependente dos recursos da cultura e, ao mesmo tempo, cada vez menos responsivo às suas influências;
- f) com o envelhecimento, diminui a plasticidade comportamental, definida como a possibilidade de mudar para adaptar-se ao meio e diminui a resiliência, definida como a capacidade de reagir e de recuperar-se dos efeitos da exposição a eventos estressantes;

- g) na velhice, fica resguardado o potencial de desenvolvimento, dentro dos limites da plasticidade individual, que depende das condições histórico-culturais existentes durante determinado período;
- h) os mecanismos de auto-regulação da personalidade mantêm-se intactos na velhice, fato que responde, em parte, pela continuidade do funcionamento psicossocial e pelo bem-estar subjetivo dos idosos;
- i) o desenvolvimento envolve equilíbrio constante entre ganhos e perdas;
- j) o desenvolvimento é um processo multidirecional, isto é, não é caracterizado por processos isolados de crescimento e declínio;
- k) cada idade tem sua própria dinâmica de desenvolvimento;
- l) o envelhecimento é uma experiência heterogênea;
- m) envelhecimento normal, ótimo e patológico podem funcionar como categorias orientadoras para a pesquisa e intervenção;
- n) o estudo do envelhecimento exige a contribuição de várias disciplinas.

1.3 O ENVELHECIMENTO COMO FENÔMENO SOCIAL

O envelhecimento como fenômeno social passa a ser notado no Brasil a partir da década de 60, como uma das características do século XX. Assim como cresce a população idosa em números absolutos, aumenta a média de anos vividos por essa população, introduzindo a longevidade.

Velhice sempre existiu, mas vivida de forma particular, individual. A medida que cresce o número de idosos e aumenta a média de anos vividos, a velhice passa a ser encarada como uma realidade social.

A sociedade tem uma expectativa com relação ao comportamento dos mais velhos, e impõe regras que determinam como deve ser vivida essa etapa da vida. Essas regras não são universais e variam de acordo com a época e com a sociedade.

Vivemos um momento em que a realidade social da velhice está em progressiva transformação. Os próprios idosos estão reagindo ao estigma de improdutivos, inativos, incompetentes, inúteis, dependentes, assexuados, e tantos outros, com suas novas experiências de envelhecimento.

1.3.1 Teorias sociológicas do envelhecimento

As teorias sociológicas do envelhecimento começaram a ser sistematizadas na década de 60, incorporando formulações anteriores que hoje são consideradas como precursoras da teorização no campo do envelhecimento, diz Siqueira⁵⁰. Classificadas por um critério de gerações, segundo a autora, permitem conhecer suas origens intelectuais e a contribuição das teorias anteriores para a formulação de novas explicações.

1.3.1.1 Teorias de primeira geração

As teorias de primeira geração foram elaboradas entre 1949 e 1969, tendo como unidade de análise o indivíduo, enfatizando papéis sociais e normas. Na segunda geração situam-se as teorias formuladas no período de 1970 a 1985, voltadas ao nível macrossocial, procuravam analisar a influência das transformações nas condições sociais no processo de envelhecimento e a situação dos idosos como categoria social. A terceira geração agrupa teorias que criticam e sintetizam as proposições anteriores e aliam os níveis micro (individual) e macrossocial de análise.

⁵⁰ SIQUEIRA, Maria Eliane Catunda de. "Teorias Sociológicas do Envelhecimento." In: FREITAS, Elizabete Viana de et all (orgs.). **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. RJ: Editora Guanabara Koogan S.A. 2002. Esta autora foi a nossa referência para desenvolvermos as teorias sociológicas do envelhecimento.

São classificadas como de primeira geração as teorias do desengajamento, da atividade, da modernização e da subcultura.

A **Teoria do Desengajamento ou Afastamento**, formulada por Cumming e Henry em 1961, representa a primeira tentativa de explicar o processo de envelhecimento e as mudanças nas relações entre o indivíduo e a sociedade, a partir da aplicação das proposições do funcionalismo estrutural à análise da condição do idoso e de suas reações psicológicas e sociais frente à velhice.

Esta teoria prevê o afastamento gradativo e voluntário do idoso no processo social com o abandono de suas atividades profissionais usando como instrumento a aposentadoria e como argumento a disponibilidade de tempo dela decorrente para suas realizações. Propõe que o envelhecimento é um processo de desengajamento ou afastamento, universal e inevitável, que é funcional tanto para o idoso quanto para a sociedade. É funcional para a sociedade porque o afastamento do idoso abre espaço para pessoas jovens e eficientes, e é funcional para o idoso que passa a gozar da disponibilidade de tempo.

O desengajamento, considerado como natural e espontâneo, reforçando a idéia de que o decréscimo nas interações sociais é inerente ao processo de envelhecimento, e por isso inevitável, é proposto como pré-requisito funcional à estabilidade social. Portanto, todo o sistema social precisa promover o desengajamento de seus idosos.

Esta teoria foi criticada porque desencorajava intervenções que auxiliariam os idosos a integrar-se em uma sociedade tecnológica e em processo de rápidas mudanças, e também porque da forma como enfocava o indivíduo idoso, o colocava como agente passivo diante do sistema social. A teoria falha ao deixar de considerar que tanto a velhice como o afastamento comportam variações que vão além do declínio físico e psicológico e da restrição dos contatos sociais.

À teoria do desengajamento segue-se a **teoria da atividade**, formulada por Havighurst em 1968, que concebida como oposta à primeira, é melhor compreendida

como sua complementação. Sua proposição inicial está pautada na idéia de que a falta de atividades seria fator determinante para as doenças psicológicas e para o isolamento social. Portanto, para a manutenção de um autoconceito positivo, deve haver substituição dos papéis sociais perdidos, partindo do pressuposto de que a atividade é benéfica e necessária para a satisfação de vida na velhice. Apesar das mudanças nas condições físicas, psicológicas e sociais inerentes ao processo de envelhecimento, suas necessidades psicológicas e sociais se mantêm como antes. Em síntese, a pessoa que envelhece em boas condições é aquela que permanece ativa e consegue resistir ao desengajamento social.

É a teoria da atividade que fundamenta, até hoje, os movimentos sociais como grupos de idosos, orientando proposições nas áreas do lazer com o objetivo de proporcionar bem-estar na velhice. Entretanto, apresenta algumas limitações, pois ao enfatizar o “ser ativo” pode levar a uma perspectiva de “antienvelhecimento”, assim como, não podemos ignorar que pobreza, exclusão social e declínio físico ou mental podem inviabilizar o exercício de novos papéis sociais.

A **teoria da modernização** foi apresentada por Cowgill e Holmes em 1972. Baseada no estruturalismo funcional, descreve a relação entre a modernização e as mudanças nos papéis sociais e no *status* das pessoas idosas, associando modernização ao processo de industrialização e relacionando o *status* do idoso ao grau de industrialização da sociedade. Considera que, na sociedade industrializada, a tendência é o declínio em status para o idoso, que se traduz em redução nos papéis de liderança, em poder e em influência, levando-o ao desengajamento da vida em comunidade.

Os fatores que interferem nas condições das pessoas idosas em uma sociedade em processo de modernização segundo esta teoria são:

- a) a tecnologia científica aplicada à produção econômica, na qual os idosos tornam-se obsoletos;

- b) a urbanização que promove a segregação residencial entre jovens migrantes urbanos e suas famílias enfraquecendo os laços familiares;
- c) a educação intensiva que gera uma situação na qual os jovens passam a ser mais capacitados do que os mais velhos, invertendo-se os papéis sociais;
- d) as tecnologias de saúde que contribuem para a alteração do perfil demográfico com a redução do índice de natalidade e mortalidade e aumento da expectativa de vida, aumentando o número de idosos e ocasionando uma competição intergeracional por empregos, compelindo os idosos ao abandono do mercado de trabalho com redução de renda, prestígio e status.

A teoria é criticada, diz Siqueira, porque estudos já realizados indicaram que o declínio em *status* não ocorre somente em sociedades industrializadas, e que o processo de modernização afeta diferentemente aos idosos, havendo distinção entre “velho-jovem” e “velho-velho”.

A **Teoria da Subcultura** foi gerada nos Estados Unidos, conseqüentemente, reflete sua realidade. Segundo esta teoria, os idosos desenvolvem uma cultura própria, com crenças e interesses comuns desse grupo etário, fomentados pela exclusão social, especialmente no que diz respeito à restrição de oportunidades de interação com outros grupos etários. A existência de uma política segregacionista se traduz em incentivos à conjuntos residenciais para idosos, clubes e centros de convivência e outras práticas sociais que tendem a congregar os idosos num mesmo contexto.

A segregação proporciona maior interação entre os idosos, e em conseqüência, são gerados valores e práticas próprias ao grupo etário, caracterizando uma subcultura. A autora exemplifica com grupos ativistas como os *Panteras Grisalhos (Gray Panters)* e a *Associação Americana de Aposentados (AARP – American Association for Retired Person)*, dizendo que esta última desenvolveu enorme poder político e econômico, contribuindo para eleger

parlamentares, para definir pautas de ação política dos idosos e fomentar a pesquisa sobre o envelhecimento.

Muitos são os fatores que contribuem para o desenvolvimento de uma subcultura de idosos, tais como, o significativo aumento do número de pessoas nesta faixa etária, a segregação dos idosos em zonas rurais causada pela migração de jovens, o declínio das oportunidades de emprego, e a melhoria do nível educacional e de informação, entretanto, ainda não se pode falar em uma subcultura no Brasil, onde os grupos de idosos seriam apenas instrumentos que podem contribuir para a sua criação.

Se por um lado, a existência de uma subcultura pode colaborar para aumentar o conceito negativo sobre a pessoa idosa, por outro, pode estimular o surgimento de uma consciência de grupo com potencial para empreender ação social e política em defesa dos direitos da categoria.

Esta teoria pode ser utilizada como parâmetro para avaliar o impacto de programas para a população idosa, analisando sua contribuição para a inclusão social do idoso. Ajuda a elucidar a natureza das relações entre os idosos e o restante da sociedade, contribuindo para corrigir a imagem estática e passiva da velhice presente na abordagem funcionalista, mas falha ao enfatizar o nível microsocial, desconsiderando a força dos componentes estruturais sobre o comportamento social.

1.3.1.2 Teorias sociológicas de segunda geração

As teorias sociológicas de segunda geração são: continuidade e colapso de competência.

O principal foco da **teoria da continuidade** é explicar como as pessoas idosas tentam manter as estruturas psicológicas internas e externas preexistentes, aplicando estratégias já conhecidas e usadas anteriormente.

A continuidade interna, ou seja, a manutenção da estrutura psicológica interna, diz respeito a memória, e tem como requisito para se expressar a preexistência de uma estrutura de idéias, temperamento, afeto, experiências, preferências, disposições e habilidades.

A continuidade externa é mantida por pressões e atrações, o que inclui a continuidade cognitiva como elemento fundamental à manutenção de domínio, competência, senso de auto-integridade e auto-estima, e pressupõe conhecimento do ambiente físico e social, das relações estabelecidas no exercício de papéis sociais e de atividades anteriormente executadas. O estímulo para a manutenção da continuidade externa é a própria busca da satisfação das necessidades básicas (alimentação, abrigo e interações sociais), como também a necessidade de mudanças nos papéis sociais na viuvez ou na aposentadoria, por exemplo.

A continuidade pode ser classificada como baixa, ótima ou excessiva pelo próprio indivíduo. A baixa continuidade resulta em insatisfação com a vida e dificuldade de adaptação às condições de mudança, pois estas podem ser tão severas e imprevisíveis que as habilidades prévias, as estratégias pessoais ou experiências sociais tornam-se de pouca utilidade para enfrentá-las. Ao contrário, o idoso mantém ótima continuidade quando o ritmo de mudança é coerente com suas preferências e demandas sociais, possibilitando que ele mantenha a capacidade de enfrentar transformações. Nesse caso, a personalidade individual, as preferências anteriores e a rede de relações e experiências sociais contribuem para um bom ajustamento. Já o idoso que caracteriza sua vida como tendo excessiva continuidade, a percebe como monótona e sem novas experiências, desconfortavelmente previsível.

A teoria é criticada por seu enfoque determinista, ao afirmar que os traços de personalidade, os estilos de vida e as preferências são determinantes das experiências de desenvolvimento ao longo da vida, o que levaria a um envelhecimento programado para se dar de determinada maneira, sem novas perspectivas. Desconsidera os fatores estruturais que podem influenciar na continuidade. Mesmo criticada pelo determinismo, é utilizada para explicar a

complexidade do processo de adaptação ao envelhecimento nas sociedades contemporâneas, por evidenciar as desvantagens em períodos anteriores de vida que inviabilizariam o desenvolvimento de condições para a continuidade, como o baixo nível educacional, a baixa renda, poucas relações sociais e alta mobilidade geográfica.

A ***Teoria do Colapso de Competência*** foi formulada por Kuypers e Bengston (1973). Analisa as conseqüências negativas (colapso da competência) que podem acompanhar as crises que ocorrem com freqüência na idade avançada, normalmente desencadeadas por perdas, como da saúde, do companheiro, e outras, que desafiam a competência social do idoso e que podem levá-lo a vários resultados negativos.

Em uma situação de perda o autoconceito do idoso torna-se vulnerável, associando-se a esta o estereótipo negativo de velhice e um problema de saúde, o idoso pode passar a ser rotulado por profissionais e parentes como dependente em relação ao ambiente social. Isso contribui para a atrofia das competências e habilidades previamente existentes, fazendo com que esse idoso adote o autoconceito de doente, inadequado ou incompetente.

É possível reverter essa situação, sugerem os autores da teoria, através da “terapia de reconstrução social”, que oferece apoio ambiental para favorecer a expressão de força pessoal e encorajar o aumento do senso de competência. Seu uso permitiu verificar que a conscientização sobre a natureza cíclica das interações individuais e ambientais que afetam o senso de competência do idoso, dos cuidadores e familiares contribui para a resolução do senso de desamparo de todos os envolvidos.

1.3.1.3. Teorias sociológicas de segunda e terceira geração

Há ainda teorias que se classificam em segunda e terceira geração, é o caso da troca, estratificação por idade e político-econômica.

A **Teoria da Troca** postula que o idoso é compelido a afastar-se das interações sociais porque possui poucos recursos (como baixa renda, pior condição de saúde e baixo nível educacional) em comparação com os mais jovens, e somente o idoso que dispusesse de recursos continuaria mantendo interações sociais.

A nova dimensão introduzida ao estudo do envelhecimento pela teoria é a análise da relação intergeracional, cujas proposições básicas podem ser sintetizadas através de três normas. A norma de reciprocidade propõe que um conjunto de demandas e obrigações recíprocas dá estabilidade ao sistema social. A norma de justiça distributiva é caracterizada pela relação entre ganhos e custos, propõe que a extensão do custo deve ser equivalente à extensão do ganho, o que significa que as pessoas devem tentar atingir equilíbrio ou proporcionalidade nas trocas sociais. A outra norma proposta é a de beneficência, cujo princípio estabelece que, na política de atendimento, os idosos devem receber o que necessitam, independentemente de seu valor social real, o que pressupõe dependência econômica e social desta faixa etária, levando-o da gradual perda de poder à obediência.

A teoria da troca é criticada por excessiva ênfase na perspectiva econômica e racional, ignorando que as trocas podem se dar também por fatores emocionais, ou motivações não-rationais, tais como, afeição, altruísmo e amor. Mesmo criticada é útil para avaliar propostas de políticas públicas, dada a tendência de os indivíduos engajarem-se em interações que são recompensadoras e afastarem-se daquelas que são prejudiciais.

A **Teoria da Estratificação por Idade**, proposta por Riley, Johnson e Foner em 1972, consiste em que as pessoas fazem parte de um determinado estrato etário (como por exemplo das crianças ou dos velhos) se exibem os comportamentos, desempenham os papéis e ocupam os lugares que lhes correspondem na estrutura social. Implica em que infância, adolescência, vida adulta e velhice são fases construídas socialmente, por meio de normas e sanções etárias que determinam as exigências e as oportunidades de cada segmento etário na ordem social e que comportam diferenças históricas e geográficas.

Esta teoria se propõe a estudar o movimento das coortes de idade através do tempo para identificar similaridades e diferenças entre elas, sugerindo que cada coorte é única por ter características próprias, como por exemplo, tamanho, composição de gênero, e distribuição por classe social, e também por experimentar eventos históricos particulares que afetam atitudes e comportamentos de seus componentes.

É ainda uma das perspectivas mais utilizadas na pesquisa social do envelhecimento, para analisar o movimento ou fluxo de sucessivas coortes (grupos de pessoas nascidas na mesma época) através do tempo. Suas raízes teóricas baseiam-se no estruturalismo funcional e nas teorias psicológicas do desenvolvimento.

Ao reverem seus estudos, em 1999, Riley e Foner, com a colaboração de Riley Jr., apresentaram a teoria da estratificação por idade como um novo paradigma denominando-o “envelhecimento social”, introduzindo dois conceitos: integração das idades e estabelecimento de normas por coortes.

Na integração das idades as questões atuais como a convivência intergeracional, a educação continuada de adultos e idosos e as possibilidades de emprego para aposentados, tornam cada vez mais flexível a clássica demarcação etária para o exercício de papéis na educação, no trabalho, na família e na aposentadoria. Ressaltam a necessidade de desenvolvimento de conceitos teóricos que analisem os benefícios e desvantagens dessa integração, bem como seu impacto na vida dos indivíduos e na estrutura da sociedade.

O estabelecimento de normas por coortes é visto como um processo dialético no qual comportamentos e atitudes desenvolvidos dentro de uma coorte, em resposta a mudanças sociais, cristalizam-se em novas normas, novos papéis e novas regras sociais, que, por sua vez, permeiam e influenciam os demais estratos de idade e as estruturas sociais.

Por explorar a heterogeneidade do processo de envelhecimento e a perspectiva do envelhecimento em sociedade, a autora destaca que esta teoria pode avançar e ser útil aos estudos sobre a interação entre idade e coorte e aos estudos sobre as diferenciações de raça, gênero e classe social que influenciam esse processo.

A **Teoria Político-econômica do Envelhecimento** foi formulada tendo por base as idéias de, dentre outros autores, Walker (1981) e Minkler (1984), propondo que as variações no tratamento e no *status* dos idosos podem ser compreendidas através do exame das políticas públicas, das tendências econômicas e dos fatores sócio-estruturais, pressupondo que:

- a) a interação de forças econômicas e políticas influencia o *status* dos idosos e determina como lhe serão atribuídos os recursos sociais;
- b) as restrições econômicas e políticas impostas à velhice resultam em perda de poder, de autonomia e de influência por parte dos idosos;
- c) não é só a idade que influencia nas experiências de vida, mas também outros fatores como classe, gênero, raça e etnia;
- d) os fatores estruturais expressos nas políticas públicas restringem oportunidades, escolhas e novas experiências para os idosos.

Com essa perspectiva teórica foram realizados estudos analisando o sistema de seguridade social nos Estados Unidos, a formação do sistema de pensão na Inglaterra e a política de bem-estar social na França, e continua sendo utilizada em diferentes áreas como a de marketing e negócios relativos à institucionalização do idoso.

Segundo a autora, a perspectiva político-econômica é criticada por excluir a possibilidade da ação individual na construção das experiências de envelhecimento, pois o processo individual depende não só da localização do idoso nas estruturas de

classe, gênero e idade, mas também da forma como a pessoa interpreta o envelhecimento. Apesar de expandir o estudo do envelhecimento, abordando-o num amplo contexto social, falha ao generalizar a condição do empobrecimento e desprestígio do idoso nas sociedades industriais.

1.3.1.4 Teorias sociológicas de terceira geração

Como teorias sociais de terceira geração constam o construcionismo social, o curso de vida, a feminista e a crítica.

A ***Teoria do Construcionismo Social*** vem sendo muito utilizada nas pesquisas recentes sobre o envelhecimento. Apoiar-se no interacionismo simbólico, na fenomenologia e na etnometodologia. Esta teoria trabalha com as questões de significado, realidade e relações sociais no envelhecimento, apresentando como propostas:

- a) enfatizar a compreensão sobre as formas como os processos individuais de envelhecimento são influenciados por definições sociais e pela estrutura social;
- b) estudar os aspectos situacionais, constitutivos e emergentes do envelhecimento, examinando como seus significados sociais e os ligados ao autoconceito emergem na negociação e no discurso;
- c) estudar como as realidades sociais do envelhecimento mudam com o tempo, refletindo as diferentes situações de vida e os papéis sociais que emergem na maturidade;

As principais tendências de estudo na área do envelhecimento, na perspectiva do construcionismo social, focalizam o modo como as categorias e estruturas de vida das pessoas são agrupadas, manejadas e sustentadas, e também quanto a como moldam o processo de envelhecimento.

A autora destaca que essa teoria contribui para a análise do envelhecimento mediante a observação de como os indivíduos participam da criação e da manutenção de significados para suas vidas. Por outro lado, é criticada por focalizar o nível individual, desconsiderando fatores macroestruturais como coortes, contexto histórico e estratificação por idade.

Na perspectiva do **Curso de Vida** o envelhecimento é considerado como um processo biológico, social e psicológico, e focado levando em consideração o desenvolvimento ao longo de toda a vida.

O conceito de curso de vida refere-se à maneira como as instituições sociais moldam e institucionalizam as trajetórias de vida individuais nos domínios inter-relacionados da educação, da profissão e da família.⁵¹ A sociedade constrói cursos de vida na medida em que prescreve expectativas e normas de comportamento apropriado para as diferentes faixas etárias, diante de eventos marcadores de natureza biológica (menarca, menopausa) e social (casamento, aposentadoria), e que essas normas são internalizadas pelas pessoas e instituições sociais.

Nessa perspectiva, a periodização da vida humana é um artifício social que serve para organizar os cursos de vida individuais e da vida social, e dela emergem novas categorias etárias, como por exemplo meia-idade, terceira idade, e outras, que são comumente acompanhadas de uma ideologia, que dá origem a novas necessidades e oportunidades sociais.

Suas proposições vêm sendo utilizadas para análise de questões relacionadas à natureza dinâmica, contextual e processual do envelhecimento, e para a análise das transições relacionadas à idade e às trajetórias de vida, e do modo como o envelhecimento é moldado pelo contexto, pela estrutura social e pelos significados culturais. Faz uma interligação entre os âmbitos pessoal e estrutural, enfocando, portanto, os níveis micro e macrossocial.

⁵¹ NERI, Anita Liberalesso. **Palavras-chave em Gerontologia**. op. cit. p. 34

A autora aponta algumas críticas que vêm sendo feitas à essa teoria como o seu caráter amplo e difuso, que dificulta sua caracterização como teoria ou paradigma e sua dificuldade em incorporar numa única análise as diversas variáveis identificadas.

As **Teorias Feministas do Envelhecimento** defendem que o gênero deveria ser o principal enfoque nas tentativas de compreensão do envelhecimento e do indivíduo idoso, pois ele constitui-se num princípio organizador para a vida social, durante todo o curso de vida.

Seus estudos preocupam-se com a integração dos níveis micro e macrosocial, por focalizarem as ligações entre o indivíduo e a estrutura social e destacarem as relações de poder que permeiam o processo de envelhecimento. No nível microsocial é estudada a rede social, cuidadores e famílias, destacando significados e identidades, e no nível macro, é enfocada a estratificação por gênero e a estrutura de poder das instituições sociais.

Sua principal contribuição estaria na identificação das necessidades das mulheres idosas que atualmente estariam em desvantagem, pelo fato de os programas sociais ainda serem baseados no modelo masculino de participação na força de trabalho formal. E é evidente que a principal crítica incida exatamente sobre a questão do gênero, por focalizarem acentuadamente a feminização do envelhecimento.

A **Teoria Crítica** reúne proposições teóricas que emergiram recentemente na Gerontologia Social, fundamentadas na tradição teórica européia que é representada pela Escola de Frankfurt e por pensadores como Habermas, Husserl e Schultz, e também influenciadas pela abordagem político-econômica de Marx e pelo pós-estruturalismo de Foucault.

Essa teoria focaliza duas dimensões, a estrutural e a humanística, e apresenta como base para a investigação gerontológica os conceitos de poder, de ação social e de significados sociais. De suas proposições destacamos a necessidade de crítica

ao conhecimento já existente, e à cultura e economia vigentes, para a criação de modelos positivos de envelhecimento que ressaltem a diversidade do processo.

A autora aponta o alto grau de abstração da teoria como sua principal lacuna, e destaca como sua principal contribuição a indicação de proposições de estudo na gerontologia voltados à perspectiva humanística.

1.4. CONTRIBUIÇÃO DAS TEORIAS PARA A COMPREENSÃO DO FENÔMENO DO ENVELHECIMENTO

As mudanças demográficas que acontecem no mundo, em que se revelam um significativo aumento proporcional de idosos na população, e a necessidade de compreendermos melhor o processo de envelhecimento, suas causas e conseqüências, têm sido o fator impulsionador para o crescimento da área da Gerontologia no meio científico.

O conhecimento nessa área, fragmentado em outras áreas científicas, e mesclado a mitos e verdades genéricas, pode ter contribuído para a manutenção da idéia de velhice associada à doença e à improdutividade. Enquanto os estudos desenvolveram-se em áreas específicas do conhecimento, o que verifica-se é que, a ciência não detectou, em toda a sua história, nenhuma causa direta, ou nenhum gene ou fator ambiental único, do envelhecimento e da morte. Hoje, admite-se que esse processo é causado por fatores heterogêneos que associam fatores genéticos com ambientais, incluindo aspectos sócio-econômico-culturais.

No caso das teorias biológicas do envelhecimento podemos verificar que há uma multiplicidade de evidências quanto ao fator causador desse processo, e cada uma sugere ser um elemento a origem do processo de modificações associadas à idade, mas nenhuma, sozinha, é capaz de provar. A crença nos radicais livres como fator causador das mudanças no envelhecimento leva alguns médicos a indicação de vitaminas, outros, adeptos da restrição calórica, optam pelo regime alimentar, e ainda há os que indicam ambos. O mais interessante, entretanto, é que a recomendação quanto a adoção de um estilo de vida ativo acompanha a prescrição médica. Isto se deve ao reconhecimento de que, para intervir no processo de

envelhecimento, não basta ater-se a um de seus fatores, dada a sua complexidade e heterogeneidade, por isso todo estudo deve incluir as variáveis ambientais.

Se, por um lado, dizem Minayo e Coimbra Jr., “o ciclo biológico próprio do ser humano assemelha-se ao dos demais seres vivos - todos nascem, crescem e morrem -, por outro, as várias etapas da vida são social e culturalmente construídas”⁵², o que é possível verificar através das teorias psicossociais.

A concepção de velhice associada ao declínio é uma concepção clássica sobre o caráter involutivo da velhice, que foi validada cientificamente no século XX, e que associada ao fator econômico, deu origem às teorias psicossociais. Desenvolvidas em contextos sócio-históricos determinados, refletem as preocupações e ideologias vigentes em cada época, e sua sucessão, corresponde a evolução nas diferentes formas de compreensão da velhice.

As primeiras teorias psicossociais, a do desengajamento e a da atividade estão diretamente relacionadas ao surgimento de um novo fato social que é a aposentadoria. Terceira Idade é a nova categoria social que surge para designar o envelhecimento ativo e independente, concebido a partir dessas teorias, e que é caracterizado pela ociosidade criativa e pela prática de múltiplas atividades físicas e culturais. É no bojo dessas teorias que nascem e multiplicam-se os programas voltados para idosos, originariamente, na forma de grupos de convivência.

Pelo fato de o fenômeno do envelhecimento estar, habitualmente, associado às mudanças físicas, tais como, perda de força, diminuição da coordenação e do domínio do corpo e deterioração da saúde, entre outras, e às mudanças cognitivas evocadas por problemas na memória e aquisição de novos conhecimentos, omitindo as diferenças individuais e a relação com fatores ambientais e sociais, a Terceira Idade como categoria social, já não dá conta da diversidade do fenômeno da velhice. Estas alterações morfológicas e funcionais que ocorrem na velhice são consideradas normais e não constituem doença. Entretanto, a medida em que a

⁵² MINAYO, Maria Cecília de Souza e COIMBRA Jr., Carlos E. A. (orgs.). **Antropologia, Saúde e Envelhecimento**. Rio de Janeiro: Editora FIOCRUZ, 2002. p. 14.

idade avança, os sintomas e expressões de dependência física e mental vão se acentuando. Daí a classificação que já está sendo utilizada pelos países europeus da quarta e quinta idade. A quarta idade compreende os idosos dos 75 aos 85 anos, e a quinta os que estiverem acima desse patamar.

As primeiras iniciativas de programas de atendimento a idosos no Brasil, datam da década de 60, com atividades definidas basicamente como de lazer. Nos anos 80 expandiram-se os programas e as atividades foram diversificadas. Quando a qualidade de vida, associada à saúde e à atividade física, passa a ser tema de grande relevância, e diante do crescimento da população idosa e da expansão da longevidade, surgem os programas de atividade física para essa faixa etária.

As concepções tradicionais de velhice como doença, degeneração e declínio, não atentam a heterogeneidade do processo, que é diferente para cada indivíduo, como também para a terceira idade, ativa, e a quinta idade, com maior probabilidade de dependência física ou mental. Emerge, então, na sociologia e na psicologia uma concepção evolutiva de velhice na perspectiva *teórica do curso de vida*.

É na perspectiva teórica do curso de vida que encontramos explicações para as ações profissionais que investem nos potenciais que as pessoas ainda conservam para o seu funcionamento e desenvolvimento diante das mudanças evolutivas, como também para a compensação das perdas inerentes ao processo. Por outro lado, os próprios idosos ao aderirem aos programas estão contribuindo para a construção de cursos diferenciados de vida, participando da criação de novas expectativas para a velhice, e de novas normas de comportamento para essa faixa etária.

O estudo do fenômeno do envelhecimento implica em reconhecer o que há de importante e específico nessa etapa da vida para que seja desfrutado, mas também deve compreender os sofrimentos, as doenças e as limitações que lhe são inerentes.

2. CONTEXTO SOCIOCULTURAL DA VELHICE

No contexto sociocultural os fatores biológicos ou cronológicos não são critérios para a compreensão da velhice, mas sim o seu significado, a sua simbologia, ou o que ela representa em diferentes épocas. Isto porque, como diz Beauvoir, “o homem não vive nunca em estado natural; na sua velhice, como em qualquer outra idade, seu estatuto lhe é imposto pela sociedade à qual pertence”.⁵³

Velhice sempre existiu em todos os tempos e em todas as culturas, mas na trajetória da história cultural da humanidade, os fatos demonstram que a posição destinada aos velhos na sociedade e a representação que deles se faz varia conforme a época e o lugar, tendo sido ora exaltados, ora eliminados, de acordo com a cultura vigente.

A análise feita por Beauvoir quanto a condição dos velhos através do tempo mostra que a contribuição positiva dos idosos para a coletividade é a sua memória e a sua experiência, já que lhes falta a força e a saúde. Quando não havia livros, o velho era o saber acumulado, ele detinha a memória coletiva, evocada e transmitida oralmente, e quanto mais primitiva a sociedade, mais importante era o seu papel. Da descrição das atitudes das sociedades históricas para com os velhos e das imagens que deles forjaram, feita pela autora, destacamos algumas épocas e locais que

⁵³ BEAUVOIR, Simone de. **A Velhice**. Tradução de Maria Helena Franco Monteiro. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990. p. 15

consideramos representativos para a compreensão da condição dessa categoria social.

2.1 A CONDIÇÃO DOS VELHOS NA HISTÓRIA CULTURAL DA HUMANIDADE

A China proporcionou aos velhos uma condição singularmente privilegiada. A qualificação e a responsabilidade das pessoas aumentava com os anos e no cume encontravam-se os idosos. E essa posição elevada refletia-se na família, sendo que toda a casa devia obediência ao homem mais idoso e, sua autoridade, não diminuía com a idade. Confúcio (551 a.C. - 479 a.C.) justificava moralmente essa autoridade associando velhice à posse da sabedoria. Na literatura chinesa a velhice nunca é denunciada como um flagelo.

Já no Ocidente, o primeiro texto conhecido dedicado à velhice, escrito em 2500 antes de Cristo por Ptah-hotep, filósofo e poeta egípcio, traça um quadro sombrio:

Como é penoso o fim de um velho! Ele se enfraquece a cada dia; sua vista cansa, seus ouvidos tornam-se surdos; sua força declina; seu coração não tem mais repouso; sua boca torna-se silenciosa e não fala mais. Suas faculdades intelectuais diminuem, e lhe é impossível lembrar-se hoje do que aconteceu ontem. Todos os seus ossos doem. As ocupações que até recentemente causavam prazer só se realizam com dificuldade, e o sentido do paladar desaparece. A velhice é o pior dos infortúnios que pode afligir um homem. O nariz entope, e não se pode mais sentir nenhum odor.⁵⁴

Alerta a autora que essa “enumeração desolada das deficiências da velhice será encontrada em todas as épocas, e é importante sublinhar a permanência desse tema.”⁵⁵ Ainda hoje, prevalecem idéias, mitos e preconceitos que datam de priscas eras.

O respeito do povo judeu pelos idosos pode ser verificado através de seu principal livro: A Bíblia, nos informa Leme. No livro bíblico Eclesiástico (AT) consta

⁵⁴ ibidem, grifos da autora, p. 114.

“Obrigações dos filhos” onde podemos encontrar recomendações quanto ao cuidado com os idosos: “Filho, ampara a velhice de teu pai, e não lhe dê pesares em sua vida: e se lhe forem faltando as forças, suporta-o, e não o desprezes por poderes mais do que ele: porque a caridade que tu tiveres usado com teu pai, não ficará posta em esquecimento” (Ecle, 3:14,15). Sobre a “Maturidade da Velhice”: “Como acharás tu na tua velhice, que o não ajuntaste na tua mocidade? Quão belo é às cãs o juízo, e aos anciãos o ter conhecimento do conselho! Quão bem parece a sabedoria nos velhos, e a inteligência, e o conselho nas pessoas da alta jerarquia! A experiência consumada é a coroa dos velhos, e o temor de Deus é a sua glória” (Ecle, 25:5-8).

No povo judeu, a sociedade descrita é patriarcal, na qual os grandes ancestrais eram os eleitos e os porta-vozes de Deus, eram venerados e respeitados. Tanto a velhice era valorizada que, maltratar os pais era um crime que podia ser punido com a morte. Os idosos tinham um papel político na sociedade, pois o órgão máximo do povo hebreu, o “Sinédrio”, era composto por setenta (70) “anciãos do povo”, homens ilustres, cujas filhas poderiam casar-se com sacerdotes.

Na Grécia Antiga não se verifica uma unidade de tratamento para com os mais velhos. Pode-se dizer que a velhice era mesmo uma etapa da vida temida pelos gregos, principalmente pela civilização helênica, onde o vigor característico da juventude era muito valorizado. Porém, de maneira geral, a velhice estava associada à idéia de honra, o que pode ser verificado mediante o fato de o rei ser assistido por um conselho de anciãos, mesmo que esse conselho tivesse apenas um papel consultivo, para o qual alertava Homero. É que nessa época (séc. IX) a coragem física e valores guerreiros desempenhavam um papel essencial, como podemos constatar através da obra “Ilíada”, de maneira que a velhice e a morte eram evocadas de forma a induzir a uma aceitação deliberada da condição humana, de acordo com Braunstein e Pépin⁵⁶. Portanto, a velhice era associada à experiência, à arte da palavra e à autoridade, mas era reconhecida a fragilidade física do idoso.

⁵⁵ ibidem, p. 114.

⁵⁶ BRAUNSTEIN, Florence e PÉPIN, Jean-François. **O lugar do corpo na cultura ocidental**. Tradução de João Duarte Silva. Lisboa: Instituto Piaget, sem data. Editado na França em 1999.

Para Mascaro⁵⁷, a idade madura e a idade avançada não deixaram de ser prestigiadas na Grécia, pela ausência do vigor físico pois, segundo ela, não confiavam nos jovens para os negócios públicos, lembrando os conselhos de anciãos. O conselho de anciãos de Esparta, chamado Gerúsia, era composto de pessoas com mais de 60 anos, eram muito respeitados e tinham bastante autoridade, além de mestres, possuíam o poder de avaliar e decidir qual recém-nascido deveria viver ou morrer. Mesmo quando a idade mínima para ser membro do conselho fosse 30 anos, como era no caso de Atenas, para fazer parte da Assembléia num tribunal de arbitragem era necessário ter 60 anos.

Quando a Grécia viveu um regime feudal o papel dos velhos permaneceu mais honorífico que eficaz, pois a propriedade era defendida pelas forças das armas, atributo dos jovens. A condição dos velhos passou a ter outro enfoque quando se colocou o regime de propriedade, garantida não mais pela força, mas sim pela lei, possibilitou que os idosos por acumularem mais riqueza que os jovens, ocupassem o alto da escala social.

Em Esparta a velhice era honrada, os homens de 60 anos ou mais liberados de suas obrigações militares, estavam predestinados a manter a ordem que lhes fora imposta, ou seja, manter o *status quo* da sociedade oligárquica, opressiva e estática, por isso eles eram encarregados de formar a juventude e nelas inculcavam o respeito à idade avançada.

Em Atenas, as leis de Sólon conferiram todo o poder às pessoas idosas e, enquanto o regime permaneceu aristocrático e conservador, a velha geração manteve suas prerrogativas, que foram perdidas quando estabelecida a democracia.

Platão e Aristóteles refletiram sobre a velhice e chegaram a conclusões opostas. Platão, estreitamente ligado a suas opções políticas, criticava severamente a democracia ateniense que não respeitava suficientemente as competências, deplorando que Esparta escolhesse para magistrados não os homens mais sábios,

⁵⁷ MASCARO, Sonia de Amorim. **O que é velhice**. São Paulo: Editora Brasiliense, 1997. (Coleção Primeiros Passos).

isto é, os velhos, mas aqueles que a guerra formara. Segundo ele, os homens só estariam capacitados para governar a Polis após uma educação que começasse na adolescência e que frutificasse plenamente aos 50 anos, idade a partir da qual o filósofo possuiria a verdade. Sua filosofia o autorizava a desprezar o declínio físico do indivíduo, pois a verdade do homem residiria na sua alma imortal, que se aparentava às idéias, enquanto que o corpo não passava de uma realidade ilusória. Aristóteles, por sua vez, afirmava que a alma não era puro intelecto, pois o homem só poderia existir através da união do corpo e alma, conseqüentemente, o corpo deveria permanecer intacto para que a velhice fosse feliz. Assim, “uma bela velhice é aquela que tem a lentidão da idade, mas sem deficiências. Ela depende ao mesmo tempo das vantagens corporais que se poderia ter, e também do acaso.”⁵⁸ A concepção de velhice de Aristóteles afasta os idosos do poder, que são vistos como indivíduos enfraquecidos.

Entre os romanos, a relação do velho com a sociedade se dá através da propriedade. Enquanto proprietários, a propriedade privada era garantida por lei e eles eram respeitados. E, foram os ricos proprietários fundiários, que haviam chegado ao fim de suas carreiras de magistrados, que detiveram o poder, eles compunham o senado. O senado era a mais importante instituição de poder, cujo nome deriva de “senex”, que significa idoso, valorizando a experiência destes cidadãos.

Esta situação privilegiada dos velhos afirma-se no interior da família, onde o poder do paterfamilias é quase sem limites. Ele tem os mesmos direitos sobre as pessoas do que sobre as coisas: matar, mutilar e vender. O regime republicano fracassa a partir dos Gracos e o senado perde pouco a pouco seus poderes que passam às mãos dos militares, ou seja, de homens jovens. Cícero, que era senador, compõe, aos 63 anos, uma defesa da velhice para reforçar a autoridade do senado que estava abalada. Ele chama de preconceitos as idéias que se têm da velhice, mas reconhece que, em geral, ela é detestada.

⁵⁸ BEAUVOIR, op. cit. p. 136. Grifos da autora.

Durante o Baixo-Império e a alta Idade Média (século V ao X), quando a sociedade era regida pelas armas, os velhos foram excluídos da vida pública. Na família, na Idade Média, o avô era respeitado, os pais exigiam obediência de seus filhos e lhes impunham casamentos. Ao fim da Idade Média, no século XIV, quando a propriedade funda-se em contratos, e não na força física, os velhos podem tornar-se poderosos através da acumulação de riquezas. Observa-se que, os antigos não tinham como referência a idade cronológica para estabelecer a condição de velhice, o tempo de velhice poderia ser a partir dos 45 anos, considerando que, com esta idade, a pessoa já detinha saber ou propriedade, o que lhe assegurava um papel na sociedade, e a longevidade era rara, poucos viviam muito mais do que isso. Carlos V, por exemplo, morre com 42 anos de idade, em 1380, com a reputação de um velho sábio.

É possível verificar a associação entre velhice e sabedoria também na descrição das idades da vida, apresentada por Ariès, onde as idades são representadas no século XVI, de acordo com as funções sociais. Em uma pintura no palácio dos Doges, pode ser visto:

“Primeiro, a idade dos brinquedos: as crianças brincam com um cavalo de pau, uma boneca, um pequeno moinho ou pássaros amarrados. Depois, a idade da escola: os meninos aprendem a ler ou seguram um livro e um estojo; as meninas aprendem a fiar. Em seguida, as idades do amor ou dos esportes da corte e da cavalaria: festas, passeios de rapazes e moças, corte de amor, as bodas ou a caçada do mês de maio dos calendários. Em seguida, as idades da guerra e da cavalaria: um homem armado. Finalmente, as idades sedentárias, dos homens da lei, da ciência ou do estudo: o velho sábio barbudo vestido segundo a moda antiga, diante de sua escrivaninha, perto da lareira.”⁵⁹

No século XVIII, em toda a Europa, a população cresce e rejuvenesce graças a uma melhor higiene, mas o domínio do velho na família e na sociedade começou a mudar, e acredita-se que o início da perda de poder e de prestígio se deva a Revolução Industrial, que ocorreu no fim desse século, e que pode ser considerada a causa fundamental de grandes transformações estruturais, especialmente no

⁵⁹ARIÈS, Philippe. **História Social da Criança e da Família**. Tradução de Dora Flaksman. Rio de Janeiro: LTC Editora. 2 ed., 1981. p. 39.

mundo ocidental, que interferiram na estrutura familiar, nas relações de trabalho, nos valores econômicos e em outros campos. Surge a família nuclear, na qual o idoso perde seu espaço, e não sendo mais produtivo economicamente, passa a ser considerado improdutivo e descartável. E assim instala-se o conceito negativo de velhice.

De acordo com Beauvoir as concepções de velhice variam conforme o interesse das classes sociais, manifestas pelos legisladores e moralistas, e esta questão está sempre relacionada com a questão do poder, pois até o século XIX, ela não encontrou referência aos velhos pobres, que eram pouco numerosos e sua vida era mais curta. A velhice idealizada e prestigiada na mitologia e no folclore, observa Mascaro⁶⁰, é representada na maioria das vezes pela imagem do homem idoso, cheio de vigor, bondade e sabedoria, enquanto que a imagem da velhice feminina é identificada inúmeras vezes com o lado negativo e sombrio da vida. O prestígio e a valorização da mulher estavam relacionados à procriação, após a menopausa, perdiam seu valor.

As ideologias predominantes em cada época reconheciam a velhice como categoria social, ora exaltando-a como virtude, ora marginalizando-a pela ausência da força física. Já aos artistas e poetas a velhice só interessou enquanto aventura individual, e desta forma era temida e apresentada como algo negativo, evidenciando-se as suas limitações. Como exemplo podemos citar as obras referidas por Braunstein e Pépin: “Velha mulher bêbada”, escultura de Míron de Tebas, Grécia, século I, que retrata o corpo descarnado e a atitude decadente; as dramatizações da Escola de Pérgamo, Grécia, século I, que representavam as mulheres velhas associando velhice à decadência. Os autores referiram-se também à “Ilíada”, de Homero (século IX), onde a força, coragem física e valores guerreiros desempenhavam um papel essencial, evocando a velhice e a morte de forma a induzir a uma aceitação deliberada da trágica condição humana.

De toda a história da velhice o que verifica-se é que, mesmo tendo sido reconhecida como sabedoria, nunca foi ignorada sua fragilidade, por isso as

⁶⁰ MASCARO, Sonia de Amorim. op. cit.

imagens que dela se tem em diferentes épocas, ora evocavam um ou outro atributo. Mas o interessante é que hoje já não tem sentido a imagem da decrepitude do ancião dos séculos XVI e XVII. O ancião desapareceu, como diz Ariès, foi substituído pelo “homem de uma certa idade”, e por “senhores ou senhoras bem conservados”. Segundo o autor, “a idéia tecnológica de conservação substituiu a idéia ao mesmo tempo biológica e moral da velhice,”⁶¹ associadas à fragilidade e à sabedoria.

2.2. A CONDIÇÃO DA VELHICE NA SOCIEDADE MODERNA

Em todas as sociedades em que os velhos foram exaltados o que se constata é o domínio social destes em relação à apropriação do saber, que se refletia na memória, autoridade e acumulação de bens. A velhice era reconhecida socialmente, tinha um valor simbólico.

Na modernidade o velho não é considerado produtor de bens nem consumidor importante, perdendo seu valor social perde seu valor simbólico positivo.

É na sociedade moderna, segundo Debert, que a velhice deixa de ser reconhecida como sabedoria, mais especificamente a partir da segunda metade do século XIX, quando a racionalidade predominante volta-se ao trabalho produtivo e criativo próprio para os mais jovens, passando a velhice a ser tratada como uma etapa da vida caracterizada pela decadência física e ausência de papéis sociais. De acordo com Burguess (1960) “a sociedade moderna não prevê um papel específico ou uma atividade para os velhos, abandonando-os a uma existência sem significado”.⁶² Portanto, o século XX recebeu e desenvolveu essa imagem negativa, sobretudo a fragilidade biopsíquica e a decadência, resultante da perda de status, de poder econômico e social, quando o mundo passa a ser dominado por quem detém a ciência e a técnica, ou seja, os jovens.

⁶¹ ARIÈS, Philippe. op cit. p.48.

⁶² BURGUESS. Autor referido por DEBERT, Guita Grin. **A Reinvenção da Velhice: Socialização e Processos de Reprivatização do Envelhecimento**. SP: Editora da Universidade de São Paulo: FAPESP, 1999. p.71.

Mas a velhice como construção social é uma realidade que se cria e recria em função das mudanças que ocorrem na estrutura e no conjunto da sociedade, diz Rodrigues⁶³, e o que hoje se verifica é o “envelhecimento do envelhecimento”, isto é, há um incremento de subgrupos de mais idade dentro do grupo de pessoas idosas:

Já há uma denominação de *velho-jovem* (65 a 79 anos) e de *velho-velho* (dos oitenta anos em diante). Está havendo um rejuvenescimento dessas pessoas. As de 65 anos e mais aparecem dentro de cada subgrupo cada vez mais jovens, tanto por seu estado de saúde, vitalidade, formas de atuar, atividades desenvolvidas, como por suas atitudes, valores e aparência física. É o resultado de processos de mudanças estruturais. A realidade social da velhice vai se transformando progressivamente.

Esse fenômeno faz com que exista uma maior visibilidade social da velhice, o que impulsiona um reinvestimento nesta faixa etária, no sentido de outorgar-lhe um novo reconhecimento simbólico.

A caracterização do envelhecimento como processo de perdas foi responsável por um conjunto de imagens negativas associadas à velhice, como já se sabe, mas foi também um elemento fundamental para a legitimação de direitos sociais, como a universalização da aposentadoria. Introduzida no início do século, fez com que a maioria assalariada do mundo inteiro passasse a contar com a previdência social.

A medida em que outros setores sociais e profissionais, com níveis mais altos de aspirações e de consumo, passam a ter direito a aposentadoria, assim como grupos mais jovens passam a adquiri-la, a aposentadoria deixa de ser uma relação entre trabalho assalariado e o último estágio da vida. Assim, invertem-se os signos da aposentadoria, como diz Debert, que deixa de ser um momento de descanso e recolhimento para tornar-se um período de atividade e lazer, com novas

⁶³ RODRIGUES, Nara Costa. O processo de comunicação familiar. In SCHONS, Carme Regina e PALMA, Lúcia Saccomori (orgs.) **Conversando com Nara Costa Rodrigues sobre Gerontologia Social**. Passo Fundo: UPF EDITORA, 2000. p. 58.

designações: “Terceira Idade”, “idade do lazer”, “aposentadoria ativa”, “melhor idade”, entre outros.

Grupos de idosos, universidades abertas para a Terceira Idade e outros programas sociais voltados para esse grupo etário multiplicam-se oportunizando novas experiências a serem vividas coletivamente, de forma antes só admitida para os mais jovens.

O sistema capitalista que ora impera vai se valer desse fenômeno reintroduzindo o idoso na sociedade, identificando-o, a partir da imagem atualmente idealizada dos idosos dinâmicos e alegres dos grupos de ‘terceira idade’, como potencial consumidor na promoção da “indústria do lazer e do consumo”. Surge, então, um mercado exclusivo para idosos que não se restringe a medicamentos e serviços de saúde.

Essa nova imagem de idoso é resultante do movimento de revisão dos estereótipos associados ao envelhecimento que verifica-se na sociedade contemporânea. É produto da compreensão de que se trata de um estágio de vida propício para novas conquistas, guiadas pela busca do prazer e da satisfação pessoal. Atualmente já se constata mudanças de atitudes importantes nas diferentes sociedades frente ao envelhecimento, através do reconhecimento de uma série de potencialidades que contribuem para que seja redimensionado o seu lugar social. Com o aumento da expectativa de vida e das taxas de sobrevivência crescem as oportunidades de realização e satisfação do idoso, deixando a velhice de ser caracterizada pelo ócio. Sob a denominação de “Terceira Idade” impõe-se uma nova ideologia de velhice caracterizada pela atividade, participação e responsabilidade pessoal de cada idoso envelhecer bem.

Cada vez mais, como diz Netto⁶⁴, “os próprios idosos estão rejeitando as representações negativas a respeito da idade e vencendo os preconceitos, os estereótipos e as barreiras que cercam a sua condição.” Rompendo com normas

⁶⁴ NETTO, Antônio Jordão. Universidade Aberta para a Maturidade: avaliação crítica de uma avançada proposta educacional e social. In KACHAR, Vitória (org.). **Longevidade: um novo desafio para a educação**. São Paulo: Cortez, 2001. p. 49

sociais que dizem como devem agir, se comportar ou se vestir, eles estão buscando novos espaços e novas formas de participação social. Tal atitude também pode ser relacionada à incapacidade do velho para superar criticamente o modelo vigente que prioriza o jovem, belo, forte e poderoso, submetendo-se a ele na tentativa de apagar as diferenças, fazendo tudo para se incluir.

Vivemos um período em que a idade cronológica é relativamente pouco importante como elemento de diferenciação entre pessoas e grupos e como critério de status. Há um mascaramento dos limites etários, dizem Goldstein e Siqueira⁶⁵, de modo que, em certos domínios, chega a ser difícil identificar quais são os comportamentos esperados de jovens e de adultos mais velhos. Se esse fenômeno, por um lado, pode ser fruto de desconforto para alguns, por outro, abre para o idoso oportunidades de vivenciar experiências, de buscar novas formas de auto-expressão e de explorar novas identidades, sem os constrangimentos, os estereótipos, as normas e os padrões comportamentais baseados na idade que vigoraram em outras épocas. Debert constatou, em sua pesquisa, uma mudança radical nas experiências de envelhecimento entre as mulheres, essas estão vivenciando:

uma situação considerada privilegiada, se comparada com a experiência de envelhecimento de suas mães e avós que depois dos 40 anos 'passavam a se vestir de preto', 'não podiam tingir o cabelo' e 'quase não saíam de casa'. A experiência atual é concebida como mais gratificante do que outras etapas vividas; liberadas das obrigações e controles a que se submeteram quando mais jovens, consideram-se agora livres para a realização de um conjunto de atividades prazerosas, em um contexto marcado por mudanças culturais radicais⁶⁶.

As novas imagens de velhice contribuem na revisão de estereótipos pelos quais o envelhecimento é tratado, desestabilizando imagens culturais tradicionais, elas oferecem um quadro mais positivo do envelhecimento, diz Debert, que passa a

⁶⁵ GOLDSTEIN, Lucila L. e SIQUEIRA, Maria Eliane Catunda de. Heterogeneidade e Diversidade nas Experiências de Velhice. In NERI, Anita Liberalesso e FREIRE, Sueli Aparecida (orgs.). **E por falar em boa velhice**. Campinas, SP: Papirus, 2000.

⁶⁶ DEBERT, G. G. op. cit. p. 27.

ser concebido como uma experiência heterogênea em que a doença física e o declínio mental, considerados fenômenos normais nesse estágio de vida, são redefinidos como condições gerais que afetam as pessoas em qualquer fase. Mas, como diz a autora, seria ilusório pensar que essas mudanças são acompanhadas de uma atitude mais tolerante em relação às idades, pois a valorização da juventude é característica marcante no processo de constituição de novas imagens de velhice, associada a valores e estilos de vida e não propriamente a um grupo etário específico. Assim, conclui a autora que, a promessa da eterna juventude passa a ser um mecanismo fundamental de constituição de mercados de consumo.

3. PENSANDO O CORPO E O ENVELHECIMENTO

O corpo é, desde a antiguidade grega e latina, um dos principais temas de reflexão e de interrogação conforme podemos constatar ao fazermos uma retrospectiva de sua história na cultura ocidental.

Ele é considerado historicamente como o principal responsável por todos os nossos tormentos, dizem Braunstein e Pépin. “Essa má reputação deve-se ao facto que os médicos construíram os seus conhecimentos a partir da dissecação de cadáveres e que os crentes fizeram dele o lugar original de todos os pecados. Os artistas, os escritores, louvaram-no ou amaldiçoaram-no alternadamente, idealizando-o, simbolizando-o, e raramente o representando tal como é.”⁶⁷ E ainda, em se tratando de velhice, sempre foram evidenciadas suas limitações.

3.1. O DUALISMO COMO BASE PARA O PENSAMENTO

A influência do dualismo na nossa cultura não se limita à concepção de corpo, é também a base para a própria concepção de mundo, servindo de referência para o sistema de valores no qual se assenta a sociedade. Tal influência pode ser verificada na mitologia da criação do Universo, uma vez reconhecido que o mito, diz Highwater:

⁶⁷ BRAUNSTEIN, Florence e PÉPIN, Jean-François. **O Lugar do Corpo na Cultura Ocidental**. Tradução de João Duarte Silva. Lisboa: Instituto Piaget 1999. p. 9 e 10.

tem essa capacidade metafórica para moldar as formas intelectuais e sociais de pensamento e de comportamento, transcender as sagradas cosmogonias religiosas e adquirir formas seculares, as quais emprestam valor a tudo, a absolutamente tudo, que realizamos em termos de arte, ciência, comunicações e todas as demais experiências da vida⁶⁸.

Highwater destaca o dualismo cósmico presente na mitologia persa com suas concepções polêmicas e que fornecem a estrutura sobre a qual erguemos o nosso sistema de valores de inocência e de culpa, de bem e de mal, de dor e de prazer, de normalidade e de anormalidade⁶⁹:

A chave da mitologia persa é o dualismo cósmico, com uma luta permanente entre as forças do bem (ou da luz) e as forças do mal (ou das trevas). O conflito reflete-se em todos os aspectos da vida humana, tanto de modo profundo como superficial. Tomamos por certa a noção de que a escuridão equívale ao mal e que a luz é uma referência ao bem. Estamos perfeitamente familiarizados com a descrição de vilões escuros ameaçando heróis loiros, em melodramas e na ficção científica, de *cowboys* de chapéu branco montados em cavalos escuros. Temos medo do escuro. Para nós, as forças das trevas são demoníacas. Além do mais, a noite tem má fama, está cheia de demônios, vampiros, lobisomens e todas as criaturas associadas à lua feminina, que não toleram a luz do sol.⁷⁰

⁶⁸ HIGHWATER, Jamake. **Mito e sexualidade**. Tradução de João Alves dos Santos. 1 ed. São Paulo: Saraiva, 1992. p. 22

⁶⁹ A antiga religião zoroastriana da Pérsia afirmava que existiam dois Deuses, uma deidade benévola, cujo reino era puro espírito, e uma malévola, que havia criado o mundo material. Todas as coisas materiais eram portanto intrinsecamente más, e a salvação residia em libertar-se da carne. No século III, um persa, Mani (ou Maniqueu, conforme o autor) ensinou que, para se evitar contato com o mal do mundo material, não se deveria trabalhar, nem lutar, nem se casar. (READ, Piers Paul. **Os Templários**. Tradução de Marcos José da Cunha. Rio de Janeiro: Imago Ed., 2001. p.204-205.) Esta é a origem do maniqueísmo, seita próxima do cristianismo, fundada pelo persa chamado Maniqueu, que declarou ser o Espírito Santo e terminara crucificado por adoradores do fogo. O maniqueísmo era essencialmente dualista em sua essência, e seus adeptos acreditavam que o mundo era produto do conflito entre o Bem e o Mal (ou Luz e Trevas). A alma do homem consistia em luz enredada em trevas das quais devia procurar se libertar. STRATHERN, Paul. **Santo Agostinho em 90 minutos**. Tradução de Maria Helena Geordane. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 1999.

⁷⁰ HIGHWATER, op.cit. p. 95

O dualismo reflete-se em toda a ordem cultural: pensamos o corpo em oposição à mente, o velho, em oposição ao novo, o idoso ao jovem, o gordo ao magro, a cultura se contrapondo à natureza, e o corpo conhecido ao corpo vivido.

Se o corpo constitui problema para os filósofos gregos, dizem Braunstein e Pépin:

é porque lhes apareceu como a soma de uma longa e difícil luta entre dois princípios: um, em relação com a racionalidade, o inteligível, porque material; o outro, em relação com o sensível, por estar ligado ao mundo do além. O corpo define-se como uma dualidade, corpo-alma.⁷¹

A visão dualista de homem tem origem na tradição antropológica ocidental, influenciada, segundo Grandó, pelas concepções de Platão (430 – 347 a.C.) “de que o corpo é o elemento material onde a alma repousa”.⁷² Daí a idéia de corpo invólucro e de sua pouca importância, expressa até hoje, conforme podemos verificar, o que ratifica a escala hierárquica que exalta a mente e o espírito e denigre o corpo.

Nos diálogos de Platão encontramos a sua filosofia do corpo, “Timeu”, traz os seus princípios básicos, e na “República”, essa filosofia é transferida para seu projeto político, diz Santin. Para Platão o homem possui duas almas. Uma imortal que reside na cabeça. Está separada do resto do corpo por um corredor, o pescoço, para evitar que seja contaminada pelas outras partes do corpo. Os indivíduos, que possuem a alma imortal como dominante, são os filósofos e serão os governantes. A cabeça é a parte principal e nobre do corpo, a ela cabe a função de comando de todo o corpo, mas não enquanto nela está o cérebro, mas por nela estar a alma imortal. A outra alma é mortal e constitui-se de duas partes: uma parte é melhor e sua residência é o tórax; a outra é inferior e habita o ventre, são separadas pelo diafragma para que não haja contaminação. A classe dos guerreiros possui o

⁷¹ BRAUNSTEIN e PÉPIN, op. cit.. p. 21

predomínio da parte da alma que habita o peito, a esses cabe o dever de defender a sociedade, sendo a coragem aliada à força sua principal virtude. E, por fim, os que têm alma dominante residindo no ventre serão os trabalhadores ou os homens dos negócios, esses se caracterizam pela força física, mais próximos ao animal.⁷³

Retomando com Grando, ele diz que “em sua concepção Platão preconiza a ginástica para o corpo e a música para a alma”. Diz ele ainda que, dentre os seguidores de Platão destaca-se Juvenal, “que esclarece as relações entre o corpo e o espírito, com sua conhecida frase *mens sana in corpore sano*.” Em outra palavras, preservando o corpo, o espírito e a cabeça estariam preservados.

Aristóteles (384 - 322 a.C.), discípulo de Platão, conhecido principalmente como inventor da lógica, é um sábio e suas obras infinitamente numerosas constituem a súpula dos saberes da época, também preocupou-se com a problemática significação do homem. Diferentemente do seu mestre Platão, concebe o homem como uma unidade alma e corpo:

O homem é sempre composto de um corpo e de uma alma, mas o corpo é visto como composto de órgãos, uma máquina bem feita. A alma é o seu objetivo final, o corpo por assim dizer desemboca na alma, mas, por sua vez, a alma age sobre o corpo e está nele, não sendo ele o seu objetivo, mas o seu meio de ação sobre as coisas, formando o todo uma harmonia plena e contínua.⁷⁴

A definição que Aristóteles nos deu do homem, dizem Braunstein e Pépin, mostra “que os problemas que ele pôs são ainda fonte de reflexão, de interrogação sobre o seu lugar enquanto intermediário entre o homem e a natureza. O corpo apresenta o interesse e a complexidade de estar na junção dos dois.”⁷⁵

⁷² GRANDO, José Carlos. “As concepções de corpo no Brasil a partir de 30”. In: GRANDO, José Carlos (org.). **A (des)construção do corpo**. Blumenau: Edifurb, 2001. p. 63.

⁷³ SANTIN, Silvino. **Educação Física: outros caminhos**. POA, EST/ESEF, 2 ed. 1993. p.51

⁷⁴ BRAUNSTEIN e PÉPIN. op. cit. p. 26

⁷⁵ Ibidem, p. 28.

São Paulo (século I) coloca o termo carne em oposição ao de corpo que havia sido na tradição grega o lugar instrumental da alma, e essa idéia de carne e encarnação garantiriam a idéia da unidade total, diz Santin⁷⁶. Mas a substituição do corpo pela carne não garantiu a unidade pretendida, pois a carne permaneceu detentora de todas as fraquezas humanas, como podemos verificar através das exortações de São Paulo: “Digo-vos pois: Andai segundo o espírito e não cumprireis os desejos da carne. Porque a carne deseja contra o espírito: e o espírito contra a carne: porque estas coisas são contrárias entre si: para que não façais todas aquelas coisas que quereis”. (Bíblia, Gálatas 5, 16-17) Em Gálatas encontramos que fornicção, impureza, desonestidade, luxúria, idolatria, envenenamentos, brigas e outras coisas semelhantes estão ligadas à carne, enquanto que a caridade, a fidelidade, a modéstia, a castidade, dentre outras virtudes, são frutos do espírito. Os que vivem segundo a carne, gostam do que é carnal. Os que vivem segundo o espírito, apreciam o que é espiritual. Ora, a aspiração da carne é a morte, enquanto a aspiração do espírito é a vida e a paz (Gálatas 5, 17 e Romanos 8, 5 n.).⁷⁷

O dualismo helenístico, diz Highwater, com seu contraste entre o físico e o espiritual, teve suas raízes em São Paulo e influenciou todo o ensinamento cristão até os dias atuais.

Santo Agostinho (354-430), informa Highwater, surge quando o cristianismo deixara de ser uma seita dissidente para se tornar a religião oficial de Roma, em fins do século IV, argumentando que o corpo era a manifestação do pecado, e sua teoria sobre o pecado original solidificou-se, tornando-se herança de todas as gerações futuras de cristãos ocidentais.

O resíduo de seu dogmatismo está presente em toda a cultura ocidental, influenciando até mesmo as pessoas que não se deixam governar, de modo consciente, por valores religiosos. É algo que está

⁷⁶ SANTIN, Silvino, 1993. op. cit.

⁷⁷ HIGHWATER, op. cit. p. 111

embutido em nossas metáforas sociais e atitudes básicas. Aceitamos como verdade a virtude do espírito e a contaminação do corpo, criamos figuras de retórica sobre o bem, encarnado na luz, e sobre o mal, que se oculta nas trevas. Tendemos igualmente a ver na doença o castigo do pecado e o infortúnio como paga por alguma falta⁷⁸.

Com o advento do cristianismo, a alma passou a ocupar o lugar do espírito em sua oposição ao corpo. A imagem platônica, diz Freitas⁷⁹, ficou fortalecida pela moralidade do pensamento judaico-cristão, cuja concepção trouxe não apenas a noção de uma alma que continua no além, mas de uma alma que, para se purificar e elevar-se até Deus, exige o sofrimento do corpo. O corpo carrega em si a marca do pecado original.

Enquanto Agostinho adaptou o pensamento platônico ao dogma cristão, São Tomás conseguiu conciliar as obras de Aristóteles com os ensinamentos que a Igreja então pregava.

Em meados do século XIII, na era da escolástica⁸⁰, Tomás de Aquino, o maior de todos os filósofos medievais, fez uma releitura da obra de Aristóteles, sintetizando a cosmologia cristã e a cosmologia antiga, o que contribuiu para alterar toda a concepção de Natureza e, por conseguinte, de corpo humano, diz Silva. A Igreja passa a difundir que os

seres humanos só podem se aperfeiçoar se submeterem os seus impulsos e paixões à razão; a Natureza, toda ela, é criação divina onde se manifestam a Sua bondade e a Sua sabedoria: toda a ação humana deve, portanto, imitar a Natureza, que passa a ter uma função normativa. Esses

⁷⁸ HIGHWATER, op. cit. p. 119.

⁷⁹ FREITAS, Giovanina Gomes de. **O esquema corporal, a imagem corporal, a consciência corporal e a corporeidade**. Ijuí: Ed. UNIJUÍ, 1999. p. 36.

⁸⁰ Escolástica – Termo que significa originariamente “doutrina da escola” e que se usa para designar os ensinamentos de filosofia e teologia ministrados nas escolas eclesiásticas e universidades na Europa, durante a época medieval, sobretudo entre os séculos IX e XVII. A principal característica da escolástica consiste na tentativa de conciliar os dogmas da fé cristã e as verdades reveladas nas Sagradas Escrituras com as doutrinas filosóficas clássicas, principalmente o platonismo e o aristotelismo. O primeiro período da escolástica é marcado pela influência do pensamento de Santo Agostinho e do platonismo. Porém, o período mais florescente da escolástica decorre sob a influência do pensamento de Aristóteles cujas obras começam a ser conhecidas no Ocidente, nos séculos XII-XIII. Alberto Magno e S. Tomás de Aquino são dois representantes ilustres da escolástica cristã, marcados pela influência do aristotelismo. O final da escolástica corresponde aos séculos XIV-XVII, sendo marcado pelo conflito entre diferentes correntes de pensamento e interpretações doutrinárias. In: ANTUNES, Alberto e outros. **Dicionário Breve de Filosofia**. Lisboa: Editorial Presença. 3 ed., 1997. p. 63.

dois pontos deixam perceber a mescla do cristianismo desse período: o primeiro claramente vinculado ao mundo greco-romano, com seus elogios à supremacia da razão; e o segundo com a incorporação da premissa estoíca fundamental, relativa à natureza da Natureza.⁸¹

Assim, a pesquisa anatômica foi interdita durante a Idade Média, com raras exceções, pois as dissecações ameaçavam a ordem natural na qual o corpo humano era uma representação da Natureza relacionada com as questões divinas.

Mas não é só a religião que nos forneceu a concepção de corpo humano, a ciência também influenciou a nossa visão do mundo e do corpo, até mesmo porque os grandes pensadores antigos estavam sempre em contato com a ciência, eram simultaneamente filósofos e cientistas universais. Foi Descartes⁸² (1595-1650) que lançou a base filosófica da fisiologia, aventando a idéia de que podemos entender os corpos dos seres humanos e dos animais como máquinas. No entanto, como os princípios morais não se aplicam, evidentemente, a máquinas, mas aos cristãos, Descartes admitia que devíamos ser, portanto, mais do que autômatos em forma humana. E o elemento que torna as pessoas mais do que autômatos é a alma, ação espiritual que não faz parte do corpo, diz Highwater⁸³.

⁸¹ SILVA, Ana Marcia. **Corpo, Ciência e Mercado: reflexões acerca da gestão de um novo arquétipo da felicidade**. Campinas, SP: Autores Associados: Florianópolis: Editora da UFSC, 2001. p. 10

⁸² No Discurso do Método, parte IV, de Descartes, encontramos a diferença que ele fazia entre o espírito e o corpo: “Para começar, pois, este exame, noto aqui, primeiramente, que há grande diferença entre espírito e corpo, pelo fato de ser o corpo, por sua própria natureza, sempre divisível e o espírito inteiramente indivisível. Pois, com efeito, quando considero meu espírito, isto é, eu mesmo, na medida em que sou apenas uma coisa que pensa, não posso aí distinguir partes algumas, mas me concebo por uma coisa única e inteira. E, conquanto o espírito todo pareça estar unido ao corpo todo, todavia um pé, um braço ou qualquer outra parte estando separada do meu corpo, é certo que nem por isso haverá aí algo de subtraído a meu espírito. E as faculdades de querer, sentir, conceber etc. não podem propriamente ser chamadas suas partes: pois o mesmo espírito emprega-se todo em querer e também todo em sentir, em conceber etc. Mas ocorre exatamente o contrário com as coisas corpóreas ou extensas: pois não há uma sequer que eu não faça facilmente em pedaços por meu pensamento, que meu espírito não divida mui facilmente em muitas partes e, por conseguinte, que eu não reconheça divisível.” In: STRATHERN, Paul. **Descartes em 90 minutos**. Tradução de Maria Helena Geordane. Rio de Janeiro: Jorge Zahar Ed., 1997. p. 63 – 64.

⁸³ HIGHWATER, op. cit. p. 143.

Damásio⁸⁴ atém-se a célebre expressão de Descartes “penso, logo existo”, dizendo que:

a afirmação sugere que pensar e ter consciência de pensar são os verdadeiros substratos de existir. E, como sabemos que Descartes via o ato de pensar como uma atividade separada do corpo, essa afirmação celebra a separação da mente, a ‘coisa pensante’ (res cogitans), do corpo não pensante, o qual tem extensão e partes mecânicas (res extensa).

O mecanicismo de Descartes se fundiu com a doutrina católica. Apesar do tom científico da teoria, tudo era profundamente cristão, diz Highwater, e a aliança da ciência e da religião é um fato que domina toda a história da Antigüidade. A mística concepção de corpo e espírito de Descartes que foi alicerce para as ciências dos séculos XVII e XVIII, foi formulada com a leitura de Santo Agostinho e dos neoplatônicos que figuravam entre as forças mais influentes da Igreja medieval.

Em síntese, poderíamos dizer que a Idade Média foi marcada pela opacidade da carne pecadora e pelo peso esmagador do espírito de Deus habitando o corpo humano. O corpo medieval pode ser caracterizado como um campo em que se degladiam as forças antagônicas do cristianismo e ainda as concepções pagãs, que nunca foram eficazmente reprimidas, onde as doenças que atingiam o corpo e as grandes epidemias eram consideradas expiação dos pecados cometidos ou, ainda, imputadas a possessões diabólicas. O corpo era verdadeiro local de confronto entre o bem e o mal, entre o milagre e o pecado, o desejo e o castigo, segundo Freitas⁸⁵.

A filosofia materialista⁸⁶ ressurgiu durante o Renascimento com as descobertas científicas, através das quais a curiosidade intelectual do homem modificou todo um sistema. Assim como a natureza não era mais o sagrado intocável, não mais se concebia o corpo humano como morada do espírito de Deus – ambos podiam, portanto, ser investigados.

⁸⁴ DAMÁSIO, Antônio. **O erro de Descartes: emoção, razão e cérebro humano**. Tradução portuguesa Dora Vicente e Georgina Segurado. São Paulo: Companhia das Letras, 1996. p. 279.

⁸⁵ FREITAS, op. cit. p. 39

⁸⁶ Materialismo: Na filosofia clássica (atomismo, epicurismo e estoicismo) é a doutrina que reduz toda a realidade à matéria. De uma maneira geral, o materialismo nega a existência da alma, assim como a realidade do mundo espiritual ou divino. O pensamento teria uma origem material, seria um produto dos processos de funcionamento do cérebro. Oposto ao espiritualismo. ANTUNES, Alberto, ESTANQUEIRO, Antônio e VIDIGAL, Mário. **Dicionário Breve de Filosofia**. Lisboa: Editorial Presença, 1995. p.108.

Os libertinos descobrem no fim do século XVII e início do século XVIII um modo de expressar que se choca profundamente com o dos defensores do pensamento religioso, dizem Villaça e Góes.

Os primeiros delineamentos desse tipo de reflexão aparecem mais sensíveis em Erasmo, mais sutis em Rabelais e depois em Montaigne e Espinosa para explodir no século XVIII num movimento que se opõe violentamente ao pensamento abstrato ou religioso. No fim do século XVIII e durante o século XIX se alargam os horizontes. Naturalistas, biólogos, médicos se dedicam a melhor explorar o corpo objetivo.⁸⁷

A mentalidade dualista penetrou no ensino tanto católico como protestante, com isto justifica-se que tenha se evidenciado durante séculos e que permaneça até os dias de hoje. Segundo Santin: “a nossa cultura antropológica ocidental mostra claramente que o humano do homem não foi encontrado e não se situa no corpo, mas no *logos*, na mente, na psiqué, na alma, na inteligência, na consciência.”. E o corpo, seguindo com Santin, “é o lugar onde o especificamente humano habita e se constitui, onde ele se esconde e se manifesta, mas o corpo parece ser apenas um momento, uma condição, uma transitoriedade do ser humano, nunca seu ponto central, isto é, seu modo de ser.”⁸⁸. A freqüente alusão à mente jovem e corpo velho é a comprovação da dissociação entre ambos, o que inviabiliza a compreensão da unidade do ser humano. Inclusive equívale a pensar o corpo como objeto, como algo fora de si.

Se por um lado essa mentalidade dualista permite justificar que a pessoa não se sinta velha mentalmente, espiritualmente, apesar de reconhecer que o corpo está velho, por outro, pode revelar uma forma preconceituosa de perceber a velhice segundo Erbolato⁸⁹, que afirma: “velhice não é estado de espírito”. Segundo ela,

⁸⁷ VILLAÇA, Nízia e GÓES, Fred. **Em nome do corpo**. Rio de Janeiro: Rocco, 1998. p. 24

⁸⁸ SANTIN, Silvino. **Educação Física: da alegria do lúdico à opressão do rendimento**. 2 ed. Porto Alegre: Edições EST/ESF-UFRGS, 1996. p. 83.

⁸⁹ ERBOLATO, Regina M. P. Leite. “Gostando de si mesmo: a auto-estima”. In NERI, Anita Liberalesso e FREIRE, Sueli Aparecida (orgs.). **E por falar em boa velhice**. Campinas, SP: Papirus, 2000. p. 51.

tratar a velhice como tal é negar as transformações do corpo, o que implica em negar uma parte relevante do próprio idoso.

Nesse contexto de dualidade, simbolicamente, o coração é “um dos lugares do corpo mais investidos para figurar certos valores da vida social, certas esperanças da vida espiritual, certos movimentos da vida afetivo-emocional”, segundo Vaysse⁹⁰. É o coração a sede da alma e dos sentimentos.

3.2 A IMPORTÂNCIA DA HERANÇA HISTÓRICA DO CORPO

A herança cultural dos gregos e latinos em muito contribuiu para a atual visão que temos do nosso corpo, mas não podemos deixar de considerar que eles próprios já eram detentores de uma herança cultural, pois absorveram, fundiram e transformaram todas as influências vindas dos quatro cantos do Mediterrâneo.

O corpo concebido pelos gregos correspondia a dois princípios, um, em relação com a racionalidade, o intelegível, porque material; o outro, em relação com o sensível, por estar ligado ao mundo do além. Mesmo fundadores da racionalidade, os gregos reconheciam e aproximavam as duas dimensões, a mítica e a racional. O racionalismo e o anti-racionalismo existiram lado a lado desde o início da civilização grega, diz Russell, e, “sempre que um deles parecia estar próximo de se tornar dominante, um movimento de reação conduzia a um surto de seu oposto”⁹¹

Do gosto pelas matemáticas, que encontrava-se no seio de toda a cultura grega, resultou o cânone estético no qual a “beleza reside na relação, não entre os elementos, mas entre as partes, quer dizer, entre um dedo e outro, entre os dedos e palma da mão, entre a mão e o antebraço, entre o antebraço e o braço; ela reside numa relação recíproca de todas as partes do corpo.”⁹² A proporção era a referência de beleza para os artistas da época (século VII e VI a.C.).

⁹⁰ VAYSSE, Jocelyne. “Coração estrangeiro em corpo de acolhimento”. In SANT’ANNA, Denise Bernuzzi (org.). **Políticas do corpo**. São Paulo: Estação Liberdade, 1995. p. 40

⁹¹ RUSSELL, Bertrand. **O elogio ao ócio**. Tradução de Pedro Jorgensen Júnior. Rio de Janeiro: Sextante, 2002. p. 77.

⁹² Fonte: Galiano, De Temperatura, I, 9. In BRAUNTEIN e PÉPIN, op. cit. p. 16

O pensamento grego também era simbólico porque poetas, filósofos, e artistas, utilizavam os mitos para instruir ou divertir, para precisar o lugar do homem no universo através da narrativa das suas relações com os deuses. Nas artes, verificase que os deuses assemelhavam-se aos homens, os artistas davam-lhe a forma perfeita, ou seja, idealizada, dos corpos humanos, com proporções corretas e harmonia, segundo seus princípios.

Através das artes, dizem Braunstein e Pépin, também podemos verificar que os gregos cultivaram tanto o espírito, como o corpo, observando que:

Os povos que cultivaram o corpo mais do que o espírito deram preferência aos espetáculos em que se mostram a força do corpo e a maleabilidade e motricidade dos membros. Os que cultivaram o espírito mais do que o corpo deram preferência às representações em que assistimos aos recursos da inteligência, da astúcia, das paixões. Os gregos cultivaram um e outro, e estimaram as duas formas de espetáculo⁹³.

O conceito de corpo humano concebido pelo pensamento grego exclui a idéia de desmesura, porque ela se opunha ao ideal de harmonia matemática e de disciplina do indivíduo. O que é superior no espírito grego é o que tem uma forma, o que não a tem parece inacabado, parece qualquer coisa que não teria acedido ao Ser. Mas a forma deve, antes de tudo, ser bela, ser o reflexo de uma virtude profunda, de um profundo equilíbrio, porque a fealdade que é já em si uma abjeção, era para os gregos quase um motivo de recusa. Portanto, Sócrates que tinha a reputação de ser muito feio impunha-se como um paradoxo aos ideais de beleza da época. “A sua fealdade é provocante, mas neste sentido, provoca a reflexão: não se apresenta como belo, mas é belo na realidade, é feio de corpo, mas belo de alma⁹⁴.” O que estava em jogo não era estético, mas existencial. O corpo em si mesmo nada era, a beleza moral de Sócrates deveria ser vista. Tal maneira de pensar se estende

⁹³ BRAUNSTEIN e PÉPIN, op. cit. p. 45.

⁹⁴ Fonte: F. Wolff, Socrate, Paris, PUF, 1975, p. 8. In BRAUNSTEIN e PÉPIN, op. cit. p. 22.

até os dias atuais, manifestada através do provérbio popular “quem vê cara não vê coração”.

Assim, o corpo era um meio de valorizar o que é belo. Os gregos criaram o nu levando-o à perfeição e, proporcionando ao homem o sentimento que era um deus. E a beleza estava representada através de seus atletas nus. O corpo para os gregos era idealizado.

Os gregos davam maior importância à elaboração mental do que ao trabalho braçal, sob a influência da filosofia de Platão, fazendo grande distinção entre a classe nobre, composta de cidadãos ociosos, e a massa escrava, considerada muito distante do homem ideal. Os jogos olímpicos se desenvolveram como apêndice ao crescimento do espírito, não estando relacionada essa atividade com o mundo real, com a cotidianidade.

A exaltação do corpo pelos gregos na mitologia, artes, teatro, dança e rituais festivos deixa claro que valores estéticos da beleza conviveram com valores da racionalidade.

Os romanos não foram tão criativos quanto os gregos, mas tiveram igual importância pois foi através deles que os princípios gregos transitaram até chegar a nós. Eles assimilaram, adaptaram e transformaram as filosofias e os princípios gregos, tratando de dar um significado ao homem, quer falando da alma, quer apoiando-se na natureza e estabelecendo uma verdadeira filosofia de vida.

A experiência pessoal passa a ser valorizada, sendo uma constante a afirmação do eu em relação ao mundo, emergindo a noção de pessoa, de sujeito. Esses novos conceitos influenciaram a arte podendo verificar-se que os retratos personalizados de imperadores ou de altos dignitários, reproduziam o corpo não mais com idealismo, mas sim com realismo. O corpo perde a importância que tinha para os gregos, dizem Braunstein e Pépin⁹⁵, e aparecem os bustos idealizados. A

⁹⁵ BRAUNSTEIN e PÉPIN, op. cit. p. 36

atitude clássica é procurada, apreciada, e os escultores procuram reproduzir a dignidade da idade, e já não a sua decadência.

Aos romanos pouco interessou o esoterismo matemático e a reencarnação enaltecidos pelo pensamento grego, sendo a moral a sua principal preocupação. Já o Estoicismo⁹⁶, escola filosófica grega, teve sucesso em Roma pela sua facilidade de adaptação ao modo de vida, e suas idéias estão presentes em algumas obras importantes tais como: as de Séneca (1 a.C. – 65 d.C.), como *Vita Beata e Da vida feliz* que convida a procurar as fontes da felicidade dentro de si, deixando de lado o que acarreta angústias e perturbações, e *Cartas a Lucílio* que elogia a simplicidade e concede lugar à virtude; a de Marco Aurélio, *Exercícios espirituais*, e de Epicteto, os *Pensamentos* e o *Manual*, que reprovam o corpo e seus prazeres.⁹⁷ O estóico reivindicava uma renúncia, um desprezo pelo corpo, não professada pelo Epicurismo⁹⁸. Cícero refutou a moral de Epicuro consagrando o terceiro e quarto livro do *De finibus* à moral romana, onde Catão, o tipo acabado do estóico exporá sua doutrina⁹⁹.

Cícero (106 a.C. – 43 d. C.) deve ser encarado como um traço de união entre as concepções gregas e romanas. Para ele, o ser humano caracteriza-se pela utilização de uma linguagem e pelo uso da razão. Avança a noção de natureza humana, e o fato que cada um de nós pode aspirar legitimamente à felicidade. A

⁹⁶ Estoicismo: Escola filosófica grega fundada por Zenão de Cítio. O estoicismo desenvolveu-se como um sistema integrado pela lógica, pela física e pela ética, articulados por princípios comuns. Foi, porém, a ética estóica que mais influência exerceu no desenvolvimento da tradição filosófica, chegando até a influenciar o pensamento ético cristão nos primórdios do cristianismo. Para o estoicismo, os princípios éticos da harmonia e do equilíbrio, fundam-se nos princípios que ordenam o próprio cosmos. O homem, enquanto parte desse cosmos, deve orientar a sua vida prática por tais princípios. A ataraxia, a imperturbabilidade, constituem o sinal da sabedoria e da felicidade, pois representam o estado no qual o homem, impassível, não é afetado pelos males da vida. Atualmente, a filosofia da linguagem tem revalorizado a contribuição dada pelos estóicos para a lógica e para a teoria da linguagem. ANTUNES, Alberto, ESTANQUEIRO, ANTÔNIO e VIDIGAL, Mario. **Dicionário Breve de Filosofia**. 3 ed. Lisboa: Editorial Presença. 1997. p. 67.

⁹⁷ BRAUNSTEIN e PÉPIN, op. cit. p. 20

⁹⁸ Epicurismo: Doutrina do filósofo grego Epicuro segundo a qual o bem é o prazer. O prazer consiste na eliminação de toda a dor; o estado estável do prazer é a ausência de dor, a ataraxia. É o prazer estável que garante a felicidade. O sábio despreza a morte. Aprender a viver é aprender a gerir melhor os prazeres, afastando aqueles que não são nem naturais nem necessários e fomentando aqueles que se encontram nos limites da natureza. O estágio supremo dessa moral é a beatitude da ataraxia: a total imperturbabilidade diante da dor. In ANTUNES, A., ESTANQUEIRO, A. e VIDIGAL, M. op. cit. p. 60, 61.

confiança que tem no homem faz com que possamos falar de “humanismo” nascente em Cícero, humanismo que o Renascimento retomará.

Com o advento do cristianismo o pensamento estóico foi reforçado e a corrente platônica triunfou. A concepção judaico-cristã introduziu a noção de uma alma que continua no além e que para se purificar e elevar-se até Deus, era necessário o sofrimento do corpo que carrega em si o pecado original.

No interior da teologia cristã, diz Porter¹⁰⁰, há um estereótipo cultural profundamente estabelecido, “que retrata o corpo como um chefe rebelde, senhor do desregramento, símbolo do excesso de comida, bebida, sexo e violência”, próprio da sua condição de portador do pecado.

Assim, o corpo na Antigüidade Clássica era diminuído ante a mente que formula idéias, a alma que é imortal ou ao espírito que o habita. As esperanças do homem medieval estavam dirigidas para o além, pois só o paraíso lhe acenava com a promessa de uma realização total, diz Jaffé ao referir-se ao simbolismo nas artes plásticas¹⁰¹. Essas esperanças do além expressavam-se através na altura crescente das catedrais góticas que pareciam desafiar as leis da gravidade e na elevação do centro da cruz.

No corpo medieval estão presentes tanto as forças do cristianismo como as concepções pagãs, expressas nos jejuns dos dias santificados e comilança e bebedeira nos demais. O corpo era local de confronto entre o bem e o mal, entre milagre e pecado, entre desejo e castigo, onde as doenças eram consideradas expiação dos pecados cometidos ou possessões diabólicas. Assim, pode-se compreender as pinturas de santos mortificados e de alegres festas aldeãs e o tema da tentação que se resumia aos prazeres da carne.

⁹⁹ BRAUNSTEIN e PÉPIN, op. cit. p. 19

¹⁰⁰ PORTER, Roy. “História do corpo”. In: BURKE, Peter (org.) **A Escrita da história: novas perspectivas**. Tradução de Magda Lopes. São Paulo: Editora UNESP, 1992. p. 310

¹⁰¹ JAFFÉ, Aniela. “O simbolismo nas artes plásticas”. In: JUNG, Carl G. e outros. **O Homem e seus Símbolos**. Tradução de Maria Lúcia Pinho. 8 ed. RJ: Editora Nova Fronteira S.A., 1964.

No século XVI, segundo Porter¹⁰², as reformas são auto-infligidas implementando aspirações para um melhor auto-controle, associadas à educação e à disciplina familiar. Manuais para comportamento adequado, tanto religioso quanto civil, foram impressos em grandes estoques, dispendo sobre a submissão e a obediência do corpo, e sobre o cultivo de boas-maneiras, da decência e do decoro.

É no Renascimento que o corpo humano começa a se deslocar da carne ao corpo dissecado, descrito em sua anatomia interna e comparado a um mecanismo, com Descartes, onde a doença deixa de ser vista como a manifestação da vontade divina, mas sim como sintoma cuja causa era orgânica. O homem do Renascimento redescobriu as belezas do corpo e da natureza, as leis da mecânica e da causalidade tornaram-se o fundamento da ciência e o mundo do sentimento religioso, do irracional e do misticismo, que tivera papel tão importante na época medieval, passou a ser cada vez mais oculto pelos triunfos do pensamento lógico. A natureza deixou de ser um sagrado intocável, assim como o corpo não era mais concebido como morada do espírito de Deus, portanto ambos poderiam ser investigados.

Com Descartes o elemento antagônico ao corpo não é mais a alma, mas a razão, “Penso, logo existo”, marcou a concepção ocidental do homem. O método cartesiano, baseado na razão, influenciou todo o desenvolvimento científico e estabeleceu as cisões entre mente e corpo e entre teoria e prática, localizando a inteligência no cérebro, tornando este o órgão mais importante do corpo humano.

Até o século XVIII o homem não é ainda um indivíduo de corpo inteiro, corpo-espírito, é um ou outro, com a supremacia do pensamento sobre a matéria. “O positivismo, no século XIX, não fará senão acentuar esse caminho, (...) reduzindo tudo à razão, à ciência, dizem Villaça e Góes.”¹⁰³

¹⁰² PORTER, Roy. op. cit.

¹⁰³ VILLAÇA e GÓES, op. cit. p. 32.

3.3. DO CORPO PRODUTIVO AO CORPO CONSUMIDOR

O corpo concebido pela lógica cartesiana é pertencente ao domínio da natureza, é puramente material, assim como a mente é puramente razão, princípio que autoriza a razão e a ciência a conhecê-lo e dominá-lo. A teoria cartesiana concebendo o corpo como máquina foi incentivo ético para a Revolução Industrial no Ocidente, segundo Highwater, produzindo um corpo utilitário. Corpo que é manipulado, modelado, treinado, enfim, que se torna hábil e produz.

Na sociedade pós-industrial, caracterizada pela difusão do saber e da informação, por uma tecnologia que ultrapassa a ciência e a máquina para tornar-se social e organizacional, surge uma nova forma de controle, onde o corpo dominado não é apenas o do trabalhador, como antes o foi, afirmam Villaça e Goés¹⁰⁴. Surgem redes e imagens destinadas a controlar o cidadão consumidor através da produção de serviços e desejos.

Michel Foucault¹⁰⁵ denuncia os processos de controle sobre o corpo desenvolvidos no século XVIII, através de métodos que lhe impõem uma relação de docilidade-utilidade, e que ele chama de “disciplinas”. Processos disciplinares existiam nos conventos, nos exércitos e nas oficinas, mas com o tempo tornaram-se fórmulas gerais de dominação. A disciplina que se instala difere dos processos disciplinares vigentes na escravidão, na domesticidade, na vassalidade, e no asceticismo, pois não se trata mais de uma relação de apropriação, dominação, submissão e renúncias, a política das coerções que se forma é a de um trabalho sobre o corpo, uma manipulação calculada de seus elementos, de seus gestos e de seus comportamentos. A disciplina que passa a ser imposta fabrica “corpos dóceis”, ela aumenta as forças do corpo (em termos econômicos de utilidade) e diminui essas mesmas forças (em termos políticos de obediência).

¹⁰⁴ Villaça e Goés, op cit. p. 30

¹⁰⁵ FOUCAULT, Michel. **Vigiar e Punir: nascimento da prisão**. Tradução de Raquel Ramallete. 25ª ed. Petrópolis: Vozes, 1987. p. 118-119.

A sociedade capitalista, na produção e reprodução das relações de trabalho, marcou o corpo com seus signos de dominação, transferindo para a escola o controle ideológico exercido na Idade Média pela igreja. A escola passou a construir modelos corporais, difundidos pela mídia como um meio sutil de alienação, e a medicina dividiu o corpo, cabendo cada parte a um especialista.

Segundo Porter:

só recentemente, os historiadores do presente século sugeriram que a lógica do capitalismo relaxou um pouco esta severa ênfase chamada 'protestante' sobre o corpo disciplinado e sobre um 'asceticismo tão mundano'; o imperativo recentemente havia mudado da 'mão' produtiva e disciplinada tipo máquina, para o corpo como consumidor, cheio de deficiências e de necessidades, cujos desejos devem ser inflamados e incorajados.¹⁰⁶

A tecnologia investe profundamente nas questões do corpo, identificada com o progresso e a serviço do mercado, que busca se expandir ilimitadamente. Os meios de comunicação de massa atuam no sentido de demonstrar reiteradamente, aos indivíduos, a sua carência de saúde e beleza, induzindo-os ao consumo de mercadorias e serviços relacionados com as necessidades criadas.

Na modernidade o que se verifica, segundo Silva, é “uma utopia centrada no corpo, na saúde em aliança com a beleza”¹⁰⁷. Através dos meios de comunicação circulam as informações sobre os problemas de saúde e as formas de se chegar à aparência de beleza. Tal fenômeno é expresso no conceito foucaultiano de corpo, de acordo com Fischer, que define “corpo como produto cultural de práticas que configuram não só o próprio corpo físico mas as experiências de vida das mulheres, para analisar todo o aparato disciplinar que, em nossa sociedade, submete as

¹⁰⁶ PORTER, op. cit. p. 312-313.

¹⁰⁷ SILVA, Ana Márcia. op. cit. p. 54-55

mulheres a uma verdadeira tirania em relação à busca da beleza”¹⁰⁸. Assim, segue o corpo sendo controlado e submetido a toda a ordem de disciplinas.

O verbo conjugado pelo capitalismo “eu tenho”, passou do eu tenho coisas a eu tenho um corpo, à semelhança do que pregava o cristianismo quando dizia que éramos uma alma e tínhamos um corpo.

Segundo Highwater, assistimos hoje “a outra drástica revisão da mitologia do corpo humano, a qual assume contorno inesperado: a publicidade e o consumismo, formas de proselitismo muito mais difundidas na sociedade atual do que a doutrina cristã o foi na Idade Média.”¹⁰⁹ Este autor define mitologia como a capacidade metafórica do mito para moldar as formas intelectuais e sociais de pensamento e de comportamento, emprestando valor a tudo que realizamos em termos de arte, ciência, comunicações e todas as demais experiências da vida. Portanto, a visão do corpo como mercadoria, seria a nova mitologia na história do corpo.

O corpo como mercadoria também é destacado por Peruzzolo que diz que quando o corpo anuncia o produto publicitário, ele passa a ser a mercadoria e toda a mecânica discursiva se organiza em cima da significação do corpo, e a motivação principal é o rendimento do capital. O corpo é transformado em signo, e “é submetido a funções simbólicas no interior da lógica da oferta de objetos para o consumo, para nutrir necessidades administradas.”¹¹⁰

Pensar o corpo nessa perspectiva é recolocá-lo na visão dualista corpo e mente, reposicionando-o na escala hierárquica e a ele atribuindo o maior valor. O apelo à imagem nos afasta da compreensão da unidade do ser humano, equívale a pensar o corpo como objeto a ser moldado, como algo fora de si, no mesmo

¹⁰⁸ FISCHER, Rosa Maria Bueno. “A paixão de ‘trabalhar com ‘Foucault’”. In COSTA, Marisa Vorraber (org.). **Caminhos Investigativos: novos olhares na pesquisa em Educação**. Porto Alegre: Mediação, 1996.

¹⁰⁹ HIGHWATER, op. cit. p. 158

¹¹⁰ PERUZZOLO, Adair Caetano. “A Semiotização do Corpo”. In: PERUZZOLO, Adair Caetano e outros. **O Corpo Semiotizado**. Porto Alegre: Edições EST, 1994. p. 21.

momento em que se inscreve uma nova corporeidade, uma nova maneira de ver o homem. A corporeidade nos permite perceber que o homem é corpo.

3.4. O PARADIGMA DA CORPOREIDADE

Durante séculos o homem foi carne e espírito, corpo e alma. Habitados que estamos à linguagem dualista fica difícil pensar o homem como uma unidade. O homem é uma realidade corporal, mas não se trata de matéria em oposição ao espírito, nada é puramente matéria e nada é puramente espírito/mente.

A corporeidade se impõe nesse repensar o corpo, buscando uma nova compreensão. O paradigma da corporeidade rompe com o modelo cartesiano, afirma Freitas, deixando de fazer distinção entre a essência e a existência, ou a razão e o sentimento. Sob a ótica da corporeidade

o cérebro não é o órgão da inteligência, mas o corpo todo é inteligente; nem o coração, a sede dos sentimentos, pois o corpo inteiro é sensível. O homem deixou de ter um corpo e passou a ser um corpo. (...) É como corpo que o homem surge, é também como corpo que ele morre; o que virá a seguir - o céu, o inferno, o nada - não passa de especulação metafísica: o que é certo é que o homem deixará de existir.¹¹¹

Nietzche (1844 -1900) problematizou a condição do corpo que sempre aparecia como objeto, questionando-a, para ele as pessoas deveriam ser inteiramente corpo e mais nada. Mas é Merleau-Ponty que procura formular um conceito de corpo não mais orientado pelo dualismo mente-corpo, que o colocava na condição de objeto, mas sim como um modo de ser, modo de se manifestar no mundo, reconhecendo que a presença do homem no mundo é corporal, esta é a sua forma de “ser-no-mundo”¹¹². A idéia de corpo concebida por Merleau-Ponty nos remete a corporeidade.

¹¹¹ FREITAS, op. cit. p. 62

¹¹² MACIEL, Sonia Maria. **Corpo Invisível: Uma nova leitura na filosofia de Merleau-Ponty**. Porto Alegre: EDIPUCRS, 1997.

A corporeidade é definida como a qualidade do corpóreo, diz Santin.

Cada corpo tem sua corporeidade que, no fundo, corresponde à sua arquitetura. A corporeidade é o que faz com que um corpo seja tal corpo. O organismo humano como uma espécie viva tem sua própria corporeidade. Mas cada indivíduo, segundo a engenharia genética revela, possui uma corporeidade própria.¹¹³

A corporeidade não pode ser compreendida apenas pela lógica das ciências experimentais, por isso Santin estabelece três ordens diferentes de corporeidade¹¹⁴, a partir das fontes inspiradoras que gestaram projetos arquitetônicos corporais durante a modernidade:

- a) Corporeidade físico-mecânica - uma corporeidade física, material e oposta ao espírito ou à mente está na raiz de nossa definição de corpo desde os gregos. Entretanto, ela adquire contornos mais definidos com a física moderna. A metáfora da máquina passa a ser a arquitetura do corpo humano. E não poderia ser diferente naquele contexto, já que a idéia de máquina era o referencial máximo e último para se representar uma organização perfeita. O homem ser máquina era o melhor que dele se poderia dizer. Assim a corporeidade é relacionada a uma organização de peças que funcionam de acordo com as leis da física e da mecânica. É pela compreensão da máquina, dizia Descartes, que é possível descrever o homem;
- b) Corporeidade biológico-expressiva - com os avanços da biologia molecular descobriu-se que o corpo humano não tem uma arquitetura mecânica, mas constitui-se como um sistema de comunicação. O que aciona o organismo vivo é o envio e recepção de mensagens. O sistema nervoso central é, ao

¹¹³ SANTIN, Silvino. **A biomecânica entre a vida e a máquina: um acesso filosófico**. 2 ed. Ijuí Ed., 2000. p. 76

¹¹⁴ *ibidem*. p. 81-85.

mesmo tempo, um laboratório onde são codificadas as mensagens, e uma grande rede por onde passam milhares de informações e respostas por segundo. A corporeidade deixou de ser uma organização mecânica para ser uma central de comunicação de altíssima complexidade e fidelidade;

- c) Corporeidade simbólica - a corporeidade simbólica assume um papel fundamental na compreensão do corpo humano. A ordem biológica constrói ou revela uma arquitetura orgânica. As construções simbólicas nos dão arquiteturas culturais do corpo. O sistema de significações passa a traçar corporeidades segundo os valores deste mesmo sistema. O corpo, mais do que uma entidade concreta, passa a ser um produto do imaginário humano. Por exemplo, a cabeça deixa de ser, apenas, um membro para tornar-se o lugar do poder ou do pensamento; um movimento da mão, por sua vez, pode tornar-se um gesto significativo de ordem, de despedida ou de ira.

A corporeidade simbólica não se constitui a partir dos fenômenos fisiológicos, mas sobre os fenômenos comportamentais. É assim que ela só existe sob o olhar do outro. Trata-se de um corpo que cada um constrói para o outro. O apelo à simbologia chega a tornar-se quase uma obsessão na cultura corporal neste final de século. No universo das construções simbólicas a virada da corporeidade físico-mecânica para a corporeidade biológico-expressiva, em certos casos, nada mudou. Há uma oferta exagerada, por vezes, até macabra, de recursos para o corpo pavonear-se, usando a expressão de Maffesoli¹¹⁵, não muito diferentes dos massacres operados pelas disciplinas mecanicistas. O corpo que se pavoneia revela seu enraizamento cultural e simbólico, razão pela qual, em nossa suposta civilização do corpo, torna-se um fator fundamental de socialidade, mas que nem sempre respeita a especificidade de cada corporeidade. Aqui é o elemento aparência apresentado como imagem corporal que garante uma corporeidade simbolizada, não natural. Desta forma as dimensões mecânica, biológica ou expressiva que sustentam as corporeidades anteriores, cedem lugar às dimensões sociais e éticas

¹¹⁵ MAFFESOLI, Michel. **No fundo das aparências**. Tradução de Bertha Halpern Gurovitz. Petrópolis, RJ: Vozes, 1996.

de cada cultura. Estamos diante de uma corporeidade socializada, cuja razão de ser é exatamente sua socialidade cultural.

Hoje, pode-se dizer com segurança que há uma ressurreição do corpo, diz Santin:

O homem racional parece libertar-se de seus pruridos anti-corpóreos e anti-sensuais, para descobrir-se como um ser encarnado. Antes de ser um ser racional, o homem é um organismo de carne e osso. O corpo deixou de ser um tabu, para tornar-se o centro de convergência de uma antropologia, de uma nova visão societal e de uma revisão dos valores pessoais.¹¹⁶

Por isso, Freitas diz que a corporeidade implica na “inserção de um corpo humano em um mundo significativo, a relação do corpo consigo mesmo, com outros corpos expressivos e com objetos do seu mundo”.¹¹⁷ Na corporeidade, o corpo humano é a “permanência que se constrói no emaranhado das relações sócio-históricas e que traz em si a marca da individualidade – não termina nos limites que a anatomia e a fisiologia lhe impõem, supera o corpo biológico do animal e atinge a dimensão da cultura”.¹¹⁸

Por ser a parte do homem que vemos, o corpo é facilmente considerado um objeto a ser mostrado, esta sua visibilidade, é que o coloca na condição de visual como uma obsessão, como uma simples imagem que projetamos de nós mesmos, deixando de ser pensado como uma forma viva. Mas essa imagem do corpo é uma reconstrução constante do que o indivíduo percebe de si e das determinações inconscientes que ele traz de seu diálogo com o mundo, onde está implícito não apenas o corpóreo com fronteiras bem definidas pela epiderme, mas principalmente o corpo-sujeito, que age no mundo, perdendo, nessa inter-relação, os limites das fronteiras anatomicamente definidas, e que marcado pelos símbolos de suas

¹¹⁶ SANTIN, Silvino. op. cit. p. 72

¹¹⁷ FREITAS, Giovana Gomes. op. cit. p. 57

¹¹⁸ ibidem. p. 53

¹¹⁹ ibidem. p. 26.

vivências torna-se presença¹¹⁹. Para Freitas a imagem é o elemento básico na composição do corpo vivido.

3.5. O CORPO ENVELHECIDO

Viver é assumir a condição carnal de um organismo cujas estruturas, funções e poderes nos dão acesso ao mundo, diz Bernard¹²⁰, e essa condição carnal é ser um corpo. A presença do homem no mundo é corporal. No processo de envelhecimento o corpo assume papel preponderante pois é nele que se dão as mudanças, não só na aparência, como nas suas funções, o que faz com que a velhice seja temida.

A importância do corpo no processo de envelhecimento, segundo Bernard¹²¹, também pode ser justificada pelo que ele representa. O autor chama de ambivalência do corpo o fato dele representar a vida e suas possibilidades infinitas, e ao mesmo tempo, proclamar a morte futura e a finitude existencial. São as duas faces do corpo, de um lado a face dinâmica, ávida de desejos, e de outro, a face da temporalidade, da fragilidade e do desgaste. Em se tratando de envelhecimento implica reconhecer no corpo o potencial e também as limitações da velhice.

Bruhns¹²² coloca a finitude ressaltada por Bernard, juntamente com a visibilidade, como as duas principais características do caráter corpóreo. A finitude coincide com o final do ciclo biológico, é apresentada como a realidade de todo o ser vivo. No ciclo de vida descrito pelo modelo biológico nascemos, amadurecemos, reproduzimos, declinamos e morremos. Quanto a visibilidade, podemos dizer que o nosso corpo tem dupla capacidade: ver e ser visto. Esta característica assume grande importância na sociedade ocidental contemporânea onde se destaca uma forte ênfase na aparência física e na imagem visual.

¹²⁰ BERNARD, Michel. **Le Corps**. Texto traduzido por Silvino Santin, Cap. 9. Paris: Ed. du Seuil, 1995. p. 15.

¹²¹ ibidem

¹²² BRUHNS, Heloisa Turini. "Lazer e motricidade: Dialogando com o conhecimento". In: BRUHNS, Heloisa Turini (org.). **Temas sobre Lazer**. Campinas, SP: Autores Associados, 2000.

Essas características do caráter corpóreo, a finitude e a visibilidade, contribuem significativamente para a rejeição ou o temor da velhice, que podem ser traduzidas pela proximidade do fim ou da morte, e ainda, com uma aparência indesejada.

Cada um tem uma imagem corporal de si mesmo, e esta imagem muda em cada etapa da vida, diz Santin¹²³. Sendo a velhice considerada uma etapa, assim como a infância e a juventude, é nela que se concentra o momento mais dramático de mudança de imagem corporal, porque é difícil aceitar uma imagem envelhecida em uma sociedade que tem como referência a beleza da juventude.

Sobre a beleza da juventude, lembra Sant'Anna que “o processo constituinte do corpo eficaz, saudável, belo, jovem, é amplamente revelador de uma história paralela, ou seja, aquela que redefine e conjura, sem cessar, a ociosidade, a doença, a feiúra e a velhice”.¹²⁴

Villaça e Góes dizem que “o essencial, definitivo e constituinte do corpo é, paradoxalmente, sua decrepitude, a instalação de sentido passará, necessariamente, pela problematização dessa limitação e das formas de expressá-la, minorá-la, ultrapassá-la ou sublimá-la.”¹²⁵ É aí que se insere o papel da cultura. O processo natural de envelhecimento e a decadência dos corpos que ele suscita é alvo de controle pela cultura, dizem Goldenberg e Ramos¹²⁶, e tudo que surge com esta perspectiva, rapidamente se transforma em novas obrigações. E assim se instala o processo de responsabilização do indivíduo pelo seu corpo, a partir do princípio de autoconstrução, ou de reconstrução no caso dos idosos, no qual a mídia exerce um papel fundamental, promovendo o consumo como estilo de vida. As imagens veiculadas para vender mercadorias por meio de anúncios, são imagens da

¹²³ SILVINO, Santin. **Educação Física: Ética, Estética, Saúde**. Porto Alegre: Edições EST – Escola Superior de Teologia e Espiritualidade Franciscana, 1995.

¹²⁴ SANT'ANNA, Denise Bernuzzi de (org.). **Políticas do corpo**. São Paulo: Estação Liberdade, 1995. p. 13

¹²⁵ VILLAÇA e GOES. op. cit. p. 11.

¹²⁶ GOLDENBERG, Mirian e RAMOS, Marcelo Silva. “A civilização das formas: o corpo como valor”. In GOLDENBERG, Mirian (org.). **Nu e Vestido: dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca**. Rio de Janeiro: Record, 2002.

juventude, da saúde e da beleza dos corpos, que se apresentam como ideais a serem atingidos.

Referindo-se ao mercado de consumo Villaça e Góes dizem que “não é possível pensar o corpo hoje, na sua articulação com a subjetividade e a identidade, sem discutir a evolução do mundo dos objetos e do mercado”. Isto implica em que “na busca de vencer a velhice e, quem sabe, a morte, objetos que alteram o corpo são oferecidos (próteses, substâncias sintéticas, suportes artificiais) por meio de intervenções que variam incessantemente”.¹²⁷

Essas mudanças resultantes da evolução do mundo dos objetos e do mercado, associadas a uma visão de corpo como instrumento do qual nos servimos porque dele somos possuidores, ou como obra de arte ou beleza, como foi historicamente construído, nos impedem de percebê-lo “como a própria presença do homem no mundo”, diz Santin¹²⁸. O idoso não vê em seu corpo a beleza, que de acordo com o padrão cultural vigente está no corpo jovem, e isto pode desencadear sentimentos de revolta e rejeição à velhice. Mas as referências à juventude, à beleza, à estética, são apenas referências a um corpo objetivo, imagem empobrecida do corpo fenomenal segundo Merleau-Ponty¹²⁹. O corpo definido por Lepargneur¹³⁰ é o que melhor esclarece o corpo fenomenal de Merleau-Ponty, para ele o corpo é “centro de significações que vem de dentro ou de fora da pessoa”. Com isso ele quer dizer que cada indivíduo forma aos poucos uma imagem do próprio corpo, a partir de seus sentimentos de revolta ou de aceitação, compartilhados com a imagem cultural que lhe é transmitida.

Se por um lado, o esquema corporal situa o indivíduo no espaço-tempo, e está sujeito a doenças orgânicas, por outro, a imagem de corpo que brota do seu

¹²⁷ VILLAÇA, Nízia e GÓES, Fred. op. cit. p. 131.

¹²⁸ SANTIN, Silvino. **Educação Física: Outros Caminhos**. 2. Ed. Porto Alegre: EST/ESEF- Escola de Educação Física- UFRGS, 1993. p. 8.

¹²⁹ MERLEAU-PONTY, Maurice. **Fenomenologia da Percepção**. Tradução de Carlos Alberto Ribeiro de Moura. 2 ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

¹³⁰ LEPARGNEUR, Hubert. **Consciência, Corpo e Mente: Psicologia e Parapsicologia**. Campinas, SP: Papyrus, 1994. p. 29.

inconsciente, o situa como sujeito de desejo, que aspira a satisfação, e é este o mecanismo que lhe impulsiona. Segundo Santin¹³¹ o prazer é a palavra que melhor expressa a corporeidade, ele representa todo o processo de busca da complementaridade do corpo, ele é impulsionado pelo desejo, energia que faz com que se viabilize e se operacionalize a atividade corporal.

Esse novo discurso de corpo resgata a valorização da vida cotidiana, suas dimensões corpóreas e suas manifestações sentimentais, e com isto emerge a sensibilidade, valor que poderá vir a ser privilegiado revelando a essência do ser humano. Por isso o envelhecimento, quanto ao corpo, pode ser analisado como algo natural ou como construção cultural. O corpo como construção cultural é veículo de comunicação carregado de signos que posicionam os indivíduos na sociedade. Interessa-nos, particularmente, conhecer esses signos quando o corpo alcança a velhice, seu significado e a posição que alcança na sociedade, quando imagina-se que os ideais de beleza associados à juventude deixariam de ser referência. Acreditamos também que a concepção de corpo, que pode ser diferente para cada pessoa, possa influenciar nesse processo.

¹³¹ SANTIN, Silvino. **Educação Física: da alegria do lúdico à opressão do rendimento**. 2 ed. Porto Alegre: Edições EST/ESEF – UFRGS, 1996.

4. PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

4.1 OBJETIVO GERAL E QUESTÕES NORTEADORAS DA PESQUISA

O objetivo principal desta pesquisa é compreender o fenômeno da corporeidade do idoso, a partir de sua perspectiva de corpo e sua relação com o processo de envelhecimento. Perspectiva esta que se manifesta através da sua forma de ser no mundo, o que inclui sua situação cultural, social e familiar, o como vive a sua corporeidade, identificando necessidades, vontades, crenças, valores, e seus significados.

O problema da investigação surge para nós como uma inquietação resultante da nossa experiência profissional com idosos, e da observação quanto as mudanças de comportamento após a convivência em um grupo que tem a atividade física como fator impulsionador. A curiosidade associada a bibliografia de referência conduziu-nos a construção do problema tendo por base as seguintes questões norteadoras:

- a) Os idosos que hoje estão aderindo à prática da atividade física, sem que o exercício tenha sido uma experiência cotidiana até então, o fazem por acreditar que o exercício contribui para melhorar a qualidade de vida, incidindo como tratamento ou prevenção de doenças?

- b) A adesão à prática da atividade física contribui para as mudanças de hábitos e atitudes que hoje se verificam na sociedade, onde os idosos, rompendo com mitos e preconceitos, passaram a vestir-se e comportar-se de forma mais descontraída?
- c) Ao abrirem-se para novas experiências, quando sabemos que suas experiências corpóreas foram marcadas pela rigidez postural e por uma idéia de envelhecimento associada à interrupção de atividades e mudanças no estilo de vida, estariam os idosos sendo afetados pelo discurso antidisciplinar do corpo liberado que caracteriza nossa sociedade atual?
- d) Ao realizarem atividades com uma certa liberdade de movimentos que não condiz com a educação repressora que supõe-se terem recebido, terão os idosos compreendido que viver sua existência implica em reconhecer que vivem um corpo, um corpo que se relaciona, que cria, que se expressa, que sofre repressões, que vibra e que se movimenta?
- e) Os idosos compreendem seu corpo como realidade vivida, o que difere da leitura objetiva que sua materialidade possibilita e que o torna alvo fácil de intervenções?

Tendo por tema a corporeidade do idoso, a partir de sua perspectiva de corpo e a relação desta com o processo de envelhecimento, o problema a ser pesquisado é: Qual o significado de corpo na velhice?

4.2 NATUREZA DA INVESTIGAÇÃO

Nossa pesquisa é qualitativa, de natureza descritivo-exploratória. É qualitativa, como não poderia deixar de ser, uma vez que esta é a abordagem que tem o significado como preocupação essencial.

Entendemos que o significado não pode ser abstraído somente das percepções dos sujeitos, sem levar em conta a historicidade do fenômeno e o reconhecimento do sujeito como ser social e histórico.

Tanto o corpo como a velhice têm uma história revelando diferentes formas de compreensão dos mesmos, e essas diferentes formas influenciam o significado que hoje lhes é atribuído.

4.3 O CAMPO DA PESQUISA

Delimitar nosso campo de investigação não foi tarefa difícil, uma vez que foi o próprio campo, no qual já atuamos, que apontou-nos ou despertou-nos o interesse pela pesquisa, enfim, o grupo de idosos participantes de um projeto de atividade física.

A pesquisa foi realizada com o grupo de idosos do Projeto de Extensão da UFRGS, vinculado à Escola de Educação Física, intitulado CELARI – Centro de Esportes, Lazer e Recreação do Idoso.

O Projeto CELARI foi criado em junho de 1999, pela Professora Diná Petteuzzo Santiago, oferecendo atividades físicas, recreativas, esportivas, sociais e culturais a pessoas com mais de 50 anos. Funciona nas dependências da própria Faculdade, diariamente, de 2ª a 6ª feira, pela manhã e pela tarde, oferecendo de 6 a 10 oficinas por dia, com a duração de 45 minutos cada uma, com uma frequência média de 20 participantes por oficina. As oficinas desenvolvidas pelo projeto são: caminhada orientada, ginástica localizada, práticas corporais alternativas, alongamento, reeducação corporal, musculação, tênis, esportes adaptados, dança, hidroginástica, jogging, natação aprendizagem, natação treinamento, nado artístico, canto, palestras e passeios. Os idosos podem participar de mais de uma oficina, sem imposição pelo projeto quanto a um número limite de oficinas por pessoa. A opção pelas oficinas se dá de acordo com a disponibilidade de tempo, interesse ou condições físicas de cada um.

As atividades são ministradas por acadêmicos da Escola de Educação Física, proporcionando uma troca de experiências entre as gerações. É motivo de satisfação para os idosos, conforme manifestam, o fato de estarem contribuindo para a formação profissional dos jovens universitários, com os quais estabelecem um vínculo afetivo.

O número de participantes do projeto é de 139 pessoas, sendo 126 do sexo feminino e 13 masculino. Os homens participantes do projeto têm de 54 a 74 anos de idade, distribuídos nas faixas etárias de 54 a 59 anos em número de quatro, de 60 a 64 anos em número de três, de 65 a 69 anos são quatro e apenas dois de 70 a 74 anos. Entre as mulheres predomina a faixa etária de 60 a 64 anos, sendo estas em número de 38, seguidas em maior participação por aquelas que têm menos idade, ou seja de 52 a 59 anos. As demais estão distribuídas nas seguintes faixas etárias, de 65 a 69 anos em número de 23, de 70 a 74 anos são 24, de 75 a 79 são 4 e as outras quatro entre 80 e 83 anos.

4.4 INSTRUMENTOS PARA A COLETA DE INFORMAÇÕES

As informações foram obtidas através de entrevistas e observação.

Optamos pela entrevista semi-estruturada, definindo algumas questões a serem propostas ao entrevistado de forma a assegurar que o assunto discorrido respondesse ao tema proposto, mas que ao mesmo tempo, possibilitasse explorações não previstas.

Na entrevista foram propostas as seguintes questões: O que é ser velho para cada um? Quando a pessoa se considera velha? Quando foi percebida alguma mudança no corpo relacionada ao envelhecimento? Qual o significado de corpo para a pessoa e sua relação com o mesmo? Convém observarmos que, embora estas tenham sido as questões propostas para as entrevistas, nem sempre formulamos perguntas, na maioria das vezes, nos restringíamos a provocar o assunto deixando que a pessoa tivesse liberdade de expressão, e intervínhamos quando necessário para trazê-la de volta ao tema ou explorar mais determinada idéia.

Para a observação, na qual podemos nos colocar na qualidade de observador participante, de acordo com os níveis de participação previstos conforme o envolvimento com o campo, estivemos atentos às conversas informais dos participantes do grupo, tentando abstrair e registrar qualquer referência que pudéssemos relacionar ao nosso tema de estudo, registrando assuntos abordados, formas de vestir-se e comportar-se.

4.5 SUJEITOS DA PESQUISA

De maneira geral poderíamos dizer que foram sujeitos da pesquisa todos os idosos do Projeto CELARI, uma vez que neles incidiu nossa observação. Entretanto, as entrevistas foram realizadas com 12 pessoas, sendo esses os sujeitos que mais contribuíram para a nossa reflexão, e que consideramos satisfatório, por terem possibilitado abranger a totalidade do problema investigado em suas múltiplas dimensões. Ao cabo de 12 entrevistas já havíamos reunido material suficiente para análise e muitas das informações já estavam se repetindo.

Não houve seleção prévia dos sujeitos para entrevista, sendo que nos valem muito mais da oportunidade e da disponibilidade pessoal de cada um, para sua concretização.

Entrevistamos 11 senhoras, cuja idade varia de 63 a 81 anos de idade. O estado civil predominante entre elas é o de viúva, que são em número de 7, dentre as demais 3 são casadas e uma é separada. As casadas moram com o marido e nenhum filho em casa, dentre as outras, 4 moram só e as outras 4 ainda tem um filho ou neto solteiro morando com elas ou filhos separados que retornaram para casa, casualmente, todos do sexo masculino. Quanto a escolaridade, 2 têm nível superior, enquanto que as demais têm o curso primário completo ou incompleto. Dentre as entrevistadas, 6 trabalharam e estão aposentadas e 5 sempre dedicaram-se exclusivamente às tarefas domésticas. Entrevistamos também um senhor, com 70 anos de idade, casado, com escolaridade correspondente ao nível superior completo, que embora aposentado, ainda trabalha como autônomo.

4.6 Descrição e análise das informações

Para a análise dos fragmentos de entrevistas relacionados ao tema servimos da hermenêutica, por ser, nas palavras de Demo¹³², “a arte de descobrir a entrelinha para além das linhas, o contexto para além do texto, a significação para além da palavra. Concretamente, enfrenta os desafios do mistério da comunicação humana, que nunca é só o que aparenta.”

A realidade, segundo Demo, não depende da interpretação para existir: existe com ou sem ela, mas a realidade conhecida é inevitavelmente aquela interpretada, e a importância da hermenêutica está precisamente no reconhecimento de que a interpretação é inevitável.

As entrevistas gravadas foram transcritas e toda a observação foi registrada. No primeiro momento as informações foram trabalhadas em nível individual, exaustivamente lidas e relidas, identificando idéias expressas em cada frase, por cada sujeito, e buscando algo em comum entre elas.

Das inúmeras leituras realizadas logo chamou-nos a atenção as diferentes maneiras como o corpo é percebido pelos sujeitos, distintas na forma como ele é visto, sentido e vivido, o que nos levou a refletir estas três dimensões: a biológica que corresponde ao corpo visível, a psicológica que é a do corpo sentido e a social que é a área do vivido.

Na análise final estabelecemos então as articulações entre os dados e o referencial teórico, já buscando a interpretação. Para a interpretação nos valem de técnicas de hermenêutica, tratando como símbolos não só as palavras mas também as experiências existenciais.

¹³² DEMO, Pedro. **Pesquisa: princípio científico e educativo**. São Paulo: Cortez, 1996. p. 22

5. O SIGNIFICADO DO CORPO NA VELHICE

Estamos tão habituados a associar a palavra corpo a sua anatomia que precisamos de muita reflexão para perceber que somos corpo, e que esta é a nossa maneira de ser. Podemos ver, ouvir, sentir, agir e pensar, e quando o fazemos é como unidade, não se separam sentimentos, movimentos, desejos, pensamentos, ações e pulsações. Mas nem sempre foi assim, o corpo já foi compreendido em oposição à mente, ao espírito, à alma e à razão, e ainda numa condição hierarquicamente inferior.

Hoje, a visão de homem está centrada na presença corporal. O homem visto não como ser exclusivamente biológico, nem somente como produto da cultura, mas sim resultante das interações entre o biológico e o cultural. O mesmo podemos dizer do corpo humano, que é ao mesmo tempo, natural e social, possuindo componentes inatos e componentes adquiridos.

Em uma sociedade organizada em função do consumo e que tem como referência o comportamento, a beleza e o estilo de vida da juventude, a aparência assume papel preponderante, e assim, podemos dizer que é difícil alguém querer ser ou parecer velho.

O homem existe como corpo, esta é a sua forma de ser no mundo, mas o homem não existe sozinho no mundo, está sempre em relação com o outro. Todos têm uma imagem de si mesmo e esta imagem se constrói na relação com o outro.

As imagens da velhice, que são tantas e que diferem segundo o gênero, a classe social, a época ou a sociedade, têm como elemento fundamental a imagem corporal, compreendida como a percepção que o indivíduo tem de seu próprio corpo, e que se forma mediante as relações que ele mantém com o meio. Na percepção, a imagem corporal não se limita a uma imagem de corpo, pois nela estão presentes afetos, valores e história pessoal, expressos em gestos, em olhares, no corpo que se move, e que traduzem uma maneira de viver, o que, em outras palavras, é dito por Schilder que “nossa imagem corporal é a expressão de nossa vida emocional e de nossa personalidade”¹³³.

O que define corpo é o seu significado, o fato de ele ser tanto natural como produto da cultura, sua construção que difere para cada pessoa e para cada sociedade, o que vai além das semelhanças biológicas que são universais.

É sob esta perspectiva que procuraremos encontrar o significado de corpo na velhice, no emaranhado de sua complexidade e heterogeneidade, resultante da mútua dependência entre os aspectos biológicos, psicológicos e sociais que interagem no ser humano no processo de envelhecimento como em qualquer outro fenômeno, e que aqui serão tratados como variáveis dentro de um sistema unitário de análise, qual seja, o corpo compreendido como existência.

5.1 A DIMENSÃO BIOLÓGICA NO PROCESSO DE SIGNIFICAÇÃO DO CORPO NA VELHICE

A velhice é inerente ao processo da vida, do mesmo modo que o nascimento, o crescimento, a reprodução e a morte, eventos comuns a todos os seres vivos. Mas nem por isso ela é aceita, e tão pouco justificada, assim como é difícil aceitar a morte. E a velhice acontece no corpo, mas em que corpo se não sabemos defini-lo, se não o conhecemos, se não fomos habituados a compreendê-lo e se não sabemos ouvi-lo? O homem nunca foi corpo e ainda não o é. O homem já foi e continua sendo alma, razão e inteligência.

¹³³ SCHILDER, Paul. **A Imagem do Corpo**. Tradução de Rosanne Wetman. SP: Martins Fontes, 1980. p. 197.

É difícil estabelecer se o centro da questão é a velhice ou é o corpo. Mas a certeza está, como diz Beauvoir¹³⁴, em que ela é vivida no corpo, e uma vez que sabemos que a velhice o habita, o corpo, esse estranho, nos inquieta.

Sob o ponto de vista biológico, o envelhecimento humano produz alterações naturais no organismo traduzidas por um declínio harmônico de todo o conjunto orgânico, podendo ser identificadas nos sistemas cardiovascular, imunológico, endócrino, reprodutor feminino e masculino, músculo-esquelético, nervoso, respiratório, gastrointestinal e renal, como também no sistema colágeno e elástico. As modificações teciduais, principalmente no sistema colágeno e elástico, são as que detém maior preocupação por parte das pessoas entrevistadas, conforme nos foi relatado, justamente porque estão relacionadas com a aparência física, é a estatura que diminui, o peso que aumenta, as orelhas e nariz que se alongam, a pele que fica enrugada, e os cabelos e pelos que branqueiam.

5.1.1 A velhice se revela na aparência

Mesmo que se queira negar a velhice, seus primeiros e mais evidentes sinais se manifestam na aparência, e isto ninguém ignora, de forma que o espelho passa a ser o principal acusador de sua manifestação. A velhice se confirma externamente, através do espelho como elas mesmas disseram, e assim, já não podemos dizer que se trata de uma percepção interior, como muitos gostariam de acreditar.

“A gente achava que não ia chegar na velhice, mas eu vejo pelo espelho.” (Sra I)

O espelho é o grande vilão, é ele que avisa que a velhice chegou para cada um, quando a tendência é sempre pensar que a velhice só acontece com o outro. Principalmente, quando se é jovem, não pensamos que também vamos envelhecer, a velhice está sempre distante. Mas também não significa que pensamos que vamos morrer antes.

¹³⁴ BEAUVOIR, Simone de. **A Velhice**. Tradução de Maria Helena Franco Monteiro. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990. p. 369.

“Eu só me acho velha quando estou me penteando, lá na frente do espelho. Porque é aí que aparece, porque eu vejo as minhas carnes tudo caídas, até que eu não tenho muitas rugas para 81 anos.” (Sra B)

No espelho a pessoa não ignora a sua condição de velhice, até aprende a conviver com a sua imagem, buscando elementos que reforcem a sua auto-estima, bastante afetada pelas mudanças na aparência, e procurando encontrar algo que poderia diferenciá-la dos demais, preservando a sua identidade.

“Olha, analisando bem, cada vez que a gente se olha no espelho é um sufoco, ontem eu não tinha uma ruga que hoje eu tenho, já está caindo aqui, mas se a gente vai se preocupar com isso.” (Sra E)

Não é fácil conviver com a realidade que o espelho revela, a mudança na aparência, e então, é necessário convencer a si próprio de que isto não deve ser motivo de preocupação, talvez pensando que existam coisas mais importantes que a aparência.

“E agora eu me sinto, me olho no espelho digo: bah! isto aqui está caindo, eu era tão diferente, e penso que devo me conscientizar que eu não tenho mais 18 anos”. (Sra L)

A imagem atual revelada pelo espelho é confrontada com a imagem da juventude, modelo idealizado pela sociedade atual. Entretanto, não se trata somente de um modelo corporal, mas de todo um modo de vida. Sobre a imagem da velhice recai o peso da responsabilidade, ausente na juventude, indicando que muita coisa mudou.

“Eu sei que aparece no espelho, na verdade tu está velha, mas não, não porque isto aqui (apontou para a cabeça).” (Sra J)

No espelho, arriscaríamos dizer, a pessoa vive um confronto entre a realidade corporal e o eu ideal, aquele que não se entrega ao mundo das aparências.

“Eu me olho no espelho e acho que estou velha, mas passou, saio dali, já estou rindo, estou brincando, pulando, se tiver que pular uma cerca eu pulo.” (Sra I)

Cada olhar no espelho representa um momento de crise, que segundo Py e Scharfstein¹³⁵, constitui-se do “confronto da estrutura narcísica, que se fixou na construção do corpo ideal, com a verificação realista dos limites inexoráveis que marcam o processo de envelhecimento”. Mas o momento de crise não implica somente na imagem corpórea envelhecida, é como se a pessoa fosse induzida a assumir o que em decorrência viria, ou seja, as mudanças de comportamento por ela incorporada durante toda a sua existência, como adequado a uma pessoa de idade. Como se a velhice se caracterizasse pela tristeza, pela sobriedade e pela incapacidade.

Quando um idoso se olha no espelho, o que este lhe devolve é uma imagem ligada à deterioração, uma imagem com a qual ele não se identifica. Não há alegria, há apenas estranheza, e ele pensa: “esse não sou eu”. Por isso, só o corpo envelhece, só o que é exterior à pessoa. É como diz Beauvoir¹³⁶, “a velhice é particularmente difícil de assumir, porque sempre a consideramos uma espécie estranha: será que me tornei, então, uma outra, enquanto permaneço eu mesma?” O velho é sempre o outro em que não nos reconhecemos.

“Mas eu me sinto horrorosa. Mas a velhice é por fora só, porque por dentro eu ainda me sinto jovem, e isso é o que importa mais, não importa este casco da gente, uma coisa que vai envelhecendo, vai terminando com aquela coisa que a gente estava acostumada a ver ... quando a gente era jovem já se achava feia, imagina agora (riu)”. (Sra L)

É como diz Goldfarb¹³⁷: “A imagem da velhice parece sempre estar ‘fora’, do outro lado, e embora saibamos que ‘aquela’ é a nossa imagem, nos produz uma

¹³⁵ PY, Ligia e SCHARFSTEIN, Eloisa Adler. “Caminhos da maturidade: Representações do corpo, vivências dos afetos e consciência da finitude.” In: NERI, Anita Liberalesso (org.). **Maturidade e velhice: Trajetórias individuais e socioculturais**. Campinas, SP: Papyrus, 2001. p. 123.

¹³⁶ BEAUVOIR, Simone de. op. cit. p. 348.

¹³⁷ GOLDFARB, Delia Catullo. **Tempo e Envelhecimento**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1998. p. 53.

impressão de inquietante estranheza, o apavorante ligado ao familiar.” Apavorante porque a imagem do espelho não corresponde mais a imagem da memória, ela antecipa ou confirma a velhice, enquanto a imagem da memória se mantém idealizada. Então a velhice é só por fora.

Inclusive é mais fácil ver a velhice no outro do que em si próprio. Além do espelho, também o outro nos traz de volta a realidade, fazendo lembrar que também estamos velhos.

“Eu me lembro do meu marido, quando a gente passava pelos amigos, ele dizia assim: Como está velho ele, hem! Eu dizia para ele que deviam estar dizendo a mesma coisa de nós, como envelheceram!” (Sra L)

A velhice se revela nas marcas da passagem do tempo refletidas na imagem do corpo, mas os sentimentos não correspondem. Rubem Alves¹³⁸ fala em tempo dos relógios e tempo do coração para explicar este fenômeno. Diz ele:

O tempo se mede com batidas. Pode ser medido com as batidas de um relógio ou pode ser medido com as batidas do coração. Os gregos, mais sensíveis do que nós, tinham duas palavras diferentes para indicar esses dois tempos. Ao tempo que se mede com as batidas do relógio – embora eles não tivessem relógios como os nossos -, eles davam o nome de *chronos*. Daí a palavra ‘cronômetro’. (...) Há, entretanto, o tempo que se mede com as batidas do coração. Ao coração falta a precisão dos cronômetros. Suas batidas dançam ao ritmo da vida – e da morte. (...) A esse tempo de vida os gregos davam o nome de *kairós* – para o qual não temos correspondente. (...) Quem sabe somar e multiplicar tem a chave para entender as medições de *chronos*. Além disso, havia o espelho: na sua imagem refletida estão as marcas da passagem do tempo, inclusive o cabelo, já branco antes da hora. Mas o coração dele ainda não havia percebido. Coração não entende *chronos*. Coração entende vida. (...) Velhice não se mede pelos números do *chronos*; ela se mede por saudade. Saudade é o corpo brigando com o *chronos*.

¹³⁸ ALVES, Rubem. **As cores do crepúsculo: A estética do envelhecer**. SP: Papirus, 2001. p. 67-69.

De acordo com Rubem Alves é que podemos dizer que a pessoa não ignora sua idade, a sua imagem está aí para revelá-la, mas o coração ainda não percebeu.

5.1.2 O corpo físico e biológico

Com a velhice a aparência do indivíduo se transforma e isto não é fácil de aceitar. A imagem corporal da velhice, é representada pelo declínio físico e visível, e a dificuldade em aceitar este fato induz à existência de um eu visível, que envelhece, e um eu invisível, que se mantém jovem, o que é claramente expressado:

“Envelhecendo eu não estou, pode meu corpo estar.” (Sra A)

Pensar dessa forma é possível por dois motivos: primeiro, porque a pessoa não se vê como corpo, ela apenas o possui. Então, desta forma, pode só o corpo envelhecer, e ela não. Segundo, porque o corpo que é possuído é matéria, e na matéria não tem sentimento.

A dificuldade para definir a velhice, também contribui. Há divergências teóricas até mesmo quanto ao seu início que pode se dar desde a concepção ou a partir da maturação sexual. Suas manifestações, que incluem mudanças na aparência física, mudanças de papéis sociais e falhas de memória, podem ocorrer de diferentes formas, prazos e intensidade para cada pessoa, e talvez, somente quando ela se der em todas as dimensões, se possa dizer que a pessoa envelheceu. Por isso, nas palavras da Sra F, é que envelhecimento “não é só questão do corpo, um pouco na mente, na cabeça, mas começa a te olhar no espelho, a ver as rugas, o corpo se modificando, os cabelos brancos”.

Envelhecimento como uma questão de corpo e mente nos leva a pensar que existe um ser e um parecer velho. O ser velho faz parte da natureza, da condição biológica do homem, enquanto que parecer velho faz parte da cultura, da imagem corporal que é construída por cada sociedade para caracterizar a velhice, e que permite que ela seja negada ou adiada.

5.1.3. A visão mecanicista de corpo

Quanto mais a tecnologia biomédica propõe alternativas de investimento no corpo, mais se perpetua o pensamento do corpo como matéria, e cada vez mais a pessoa dele se distancia e passa a buscar outras formas para a compreensão de si mesma, ou novos significados para a vida, agora mais desprendidos do corpo biológico.

“Corpo para mim é este invólucro que nós temos, os ossos, a pele, as veias, o coração, estômago, enfim, é isto aí que eu considero corpo, e a cabeça naturalmente né, só que a cabeça ...” (Sra B)

O corpo passa a ser sentido como se fosse um outro, algo que precisa ser cuidado e controlado. E é somente através da certeza de que o corpo é um meio para realizar tantas coisas, que o idoso tem consciência do seu valor nesta fase da vida.

“Eu pensei ... se a minha cabeça está funcionando e eu em uma cadeira de rodas não vai adiantar nada, eu vou pensar, mas não vou fazer.” (Sra F)

O corpo sempre foi objeto de atenção e fascinação em toda a história da humanidade, mas nem sempre lhe foi atribuída demasiada importância à aparência, como o é nos tempos atuais. A princípio, o modelo de corpo era fornecido pela ciência dominante, a mecânica, e como consequência, o corpo humano era visualizado como máquina, e esta idéia ainda permanece como podemos verificar, é o corpo que não pode parar.

“Eu acho que uma pessoa que não se movimenta, um órgão que não funciona pára.” (Sra H)

A forma como o idoso vê o seu corpo é resquício dessa visão mecanicista. Assim, a cabeça pensa e o corpo age. Decidir e agir representam a autonomia e a independência, faculdades constantemente ameaçadas pela velhice, e presentes no

imaginário social que a representa, o velho é caduco, o velho é frágil e o velho é incompetente.

“Eu tinha um outro conceito de velhice, de cabeça, não de velhice de corpo, o corpo eu estava vendo que estava decaindo, e eu brigando porque não queria que a minha cabeça parasse. Aí eu atinei que o corpo precisava acompanhar a cabeça, porque senão seria muito pior..” (Sra F)

Assim como é importante, para as pessoas que envelhecem, conservar suas capacidades funcionais como caminhar, subir escadas e pegar ônibus, também é importante poder continuar ocupando-se de seus assuntos pessoais e decidindo sobre suas ações. É desta forma que procuramos entender o que significa uma cabeça que não pode parar e um corpo que deve acompanhar.

5.1.4 A funcionalidade do corpo

O corpo físico envelhecido é percebido mais intensamente em relação ao declínio das suas funções, do que pela mudança na aparência, como muitos querem acreditar. A imagem do espelho é um fenômeno que anuncia a velhice em termos de estética, mas a velhice também se faz acompanhar de outras alterações nem sempre tão aparentes, relacionadas à funcionalidade.

“Mudança que eu senti com o envelhecimento foi as pernas um pouco mais flácidas e tudo o mais, isso aí é o que eu senti.” (Sra C)

“Só consigo perceber que minha amiga tem 73 anos quando ela coloca sapatos de salto, aí caminha com passos bem miúdos; e também pela surdez, que ela não admite, deixa de saber das coisas porque não diz que não houve, e faz muita confusão.” (Sra F)

“Meu corpo está assim, eu estou redonda. Eu tenho que me contentar.” (Sra F)

“Interessante que até caminhar de velho eu não tenho, porque uma pessoa de uma certa idade, ela tem aquele caminhar, aquele passinho miudinho.” (Sra J)

Embora não ocorra da mesma forma, nem na mesma época para todas as pessoas, não podemos negar que, a medida que o tempo se impõe, a execução do gesto motor se deprecia, a agilidade diminui, a plasticidade vai se tornando rude, a coordenação vai se tornando alterada pela falta do ritmo e da seqüência natural dos movimentos, e isto passa a ser motivo de preocupação. Então, podemos dizer que, chega uma hora em que a realidade natural e concreta da velhice é incorporada, e é neste momento que o significado do corpo se volta à funcionalidade. Já não é necessário um corpo belo, mas sim um corpo saudável:

“Eu acho assim, que a gente sente um envelhecimento no corpo, sente mais flacidez, mas eu acho que enquanto a gente está mais parada, eu sinto uma diferença depois que comecei a fazer mais exercícios, aí eu me sinto mais ágil, dá para subir escadas e tudo o mais.” (Sra C)

O reconhecimento das limitações do corpo, decorrentes do envelhecimento, não deve ser interpretado como uma forma de admitir que a velhice seja um processo involutivo, principalmente, quando a pessoa consciente de suas limitações busca alternativas para a estimulação das funções do organismo, visando melhorar seu desempenho.

5.1.5 Velhice como sinônimo de doença

As doenças são estigmas do envelhecimento. Há uma relação de reciprocidade entre velhice e doença, tão enraizada, que fica difícil lembrar que doença é acidente, e que pode acontecer a qualquer pessoa, em qualquer idade, enquanto que a velhice consiste em uma etapa da vida e que só não envelhece quem morre cedo. Mas com a velhice, afirmam muitos autores, o organismo se torna mais suscetível à doença e muitos adoecem, por isso a associação entre velhice e doença. Parece que, ao atingir determinada idade, a pessoa adquire obrigatoriamente doenças, nem lembram que existem pessoas idosas e pessoas

idosas doentes. A Sra B é um exemplo de velhice sem doença, aos seus 81 anos de idade.

“Eu sou uma idosa feliz da vida, de bem com a vida, e Deus está me dando esta graça de eu ter saúde até esta idade.” (Sra B)

Ter saúde é uma graça de Deus, porque o que todos esperam, o que não significa que desejam, é que, a medida que os anos avançam, as doenças apareçam. Há inclusive, na medicina, um rol de doenças comuns ao envelhecimento das quais todos têm conhecimento e esperam encontrar em si como um indicativo de velhice. E isto é possível constatar nas próprias entrevistas:

“Graças a Deus não tenho aquelas doenças de velho”. (Sra C)

“Eu não me acho velha, não me sinto velha, não tenho dor.” (Sra H)

“E eu não sinto assim ... que eu sou diferente agora ... eu sinto assim que o velho... a minha própria sogra dizia, com a idade vem a doença, com a idade vem isso, com a idade vem aquilo. E eu até agora não senti isso”. (Sra H)

Então velho tem que ser doente, esta é a definição de velhice para muitas pessoas. O que a Sra H tentava dizer é que sempre aprendeu que todo o velho é doente e tem muitas limitações. Chegando aos 60 anos, sem perceber diferenças na sua rotina e nem apresentar sintomas de doença, ela não se considera velha.

Declínio orgânico e doenças que surgem com o envelhecimento, eis o que justifica tantos estudos e teorias, que na maioria das vezes, apontam a doença como consequência do declínio. Mas Forette¹³⁹, médica, gerontóloga e professora, lembra em seu livro que algumas pesquisas realizadas demonstram exatamente o contrário, ou seja, que a diminuição em algumas das funções vitais, advindas com a idade, não provém do envelhecimento, mas sim de doenças. Em consequência, ela atribui

¹³⁹ FORETTE, Françoise. **A revolução da longevidade**. Tradução de Miranda Jacob. São Paulo: Globo, 1998.

grande importância à prevenção de doenças através de medidas simples como exames periódicos, utilização de medicamentos para o controle de alterações metabólicas que poderiam evoluir para a enfermidade, e a recomendação da atividade, mais especificamente o exercício físico.

“É importante envelhecer com saúde, acho que se deve fazer exercícios, ouço falar e vejo na televisão.” (Sra F)

A prevenção já é uma medida amplamente divulgada e adotada pela maioria das pessoas, é o que eles chamam de cuidar do corpo:

“eu cuido do meu corpo, que eu sofro se eu não cuidar, porque eu tenho vários problemas de saúde, e se eu não me cuido, é claro que eu vou morrer bem antes do que eu pretendo. ... E tenho dores, então é uma coisa que me leva a cuidar do corpo.” (Sra A)

Com o avanço da idade muitas alterações vão ocorrendo, envelhecer é conviver com o desespero de ver desaparecer progressivamente os atributos da juventude e com o medo, devido a crença de que o envelhecimento é sempre patológico, entretanto, doenças até poderão advir, mas não necessariamente. A estimulação constante das funções essenciais do organismo diminuem a sensação de insatisfação com o desempenho que se julga ameaçado, então o exercício é indicado. Os investimentos no corpo, pelas pessoas idosas, visam minimizar ou retardar a degeneração do envelhecimento, o que lhes assegura um sentimento de auto-eficácia, rompendo com uma concepção negativa de velhice que poderia levá-los a incorporar um sentimento de incompetência, subestimando o seu potencial físico e motor.

A velhice, como última etapa da vida, sempre lembra a finitude da existência, realidade de todos os seres vivos.

“Porque o tempo vai atingir todo o mundo se não morrer moço. A gente tem que se conformar com este outro lado da gente.” (Sra E)

Nas palavras de Zuben¹⁴⁰ “o envelhecer é o signo mais expressivo da experiência - limite do ser humano, que é o *ser-para-a-morte*. O homem é o ser que se sabe mortal, em trânsito”. Mas esta certeza não basta para aplacar a angústia e a necessidade daí decorrente de se interrogar sobre o sentido e o valor da vida humana. Diante de tais incertezas só resta a conformação.

5.1.6 A velhice pode ser adiada

No que diz respeito à ciência, não podemos ignorar a contribuição de seus estudos para o processo de envelhecimento, de forma que muitas doenças podem ser controladas e com isto as pessoas estão vivendo mais. Quanto a velhice, esta pode ser cada vez mais adiada, com o uso de cosméticos, práticas corporais, cirurgias plásticas e tantas outras intervenções.

A medida que cresce o estudo do envelhecimento muitos mitos e folclores sobre esse processo são desestabilizados, e seus resultados já estão comprovados: verificamos um retardamento da velhice, redução de doenças e já podemos falar em envelhecimento saudável e envelhecimento bem-sucedido. Muitas teorias se sucedem e se complementam, uma vez que, sozinha, nenhuma consegue explicar o porque envelhecemos, mas a cada fator isolado, e exaustivamente estudado, corresponde uma intervenção no processo com grandes benefícios para as pessoas, e este já é um fato reconhecido conforme manifestaram.

“Ainda bem que a gente está vivendo mais tempo, a medicina está evoluindo, está morrendo menos gente agora. Muita gente se queixa deste mundo, mas ninguém quer partir.” (Sra L)

Os avanços da ciência realimentam o mito da eterna juventude e da imortalidade existente desde a criação da humanidade, e quem sabe ainda possa ser descoberta uma pílula anti-envelhecimento.

¹⁴⁰ ZUBEN, Newton Aquiles von. “Envelhecimento: metamorfose de sentido sob o signo da finitude.” In: NERI, Anita Liberalesso (org.). **Maturidade e velhice: Trajetórias individuais e socioculturais**. Campinas, SP: Papirus, 2001. p. 151.

“A ciência evoluiu, hoje tem muitos recursos. Seria ótimo se tivesse um remédio para não envelhecer, mas isto não tem como.” (Sra F)

O fato mais importante é que as pessoas vivem mais tempo e melhor, graças aos processos da higiene, aos avanços da medicina e ao desenvolvimento sócio-econômico. Hoje, uma pessoa de 80 anos não se parece em quase nada com um velho de menos idade, inclusive, há pouco tempo atrás. Entretanto, melhores condições de vida não se devem somente às ciências biomédicas, pois os fatores biológicos do envelhecimento acarretam mudanças psicológicas e sociais.

Por isso, não é só no coração, como afirmou Rubem Alves, que a pessoa não percebe que a velhice chegou, pois a mudança na imagem, ocorre bem mais cedo do que as demais alterações que poderão advir com o envelhecimento. Vivendo mais e em melhores condições de saúde, conseqüentemente, as pessoas estão se mantendo aptas para o trabalho, e quanto as marcas do tempo, estas podem ser amenizadas.

“Eu com 66 anos ainda não vi a velhice chegar, em nada, nem no trabalho, nem no corpo, eu não vejo né. Também, se eu vejo um cabelo branco já corro no espelho, agora eu vou fazer tudo de novo, plástica no rosto”. (Sra. F)

Sob a ótica do capitalismo o corpo se apresenta como portador de deficiências e desejos, e o mercado de consumo alcança a velhice disponibilizando produtos e serviços especializados, de forma a induzir que só é velho quem quer. O corpo do idoso, como consumista, está integrado à sociedade, diferentemente, do corpo produtivo da modernidade, para o qual o valor do corpo estava na capacidade de produzir, e o corpo do idoso não era reconhecido como produtor, sendo então, marginalizado.

5.1.7 A utopia do corpo jovem

No mundo das aparências, o corpo envelhecido perde seu significado quando deixa de apresentar as características do corpo jovem, altamente valorizadas na

sociedade contemporânea. É como se o corpo perdesse o sentido ou deixasse de existir:

“Do meu corpo já nem sei. Eu tive corpo. Agora eu não tenho, eu nem considero mais (e riu muito)”. (Sra J)

O depoimento anterior e o que vem a seguir confirmam que o corpo considerado é o corpo jovem, e que aceitar o corpo envelhecido não é tarefa fácil. Há rejeição, há tristeza, há tendência ao isolamento, há perda de prazer, mas reconhecem que são momentos a serem superados, o que implica em revisão de valores.

“Nós não podemos ficar assim atirados e pensando, puxa, eu estou envelhecendo a cada dia, a cada dia que passa eu fico mais velha e aquela coisa toda, a pessoa está pensando no corpo dela, que ela não tem”. (Sra E)

A Sra E. está referindo-se à mudanças que se operam no corpo, que o afastam do padrão de beleza que vigora na sociedade e que é valor para cada um. Mudanças são, na maioria das vezes, penosas, e implicam em um trabalho psíquico de adequação. Mas, ao que parece, nada é suficiente para apagar essas diferenças:

“Mas a velhice é fogo sabe, eu agora já nem me importo muito, eu digo eu sou assim e ...”. (Sra L)

É difícil aceitar o corpo envelhecido, como diz a Sra L, ela reconhece que é assim, tem que conviver com isto, mas a insatisfação permanece. Ela não diz eu não me importo, mas já não me importo muito. Importa sim, porque para a mulher é especialmente difícil aceitar a realidade do corpo envelhecido, porque é o corpo feminino o mais visado para representar e divulgar o conceito de beleza vigente.

5.1.8 O corpo hierarquicamente inferior à mente

As freqüentes referências à cabeça, à mente e ao cérebro, representam o temor à deterioração intelectual que crêem acompanhar o envelhecimento. Ao fazerem a distinção entre cabeça (no sentido figurado) e corpo ficam confusos, pois reconhecem que também a cabeça faz parte do corpo. A mente não é uma instância abstrata e separada do cérebro, isto é, ela é encarnada no cérebro e, portanto, no corpo. Observa-se que ao conceberem corpo e cabeça distintamente, estão reproduzindo a condição hierarquicamente inferior a qual o corpo foi historicamente submetido.

“O corpo tem que ser saudável, e uma mente sã para poder carregar o corpo. É a tua cabeça que vai levar o teu corpo.” (Sra B)

A unidade do corpo se dá, nesse caso, em decorrência do reconhecimento de que é necessário preservar as diferentes funções, uma vez que nem todas as pessoas estão condenadas à perda de memória e à redução da capacidade intelectual, assim como não estão às limitações funcionais. Mas toda a nossa forma de pensar tem por base a dualidade, traduzindo um conflito como foi possível observar nos depoimentos, conflito entre saúde e doença, interior e exterior, corpo e mente, aparência e existência.

Às visões dualistas e mecanicistas que se perpetuam na compreensão de corpo, soma-se a contribuição da igreja com a sua percepção de corpo como carne, em oposição ao espírito:

“O corpo foi criado por Deus para a gestação, para botar os filhos no mundo ... e o coração para sentir.” (Sra C)

O corpo como carne, é origem do pecado, sede de todos os prazeres mundanos dos quais o homem deve se abster, voltando-se a sua função reprodutiva. O sentimento, cuja sede é o coração, é nobre e não deve envolver-se

com os prazeres carnis, o que nos leva à transcendência, se contrapondo à finitude do corpo-matéria.

5.2 A DIMENSÃO PSICOLÓGICA NO PROCESSO DE SIGNIFICAÇÃO DO CORPO NA VELHICE

Para cada pessoa que conhecemos, existe um corpo, e para cada corpo uma cabeça. Isto porque na velhice, para cada pessoa existe um corpo que envelhece e uma cabeça que pretende se manter jovem. A cabeça é o lugar de resistência e negação da velhice.

Cabeça, cérebro, mente, espírito, memória e sentimentos foram referidos nas entrevistas reproduzindo a idéia de corpo depositário de algo distintivo que nos faz humanos, como se existisse um eu independente do corpo, herança da tradição cartesiana.

5.2.1. A velhice como uma questão de cabeça

A cabeça é compreendida como a sede dos pensamentos, das emoções, da identidade, da personalidade e do comportamento, com a idéia de que tudo isso possa ocorrer desvinculadamente do corpo que é gordo ou magro, velho ou jovem, ágil ou lento. Esta situação nos leva a fazer uma distinção entre envelhecimento biológico e envelhecimento psíquico, ou seja, entre o que acontece no corpo e o que se passa na cabeça, o que não é tão simples, porque não podemos ignorar que exista uma inter-relação entre ambos, e nem mesmo, que cabeça também é corpo.

5.2.1.1 A cabeça representa o centro de comando

A Sra G. manifestou claramente a idéia de duas velhices, uma de corpo e outra de cabeça:

“eu tinha um outro conceito de velhice, diferente, de cabeça, não de velhice de corpo, o corpo eu estava vendo que estava decaindo, decaindo, e eu brigando

porque não queria que a minha cabeça parasse”, (...) “aí eu atinei que o corpo precisava acompanhar a cabeça, porque senão seria muito pior”.

Antes disso ela já havia falado que “velhice é cabeça, então eu não vou ficar velha”, resta-nos entender o que significaria para ela velhice de cabeça.

Pensamos que velhice como uma questão de cabeça possa estar relacionada ao senso de controle e o que ele representa no envelhecimento. Segundo Goldstein, o senso de controle “se expressa como a tendência a agir e a sentir-se como alguém que pode influenciar as várias situações da vida, como alguém que exerce uma influência definitiva nos acontecimentos, seja por meio do exercício de habilidades, seja mediante o conhecimento, a imaginação, o desejo ou a escolha.”¹⁴¹ Como é importante para a pessoa poder determinar sua vida e manter sua autonomia, e ela atribui este controle à cabeça, daí a necessidade de sua preservação. Mas aí ela se dá conta de que a cabeça não é tão autônoma quanto parece, ela precisa do corpo para agir.

Lembrei-me do que aprendemos na escola, que o corpo humano constitui-se de cabeça, tronco e membros, o que parece não fazer mais sentido. Parece agora, que o ser humano é cabeça e corpo, dada à autonomia que lhe é atribuída.

A cabeça se confirma como centro de comando através das palavras da Sra B:

“é a tua cabeça que vai levar o teu corpo”(Sra B)

A cabeça representa o centro de comando, o centro de controle, o centro das decisões, o centro da vontade, nas palavras das entrevistadas, e neste sentido ela carrega o corpo. O corpo carregado equivale ao corpo compreendido como máquina, como objeto, portanto manipulável, disciplinável e controlável.

¹⁴¹ GOLDSTEIN, Lucila L. “No comando da própria vida: A importância de crenças e comportamentos de controle para o bem-estar na velhice. In: NERI, Anita Liberalesso e FREIRE, Sueli Aparecida. (orgs.). **E por falar em boa velhice**. Campinas, SP: Papirus, 2000. p. 55

5.2.1.2 A cabeça representa o centro da memória

A cabeça também representa o centro da memória, e a falta de memória é uma das queixas mais freqüentes dos idosos. Serve, inclusive, para caracterizar a velhice. Memória é assunto das conversas informais entre os participantes do Projeto CELARI. Outro dia, ouvi uma conversa entre eles sobre os esquecimentos que acontecem no dia a dia, eram histórias cômicas até. O interessante, é que as histórias contadas não aconteciam somente com pessoas idosas, o que fez com que uma dissesse: “quando acontece conosco é da idade, mas jovem também esquece.”

Tipos de esquecimento, esquecimento entre jovens e velhos, podem ser explicados pela existência de diferentes tipos de memória, e não é a memória, na sua totalidade que é afetada com o envelhecimento, é somente a memória recente.

A Sra A nos faz lembrar que a memória não se traduz no simples fato de lembrar ou esquecer, mas pela sua importância para a existência de cada um:

“A cabeça, nós temos algo dentro que nem os médicos sabem explicar, a gente guarda muita coisa, muitos pensamentos antigos, coisas que nos ocorreram quando crianças que hoje a gente não guarda, aconteceu um fato a semana passada eu não me lembro hoje, e me lembro de muitos fatos que aconteceram há 40, 50 anos atrás. ... Então nós temos, eu acho que nós temos um recipiente no cérebro que guarda isto, então eu procuro preservar o meu cérebro.” (Sra A)

A necessidade de preservação do cérebro, apontada pela Sra A, decorre da necessidade de preservação de suas lembranças, aspectos tão subjetivos, tão próprios da sua particular existência e de tanta importância que, à sua maneira de ver, seria de difícil compreensão para os médicos. Por outro lado, ela parece encarar com naturalidade o esquecimento de fatos recentes. De fato, a memória recente, de curto prazo, diminui com a idade. Já a memória remota, permanece inalterada com o envelhecimento. A memória remota, por ser responsável pela preservação das lembranças, exerce importante papel na preservação da identidade.

As lembranças são conteúdos ou produtos da memória classificados por alguns autores como “revisão de vida”, que é uma forma de lembrança intencional, estruturada em torno de eventos de transição e aplicada à avaliação de si mesmo e da própria existência, muito freqüente na meia-idade e na velhice.

Existe uma crença generalizada de que, com a velhice, a memória, a inteligência e a aprendizagem declinam, o que, em parte, é verdade, pois implica em ignorar a possibilidade de novas experiências que poderiam proporcionar o devido equilíbrio entre as perdas e ganhos, preconizados pela teoria do curso de vida. Um bom exemplo desta generalização com relação à memória é o que nos colocou a Sra H:

“Um dia a minha cunhada chegou para mim e disse: de vez em quando tu não ficas esquecida? Eu disse não. Ela disse: mas vai ficar porque a idade está chegando.”

O fato de a Sra H não ter dado demasiada importância à observação de sua cunhada pode ser interpretado de diferentes formas. Como auto-confiança, demonstrando acreditar nas suas potencialidades; como descrédito, pensando que com ela não vai acontecer; ou como alguém consciente de que, na ausência de uma patologia, lhe cabe a responsabilidade de buscar, por todos os meios, mantê-la dentro dos limites de sua plasticidade.

A Sra G revelou-se preocupada com a preservação de sua memória relatando algumas das formas por ela adotadas com o objetivo de exercitá-la:

“Tive uma memória excelente, já não é mais, mas ainda está melhor do que muita gente, isto sim. (...) Continuo fazendo associações até para a lista de compras (o que sempre fiz para gravar números de telefone).”

Ao referir-se à memorização da lista de compras observou que “*eu não faço mais rancho para não depender de ninguém, compro aos poucos.*” Associando este fato às demais observações que se seguiram constatamos que a preocupação com

a memória é uma constante para ela, e que está relacionada a sua expectativa quanto a preservação da autonomia e independência.

Suas técnicas de memorização se reportam à infância e àquilo que lhe dá prazer:

“Há outra coisa que eu fazia e ando com preguiça de fazer, eu fazia desde menina. Na minha casa só tinha rádio, se eu queria decorar uma musiquinha de carnaval eu escrevia. (...) Então eu cheguei a conclusão que eu tenho que decorar alguma coisa, uma coisa interessante como poesia. Outro dia eu disse, vou ter que aprender a gravar música de novo, mas não estas que estão por aí como o “Tchan”. (...) Outro dia eu encontrei um pensamento no ônibus que me interessou muito. Passei a tarde inteira decorando o verso, quando cheguei em casa só lembrava a primeira estrofe. Voltei a fazer minhas associações malucas, porque juntando as primeiras letras ou palavras é mais fácil do que decorar o verso inteiro.”.

Ela demonstra ter conhecimento de que as perdas relacionadas à memória podem ser compensadas pelo uso de técnicas de memorização e se vale de atividades cotidianas para o seu treinamento.

A Sra G revelou-nos também que não desacredita na sua capacidade para a aprendizagem ao manifestar seu interesse pela dança flamenca, desde que respeitadas as suas limitações.

“Eu vi na televisão uma escola que está ensinando dança flamenca e a dança flamenca é um negócio que me atrai muito, pelo ritmo, e eu achei muito bacana porque uma perguntou que idade que era, e ela disse de 8 a 80 anos, e a que estava fazendo a entrevista disse: ah! então a gente começa pela castanhola. E a resposta foi que não, começa pela postura, depois o sapateado, depois as mãos, eu monto o conjunto, depois eu ponho as castanholas. Então eu achei muito bacana, porque é uma coisa muito organizada, que você aprende devagar. (...) Se não for muito caro eu vou entrar, porque você se conscientiza do corpo inteiro, não que eu queira ser bailarina e desfilar com aqueles vestidos lindos, nem cabelo para isto eu

tenho, mas é esta conscientização do corpo, você tem que dançar assim, prestando atenção no pé, porque a outra dança você dança automático.”

A situação apresentada pela Sra G, qual seja, seu interesse em aprender a dança flamenca, é abordada na literatura com a denominação de “evento de desejo”, uma vez que resulta de sua própria iniciativa, e do qual ela se vale para colocar à prova o seu senso de controle que está diretamente relacionado com a sua capacidade cognitiva, e assim obter satisfação pessoal. Os “eventos de desejo” são as atividades que os idosos procuram por livre escolha, que lhes são potencialmente agradáveis e que podem contribuir para o seu crescimento pessoal ou para contrabalançar as perdas inerentes a este estágio de vida.

A aprendizagem na velhice é respaldada pela corrente teórica conhecida como “curso de vida”, que vê esta etapa da vida como uma fase com potencial para crescimento, repercutindo em mudança na visão de velhice, que passa a ser um tempo para novas liberdades, para explorações pessoais excitantes, para crescimento psíquico e prazer de viver.

5.2.1.3. A cabeça representa a sede dos sentimentos

Como as mudanças na imagem da velhice não ocorrem tão rapidamente quanto na forma de vivê-la, a velhice passa a ser encarada como sentimento ou estado de espírito. Nesse contexto a cabeça representa a sede dos sentimentos de velhice:

“Seria a minha cabeça, o meu espírito, que eu não me acho velha, não me sinto velha, eu não me vejo assim. (Sra A)

A velhice no corpo é aparente, é visível, mas na cabeça ela é um sentimento. Por isso a Sra A diz:

“Envelhecendo eu não estou, pode meu corpo estar.”

Ser velho, de acordo com a concepção vigente, é portar estereótipos negativos, o que pressupõe mudanças radicais no comportamento, desde a forma de vestir-se até a maneira de relacionar-se. Quando o sujeito da representação, no caso o idoso, com suas atividades próprias, não se identifica com os estereótipos de velhice, que seriam coisas externas, portanto, materiais, ele se utiliza do espírito em oposição às coisas representadas. Espírito, conforme o dicionário, vem do latim *spiritu*, é a parte imaterial do ser humano; alma. Na filosofia significa o pensamento em geral, o sujeito da representação, com suas atividades próprias, e que se opõe às coisas representadas; à matéria ou à natureza. E é do espírito que as pessoas idosas se valem para justificar uma dissociação entre o corpo envelhecido e a sua maneira de viver.

Não achar-se, não sentir-se e não ver-se velha, também pode ser explicado através do conceito de “idade psicológica”, na sua relação com o senso subjetivo de idade. O senso subjetivo de idade, segundo Neri, “é atribuído à maneira como cada indivíduo avalia, em si mesmo, a presença ou a ausência de marcadores biológicos, sociais e psicológicos da idade, com base em mecanismos de comparação social mediados por normas etárias.”¹⁴² Com esse mesmo sentido, qual seja, de que velhice independe de idade cronológica e de outros marcadores sociais, é que acreditam que a velhice é um “estado de espírito”.

“Então para mim isto aí é a velhice, tanto a idade, como espiritualmente, a pessoa que se sente mais velha, gente nova ainda”. (Sra E)

Uma pessoa é reconhecida como velha devido aos anos já vividos, que lhe impõem esta condição; isto é velhice por idade. Entretanto, outras pessoas, independente da idade, podem ser consideradas velhas pelos outros, por portar-se como tal, o que implica na adoção de estereótipos, revelando um sentimento de conformação com a vida. O sentimento de conformação com a vida pode ser expresso através da tristeza e da sobriedade.

¹⁴² NERI, Anita Liberalesso. “O fruto dá sementes: Processos de amadurecimento e envelhecimento.” In: NERI, Anita Liberalesso (org.). **Maturidade e Velhice: Trajetórias individuais e socioculturais**. Campinas, SP: Papirus, 2001. p.43.

“Tem pessoas novas que se sentem velhas, tem, não sei se é por motivo da vida, o que é”. (Sra E)

Podemos entender “por motivo da vida” a ocorrência de uma série de eventos traumáticos ou a dificuldade de algumas pessoas para superarem as perdas que ocorrem com o envelhecimento, o que pode levar ao questionamento quanto ao sentido de vida. Todos buscam um sentido de vida, e é ele que alimenta o desejo de viver. A ausência de metas ou de um propósito a ser alcançado corresponde a uma vida sem sentido, o que pode levar à depressão, que é tão comum entre os idosos.

Um dos indicadores dos próprios idosos para considerar uma pessoa velha é o grau de satisfação com a vida, que está diretamente relacionado ao sentido que dá a sua vida, e que se expressa pela participação:

“Uma pessoa velha para mim é quando ela não tem mais sentido de vida, eu conheço gente assim, de ficar no canto dela, dentro de casa, sem ter as atividades que a gente tem aqui, é só aquela vidinha ali, esperando chegar a hora dela.” (Sra E)

Referir-se à cabeça, ao espírito e à mente, também pode ser uma forma de referência a um estado de bem-estar psicológico ou emocional:

“Nós temos que pensar é no espírito da gente, porque eu vejo criaturas assim como a Zoé, ela tem uma mente, é o espírito né, sempre alegre, feliz da vida, ninguém diz que ela tem aquela idade (79 anos), por isso que eu digo, hoje o que conta é o espírito”. (Sra E)

O espírito, a mente da senhora citada, podem ser compreendidos como um estado positivo de bem-estar emocional pelo fato de estar sempre alegre e disposta, para a idade que tem, que ressaltada desta forma, está considerada uma idade avançada.

5.2.2 Velhice e bem-estar emocional

Bem-estar emocional ou psicológico, segundo Lee e Ishi-Kuntz¹⁴³, “refere-se ao estado da mente, incluindo sentimentos de felicidade, contentamento e satisfação com as condições da própria vida”. Também pode ser referido como moral, estado de espírito e satisfação, segundo a revisão de literatura feita pelos mesmos autores.

A satisfação com a vida pode manter-se elevada na velhice, especialmente quando os indivíduos estão empenhados no alcance de metas significativas de vida e na manutenção ou no restabelecimento do bem-estar emocional.

“O corpo tem a ver com a vivência da pessoa, do como ela vive. Por exemplo, se tu és uma pessoa mais quieta, fechada dentro de casa, o teu corpo vai responder de uma maneira, se tu és assim ... já sai como eu, vem fazer exercícios, por mais leve que seja, já ... a saúde é outra, entendeu? Então por isso que eu procuro sempre estar de bem com a vida, tanto fisicamente, como aqui (apontou para a cabeça)”. (Sra A)

Na verdade, o que todos pretendem é manter a integridade mental e física até os últimos anos de vida.

Estar de bem com a vida implica em satisfação, e satisfação corresponde ao bem-estar físico e emocional, que requer um envolvimento total da pessoa, em completa interação com o meio. Movimentar-se, exercitar-se, ter iniciativa, e comunicar-se, enfim, é o que representa o ser humano na sua completa expressão.

A percepção da velhice está diretamente relacionada ao bem-estar emocional, de forma que pessoas da mesma idade cronológica podem se sentir velhas ou não, assim como, as pessoas podem sentir-se velhas em decorrência de eventos estressantes, eventos que ocorrem na vida em determinado momento e que representam um momento de transição como luto, separação, doença, etc.

¹⁴³ LEE e ISHI-KUNTZ apud DEPS, Vera Lúcia. “Atividade e Bem-estar Psicológico na Maturidade.” In: NERI, Anita Liberalesso (org.). **Qualidade de Vida e Idade Madura**. Campinas, SP: Papyrus, 1993. p. 57

“Eu comecei a sentir o meu envelhecimento depois da morte do meu marido.”
(Sra L)

“Eu nunca me preparei para me separar, porque as vezes a gente se prepara para as coisas. ... E quanto a eu me achar velha, durou só aquele tempinho que doeu”. (Sra D)

A aceitação da velhice não como um sentimento, mas como uma etapa de vida, implica em um reposicionamento de seus valores, implica em um voltar-se para dentro de si mesmo.

“Acho que a gente deve pensar mais na parte de dentro da gente, o que a gente tem na cabeça”. (Sra E)

Na verdade, o que observa-se é uma tendência à referirem-se à velhice como algo que está longe delas, algo que preferem evitar. Em parte, isto se deve a existência de preconceitos com relação à velhice, mesmo na presença de evidências de que a incapacidade não é inevitável e de que muitos velhos podem manter altos padrões de desempenho físico e cognitivo.

5.2.3 Velhice e personalidade

O que cada um tem dentro de si, o que o torna único, é a personalidade e esta não muda com a velhice.

A personalidade é um traço humano bastante complexo, ela compreende, entre outros conceitos, a “identidade”, a “auto-imagem”, o autoconceito” e a “auto-estima”, de grande importância na avaliação que o indivíduo realiza sobre as suas capacidades para aferir seu bem-estar subjetivo, utilizando-se para tal, dos critérios pessoais conjugados com os valores e expectativas da sociedade.

“Eu precisava de alguém que levantasse a minha auto-estima que estava lá embaixo, eu não me sentia mais útil para nada devido as perdas que eu tive. (...)

Eu chegava lá, ah que bonita que tu estás, esse cabelinho bonito, ah que roupa bonita, e aquilo vai levantando o ânimo da gente.” (Sra A)

Auto-estimar-se é gostar de si mesmo. Mas não se trata de arrogância ou egocentrismo. É gostar do que realmente é, aceitando suas habilidades e suas limitações. Mas o homem não vive isolado, portanto, para gostar de si mesmo, ele precisa do reconhecimento da sociedade, precisa saber se o seu desempenho corresponde às expectativas do outro.

Para gostar de si mesmo é preciso, primeiro, se conhecer. Conhecer-se implica em ter uma identidade. A identidade, segundo Erbolato¹⁴⁴, “envolve perceber-se como um ser único: uma pessoa com um corpo que é só dela, com idéias próprias, com crenças, desejos, motivações, valores morais e espirituais, projetos de vida, com sua maneira peculiar de enfrentar desafios, lidar com problemas, reagir diante de acontecimentos alegres e tristes.” Mas isto não acontece sem a contribuição do outro, uma vez que vivemos em sociedade.

Na construção da identidade a pessoa se distancia e se diferencia dos demais. E tendo a certeza de quem é, a necessidade seguinte é se assemelhar aos demais, processo que faz parte da integração ao meio social. A integração ao meio social pressupõe a aceitação de regras e de padrões de comportamento convencionados como “desejáveis”. Se os comportamentos ou valores da pessoa diferem muito do grupo social ela tende a ser marginalizada. A utilidade e a aparência, são elementos utilizados para a avaliação do indivíduo no grupo social.

“Aí me deu aquilo, eu não sirvo para mais nada, eu estou velha”. (Sra D)

A auto-estima opera em conjunto com a identidade, a auto-imagem e o auto-conceito, só é fácil de separá-los como conceitos.

¹⁴⁴ ERBOLATO, Regina M. P. Leite. “Gostando de si mesmo: a auto-estima”. In: NERI, Anita Liberalesso e FREIRE, Sueli Aparecida. **E por falar em boa velhice**. Campinas, SP: Papirus, 2000. p. 35.

A auto-imagem implica na forma como nos vemos, de como pensamos que somos e de como achamos que os outros nos vêem, e a partir dela formamos um auto-conceito. A auto-estima é o nosso julgamento sobre o como nos vemos. Ela pode ser positiva ou negativa. E é de acordo com essa avaliação que conduzimos nosso comportamento. Um julgamento positivo depende não apenas de nós, mas também das comparações que fazemos entre nós e as outras pessoas.

Sentir-se velha ou sentir-se jovem é a expressão resultante do julgamento da pessoa quanto a forma como se vê. Como o termo velhice é carregado de preconceitos e de expectativa de condutas específicas a um grupo etário tendendo à sua marginalização, à sua exclusão, a pessoa não se sente velha quando o resultado de sua avaliação é positivo, quando se sente perfeitamente integrada à sociedade.

“Então me senti mais jovem, não estava tão velha assim, porque o neto estava me procurando para contar coisas da vidinha dele, se fosse muito velha ele não procuraria a avó”. (Sra A)

Os próprios idosos mostram-se surpresos quando o seu comportamento contraria a expectativa de que deva haver conflito entre gerações. Faz parte dos preconceitos com relação à velhice julgar que todos os idosos têm idéias ultrapassadas e que não acompanham a evolução dos jovens.

A idéia que cada um tem sobre a velhice continua sendo de que esta é uma etapa da vida caracterizada pelo isolamento, recolhimento, privação, moderação e temperança, e quando isto não ocorre, a pessoa não se considera velha.

“Na cabeça eu sou nova porque eu gosto de tudo que é fuzarca, eu gosto de dançar, eu gosto de comer, eu gosto de reunião, eu gosto de gente. Eu acho que tem velho que não gosta de gente, gosta de estar sozinho, quieto”. (Sra D)

O significado de corpo na velhice está na cabeça e no que ela representa, a possibilidade de manter a autonomia até o final da existência, preservando a

identidade da pessoa que a sente ameaçada diante de tantas mudanças que podem alterar a sua maneira de ser, na sua mais completa forma que é a de ver, ouvir, sentir e agir, diante da dúvida que a todos persegue: será que deixarei de ser eu, da forma como me conheço, porque envelheci?

5.3 A DIMENSÃO SOCIAL NO PROCESSO DE SIGNIFICAÇÃO DO CORPO NA VELHICE

A velhice, como já vimos, está sendo cada vez mais adiada. Biologicamente, porque as pessoas estão vivendo mais, psicologicamente, porque estão vivendo melhor e com isto não se sentem velhos, e socialmente, porque as grandes mudanças de comportamento fazem desaparecer os limites etários. Arriscaríamos dizer que é na dimensão social que melhor se percebe este adiamento, por ser a mais visível, a que coloca em evidência as mudanças no comportamento das pessoas mais velhas, e com isto tem maior repercussão na sociedade.

A mudança mais evidente que se percebe na velhice hoje, se comparada a outras épocas, é a mudança na sua imagem, o que pode ser percebido pela forma como os idosos se vestem e se comportam atualmente, e isto acontece graças ao espaço que foi aberto pela sociedade ao criar atividades próprias a este grupo etário.

5.3.1 A velhice em outras épocas

Os próprios idosos traçam um comparativo entre a forma como a velhice era vivida e as experiências atuais de envelhecimento:

“Naquele tempo (o da sua infância e adolescência) as pessoas envelheciam muito cedo. A gente via as velhinhas tudo assim, curvadas, então a gente achava que tinha 90 anos, sei lá, tudo assim, ficando dentro de casa, paradinha, tinha velha mais moça que eu (significa com menos de 75 anos).” (Sra I.)

Esta é a imagem, que a pessoa que hoje está envelhecendo, ainda tem de velhice, mas não é assim que ela se vê. A curvatura do corpo é sinal evidente de

declínio físico, o que não vem ao caso, aqui, ela tem o sentido de desuso e conformação com a vida, de forma que seu sentido está mais relacionado à falta de atividade do que a uma deficiência física, enfatizando o fato de a pessoa estar parada e restrita ao ambiente doméstico. Os idosos de antigamente quase não saiam de casa, vestiam-se sobriamente e, rapidamente a velhice era percebida no caminhar e na postura, próprios de quem assumiu a condição de velhice e desligou-se da vida social.

Os idosos de hoje não se reconhecem como velhos porque, para eles, velhice continua sendo inatividade, afastamento e sobriedade:

“Olha, velho para mim é aquela pessoa que fica sentada em uma cadeira o dia inteiro sem falar com ninguém, sem fazer nada, ou então, fazendo aquelas coisinhas assim (fez gestos de quem faz tricô)” (Sra D)

“Isto é velho para mim, uma pessoa que não sai, que não se diverte, eu saio, eu vou para o centro, ...” (Sra D)

E é assim que imaginavam que fossem envelhecer:

“Olha eu não sinto a idade que eu tenho, estou com 63 anos, eu não esperava, já vou dizer que é a velhice né, a velhice que eu estou tendo, eu não esperava que fosse ter, porque o que eu acompanhei com os mais antigos que eu, elas envelheciam assim dentro de casa, sentadinhas, fazendo crochê, fazendo o serviço de casa, eu achei que eu também fosse chegar assim”. (Sra E)

A vida das mulheres, até bem pouco tempo, se resumia aos limites domésticos, e este era o espaço reservado para a sua velhice, como exemplificou a Sra E, que até intuiu que as pessoas tinham que se conformar com a realidade que lhes era dada.

“Naquela época não tinha estas novidades, acho que as pessoas se conformavam com aquilo que tinham que passar”. (Sra E)

As novidades, referidas pela Sra. E., são os grupos de idosos e todos os demais programas voltados para esse público, que incluem opções de lazer e cultura, de forma que só fica em casa quem quer. Conformer-se, significa manter-se no nível doméstico e privado e assumir o comportamento prescrito pela sociedade como adequado à idade, originário de épocas passadas, mas que ainda serve de referência, para muitos, para caracterizar a velhice.

5.3.2. Idade cronológica e aposentadoria como demarcadores de velhice

Somos frutos desse contexto sociocultural que nos ensinou a temer a velhice, e no qual há outros elementos para indicar que somos velhos, como a idade cronológica.

No contexto sociocultural velhice é uma categoria social e velho continua sendo quem tem 60 anos ou mais:

“Eu comecei a me sentir velha mesmo foi depois dos 60 anos.” (Sra C)

“Eu me considero uma pessoa velha, pela idade assim, ter 69 anos.” (Sra D)

“ ... mas eu estou me sentindo jovem ainda, e já estou com 63 anos”. (Sra L)

A idade cronológica não leva em consideração as diversidades entre os sujeitos e as experiências de vida, diferentes para cada um. Ela é apenas o tempo de vida, contado a partir do nascimento, mas que serve como demarcador social para o início da velhice. A idade limite pode mudar em breve, considerando possíveis mudanças no contexto socio-econômico diante do fenômeno do envelhecimento.

Das nossas observações no Projeto CELARI ouvimos observações controversas com relação a idade cronológica:

“Sabe, vou fazer 60 anos em breve, que horror, aí sim eu serei velha.”

Por outro lado, outros dizem: “estou contando os meses para completar 60 anos, então não pagarei passagem em transporte coletivo.”

O que queremos ressaltar é que a idade cronológica serve como demarcador de velhice sim, e que ser velho até dá direito a alguns benefícios, portanto, a velhice não está entregue ao descaso pela sociedade. A gratuidade da passagem serve como fator de inclusão da velhice na vida social, pois possibilita o acesso dos idosos às atividades que lhes estão sendo proporcionadas.

Com igual controvérsia se apresenta a aposentadoria atualmente, que pode ser considerada um marco para o início da velhice e mesmo assim ser vista com satisfação.

Como marco de velhice, a aposentadoria e o que ela representa, também pode ser compreendida através do discurso do corpo que indica o valor do corpo produtivo na sociedade capitalista, corpo ágil e forte, não deixando espaço para o corpo envelhecido.

A aposentadoria se impõe a todos, de forma que um discurso é construído para referendá-la, e as teorias são construídas a partir do que ela representa e das possibilidades de vivê-la de forma satisfatória. Em consequência, ela é ao mesmo tempo uma imposição da sociedade e desejada pelos idosos.

As teorias sociológicas do envelhecimento, sob o paradigma da racionalidade moderna, justificam o afastamento do idoso do mercado de trabalho. É o caso das teorias do desengajamento e da atividade, que surgiram na década de 60. O afastamento do idoso da sociedade abriria espaço para as gerações mais novas, corpos mais ágeis e fortes para o trabalho. A teoria da modernidade também referenda a condição de afastamento, admitindo que a sabedoria é substituída pela máquina (tecnologia), e quem domina a máquina é o jovem. Essas idéias são apreendidas do próprio movimento que se dá na sociedade, mas são também difundidas e assimiladas pelos próprios idosos, de forma que a aposentadoria passa a ser expectativa para muitos, mesmo que não saibam o que fazer depois.

A Sra G. nos falou do quanto mudou sua vida com a aposentadoria:

Consegui me aposentar aos 62 anos porque eu tinha parado muito tempo. (...) Mudou completamente minha vida, porque eu saía de casa às 6:20 e retornava às 6 horas. Corria o dia inteiro, já morava sozinha há muito tempo porque os filhos já tinham voltado para Porto Alegre, mas corria o dia inteiro e no fim de semana ficava socada na minha casa. Mas era uma vida agitada, convivia com muita gente moça, e com muita criança, o que eu acho muito bom. Acho fundamental. De repente, a minha vida mudou completamente, eu passei a ser paparicada, eu não precisava mais pensar, não precisava mais ... pensar eu sempre pensei por minha conta, mas começaram a me paparicar, quer ir ao supermercado? e eu ia junto, e eu comecei a gostar. Eu fiquei uns dois anos parada, parada totalmente. Então, o que eram minhas saídas, ou eu ia para a casa dos filhos ou ia ao cinema, que não deixava de ser parado. E aí meu filho disse, mãe você tem que caminhar. Sair para caminhar feito barata tonta, sem nenhum objetivo, me irrita sabe. Então isto eu não fazia. Aí fui fazer inglês, fui fazer francês, espanhol, tudo que eu arrumava era parado. (...) Gente na minha casa me irritava porque atrapalhava o meu sossego. Como eu passava sozinha, quando chegava alguém para passar uma tarde comigo era um saco, aquela tarde não terminava porque não era aquilo que eu queria. Pensei, não é por aqui, vou ter que arrumar alguma coisa.”

O que se passou com a Sra G. não é muito diferente do que acontece com os demais, seus relacionamentos ficam restritos ao âmbito familiar, que estimula sua dependência; acostumada sozinha, não tem mais interesse em receber visitas; as atividades que procurava, associadas a sua rotina de vida, pois era professora, já não despertavam interesse, sentia que em breve estaria velha se não reagisse.

Freqüentemente as pessoas procuram o projeto quando estão ainda em vias de se aposentar, falando entusiasmadamente sobre o tempo que falta, e que está sendo contado, para usufruir de sua liberdade. Mas ao mesmo tempo dizem, de maneira preocupada, que não podem ficar parados, que não estão acostumados com isto, e que poderão não agüentar.

Aposentar-se também significa ocupar o lugar que é destinado a um estrato etário na estrutura social, implica em uma visão de velhice como uma fase construída socialmente, por meio de normas e de sanções etárias que determinam as exigências e as oportunidades de cada segmento etário na ordem social. Essas normas são objetos de estudo da teoria da “estratificação por idade” que, na sua compreensão do problema identificam que as normas etárias determinam como os indivíduos devem comportar-se de acordo com o estrato etário, e neles se baseiam para criar as condições para o desenvolvimento de seu senso pessoal de curso de vida, mas, ao mesmo tempo, a reação coletiva dos estratos etários às mudanças sociais atuam favoravelmente à criação de novas iniciativas para atender às necessidades geradas pela mudança.

A aposentadoria que se impõe pode até ser desejada, mas é normal que, mesmo neste caso, suscite uma série de inquietações, uma vez que implica em mudanças. A perda do papel profissional tem como conseqüência o afastamento dos relacionamentos ligados ao contexto ocupacional, além de mudar toda uma rotina, com diferentes repercussões para homens e mulheres.

“Eu acho que comecei a me sentir velha mesmo foi depois dos 60 anos, não sei se é porque eu sempre trabalhei fora, trabalhei trinta anos, perdi meu marido cedo e tive que trabalhar, tinha os filhos pequenos e sempre lutando. (...) Depois que eu me aposentei, aí que eu comecei a me sentir velha mesmo. Eu acho que a pessoa que fica mais parada se sente mais velha, eu comecei a sentir depois dos 60 anos”. (Sra C)

Sabe-se que, a mulher que trabalha tem uma dupla jornada, e supõe-se que, com a aposentadoria, se manteria ativa nas tarefas domésticas. Ao que parece, as atividades domésticas, que por tanto tempo dimensionaram o valor da mulher na sociedade, não são mais suficientes para a sua satisfação pessoal. Suspender um ritmo imposto por uma dupla jornada de trabalho, implica em um tempo livre grande demais, o que pode levar a ociosidade.

Já a identidade masculina está culturalmente ligada à identidade profissional, por isso, a aposentadoria pode provocar uma drástica ruptura e com maior dificuldade para o preenchimento deste tempo livre:

“Ele está aposentado há tempo, mas ele sai ainda, ele trabalha numa lojinha do quartel que era dele, ele vendeu, mas fica lá, só para passar o tempo.” (Sra E)

Com isto, a Sra E. enfatizava que seu marido, aposentado, não conseguiu mudar sua rotina. Continua indo à loja que vendeu, diariamente, sem interessar-se por nenhuma atividade diferente que pudesse preencher o seu tempo agora livre.

5.3.3 Velhice como um tempo de mudanças

Envelhecer implica em mudanças, mudanças na aparência, mudanças nos papéis sociais, mudanças no grupo de amigos e mudanças na vida familiar com a saída dos filhos de casa, por exemplo. E durante muito tempo essas mudanças foram vistas somente como perdas, por ser assim que elas se apresentam. Mas as perdas, em um processo de mudança, implicam também em ganhos, a medida que novas possibilidades vão surgindo.

As mulheres falam da velhice evidenciando aspectos positivos, mas também falam do quanto é difícil envelhecer e ter que conviver com as mudanças na aparência.

Na aproximação da velhice o corpo, operando a tarefa de modificar-se, suscita sentimentos de perdas. Momento sofrido de um trabalho de luto por um corpo que lhe escapa, apontando o afastamento progressivo da juventude tão festejada, para chegar na velhice tão temida e negada.

A Sra B fala sobre o momento em que se deu conta de que estava envelhecendo:

“É brabo, a gente se dá conta e a gente quer ficar em casa, não sair mais, é como se diz, não se tem vontade de nada, acha que tudo vai ser ruim, acha que não tem outros projetos bons de vida, acha que só quando tu eras moça ... porque eu era muito faceira.” (Sra B)

A preocupação com a aparência e a exaltação da juventude é quase uma obsessão nos dias atuais, e é assim que a Sra B. sente. A pessoa que envelhece se ressentido ao se dar conta de que seu corpo já não apresenta as características de um corpo jovem, e que por isso não é mais reconhecido pela sociedade. Então a pessoa se sente diferente, e como diferente, excluída.

Os homens falam na aposentadoria como uma perda, por isso, momento significativo da vida, relacionado-a às demais mudanças que ocorrem simultaneamente:

“vou fazer minha atividade na piscina porque preciso extravasar, estou fechando meu escritório, onde só vou pela manhã para ir me acostumando, porque meu sócio está doente e muito mal; quando vou visitar minha mãe que está com 96 anos, vejo que está cada vez mais fraca e não posso fazer nada; chego em casa, não tem ninguém, tinha 4 filhos e agora não tenho nenhum, é duro. Mas já estou fazendo planos, a gente não pode parar. Vão me chamar de maluco se eu contar. Vou largar tudo e vou viajar. Por isso eu venho para cá, para conversar, rir, fazer outras coisas.”

O relato do Sr. M. resume todas as mudanças anunciadas para a velhice, na vida profissional e na vida familiar, são eventos que se inscrevem como normativos, uma vez que são esperados e previstos. As situações por ele referidas são as perdas que por muito tempo serviram para caracterizar a velhice, e que não deixaram de existir, elas apenas abrem espaço para novos projetos de vida.

As perdas referidas pelo Sr. M. também podem ser compreendidas como eventos de vida, que poderíamos explicar da seguinte maneira. Durante a vida, além das modificações no corpo, as pessoas passam por outros tipos de mudanças, não

somente em decorrência do meio social, mas também como resultado de alguns acontecimentos. Eventos de vida se inscrevem na vida de cada um desde à infância até a velhice. A vida escolar, a profissão, o casamento, por exemplo¹⁴⁵, e dão origem aos papéis sociais. Na velhice é necessário aprender a fazer uso do tempo disponível e desempenhar novos papéis, como o de avós.

O importante é que na mudanças de papéis sociais a pessoa siga sentindo-se útil e produtivo, contribuindo de alguma forma para a família e para a sociedade.

“Eu senti que estava velha quando minha filha foi morar sozinha, achava que eu estava interferindo na educação do neto, eles achavam que eu estava ficando velha e rabujenta, eu deixei de ser útil.” (Sra A)

Papéis sociais, segundo Erbolato¹⁴⁶, “nada mais são do que formas de comportamento socialmente prescritas que carregam consigo uma expectativa de como devem ser desempenhadas.” Alguns papéis, como o de avó, têm base biológica, mas como qualquer outro papel, envolve padrões de comportamento que influenciam os relacionamentos e servem como base para a percepção que o indivíduo tem de si mesmo. No caso da Sra A, no qual o seu comportamento não correspondeu a expectativa, na sua avaliação, ela deixou de sentir-se útil, pois até aquele momento, ser avó, traduzia o significado de sua vida.

A cultura de nossa sociedade é utilitarista e materialista, que mede o valor do homem por aquilo que ele produz e consome, portanto, o idoso precisa sentir-se útil para sentir-se integrado à sociedade, e a forma pela qual se sente útil é diferente para cada um, e está relacionada a sua experiência de vida, e aos papéis que desempenhou.

Os papéis sociais não são definitivos, eles mudam em cada sociedade e em cada época. Estamos em uma época em que os papéis sociais estão em plena

¹⁴⁵ São eventos de vida.

¹⁴⁶ ERBOLATO, Regina M. Prado Leite. “Relações sociais na velhice”. IN: FREITAS, Elizabete Viana de e outros. **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. RJ: Editora Guanabara Koogan S. A., 2002. p. 957

mudança, principalmente, no que diz respeito às mulheres, e já não se espera que os idosos de hoje tenham o mesmo desempenho dos de antigamente, como elas mesmo dizem:

“A gente tem que viver a sua vida. Eu tenho dois netinhos que eu adoro, mas não para cuidar.” (Sra E)

Ser avó, para muitas senhoras, pode representar a continuidade do papel de mãe que desempenharam na maior parte de suas vidas, papel, inclusive, que idealizaram para si, e que por muito tempo parecia ser o único existente para as mulheres, enquanto que, para outras, ser avó não significa cuidar de neto.

5.3.4 A contribuição das mulheres para uma nova imagem de velhice

A participação da mulher no mercado de trabalho, ou no sistema produtivo, é recente. Até então, dedicava-se às atividades domésticas. Um modelo positivo de velhice ao longo da história sempre privilegiou os homens, somente eles detinham *status* e poder. A mulher, valorizada pelo papel reprodutivo e cuidados com os filhos, perderia sua função e sentido na sociedade. As informações obtidas através das entrevistas nos mostram como viveram a maioria das mulheres da sua geração:

“Antigamente, a gente era criado assim, fazendo cursinhos de bordado, de cozinha e outras coisas, não podia nem fazer uma faculdade. Eu me criei assim, doméstica. Na minha idade, mulher não trabalhava fora, trabalhar em bancos e escritórios eram os homens que faziam, e mulher ficava dentro de casa cuidando de filho.” (Sra E)

“Eu tenho um recalque é por não ter trabalhado fora, acho que deve ser bom. Mas meu pai me tirou cedo da escola, eu me casei muito cedo, com 17 anos, todas as minhas irmãs casaram com esta idade. Eu pensava que voltaria a estudar, mas com 18 anos tive o primeiro filho, e minha sogra dizia que não podia estudar, aquelas coisas, né.” (Sra J)

Dada as diferenças nas trajetórias de vida, os homens tendem para as atividades de lazer e descanso na velhice, inclusive, permanecendo mais em casa, já as mulheres, encaminham-se para atividades de mais clara liberação existencial, de lazer e cultura. Um bom exemplo desta situação nos foi relatado pela Sra E:

“Hoje, quando eu chego aqui (no projeto), eu chego sempre cedo, eu digo para o meu marido que vou deixar a xícara de café para lavar depois, eu chego em casa está tudo lavadinho e guardadinho, ele lava a louça, molha o jardim, varre a frente, quando ele está de bom humor. Antes ele não fazia nada, nem cuidar do filho ele cuidava. ... Se ele fica em casa, o dia em que está chovendo muito, ah não vais ficar comigo? e eu respondo que tenho meus compromissos, porque se eu fico um dia, e aí no outro também, não, não. Ele fica sentado vendo televisão, eu não agüento”.

A Sra E confirma que, com a aposentadoria, seu marido voltou-se mais para as atividades domésticas e permanência no lar, e fora de casa, sua atividade continua sendo a mesma de antes, vai à loja que era sua. Ele não preencheu seu tempo agora livre com atividades diversificadas, tende a seguir uma mesma rotina. Ao passo que com ela aconteceu exatamente o contrário, agora não para em casa.

Não são só as mulheres que falam da sua vida de abnegação à família, o Sr M. também vê desta forma:

“eu admiro a mulher pela sua dedicação à casa, aos filhos e ao marido, e nem sequer foram preparadas para isso. Quando jovens, tinham sempre alguém para fazer as coisas por elas. Por isso é que depois saem de casa e vão para esses grupos.”

A forma como elas falaram de suas vidas e também como o Sr. M. relatou que via a vida da mulher, não difere da vida privada e regrada do século XVIII apresentada por Ariès e Chartier¹⁴⁷, cuja disciplina das mulheres as submetia ao rigor, exigências e imperativos que deviam suportar, “sendo a regra da vida familiar a

¹⁴⁷ ARIÈS, Philippe e CHARTIER, Roger (orgs.). **História da vida privada, 3: da Renscença ao Século das Luzes**. Tradução de Hildegard Feist. São Paulo: Companhia das Letras, 1991. p. 63.

mais severa, não deixando margem ao descanso nem ao isolamento, pois os serviços que devem ser prestados aos maridos, aos filhos, aos dependentes, aos criados não admitem liberdade nem atraso.” Por isso, seriam as mulheres as mais beneficiadas pelas alternativas que hoje dispõem para novas experiências de vida.

Poderíamos dizer, inclusive, que as mulheres são as principais responsáveis pelas mudanças na imagem da velhice, porque livres dos compromissos anteriores, elas passam a desfrutar de outras experiências, das quais até então foram privadas e a velhice para elas se apresenta como um período propício para realizações.

“Eu não estou envelhecendo porque ... eu acho que é porque eu não tive muita oportunidade na minha juventude, e depois na vida adulta né”. (Sra A)

“Casei com 18 anos e aí tive filhos, aquela coisa toda e a gente vai deixando ... agora eu não quero mais nada, aqui tem bastante movimento, e se estou em casa, pego minha bolsa e vou lá para o Bourbon, lá eu converso, ouço música.” (Sra I)

Dois fatores são preponderantes nas mudanças que se impõe: a liberdade e o tempo livre, que podem ser desfrutados de forma diferente, se comparado à épocas passadas.

“Estou livre, chego em casa a hora que quero.” (Sra A)

“Antes era uma vida tão sacrificada, eu trabalhava o dia todo, ... eu chegava em casa e tinha minhas coisas para fazer. ... Outra coisa, quando eu queria sair, não tinha esta liberdade assim. ... Eu vou onde eu quero, eu como o que quero, se eu quero lavar roupa hoje eu lavo”. (Sra D)

As mulheres falam na liberdade e no tempo disponível, pois agora encontram-se livres das obrigações do lar e cuidados dos filhos, e livres dos controles a que foram submetidas quando mais jovens, até por não mais deterem a função procriativa.

“Eu não tive muita oportunidade na minha juventude, e depois na vida adulta, né. Eu tive que trabalhar cedo, ajudava em casa minha mãe a criar meus irmãos, e logo me casei, já fui tendo filhos, então me privei de muita coisa, quando senti que estava começando a me livrar dos filhos, que eles começaram a casar, se formar e fazer a vida deles, aí houve a doença do marido, então me toleu mais ainda.” (Sra A)

A contribuição das mulheres para a desestabilização de expectativas quanto ao envelhecimento e para as mudanças nas imagens da velhice, é mais evidente do que a dos homens, em parte, por sua adesão maciça aos programas de idosos. A velhice é considerada, por muitas delas, uma etapa de vida mais gratificante do que outras vividas.

“Eu me sinto bem, e acho assim, dizem que esta é a melhor idade e para mim está sendo. Estou com uma vida muito boa nesta fase, não tenho compromisso, os filhos não incomodam financeiramente, eles estão bem de trabalho, eles têm a vida deles. Eu tenho liberdade, que é uma coisa que eu conquistei com o passar dos anos, porque eu trabalhava muito, tinha as crianças pequenas, o marido me incomodava, não deixava sair, eu cheguei na melhor idade, estou numa boa. Envelhecer é uma coisa boa para mim, 66 anos já é uma idade.” (Sra F)

O papel reservado às mulheres pela sociedade não é tarefa fácil a ser desempenhada, implica em grande dedicação, com tantos compromissos e preocupações, que esquecem de si mesmas. Outro dia, na sala, duas senhoras conversavam e falavam sobre a melhor fase da vida para si.

Uma dizia: “Melhor fase da minha vida foi a dos 15 anos. Não tinha compromisso, só aproveitava.”

E a outra disse: “Não, a melhor fase é o momento. Agora é muito bom. Só faço o que quero e quando quero. Não tenho obrigação. Antes era compromisso com os filhos. Com neto é melhor, não preciso cuidar.”

Apesar de haver divergência nos comentários quanto a melhor fase da vida para cada uma, o que observamos de comum é que, para ambas, a melhor fase não foi a que estiveram envolvidas com o papel de mãe, pois este implicava em compromisso constante, com restrições à liberdade.

5.3.5 Uma nova imagem de velhice

Reconhecer que está envelhecendo implica em reconhecer as transformações do corpo, o que significa incluí-lo no registro da diferença, recolocando-o num lugar de valor, atribuindo-lhe um outro sentido.

“A gente tem que se conformar com este outro lado da gente, e levar assim, tocando, tocar tudo numa boa para melhor, vivendo assim em grupos como nós vivemos aqui.” (Sra E)

“Para melhor”, como disse a Sra E, pode representar o início de uma vida criativa, uma vez que o sujeito se liberta das amarras da busca por perfeição, e pode com liberdade, voltar-se a atividades prazerosas. O que melhor explica essa situação é o paradigma estético de Maffesoli¹⁴⁸, que tem o sentido de vivenciar em comum, então, o corpo e suas estratégias não é apenas veículo de aparência, mas também lugar de criação de alianças, via pactos estéticos que celebram a criatividade e o prazer.

São os idosos de hoje, com a sua maneira diferente de comportar-se, mais participativos e mais comunicativos, que estão mudando a imagem de velhice na sociedade.

Durante muito tempo a velhice foi tratada pela exclusão do velho da sociedade, pois muito pouco era proposto em seu benefício. As experiências atuais mostram um movimento contrário, o de inclusão, evidenciando que o idoso permanece incluído

¹⁴⁸ MAFFESOLI, Michel. **O Tempo das Tribos: O declínio do individualismo nas sociedades de massa**. Tradução de Maria de Lourdes Menezes. 2 ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 1998.

na vida social, que há uma preocupação de parte da sociedade em mantê-los incluídos e que eles querem permanecer incluídos.

Como reação à associação entre velhice, inatividade, afastamento e improdutividade, e para dar conta das mudanças nas experiências de envelhecimento atuais, surge na literatura gerontológica a expressão velhice produtiva. Velhice produtiva, segundo Neri e Cachioni¹⁴⁹, engloba significados associados a várias áreas da atividade humana, excedendo os limites da atividade economicamente produtiva e do trabalho remunerado; reconhece o trabalho não remunerado e voluntário, na família e na comunidade, e o envolvimento em atividades de lazer, que mesmo não utilitárias em termos sociais podem ser produtivas para a própria pessoa. Seja qual for a natureza da atividade, o idoso se sente incluído mediante a participação.

O interesse da sociedade em manter o idoso incluído na vida social pode ser evidenciado através da abertura de espaços, por instituições públicas e privadas, para iniciativas que se destinam a assegurar um envelhecimento bem-sucedido, pela expansão das pesquisas que visam compreender o cotidiano dos idosos, e no tratamento que vem sendo dispensado pela mídia às questões do envelhecimento.

Outras formas de participação na sociedade se apresentam aos idosos, não mais restritas ao âmbito familiar, e nas quais o trabalho remunerado deixa de ser a única forma de realização social. Os tempos atuais permitem o desempenho de novos papéis sob uma ótica do trabalho não obrigatório, mas de utilidade e de sentido, como é o caso do trabalho voluntário. Frequentemente, os idosos integrantes do projeto manifestam seu interesse em participar de um trabalho voluntário:

“Agora que eu me aposentei, eu tenho tempo disponível, e acho que ainda tenho muito a contribuir para a sociedade. Vou procurar um trabalho voluntário.”

¹⁴⁹ NERI, Anita Liberalesso e CACHIONI, Meire. “Velhice bem-sucedida e educação”. In NERI, Anita Liberalesso e DEBERT, Guita Grin. **Velhice e Sociedade**. Campinas, SP: Papyrus, 1999, p.118.

“Meu marido morreu, já faz um ano, e eu ainda choro. Acho que preciso me ocupar mais, ter um compromisso, vou procurar um trabalho voluntário.”

São pessoas participantes do projeto CELARI, portanto, que não estão totalmente desocupadas, mas reconhecem que dispõem de muito mais tempo livre e que este não poderia ser utilizado exclusivamente para si, para atividades de seu interesse pessoal, mas sim compartilhados com a sociedade, contribuindo para com aqueles que mais necessitam.

O mundo está em constante mudança e os velhos também mudam. Hoje, já não se justifica que a velhice implique em afastamento da vida social. Os idosos estão na sociedade, participando mais do que nunca, apenas de outra forma. As mudanças na velhice são tão radicais que requerem novas denominações, o termo velhice, impregnado de preconceitos, já não dá conta do momento atual, então surge a Terceira Idade. Terceira Idade é o termo que designa atividade e participação.

“A minha vida está tão agitada, eu ando correndo tanto, que eu nem tenho tempo para certas coisas. E fico feliz por não ter tempo, porque se eu não tenho tempo é porque estou ocupada. Então eu me sinto feliz porque eu não estou lá pensando em doença, em coisas negativas. (...) O que eu acompanhei com os mais antigos que eu, elas envelheciam dentro de casa, sentadinhas, fazendo tricô, fazendo o serviço de casa, eu achei que também fosse chegar assim.” (Sra E)

O estilo de vida adotado pelos idosos hoje é independente:

“Eu tenho 69 anos e não me considero velha. Faço coisas que uma mulher de 40 não faz. Moro sozinha, cozinho, lavo roupa e vou onde quero. Tem outras que esperam pelos netos para as levarem, caminham devagar, curvadas e são chorosas (o que foi por ele demonstrado caminhando na sala).” (Sra. D)

Morar só, ser independente, essa é a condição de vida de muitos idosos atualmente, como decorrência das mudanças na família, que da tradicional, extensa,

com várias gerações morando sob o mesmo teto, passaram a ser nucleares, somente pais e filhos, e com a saída desses de casa, os idosos passam a morar sós.

Com tantas possibilidades que se abrem para uma vida ativa, as pessoas idosas já não se sentem como vítimas da perda de papéis que inevitavelmente ocorrem. A velhice, hoje, não é um fato isolado, que ocorre no interior de um lar. Os idosos, numerosos, estão nas ruas e em todos os lugares, participando ativamente da sociedade. A situação das pessoas idosas, hoje, é considerada privilegiada se comparada às gerações anteriores. É como diz a Sra H:

“Eu acho que é gratificante para mim, eu gosto de me manter ocupada, eu não gosto de ficar parada, eu gosto muito de me divertir, viver a vida. Porque eu acho que a vida é para ser vivida, bem vivida e aproveitada, porque o que a gente leva da vida é o que a gente vive.”

A velhice passa a ser caracterizada pelo movimento, o uso do corpo é retomado e da forma mais natural possível, eles andam, dançam e alegram-se, expondo seus corpos gordos, enrugados e flácidos, como eles mesmos dizem.

Mesmo que as pessoas não se dêem conta, a dimensão social é a que melhor expressa a nossa corporeidade, a nossa existência, ou ainda melhor, a nossa vivência de corpo, porque é ela que nos coloca em relação com o mundo. É pela ótica da corporeidade que podemos visualizar a condição de presença, de participação e de significação do velho no mundo.

5.4 CONTRIBUIÇÃO DO PROJETO CELARI PARA A COMPREENSÃO DE CORPO NA VELHICE

A impressão que temos é que, durante a maior parte de sua vida, a pessoa esquece de seu corpo, envolvida que está em desempenhar o papel que a sociedade impõe aos adultos que é o de produção. A vida então resume-se ao trabalho, seu e de seus familiares, a todos absorvendo com diferentes formas de participação. Com o início do processo de envelhecimento, com o afastamento do

processo produtivo e sentindo as conseqüências das alterações que se processam em todo o sistema orgânico, lembram-se do corpo, que começa a incomodar, como dizem.

Ao procurarem o grupo dizem que é por recomendação médica, que precisam fazer exercícios por causa da coluna, da artrose, da artrite, da flexibilidade, e de tantas outras situações. Nos casos em que não referem recomendação médica, é porque já ouviram falar, ou leram, sobre os benefícios da atividade física na velhice.

O que os leva, então, a participar do grupo é a preocupação com a saúde e sob o ponto de vista de saúde física. Mas a medida em que se envolvem com o projeto, este passa a ser o seu compromisso pessoal, o que se mostrou ser fundamental para muitos, preenchendo tempo livre, espaço para a convivência e até um significado para a vida.

Nas palavras da Sra E podemos verificar a repercussão do projeto na sua vida pessoal:

“Então abriu este campo maravilhoso, e eu me encantei, acho que a cada dia que passa estou remoçando ao invés de envelhecer. Estou adorando, estou me sentindo bem de saúde, e a convivência com as colegas, está muito bom”. (Sra E)

Remoçar pode ter diferentes conotações: a velhice traz consigo uma idéia de incapacidade ou de limitações, e neste caso, o projeto serve, exatamente, para que as pessoas tenham oportunidade de provar a si mesmas do quanto ainda são capazes, mediante a concretização dos movimentos propostos, e com isto sintam mais auto-confiança. Por outro lado, todas as atividades são desenvolvidas de forma descontraída e muito prazerosa, sendo a música um elemento fundamental, o que possibilita diferentes sensações.

Muitas pesquisas já comprovaram a relação direta entre atividade física e bem-estar, o que ajuda a explicar porque ela se sente tão bem de saúde, e além do mais, o atual conceito de saúde também contempla essa situação, uma vez que saúde

não se define pela ausência de doença, mas sim por um estado de bem-estar físico, psíquico e social.

Há também referência, no depoimento, quanto à convivência com os colegas, como um aspecto positivo, o que pode ser explicado da seguinte maneira. O ser humano sempre procura compartilhar dos mesmos valores morais, da mesma educação, do mesmo estilo de vida e dos mesmos objetivos, e é isto que um grupo de idosos oferece. Portanto, não se trata de segregação, mas de convivência social.

A participação em um grupo e a interação com seus pares é fundamental para o ser humano, principalmente, para a construção de sua imagem corporal, que está em constante reformulação. A imagem que cada um tem de si mesmo, se forma a partir das comparações que realiza de forma constante, e esta é uma das principais contribuições de um grupo que se forma tendo por critério a categoria social ou a faixa etária. É importante para a pessoa comparar-se com outros que tenham condições semelhantes ou que enfrentem os mesmos tipos de problemas, pois suas chances de avaliar-se positivamente são maiores. Também, pode acontecer exatamente o contrário, constatar que pessoas, em condições bem mais precárias que a sua, demonstram um melhor desempenho, o que pode lhe servir de estímulo.

“Eu acho que estes programas para idosos são um céu aberto para a terceira idade, todos eles, porque tem programas espalhados por aí tudo. As pessoas que eu falo que freqüentam, todos estão felizes da vida”. (Sra E)

Os programas abrem espaço para novas formas de viver a velhice e com isto para uma nova imagem de velho, que se constrói a partir da experiência de cada um.

“Eu acho que antes as pessoas eram muito acomodadas, não existia nada, por exemplo, estes grupos de terceira idade, antigamente as mulheres envelheciam muito cedo, uma mulher com 45 anos era velha”. (Sra D)

De fato, os programas para idosos vieram a preencher uma lacuna na sociedade, que até então, organizada em função do trabalho e do consumo, e tendo por referência as etapas de vida anteriores à velhice, deixavam os idosos sem opções. E as mulheres parecem ser as maiores vítimas uma vez que nem mesmo nessa etapa anterior eram reconhecidas. Por isso, a velhice era encarada como uma etapa de vida sem ocupação, sem significado existencial, e conseqüentemente, sem satisfação pessoal.

“Entrei no projeto há 2 anos, assim a gente se distrai e não sente tanto”. (Sra C)

Não sente tanto a velhice, não sente o tempo passar, isto acontece quando há envolvimento, e é o que uma atividade, seja qual for sua natureza, proporciona.

“Olha só estes asilos coitadinhos dos velhinhos, eles estão lá para que, para morrer. Amanhece, anoitece e é só aquela vidinha ali, esperando a hora dela.” (Sra E)

Um dos pontos positivos do projeto é oportunizar ao idoso o convívio dentro de um espaço reservado aos mais jovens que é a universidade.

“Aqui a gente remoça fazendo as atividades, com esta gurizada nova, aqui é o máximo”. (Sra E)

Da nossa observação diária aos participantes do projeto podemos verificar que o corpo é assunto constante, faz parte dos comentários que as pessoas fazem sobre si mesmo e sobre o outro.

Todos os dias, ao reunirem-se na sala, ouve-se:

“Como tu estás bem, emagrecestes... Como ficou bem este cabelo pintado para ti ... Eu estou muito gorda, preciso emagrecer por causa da coluna ... Vais a uma festa hoje? porque estás muito bonita com este vestido ...”

Essas observações são importantes porque induzem à compreensão de que o corpo não é somente gordo ou magro, jovem ou velho, mas é a maneira como cada um se apresenta. A forma como cada um se apresenta demonstra aos demais o como ele é e como se sente, o que lhe permite perceber que ainda pode ser prestigiado, mesmo quando já não corresponde aos ideais de juventude e beleza. Ser notado pelo grupo, mesmo que seja pela sua aparência, equivale a ser aceito pelo mesmo, e conseqüentemente, pela sociedade.

A preservação do corpo, objetivo que leva as pessoas a procurarem a atividade física, assume outra dimensão, que é a preservação de si mesmo. Em determinado momento a pessoa compreende que ela não tem um corpo, mas que ela é corpo. Não é possível falar em corpo sem falar em afetos, valores e história pessoal.

CONCLUSÃO

Investigar sobre o significado do corpo na velhice não foi tarefa fácil, pois as dificuldades se apresentam desde a própria definição dos termos. As pessoas não sabem definir corpo, porque não têm o hábito de fazê-lo, nem de pensá-lo, e também não conseguem definir velhice face a sua heterogeneidade e complexidade, o que é velhice para um, é muito diferente para o outro. Entretanto, uma coisa de comum pode ser apreendida através de qualquer explicação que seja tentada para ambos, é a visão biologicizada que se impõe para a sua compreensão. O corpo é compreendido como um conjunto de órgãos e funções, e a velhice, como as alterações que nele ocorrem. Para isto contribuem todas as visões científicas empreendidas com vistas a desvelar essas realidades.

Os estudos do corpo, que se além aos aspectos biológicos, contemplam todas as possibilidades de intervir nas mudanças que ocorrem com o envelhecimento, ideologia que recolhe e alimenta o *nucleus* do mito, nas palavras de Morin¹⁵⁰, mantendo sempre vivo o mito da eterna juventude e da imortalidade, que como narrativas mitológicas do tipo antigo dissipam-se, mas seguem como objeto de preocupação da humanidade. Mas chega um determinado momento, em que a inexorabilidade da velhice, tão temida por todos, se apresenta sob a forma de declínio no corpo, com conseqüências marcantes na aparência, e o interessante é que isso não subtrai o prazer de viver das pessoas. O prazer está diretamente

¹⁵⁰ MORIN, Edgar. **O Método, 3. O conhecimento do conhecimento**. Tradução de Juremir Machado da Silva. Porto Alegre: Sulina, 1999. p. 185

relacionado às experiências satisfatórias de vida, obtidas mediante relacionamentos e convivências altamente compensatórios, e essas experiências são vividas no corpo que é velho, feio, enrugado e flácido.

A idéia de velhice, embora um conceito abstrato, é a que nos leva ao corpo, cuja compreensão é muito vaga. “Ter idéia de corpo é muito diferente de viver o corpo”, como diz Santin¹⁵¹, por isso, a maioria dos entrevistados não conseguiu dar uma idéia de corpo, mas falaram da sua experiência de velhice que é vivida no corpo.

Velhice não é um conceito unívoco. Ser velho tem diferentes significados, seja em relação à cultura, à época, e mesmo às pessoas. Também não se define somente como um fenômeno biológico, pois acarreta conseqüências psicológicas e tem uma dimensão existencial.

É possível identificar três grandes dimensões de velhice e de corpo, tanto nos estudos científicos quanto em pesquisas, e foi o que nos motivou a fazer uma abordagem das teorias do envelhecimento, e a utilizar essas três vias, a biológica, a psicológica e a social, para classificar os depoimentos dos entrevistados, entendendo que cada dimensão nos fornece um significado para o corpo na velhice.

Diante do fato de que o envelhecimento não se processa de modo homogêneo, nem cronológica, nem física, nem emocionalmente, podemos dizer que há sempre partes, órgãos ou funções do corpo que se mantêm muito mais jovens, conservados ou sadios do que outros, assim como, no terreno dos sentimentos e das representações, a velhice nunca é um fato total. Ninguém se sente velho em todas as situações.

Na dimensão biológica a velhice se apresenta como uma dura realidade, vivida num corpo que se transforma e que se torna feio ao desviar-se do padrão de beleza vigente na sociedade, corpo que enfraquece e que perde o vigor da juventude,

¹⁵¹ SANTIN, Silvino. O corpo simplesmente corpo. **Movimento**, Escola x Rendimento, Porto Alegre, n. 15, 2001/2. p. 65.

tornando-se mais suscetível às doenças, se comparado às etapas anteriores. Enfim, é apenas um corpo que a pessoa possui e que dele se distancia por não corresponder ao corpo idealizado. Mas é um corpo real e funcional, na medida em que lhe assegura viver de forma independente.

Na dimensão psicológica a velhice é ainda mais temida diante da ameaça de declínio das capacidades mentais. A cabeça se apresenta como a possibilidade de continuar sendo a mesma pessoa diante das transformações que mudam a sua aparência. A dicotomia corpo e mente, sempre presente nas entrevistas, serve para confirmar o declínio do corpo como sede da força física, pois este vai perdendo vigor com o passar do tempo, e a mente a ele sobrepõe-se e se transforma no núcleo da pessoa, para salvaguardar a sua identidade.

O dualismo, como forma de pensamento é o que melhor expressa o confronto entre aparência e existência, presente na velhice, e que permite pensar que o corpo envelhece, enquanto a mente se mantém jovem.

Na dimensão social é que podemos identificar mais claramente o processo de exclusão e inclusão ao qual a velhice esteve submetida na sociedade, relacionando o espaço a ela destinado às diferentes maneiras de compreender o corpo.

O homem já foi espírito e alma, em oposição a corpo, o que reservava espaço privilegiado para a velhice que sabia cultivá-lo; já foi razão, abrindo espaço para a modernidade que ressaltou a inteligência e subtraiu o lugar dos velhos, o corpo já foi máquina, a qual se desgasta com o tempo, sugerindo que seja isto o que acontece com o corpo envelhecido, e agora ele é mais do que nunca aparência que deve ser conquistada a qualquer custo, e ao mesmo tempo em que, na era da comunicação, ele é o elemento de ligação, então corpo é uma forma de relacionar-se e aí está o espaço reaberto para o corpo envelhecido, aquele que engendra relações. Por isso o significado do corpo na velhice não está no que ele é, mas no que ele representa, ele exalta a vida e suas inúmeras possibilidades, mas ao mesmo tempo proclama a finitude existencial.

A inclusão do idoso na vida social ainda está muito restrita a uma convivência entre pares, uma vez que as atividades mais propagadas estão relacionadas aos grupos de idosos, o que já é apontado por eles como satisfatório e compensador, e que nós vemos como um espaço positivo a medida que expõe mais a velhice e possibilita uma nova compreensão do que ela seja. A nova compreensão está relacionada a evidência das capacidades latentes e que breve deverão ser utilizadas, considerando a possibilidade de mudança no perfil demográfico.

Quando chegamos a esta etapa da dissertação nos deparamos com a reportagem do Caderno “Mais!”¹⁵² com a seguinte manchete “Ser Humano – Versão 2.0”, anunciando que para o ensaísta, em cerca de 30 anos uma série de minúsculos robôs cumprirá as mais diversas funções no corpo e tornará inútil boa parte de suas estruturas biológicas. Não preciso dizer o quanto isto me impressionou, e a primeira idéia que me ocorreu, é a de que meu trabalho em breve será obsoleto. Sim, porque o que adianta investigar significado de corpo na velhice, quando o corpo se apresentará totalmente diferente. Divagações como estas só são possíveis se nos ativermos aos aspectos biológicos do corpo e da velhice, porque é a estrutura biológica que se apresenta passível de intervenções.

Mas voltemos à reportagem, ela lembra que o sexo já está desvinculado da função reprodutiva e agora propõe intervir no ato de comer, que também proporcionaria intimidade social, e a “projetar sistemas altamente superiores, que serão mais agradáveis, durarão mais e funcionarão melhor, sem serem suscetíveis a panes, doenças e envelhecimento”. A nova versão se apresenta com o nome de “Nanorrobôs” que extrairão no sistema digestivo e na corrente sangüínea, de forma inteligente, os nutrientes exatos de que precisamos, não deixando de prever reservas bem maiores de oxigênio e maneiras virtuais de estimular essa experiência sensória. O que restou? Esqueleto? pele? genitais? boca? cérebro? Para todos há solução. Ao ponto de ser sugerido um passatempo popular como o de ligar no raio emocional-sensorial de alguém e experimentar o que é se tornar outra pessoa. Esta me parece ser uma fórmula extremada do corpo pensado como máquina que abalou

¹⁵² KURZWEIL, Ray. Ser Humano Versão 2.0. Tradução de Víctor Aiello Tsu. Caderno Mais!, Folha de São Paulo. n. 579, de 23.02.2003. p. 4-9.

a modernidade, e que alcançada pela tecnologia, supera até mesmo o corpo biológico compreendido até então como a natureza do ser. E então nos perguntamos: Que corpo seremos no futuro? Haverá velhice?

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALVES, Rubem. **As cores do crepúsculo: A estética do envelhecer.** São Paulo: Papyrus, 2001.

ANTUNES, Alberto; ESTANQUEIRO, Antônio; VIDIGAL, Mario. **Dicionário Breve de Filosofia.** 3 ed. Lisboa: Editorial Presença, 1997.

ARIÈS, Philippe. **História Social da Criança e da Família.** Tradução de Dora Flaksman. 2 ed. Rio de Janeiro: LTC, 1981.

ARIÈS, Philippe; CHARTIER, Roger (orgs.). **História da vida privada, 3:** da Renascença ao Século das Luzes. Tradução de Hildegard Feist. São Paulo: Companhia das Letras, 1991.

BEAUVOIR, Simone de. **A Velhice.** Tradução de Maria Helena Franco Monteiro. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.

BERNARD, Michel. **Le Corps.** Texto traduzido por Silvino Santin. Cap. 9. Paris: Ed. du Seuil, 1995.

BRAUNSTEIN, Florence; PÉPIN, Jean-François. **O Lugar do Corpo na Cultura Ocidental.** Tradução de João Duarte Silva. Lisboa: Instituto Piaget, 1999.

BRUHNS, Heloisa Turini (org.). **Temas sobre Lazer.** Campinas, SP: Autores Associados, 2000.

BRUHNS, Heloisa Turini; GUTIERREZ, Gustavo Luis (orgs.) **O Corpo e o Lúdico:** Ciclo de Debates Lazer e Motricidade. Campinas, SP: Autores Associados, Comissão de Pós-Graduação da Faculdade de Educação Física da UNICAMP, 2000. – (Coleção Educação Física e Esportes)

BURKE, Peter (org.) **A Escrita da história:** novas perspectivas. Tradução de Magda Lopes. São Paulo: UNESP, 1992.

CARVALHO, Maria do Carmo Brant de et al. **Programas e serviços de proteção e inclusão social dos idosos**. São Paulo: IEE/PUC - SP; Brasília: Secretaria de Assistência Social / MPAS, 1998.

CÍCERO, Marco Túlio. **Saber Envelhecer e a Amizade**. Tradução de Paulo Neves. Porto Alegre: L&PM, 1997.

COSTA, Marisa Vorraber (org.). **Caminhos Investigativos: novos olhares na pesquisa em Educação**. Porto Alegre: Mediação, 1996.

CRUZ, Ivana Beatrice Mânica da; SCHWANKE, Carla Helena Augustin. **“Reflexões sobre a Biogerontologia como uma Ciência Generalista, Integrativa e Interativa”**. In: Estudos Interdisciplinares Sobre Envelhecimento - vol. 3. Porto Alegre: Núcleo de Estudos Interdisciplinares sobre o Envelhecimento da PROEXT/UFRGS, 2001.

DAMÁSIO, Antônio. **O erro de Descartes: emoção, razão e cérebro humano**. Tradução portuguesa Dora Vicente e Georgina Segurado. São Paulo: Companhia das Letras, 1996.

_____. **O Mistério da Consciência: Do corpo e das emoções ao conhecimento de si**. Tradução de Laura Teixeira Mota. São Paulo: Companhia das Letras, 2000.

DEBERT, Guita Grin. **A Reinvenção da Velhice: Socialização e Processos de Reprivatização do Envelhecimento**. SP: FAPESP, 1999.

DEMO, Pedro. **Pesquisa: princípio científico e educativo**. São Paulo: Cortez, 1996.

FORETTE, Françoise. **A revolução da longevidade**. Tradução de Miranda Jacob. São Paulo: Globo, 1998.

FOUCAULT, Michel. **Vigiar e Punir: nascimento da prisão**. Tradução de Raquel Ramallete. 25ª ed. Petrópolis: Vozes, 1987.

FREITAS, Giovanina Gomes de. **O esquema corporal, a imagem corporal, a consciência corporal e a corporeidade**. Ijuí: UNIJUÍ, 1999.

FREITAS, Elizabete Viana de et all (orgs.). **Tratado de Geriatria e Gerontologia**. RJ: Guanabara Koogan S.A., 2002.

GOLDENBERG, Mirian (org.). **Nu e Vestido: dez antropólogos revelam a cultura do corpo carioca**. Rio de Janeiro: Record, 2002.

GOLDFARB, Delia Catullo. **Tempo e Envelhecimento**. São Paulo: Casa do Psicólogo, 1998.

GRANDO, José Carlos (org.). **A (des)construção do corpo**. Blumenau: Edifurb, 2001.

HAYFLICK, Leonard. **Como e por que envelhecemos**. Tradução de Ana Beatriz Rodrigues e Priscila Martins Celeste. Rio de Janeiro: Campus, 1997.

HIGHWATER, Jamake. **Mito e sexualidade**. Tradução de João Alves dos Santos. 1 ed. São Paulo: Saraiva, 1992.

INSTITUTO BRASILEIRO DE GEOGRAFIA E ESTATÍSTICA - IBGE. **Censo Demográfico 2000: Características da população e dos domicílios**. Resultados do Universo.

JUNG, Carl G. et all. **O Homem e seus Símbolos**. Tradução de Maria Lúcia Pinho. 8 ed. RJ: Editora Nova Fronteira S.A., 1964.

KACHAR, Vitória (org.). **Longevidade: um novo desafio para a educação**. São Paulo: Cortez, 2001.

KURZWEIL, Ray. **Ser Humano Versão 2.0**. Tradução de Víctor Aiello Tsu. Caderno Mais!, Folha de São Paulo. n. 579, de 23.02.2003.

LEPARGNEUR, Hubert. **Consciência, Corpo e Mente: Psicologia e Parapsicologia**. Campinas, SP: Papirus, 1994.

MACIEL, Sonia Maria. **Corpo Invisível: Uma nova leitura na filosofia de Merleau-Ponty**. Porto Alegre: EDIPUCRS, 1997.

MAFFESOLI, Michel. **No Fundo das Aparências**. Tradução de Bertha Halpern Gurovitz. Petrópolis, RJ: Vozes, 1996.

MAFFESOLI, Michel. **O Tempo das Tribos: O declínio do individualismo nas sociedades de massa**. Tradução de Maria de Lourdes Menezes. 2 ed. Rio de Janeiro: Forense Universitária, 1998.

MASCARO, Sonia de Amorim. **O que é velhice**. São Paulo: Editora Brasiliense, 1997. (Coleção Primeiros Passos).

MAZO, Giovana Zarpellon; LOPES, Marize Amorim; BENEDETTI, Tânia Bertoldo. **Educação Física e o idoso: concepção gerontológica**. Porto Alegre: Sulina, 2001.

MERLEAU-PONTY, Maurice. **Fenomenologia da Percepção**. Tradução de Carlos Alberto Ribeiro de Moura. 2 ed. São Paulo: Martins Fontes, 1999.

MINAYO, Maria Cecília de Souza; COIMBRA Jr., Carlos E. A. (orgs.). **Antropologia, Saúde e Envelhecimento**. Rio de Janeiro: FIOCRUZ, 2002.

MORIN, Edgar. **O Método, 3.** O conhecimento do conhecimento. Tradução de Juremir Machado da Silva. Porto Alegre: Sulina, 1999.

NERI, Anita Liberalesso (org.) **Qualidade de vida e idade madura.** Campinas, SP: Papirus, 1993.

_____**Maturidade e velhice:** Trajetórias individuais e socioculturais. Campinas, SP: Papirus, 2001.

_____**Psicologia do Envelhecimento:** Temas selecionados na perspectiva de curso de vida. Campinas, SP: Papirus, 1995.

_____**Palavras-chave em Gerontologia.** Campinas, SP: Alínea, 2001.

NERI, Anita Liberalesso; FREIRE, Sueli Aparecida (orgs.) **E por falar em boa velhice.** Campinas, SP: Papirus, 2000.

NERI, Anita Liberalesso; DEBERT, Guita Grin (orgs.) **Velhice e Sociedade.** Campinas, SP: Papirus, 1999.

ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. Grupo Científico sobre la Epidemiología del Envejecimiento, Ginebra, 1984. **Aplicaciones de la epidemiología al estudio de los ancianos.** Serie de Informes Técnicos 706.

PAPALÉO NETTO, Matheus. **Gerontologia.** SP: Ateneu, 1996.

PERGUNTE E RESPONDEREMOS, 474/2001. “Os números na Bíblia”.

PERUZZOLO, Adair Caetano et all. **O Corpo Semiotizado.** Porto Alegre: Edições EST, 1994.

PLANO INTEGRADO de ação governamental para o desenvolvimento da política nacional do idoso. Brasília: MPAS, SAS, 1997.

READ, Piers Paul. **Os Templários.** Tradução de Marcos José da Cunha. Rio de Janeiro: Imago, 2001.

RUSSELL, Bertrand. **O elogio ao ócio.** Tradução de Pedro Jorgensen Júnior. Rio de Janeiro: Sextante, 2002.

STRATHERN, Paul. **Santo Agostinho em 90 minutos.** Tradução de Maria Helena Geordane. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1999.

SANT'ANNA, Denise Bernuzzi (org.). **Políticas do corpo.** São Paulo: Estação Liberdade, 1995.

SANTIN, Silvino. **A biomecânica entre a vida e a máquina:** um acesso filosófico. 2 ed. Ijuí : Ijuí, 2000.

Educação Física: da alegria do lúdico à opressão do rendimento. 2 ed. Porto Alegre: EST/ESF-UFRGS, 1996.

Educação Física: Outros Caminhos. 2. Ed. Porto Alegre: EST/ESEF- Escola de Educação Física - UFRGS, 1993.

Educação Física: Ética, Estética, Saúde. Porto Alegre: Edições EST - Escola Superior de Teologia e Espiritualidade Franciscana, 1995.

O corpo simplesmente corpo. Movimento, Escola x Rendimento, Porto Alegre, n. 15, 2001/2. p. 65.

SCHILDER, Paul. **A imagem do corpo.** Tradução de Rosanne Wertman. SP: Martins Fontes, 1980.

SCHONS, Carme Regina; PALMA, Lucia Terezinha Saccomori (orgs.) **Conversando com Nara Costa Rodrigues sobre Gerontologia Social.** Passo Fundo: UPF, 2000.

SCLIAR, Moacyr. **“A miragem do rejuvenescimento”.** In: Zero Hora, Caderno Vida, p.2, 19.10.02.

SILVA, Ana Marcia. **Corpo, Ciência e Mercado:** reflexões acerca da gestação de um novo arquétipo da felicidade. Campinas, SP: Autores Associados: Florianópolis: UFSC, 2001.

STRATHERN, Paul. **Descartes em 90 minutos.** Tradução de Maria Helena Geordane. Rio de Janeiro: Jorge Zahar, 1997.

VILLAÇA, Nízia; GÓES, Fred. **Em nome do corpo.** Rio de Janeiro: Rocco, 1998.

Zero Hora, 16.02.02. Referência a entrevista do músico baiano ao jornal Folha de São Paulo.

ANEXOS

ANEXO A - Roteiro para entrevista

ANEXO B - Entrevista n° 1

ANEXO C - Termo de consentimento informado

ROTEIRO PARA A ENTREVISTA

⇒ O que é ser velho para cada um?

⇒ Quando a pessoa se considera velha?

⇒ Quando foi percebida alguma mudança no corpo relacionada ao envelhecimento?

⇒ Qual o significado do corpo para a pessoa e sua relação com o mesmo?

ENTREVISTA N.º 1

Sra A

Após explicar que se tratava de uma pesquisa e falar sobre o tema da mesma, sugeri que conversássemos sobre o corpo e a velhice.

Devo começar por onde, pelo meu tempo de criança, de adulto, já envelhecendo. Quer dizer, envelhecendo eu não estou, pode meu corpo estar, mas eu não estou envelhecendo porque ... eu acho que é porque eu não tive muita oportunidade na minha juventude, e depois na vida adulta né. Eu tive que trabalhar cedo, ajudava em casa minha mãe criar meus irmãos, que eu tenho uma irmã com 17 anos de diferença minha e logo após me casei, já fui tendo filhos, então me privei de muita coisa, cuidando dos filhos, criando e aí quando senti que estava começando a me livrar dos filhos, que eles começaram a casar, se formar e fazer a vida deles, aí houve a doença do marido, então me “toleu” totalmente, porque eu me dediquei inteiramente a ele. Passei dez anos da minha vida apagada, só para ele, aí quando ele foi embora eu me senti sozinha, porque uma companhia me tomava todo o tempo, era uma criança adulta. Quando ele saiu do hospital, quando eu fui tirá-lo na véspera de natal, o médico me disse: porque tu vais levar ele para casa, aí eu fui e disse: mas e porque que eu vou deixá-lo se é natal. Aí ele foi e disse assim: tu pensa bem porque tu vais ter um filho agora de 54 anos. Aí eu disse: não, mas acontece que quando me casei o padre me disse: é para as horas boas e as horas más, eu tive muita horas boas com ele e agora tá chegando as horas más e é hora de eu enfrentar. E levei para casa, e foi uma criança mesmo né. Então me dediquei a ele todo este tempo, depois eu fiquei só quando ele partiu, eu me senti meio perdida, com a responsabilidade de tudo, dos filhos, porque eu acho que mãe, não sei, a meu ver, mãe é mãe para sempre, é mãe de tempo integral, porque todos os problemas que acontecem com os filhos, pelo menos com os meus, eu sempre estive presente, ou mal ou bem, ajudando na maneira que eu podia. E aí o dinheiro era pouco, os filhos ainda estudando, pagava a faculdade cara para dois, e uma filha que também era adolescente e tal, e aí eu me senti meio perdida e a minha cabeça começou a fraquejar, me senti doente, e tive uma pancreatite que quase me levou à morte. E aí, sempre era uma coisa ou outra, e os filhos foram se formando, foram

melhorando de situação, mas só que eu fui me encolhendo, me sentindo cada vez mais sozinha, aí tive este problema desse ombro né, esta cirurgia que eu tive que fazer, onde a minha médica, uma geriatra, eu já me trato com ela há muito tempo, tentou me aliviar a situação, não conseguia, me indicou um médico. Aí eu procurei, e por razões financeiras não entrei em acordo com ele, e ele me deu o endereço desta médica que hoje me trata, que além de médica é minha amiga, e é minha filha querida que eu adoro, e ela sempre que ... a minha geriatra me dizia assim: tu reage que eu vou te por direto com um psiquiatra, não vai ser com psicólogo, aí eu contei para a outra médica, ela me disse assim: não, tu não vai para psiquiatra nem para psicólogo, vai procurar tua turma, tu precisa ir procurar tua turma, conviver com gente da tua idade, tu estás muito sozinha, muito triste, o tempo que tu ficas em casa enterrada chorando, vai procurar um grupo para conviver. Aí eu, como eu já caminhava aqui com a filha, e ela teve que assumir a clínica por razões lá de troca de pessoal, ela me disse: mãe, eu não vou mais poder caminhar mais contigo, mas tu não vais caminhar na rua. Aí eu disse: onde eu vou caminhar, ela disse vai para a ESEF. Aí o que eu fiz, vim caminhar aqui, e de repente eu comecei a ver umas faixas convidando para entrar para um grupo que estava sendo criado, que é o CELARI. Eu já tinha ido em alguns, mas só que não era aquilo que eu queria né, estive lá no Tesourinha, fui na Restinga, fui na igreja, mas não era aquilo que eu estava procurando. Então não houve interesse, aí eu vim aqui para saber, me informar, quando me deparei com a Eliane, que começou a me convencer que eu tinha várias atividades para fazer, entrei e aí fui me encontrando, fui gostando da atitude dela e das outras pessoas, e o carinho, porque eu precisava alguém que levantasse a minha auto estima que estava lá embaixo, eu não me sentia mais útil para nada devido as perdas que eu tive né, que me deu problemas muito sérios, então aquilo foi melhorando, esta médica que é minha amiga, eu chegava lá, ah que bonita que tu estás, esse cabelinho bonito, ah que roupa bonita, ah que vestido lindo, e aquilo vai levantando o ânimo da gente né. Aqui também, e eu sempre tive esta facilidade, sou muito conversadora sempre tive facilidade de fazer amigos, tanto no tempo de criança que eu tinha um apelido em casa, que talvez seja um pouco assim, como eu diria, meio pejorativo, “égua madrinha”, minha mãe chamava, é que onde eu estava, estava um lote de meninas e de jovens, e eu conversava com amigas e amigos, tinha vários rapazes amigos, e eu me encontro aqui hoje, também gosto de estar convivendo com toda a idade de pessoas, tanto jovens, crianças,

velho, então eu brinco muito que eu não gosto de velho né, mas não é o fato de eu não gostar, é brincadeira, porque eu gosto, senão eu não conviveria com eles harmoniosamente. É claro, tem os dias que a gente não tá muito bem né, responde mal, como interpreta mal as palavras das outras pessoas, e me acho muito bem assim, gosto do que faço, do que estou fazendo atualmente, e recebo atenção dos meus filhos, tanto que um mora comigo e não quer sair né. E então, eles também estão tranqüilos, que foi uma das razões que me levou mais a procurar, porque eles se preocupavam muito com a minha situação né, ai mãe tu vive fechada, vai procurar alguém, vai procurar alguém para ti, mas não é isto, eu não quero isto, eu já tive um companheiro que durou muitos anos, e é como eu digo: entre tapas e beijos me dei bem com ele, me deixou numa situação boa, e acho que eu não preciso de outro companheiro assim para viver, quem sabe se um dia aparece um de repente né (riso) estou aberta para negociação e ... mas não é o interesse, eu quero ... estou livre, chego em casa a hora que quero, respeitando o horário que o filho dá (riso) e saio a hora que quero, deixando ele informado para onde vou, e estou bem, estou levando bem, estou muito satisfeita com meus netos né, então eu acho que estou feliz, uma palavra: estou feliz.

No início dissestes assim: “pode meu corpo estar envelhecendo, mas eu não. Como me explicas isto?”

Seria a minha a cabeça, o meu espírito, que eu não me acho velha, não me sinto velha, eu não me vejo assim. Eu vejo uma senhora na rua de sainha, de meia, de blusinha comprida, eu não gosto disto, então, tanto que eu chego nas lojas, vou comprar uma roupa, e aí as meninas, é claro, vêm com umas roupinhas ... me vêem a cara, diz não, está já ... não, eu não quero estas roupas, eu não gosto de roupa de velho, eu gosto de cores, eu gosto de andar bem decotada, de sem manga, ai mas é feio, caem os “tchau tchau”, mas que importa, eu com isto, eu gosto de andar assim, e ando né. Uma vez que eu não me vista ridicularmente, então eu não acho que estou velha mentalmente, espiritualmente, e sim o meu corpo, porque isto eu não tenho ... como eu diria ... não tem como eu resolver esta situação, se os médicos envelhecem e morrem, eu também vou ter que envelhecer obrigatoriamente, e morrer um dia, mas pretendo morrer daqui há muito tempo,

daqui a uns 50 anos, ainda não sei se vou chegar lá, eu acho que é isto, respondendo a tua pergunta.

Então o corpo tem importância?

Para mim tem pouca importância, não tem muita, eu cuido do meu corpo, que eu sofro se eu não cuidar né, porque eu tenho vários problemas de saúde, e se eu não me cuido é claro que eu vou morrer bem antes do que eu pretendo, e tenho dores, então é uma coisa que me leva a cuidar do corpo, com ... além da medicação, da alimentação e mais os exercícios que eu preciso, então aqui no CELARI eu encontrei isto né, fazer exercícios, ter uma boa amizade, uma boa convivência né, para preservar o meu corpo, porque talvez eu preservando o meu corpo, o meu espírito, a minha cabeça vai muito longe ainda, nunca se sabe né.

O que é corpo para ti?

Corpo para mim é este invólucro que nós temos, os ossos, a pele, as veias, o coração, estômago, enfim é isto aí que eu considero corpo, e a cabeça naturalmente né, só que a cabeça, nós temos algo dentro que nem os próprios médicos sabem explicar né, que a gente guarda muita coisa, muitos pensamentos antigos, coisas que nos ocorreram quando crianças que hoje a gente não guarda, aconteceu um fato a semana passada eu não me lembro hoje, e me lembro de muitos fatos que aconteceram há 40, 50 anos atrás, coisas que me marcaram talvez, então nós temos, eu acho que nós temos um recipiente no cérebro que guarda isto, então eu procuro preservar o meu cérebro, porque o espírito, eu acho que está dentro do nosso coração, porque eu sinto assim, quando estou mal com uma pessoa, por qualquer palavra boba que a gente diz, eu me preocupo, eu sinto meu coração doer eu choro de dor no coração, porque eu acho que o espírito está dentro do nosso coração, apesar de ser um órgão né, e vital para nós, mas eu acho que ele tem uma importância bem mais superior do que os médicos vêem.

Quando é que percebestes alguma mudança no corpo relacionada ao

envelhecimento?

Bem, eu, quando deixei de ser útil para os filhos, por exemplo, eles achavam: ah mãe, tu estás ficando velha, está ficando rabujenta. Rabujenta, no sentido de que, o que eles faziam, de eu chamar a atenção deles, porque eu nunca gostei que os meus filhos maltratassem as mulheres deles, porque os três ... dois foram casados duas vezes, um ainda é, e um teve uma esposa, se separou, não quis mais, mas eu nunca permiti, quando eles vinham falar eu dizia: mas meu filho, tu quis assim, porque antes de acontecer eu sempre os chamava e dizia: olha, esta menina não é muito boa para ti por isto e aquilo. Ah mãe, deixa porque ela muda, porque eu faço ela mudar. Bem quando eles vinham vendo que estava acontecendo o que eu havia dito, porque a mãe, não sei porque tem um privilégio de sempre prever o que vai acontecer, e então eu dizia: meu filho tu escolheu então está aí. Quando chegou uma fase assim, eles estavam bem casados, já com os filhos encaminhados, eu peguei a me sentir inútil, porque ajudei a criar dois netos, um até os 4 anos, o qual me dá muita alegria, o outro até os sete anos, hoje está com 14, está meio assim, não sabe o quer da vida, eu estou tentando, lutando com ele para ver se consigo por no bom caminho, que ele não se desvie, então eu já me sinto útil por este lado aí, porque quando eles ... o que tinha ... que eu criei até os 4 anos, justamente quando meu filho separou-se da minha nora, aí o que ela fez ... ela não deixava eu ver o meu neto como vingança para o meu filho, ela não deixava eu ver o meu neto, então eu tive que ir para a justiça para pedir pra ela me liberar a visita, deixar meu neto ir no fim de semana lá em casa, ou eu chegar um pouquinho para ver, mas apenas por maldade, cabeça leviana, muito jovem, hoje ela gosta muito de mim, pelo menos ela demonstra né, e foi uma fase da vida dela. E eu tinha o outro que eu criei até os 7 anos e de repente a filha resolveu ir morar sozinha, achava que eu tava interferindo muito na educação do neto e tal foi morar sozinha. Aí eu senti que eu estava velha, que eu estava rabujenta mesmo, que já meus filhos não estavam mais me suportando e, mas hoje eu voltei atrás, porque hoje meu neto me procura para me contar coisas da vidinha dele, que muito íntimas assim, que eu acho que eu como avó até não mereço, ele deveria conversar estes assuntos com o pai, com a mãe, com algum irmão, se ele tivesse mais velho, ele vem conversar comigo, então eu estou me achando útil. Eu me senti bem mais velha, que meu corpo envelheceu bem mais, e hoje eu acho que ele não me acha tão velha por causa do motivo de ele vir

me contar coisas que ele faz, os problemas sexuais dele, fui eu a primeira que falei com ele sobre isto quando eu peguei a perceber que ele estava tendo namoradinhas. Eu pedi para o pai dele conversar e o pai dele disse que eu deixasse que ele iria aprender. E aí eu perguntei como ele vai aprender se tu não ensinares? vai aprender como eu aprendi, eu digo sim e quem é que te ensinou, a rua. Aí eu disse mas meu filho tu não deve fazer porque no tempo que tu foi adolescente era bem melhor os tempos, não havia tanta maldade como existe hoje, ele me disse havia, havia e eu aprendi a distinguir a maldade da bondade, então ele tem que fazer assim, Fiquei muito apreensiva com isto né, aí comecei, me sentei, conversei com ele, então eu aí, eu me coloquei quase na idade do pai dele que tem 40 anos, 43 anos, então me senti mais jovem, não estava tão velha assim porque o neto estava procurando, se fosse muito velha ele não procuraria a avó, eu acho que é por aí, eu não sei, de repente eu até estou meio enganada não sei, é por aí mesmo e é isto. Que perguntas mais tu farias?

Perguntas eu não tenho, mas tu podes acrescentar alguma coisa, se quiseres.

TERMO DE CONSENTIMENTO INFORMADO

Eu,

declaro para os devidos fins que fui informada (o) e orientada (o), de forma clara e detalhada quanto a pesquisa que está sendo realizada e cedo os direitos de minha entrevista, gravada para ser usada, integralmente ou em partes, sem restrições de prazos e citações, ficando vinculado o controle à quem tiver a guarda da mesma.