

PATRÍCIA TEIXEIRA HONÓRIO DOS SANTOS

**A EXPERIÊNCIA DE TORNAR-SE IDOSO AOS 60
ANOS: UM ESTUDO FENOMENOLÓGICO**

**UNIVERSIDADE CATÓLICA DOM BOSCO – UCDB
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO MESTRADO EM PSICOLOGIA
CAMPO GRANDE – MS**

2021

PATRÍCIA TEIXEIRA HONÓRIO DOS SANTOS

**A EXPERIÊNCIA DE TORNAR-SE IDOSO AOS 60
ANOS: UM ESTUDO FENOMENOLÓGICO**

Dissertação apresentada ao Programa de Pós-Graduação – Mestrado e Doutorado em Psicologia da Universidade Católica Dom Bosco, como requisito parcial para obtenção do título de Mestre em Psicologia, área de concentração: Psicologia da Saúde, sob orientação da Professora Dra. Sônia Grubits.

**UNIVERSIDADE CATÓLICA DOM BOSCO – UCDB
PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO MESTRADO EM PSICOLOGIA
CAMPO GRANDE – MS**

2021

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)
Universidade Católica Dom Bosco
Bibliotecária Mourâmise de Moura Viana - CRB-1 3360

S237e Santos, Patricia Teixeira Honorio dos
A experiência de tornar-se idoso: um estudo fenomenológico/
Patricia Teixeira Honorio dos Santos, sob orientação
da Profa. Dra. Sônia Grubits. -- Campo Grande, MS
: 2021.
218 p.: il.

Dissertação (Mestrado em Psicologia) - Universidade
Católica Dom Bosco, Campo Grande-MS, Ano 2021
Bibliografia: p. 144-157

1. Envelhecimento - Aspectos psicológicos e sociais.
2. Gestalt-terapia. 3. Idosos - Pesquisa fenomenológica
I.Grubits, Sonia. II. Título.

CDD: 155.7



A dissertação apresentada por **PATRÍCIA TEIXEIRA HONÓRIO DOS SANTOS**, intitulada:
A EXPERIÊNCIA DE TORNAR-SE IDOSO AOS 60 ANOS: UM ESTUDO FENOMENOLÓGICO, como exigência parcial para obtenção do título de Mestre em PSICOLOGIA à Banca Examinadora da Universidade Católica Dom Bosco (UCDB),
foi.....
Sonia Grubits, como presidente da banca, assinei a folha de aprovação com o consentimento de todos os membros, ainda na presença virtual destes.

BANCA EXAMINADORA

Profa. Dra. Sonia Grubits - UCDB (orientadora)

Profa. Dra. Heloisa Bruna Grubits - UCDB

Profa. Dra. Marta Helena de Freitas - UCB

Campo Grande - MS, 7 de junho de 2021.

MISSÃO SALESIANA DE MATO GROSSO - UNIVERSIDADE CATÓLICA DOM BOSCO

Av. Tamandaré, 6000 - Jardim Seminário - CEP: 79117-900 - CAMPO GRANDE - MS - BRASIL
Av. Tamandaré, 6000 - Jardim Seminário - CEP: 79117-900 - CAMPO GRANDE - MS - BRASIL
CNPJ/ME: 03.226.149/0015-87 - Fone: 55 67 3312-3300 - Fax: 55 67 3312-3301 - www.ucdb.br

Para Honório, meu marido, melhor amigo, apoiador incansável dos meus projetos de vida, que há mais de duas décadas sonha meus sonhos, acredita e investe no meu potencial. Você é a melhor expressão da bondade de Deus na minha vida. Obrigada por estar sempre presente e por escolher envelhecer comigo, que privilegiada eu sou por ter você.

AGRADECIMENTOS

Agradecer é reconhecer que não fazemos nada sozinhos e que sem esses tantos outros que nos constituem, a vida seria sem sentido, sem forma e vazia. Mas eu, privilegiada que sou, me sinto transbordante, pois em tempos pandêmicos, de distanciamentos e solidão, estou cercada de amor e presença, de cuidado e incentivo. Por isso, agradecer é algo maravilhoso e sagrado, é trazer à memória o que pode dar esperança. Nesta jornada descobri que o caminho pode ser mais fascinante que a chegada, por causa dos amigos que encontrei e daqueles que já caminhavam comigo.

Assim, a palavra encontro, que a nós humanistas é tão cara, ganha o sinônimo improvável de aglomeração, e como precisei disso nos últimos 14 meses. Contudo, o amor se reinventa, não se deixa abater e de tantas formas nessa jornada fui abraçada, amparada, gentilmente empurrada e sustentada quando me faltava fôlego na alma. Se cheguei até aqui é porque realmente não estava só e as aglomerações virtuais, espirituais e tantas outras formas de amar e sonhar junto, me ajudaram a caminhar.

Então, muito obrigada a você, que sonhou meus sonhos, acreditou no meu potencial, secou minhas lágrimas, segurou minha mão, leu e releu tudo que escrevi, intercedeu de joelhos para que eu ficasse de pé, riu das minhas mil desistências e ficou ao meu lado até que eu recomeçasse e agora celebra este dia que você disse que chegaria, e eu, dramática que sou, duvidava. Muito obrigada.

Senhor Deus da minha vida, razão da minha fé, que graciosamente concede o desejo do meu coração. Toda honra, glória e louvor sejam dados inteiramente a ti.

Honório, marido, amigo, incansável, se eu fosse você teria desistido de mim e sumido (rsrsrsrs). Nem sei que força é essa que você tem, mas em muitos momentos, era tudo que eu tinha e tudo que eu precisava. Te amo.

Nycolas e Murilo, filhos que assumiram os cuidados com a casa, abaixaram o volume da TV, fizeram umas dezenas de brigadeiro para me acalmar, ficaram quietinhos diante das xícaras quebradas (casos de família) e continuam firmes dizendo que sou a melhor mãe do mundo. Eu é que tenho filhos incríveis.

Querida Camila Balbuena, que logo na minha chegada em Campo Grande, segurou minha mão e me levou na UCDB, como quem anuncia: você não está só, eu entro com você. Gratidão.

Carol e Thaysse, que sem me conhecer, me abriram o primeiro sorriso nesta cidade. Aquele sorriso iluminou meu caminho e continua a brilhar. Thaysse abriu espaço no seu consultório, para que eu começasse a trabalhar e Carol hoje é minha sócia. Como agradecer?

Meus intercessores amados, Marlene e Alfredo, Stela e Weder, Miguxa e Mamis. Tenho absoluta certeza de que enquanto ficavam de joelhos, eu permanecia em pé. Louvo a Deus por suas vidas, palavras e flores.

Tia Ivete e Gai, dizem que somos parentes, eu digo que transcendemos isso há muito tempo. Obrigada por ser presença contínua e vibrante na minha vida. Amo tanto vocês.

Suzanir Echeverria, nem sei o que dizer de você. Vou esperar tudo isso acabar para te beliscar. Até agora desconfio que você é um anjo. Muito obrigada.

Evelyn Oliveira, minha supervisora amada, como eu teria chegado aqui sem você? Fê e Ka, minhas almas gêmeas, parceiros de angústias e gargalhadas. Minha banca de ensaio, meus amigos mais chegados que irmãos.

João César, filho de alma, tão carinhoso e prestativo. Muito obrigada.
Professora Sônia Grubits, minha orientadora. Obrigada pela confiança inabalável e por me emprestar seu nome tão precioso na história da Psicologia.

Professora Heloísa Grubits e professora Marta Helena Freitas, que gentilmente me honraram com sua presença na banca de qualificação e que me abriram novos horizontes com suas contribuições.

Professor Nilton Júlio de Farias que despertou meu amor pela Gestalt-Terapia e que como meu terapeuta já lidava com este mestrado antes mesmo que eu começasse.

Professoras Nelly Nucci e Andreia Garcia da PUC de Campinas, que previram este dia ainda na graduação e são minhas referências de humanidade e docência.

Sílvia Alencar, minha terapeuta incrível, como admiro você. Como tenho me tornado uma pessoa melhor através do seu trabalho. Você é minha inspiração.

Aos vizinhos Norman e Regina, pelas flores, aromas e sabores que quietinhos deixavam na minha garagem e tornavam minhas muitas horas no escritório mais agradáveis.

Vânia minha irmã amada, minha amiga, comadre. Seu apoio é minha força.

A cada um dos participantes desta pesquisa, sem os quais nada disso seria possível. Muito obrigada por generosamente compartilhar suas experiências e através delas me ensinar a fazer Ciência e a ser um ser humano melhor. Gratidão.

Paula Renara, que desde a graduação é parte de mim. Mesmo de longe nossos olhares cúmplices ainda se cruzam e neles vejo as confirmações que preciso para prosseguir. Como te disse: você formatou meu trabalho e minha alma. Mesmo a 1000 km de distância, te sinto aqui.

RESUMO

O envelhecimento populacional é uma realidade global que mobiliza a reorganização de políticas públicas para o atendimento das demandas específicas desta faixa etária. O corpo que envelhece é também objeto de múltiplas transformações que se manifestam no modo como cada indivíduo se percebe idoso. Assim, considerando a multiplicidade de fatores que cercam o fenômeno do envelhecimento populacional e as repercussões na vida da pessoa que envelhece, o objetivo geral desta pesquisa é descrever a experiência de tornar-se idoso ao completar 60 anos e as repercussões na vida do indivíduo. Trata-se de uma pesquisa qualitativa, exploratória e de abordagem fenomenológica. Para a sistematização e análise dos dados utilizou-se o método de pesquisa fenomenológico de Giorgi. Os conceitos que subsidiaram a análise das entrevistas emergem da visão de homem da Gestalt-Terapia. Participaram da pesquisa cinco pessoas com idades entre 60 e 65 anos. Para a coleta de dados utilizou-se a entrevista semiestruturada. Os resultados demonstraram que os participantes não se sentem idosos e nem desejam ser identificados como tal, diferenciando-se das características que atribuem ao idoso e ao mesmo tempo expondo a forma como se veem e como desejam ser reconhecidos socialmente. A autopercepção revelou ser a principal referência de identidade e a partir dela emergiram cinco núcleos de sentido que expressam como vivem e dão significado à experiência de ter 60 anos: 1) não sou idoso, 2) autonomia e independência, 3) ser de possibilidades, 4) percepções quanto à passagem do tempo e 5) reconhecimento social de envelhecimento. Esta pesquisa identificou em seus participantes os desafios que podem emergir nessa fase do desenvolvimento humano e na experiência de uma vida longeva através de reflexões sobre as mudanças experimentadas na autopercepção do indivíduo, no impacto em sua subjetividade e nos significados que ele atribui à experiência de tornar-se idoso.

Palavras-Chave: Envelhecimento; Gestalt-Terapia; Método Fenomenológico.

ABSTRACT

Population aging is a global reality that mobilizes the reorganization of public policies to meet the specific demands of this age group. The body that ages is also an object of multiple transformations that are manifested in the way each individual perceives themselves as elderly. Therefore, considering the multiplicity of factors surrounding the phenomenon of population aging and the repercussions on the life of the aging individual, the aim of this research is to describe the experience of becoming an elderly person at the age of 60 and its repercussions on the individual's life. It is a qualitative, exploratory research with a phenomenological approach. For systematization and data analysis, Giorgi's phenomenological research method was used. Concepts supporting the analysis of interviews emerged from Gestalt-Therapy's view of human nature. Five people between the ages of 60 and 64 years were interviewed. A semi-structured interview was conducted. Results showed that participants do not feel elderly, nor wish to be identified as such, differing themselves from characteristics they attribute to elderly people and at the same time exposing the way they see themselves and how they want to be socially recognized. Self-perception proved to be the main reference of identity and from this emerged five nuclei of meaning that express how they live and give meaning to the experience of being 60 years old: 1) I am not elderly, 2) autonomy and independence, 3) a being of possibilities, 4) perceptions about the passage of time and 5) social recognition of aging. This research identified in its participants, the challenges that can emerge in this stage of human development and in the experience of a long-lived life through reflections on changes experienced in the individual's self-perception, on the impact on their subjectivity and the meanings that they attribute to the experience of becoming elderly.

Key words: Aging; Gestalt-Therapy; Phenomenological Method.

LISTA DE FIGURAS

Figura 1 – Ilustração da Estrutura Geral do Vivido.....	91
Figura 2 – Núcleo de Sentido Relacionado à Percepção de “Não Ser Idoso”	91
Figura 3 – Núcleo de Sentido Relacionado à Percepção de Autonomia e Independência.....	95
Figura 4 – Núcleo de Sentido Relacionado à Percepção de Sentir-se Um Ser de Possibilidades.....	99
Figura 5 – Núcleo de Sentido Relacionado à Percepções Quanto a Passagem do Tempo.....	104
Figura 6 – Núcleo de Sentido Relacionado à Percepção de Envelhecimento e Reconhecimento Social.....	109

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 – Diretrizes da Organização Mundial da Saúde Quanto ao Envelhecimento Populacional Mundial.....	25
--	----

LISTA DE APÊNDICES

Apêndice A – Aprovação do Comitê de Ética.....	159
Apêndice B – Ficha para Informações de Dados Pessoais.....	160
Apêndice C – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE).....	161
Apêndice D – Termo de Autorização para Gravação de Voz (TAGV).....	162
Apêndice E – Roteiro de Entrevista.....	163
Apêndice F – Análise da Entrevista Segundo o Método Fenomenológico de Amedeo Giorgi - Participante Débora.....	164
Apêndice G – Análise da Entrevista Segundo o Método Fenomenológico de Amedeo Giorgi - Participante Abigail.....	179
Apêndice H – Análise da Entrevista Segundo o Método Fenomenológico de Amedeo Giorgi - Participante Saul.....	190
Apêndice I – Análise da Entrevista Segundo o Método Fenomenológico de Amedeo Giorgi - Participante Ester.....	196
Apêndice J – Análise da Entrevista Segundo o Método Fenomenológico de Amedeo Giorgi - Participante Ana.....	205
Apêndice K – Unidades de Significado Variantes e Invariantes.....	213
Apêndice L – Unidades de Significado Variantes e Invariantes Distribuídas em Grupos Temáticos.....	215

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	15
CAPÍTULO 1 – ENVELHECIMENTO: UMA QUESTÃO ATUAL	22
1.1 Envelhecimento Populacional: Um Fenômeno Mundial	23
1.2 Envelhecimento Populacional no Brasil	27
1.3 Envelhecimento e Desenvolvimento Humano	29
1.4 Entre o Etarismo e a Valorização da Velhice.....	31
1.5 Envelhecimento Populacional e a Psicologia da Saúde	35
1.6 A Gestalt-Terapia	37
1.7 Envelhecimento e a Visão do Homem da Gestalt-Terapia.....	44
CAPÍTULO 2 – OBJETIVOS DO ESTUDO E DELINEAMENTO TEÓRICO-METODOLÓGICO.....	50
2.1 Objetivos	51
2.1.1 <i>Objetivo Geral</i>	51
2.1.2 <i>Objetivos Específicos</i>	51
2.2 O Delineamento do Estudo.....	51
2.2.1 <i>Pesquisa Qualitativa e Exploratória e o Modelo Fenomenológico</i>	51
2.2.2 <i>A Fenomenologia e o Método Fenomenológico</i>	56
2.2.3 <i>O Método de Pesquisa fenomenológico Proposto por Amedeo Giorgi</i>.....	60
2.3 O Local da Pesquisa e a Formação da Amostra	65
2.4 A Realização das Entrevistas	70
2.5 Condutas para a Escuta, Transcrição e Análise das Entrevistas	72
2.6 Dimensões Éticas do Estudo.....	74
CAPÍTULO 3 – A EXPERIÊNCIA DE TORNAR-SE IDOSO AO COMPLETAR 60 ANOS E AS REPERCUSSÕES NA VIDA DO INDIVÍDUO.....	76
3.1 Descrição dos Resultados	77
3.2 Estrutura Específica da Experiência.....	78
3.2.1 <i>Débora – Unidades de significado que emergiram na entrevista</i>.....	78
3.2.1.1. <i>Débora - Síntese Descritiva da Experiência</i>.....	79
3.2.2 <i>Abigail – Unidades de significado que emergiram na entrevista</i>	80
3.2.2.1. <i>Abigail - Síntese Descritiva da Experiência</i>.....	80
3.2.3 <i>Saul - Unidades de significado que emergiram na entrevista</i>	81
3.2.3.1 <i>Saul - Síntese Descritiva da Experiência</i>.....	82
3.2.4 <i>Ester - Unidades de significado que emergiram na entrevista</i>	83
3.2.4.1 <i>Ester - Síntese Descritiva da Experiência</i>.....	84

3.2.5 Ana – Unidades de significado que emergiram na entrevista	85
3.2.5.1.Ana - Síntese Descritiva da Experiência.....	86
3.3 Constituintes Essenciais da Experiência Geral.....	86
3.4 Estrutura Geral da Experiência	88
3.5 Núcleos de Sentido	90
3.6 Discussão.....	113
CONSIDERAÇÕES FINAIS	137
REFERÊNCIAS	144
APÊNDICES	158
Apêndice A – Aprovação do Comitê de Ética	159
Apêndice B – Ficha para Informações de Dados Pessoais	160
Apêndice C – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)	161
Apêndice D – Termo de Autorização para Gravação de Voz (TAGV).....	162
Apêndice E – Roteiro de Entrevista	163
Apêndice F – Análise da Entrevista Segundo o Método Fenomenológico de Amedeo Giorgi - Participante Débora	164
Apêndice G – Análise da Entrevista Segundo o Método Fenomenológico de Amedeo Giorgi - Participante Abigail.....	179
Apêndice H – Análise da Entrevista Segundo o Método Fenomenológico de Amedeo Giorgi - Participante Saul	190
Apêndice I – Análise da Entrevista Segundo o Método Fenomenológico de Amedeo Giorgi - Participante Ester	196
Apêndice J – Análise da Entrevista Segundo o Método Fenomenológico de Amedeo Giorgi - Participante Ana	205
Apêndice K – Unidades de Significado Variantes e Invariantes	213
Apêndice L – Unidades de Significado Variantes e Invariantes Distribuídas em Grupos Temáticos	215

INTRODUÇÃO

Desde os cinco anos de idade que tive a mania de desenhar a forma das coisas. Desde os cinquenta anos de idade que produzi um número razoável de desenhos, mas, no entanto, tudo o que fiz até aos setenta anos não é realmente digno de menção. Pelos setenta e dois anos de idade apreendi finalmente algo da verdadeiro da qualidade das aves, animais, insetos e peixes, e da natureza vital das plantas e árvores. Assim, aos oitenta anos de idade deverei ter já feito algum progresso. Aos noventa deverei ter penetrado ainda mais no mais fundo sentido das coisas. Aos cem anos de idade deverei ter-me tornado realmente maravilhoso e aos cento e dez anos cada ponto, cada linha que eu desenhe deverá possuir seguramente uma vida própria. Peço apenas que os homens de vida suficientemente longa tenham o cuidado de verificar a verdade das minhas palavras (Hokusai, 1770-1849).

Há quase 20 anos meu ofício tem sido ouvir, aconselhar e ensinar pessoas através do trabalho religioso. Minha primeira formação foi em Teologia Cristã Reformada e em 2007 fui consagrada ao pastorado. Apesar de lidar com pessoas de todas as idades, minha atuação principal foi liderar ministérios voltados para jovens, crianças, mulheres e casais, além de dar aulas de teologia nos cursos particulares das igrejas onde congreguei. Em 2011 decidi realizar o desejo da juventude de ser psicóloga, estudei três semestres na PUC de Goiás e mudei para o interior de São Paulo, onde por questões burocráticas, tive que prestar um novo vestibular e recomeçar a graduação, tendo concluído a formação em 2017 na PUC de Campinas e em seguida mudado para Campo Grande, MS.

Atualmente tenho 49 anos de idade, profissionalmente sou uma psicóloga em início de carreira (graduada há pouco mais de 3 anos), gestalt-terapeuta e estudante de pós-graduação (mestrado) em Psicologia da Saúde, legalmente sou uma pessoa adulta que em 11 anos será uma mulher idosa e pensar em tudo isso me levou a reflexões e questionamentos inéditos na

minha vida. Envelhecer sempre foi algo que pertencia ao outro e agora é um fato bem próximo da minha realidade, já que meu marido tem mais de 60 anos, minha mãe está perto dos 70 anos e, de repente, todo mundo do meu passado está idoso ou bem perto de sê-lo.

Comecei então questionar sobre o que é ser uma pessoa idosa, o que significa envelheceremos no mundo em que vivemos, o que muda na vida daquele que envelhece, se faz sentido começar uma carreira profissional e ter tantos projetos de vida assim tão perto do início da velhice, será que todos envelhecem da mesma maneira, etc. Meus pensamentos foram povoados por perguntas que me inquietaram e me levaram a investigar sobre o assunto.

Lembrei quem na graduação em Psicologia, a temática do desenvolvimento humano na velhice foi trabalhada apenas em uma curta disciplina ministrada em oito aulas. O currículo enfatizava as dimensões biológicas do desenvolvimento e seu declínio, falando basicamente sobre finitude, envelhecimento associado a adoecimento e promoção de hábitos saudáveis de saúde baseada em um protocolo americano de alimentação e cuidados com a saúde física. Uma disciplina com um olhar bastante negativo sobre a velhice e fora dos contextos sociais e econômicos da realidade brasileira.

Investigando sobre o assunto do envelhecimento humano, deparei-me com a descoberta de que estamos vivendo um fenômeno inédito de envelhecimento populacional no mundo. Estima-se que a cada segundo duas pessoas no mundo completam 60 anos, configurando o fenômeno da revolução da longevidade (Kalache, 2019).

Vivemos globalmente dois fenômenos simultâneos, o envelhecimento populacional e a revolução da longevidade. Nunca houvera antes, na história da humanidade, populações inteiras com um número maior de velhos que de jovens e crianças; e, da mesma forma, nunca a expectativa de vida do ser humano ao nascer foi tão longa como agora (Kalache, 2019).

Com um título que chama a atenção, uma matéria da BBC News Brasil (2019), destaca que “Pela primeira vez, o mundo tem mais avós que netos”.

Os números apresentados nas pesquisas relacionadas ao envelhecimento me impactaram, não somente como pessoa, que também vive parte do fenômeno do envelhecimento populacional, mas também como profissional e pesquisadora da área da saúde, da Psicologia da Saúde. Me dei conta de que para além das minhas questões pessoais, a temática do envelhecimento populacional, focado no grupo de pessoas com idade entre 60 e 65 anos e que legalmente passa a ser considerado idoso, é um tema relevante e urgente em nossa sociedade, justificando esta pesquisa.

No caso brasileiro, a revisão 2018 da Projeção de População do IBGE (2018) indicou que, em 2060, a população será de aproximadamente 228,3 milhões e um quarto dela (25,5% ou 58,2 milhões) deverá ser de pessoas com mais de 65 anos, sendo que, já em 2025, seremos o quinto país do mundo com maior número de idosos. Provavelmente, essas pessoas chegarão aos nossos locais de trabalho com suas demandas específicas, tanto na esfera particular, quanto na pública. São números reveladores que evidenciam um avanço no desenvolvimento humano e conclamam a sociedade a repensar suas noções antigas de envelhecimento e longevidade (Kalache, 2019).

Em bem pouco tempo, uma quantidade significativa da população mundial será de pessoas com mais de 60 anos. Provavelmente serão essas pessoas que chegarão aos nossos locais de trabalho com suas demandas específicas, tanto na esfera particular, quanto na pública.

Tomando a Psicologia como “práxis situada”, e, reconhecendo o ser humano como produto e produtor de sua própria história (Alvim & Castro, 2015), justifica-se um olhar atento e qualificado a um fenômeno tão atual como o envelhecimento populacional brasileiro. Isso requer dos pesquisadores e profissionais da saúde a priorização de esforços (pesquisa e ação), partindo daquilo que é vivido pelo sujeito que envelhece e para ele, no sentido de

oferecer-lhe novos caminhos na apropriação desse vivido e na produção de sentidos para sua existência nessa fase do desenvolvimento.

Embora o tema principal desta pesquisa não se refira a questões legais envolvidas no processo de envelhecimento humano, o termo idoso foi escolhido por ser um marco expressivo dessa mudança de faixa etária que representa uma população que não para de crescer no país. É este termo, “idoso”, que carrega consigo os elementos sociais e cronológicos, que com o passar do tempo, foram se deslocando. Assim como o próprio movimento do envelhecimento se entrelaça com o fenômeno da longevidade populacional, o marco legal de tornar-se idoso ao completar 60 anos confere ao indivíduo uma representatividade que já não o representa. As imagens utilizadas para se reportar ao idoso, principalmente aquelas que se direcionam aos direitos/benefícios (vagas para idoso, por exemplo) já não representam sexagenário deste tempo. A chegada aos 60 anos é destacada pelo desenvolvimento humano como uma fase em que o corpo envelheceu, mas os avanços da medicina e o acesso a novas tecnologias favoreceram grande parte da população que não se reconhece “idoso”. Muitos nesta faixa etária ainda permanecem ativos no mercado de trabalho. Outros ainda esperam a chegada dos netos. Desta forma, não há aqui uma palavra exclusiva para representar esta fase do desenvolvimento humano, podendo ser encontrados durante a leitura termos como velho, sexagenário, longevo e outros que remetem à fase do desenvolvimento humano chamada de velhice.

Desta feita, ao reunir minhas questões pessoais e refletir sobre as possíveis demandas que deverão surgir em um futuro bem próximo para a Psicologia, cheguei na temática central desta pesquisa, que julgo oportuna e relevante, não somente para mim, mas para toda a sociedade. Portanto, esta pesquisa surge no contexto da Psicologia da Saúde, uma Psicologia essencialmente comprometida com a sociedade, já que busca apreender as necessidades individuais do sujeito a partir do que emerge do coletivo, preocupando-se em intervenções

que ocorram em consonância com os processos de mudança que permeiam a existência do sujeito e sua saúde em sociedade, levando em consideração aspectos biopsicossociais e os demais fatores de influências em seu desenvolvimento. Como afirmam Alvim e Castro (2015), a Psicologia científica deve progredir em prol da sociedade, atribuindo às suas teorias e métodos um papel social e político.

Assim, considerando a multiplicidade de fatores que cercam o fenômeno do envelhecimento populacional e as repercussões na vida da pessoa que envelhece, o objetivo geral desta pesquisa é descrever a experiência de tornar-se idoso ao completar 60 anos e as repercussões na vida do indivíduo. Os objetivos específicos compreenderam: a) Analisar se a subjetividade do indivíduo é impactada de alguma maneira, ao completar 60 anos e ser considerado legalmente idoso; b) Investigar se ocorreram ou estão ocorrendo mudanças na autopercepção do indivíduo por ter completado 60 anos e ser considerado oficialmente considerado idoso; e, c) Compreender quais os significados que o indivíduo de 60 anos atribui ao ser idoso na sua experiência de vida.

Trata-se de uma pesquisa qualitativa, de abordagem fenomenológica, que utilizou o modelo de Amedeo Giorgi (Giorgi & Sousa, 2010) para sistematização e análise dos dados. Os conceitos que subsidiaram a análise das entrevistas emergem da visão de homem da Gestalt-Terapia. Foram participantes desta pesquisa, cinco pessoas com idades entre 60 e 65 anos, com as quais foram realizadas entrevista semiestruturada em profundidade.

O relatório de pesquisa, ou seja, o texto desta dissertação, está organizado em capítulos, distribuídos da seguinte maneira:

No Capítulo 1 apresento a questão do envelhecimento populacional e algumas reflexões teóricas que cooperaram para a compreensão da importância deste tema para a sociedade e, portanto, para a pesquisa científica. O capítulo aborda os seguintes temas, nesta sequência: o envelhecimento populacional no mundo e no Brasil, envelhecimento e

desenvolvimento humano, etarismo e envelhecimento ativo, envelhecimento e psicologia da saúde, a abordagem da Gestalt-Terapia e a visão de homem, em especial do idoso, da Gestalt-Terapia.

No Capítulo 2 descrevo os objetivos geral e específicos da pesquisa, o delineamento metodológico, o referencial teórico-metodológico, fundamentado na abordagem Fenomenológica, a pesquisa qualitativa e a pesquisa fenomenológica aplicada à Psicologia e em seguida, a trajetória metodológica empreendida pela pesquisadora, onde se descreve particularidades sobre o local da pesquisa, a caracterização dos participantes da pesquisa, a realização das entrevistas, a conduta para a escuta, transcrição e análise das entrevistas e as dimensões éticas do estudo.

No Capítulo 3 estão os resultados, onde exponho as unidades de significado resultantes das análises das entrevistas, as estruturas gerais e específicas delas originadas e os núcleos de sentido que emergiram para facilitar a sistematização dos dados. Na sequência, os dados descritos são discutidos em interlocução com a literatura, com contribuições da Gestalt-Terapia e conhecimentos apresentados nas reflexões teóricas e outras pesquisas.

Por fim, são apresentadas as considerações finais da pesquisa.

Nos apêndices constam o Parecer de Aprovação do Comitê de Ética para a realização desta pesquisa, os modelos de Termo de Consentimento Livre e Esclarecido e Termo de Autorização de Gravação de Voz e autorização para transcrição das entrevistas, o modelo do roteiro de entrevista, o modelo da ficha de dados pessoais, os quadros de aplicação dos quatro passos do método utilizado, as unidades de significado que emergiram das análises e os núcleos de sentido formados a partir delas.

Com esta pesquisa buscou-se conhecer as possibilidades e desafios que podem emergir nessa fase do desenvolvimento humano e na experiência de uma vida longeva através

de reflexões sobre as mudanças experimentadas na autopercepção do indivíduo, no impacto em sua subjetividade e nos significados que ele atribui a experiência de tornar-se idoso.

CAPÍTULO 1 – ENVELHECIMENTO: UMA QUESTÃO ATUAL

1.1 Envelhecimento Populacional: Um Fenômeno Mundial

A alta frequência da velhice é um evento recente na história da humanidade, ocorrendo há pouco mais de um século. No século XVII apenas 1% da população passou dos 65 anos e, no século XIX, esse número aumentou para 4%. Em 1900, a expectativa média de vida de um bebê era de 47-55 anos, nos anos 2000 este número aumentou em quase 30 anos. É importante frisar que expectativa (ou esperança) de vida é o número médio de anos que um grupo de pessoas nascidas no mesmo ano e que vive sob semelhantes condições de vida, pode esperar viver (Stuart-Hamilton, 2000). As crianças nascidas em 2014, por exemplo, têm uma expectativa média de vida de 75,1 anos, já as crianças nascidas em 2019, devem viver cerca de 76,6 anos de idade (Instituto Brasileiro de Geografia [IBGE], Projeção da população do Brasil e Unidades da Federação por sexo e idade para o período 2010-2060).

A expectativa de vida é um número tão importante quanto a expectativa de vida ativa, que mede o quanto as pessoas desfrutarãoativamente os anos restantes. Há um temor legítimo associado ao envelhecimento populacional e à longevidade, já que a diminuição das taxas de mortalidade infantil não está diretamente relacionada a uma melhora na maneira como as pessoas envelhecem. Envelhecimento em massa, sem qualidade de vida, pode desencadear sérios problemas sociais e econômicos (Stuart-Hamilton, 2000).

Estima-se que a cada segundo, duas pessoas no mundo completam 60 anos, trata-se da revolução da longevidade (Kalache, 2019), um acontecimento de dimensões gigantescas que traz implicações para a Saúde Pública e todos os demais contextos das sociedades pelo mundo. O envelhecimento populacional é parte do processo de “transição epidemiológica ou demográfica”, e que, conforme Kalache (1987), ocorre da seguinte forma:

- 1º Altas taxas de fertilidade e de mortalidade infanto-juvenil;

- 2º Caem as taxas de fertilidade, mas há diminuição das taxas de mortalidade infanto-juvenil, aumentando o número de crianças e a sobrevida, resultando em um aumento na porcentagem de adultos em relação aos mais jovens;
- 3º Estabilização em baixa das taxas de fertilidade e mortalidade, aumentando a população adulta, inclusive de idosos – a partir desse ponto a “pirâmide” populacional muda para o formato retangular, semelhante ao que ocorre nas nações europeias.

De acordo com a Organização das Nações Unidas (Organização Mundial de Saúde [OMS], 2008), o envelhecimento populacional é um fenômeno global e com exceção do continente africano, até 2050 um quarto da população mundial ou mais terá acima 60 anos de idade (1,4 bilhão de pessoas em 2030 e 2,1 bilhões em 2050). O crescimento deste grupo etário está ocorrendo a uma taxa de 3% ao ano, sendo maior que todos os grupos abaixo dos 60 anos. Com a longevidade aumentando o tempo de vida como nunca antes, cresce também o número de pessoas ativas com mais de 80 anos, número este que se comparado a 2017, deverá triplicar até 2050, de 137 milhões para 425 milhões de pessoas. Atualmente, a Europa é o continente com a maior porcentagem de população idosa no mundo (25%).

Um dos grandes desafios do envelhecimento populacional global está no fato de que 64% dos idosos do mundo vivem em regiões em desenvolvimento, que são caracterizadas por grande desigualdade social. Até 2050, enquanto o número de idosos continuará aumentando, não há expectativa de que haverá suporte para a nova realidade demográfica, um problema extremamente sério, já que 84% dos idosos do mundo continuarão sendo cidadãos dessas regiões (Organização Mundial de Saúde [OMS], 2008).

Kalache (1987) explica que, apesar da similaridade nos processos de transição epidemiológica dos países, os fatores que geraram a transição determinam características específicas tanto para o país, quanto para os indivíduos. Na Europa, a expectativa de vida era

alta mesmo antes do impacto médico-tecnológico que reduziu a mortalidade após a Segunda Guerra Mundial. O diferencial estava na qualidade de vida das populações, com níveis adequados de nutrição, habitação, saneamento, etc. O envelhecimento era um processo natural, consequência da boa qualidade de vida.

Nos países em desenvolvimento, o envelhecimento populacional é considerado um “processo artificial”, pois apesar da diminuição dos índices de mortalidade e de alguma melhora nas condições de vida de parte da população, a grande maioria está envelhecendo sob condições desfavoráveis a qualquer desenvolvimento que promova uma vida saudável na velhice. As medidas em massa de saúde pública (tratamento de infecções e vacinas, por exemplo), prolongaram o tempo de vida, mas as condições socioeconômicas continuam insuficientes, configurando uma população marcada pelo subdesenvolvimento e todos os seus desdobramentos, como a subnutrição, o aumento significativo de doenças crônicas e parasitárias, etc. (Kalache, 1987).

Atenta aos desdobramentos de tamanha transição no processo demográfico mundial, desde 1982 a Organização Mundial de Saúde, realiza assembleias e eventos para reunir diferentes nações com objetivo de discutir e planejar ações para a construção de uma sociedade que possa responder adequadamente às demandas de um mundo envelhecido, conforme explicitado na Tabela a seguir.

Tabela 1

Diretrizes da Organização Mundial da Saúde Quanto ao Envelhecimento Populacional Mundial

Ano	Título	Principais Marcos
1982	Primeira Assembleia Mundial sobre o Envelhecimento - Plano de Ação Internacional de Viena sobre o Envelhecimento	Criação de diretrizes e princípios gerais para o estabelecimento de políticas públicas em favor da população envelhecida – tornou-se referência mundial para que outros países criassem suas próprias políticas e leis – versou recomendações em sete áreas: saúde e

		nutrição; proteção ao consumidor idoso; moradia e meio ambiente; bem-estar social; previdência social; trabalho e educação e família.
1991	Assembleia Geral da ONU	Aprovação dos Princípio das Nações Unidas em Favor da Pessoa Idosa nº 46/91 – uma atualização do que se considera primordial ao processo de envelhecimento – surgem os conceitos de independência, participação, cuidados, autorrealização e dignidade.
1992	Conferência Internacional sobre Envelhecimento	Proclamação do Envelhecimento.
1999	Assembleia Geral da ONU	Em acato a recomendação da Conferência de 1992 é declarado o Ano Internacional do Idoso – o idoso deixa de ser representado como vulnerável e dependente, para assumir a imagem de pessoa ativa e saudável.
2002	Segunda Assembleia Mundial Sobre Envelhecimento em Madri – Declaração Política e o Plano de Ação Internacional Sobre o Envelhecimento, um chamado para o século XXI	O envelhecimento é declarado como um tempo de enormes potencialidades e este entendimento deve transformar políticas, atitudes e práticas de forma a abraçar essas potencialidades – a recomendação é priorizar os mais velhos, promovendo e cuidando da saúde, do bem-estar e assegurando habilitação e ambientes de apoio – o idoso deve ter espaço para contribuir socialmente e toda forma de discriminação e exclusão devem ser combatidas e abolidas.
2014	Conselho e Direitos Humanos	Nomeação de uma especialista independente no usufruto de todos os direitos humanos por pessoas idosas - Rosa Kornfeld-Matte é a primeira a ocupar o cargo de especialista independente das Nações Unidas sobre o exercício e usufruto dos direitos humanos pelas pessoas idosas. A acadêmica chilena assumiu a função em maio de 2014 (ONU/Brasil, 2018).
2018	Declaração de Viena Sobre os Direitos Humanos das Pessoas Idosas	Declaração de Viena Sobre os Direitos Humanos das Pessoas Idosas – versa sobre a urgência de inserir o idoso no mundo das tecnologias digitais, como forma de promover desenvolvimento pessoal e independência

Fonte: Veras & Oliveira, 2018

O resultado é que a partir dos documentos produzidos nessas Assembleias e suas diretrizes e princípios gerais norteadores de políticas públicas, países do mundo inteiro,

incluindo o Brasil, têm encontrado referências e subsídios para criar suas próprias políticas públicas e leis quanto ao tema (Veras & Oliveira, 2018).

1.2 Envelhecimento Populacional no Brasil

De acordo com dados do Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE, 2018), seja pela melhoria nas condições de saúde ou pela queda na taxa de fecundidade, o envelhecimento populacional é uma tendência nacional inquestionável. Houve uma progressão expressiva, de 2012 a 2017, o país aumentou o número de idosos em 4,8 milhões, totalizando 30,2 milhões de pessoas com mais de 60 anos de idade, um crescimento de 18%. A expectativa de vida do brasileiro ao nascer era de 76,3 anos em 2018, um acréscimo de mais de 30 anos em relação a população idosa da década de 1950.

Do ponto de vista legal, segundo o Estatuto do Idoso (Lei 10.741, de 01 de outubro de 2003, artigo 1º), todo brasileiro com mais de 60 anos é categorizado como idoso, uma marca padrão em países em desenvolvimento, embora alguns direitos específicos a este grupo etário só comecem a valer a partir dos 65 anos e outros legislados recentemente, aos 80 anos (como a prioridade em filas de aeroportos, por exemplo).

Desde 2013 um grupo de pesquisadores e políticos defendem que o limite etário para ser idoso no país suba para 65 anos. Dada a complexidade das diferenças entre as populações brasileiras, uma decisão como esta não é simples, podendo não afetar em nada indivíduos de determinadas localidades e classes e prejudicar seriamente outras pessoas. Mudanças desse tipo já ocorrem em outros países. As consequências são muito sérias, principalmente em relação aos direitos da pessoa idosa, já que as políticas públicas são reguladas pela idade cronológica e as características biológicas atribuídas a esta faixa etária (Camarano, 2013).

Em países desenvolvidos é preciso ter 65 anos para ser considerado idoso, mas este número já é considerado ultrapassado em algumas nações. Em 2008 a Sociedade Italiana de Geriatria e Gerontologia considerou haver evidências que, do ponto de vista físico e

cognitivo, um cidadão italiano da atualidade não poderia mais ser chamado de idoso aos 65 anos de idade, aumentando o limite etário para 75 anos. Na Inglaterra já se cogita aumentar para 70 anos o limite para identificar alguém como idoso, pautando-se na crença de que ser idoso está mais ligado ao nível de dependência do que com a idade cronológica (Lima & Mendes, 2019).

Em um país de dimensões continentais, caracterizado por diferenças importantes em sua geografia, clima, cultura e forte desigualdade social, é muito complexo caracterizar o idoso por uma idade cronológica única para toda a população. Para além das diferenças individuais de cada ser humano, temos também as condições de vida sob as quais as pessoas envelhecem. Neste aspecto, a expectativa de vida de um brasileiro pode mudar dependendo da região onde vive, gerando múltiplas expectativas de vida (Lima & Mendes, 2019).

Há regiões do país com situação de envelhecimento populacional semelhantes à do Japão e outras semelhantes às da África subsaariana (Lima & Mendes, 2019). Dados como estes nos levam a refletir com cautela sobre o fenômeno do envelhecimento e seus desdobramentos, avaliando como a definição e a extensão dos limites etários acarretam consequências de ordem econômica, social, cultural, política e também psíquica, afetando diversos setores da sociedade, de modo direto as políticas públicas e também a forma como a pessoa que envelhece se reconhece e é reconhecida em seu meio social.

A temática do envelhecimento populacional e da longevidade é tão ampla e complexa que afeta severamente a economia do país, principalmente no que se refere à previdência social. Em um país envelhecido a diminuição da população economicamente ativa é preocupante, a taxa de dependência torna-se desfavorável ao desenvolvimento econômico e o sistema previdenciário fica ameaçado. O ideal seria aumentar a idade mínima para a aposentadoria, mas isoladamente isso seria um problema ainda maior (Félix, 2012). Deste modo, várias medidas precisam ser tomadas, como: a formalização do mercado de trabalho

para aumentar as contribuições ao sistema previdenciário, a flexibilização do trabalho, redução de jornada e promoção tanto do trabalho parcial, quanto da aposentadoria parcial, etc. Tais medidas, além de sustentar o sistema previdenciário, podem também contribuir para o bem-estar da pessoa idosa, evitando o total desengajamento do mercado de trabalho, mantendo a integração social e promovendo o planejamento adequado da aposentadoria, sem impactar negativamente os cofres públicos (Felix, 2012).

No Brasil, 22,5% da população idosa ainda trabalha, desse total, 74,7% é aposentada e trabalha por necessidade e não apenas por inserção social ou participação econômica voluntária (Felix, 2012). Postergar a aposentadoria, no mundo ideal, traz benefícios para o país, tanto quanto para o indivíduo, porque reflete uma opção facilitada pela economia do país. Se, ao contrário, emerge como obrigação e pressão advindas de um país com problemas econômicos, há consequências em todas as esferas de existência do indivíduo, como afirma Felix (2012, p 11):

O aumento da expectativa de vida, a longevidade, empurra o indivíduo à ampliação de sua fase laboral. As novas técnicas de rejuvenescimento e o avanço da medicina previnem doenças, estabelecem novas relações sociais (divórcio, casamento tardio, pílulas anticoncepcionais, Viagra) e constituem assim o que denomina-se o novo envelhecimento. Esse "envelhecer mais e melhor" de forma alguma deve ser confundido com o "não envelhecer" e servir para justificar uma vida laboral sem fim - ou ampliada até a decrepitude por motivos de subsistência.

1.3 Envelhecimento e Desenvolvimento Humano

A velhice é a última fase do ciclo vital, um processo universal, determinado geneticamente. Seu início ocorre assim que o indivíduo alcança a maturidade sexual, acelera a partir da quinta década de vida e tem como sinais a perda quase total da capacidade de reprodução, mudanças fisiológicas e morfológicas típicas. Adoecimentos e incapacidades não

devem ser vistos como consequências diretas do envelhecimento, pois ocorrem segundo as condições genéticas e ambientais particulares experimentadas por cada pessoa, podendo ser insignificantes, moderadas ou graves, dependendo do contexto global de vida de cada pessoa (Malloy-Diniz, 2013).

O envelhecimento é um processo que envolve as dimensões biológica, psicológica e social do ser humano, de forma complexa e simultânea, revelando um padrão amplo de desenvolvimento permeado por diversos fatores. Quanto aos marcadores etários, há uma variedade imensa de maneiras de indicar quando o envelhecimento acontece, mas na sociedade ocidental industrializada, ter mais de 60 anos ou aposentar-se de um trabalho integral, encerrando o período produtivo de trabalho, parecem ser os grandes indicadores de envelhecimento (Stuart-Hamilton, 2000).

Os 60 anos indicam um período do desenvolvimento humano, em que inevitáveis mudanças físicas e psicológicas que estão ocorrendo em toda a vida adulta, podem começar a se manifestar externa e perceptivamente, por isso é a idade mais utilizada como referência de ponto de corte para o envelhecimento. As mudanças biológicas e psicológicas do envelhecimento acontecem independente da visão cultural que se tenha de velhice, sendo medidas pela idade biológica e pela idade psicológica, que se inter-relacionam na medida em que as mudanças corporais, principalmente ao que se refere aos sistemas sensorial e nervoso, impactam diretamente o funcionamento cerebral. De qualquer forma, a idade cronológica é considerada uma medida arbitrária e pouco exata de determinação do ponto de corte da velhice, que não ocorre de maneira igual para todas as pessoas, sendo um dado “enganadoramente objetivo” (Stuart-Hamilton, 2000).

Embora o processo de envelhecimento seja um acontecimento de toda a vida, o que ocorre na vida humana até os 21 anos tem características diferentes do que ocorre após essa idade. Contudo, o processo é único e as pessoas não mudam à medida que envelhecem. Na

verdade, tornam-se mais da mesma pessoa que sempre foram. Diante da longevidade, alguns mitos devem ser excluídos. Na educação, por exemplo, o discurso da aprendizagem contínua, identificada como um selo característico do capital humano, qualifica a pessoa que envelhece como totalmente apta ao aprendizado e ao exercício de novas habilidades, gerando uma ponte inédita entre envelhecimento e educação, como fator promotor de saúde e bem-estar (Kalache, 2019).

Assim, a longevidade revela uma desarticulação entre as idades biológica e cronológica do indivíduo, ampliando o significado do viver na contemporaneidade para além do foco das preocupações meramente econômicas e políticas (questões fiscais e previdência social), para pensar o envelhecimento como bem-estar global (renda, saúde, atividade, direitos, respeito, convivência intergeracional, harmonia com o desenvolvimento econômico e ao próprio desenvolvimento), denominado de envelhecimento sustentável (Felix, 2014).

É requisito da revolução da longevidade que o indivíduo tenha oportunidade de desenvolver tanto sua capacidade para o trabalho, quanto novas habilidades para a vida em comum. A tendência é que os espaços sociais sejam cada vez mais intergeracionais, requerendo um compartilhamento de oportunidades e experiências. O idoso precisará estar atualizado nas tecnologias digitais e ter acesso facilitado ao uso dos espaços públicos. As demais gerações deverão promover o acolhimento, o respeito, a convivência e a dignidade da pessoa idosa na sociedade. Apesar de previsões tão terríveis dos especialistas da economia, a longevidade é certamente um dom, uma conquista da civilização, que promove de forma excepcional o potencial de desenvolvimento humano (Kalache, 2019).

1.4 Entre o Etarismo e a Valorização da Velhice

O preconceito contra o idoso, chamado de etarismo, é uma realidade construída socialmente, que vem sendo combatida há alguns anos. O Estatuto do Idoso, definido pela Lei Federal de nº 10.741, de 1º de outubro de 2003, contém uma série de normas que visam

proteger e defender os direitos da pessoa idosa, inclusive de não sofrer discriminação, algo que nos Estados Unidos já ocorre desde a década de 1960 (Sociedade Brasileira de Gerontologia e Geriatria [SBGG], 2020).

Há muitos nomes para identificar a pessoa “velha”, termo que não costuma ser bem aceito entre as pessoas que envelheceram. A pessoa que já viveu muito pode ser chamada de idosa, pessoa da terceira-idade, madura, velha, etc. De maneira geral, o termo velho tem uma conotação negativa, de algo ultrapassado, que não serve mais. Alguns autores acreditam que esses termos são tentativas de disfarçar a realidade, dando à pessoa que envelhece uma imagem suavizada de sua condição, um indicativo de preconceito, de evitação e negação da velhice como parte do desenvolvimento humano (Scheneider & Irigaray, 2008).

A negação do envelhecimento na sociedade acontece por diversos motivos, muitos deles relacionados ao modo capitalista de supervalorizar a produtividade e o senso de utilidade da cultura de consumo. Dentro dessa visão, ser velho e sair do mercado de trabalho são eventos inter-relacionados, que podem resultar em marginalização e exclusão social, gerando repercussões negativas e potencialmente destrutivas na subjetividade do indivíduo (Cardella, 2009). Para esta situação, a autora enfatiza que há uma vivência de falta de lugar no mundo para este grupo social e uma tendência ao apego excessivo a tudo que possa negar o envelhecimento em detrimento da experiência plena de viver a velhice, negando suas possibilidades, sua beleza e as conquistas de toda uma história de vida, transformando a experiência de envelhecer em perda de sentido. Cardella (2009, p. 169) assevera que “envelhecer passa a ser uma ameaça de ser jogado para fora da condição humana”.

Santos e Damico (2009) ressaltam que o mundo ocidental vive o paradoxo de uma sociedade que almeja a longevidade, mas rejeita o envelhecimento e as mudanças que traz consigo: deseja-se viver muito, mas o corpo que envelhece deve obrigatoriamente rejuvenescer para ser aceito socialmente. O envelhecimento biológico ainda não pode ser

freado, as mudanças corporais e cognitivas cedo ou tarde se farão presentes, mas o velho na atualidade deve passar sua velhice lutando para “envelhecer sem envelhecer”, como se o corpo velho fosse uma denúncia, um defeito da longevidade (Moreira & Nogueira, 2008).

O corpo velho revelado como fraqueza, oposto do ideal de juventude eterna e politicamente correta do capitalismo, é então discriminado, visto como uma inadequação. Desse olhar nascem conceitos (terceira-idade, idoso, maturidade, melhor idade, etc.) e expressões populares que parecem negações do envelhecimento (“sou um velho com espírito de jovem”, “sou velha, mas faço tudo que os jovens fazem”, “sou velha, mas não me sinto velha”, etc.), que os autores qualificam como eufemismos usados para disfarçar que o velho é velho. Há um entendimento absolutamente incorreto de que características humanas como ânimo, alegria, beleza, etc., são atributos específicos da juventude (Santos & Damico, 2009). Quando uma pessoa é considerada idosa somente por sua trajetória cronológica ao completar 60 anos de idade, ainda que seja fato que ela está envelhecendo, há um risco iminente de conclusões e expectativas equivocadas e comprometedoras a seu respeito. O conceito “idoso” carrega consigo uma conotação de potente poder prescritivo, podendo atrelar ao indivíduo pós-sexagenário, características que são associadas à velhice e suas muitas fragilidades e perdas, mas que não correspondem totalmente às características particulares de determinados indivíduos ou grupos locais, podendo gerar entraves ao desenvolvimento do novo idoso e limitações que não coadunam e com suas possibilidades (Camarano, 2013).

Até o século passado, as pesquisas científicas sobre envelhecimento priorizavam as perdas, desgastes e desvalorizações associadas à velhice e à idade cronológica (Faller et al, 2015). Havia associação direta entre envelhecimento e adoecimento, perdas e finitude, que desvinculavam a pessoa idosa de suas características saudáveis e potentes, desmotivando qualquer ação de desenvolvimento. Esse modo negativo de olhar a velhice fazia parte de uma visão social, que além de desvalorizar o indivíduo velho, investia em estudos que resultassem

em controle dos sinais da velhice e seus efeitos, buscando a longevidade sem envelhecimento (Resende & Neri, 2009).

Atualmente, enquanto o preconceito ainda é uma atitude muito presente na sociedade, emerge uma nova forma de conceber a velhice, na qual há uma obrigação de envelhecer bem, gerando novas angústias. Entre um extremo e outro, o que se espera, é que envelhecer seja um processo livre de preconceitos e repleto de oportunidades, para que o viver bem seja apenas a consequência de uma vida em sociedade (Miranda, 2016). Por outro lado, apesar do etarismo ainda ser uma realidade, os pesquisadores têm notado mudanças de atitudes e crenças em relação à velhice, tanto da parte da população idosa, quanto dos não idosos. Assim, pesquisas realizadas nos últimos 20 anos revelam que há uma tendência de olhar para a velhice a partir de aspectos positivos, relacionados à manutenção de um estilo de vida saudável, ativo, produtivo e valorizado (Resende & Neri, 2009).

Para se contrapor à perspectiva negativa de envelhecimento, as novas perspectivas sociais de olhar a população idosa propõem o envelhecimento ativo¹, que é caracterizado pela busca da funcionalidade global do indivíduo. A funcionalidade global é um importante marcador de qualidade de vida, indicando o quanto a pessoa é plenamente capaz de viver com autonomia e independência, sendo responsável pelo gerenciamento da própria vida. A autonomia refere-se à capacidade de tomar decisões e a independência indica que o indivíduo é capaz de realizar qualquer coisa através dos próprios recursos, sem nenhuma mediação (Sousa et al, 2018). Essa nova maneira de abordar o envelhecimento revela o impacto que a revolução da longevidade está causando no mundo e no Brasil.

¹ O termo envelhecimento ativo surgiu no final da década de 1990, tendo sido criado pela Organização Mundial de Saúde com o objetivo de ampliar a ideia de um envelhecimento saudável para um envelhecimento em que além de saúde, o indivíduo tenha participação social ativa. Para que seja ativo, é preciso que tenha direitos específicos, que seja incentivado a reconhecer e utilizar seu potencial para o bem-estar físico, social e mental ao longo de toda a vida e que possa desenvolver autonomia e independência. O objetivo maior é que haja aumento da expectativa de vida saudável e da qualidade de vida da pessoa idosa (World Health Organization [WHO], 2005).

1.5 Envelhecimento Populacional e a Psicologia da Saúde

Esta pesquisa emerge no contexto de um Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Saúde da Universidade Católica Dom Bosco, refletindo os interesses e comprometimentos de uma Psicologia que, enquanto Ciência e Profissão, tem como algumas de suas metas produzir conhecimento cientificamente válido que coopere socialmente com a promoção de saúde e a prevenção de doenças, sua função elementar (Alves et al, 2017).

A história da Psicologia no que se refere à sua associação com a saúde, credita a Abraham Maslow a inauguração de uma Psicologia da Saúde, cujo propósito seria intervir para que as potencialidades inerentes aos seres humanos fossem desenvolvidas e favorecessem sua saúde. Para Maslow, a negação ou a obstrução da realização dessas potencialidades, seria a base para o surgimento dos adoecimentos e a intervenção psicológica deveria promover o resgate do potencial obstruído e reabertura do fluxo do desenvolvimento desse humano compreendido então, como um ser de potencialidades (Maslow, 1968).

Quanto à sua constituição, a Psicologia da Saúde é atualmente compreendida como uma disciplina que cumpre o chamado de responder às demandas gerais de saúde das comunidades, promovendo saúde e prevenindo doenças, referenciada na perspectiva psicossocial que permeia as mudanças na compreensão do que é saúde e do intrincado processo saúde-doença. A saúde em sentido amplo lança seu olhar ao ser humano em sua integralidade, atendo-se não somente ao seu estado físico, mas considerando o bem-estar geral atrelado ao como a pessoa se sente consigo mesma, como se dão suas relações, como vivencia seus papéis sociais e como se relaciona com o meio ambiente (Alves et al, 2017).

A visão integral da saúde ampliou as formas de compreender e lidar com o processo saúde-doença. Novos padrões de adoecimento foram descobertos, evidenciando que o adoecimento não é restrito a questões patogênicas e orgânicas, mas está relacionado a uma multiplicidade de fatores psicológicos, sociais, culturais e meio ambientais, superando a

dicotomia entre o corpo e o psicológico. Essa descoberta da multicausalidade da origem do adoecimento impulsionou mudanças importantes nas ciências da conduta, bem como no desenvolvimento da Psicologia da Saúde, incidindo em posturas menos curativas e mais preventivas, que sintoniza com as importantes e revolucionárias orientações da OMS na Conferência Internacional sobre atenção primária de saúde em Alma-Ata (1978), que tinha como meta a disseminação de um novo modo de cuidar, priorizando ações de proteção e promoção de saúde (Alves et al, 2017).

Uma Psicologia essencialmente comprometida com a sociedade busca apreender as necessidades do sujeito individual e em coletividade, preocupando-se em teorizar e intervir em consonância com os processos de mudança que permeiam a existência, levando em consideração aspectos biopsicossociais que cercam o desenvolvimento humano em todas as suas fases. Como afirmam Alvim e Castro (2015), a Psicologia científica deve progredir em prol da sociedade, atribuindo às suas teorias e métodos um papel social e político. Deste modo, Alves et al (2017), esclarecem que a Psicologia da saúde se aplica à saúde geral, tendo como alvo proteger e promover a saúde, bem como prevenir doenças através da atenção e investimento nos aspectos saudáveis das pessoas e no potencial de saúde. Dentro de uma perspectiva que acredita na natureza biopsicossocial da relação saúde-doença, que para além das causas biológicas, leva em consideração a multicausalidade no surgimento das enfermidades, como os fatores socioambientais e as condutas pessoais das pessoas, a Psicologia da saúde afirma-se como ampla em conhecimento e necessária em todos setores e níveis de assistência à saúde.

O envelhecimento populacional brasileiro não é uma novidade, há cerca de quatro décadas estudiosos apontam um aumento exponencial da população idosa e a diminuição da população de crianças e jovens no país. Essa mudança demográfica foi qualificada como brutal, devido sua rapidez e possíveis consequências, que exigiria da sociedade uma

adequação, pautada em reflexões, trabalho científico e planejamento em políticas públicas (Kalache, 2008).

Uma questão comprometedora do processo de transição demográfica brasileira é sua velocidade. A Europa levou mais de um século para viver o mesmo processo que estamos vivendo há menos de 30 anos. Países como França e Suécia envelheceram e enriqueceram na mesma proporção, o que incidiu em condições de vida adequadas a este grupo social. Ao contrário, no Brasil, as condições financeiras não acompanharam o fenômeno, que vem ocorrendo sem planejamento e sem a adequação social necessária, aumentando os desafios. Principalmente considerando nossa condição de país em desenvolvimento, com problemas graves na área da saúde, que não atende as necessidades mínimas dos idosos brasileiros na atualidade (Kalache, 2008). Seguindo tal raciocínio e atentando ao fato de que o fenômeno do envelhecimento populacional é uma realidade global que inclui o Brasil de maneira significativa, é impreterível que a sociedade se organize para lidar com as implicações de um acontecimento tão complexo, que afeta não somente o idoso individualmente, mas o desenvolvimento do país. Sendo assim, a Psicologia da saúde, representada por seus pesquisadores e profissionais da saúde, tem um papel a desempenhar (Ribeiro et al, 2018), no sentido de apreender o fenômeno da longevidade e cooperar para o desenvolvimento de uma nova mentalidade sociocultural quanto ao “ser velho”. Que esta nova mentalidade procure dar conta de suas fragilidades sem desprezar suas potencialidades, colaborando para o desenvolvimento de pesquisas, ações e políticas públicas que favoreçam as várias dimensões da vida da pessoa que envelhece, seus direitos e principalmente sua autonomia.

1.6 A Gestalt-Terapia

Neste estudo, a base para as análises se sustenta na visão de homem da Gestalt-Terapia. Esta escolha não se dá ao acaso, mas é intrínseca a esta pesquisadora e sua visão de mundo expressa em seu cotidiano de profissão e na academia. Nesta perspectiva, o interesse

desta pesquisa é retratar a pessoa que envelhece como um ser de possibilidades, que situada no tempo, no mundo, de bem consigo mesma e com o outro, pode estar em harmonia com sua velhice e viver plenamente os anos que lhe restam:

A Gestalt-Terapia como forma de aprendizagem existencial fenomenológica está atenta à duas coisas: aos limites que são frequentemente necessários para que a pessoa se possa situar no mundo, não se violentando, e à sua criatividade, ensinando as pessoas a lidar consigo próprias para encontrar dentro de sua realidade total a resposta efetiva às suas perguntas (Ribeiro, 2012, p. 166).

Fundamentada em pressupostos fenomenológico-existenciais (Ribeiro, 2012), a Gestalt-Terapia ou abordagem gestáltica, tem uma visão de homem que nos instiga a refletir sobre o envelhecimento com muita positividade. Há uma ênfase nas possibilidades que podem emergir nesta fase do desenvolvimento e as potencialidades que impulsionam o crescimento, sem negar, contudo, a senescênci com suas fragilidades e vulnerabilidades. Busca-se um estilo de vida que entrando em contato com o que se é de verdade em cada período da vida e tentando extrair o melhor de cada um deles, possa resultar em uma jornada não somente longa, mas bem vivida. Meu desejo é que as rugas não sejam mais caracterizadas como sinais depreciáveis do envelhecimento, mas que possam ser acolhidas e respeitadas como raízes de uma longa história de vida.

Nascida oficialmente em solo americano, a Gestalt-Terapia emergiu como parte do movimento humanista da década de 1960, chamado de a terceira força em Psicologia, que se mostrava insatisfeito com as teorias psicológicas da época, psicanálise e behaviorismo, e com os aspectos mecanicistas e materialistas predominantes na cultura ocidental. Os psicólogos adeptos do humanismo defendiam uma ampliação da visão de homem, que não levasse em consideração apenas aspectos isolados do homem, mas que considerassem o homem em toda sua complexidade, inclusive sua consciência, uma visão que buscava a totalidade do ser,

havendo ainda um empenho para tornar o trabalho do profissional da Psicologia, algo mais humanizado (Mendonça, 2013).

Encontra-se neste ínterim, a influência filosófica do existencialismo e da fenomenologia, dando ênfase a dois conceitos que marcam a Gestalt-Terapia, a liberdade e o presente. Outra característica peculiar da nova abordagem é sua consideração pelo que há de saudável no indivíduo como forma de mapear suas forças e possibilidades, ou seja, a parte adoecida do indivíduo não corresponde ao seu todo e isso traz grandes desdobramentos na relação entre os conceitos de saúde e doença e na visão que se tinha do processo de adoecimento e nas formas de cuidado. Assim, nasce uma visão de homem que comprehende o indivíduo como tendente à autorrealização, consciente, livre para escolher e situado no presente, um ser humano dotado de autonomia para fazer escolhas, decidir caminhos e viver em relação, mas independente (Mendonça, 2013).

Em tempo, é fundamental deixar explícito sobre qual humanismo me refiro ao denominar a abordagem gestáltica como uma Psicologia humanista, esclarecendo que de maneira alguma, me reporto ao movimento humanista antropocêntrico individualista, cujo centro é o Eu. Ao contrário de qualquer atitude antropocêntrica individualista, o humanismo ao qual a Gestalt-Terapia se alia é essencialmente empático não só com o outro, mas com todas as demais espécies, sendo também ecológico ao integrar a consciência de existência humana atrelada à toda a natureza, uma existência que valida o eu, o outro e o meio (Mendonça, 2013). Isso me remete ao conceito gestáltico de *awareness* utilizado por Mendonça (2013, p. 97): "...*awareness* da identidade essencial da condição humana...". Tal expressão fala de um espírito humano que enxerga e valoriza a própria existência a partir da preservação da existência do outro, independente de raça, gênero, condição financeira, status social ou qualquer outro atributo que vise categorizar os homens em mais ou menos importantes, inclusive o indivíduo que envelhece, o idoso.

Trata-se de uma visão integral do ser humano, que conecta o homem e sua realidade para compreendê-lo de maneira holística. Dentro dessa visão, todas as dimensões do humano (perceptual, afetiva, cognitiva, cultural, etc.), configuram partes que lhe são constituintes e que se misturam continuamente, não há eventos isolados, mas uma busca constante de equilíbrio entre as partes, concebendo que o que ocorre com uma parte afeta as demais e, consequentemente, o indivíduo total. O homem gestáltico é, resumidamente, um ser global, integrado, essencialmente relacional, ser de potencialidades, sempre em processo, contextual, singular, tendente à autorregulação, que se desenvolve e cresce através dos contatos que realiza ao relacionar-se com seu meio (Aguiar, 2015).

Criada por Frederick Salomon Perls (1893-1970), um médico alemão, psiquiatra e ex-psicanalista, a Gestalt-Terapia tem como data oficial de fundação o ano de 1951, ano em que foi publicado o livro *Gestalt-therapy: excitement and growth in the human personality*, obra que é considerada a bíblia da Gestalt-Terapia, escrita a partir das ideias de Perls com colaboração de Paul Goodman e Ralph Hefferline. Helou (2015) explica que, em língua portuguesa, o subtítulo do original “Gestalt-Terapia: excitação e crescimento na personalidade humana”, evidenciava um novo modo de enxergar o homem. Enquanto as atuações clínicas da época estavam focadas nos processos patológicos e nas questões relacionadas a causa e cura, a Gestalt-Terapia inovava ao adotar uma abordagem que visava os aspectos saudáveis do homem, buscando em primeiro plano favorecer seu crescimento e desenvolvimento. Isto significava uma mudança de paradigma no modo de ver o homem e na atuação clínica.

A partir da visão humanista de homem, Perls propunha que as intervenções clínicas fossem dirigidas para “a saúde, para o presente e para a autonomia da pessoa” (Helou, 2015, p. 149). De tal modo é pertinente a este trabalho considerar que Perls tinha uma grande preocupação com o modo como as terapias da época atuavam, levando as pessoas a

adaptação ao que era tido como comum e socialmente aceitável, intervenções que induziam ao conformismo e à absorção compulsória de estereótipos (Perls, Heferline & Goodmann, 1997), um percurso que nos parece mais próximo do adoecimento, que da saúde, algo muito similar a nossa realidade presente, quando pensamos nos movimentos de patologização da vida e em como isso afeta o modo de ver e oferecer cuidado à pessoa idosa.

Stevens (1978), explica que a terapia gestáltica bem-sucedida deve conduzir o indivíduo do heterossuporte para uma situação de autossuporte, na qual possa manter sua condição de ser relacional, sem depender totalmente de ninguém. A questão não está em curar ou adaptar, mas em cooperar para que a pessoa ache em si mesma os recursos necessários para lidar com os desafios que surgem durante toda a vida, inclusive na velhice. Essa afirmação pressupõe que o ser humano possui uma tendência ao crescimento em qualquer idade. Embora remeta à finitude e traga saudosismo, a velhice também é parte do desenvolvimento humano e tem muito a oferecer a quem consegue enxergar suas possibilidades no tempo do agora, evitando comparações com aquilo que já se foi e desistindo de tentar possuir a juventude que não volta mais, o que é diferente de buscar uma vida saudável e com qualidade. De fato, Perls (1977), define que a tarefa da Gestalt-Terapia está totalmente ancorada na promoção de crescimento enquanto algo processual e no desenvolvimento do potencial humano, seja qual for a etapa da vida. A pessoa parte da experiência vivida, do seu presente, para tomar consciência e apropriar-se do que lhe é vital, tornando-se apta a funcionar com efetividade, mobilizando seu potencial, porque aprendeu mais de si mesma, trilhando um caminho para a autorrealização.

É perceptível no pensamento de Stevens (1978) e de Perls (1977), que a tradução da visão de homem da abordagem, que remete a suas bases teóricas e a conceitos importantes da teoria e que se articulam com nossa reflexão, ao compreender o envelhecimento como uma parte do desenvolvimento humano com características que lhe são peculiares, mas que não

lhe roubam as possibilidades de ajustar-se criativamente às novidades que acompanham este novo tempo.

A abordagem gestáltica criada por Perls recebeu e agregou influências de diversas outras teorias que juntas culminaram no seu corpo teórico e na sua metodologia. O modo novo e original de enxergar o homem e de oferecer cuidado está alicerçado tanto nas filosofias já citadas, como nas teorias que foram enriquecendo o corpo teórico da abordagem, sendo as principais: Psicologia da Gestalt de Max Wertheimer, Wolfgang Kohler e Kurt Koffka, Teoria de Campo de Kurt Lewin e Teoria Organísmica de Kurt Goldstein (Fukumitsu, 2012). Em grau menor, mas não menos importante, podemos citar também as influências de Jung, Adler, Rank, Reich (Polster & Polster, 2001), Moreno, Buber e o pensamento oriental de Friedlander e Paul Weiss (Cardella, 2002).

Com base na diversidade filosófica e teórica que Perls foi inspirado a criar e ou importar conceitos que dão a identidade teórica e prática à Gestalt-Terapia, havendo assim, uma certa complexidade em seus conceitos fundamentais, que além de estarem atrelados em sua origem às influências filosóficas e teóricas já mencionadas, são todos extremamente inter-relacionados podendo até se sobrepor em seus significados e funções (Frazão & Fukumitsu, 2014).

Fukumitsu (2012) faz uma síntese da Gestalt-Terapia, compreendendo-a como uma teoria, que a partir de sua visão de homem, favorece um modo inovador de atuar em Psicologia: a Gestalt-Terapia parte de um modelo relacional que nivela o cliente ao terapeuta e que baseada na visão holística almeja a totalidade do ser. A Filosofia do Presente, tão identitária da Gestalt-Terapia, que professa que a única experiência possível é a que ocorre no presente, no aqui e agora, é quase totalmente uma criação de Brentano. Os postulados da psicologia brentaniana estão extremamente presentes nessa abordagem psicológica (Ramón, 2006). Assim, o aqui-agora ou presente, sendo um dos conceitos mais importantes da Gestalt-

Terapia, tem como foco é situar o cliente no presente, auxiliando-o a interpretar-se e dar sentido ao que emerge na relação terapêutica e a desenvolver um senso de responsabilização pelo seu modo de ser e estar no mundo. O cliente deve crescer na relação com o meio, posicionar-se, ampliar sua *awareness* e não simplesmente adequar-se ao mundo social, buscando compreender seu próprio funcionamento.

O trabalho do gestalt-terapeuta deve ir além da ênfase verbal. Conceitos como contato e relação ganham força e ao invés de estruturas psíquicas, fala-se em sistema, onde o *self* é o sistema que opera através das funções id, ego e personalidade. A *awareness* é reflexiva e a fronteira deixa de ser limite para tornar-se proteção daquilo que o indivíduo identifica ou afasta. Por fim, a forma de enxergar a doença muda radicalmente, já que ela passa a ser vista com ajustamento criativo, como a melhor forma que a pessoa consegue se ajustar diante de determinada circunstância (Fukumitsu, 2012).

Apesar de que muito do que foi exposto até agora pareça referir-se ao trabalho clínico, a visão de homem e de mundo da abordagem gestáltica extrapola os limites da clínica para confirmar-se como um modo ético de olhar para todo indivíduo independente do contexto em que se encontre, independente da idade que tenha e do grupo etário no qual tenha sido incluído.

A ênfase na interação organismo-meio, por exemplo, exalta a relação estabelecida entre o indivíduo e a sociedade e os desdobramentos possíveis, revelando-se uma preocupação de Perls em toda sua obra. Assim, todo conceito pertinente a abordagem gestáltica tem uma utilidade reflexiva antes de ser prática ou método de trabalho. Portanto, o objetivo desta pesquisa não é fazer uma exposição detalhada da teoria gestáltica e seus conceitos fundamentais, mas basear-se em sua visão de homem para refletir sobre a questão do envelhecimento e suas repercussões na pessoa idosa, e nas possibilidades que podem emergir nesta fase do desenvolvimento humano.

1.7 Envelhecimento e a Visão do Homem da Gestalt-Terapia

A visão de homem em uma abordagem psicológica é a expressão daquilo que a sustenta e a caracteriza do ponto de vista teórico e metodológico. Toda compreensão do que é e como vive o humano no mundo, toda proposta de cuidado e conduta terapêutica, e todo tipo de análise em pesquisa, é atravessada por determinada visão de homem, que em Gestalt-Terapia é uma visão integral ou holística (Aguiar, 2015).

A Gestalt-Terapia, vê o homem como uma unidade indivisível, um todo singular que cujas partes não podem ser compreendidas fora de tudo que o cerca, com o qual se relaciona e também se constitui. Para enxergá-lo em sua totalidade, é preciso dar-se conta da dinâmica relacional e da reciprocidade entre ele e os diferentes aspectos de sua existência: consigo mesmo, com o outro e no mundo. É preciso estar atento em como a emoção, a cognição, o organismo biológico, as questões comportamentais, à vida em sociedade, o contexto histórico, a cultura, a geografia e a espiritualidade estão relacionadas e sendo equilibradas em sua vida (Aguiar, 2015).

Esta visão de homem é essencialmente relacional, processual, contextualizada e focada na singularidade, que valoriza os significados atribuídos por cada pessoa às experiências vividas. Seu trânsito se dá na contramão de um paradigma que compreenda o homem dentro de uma perspectiva evolutiva, de linearidade e causalidade, o que explica o fato de ainda não haver uma teoria específica do desenvolvimento em Gestalt-Terapia. Contudo, seria absurdo não reconhecer as regularidades, as mudanças biológicas e psicológicas que ocorrem durante toda a vida, o que pode haver de comum e semelhante a todos os seres humanos, seja por sua constituição genética, seja por estarem inseridos em um mesmo contexto de mundo capitalista ocidental (Aguiar, 2015).

Assim, o desenvolvimento humano no olhar da Gestalt-Terapia é multidimensional (bio-psico-ambiental), alicerçado em sua visão de homem, sendo compreendido através da

interdependência entre o ajustamento criativo e a autorregulação orgânicica, como um processo que ocorre da concepção até o fim da vida. Esse processo não possui divisões em fases ou estágios, não se fundamenta em reducionismos, determinações e naturalizações que classificam, categorizam e universalizam os seres humanos e não se centra em um único aspecto dimensional do indivíduo (Antony, 2006; Aguiar, 2015).

Pessoa e meio ambiente constituem um todo que não se divide, permeado por movimentos de influências mútuas, interativas e dinâmicas, que resultam em infinitas possibilidades de desenvolvimento, através de experiências, comportamentos e configurações psicológicas. Contudo, o assunto é controverso. Aguiar (2015), considera que a partir de sua visão de homem e fundamentada nos conceitos de ajustamento criativo e autorregulação organísmica, a Gestalt-Terapia já possui uma teoria específica do desenvolvimento. Mas autores como Antony (2006), Nogueira et al (2018) e outros, ainda que apoiados nos mesmos argumentos quanto ao desenvolvimento, defendem a criação de um modelo teórico específico de desenvolvimento humano compatível com a Gestalt-Terapia.

O ajustamento criativo é então, um conceito gestáltico que se interpõe na questão da experiência e da satisfação das necessidades, que capacita o indivíduo a interagir com o ambiente para responder às demandas de necessidades que lhe surgem. É uma capacidade pertinente a todo indivíduo podendo, porém, ser saudável ou não. O ajustamento criativo saudável pressupõe além da *awareness* das próprias necessidades, a capacidade de discriminar o que é prioridade, já que em todo tempo temos várias necessidades ocorrendo de forma simultânea. Esse homem gestáltico vive e se constitui a partir de sua interação com o meio e o seu modo de ajustar-se às demandas da vida para suprir as próprias necessidades, o que nos remete à relação organismo-meio que permeia toda a obra de Perls (Frazão, 1999).

Em Gestalt-Terapia, a maneira holística de ver o homem o concebe como um ser biopsicossocial, com necessidades que surgem nas suas diversas dimensões. Toda experiência

é relacional, ocorrendo na interação do indivíduo com seu ambiente, mediada “pela *awareness* e pelo contato”, dois conceitos fundamentais da Gestalt-Terapia. Enquanto *awareness* expressa a capacidade ou consciência que indivíduo tem de perceber o que ocorre dentro e fora de si mesmo, no tempo presente, através de recursos perceptivos e emocionais, o contato e suas funções organizam a percepção e dão significados aos sentimentos (Frazão, 1999).

Para que haja *awareness* precisa haver contato. A importância destes conceitos está no fato de que a qualidade do processo de contato incide sobre a interação do indivíduo com o ambiente, de maneira que ele possa extrair do meio o que é necessário para nutrir-se e possa vivenciar mudanças no seu campo relacional pessoa-ambiente, resultando em crescimento e desenvolvimento. Se não há boa *awareness*, o contato fica prejudicado, as trocas com o ambiente são empobrecidas e as necessidades não são satisfeitas (Frazão, 1999).

O contato ocorre na fronteira de contato, o lugar da experiência, onde se dá a diferenciação entre o eu e o não eu, onde as trocas para autorregulação ocorrem. É na fronteira de contato que o indivíduo seleciona tudo que recebe do meio, identificando o que é tóxico do que é nutritivo e como vai lidar com isso, segundo suas necessidades (Aguiar, 2015). Conceito primordial em Gestalt-Terapia, o contato é concebido a partir de uma concepção fenomenológico-existencial, sendo definido por Tellegen (1984, p. 50), como:

A noção de contato, assim entendida, como base relacional fundamental e originária daquilo que se apresenta a nossa experiência como eu-outro, sujeito-objeto, interno-externo, constitui a base fenomenológica da abordagem gestáltica e é o cerne de sua metodologia.

Focando na saúde, a visão de homem da Gestalt-Terapia se sustenta na crença de que os indivíduos são potencialmente tendentes à autorregulação e à sabedoria organísmica. É uma visão otimista, que privilegia a pessoa em detrimento da doença e do sintoma, sem

erroneamente negar a existência de uma e outra coisa e sua relevância nas condutas terapêuticas e em suas reflexões teóricas (Carvalho & Costa, 2010).

Em relação ao envelhecimento, a grande questão não é negar a senescência e seus desdobramentos no organismo integral, mas buscar no próprio indivíduo o suporte necessário para sua autonomia e desenvolvimento, levando-o a ajustar-se criativamente aos novos tempos de sua vida e às necessidades que irrompem em cada fase. Conforme Carvalho e Costa (2010), na visão da abordagem gestáltica o indivíduo é visto como ser de possibilidades, com sabedoria organísmica, mesmo em meio a momentos conflituosos da sua existência.

A sabedoria organísmica e a autorregulação são partes essenciais dos processos de mudanças de qualquer indivíduo, a pessoa saudável está continuamente em processo de busca de equilíbrio e ajustamento às condições internas e externas que se interpõem na dinâmica da vida. A normalidade em Gestalt-Terapia, a partir de um posicionamento fenomenológico, é a capacidade de ajustar-se ao novo, às situações da vida conforme vão surgindo. O que se considera aqui, refletindo sobre o envelhecimento, é que não há um processo isolado do mundo, a situação “envelhecer” exige uma atualização do organismo, que deve ocorrer conjuntamente com o mundo, para que ocorram ressignificações, mudanças e a fluidez de um processo saudável (Carvalho & Costa, 2010).

Cardella (2017) explica que o desenvolvimento humano até o fim da vida é um *continuum* de necessidades, a *gestalten*. *Gestalten* é o plural de *gestalt*, um conceito central em Gestalt-Terapia que se refere a necessidades que vão se apresentando durante a existência em busca de satisfação. Cada necessidade que emerge mobiliza o comportamento para que o campo organismo meio seja satisfeito. Temos milhares de necessidades ocorrendo simultaneamente e, dentro de um funcionamento saudável, nos programamos naturalmente para sanar o que é mais urgente. Sempre que uma *gestalt* é fechada, outra se abre, em um

processo constante de busca de equilíbrio. O adoecimento ocorre quando não há fluxo no abrir e fechar das *gestalten*.

Segundo Cardella (2017), na visão gestáltica o envelhecimento é sinônimo de processo de crescimento, uma auto atualização que ocorre durante toda a vida, começando no nascimento, mediante a realização de potencialidades e da presença do outro, encerrando com a morte. O homem é um ser em processo. O processo é sempre criativo, não sendo impedido com o avanço da idade, o que ocorre é que as experiências vão sendo ressignificadas com o passar do tempo. O que nos leva a pensar que o envelhecimento em si mesmo não deve ser um problema, mas talvez a maneira como é interpretado e acolhido socialmente é que pode transformá-lo em algo incomum ou negativo.

Costa (2000, p. 31) afirma que: "...A velhice, de modo algum, significa um final, mas, ao contrário, este momento parece relacionar-se a uma série de (re) significações e recomeços que muitas vezes só foram possíveis nesta etapa da vida". Contudo, como o homem é um ser essencialmente relacional, dependente das repercussões de suas relações com o meio em que vive, mesmo com toda potência e possibilidades que lhe são características, há desafios a vencer. Em Gestalt-Terapia o adoecimento expressa um indivíduo em desarmonia relacional com o mundo em geral ou consigo mesmo (Holanda, 1998).

É muito comum ainda hoje, que envelhecimento seja associado a adoecimento, como uma relação natural de causa e efeito, o que não é verdade. Moreira e Sloan (2002), refletindo sobre a depressão (uma das principais causas de adoecimento na velhice), revelam seu significado ideológico como falta de poder, como impotência diante de um mundo desigual, individualista e sem sentido. Um mundo que impõe padrões e ideais de vida inalcançáveis e excludentes, inclusive aos idosos, caracterizando a entrada na velhice como algo não natural e abjeto. Diante dessa realidade, a depressão poderia ser desencadeada, não por ser uma característica da velhice, mas como resultado das relações com um meio tóxico.

Moreira e Sloan (2002), afirmam que excluindo as causas puramente biológicas, há um vigor enorme nas patologias produzidas e mantidas socialmente, por ideais e padrões que levam a um contínuo descontentamento, abrindo buracos existenciais, vazios de significados. Viver significativamente implica em uma harmonia entre o sentir, pensar e agir, que dentro de um padrão de saúde e normalidade, ocorre de forma crítica e reflexiva, de modo que as experiências e os significados atribuídos a elas sejam conscientes e potencializados pela capacidade do indivíduo de fazer escolhas livremente. O viver significativamente tem então, desdobramentos de emancipação, consciência, potência, liberação e uma vida desideologizada. Deste modo, o indivíduo que vive significativamente vive na relação, não está encarcerado em si mesmo, mas localiza-se na história, acha lugar no mundo para desenvolver-se e projetar sua vida, é constituído pelo mundo ao mesmo tempo que o constitui (Moreira & Sloan, 2002), o que vai de encontro ao homem gestáltico, o qual, como ser de potencialidades atualizáveis, tende a reorganizar-se na sua relação com o meio, suprindo suas necessidades e reencontrando-se com sua singularidade transformada, pois como um constante vir a ser, ele nunca está pronto, ele é processo (Aguiar, 2015).

Assim, é possível afirmar que a visão de homem da Gestalt-Terapia descreve o ser humano como um ser em harmonia com o presente, um homem que carrega consigo as lembranças do passado, planeja o futuro e discerne as condições da vida social que o atravessam. Ele vive um *continuum* de consciência quanto às suas próprias potencialidades, de modo a integrar suas habilidades sensoriais, motoras e intelectuais. É o homem no aqui-e-agora, um indivíduo integrado consigo mesmo. Suas fronteiras são fluidas e tendentes à ampliação através do contato saudável e do exercício da criatividade que o capacita a reinventar-se ao repensar as coisas que estão dadas, favorecendo o desenvolvimento de suas potencialidades durante toda a vida (Mesquita, 2011).

**CAPÍTULO 2 – OBJETIVOS DO ESTUDO E DELINEAMENTO
TEÓRICO-METODOLÓGICO**

2.1 Objetivos

2.1.1 *Objetivo Geral*

- Descrever a experiência de tornar-se idoso (segundo a legislação brasileira), ao completar-se 60 anos, e as repercussões na vida do indivíduo.

2.1.2 *Objetivos Específicos*

- Identificar e descrever possíveis impactos no indivíduo que completa 60 anos e passa a ser considerado legalmente idoso;
- Identificar se e como ocorrem mudanças na autopercepção do indivíduo ao completar 60 anos e ser considerado legalmente idoso;
- Sondar e compreender os significados que o indivíduo sexagenário atribui ao ser legalmente idoso em sua experiência de vida.

2.2 O Delineamento do Estudo

Este estudo foi desenvolvido como uma investigação de natureza qualitativa e exploratória, segundo o modelo fenomenológico de pesquisa a respeito da experiência de tornar-se idoso ao completar 60 anos e as repercussões na vida do indivíduo.

2.2.1 *Pesquisa Qualitativa e Exploratória e o Modelo Fenomenológico*

A pesquisa em Psicologia traz em sua história inicial um esforço de reconhecimento científico sustentado pela prática de metodologias derivadas das ciências naturais, do empirismo e do positivismo, o que lhe garantia credibilidade e fundamentação do conhecimento produzido (Holanda, 2002). Contudo, com o surgimento da pesquisa qualitativa no final do século XIX e início do século XX, as ciências humanas e sociais foram desenvolvendo novos e variados métodos de pesquisa, mais adequados ao interesse pelo humano, inaugurando novas formas de conhecer e produzir conhecimento (Wendhausen et al., 2018).

Em Psicologia científica o ato de pesquisar amplia a noção de que fazer pesquisa é apenas produzir e generalizar conhecimento. O ser humano, objeto da atenção do pesquisador da Psicologia enquanto Ciência, não pode ser reduzido a generalizações. Assim, o que se requer de uma pesquisa que investigue a dimensão do humano diante do fenômeno da realidade é a busca pelo sentido do conhecimento, “o conhecimento em si ou o conhecimento de si”, que está localizado na experiência originária (Holanda, 2002, p. 107).

Ao referir-se ao “sentido do conhecimento”, o autor esclarece que a pesquisa deve fazer um caminho investigativo que leve à apreensão do sentido da dimensão humana como um todo, alcançando a realidade de uma existência, que permita a ampliação da experiência pessoal para o gênero “do humano”.

Fazer pesquisa qualitativa nas ciências sociais é se ater a questões que não poderiam ser respondidas de outra maneira, se não por caminhos metodológicos com estratégias específicas para alcançar realidades que não podem ser medidas ou quantificadas, questões do humano que remetem a uma imersão ao mundo das experiências e dos significados, das relações humanas com seus processos e fenômenos (Minayo, 2001).

Quando aplicada nas Ciências Humanas e da Saúde, a metodologia qualitativa de pesquisa ocupa-se em estudar o fenômeno para além do que ele é, empreendendo esforços para compreender seu significado na vida de uma pessoa ou de um grupo. Segundo Turato (2005), a pesquisa dos significados é dotada de estrutura e objetivos, pois mais do que compreender o sentido em si mesmo de um fenômeno para alguém, ela amplia o conhecimento para a forma com que as pessoas organizam sua vida, inclusive em relação aos cuidados que dedicam a sua saúde, é o que o autor descreve como “função estruturante do significado”.

Ao buscar o significado das coisas, o pesquisador acessa os modos como as pessoas se organizam no mundo, como os fenômenos experimentados modelam a vida e os

comportamentos dos seres humanos, já que os significados são vividos pessoalmente são também compartilhados culturalmente, dando origem aos grupos sociais, suas representações e suas formas de simbolizar (Turato, 2005).

No contexto da saúde, o conhecimento das significações dos fenômenos é essencial, caracterizando-se como um facilitador do desenvolvimento de estratégias de saúde, que vão desde as relações entre a pessoa individual e seu próprio processo de saúde-doença, incluindo seu envolvimento com todos os contextos e situações que cercam seu autocuidado, como também em estratégias coletivas de otimização dos processos de saúde, envolvendo a população, as equipes de saúde, os sistemas de saúde e todas as relações possíveis entre eles que resultem em promoção de saúde (Turato, 2005).

Normalmente, o estudo qualitativo é mais bem-sucedido quando realizado de forma integrada ao contexto em que se dá o fenômeno estudado e a partir da perspectiva das pessoas que o vivenciam. É fundamental que o investigador vá a campo, o lugar privilegiado da coleta dos dados, e permita-se observar o fenômeno que busca compreender, a partir das experiências de pessoas que o estão vivenciando (Godoy, 1995). A essa prática se dá o nome de pesquisa exploratória, que é a observação do fenômeno segundo a forma como ele se dá na realidade, baseado integralmente nas experiências do sujeito. Há uma relação importante entre o conhecimento do comportamento humano e o contexto social onde ocorre, que exige do pesquisador a adaptação de suas percepções às percepções do participante de sua pesquisa, para que o novo possa se manifestar ao pesquisador e o conhecimento sobre o fenômeno estudado seja mais amplo e mais adequado a realidade (Piovesan & Temporini, 1995).

O estudo exploratório consegue acessar saberes do sujeito individual ou coletivo, que quando desconhecidos tornam-se barreiras na constituição do conhecimento como um todo, principalmente no que se refere a sua aplicação prática. Em programas de saúde, por exemplo, o conhecimento dos significados dos fenômenos segundo as experiências do

sujeito/população, são determinantes para a construção de estratégias promotoras de saúde, que alcancem maior aceitação e adesão por parte da população (Piovesan & Temporini, 1995).

A relação entre o conhecimento do comportamento humano e o contexto social onde este ocorre, requer do pesquisador a adaptação de suas percepções às percepções do participante de sua pesquisa, para que o novo possa se manifestar ao pesquisador e o conhecimento sobre o fenômeno estudado seja mais amplo e mais adequado a realidade (Piovesan & Temporini, 1995). Assim, de maneira geral, o que caracteriza a pesquisa de natureza qualitativa remete à questão de pesquisa, ao contexto social onde o fenômeno acontece, aos aspectos temporais e espaciais em que se vivenciam as experiências, à busca pela compreensão do fenômeno estudado, a intersubjetividade das relações entre o sujeito da experiência e o pesquisador e a ampliação da experiência pessoal enquanto realidade alcançada, a outros contextos e fenômenos sem contudo, generalizar (Wendhausen et al, 2018).

Na pesquisa qualitativa a intersubjetividade é uma característica fundamental no processo de produção do conhecimento. No contexto geral da pesquisa qualitativa, Andrade e Holanda (2010), afirmam que há uma parceria entre pesquisador e pesquisado, e o conhecimento surge na esfera da relação que se estabelece entre ambos, a partir dos pensamentos que produzem. Amatuzzi (2003), caracteriza o sujeito da pesquisa fenomenológica como colaborador, e não apenas um fornecedor de dados; o autor esclarece que do ponto de vista metodológico, sua participação na pesquisa é fator determinante da produção de conhecimento, não apenas pelos dados em si, mas pelo que ele tem a ensinar sobre tais dados. O pesquisador se propõe a aprender com o colaborador e na intersubjetividade nenhum dos dois sai do processo como entrou (Andrade & Holanda, 2010). Nesse tipo de percurso metodológico, o pesquisador fenomenólogo se coloca como aprendiz da experiência vivida pelo participante da pesquisa, pois é a partir do sabido desse outro que

os conhecimentos do pesquisador sobre o fenômeno estudado serão aprimorados. O que deve mudar em cada método empreendido será a forma como os significados serão compreendidos (Moreira, 2004).

É importante destacar que dentro da pesquisa qualitativa existem vários tipos de pesquisa, dentre eles, as pesquisas fenomenológicas, que variam segundo o pensamento filosófico que as sustentam. Um método de pesquisa fenomenológico que tem como base a fenomenologia de Husserl, por exemplo, poderá ser diferente daquele que estiver sustentado pela fenomenologia de Merleau-Ponty (Moreira, 2004). Embora não seja relevante neste momento discutir as diferenças entre os métodos fenomenológicos é fundamental apresentar o aspecto comum em todos eles e que lhes imprime o caráter fenomenológico: a busca de significados da experiência, que é o cerne da pesquisa fenomenológica. Assim, em todos eles, a pesquisa fenomenológica é caracterizada por investigar o vivido, visando a descrição de seus significados, revelando-se como um recurso adequado nas pesquisas em Psicologia (Amatuzzi, 2003). Nesse tipo de percurso metodológico, o pesquisador fenomenólogo se coloca como aprendiz da experiência vivida pelo participante da pesquisa, pois é a partir do sabido desse outro que os conhecimentos do pesquisador sobre o fenômeno estudado serão aprimorados. O que deve mudar em cada método empreendido será a forma como os significados serão compreendidos (Moreira, 2004).

O método fenomenológico de pesquisa, inspirado nas contribuições husseriana, realiza caminhos investigativos que tencionam acessar os fenômenos mundanos, visando a realidade humana concreta; devendo para isso cooperar com um pensamento científico que valorize o humano, sem se abster de uma ideia “positiva” de ciência, no que diz respeito ao rigor de sua práxis metodológica e na solidez de sua fundamentação conceitual, o que segundo (Holanda, 2002) ocorrerá nas seguintes condições: 1. ter o modelo husseriano como estrutura fundamental do método; 2. executar um trajeto metodológico que

imprescindivelmente seja norteado pela “intencionalidade”, “redução fenomenológica” e “intersubjetividade”, a fim de garantir o contato com as “essências” do fenômeno e ser constituído por conceitos básicos do método (empírico-fenomenológico, método heurístico e método hermenêutico).

2.2.2 A Fenomenologia e o Método Fenomenológico

A fenomenologia é basicamente o estudo do fenômeno enquanto algo que se manifesta ou aparece por si mesmo, o voltar às coisas mesmas, concebendo o ser humano como protagonista no seu próprio mundo através da experiência (Gibert & Cury, 2009). Embora Husserl seja o nome mais conhecido quando se fala do surgimento da fenomenologia, seu precursor foi Brentano. Estudioso da Psicologia, mesmo não sendo psicólogo, foi o responsável pela origem dos conceitos fundamentais das bases epistemológicas e filosóficas das abordagens fenomenológicas e humanistas em psicoterapia. Brentano foi um filósofo cujo método era characteristicamente empírico e tinha a convicção de que a Psicologia era a ciência da consciência ou dos fenômenos psíquicos:

A psicologia, como as ciências naturais, tem sua base na percepção e na experiência. Acima de tudo, porém, sua fonte deve ser encontrada na percepção interna de nossos próprios fenômenos mentais. Nunca saberíamos o que é um pensamento, ou um julgamento, prazer ou dor, desejos ou aversões, esperanças ou medos, coragem ou desespero, decisões e intenções voluntárias se não aprendêssemos o que são através da percepção interior de nossos próprios fenômenos. Observe, no entanto, que dissemos que a percepção interna [Wahrnehmung] e não a introspecção, ou seja, a observação interna [Beobachtung], constitui esta fonte primária e essencial de psicologia. Esses dois conceitos devem ser distinguidos um do outro. Uma das características da percepção interna é que ela nunca pode se tornar uma observação interna. Podemos observar objetos que, como dizem, são percebidos externamente. Na observação,

dirigimos toda a nossa atenção a um fenômeno a fim de apreendê-lo com precisão.

Mas com objetos de percepção interna isso é absolutamente impossível (Brentano, 1973, p. 22)².

Brentano foi mestre de Husserl, que também se afirmou como um dos precursores da fenomenologia ao retomar o conceito da intencionalidade de Brentano na Filosofia e declará-lo como o selo que caracterizava os fenômenos psíquicos. A Psicologia descritiva de Husserl e outros de seus ensinamentos influenciaram decisivamente o movimento fenomenológico do século XX (Bóris, 2011). “A fenomenologia é, em primeiro lugar uma atitude ou postura filosófica e, em segundo, um movimento de ideias com método próprio, visando sempre o rigor radical do conhecimento” (Zilles, 2002, p.9). Considerado como um dos mais importantes movimentos filosóficos de sua época, influenciou nomes importantes e deu origem a várias correntes da filosofia, como a ontologia de Martin Heidegger, o existencialismo de Jean Paul Sartre, a fenomenologia de Maurice Merleau-Ponty (Ramalho, 2009) e outras filosofias.

A obra de Husserl, considerada de difícil entendimento e por isso pouco popular, ainda assim, no que se refere a atitude fenomenológica e sua descrição rigorosa e a elaboração sistemática do método fenomenológico, estendeu-se para muitas áreas do conhecimento além da filosofia, influenciando também o direito, as ciências da linguagem, a estética, a sociologia e a Psicologia (Zilles, 2002). Produzir conhecimento no período de transição entre o século XIX e o século XX era uma tarefa que transitava entre os métodos da

² Psychology, like the natural sciences, has its basis in perception and experience. Above all, however, its source is to be found in the *inner perception* of our own mental phenomena. We would never know what a thought is, or a judgement, pleasure or pain, desires or aversions, hopes or fears, courage or despair, decisions and voluntary intentions if we did not learn what they are through inner perception of our own phenomena. Note, however, that we said that *inner perception* [*Wahrnehmung*] and not introspection, i.e. *inner observation* [*Beobachtung*], constitutes this primary and essential source of psychology. These two concepts must be distinguished from one another. One of the characteristics of inner perception is that it can never become inner observation. We can observe objects which, as they say, are perceived externally. In observation, we direct our full attention to a phenomenon in order to apprehend it accurately. But with objects of inner perception this is absolutely impossible (Brentano, 1973, p. 22).

ciência positivista e seu objetivismo e da filosofia, a primeira com seus resultados concretos que impulsionaram significativamente o progresso da ciência e a filosofia, que carecia de critérios objetivos que validassem suas produções e evidenciassem verdade (Amatuzzi, 2009). Husserl (2006) observou que a ciência positivista tinha triunfos incontestáveis no conhecimento que produzia, mas era incompleta e limitada por seu método, circunscrito ao conhecimento produzido através do que pudesse ser imediatamente verificável, deixando de lado outras dimensões do humano, como as questões referentes ao significado da realidade e aos sentidos. Amatuzzi (2009), ilustra esse espaço vazio não preenchido pela ciência positivista, o abandono dos sentidos percebido por Husserl, ao comentar sobre a invenção das armas para guerra como resultado de complexo e sofisticado conhecimento científico, mas totalmente sem noção sobre o sentido de fazer guerra.

Se a ciência positivista crescia na força do conhecimento produzido por meio de seus experimentos baseados em métricas e extensões, a filosofia carecia de critérios e validações, gerando uma falta de fé generalizada nas várias propostas de verdade que formulava. Diante desse cenário caracterizado como um período de crise nas ciências europeias, e na busca de uma ciência que abordasse os sentidos, Husserl dedicou-se a explorar outra forma de conhecer, através da filosofia, que resultasse no conhecimento da realidade a partir da experiência humana em si mesma (Amatuzzi, 2009). Desta forma, estava aberto o caminho para o surgimento de métodos que conhecessem os fenômenos da mesma maneira que esses se mostravam aos sentidos (Nantes, 2020).

Assim, a fenomenologia surgiu como método da crítica do conhecimento, levantando-se também como questionadora dos modos empregados em fazer ciência, que faziam uma dicotomia entre as verdades científicas e o mundo da experiência humana, o mundo da vida (*Lebenswelt*), que constituído por experiências pré-reflexivas e pré-científicas é anterior e universal às ciências existentes (Ramalho, 2009). No método fenomenológico, então, foi a

subjetividade do humano que emergiu como referência para a constituição do conhecimento (Zilles, 2002). Tratava-se de uma nova e revolucionária forma de produzir conhecimento cientificamente válido, que para isso considerava imprescindível a abordagem dos fenômenos psíquicos, favorecendo uma aproximação importante com a Psicologia (Nantes, 2020). A Psicologia inclusive, foi um alvo declarado das críticas do pai da fenomenologia. Husserl considerava que ao buscar reconhecimento científico, a Psicologia, restringindo-se a utilização dos métodos de investigação das ciências naturais, através do processo de objetivação e idealização, abriu mão daquilo que primordialmente diferenciava o homem dos demais seres, a subjetividade (Zilles, 2002, p.39). Conforme aponta De Castro e Gomes (2011), o pai da fenomenologia denominou de psicologismo a tentativa da Psicologia de estudar a subjetividade através dos modelos positivistas de pesquisa, os métodos das ciências naturais, que centravam suas investigações em aspectos desconectados da experiência. Contra isso, apresentou a fenomenologia como possibilidade de retomada do caráter essencial da Psicologia, a subjetividade.

Husserl cunhou conceitos específicos para sua fenomenologia, conceitos que definem seu método e dão norte e sentido à sua aplicabilidade, sendo importante citar alguns deles. O fenômeno remete àquilo que aparece para uma consciência, a fenomenologia então, trata do mundo que se revela. A consciência é intencionalidade, o estar voltado para... O fenômeno não se dá a conhecer imediatamente, é preciso que o investigador quase obstinadamente o busque por um caminho de atenção e rigor através de suas interrogações, de maneira a chegar ao que se revela como essência (Bicudo, 1994). Da relação existencial da pessoa com seu mundo emerge o fenômeno, a partir de intencionalidade da consciência, sendo que a existência é justamente a marca singular de cada pessoa revelada no modo como ela se coloca diante da vida. Assim entendido, chega-se à conclusão de que o campo de análise da fenomenologia de Husserl se dá na investigação da consciência e sua relação estabelecida

com o objeto (Andrade & Holanda, 2010). A realidade é, então, resultado da intencionalidade da consciência quando focada no fenômeno, é o que emerge dela. O fenômeno experienciado pelo sujeito é invisível ao investigador, até que reconhecido pela interrogação contínua, seja visível. Isso é o que Husserl chamou de ir às coisas mesmas ou à experiência vivida, como quem vai ao primeiro encontro. A experiência vivida e compartilhada cria o espaço da intersubjetividade. Assim, na intersubjetividade, a verdade deixa de ser considerada algo objetivo e passível de apreensão intelectual, para ganhar uma representação fenomenológica, como *aletheia*, ou seja, a essência do fenômeno que foi desocultada e agora é visível (Bicudo, 1994).

O objetivo da pesquisa se dá exatamente no processo de interrogar o fenômeno, residindo aí seu rigor. Da interrogação contínua à verdade (essência revelada), há dois pressupostos que não podem ser descartados: a *epoché* e a *redução*. Por *epoché* entende-se suspensão de juízos, um posicionamento do investigador ao se despojar de tudo que possa conhecer a respeito do fenômeno, que se torna alvo de seus órgãos dos sentidos, da sua percepção. A *Redução* está no ato contínuo de perceber e descrever o que se vê, decompondo o objeto de análise em partes que vão se revelando como essenciais ao fenômeno, finalizando o método em categorias ou convergências, descritas por Husserl como locais de generalidades que podem ser apreendidas e interpretadas segundo o que está sendo estudado (Bicudo, 1994; Amatuzzi, 2006).

2.2.3 *O Método de Pesquisa fenomenológico Proposto por Amedeo Giorgi*

No Brasil, dentre os modelos de pesquisa qualitativa fenomenológica mais utilizados, o método empírico proposto por Amedeo Giorgi (Giorgi & Sousa, 2010) tem sido reconhecido por contribuir significativamente nos estudos onde a compreensão do ser humano é analisada a partir de suas experiências vividas e os significados atribuídos a ela, resultando em uma sólida produção de conhecimento científico, principalmente na área da

Psicologia (Moreira & Souza, 2016). O caráter empírico da pesquisa fenomenológica está relacionado à forma como os dados levantados serão analisados, seja qual for a variação da aplicação do método, o foco sempre será o humano e os significados atribuídos à experiência vivida de determinado fenômeno. Assim, o investigador que segue a proposta de Giorgi busca a essência de um fenômeno pela via do sentido global da experiência humana, sem pretensão alguma de verificá-lo, importando-se sempre em compreendê-lo (Moreira & Souza, 2016).

O método fenomenológico empírico (MFE) de Giorgi, emergiu como resposta ao *Zeitgeist* americano do início do século XX, a partir de importantes questionamentos e discussões a respeito da metodologia de pesquisa qualitativa utilizada em Ciências Sociais. Tais questionamentos marcadamente surgiram na Escola de Chicago e seguiram influenciando outras universidades. A Escola de Chicago levantou grande polêmicas ao se posicionar pela defesa da criação de métodos de pesquisa qualitativa que fossem desconectados dos modelos positivistas, a fim de responder às especificidades das Ciências Sociais. Giorgi não foi professor na Universidade de Chicago, mas sua postura e trabalho quanto a pesquisa nas Ciências Sociais aplicadas à Psicologia certamente expressam o quanto estava envolvido com o *Zeitgeist* levantado pela Escola de Chicago (Branco, 2014).

A Escola de Chicago denunciava que aspectos comuns às investigações em Ciências naturais, como valorização da neutralidade, observação exterior e manipulação de variáveis, não cabiam na pesquisa em Ciências Sociais demandando urgência na criação de novos métodos de pesquisa. Embora a neutralidade em pesquisa não fosse um ponto convergente entre os participantes do movimento, todos tinham em comum a convicção de que o sujeito da pesquisa e seus posicionamentos eram relevantes em uma pesquisa dita científica e que criar métodos nos quais o mundo das experiências fosse considerado era imprescindível para o avanço das Ciências Sociais (Branco, 2014).

É válido salientar que embora Husserl seja o criador da fenomenologia e do método fenomenológico, todo seu trabalho tinha um caráter filosófico. O método fenomenológico filosófico (MFF) distinguia-se do método fenomenológico empírico (MFE) que foi adotado nas pesquisas em Ciências Sociais, principalmente na Psicologia. Segundo Branco (2014), ao privilegiar a experiência consciente refletida em primeira pessoa, o MFF husseriano entrava em conflito com a proposta da Psicologia enquanto ciência compreensiva da experiência dos sujeitos, fazendo-se necessária a transposição da fenomenologia filosófica para a fenomenologia empírica.

Foi por meio do trabalho pioneiro de van Kaam, que organizou um programa de mestrado com orientação em pesquisa fenomenológica na *Duquesne University*, que Amedeo Giorgi, em 1958, também questionando os posicionamentos metodológicos positivistas da Psicologia americana, encontrou na fenomenologia subsídios confiáveis para promover mudanças na sua forma metodológica de fazer pesquisa. Giorgi estudou profundamente a fenomenologia e em 1962 começou seu trabalho no programa de Doutorado em Psicologia, da *Duquesne University*, onde criou o que é considerado por muitos como a melhor versão do método fenomenológico empírico de pesquisa (Branco, 2014).

A proposta metodológica de Amedeo Giorgi prevê a análise dos dados através de uma sequência de quatro passos que devem resultar em estruturas de significados, as essências do fenômeno. Apesar do método de Giorgi ser conhecido pelos seus quatro passos, o processo completo da análise fenomenológica dos dados só será adequado se estiver concatenado com a pergunta da pesquisa e a maneira correta de levantar os dados. Os passos estabelecidos por Giorgi (Giorgi & Souza, 2010, p. 85), são:

1. Estabelecer o Sentido Geral.
2. Determinação das Partes: Divisão das Unidades de Significado.
3. Transformação das Unidades de Significado em Expressões de Caráter Psicológico

4. Determinação da Estrutura Geral de Significado Psicológico.

Entre as etapas três e quatro foi realizada a aglutinação das unidades de significado em torno de núcleos que as englobavam (núcleos de sentido), organizados em forma de fluxogramas. Embora o termo núcleo de sentido tenha sido originalmente empregado por Fernando Gonzales Rey (Rey, 2007), sua utilização na fenomenologia vem adquirindo um sentido bem semelhante ao que ele empregou. O uso dos núcleos de sentido organizados em fluxogramas favorece o encontro, a organização, ou melhor, a explicitação e determinação da Estrutura Geral do Vivido. Apesar de não fazer parte das etapas previstas no método de Amedeo Giorgi, essa forma de organizar as unidades de significado tem sido bastante referenciada como um recurso complementar em pesquisas que também empregam o método, evidenciando-se como possibilidade para ilustrar como as unidades de significado culminam na Estrutura Geral do Vivido (Nwora & Freitas, 2020; Zaneti et al, 2019).

O método desenvolvido por Giorgi é aplicado a descrições que os sujeitos da pesquisa fazem de suas experiências vividas do fenômeno estudado. A entrevista tem sido um dos meios mais comuns e eficientes para conseguir essas descrições. Tanto a escolha dos sujeitos, quanto a pergunta formulada, são aspectos fundamentais para que o método cumpra sua proposta. Depois da entrevista o pesquisador realiza uma transcrição do material coletado e a partir dela inicia a aplicação do método.

A seguir apresenta-se um breve resumo da aplicação e fundamentação dos quatro passos propostos por Amedeo Giorgi (Giorgi & Sousa, 2010; Andrade & Holanda, 2010):

No primeiro passo é realizada uma leitura total de tudo que foi descrito, o pesquisador sai da atitude natural, assume a atitude fenomenológica e envolve-se no que tem diante de si, buscando alcançar o sentido geral do todo.

O sentido geral torna-se então, a base para a execução do segundo passo, quando se procede a divisão da descrição em unidades de significado que são discriminadas segundo

uma perspectiva psicológica e a atenção focada no fenômeno pesquisado. Não é possível analisar o relato inteiro de uma vez e a quebra do conjunto de informações é uma forma didática de encontrar os significados que são emitidos pelo sujeito. As unidades de significado revelam-se em meio a mudanças psicologicamente sensíveis de significado atribuídos pelo sujeito à situação. O pesquisador, em atitude psicológica, procede um trabalho atento, meticuloso e detalhado, fazendo releituras, discriminações e registros do que foi dito, mudando quase nada da linguagem do sujeito.

As unidades não estão prontas na descrição, elas se apresentam na intersubjetividade entre pesquisador e sujeito, sendo a relação entre eles o *lócus* das descobertas da pesquisa, a perspectiva do pesquisador traz à tona as unidades de significado.

No terceiro passo, sempre com ênfase no fenômeno investigado, as unidades de significado discriminadas são revistas pelo pesquisador e começam a ser modificadas pela transformação da linguagem comum do sujeito em linguagem psicológica. Nesse passo, o pesquisador começa a questionar insistentemente o que foi dito, seu objetivo é compreender o que exatamente o sujeito quis expressar. É nesse passo que as categorias começam a aparecer.

No último passo do método fenomenológico empírico, o pesquisador deve chegar à síntese da estrutura da experiência ou estrutura geral da experiência. Ele realiza uma síntese de todas as unidades de significado, elaborando uma declaração consistente dos significados psicológicos do fenômeno estudado à luz da experiência do sujeito. Para isso, as unidades de significado são agrupadas segundo sua variação e inseridas na descrição geral, o que depois é apresentado à comunidade científica para que seja confirmada ou criticada.

O processo metodológico, apesar de bastante objetivo em seus quatro passos, requer um envolvimento intenso de quem o aplica. A fala do entrevistado não é linear e objetiva e depara-se constantemente com os “não ditos”, que para além das palavras, configuram-se como discursos e descrições subentendidas através de falas indiretas, expressões corporais,

emoções que emergem durante o encontro. Foi preciso estar atenta e sensível para descobrir esse outro através de sua experiência vivida e descrita, permitindo-se ser afetada e surpreendida por ele, o que culminou em uma experiência profunda e reveladora para a pesquisadora.

2.3 O Local da Pesquisa e a Formação da Amostra

Pesquisar sobre envelhecimento humano no Brasil exige um olhar atento e cuidadoso para as diferenças significativas que este tema pode apresentar nas várias regiões do país. Devido a diversos fatores, mas principalmente à questão da desigualdade social que nos caracteriza, os estudos referentes a esta temática falam sobre “velhices” e não apenas uma velhice, o que significa dizer que temos várias realidades diferentes de envelhecimento por todo o país.

Em um país de dimensões continentais, caracterizado por diferenças importantes em sua geografia, clima, cultura e forte desigualdade social, é muito complexo definir o idoso apenas pela idade cronológica, sendo esta padronizada para toda a população. Para além das diferenças individuais de cada ser humano, há também as condições de vida sob as quais as pessoas envelhecem. Neste aspecto, a expectativa de vida de um brasileiro pode mudar dependendo da região onde vive, gerando múltiplas expectativas de vida (Lima & Mendes, 2019). Afinal, há regiões do país com situação de envelhecimento populacional semelhantes à do Japão que é marcado pela longevidade, com muitas pessoas acima dos 90 anos de idade, e outras semelhantes às da África subsaariana, onde a expectativa de vida pode ser inferior aos 58 anos de idade (Lima & Mendes, 2019). Assim, é importante destacar de onde emerge o discurso produzido neste estudo, quem são os participantes e onde vivem as experiências de envelhecimento nas quais esta pesquisa se baseia.

Esta pesquisa foi realizada na cidade de Campo Grande³, capital do Mato Grosso do Sul, localizado na região Centro-Oeste do país, envolvendo cinco pessoas com idade entre 60 e 64 anos. Meu plano inicial era entrevistar pelo menos 10 pessoas com todas as idades entre 60 e 65 anos (idade limite entre a faixa etária adulto/idoso segundo a Lei 10.741/2003), o que resultaria em um mínimo de seis participantes sem idades repetidas que provessem alguma heterogeneidade ao grupo de entrevistados e aos dados coletados, no sentido de possibilitar o contato com dimensões variadas do fenômeno nas seis idades e com os diferentes tipos de pessoas. Porém, com a ocorrência da pandemia da COVID-19⁴ e a ordem pública de afastamento/isolamento social, foram realizadas cinco entrevistas, com pessoas de 60, 61, 63 e 64 anos, sendo que uma delas não reside na cidade de Campo Grande⁵.

A escolha dos participantes é um momento muito importante dentro da pesquisa qualitativa e um erro nesta etapa pode prejudicar seriamente qualquer trabalho. Não é possível mensurar uma quantidade ideal de participantes, mas esta está menos relacionado ao número de participantes e muito próxima do quanto foi possível espelhar as várias faces de um mesmo fenômeno, em quantidade e intensidade. Além disso, é relevante observar se houve empenho em alcançar um nível ótimo de ações e intersubjetividade durante o processo, que culmine na “*certeza do pesquisador de que, mesmo provisoriamente, encontrou a lógica*

³ Campo Grande possui uma população estimada de 906.092 habitantes e 10% deles tem mais de 60 anos de idade A expectativa de vida do cidadão campo-grandense é de 73,8 anos e o IDH (Índice de Desenvolvimento Humano, utilizado como referência para avaliar ou medir a qualidade de vida de uma região) é de 0,784, sendo um dos melhores do país, considerando fatores como educação, saúde, longevidade e renda (Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística [IBGE], 2021). Entre os 5.565 municípios brasileiros, Campo Grande destaca-se por ser considerada a 100º cidade mais desenvolvida (Atlas Brasil, 2013 & Programa das Nações Unidas para o Desenvolvimento [PNUD], 2010). Para além das informações oficiais e científicas, em 2019, Campo Grande foi considerada a 7º capital mais feliz para se viver no país (Revista Bula, 2019).

⁴ A COVID-19 é uma doença causada pelo Coronavírus, denominado SARS-CoV-2, e apresenta um espectro clínico que varia de infecções assintomáticas a quadros graves. De acordo com a Organização Mundial de Saúde, cerca de 80% dos pacientes com COVID-19 podem ser assintomáticos ou apresentar sintomas leves, e aproximadamente 20% dos casos detectados requerem atendimento hospitalar por apresentarem dificuldade respiratória (Ministério da Saúde, 2020).

⁵ A participante residia na cidade de Sonora-MS, e teve conhecimento da pesquisa através de parentes de Campo Grande, em cuja casa estava hospedada. Interessada pelo tema, entrou em contato e se ofereceu para participar. Eu a entrevistei pessoalmente no local da hospedagem, no dia 13 de março de 2020.

interna do seu objeto de estudo – que também é sujeito – em todas as suas conexões e interconexões” (Minayo, 2015). Assim, considero que tenha sido bem sucedida tanto a seleção dos participantes, quanto a coleta de dados.

Os participantes foram escolhidos de acordo com os seguintes critérios de inclusão/exclusão: pessoas com idade entre 60 e 65 anos que estivessem em boas condições físicas e mentais para participar de uma entrevista com duração estimada de uma hora e aptas a expressar verbalmente suas vivências sobre o tema, que aceitassem ter sua entrevista gravada em áudio, que participem da pesquisa por livre e espontânea vontade mediante leitura, compreensão e assinatura do TCLE (Termo de Consentimento Livre e Esclarecido – Apêndice C) e TAGV (Termo de Gravação de Voz – Apêndice D), e que não tivessem nenhum tipo de vínculo pessoal com esta pesquisadora.

A busca de participantes para a pesquisa teve início assim que o projeto de pesquisa foi autorizado pelo Comitê de Ética (autorização em anexo - Apêndice A). Foram enviados convites de participação através de redes sociais (grupos de WhatsApp, Facebook, Instagram) e meus contatos pessoais. No convite havia um resumo dos objetivos da pesquisa, a forma como a participação ocorreria, nome da Universidade (UCDB) e do Programa de Pós-Graduação (PPG em Psicologia da Saúde) e meu contato telefônico.

Dos cinco participantes, dois (Débora e Abigail – nomes fictícios), tiveram conhecimento da pesquisa através de indicação de conhecidos e os demais (Ana, Ester e Saul – nomes fictícios), viram o convite em diferentes grupos de WhatsApp e enviaram mensagens se dispondo. Cada participante foi contatado por telefone antes da entrevista. Nesse contato me identifiquei como aluna do Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Saúde (Mestrado), da Universidade Católica Dom Bosco (UCDB) e apresentei a proposta da pesquisa, seu tema e objetivos. Investiguei se o candidato atendia aos critérios de

inclusão/exclusão e deixei-o livre para fazer quaisquer questionamentos que achasse necessário e então decidir sua participação, marcando a data e o local da entrevista.

Encerrei a busca por participantes após a seleção de cinco pessoas, pois com a chegada da pandemia da COVID-19 durante o período da coleta de dados, em obediência às medidas de isolamento/afastamento social e o estabelecimento dos grupos de risco, foi necessário parar as entrevistas, já que todos os candidatos faziam parte do grupo de pessoas mais vulneráveis. Até aquele momento, 10 pessoas haviam se candidatado.

Ainda que este relato seja de apenas um ano atrás, destaca-se que no período em que as entrevistas foram realizadas, o trabalho remoto ainda não era tão comum e óbvio como acontece atualmente e por isso, diante de todas as indefinições e inseguranças da época, este recurso não foi utilizado para completar o número de entrevistados almejado no projeto de pesquisa. A pandemia era uma novidade assustadora e a partir de então, toda a sociedade passaria por mudanças e ajustes em várias esferas, tanto para a preservação da vida, quanto para a manutenção do trabalho e também dos modos de desenvolver partes de uma pesquisa, como a entrevista.

Segundo a Secretaria de Saúde de Campo Grande (SESAU, 2020), a primeira morte por COVID-19 na cidade ocorreu no dia 13 de abril, mas tudo que sabíamos é que pessoas com mais de 60 anos e aquelas com comorbidade, eram as mais vulneráveis ao vírus, sendo consideradas como o maior grupo de risco da época. As notícias vindas de outros estados e países, bem como as cenas divulgadas pelos meios de comunicação, de pilhas de caixões aguardando sepultamento em países europeus, principalmente na Itália, causavam terror e muito medo. Eu mesma fiquei bastante insegura e confusa e não quis arriscar. Naquele momento, em que o conhecimento sobre o vírus da COVID-19 e todas as implicações de viver uma pandemia eram ainda superficiais, considerei inadmissível colocar em risco a vida de uma pessoa com mais de 60 anos, por causa da minha pesquisa. Pensei nas pessoas que eu

mesma conhecia com essa idade, pensei na minha responsabilidade pessoal, no nome da minha orientadora e da Universidade e decidi seguir a pesquisa com os participantes que já havia entrevistado.

Durante a busca por colaboradores me deparei com alguma resistência de pessoas que tinham o perfil do público-alvo. As mulheres eram mais curiosas, queriam saber sobre o assunto, faziam questionamentos e comentários, ainda que se negassem a participar. Apenas dois homens realmente se interessaram em conversar comigo e somente um deles participou da pesquisa. Apesar de haver interesse pelo tema, havia também uma indisposição ou desconforto quanto ao fato de serem identificados como idosos ou falarem da própria idade, as mulheres claramente demonstravam seu incômodo e os homens se afastavam. Ouvi piadas, recusas e ironias, falas do tipo: “não quero nem saber desse assunto”, “depois de uma idade, não se fala a idade”, “não sou velho para falar sobre isso”, “estou longe de ser idoso”, etc. Passei por três situações em que as pessoas, todas indicadas por certamente estarem dentro dos critérios de inclusão relacionados à idade, afirmaram ter menos de 60 anos, justificando assim sua impossibilidade de participar da pesquisa. Conversei com quase 30 pessoas sobre a importância do tema e minha motivação, mas depois de ouvirem tudo, ou negavam que eram idosos ou simplesmente não retornavam o contato. Outra situação que vivenciei foi a de pessoas que até me atendiam, mas afirmavam ter vergonha de se revelarem idosas e preferiam seguir a vida sem esta identificação, não divulgando sua idade. Abordei uma senhora que prestava serviços no prédio onde resido, contei sobre minha pesquisa e perguntei sua idade, incomodada, ela me chamou para um lugar mais afastado e me disse bem baixinho que era constrangedor ser chamada de idosa, pedindo para que eu não a procurasse mais.

Muitas pessoas, ao saber do tema, sendo ou não parte do público-alvo, achavam estranho ou curioso, me questionavam sobre qual o sentido e a relevância de pesquisar sobre “gente velha” ou “gente que espera o fim”, como ouvi algumas vezes. Com raras exceções, a

maioria absoluta das pessoas com quem conversei não sabiam sobre as mudanças no perfil do envelhecimento populacional e nem das consequências dele em suas vidas, na sociedade, no país e no mundo, seja no presente ou no futuro.

Por outro lado, cerca de dez pessoas com mais de 65 anos me procuraram com avidez, para contar sua experiência com a passagem do tempo. Por fim, cinco pessoas que atenderam os critérios de inclusão/exclusão, tendo tomado conhecimento do tema e das condições para participar da pesquisa, formaram o grupo de participantes.

2.4 A Realização das Entrevistas

Para o procedimento de coleta de dados optei pelo uso da entrevista semiestruturada, considerando-a como recurso ideal para alcançar os objetivos desta pesquisa. Este tipo de entrevista é caracterizado pela utilização de um roteiro de perguntas básicas em relação ao assunto investigado, permitindo a flexibilização de novas perguntas durante a entrevista para estimular a espontaneidade do entrevistado e o levantamento de dados inéditos ou imprevistos. O roteiro de perguntas é construído de maneira coerente com os objetivos do estudo e aplicado com informalidade, pois sua função é tanto coletar dados, quanto ser eixo organizador da relação entre pesquisador e entrevistado, já que a relação estabelecida é tão importante quanto os dados levantados (Manzini, 2004).

Apesar da informalidade, o entrevistador possui um objetivo e deve manter a conversa dentro do tema investigado, podendo realizar perguntas adicionais para manter claro o foco, caso haja um desvio do tema da conversa. Algumas vantagens relevantes a este tipo de entrevista referem-se à delimitação do tema investigado, o que reduz o volume de informações não relevantes aos objetivos almejados e a possibilidade de formar uma amostra mais coerente com o que se busca investigar, dando abertura para o esclarecimento de

dúvidas do entrevistado e interpretações erradas quanto ao que é perguntado durante a própria entrevista, não havendo uma rigidez quanto ao tempo de duração (Bonj & Quaresma, 2005).

Especificamente na pesquisa de inspiração fenomenológica, a entrevista semiestruturada deve ter um roteiro de perguntas que promova respostas descritivas quanto ao fenômeno em questão, favorecendo ao pesquisador o encontro com os significados que os participantes atribuem às suas experiências, abrindo precedentes para novas perspectivas de análise e interpretação de ideias sobre a realidade do fenômeno (Manzini, 2004).

Todas as entrevistas aconteceram no mês de março de 2020 e no dia de cada encontro, após o *Rapport*, cada participante preencheu uma ficha com informações de seus dados pessoais (Apêndice B), leu e assinou o TCLE e o TAGV, ficando com uma cópia de cada um. Todas elas foram realizadas individualmente, em datas diferentes e apenas por mim, em locais e horários diferentes segundo a escolha de cada participante, não havendo tempo mínimo ou máximo estabelecido, conforme tabela abaixo. Entre recepção, preenchimento de documentos, entrevista e encerramento cada encontro teve cerca de uma hora de duração.

Para compreender os significados que permeiam a experiência do ser idoso aos 60 anos, após as aprovações necessárias, cinco pessoas com idade entre 60 e 64 anos foram entrevistadas a partir de um roteiro com três perguntas disparadoras, quais sejam:

- 1) Você completou 60 anos recentemente, legalmente tornou-se um idoso, como este novo status social afeta sua vida?
- 2) Ser considerado legalmente idoso ao ter completado 60 anos trouxe alguma mudança na maneira como você se percebe?
- 3) O que significa para você ter 60 anos e ser considerado legalmente idoso?

Ao término de cada encontro, a entrevista gravada foi integralmente transcrita (conforme autorizado no TCLE e TAGV) e submetida aos passos do método de pesquisa.

Débora foi entrevistada em sua residência após seu expediente de trabalho. Abigail foi entrevistada na residência de sua filha, no período da manhã. Saul foi até meu prédio no período da tarde e foi entrevistado em uma sala utilizada como *lan house*. Ester foi entrevistada em seu consultório à tarde, em uma brecha entre seus atendimentos e a Ana foi até minha residência em um fim de tarde.

Cada entrevista configurou um encontro singular, com significados bastante diversos. As pessoas que aceitam colaborar, se expõem confiadamente a este outro estranho que as entrevista. Houve momentos de emoção, lágrimas e sorrisos, memórias raras e valiosas e até indignação. Foi muito difícil para mim a experiência de ouvir sem intervir, já que a psicóloga que sou é mais experiente que a entrevistadora/pesquisadora.

2.5 Condutas para a Escuta, Transcrição e Análise das Entrevistas

Considerando que esta pesquisa tem como proposta metodológica a análise fenomenológica, para proceder a análise das entrevistas, foi escolhido o método fenomenológico de pesquisa proposto por Amedeo Giorgi (Giorgi & Sousa, 2010; Andrade & Holanda, 2010).

Durante o procedimento de síntese das unidades de significado é essencial examiná-las à luz da técnica da variação livre imaginária, buscando captar a essência da tomada de consciência do sujeito quanto a sua experiência com o fenômeno estudado, em outras palavras, deve-se procurar as características em que a identidade do fenômeno se apresente constante ou invariável, a descoberta da essência (Giorgi & Sousa, 2010).

A primeira medida para iniciar a análise dos dados foi transcrever integralmente cada entrevista, tarefa totalmente realizada por esta pesquisadora. Com as transcrições prontas, cada entrevista passou pelas quatro etapas propostas pelo método escolhido (Andrade & Holanda, 2010; Giorgi & Sousa, 2010):

1. Inicialmente o foco foi ler e reler a entrevista transcrita, de forma atenta e cuidadosa, com o objetivo apreender o sentido do todo trazido pelo entrevistado;
2. Após a apreensão do todo trazido pelo entrevistado, foi realizada uma nova leitura da transcrição, agora focada no fenômeno estudado e nos objetivos da pesquisa, na busca de unidades de significado que iam se revelando em mudanças psicologicamente sensíveis de significados trazidos pelo participante. A transcrição foi então dividida em partes numeradas, as unidades de significado, que surgiram cada vez que percebi que o entrevistado trouxe um sentido novo ao que descrevia.
3. As unidades de significado, que ainda estavam escritas na expressão cotidiana do participante, foram transformadas em linguagem psicológica com destaque para o fenômeno estudado, havendo uma tentativa de expressar o sentido psicológico nelas contido. Nessa etapa houve um esforço para compreender o que exatamente o participante quis expressar. Através de questionamentos sucessivos, duvidei do que lia e empreendi um processo contínuo de refinamento daquilo que o participante expunha na entrevista, até que se consegui chegar em significados psicológicos, que tornavam explícito o que estava dito e não aparecia objetivamente.
4. Na última etapa do método, as unidades de significado já transformadas em linguagem psicológica, foram sintetizadas e transformadas em uma declaração consistente daquilo que consegui apreender quando me colocava entre o conteúdo analisado e os objetivos da pesquisa.

Nesse ponto, cheguei aos dois tipos de estruturas importantes para a compreensão do fenômeno: a estrutura específica da experiência, que traz uma declaração pessoal da experiência vivida de cada participante e a Estrutura Geral da Experiência, que é uma síntese

das unidades de significado extraídas de todas as entrevistas, revelando a essência do fenômeno e que serão discutidas teoricamente. Para melhor ilustrar a transição entre as unidades de significado e a Estrutura Geral do Vivido, conforme detalhado na apresentação e descrição do método (página 63), as unidades de significado foram aglutinadas em torno de núcleos de sentido que as englobam e apresentadas em forma de fluxogramas que explicitam a Estrutura Geral do Vivido.

2.6 Dimensões Éticas do Estudo

Desde a execução do Projeto de Pesquisa, a questão da ética foi uma preocupação constante. Penso que a própria postura fenomenológica, que requer uma suspensão de juízos do pesquisador em relação ao fenômeno estudado para apreender o modo como o outro significa suas experiências relacionadas ao tema pesquisado (Branco, 2020), já é uma evidência de que a ética se faz presente, sendo fundamental acolher a experiência do outro com atenção, interesse e sem nenhum tipo de julgamento. Desde o contato inicial, realizado por telefone, o participante foi acolhido como ator principal desta construção de conhecimento, sendo informado sobre a importância de sua participação neste estudo e sobre todo o procedimento, incluindo o que se requeria dele, bem como seus direitos.

O Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE, Apêndice C), e o Termo de Autorização de Gravação de Voz (TAGV, Apêndice D), foram impressos em duas vias, tendo sido lidos e assinados antes do início da entrevista e ficando o participante com uma via. Houve espaço para esclarecimento de dúvidas e desistência. Durante a leitura foi destacado que o sigilo e anonimato em relação aos conteúdos e identidade dos participantes estariam garantidos, tanto por meio do uso de nomes fictícios, quanto através da guarda e uso adequado dos dados levantados.

Como garantia do compromisso de sigilo e anonimato dos participantes, ao longo da apresentação dos resultados, além da adoção de nomes fictícios para cada um deles/as, as

transcrições e as tabelas com as análises das entrevistas não foram anexadas ao trabalho na íntegra, sendo disponibilizados apenas trechos das entrevistas que não levem ao risco de identificação dos participantes (ou pelo menos reduzem ao máximo as chances de que isso ocorra).

O protocolo de pesquisa foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da Universidade Católica Dom Bosco (UCDB), obtendo aprovação para execução através do Parecer nº 3.902.651 em 06/03/2020 (Apêndice A), estando assim de acordo com a Resolução CNS 196/96 que aponta as Diretrizes e Normas Regulamentadoras de Pesquisas envolvendo Seres Humanos.

**CAPÍTULO 3 – A EXPERIÊNCIA DE TORNAR-SE IDOSO AO
COMPLETAR 60 ANOS E AS REPERCUSSÕES NA VIDA DO
INDIVÍDUO**

3.1 Descrição dos Resultados

Seguindo os passos do método de investigação psicológica proposto por Amedeo Giorgi e Sousa (2010), a análise de todas as entrevistas transcritas resultou em 60 unidades de significado (Apêndice K), que foram organizadas sob duas perspectivas em termos de estrutura do vivido: a Estrutura Específica da Experiência (a estrutura do vivido por cada participante) e a Estrutura Geral da Experiência (a estrutura do vivido em comum por todos os participantes).

A Estrutura Específica da Experiência emergiu da análise da entrevista de cada participante, a partir de suas unidades de significado particulares, dando origem a uma síntese descritiva. Com essa estrutura foi possível compreender como cada participante experimentou e deu significados ao fenômeno investigado neste estudo.

Conhecida a experiência pessoal de cada indivíduo, procedeu-se a busca pela Estrutura Geral da Experiência, que é caracterizada pela identificação dos aspectos comuns (invariantes) que emergem das descrições analisadas e expressam a essência das experiências subjetivas dos participantes em relação ao fenômeno estudado. Para isso, as 60 unidades de significado foram nucleadas em torno de eixos integradores, que foram denominados como núcleos de sentido (Apêndice L), possibilitando a identificação dos aspectos variantes (que se diferenciam entre os participantes) e os invariantes (comuns a todos os participantes). Ao fim da análise, foram identificados cinco núcleos de sentido, que evidenciam os constituintes gerais da experiência, os aspectos invariantes. Assim, os resultados serão apresentados da seguinte forma:

- Apresentação das unidades de significado que formam a Estrutura Específica da Experiência de cada participante, seguida de uma síntese descritiva de cada experiência;

- Apresentação das unidades de significado invariantes, que constituíram a Estrutura Geral da Experiência e uma síntese descritiva geral;
- Apresentação de diagramas elaborados para a visualização da estrutura geral do vivido, conforme cada um dos cinco núcleos de sentido formados pelos constituintes essenciais (unidades de significado invariantes) da experiência geral e exposição de trechos das falas dos participantes.

3.2 Estrutura Específica da Experiência

3.2.1 Débora – Unidades de significado que emergiram na entrevista

1. As percepções quanto à passagem do tempo estão relacionadas ao modo como o indivíduo se sente e como se percebe no mundo.
2. O indivíduo sexagenário saudável não é idoso.
3. A pessoa de 60 anos é muito ativa.
4. O exercício de alguns papéis sociais após os 60 anos estimula mudanças comportamentais.
5. Algumas mudanças que surgem são novas versões de si mesmo.
6. O indivíduo longevo valoriza e busca pelo relacionamento intergeracional.
7. Não há semelhanças entre uma pessoa com 60 anos e uma pessoa idosa.
8. A longevidade é acolhida com satisfação e orgulho.
9. O envelhecimento é primeiramente percebido através de mudanças corporais e fisiológicas.
10. A vida longeva é caracterizada por um senso de realização, de autonomia e independência.
11. O olhar da sociedade para a pessoa com mais de 60 anos pode apontar o envelhecimento antes que o indivíduo perceba-o em si mesmo.

12. Preservar a saúde física e mental desaceleram o envelhecimento e promovem qualidade de vida.

13. A aprendizagem é uma característica presente no indivíduo com mais de 60 anos.

3.2.1.1 Débora - Síntese Descritiva da Experiência

Débora tem 64 anos, é mãe, avó e bisavó, é divorciada, trabalha como empregada doméstica e vive sozinha em sua casa própria. Débora não se identifica como idosa e prefere não ser chamada assim e nem de velha, e ao apresentar sua versão do que é uma pessoa idosa e diferenciar-se dela vai relatando sua experiência de ser uma pessoa com mais de 60 anos, descrevendo como se sente afetada, as mudanças percebidas e os significados dessa experiência, não se limitando a qualquer conceito. Todo seu discurso é orientado pelo que sente, em como se percebe. Suas vivências existenciais marcam mais sua autoimagem que sua idade cronológica e a boa saúde física e mental são referenciais importantes para definir como se vive após os 60 anos. A participante descreve algumas mudanças que vem experimentando após ter completado 60 anos, referindo-se à percepção de mudanças corporais e fisiológicas e também mudanças comportamentais que estão relacionadas a alguns de seus papéis sociais. Débora esclarece que seu funcionamento psíquico não é afetado pela idade, e que o envelhecimento real ocorre quando há um declínio da saúde mental. Apesar das mudanças citadas, ela afirma que continua sendo a mesma pessoa que sempre foi, expressando um senso de satisfação e realização quanto à sua longevidade, afirmindo-se como uma pessoa livre, autônoma e independente. Para Débora, as questões de envelhecimento estão muito relacionadas ao modo de pensar de cada pessoa. Assim, para ela, aos 60 anos, a velhice não é uma realidade, e ao ser identificada socialmente como tal, sente-se surpreendida. Um ponto importante em sua experiência de ter 60 anos diz respeito às relações intergeracionais. Para ela, o relacionamento com as pessoas mais jovens é uma forma de satisfazer sua mente jovem e também de manter-se uma pessoa atualizada

socialmente. Por fim, Débora afirma que segue sempre aprendendo coisas novas, aperfeiçoando-se como pessoa no mundo.

3.2.2 Abigail – Unidades de significado que emergiram na entrevista

1. Ser considerada idosa é uma experiência social, nem sempre pessoal.
2. Aos 60 anos há um sentimento de liberdade.
3. A pessoa de 60 anos percebe-se autônoma e independente.
4. A aposentadoria contribui para uma vida livre, independente e autônoma
5. A percepção de não ser idoso interfere na forma como os direitos do idoso são usufruídos.
6. A chegada dos 60 anos impacta pela percepção de longevidade.
7. Aos 60 anos, a idade cronológica não é um parâmetro objetivo de envelhecimento.
8. A velhice também é tempo de novos aprendizados.
9. A sexagenário é um indivíduo ativo.
10. A pessoa com 60 anos tem um papel social a cumprir.
11. Aos 60 anos, as próprias vontades, os prazeres e a abertura para novas sensações ganham prioridade.
12. A autopercepção do indivíduo revela sua identidade.

3.2.2.1 Abigail - Síntese Descritiva da Experiência

Abigail tem 60 anos, é casada, mãe e avó, é agente de saúde aposentada e atualmente desenvolve o ofício de artesã e atualmente mora em casa própria, na cidade de Sonora.

Abigail completou 60 anos e não notou nada de novo ou diferente, não se identificou como idosa, mas refletiu admirada sobre ter vivido tanto tempo e sentir-se ainda a mesma pessoa. A maneira como se percebe é descrita com expressões que remetem à liberdade, autonomia e independência, não se atendo muito à idade cronológica (padrão que ela considera pouco

objetivo para identificar quem é velho ou idoso adequadamente), mas ao contexto no qual cada pessoa se desenvolve. Para Abigail, ser idoso ou velho pode ser uma experiência social e nem sempre pessoal, ela demonstra esse entendimento ao reviver uma experiência na qual, apesar de não se sentir idosa, foi tratada como tal ao ter prioridade de atendimento em uma fila, por ter mais de 60 anos. Abigail descreve-se como uma pessoa muito ativa, que apesar de ser aposentada e muito realizada com a aposentadoria e suas consequências, vive um período em que quer investir em conhecimento para cumprir seu papel social, orientando pessoas menos favorecidas e sem instrução, quanto aos seus direitos e hábitos de saúde. Ela esclarece que ser aposentada não é ser idosa. Ela percebe que a chegada desta nova fase da vida, tem despertado novos prazeres, desejos e descobertas, sentindo-se inclinada a experimentar sensações novas. Abigail conta que, por não se sentir idosa, ficou um pouco constrangida ao exercer os direitos do idoso, mas que aos poucos têm reconsiderado.

3.2.3 Saul - Unidades de significado que emergiram na entrevista

1. As faixas etárias perdem sentido diante da autopercepção do indivíduo.
2. Ser uma pessoa longeva é motivo de grande satisfação.
3. As mudanças corporais que se manifestam aos 60 anos, são usadas socialmente para rotular as pessoas como velhas ou idosas.
4. O sexagenário projeta o futuro.
5. Suas ações no mundo são autônomas e independentes.
6. A pessoa com mais de 60 anos tem uma vida muito ativa.
7. Preza-se pela liberdade e pela busca de contentamento.
8. O significado de uma convenção social, rótulo ou status só se torna real quando o indivíduo se sente ou se percebe como tal.
9. O prazer de uma vida longeva é transformado no desejo de compartilhamento das experiências vividas.

10. Aos 60 e poucos anos as pessoas aceitam-se melhor, estão satisfeitas consigo mesmas.
11. Chegar aos 60 anos implica também em vivências que permeiam a experiência de ser cidadão.

3.2.3.1 Saul - Síntese Descritiva da Experiência

Saul tem 60 anos, é papiloscopista, tem filhos, é divorciado e mora sozinho. Saul distingue o momento que está vivendo de ser idoso. Sua compreensão de uma pessoa idosa difere da imagem que tem de si mesmo, que se considera uma pessoa jovem. Para ele a vida compreendida em faixas etárias e tempo cronológico não tem muito sentido, quando comparada ao que cada pessoa percebe de si mesma, a idade de uma pessoa deveria ser contada através de suas experiências vividas. Ele não tem problema algum em ter uma vida longa, e ao contrário, se emociona ao considerar o quanto já viveu, as experiências que acumulou e tudo que pode ensinar para as outras pessoas, justamente por ser uma pessoa longeva. Olhar para trás, lembrar tudo que já experimentou e sentir-se vivo após uma longa jornada, faz com que Saul valorize muito o estar vivo, despertando o desejo de viver ainda mais, e para isso tem muitos planos. Saul sente que a passagem dos anos deu a ele confiança para olhar para si mesmo e gostar do que é, experimentando uma sensação de satisfação, de contentamento em relação à pessoa livre, independente e autônoma na qual se transformou, podendo expor-se ao mundo sem reservas, sem submeter-se a qualquer convenção social.

Para Saul, o ser humano é constituído por várias dimensões (social, espiritual, biológica, etc.), e essa constituição não pode ser apreendida por um único modo de contar o tempo e nem por um único significado. Saul considera ainda, que o modo particular com que cada pessoa se coloca diante da vida é que revela sua forma de envelhecer, não havendo uma única velhice para todas as pessoas, mas várias velhices diferentes, inclusive a velhice caracterizada por juventude, como a dele. Assim, ser velho ou idoso, a partir de uma convenção social, só

faz sentido para aqueles que em sua experiência pessoal e em sua autopercepção, se identificam como velho ou idoso, o que não é seu caso. Saul tem convicção de que até mesmo práticas sociais comuns, como a que associa determinadas características físicas com velhice, não fazem sentido nenhum para a pessoa que, como ele, mesmo sendo careca e tendo barba branca, não se percebe como velha ou idosa. A percepção tem mais relevância que o rótulo social, a experiência tem mais sentido que a idade. E, ao descrever sua experiência com o exercício dos direitos do idoso, Saul afirma emocionado que ela nada tem a ver com uma declaração de velhice, mas sim com o reconhecimento e o galardão de uma vida longeva.

3.2.4 Ester - Unidades de significado que emergiram na entrevista

1. Aos 60 anos celebra-se a vida vivida e não a idade.
2. Envelhecer é diferente de tornar-se idoso.
3. Ter 60 anos na atualidade é viver mais uma fase da vida e não a última fase, um tempo de abertura para o novo.
4. Adquire-se direitos específicos que facilitam a vida.
5. Novo reconhecimento social vinculado à aparência.
6. Desperta-se para novas formas de autocuidado.
7. Busca-se mais livremente a própria satisfação.
8. Aceita-se melhor e vive-se com mais liberdade.
9. Aos 60 anos percebe-se um declínio gradual do desempenho funcional e mudanças corporais.
10. Aos 60 anos tem-se domínio da própria vida, vive-se com autonomia e independência.
11. O sexagenário está em um momento muito produtivo da vida, desenvolvendo novas habilidades.

12. O indivíduo de 60 anos relaciona-se e experimenta troca de saberes com pessoas de todas as gerações.
13. A pandemia trouxe uma percepção de vulnerabilidade, relacionada à idade, até então não sentida.
14. Viver bem aos 60 anos pressupõe planejamento para aproveitar e lidar com as especificidades desse momento, é uma ótima fase da vida.
15. A longevidade traz um agregado de experiências e há muito para ser compartilhado.

3.2.4.1 Ester - Síntese Descritiva da Experiência

Ester tem 61 anos, é psicóloga aposentada do serviço público, mas ativa no serviço particular. É mãe, divorciada e mora sozinha em casa própria. Embora tenha uma consciência muito ampliada quanto ao próprio processo de envelhecimento e das mudanças e transformações que tem experimentado após os 60 anos, não se considera uma pessoa idosa. A chegada dos 60 anos foi comemorada pelo momento bom que está vivendo e não por causa da idade cronológica em si mesma. Ester celebrou a vida e não a idade. Ela percebeu que completar 60 anos na atualidade, diferente de anos atrás, não representa chegar ao fim da vida, mas começar a viver uma nova fase. Ao identificar-se como uma pessoa com autonomia e independência, que vive sozinha e que administra a própria vida, ela diferencia-se daquilo que considera ser uma pessoa idosa. Define-se como uma pessoa útil socialmente, que pode ajudar outras pessoas. Ester enfatiza que vive um ótimo momento de sua vida, que tem desenvolvido novas habilidades e que ao relacionar-se com pessoas de todas as idades tem experimentado trocas de conhecimento muito importantes ao seu desenvolvimento existencial, tanto aprende, quanto ensina. Ela percebeu que esta nova fase da vida é marcada por muitas transformações, tanto orgânicas quanto existenciais, levando-a a reinventar-se diante das novas demandas e das novas oportunidades. O desempenho funcional promove

uma redução gradual de força e agilidade gerando algumas limitações, que segundo Ester podem transformar-se em oportunidade de vivenciar novas formas de estar no mundo. A aparência física também sofre mudanças, mas é uma fase em que o bem-estar e a beleza ganham novos conceitos. Contudo, ela comprehende que é preciso planejar o envelhecimento, ajustar-se às mudanças e desenvolver novas formas de autocuidado que apreendam as especificidades dessa fase. Existencialmente, Ester percebe que continua sendo a mesma pessoa que sempre foi, que a idade cronológica não afeta sua essência, ainda que favoreça novos pontos de vista, novas atitudes e novas formas de viver. Ester descreve que sua vida sexagenária é marcada por liberdade e aceitação, de menos sujeição a padrões e normas de beleza exigidos socialmente e uma atitude de vida que visa o bem-estar e o prazer. Há um processo de ressignificar valores e rever prioridades, culminando em escolhas mais conscientes e mais pautadas nas necessidades do presente. Ela conta que, dentre suas descobertas nessa nova fase, o exercício do direito dos idosos foi algo muito bom e que a única coisa que realmente considera negativa, nesse momento da vida, é a percepção de vulnerabilidade e finitude que a pandemia da COVID-19 despertou.

3.2.5 Ana – Unidades de significado que emergiram na entrevista

1. A pessoa que completa 60 anos muda de idade cronológica, mas segue sendo a mesma pessoa, não há um novo significado para esta idade.
2. A sociedade rotula as pessoas segundo sua idade, mas o indivíduo nem sempre se reconhece através desses rótulos.
3. Os direitos do idoso são significados de diferentes maneiras pelos indivíduos maiores de 60 anos.
4. Assumir-se idoso publicamente é expor-se ao etarismo.
5. Experimenta-se um viver mais livre e mais orientado para a satisfação das próprias vontades.

6. A aposentadoria e a chegada dos 60 anos são dois momentos muito significativos que promovem mudanças na vida do indivíduo.
7. O indivíduo sexagenário não se identifica com o termo idoso e suas representações.
8. Há uma percepção de autonomia e independência.
9. Aos 60 anos há novos projetos de vida.

3.2.5.1 Ana - Síntese Descritiva da Experiência

Ana tem 63 anos, é defensora pública aposentada, advogada atuante, divorciada e mãe. Afirma não ter se tornado idosa ao completar 60 anos, para ela foi um aniversário como qualquer outro. Contudo, socialmente, a chegada dos 60 anos foi notada como uma data diferenciada e ela foi identificada como idosa, embora não concorde e não aprecie, temendo inclusive, ser vítima de algum tipo de discriminação social pela idade. Para Ana, a pessoa idosa tem características muito específicas com as quais ela não se identifica. Aos 64 anos de idade, ela enfatiza sua autonomia e independência, descrevendo viver uma fase em que suas ações no mundo têm sido permeadas por novos sentidos, que tem emergido gradualmente após os 60 anos. Ela percebe que tem vivido momentos de maior liberdade, em que suas vontades são priorizadas, despertando para novas possibilidades. O exercício do direito do idoso, por exemplo, é uma situação na qual Ana reviu seus conceitos e mudou de opinião, permitindo-se usufruí-los, ainda que não se considere idosa. Ela compreendeu que a longevidade e sua contribuição social durante a vida legitimam o direito e não a condição que ela atribui a uma pessoa idosa.

3.3 Constituintes Essenciais da Experiência Geral

1. Não há vinculação entre “uma pessoa com 60 anos” e “uma pessoa *idosa*”.
2. A autopercepção do indivíduo revela sua identidade.

3. O significado de uma convenção social, rótulo ou status só se torna real quando o indivíduo se sente ou se percebe como tal.
4. Envelhecer é diferente de tornar-se idoso.
5. O indivíduo sexagenário não se identifica com o termo idoso e suas representações.
6. As percepções quanto a passagem do tempo, estão relacionadas ao modo como o indivíduo se sente e como se percebe no mundo.
7. Aos 60 anos, a idade cronológica não é um parâmetro objetivo de envelhecimento.
8. As faixas etárias perdem sentido diante da autopercepção do indivíduo.
9. Aos 60 anos celebra-se a vida vivida e não a idade.
10. A pessoa que completa 60 anos muda de idade cronológica, mas segue sendo a mesma pessoa, não há um novo significado para esta idade.
11. A vida longeva é caracterizada por um senso de realização, de autonomia e independência.
12. A pessoa de 60 anos percebe-se autônoma e independente.
13. Suas ações no mundo são autônomas e independentes.
14. Aos 60 anos tem-se o governo da própria vida.
15. Há uma percepção de autonomia e independência.
16. A aprendizagem é uma característica presente no indivíduo com mais de 60 anos.
17. A velhice também é tempo de novos aprendizados.
18. O sexagenário projeta o futuro.
19. Ter 60 anos na atualidade é viver mais uma fase da vida e não a última fase, um tempo de abertura para o novo.
20. Aos 60 anos há novos projetos de vida.
21. O olhar da sociedade para a pessoa com mais de 60 anos pode apontar o envelhecimento antes que o indivíduo o perceba em si mesmo.

22. Ser considerado idoso é uma experiência social, nem sempre pessoal.
23. As mudanças corporais que se manifestam aos 60 anos são usadas socialmente para rotular as pessoas como velhas ou idosas.
24. Novo reconhecimento social vinculado à aparência.
25. A sociedade rotula as pessoas segundo sua idade, mas o indivíduo nem sempre se reconhece através desses rótulos.

3.4 Estrutura Geral da Experiência

Para este grupo de pessoas, tornar-se idoso, ao completar 60 anos, não é uma realidade percebida como uma experiência pessoal. Nenhum dos cinco participantes se identificou como idoso, termo que foi utilizado nas três perguntas da entrevista. Apesar dessa não identificação, os participantes responderam todas as perguntas, expressando como vivem a experiência de “ser uma pessoa com mais de 60 anos”, diferenciando-a da experiência de ser uma pessoa idosa.

Contar o tempo a partir de uma subjetividade apresentou-se como algo diferenciado, maior e mais significativo que consultar o calendário e fazer cálculos que apenas somem os anos cronológicos. Trata-se de uma experiência íntima e pessoal atravessada por percepções e sensações, mas também pela história de vida, pela existência em um contexto sociocultural e as repercuções desse viver em sociedade.

A reflexão sobre chegar aos 60 anos está mais relacionada à longevidade, ao contentamento de estar vivo por tanto tempo e por ainda ter muito para viver, do que a um referencial social ou etário que divida a existência em períodos, fases ou qualquer outra divisão fora da esfera do vivido. Apesar disso, a chegada dos 60 anos pode levar a algum tipo de reflexão, que remete ao sentido da longevidade, envolvendo o que foi agregado em experiências de vida, as atitudes para a vida no presente e uma visão de projetos futuros.

Quanto à passagem do tempo, percebe-se ainda que os significados que emergem da experiência pessoal de uma vida longeva são muito singulares sendo originados a partir de vários referenciais. A idade cronológica, por exemplo, não se apresenta como um referencial ideal para expressar experiências pessoais, conta-se o tempo ou qualifica-se a passagem dele, a partir das experiências vividas e acumuladas por toda a história de cada pessoa. A autopercepção surge em detrimento da cronologia, a forma como cada pessoa se sente e se percebe no mundo ganha relevância no momento em que se reflete sobre o que se é e como se vive após os 60 anos.

Ser idoso para essas pessoas, tem o sentido comum de perda de autonomia e independência, representando o exato oposto do que descrevem de suas vivências, uma vez que se identificam como pessoas que estão no auge de sua capacidade de administrar a própria vida, estando aptas a fazer escolhas, tomar decisões, sem nenhum tipo de comprometimento físico ou mental que as incapacite para a realização de suas atividades cotidianas.

A partir dessa diferenciação entre o que é uma pessoa idosa e como vive uma pessoa de 60 anos ou mais, surgem outras formas de diferenciação que ao mesmo tempo em que caracterizam o que se considera uma pessoa idosa, revelam o que é e como vive uma pessoa sexagenária na atualidade. As descrições que apresentam os vários modos de viver aos 60 anos ou mais, são marcadas por expressões que remetem à vontades, às possibilidades de possibilidade de aprender e experimentar coisas novas e atualizar-se, à vida vivida ativamente e também às situações vividas em sociedade que afetam a experiência de uma vida longeva.

O sexagenário que vivencia a experiência da longevidade, vivencia uma importante conquista da sociedade moderna, que além de aumentar significativamente seu tempo cronológico de vida, muda os antigos parâmetros indicadores de finitude: o sexagenário

percebe que a vida não chegou ao fim, despertando para as possibilidades que vão se revelando durante sua existência longeva.

Nesse processo de abertura simultânea para a possibilidade de mais tempo de vida e para o novo, simbolizando presente e futuro, o indivíduo com 60 anos ou mais descobre-se apto a aprender, a conhecer, a se desenvolver, lançando-se ativamente em atividades diferentes, que requerem o exercício de sua capacidade cognitiva, que se apresenta preservada e potente.

As descrições sobre como é viver aos 60 anos são de caráter predominantemente autoperceptivo, os indivíduos sexagenários se identificam com suas sensações, se localizam e se movimentam no mundo a partir do que percebem e sentem de si mesmos, criando suas próprias representações. Contudo, como pessoas inseridas no mundo, parte de uma cultura e sociedade, vivem situações em que a autopercepção e as convenções socioculturais são confrontadas. Nesse contexto, a autopercepção de “não ser idoso” é questionada por situações nas quais foram surpreendidos ao serem reconhecidos como pessoas idosas ou mais velhas. São situações que evidenciam momentos em que a autopercepção não estava em harmonia com a convenção social, disparando reações diferentes e também reflexões sobre possíveis mudanças que a sociedade percebeu e apontou, mas que o indivíduo ainda não experimentava.

3.5 Núcleos de Sentido

Para ilustrar a estrutura geral do vivido que emergiu neste estudo, foi organizado um material descritivo em formato de fluxograma e diagramas. O fluxograma ilustra o tema central deste estudo e os cinco eixos temáticos que emergiram da análise dos dados, juntamente com suas unidades de significado. Os cinco diagramas representam os principais temas que emergiram da análise dos dados, a partir das 25 unidades de significado que deram

origem à estrutura geral do vivido e que foram nucleadas em torno de eixos integradores, nomeados como núcleos de sentido (NS).

Figura 1

Ilustração da Estrutura Geral do Vivido

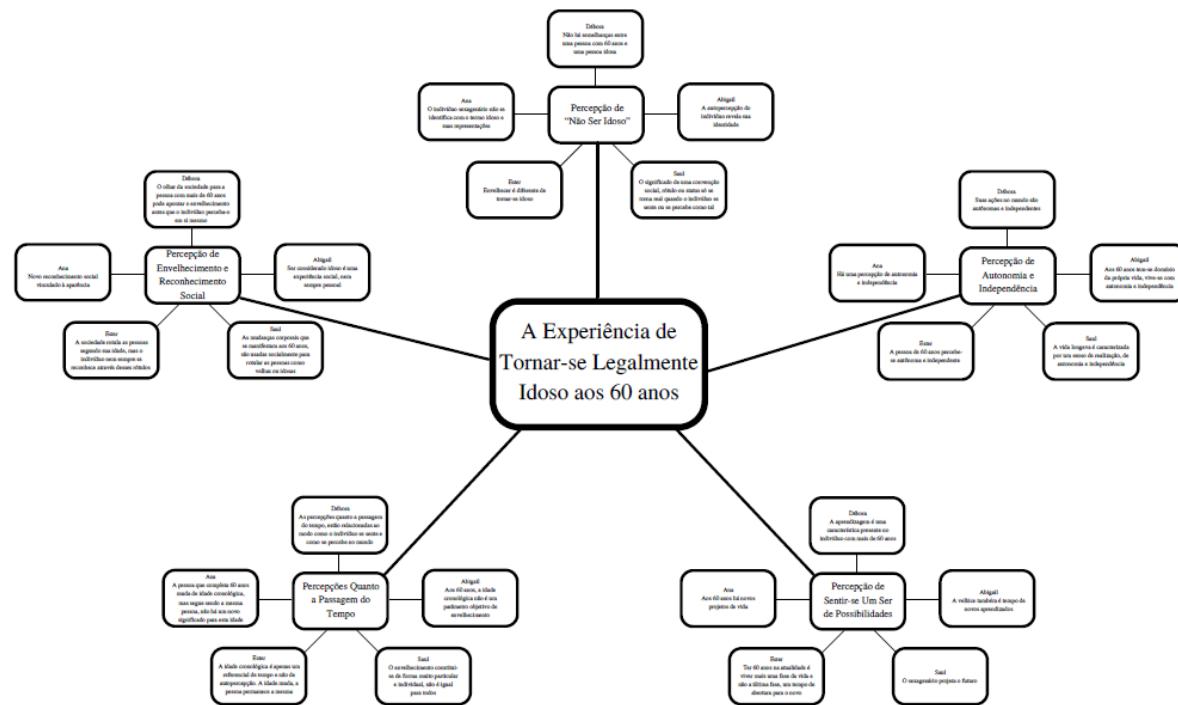
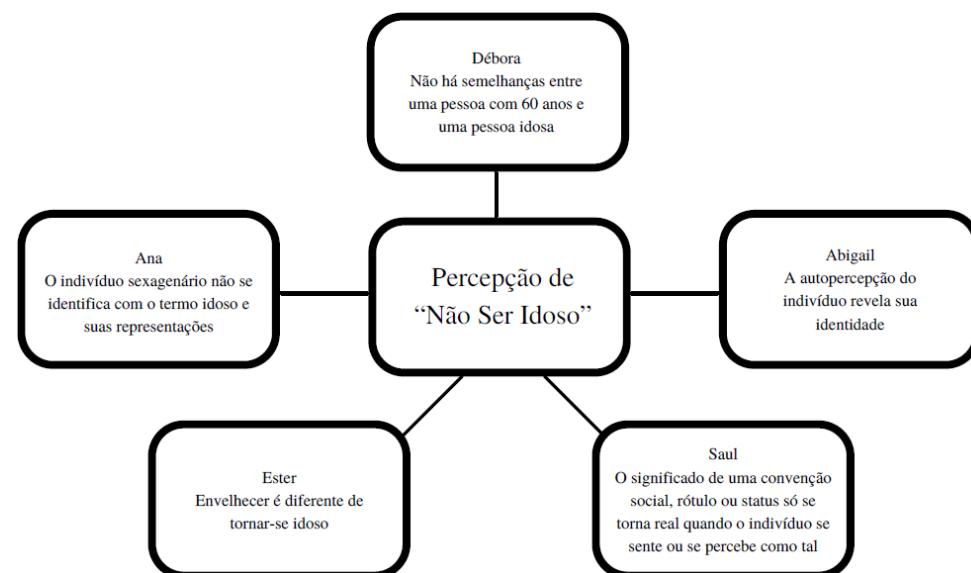


Figura 2

Núcleo de Sentido Relacionado à Percepção de “Não Ser Idoso”



O primeiro núcleo de sentido – percepção de não ser idoso - contempla as unidades de significado e os conteúdos das entrevistas que melhor descrevem como os participantes vivenciaram a experiência de tornarem-se legalmente idosos ao completarem 60 anos de idade. Ele emerge da primeira pergunta da entrevista com os participantes, a qual questionava como o tornar-se idoso legalmente afetava suas vidas. Em consenso, todos responderam que não foram afetados, pois não se sentiam pessoas idosas e, para expressarem o que pensavam de si mesmos, iam articulando suas falas entre apontar o que eles compreendiam ser uma pessoa idosa e diferenciar-se delas, como pode ser visto nos trechos das entrevistas. Esse comportamento foi repetido em relação às duas perguntas seguintes, num movimento expressivo daquilo que percebem de si mesmos e daquilo que rejeitam como característica cultural, legal, biológica ou social comumente atribuída a uma pessoa com idade entre 60 e 65 anos.

De maneira geral os participantes sabem da relação legal entre fazer 60 anos e ser considerado idoso, mas enfatizam que ser caracterizado legalmente não modifica ou afeta a forma como se percebem e vivenciam sua idade sexagenária, diferenciando rótulo, status legal ou representação social de autopercepção. As reações às perguntas foram diferentes e as respostas possuem alguma semelhança, mas a essência delas é que não são idosos e, portanto, não conhecem essa experiência e não podem falar dela, seja de mudanças ou significados. O que ocorreu foi que, naturalmente, eles foram trazendo um novo sentido para a própria pesquisa, identificando-se segundo suas percepções e conceitos particulares e, a partir daí, descrevendo suas experiências, não como pessoas idosas, mas de ser quem são, na idade que tem.

Inicialmente a participante Débora teve uma reação de irritação às perguntas, suas expressões faciais e corporais eram tensas e seu tom de voz aumentava em sonoridade e velocidade conforme respondia, o que foi suavizando na medida em que ela expressava o

modo como se percebia e as qualidades que a caracterizavam como uma mulher sexagenária não idosa. Ela fez várias colocações sobre não ser idosa e sobre o que é uma pessoa idosa. Em todo seu discurso prevaleceu a diferenciação entre uma pessoa idosa e uma pessoa com 60 anos ou mais, chegando a afirmar que “não há velhice aos 60 anos”, embora refira-se a pessoas que, como ela, sejam saudáveis e lúcidas, tal qual aparece nesses fragmentos de suas falas:

“Eu não me vejo idoso, não sei nem te responder, que eu não consigo me ver, não aceito ser idosa. [...] Eu não sou idosa” (DÉBORA)

“Eu não sou idosa. Porque idoso é aquele que põe na mente....na cabeça.... ah eu sou idoso, eu tenho que me poupar.... não, eu num. Idoso é aquele que já não tem mesmo condições de andar sozinho, de fazer nada, de não enxergar direito. [...] Tô longe de ser idosa (risos)” (DÉBORA)

“O problema do ser humano, é que completa 60 anos já acha que é um idoso, idoso na minha cabeça é só a partir dos 90 anos, que o idoso verdadeiro, é aquele que depende de um copo d’água, que não enxerga, que não consegue andar normalmente como eu e você...você entende? Aí é um idoso, não tem a lucidez mais, como eu tenho, qualquer pessoa saudável de 60 anos, ela é lúcida, não tem velhice ali nos 60 anos.” (DÉBORA)

Abigail acabou de ser aposentada e experimenta um momento da vida com muitas descobertas, como a liberdade financeira e o contato com novas atividades e hábitos, sua fala é alegre e vigorosa, cheia de esperança e vida. Para ela o surgimento da pessoa idosa aponta para uma idade próxima aos 70 anos, embora mude isso durante a entrevista, e também para as diferenças geográficas e sociais onde a pessoa se desenvolve. Ela afirma que não se sente uma pessoa idosa e toda sua fala é permeada pela autopercepção.

“Não, eu percebo assim, que é, idoso, é acima de 70 anos, 65, que nem você tava comentando, dependendo da região, porque eu mesmo não me sinto idosa de jeito nenhum, então os benefícios do idoso, pra mim tá sendo tipo uma liberdade, né porque eu não me sinto como idosa. Ainda não.” (ABIGAIL)

Saul deixou claro que o status social de idoso não afeta sua vida e que não pode descrever uma experiência que não vive, ainda que tal status refira-se a algo legalmente garantido. Ele afirma ser um jovem de 60 anos, cuja convicção de juventude não o deixa envelhecer. Para justificar que não é idoso Saul descreve que desde os 30 anos não sente mudanças em seu corpo ou em seu desempenho sexual e que suas dimensões genéticas e

espirituais não envelheceram e que a pessoa idosa é aquela que envelheceu e perdeu o governo de si mesma, o que não ocorreu em sua experiência pessoal.

“Nada porque eu não me sinto assim, difícil te dar ou mensurar o sentimento de uma coisa que você não consegue vivenciar, porque você não se sente assim. [...] como é que você vai mensurar isso? Como que eu vou omitir uma opinião, você gosta de jaca? se você nunca comeu uma jaca! (bate as mãos uma na outra fortemente). [...] P. Você é bem convicto disso mesmo? [...] Muito, e acho que é por isso que eu não envelheço.” (SAUL)

“Absolutamente em nada, é, é, não querendo nenhuma conotação machista ou sexualmente falando, eu hoje com 60 anos, me sinto da mesma forma quando eu tinha 30, quando eu tinha 40 ou quando eu tinha 50. [...] fisicamente eu sou um cara de 30 anos num corpo de 60 (risos). [...] Graças a Deus, me sinto lisonjeado por isso, geneticamente e espiritualmente [...] eu sou jovem. [...] Eu sou um jovem de 60 anos” (SAUL)

“O dia que eu for velho aí eu não dirijo mais, eu não me controlo mais, eu não me cuido mais, eu não vou poder fazer as coisas que eu ainda faço, eu viajo de motociclista, de motocicleta pelo Brasil, eu viajo pela América do Sul, e se fosse idoso, não faria isso.” (SAUL)

Ester inicia sua descrição demonstrando que ao completar 60 anos houve uma mudança na sua idade cronológica que não fez dela uma pessoa idosa, alegando ter motivos para celebrar sua nova idade e o momento bom que vive, mas diferenciando-se da pessoa idosa com a alegação de que idosos precisam de cuidadores e ela não. Diferente dos outros participantes, Ester identifica-se como uma pessoa velha ou mais velha e não vê problema algum nisso, porque atribui um valor ao envelhecimento que segundo ela, não é pertinente à pessoa idosa.

“Eu dormi com 59, acordei com 60, pronta para fazer uma festa junto com minhas amigas e satisfeita, porque eu tô num momento muito bom da minha vida, só que eu não acordei idosa, eu acordei velha, mais velha, [...] porque, dormir com 59 e acordar com 60 não diz grande coisa né, a mesma coisa, um dia depois do outro só,” ... [...] *porque eu acho que o idoso precisa de cuidador e eu não preciso e acho que, provavelmente não vou precisar tão cedo de um cuidador. [...] Dentro da minha cabeça, o velho é o gasto, né, com o tempo ele foi se gastando, mas ele não perdeu seu valor, ele continua tendo e foi acrescentando não é, mais valor...”* (ESTER)

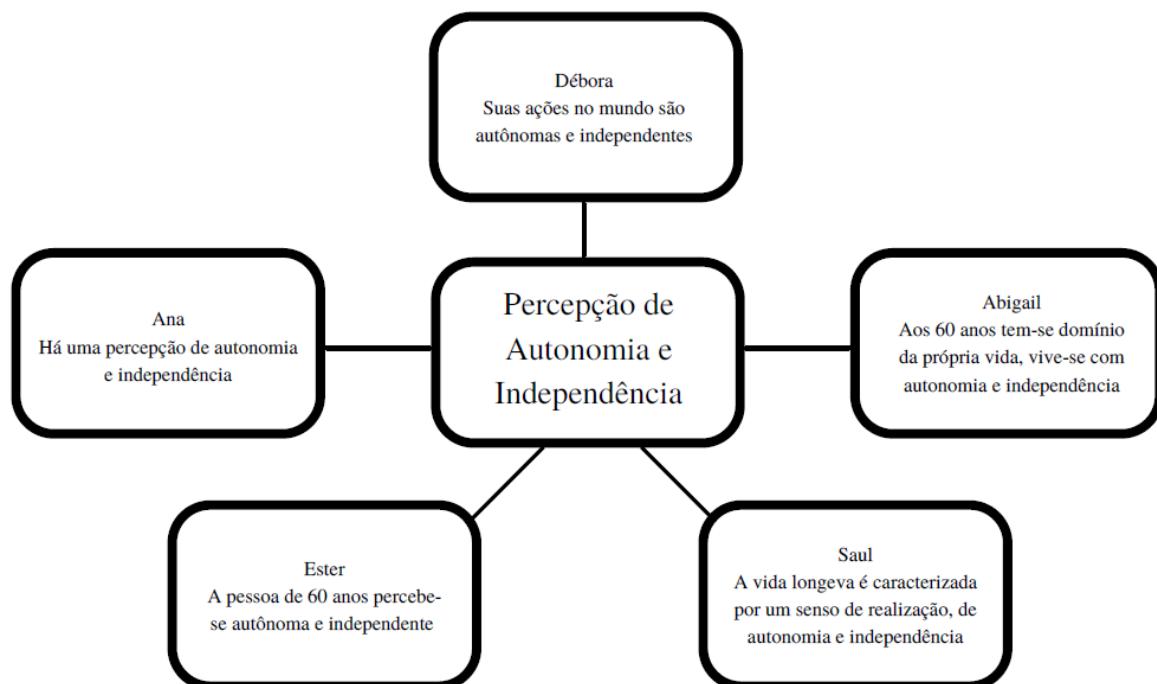
Ana, assim como Débora, também iniciou sua fala com insatisfação quanto ao fato de ser considerada idosa, seja legalmente ou não. Não gosta de ter sua imagem associada à de uma pessoa idosa e também afirma que ser idoso e ter 60 anos são situações distintas. Para Ana o idoso é um indivíduo dependente, que precisa dos outros para viver e que isso em nada a representa. Para participar da pesquisa Ana me procurou em particular e compartilhou que a associação do termo idoso, com sua idade e condição é algo prejudicial e constrangedor. Sua

participação foi quase um tipo de militância, pois seu objetivo foi revelar o quanto, a partir de sua experiência, ter 60 anos e ser uma pessoa idosa não são situações comuns e naturais.

“Não, não sou, não sou idosa. [...], mas eu acho que eu nunca vou me sentir idosa. [...] Eu tenho 60, mas não sou idosa. [...] Ser idoso é precisar de, é ficar um pouco dependente, depender, ser idoso representa ficar dependente. [...] Minha mãe é, é, é idosa. Pra mim essa idade já é idoso (a mãe dela tem 88 anos) [...], porque, na minha cabeça o idoso, ele depende, ele é dependente de alguma coisa.” (ANA)

Figura 3

Núcleo de Sentido Relacionado à Percepção de Autonomia e Independência



Esse núcleo de sentido – Percepção de Autonomia de Independência – contempla unidades de significado e conteúdos das entrevistas que expressam as maneiras pelas quais os participantes se reconhecem e como se diferenciam de uma pessoa idosa, através da ênfase na autopercepção de autonomia e independência. Durante a diferenciação que os participantes espontaneamente estabeleceram entre a pessoa idosa e a pessoa sexagenária que são, alguns significados emergiram de forma importante, revelando características que demonstraram ser essenciais na identificação desses indivíduos, a partir da reflexão sobre o que é ser uma pessoa de 60 anos e não mais uma pessoa legalmente idosa. A sintonia dos sentidos que

apareceram nas descrições dos participantes, que não tiveram contato algum entre si, chama a atenção. São pessoas com formações e condições existenciais muito diferentes, mas que compartilharam características e ideias em relação ao tema, bastante semelhantes. Durante o movimento de negarem ser pessoas idosas e se diferenciarem delas, os conceitos de independência e autonomia tiveram uma representação marcante, que apareceu mais de uma vez durante suas falas, sendo um denominador comum para a identificação de suas formas de ser e estar no mundo. De maneira geral os participantes se identificaram como pessoas economicamente ativas, todos atuando profissionalmente, ainda que três já tenham se aposentado. Mas além disso, eles enfatizaram a condição na qual se apresentam como pessoas que cuidam de si mesmas, que não dependem de outra pessoa econômica ou fisicamente para viver e que são responsáveis pelas decisões que tomam na vida.

Débora é empregada doméstica, divorciada há muitos anos, mora em casa própria e criou sozinha sua família, sendo hoje uma bisavó. É a partir dessas características, com um tom de voz cheio de indignação e ao mesmo tempo com satisfação e orgulho, que ela descreve sua independência e autonomia. Ela afirma se sentir poderosa por ter chegado até a idade que tem, nessas condições e com essas conquistas, tendo além disso, um bom desempenho cognitivo, saúde preservada, agilidade e tomando decisões pelas quais é a única responsável.

“Eu me vejo uma pessoa até de 50 anos. Ágil, ativa, faz tudo, resolve tudo sozinha, trabalho, entendeu? [...] Eu tenho orgulho de mim mesma. [...] De ter a minha idade e ter a saúde que eu tenho, em primeiro lugar, ser uma pessoa ativa, trabalha, sai, eu não tenho compromisso, meus filhos estão criados, cada um casado em suas casas, né. É, eu não tenho compromisso, não tenho que dar satisfação pra ninguém, não tenho que pedir. [...] Só também, sabe, assim, não tenho marido, não tenho namorado, pra mim tá dando satisfação da minha vida. Fora disso não. Mas orgulho eu tenho. [...] Hum, se viu (risos). Que poderosa. [...] Aí é um idoso, não tem a lucidez mais, como eu tenho, qualquer pessoa saudável de 60 anos, ela é lúcida, não tem velhice ali nos 60 anos.” (DÉBORA)

“Pra mim oh, não me vejo como uma pessoa de 60 anos, eu me vejo uma pessoa de 40, 50 anos. Eu não consigo adaptar que eu tenho 60 anos. Eu me vejo uma pessoa até de 50 anos. Ágil, ativa, faz tudo, resolve tudo sozinha, trabalho, entendeu? Então, não me vejo ainda uma pessoa de 60 anos. [...] Eu acho assim, que as pessoas que pega 60 anos, já se acha idoso, incapaz de trabalhar.... [...] E eu não concordo com isso, não sei se

é porque eu sou uma pessoa muito ativa... [...] aí e em sinto uma pessoa ativa, não vou falar pra, eu me sinto uma mulher de 40 anos.” (DÉBORA)

Abigail tem uma forma peculiar de falar de si mesma, provavelmente porque sua experiência de vida envolve uma visão de mundo extremamente comprometida com um senso de responsabilidade social. Talvez por ter sido agente de saúde muito atuante e hoje trabalhar com artesanato em praça pública e ter uma vida voltada para a comunidade, Abigail muitas vezes fala de si mesma ao falar do outro. Autonomia e independência são conceitos que embasam sua fala e seu autoconceito em toda a entrevista, ora quando comenta sobre a independência financeira conquistada através da aposentadoria, ora quando se identifica socialmente com o processo de empoderamento feminino e as conquistas das mulheres na contemporaneidade.

“Então, e aí, e a maior parte são mulher, a maior parte porque, nós agora que tamo indo, trabalhando pra, saindo pra fora, até então, as coitada ficava em casa, na roça. [...] Porque, em especial, ser idoso e conseguir aposentadoria, porque até então são raras as pessoas que tem condições de ter aposentadoria agora, que tá na minha idade com 60 anos, conseguir aposentadoria. Eu consegui porque parei de trabalhar, mas continuei pagando, mas tem muita gente na fila ali tentando conseguir aposentadoria, porque tem muita gente que assimila assim, é, ser idoso com aposentadoria.” (ABIGAIL)

Saul é uma pessoa que chama a atenção por sua altura, forte porte físico e vestimentas típicas de um personagem do filme “O motoqueiro selvagem”, calça de couro, camiseta preta, gorro na cabeça, bota de cano longo e muitos metais e tatuagens. Sua motocicleta é na verdade um triciclo totalmente estilizado, motor barulhento, uma caveira de cabeça de boi no guidão, adesivos e placas com mensagens e lembranças de viagens de moto que fez pelo Brasil e pelo mundo. Diferente dos demais participantes, o trabalho definitivamente, não foi a via de acesso à autopercepção de Saul, como pessoa autônoma e independente. Na verdade, a preservação detalhada e rigorosa do seu estilo “motoqueiro selvagem” é que anuncia tais significados em sua vida de sexagenário. Através do motociclismo e do exercício de vitalidade, independência e autonomia que esse estilo de vida requer, Saul revela porque aos 60 anos de idade não é idoso. Ele reforça que tal estilo de vida não pode ser vivenciado por

uma pessoa idosa, declarando inclusive nunca ter tido carro, pois é um transporte para pessoas velhas. Saul também mora sozinho, é divorciado, trabalha e não pretende se aposentar tão cedo.

"Isso, isso. Até uma que eu fiz, fiz com mais um casal, mas a minha previsão daqui pra frente, é fazer sozinho, eu te explico porque: sozinho eu viajo no meu ritmo, sozinho eu paro onde eu quiser parar, sozinho eu durmo onde eu quiser dormir... [...] O dia que eu for velho aí eu não dirijo mais, eu não me controlo mais, eu não me cuido mais, eu não vou poder fazer as coisas que eu ainda faço, eu viajo de motociclista, de motocicleta pelo Brasil, eu viajo pela América do Sul, e se fosse idoso, não faria isso. [...] Sim, sim, simmm E agora eu tenho, pro ano que vem, se Deus quiser em março, eu to saindo pro Alaska..." (SAUL)

Ester é divorciada, mora em casa própria, é aposentada do serviço público, mas continua atuando em seu consultório particular e não tem planos de parar de trabalhar. Ela entende a chegada dos 60 anos como um tempo de grandes conquistas, sendo a autonomia e independência duas delas. Além de associar essas qualidades ao exercício de uma profissão, a poder prover o próprio sustento e tomar suas decisões sozinha, Ester também demonstra o quanto se sente autônoma e independente ao se referir a si mesma como uma pessoa que faz o que quer, quando quer e que busca ter prazer na vida. Há ainda uma clareza quanto às mudanças que começa a perceber em seu corpo e que requer dela um certo discernimento para fazer escolhas condizentes com tais mudanças, algo que ela apresenta como responsabilidade da pessoa independente e autônoma. É importante notar, que apesar dessas características, Ester valoriza as relações com outras pessoas, as trocas possíveis e os atos de beneficência.

[...] quando eu quero fazer alguma coisa eu vou e faço, quando eu não quero eu não faço e assim, eu acho que a experiência de vida, o tempo de vida, me permitiu, é, buscar as coisas que me são prazerosas e fazer escolhas mais adequadas ao momento que eu estou, então assim, eu estou vivendo muito bem este tempo e não sinto peso por causa disso. [...] Eu moro sozinha, eu tomo todas as minhas decisões, eu me sustento, ajudo outros e eu não preciso; é muito bom ter pessoas em volta, eu gosto muito do contato com pessoas, mas eu não dependo, gosto de ter junto, mas isso não significa...gosto de tomar minhas próprias decisões..." (ESTER)

Ao expressar-se como uma pessoa autônoma e independente, Ana inicia sua descrição comentando sua capacidade motora preservada, sendo que a boa saúde física é algo que aparece em sua fala em vários momentos da entrevista. Depois disso, ela que também é

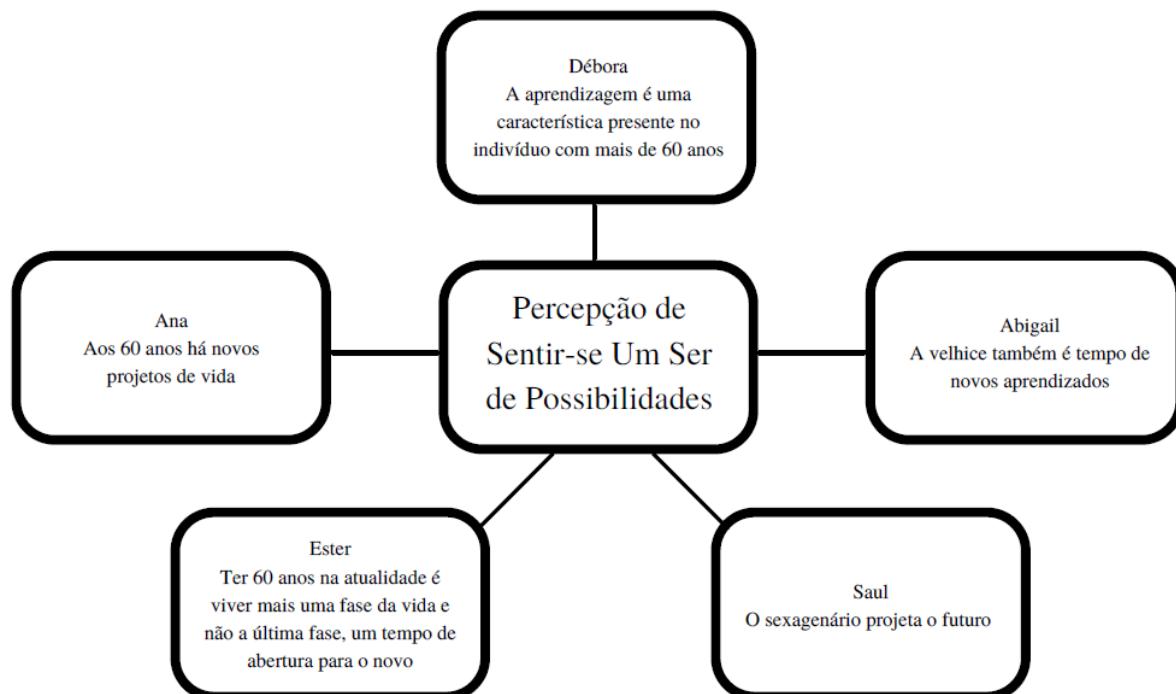
divorciada, mora sozinha em casa própria, criou uma filha com os recursos advindos do seu trabalho e que mesmo aposentada continua trabalhando por opção e não por necessidade financeira, expõe que essa condição de vida revela a autonomia e independência de uma pessoa sexagenária, justificando porque ela não pode ser considerada uma pessoa idosa. Ana percebe ainda, que sua autonomia e independência também favorecem novas posturas existenciais, abrindo espaço para poder fazer novas escolhas e concessões no ritmo da vida, algo que ela só começou a experimentar após os 60 anos de idade.

“Eu, me locomovo normalmente, dou conta da minha vida, faço tudo, vivo sozinha, não sei o que é ser, eu não posso ser considerada idosa, eu acho que eu estaria desprestigiando uma pessoa que realmente já ficou velha e precisa de maior amparo, de maior cuidado, de uma maior atenção, isso pra mim talvez seja o que é ser idoso e eu não tenho nada disso ainda.” (ANA)

“Ultimamente, eu tenho até assim, me permitido mais algumas coisas, porque eu penso assim... ah, já me permito...deixa eu ver se eu lembro algum fato concreto agora. Tipo, trabalhar menos, sabe; é, sair para caminhar a hora que me dá vontade, qualquer dia da semana; passear com minhas cachorrinhas mesmo com o sol quente, quando eu ia só de manhã, porque tinha compromisso; então hoje, esses 60 anos, me faz, eu me sinto assim, mais permissão, no meu jeito de vida, nas minhas escolhas.” (ANA)

Figura 4

Núcleo de Sentido Relacionado à Percepção de Sentir-se Um Ser de Possibilidades



Esse núcleo de sentido – Percepção de sentir-se um ser de possibilidades – é composto por unidades de significado e conteúdos das entrevistas nos quais os participantes descrevem a experiência de ter mais de 60 anos como um tempo de possibilidades, um tempo no qual há uma tendência para experimentar novidades. Diversas expressões dos participantes evidenciam projetos para o futuro e também novidades experienciadas exclusivamente no presente, a partida da chegada dos 60 anos. Ainda no movimento de diferenciar-se de uma pessoa idosa, os participantes descrevem que aos 60 anos percebem-se pessoas criativas, plenamente capazes de aprender, tendo suas funções cognitivas preservadas a atuantes, favorecendo uma abertura para “o novo”. De maneiras diferentes e com objetivos diferentes, todos eles trouxeram informações de como ser uma pessoa sexagenária é ser também uma pessoa cujo desenvolvimento não cessou, alguém cujas várias funções, sejam elas físicas, mentais, sociais, etc., estão ativas. A vida sexagenária é vivida como um tempo de descobertas que favorecem a reinvenção de si mesmo, no sentido de apropriar-se do que cada etapa da existência pode oferecer e todas elas têm algo a acrescentar.

Para Débora é muito importante estar continuamente atualizada e em harmonia com as mudanças que ocorrem no mundo, na sociedade e principalmente com os jovens. Ela sente que para continuar sendo uma força presente e atuante em sua família, um objetivo de vida é poder relacionar-se com sua descendência e para isso está sempre pronta a aprender e experimentar coisas novas. Atualizar, aprender, renovar, transformar são verbos que definem muito bem seu jeito de viver a vida. Débora define-se como uma pessoa de mente aberta, que aproveitou muito do aprendizado com seus pais, mas que desenvolveu um modo particular de ser e estar no mundo. Ela acredita que algumas de suas heranças familiares, consideradas ultrapassadas, impediriam seus relacionamentos com os jovens e o fluxo livre do seu modo de vida, que é aberto ao prazer, aos encontros, às aventuras e à liberdade. Contudo, ela afirma

que a maioria das mulheres de sua idade não são como ela e possuem a mente fechada para o mundo

“Gosto de conviver muito com jovens...eu gosto de ouvir muito os jovens, porque eu quero acompanhar o andamento da vida dos jovens hoje, não quero ficar pra trás. [...] Sabe, ter aquela mente apagada como eu fui criada, como eu fui educada, que eu tenho que ser rigorosa, como eu fui criada rigorosamente. Aceitar a juventude hoje, do jeito que elas são, é isso que eu sempre tô seguindo.” (DÉBORA)

“Você tá, tá sendo difícil pra você, porque você vai debater com muitas senhoras se você conseguir, pegada a mente fechada, eu não consigo fechar a mente pro mundo...” (DÉBORA)

“Porque o que que acontece, quando eu tenho dúvida de uma palavra, que eu não tenho o significado.... oh Milena o que que significa essa palavra assim, assim? oh vó, é isso, isso e isso ...ah tá bom, já sei, se eu for expressar pra alguém, se eu for falar pra alguém, eu tô falando o que eu sei, não em dúvida, ter certeza do que tô se expressando. Não gosto de ficar em dúvida.” (DÉBORA)

“Vamo pra balada hoje? Vamo embora. Vamo amanhecer o dia? Vamo embora. Se entende? Mudou, continua do mesmo jeito, não mudou, o meu estilo de vida, da convivência.” (DÉBORA)

Abigail está experimentando novas formas de autocuidado, que só foram possíveis agora aos 60 anos, através da sua aposentadoria e da sua liberdade financeira. Para ela a chegada dos 60 anos e dessas mudanças que acompanham muitas pessoas nessa faixa etária, tem sido altamente benéficas, revelando oportunidades de viver experiências novas, como colocar unhas de gel, algo que parece tão simples, mas que para ela tem significados profundos, relacionados a uma vida mais voltada para si mesma e para os próprios desejos, vontades e necessidades existenciais. Ao mostrar suas unhas seus olhos marejados brilham, enfatizando que ter 60 anos tem sido uma experiência libertadora em múltiplos sentidos.

Abigail revela também que o desempenho do papel social que possui em sua comunidade não diminuiu com a chegada dos 60 anos e nem com a aposentadoria, e ao contrário, tem aproveitado esse tempo para aprender mais para poder ensinar mais. Ser útil à sua comunidade é algo que lhe traz realização pessoal e faz com que se sinta uma pessoa ativa. Ela afirma que quanto mais aprende e ensina, mais ativa se torna, estando assim longe de ser idosa.

“Ah, obrigada (risos), ativa, oh, hoje mesmo fiz minhas unhas de gel, olha que chic, oh, nunca tinha tido a oportunidade de fazer isso, agora tenho, né, porque...” (ABIGAIL)

Não. mexe comigo assim, eu procuro, é, eu procuro ter mais conhecimento pra poder levar mais informação pras pessoas. [...], Mas deixa a senhora menos idosa? [...] Menos idosa, mais ativa'. (ABIGAIL)

Saul apresenta-se literalmente como um ser de projetos, uma pessoa que vivencia muitas possibilidades no presente e que tem planos para o futuro. Sempre reafirmando sua jovialidade e negando ser idoso, seu estilo de vida é aventureiro, o que para Saul significa experimentar coisas novas e viver emoções desconhecidas. Ele entende sua longevidade como uma dádiva e se emociona ao falar sobre a continuidade da vida e de todas as possibilidades que esse tempo pode oportunizar. Saul não desconsidera sua vida longa e o passado, apenas não considera isso como velhice, mas como um acúmulo de experiências que podem ser passadas adiante como ensinamento. Suas aventuras se tornam então, experimentos pessoais que geram aprendizados que depois são compartilhados e ensinados a outras pessoas.

"Simmm, eu só viajo de moto, eu não tenho carro.... carro é pra idosos. [...] a minha ideia é passar uma noite inteira sozinho no deserto, porque um dos sonhos da minha vida é poder olhar prum céu onde não haja nenhum tipo de luz ... Quando você viaja com outras pessoas, elas não vão se sujeitar a dormir fora de estrada no meio do nada, dificilmente você vai encontrar, ... essa disposição de ter esse tipo de aventura, e tendo esse tipo de aventura, só mostra a jovialidade dentro de um corpo de 60 anos, portanto eu não sou velho, eu sou um jovem num corpo de 60 anos." [...] Sim, sim, simmm E agora eu tenho, pro ano que vem, se Deus quiser em março, eu to saindo pro Alaska." (SAUL)

"Estou sabendo, estou sabendo, estou sabendo, eu amo estar vivo, eu amo ter o direito e a perspectiva de ainda pensar: amanhã estarei aqui e viverei mais um pouco..." (SAUL)

"...porque é um mérito, não é uma coisa ruim, ou um demérito, você atingir coisas que outras pessoas não atingiram, inclusive a idade, pensa na satisfação e na alegria, que é você ter vida, ter tido tempo, ter vivido, acumulado experiências e histórias, não só pra você, mas pra você poder passar para os outros como uma forma de ensinamento....então isso é simplesmente maravilhoso, não tem dinheiro que pague a existência na verdadeira concepção da palavra, uma vida longa." (SAUL)

Ester é enfática ao afirmar que a chegada dos 60 anos é uma fase nova da vida e não a última fase ou a fase do fim. É uma etapa da existência realmente surpreendente, com muitas descobertas e possibilidades, mas também com mudanças corporais e fisiológicas que demandarão o estabelecimento de novos limites e novas formas de estar no mundo. Para Ester não há como negar que há declínio de desempenho funcional e perdas, o corpo humano passa de fato por transformações que vão alterar seu funcionamento, mas que de maneira

alguma vão impedir a vivência de tudo que pode surgir nessa fase específica do desenvolvimento humano. Assim, ela revela que seu potencial criativo está em franca expansão, que suas habilidades sociais estão muito ativas e que algumas perdas não são tão importantes, considerando os novos ganhos. Ester acrescenta que a aprendizagem nessa fase da existência, em que a maturidade e o respeito modificam a forma com que ela se envolve com aquilo que se dispõe a aprender, torna o processo de aprendizagem mais eficaz do que era há 30 anos atrás.

“...e eu comecei a descobrir coisas maravilhosas dos 60 anos (risos), [...] Eu tô o tempo todo criando coisas novas, desenvolvendo coisas novas, participando de atividades com pessoas de todas as idades...” (ESTER) [...] “eu gosto de participar de muitas atividades, a gente faz muitas trocas, porque eu também aprendo muito, o fato de eu ter 60 anos, 61 hoje, não diz que eu não vou aprender, pelo contrário, eu aprendo muito mais que talvez antes, porque hoje eu tenho maturidade para poder aprender, sabe, entrar com mais respeito em algumas situações do que talvez fosse uns 30 anos atrás”(ESTER)

“É, é claro que eu não tô negando que a idade nos limita pra muitas coisas, mas eu não uso isso, de uma forma que me impede de fazer o que eu quero e de ser feliz. Eu sigo a minha vida, de acordo com as minhas possibilidades, aproveitando tudo aquilo que eu posso, dentro das condições, [...]Jé, o que que eu não posso fazer que eu poderia fazer antes, eu vou demorar um pouquinho mais talvez, porque fisicamente eu tenho mais lentidão...eu danço (voz mais alta, mais vibrante), eu, sei lá, eu me divirto.” (ESTER)

“Se as pessoas souberem aproveitar essa fase da vida, ela é tão boa quanto qualquer outra, é só a gente saber aproveitar o que tem de bom. [...]Eu acho que faz parte da vida (risos), eu acho que quando a gente vai envelhecendo, vai perdendo algumas coisas, e vai ganhando outras, se eu esquecer de alguma coisa, ah, é porque talvez aquilo não fosse tão importante, né?” (ESTER)

Ana percebe que, após os 60 anos, tem experimentado um período de ressignificação de si mesma, da vida e do mundo. Seus aprendizados giram em torno de ser mais atenta e generosa consigo mesma, com seus desejos, vontades e possibilidades. Ela considera que, após superar sua experiência pessoal de aposentadoria precoce e depressão, a vida após os 60 anos tem sido um tempo para reaprender a existir, um tempo de alçar ou retomar seu “voo”. Aos poucos tem desenvolvido um estilo de vida menos voltado ao dever e mais orientado para a descoberta da pessoa que ela é fora do papel profissional desempenhado por boa parte da sua vida e sem o qual foi muito difícil se reconhecer. Essa jornada de descobrimento tem lhe rendido novas experiências e a retomada do prazer de viver. Sua experiência em fazer o

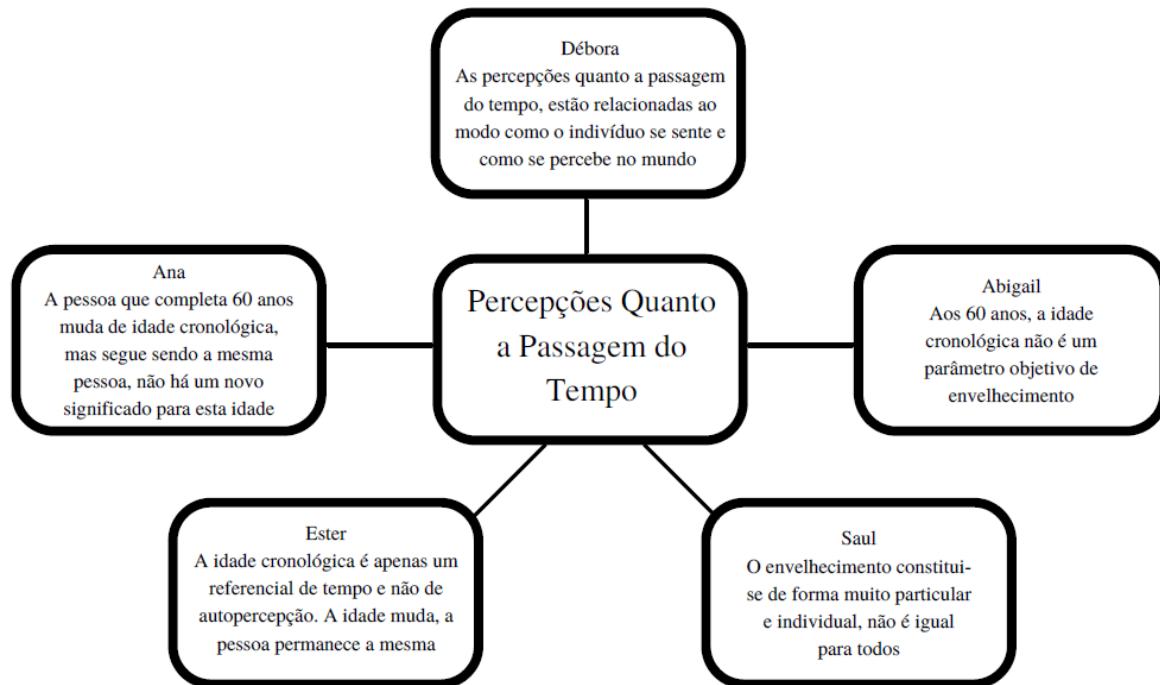
cartão do idoso, que levou quase três anos, é bem reveladora do quanto já houve mudanças em sua forma de pensar, o quanto tem se permitido questionar princípios antigos e ideias cristalizadas e como esse exercício de se abrir para o novo tem se manifestado na sua história, tudo no seu ritmo.

“...de poder me permitir mais, ter mais tempo, ter mais, é ter mais tempo, fazer mais as coisas que eu tenho vontade, sem aquele compromisso que eu sempre tive. [...] Em outras palavras, acho que eu tô retomando aí meu caminho. Novo. Retomando não, achando ele. Será que seria isso? [...] Meu plano de voo (risos). [...] Uma nova fase, um novo voo, é porque ficou meio atrelado com a minha aposentadoria, né.” (ANA)

“Ah, deve fazer uns dois anos que eu fiquei esperando... [...] Je eu falei... ah, eu vou fazer meu cartão hoje... desci ali, o documento que precisava eu tinha comigo, fiz meu cartão, eu dificilmente uso nas vagas... [...] então eu não me sinto assim, até eu acho ilegítimo usar o estacionamento de idoso; no começo, mas agora, sabe que eu já tô um pouco folgada (risos), às vezes eu, por exemplo, vou ao banco, não tem lugar, muitas vezes eu já faço uso daquela vaga. Não deveria, porque poderia chegar alguém ali mais necessitado que eu, mas eu já tenho esse direito, já completei 60, a lei me assegura, de certo eu já fiz por isso, então...” (ANA)

Figura 5

Núcleo de Sentido Relacionado à Percepções Quanto a Passagem do Tempo



O núcleo de sentido “Percepções Quanto à Passagem do Tempo” contempla unidades de significado e conteúdos das entrevistas que remetem à passagem do tempo e às diferentes maneiras de significá-la ou compreendê-la, revelando que a usual cronologia é apenas uma

das várias formas possíveis de perceber e de contar o tempo nessa idade. Embora a temática da passagem do tempo não tenha sido um questionamento feito aos participantes, ela espontaneamente foi sendo apresentada por cada um deles, deixando transparecer que a idade cronológica não é a única ou a melhor maneira de contar o tempo e vivenciar sua passagem. Em momento algum os participantes negaram que a contagem cronológica existe e faz sentido. O que gera algum conflito é a associação direta, de causa e efeito, que comumente se faz entre a idade cronológica da pessoa sexagenária e a atribuição de determinadas características, status e rótulos que eles não reconhecem em si mesmos, ainda que alguns deles tenham feito o mesmo tipo de relação, ao referirem-se às idades mais avançadas. A autopercepção, a questão do sentir, o guiar-se não apenas pelo envelhecimento biológico e as mudanças corporais foram norteando suas falas e descrições para outros referenciais, como o modo de pensar, a comparação entre a idade atual e a sensação de vivenciar idades diferentes, as condições de vida e suas consequências no envelhecimento, a experiência de vida, a espiritualidade, dentre outros. Há uma mensagem de que a contagem do tempo se tornou pouco relevante diante da possibilidade de continuar vivendo, aprendendo, crescendo e que, por isso, talvez, deixe de ser uma referência de identidade.

Para Débora, a idade cronológica que tem atualmente e as representações sociais atribuídas à sua idade não são condizentes. Ao apresentar-se como pessoa “não velha”, ela sai da modelo cronológico de contagem do tempo para chamar a atenção para o modo como se sente, como pensa e como age no mundo, além de evidenciar como prova de “não velhice”, o bom funcionamento da sua cognição. Ela declara, com muita convicção, que não há uma relação direta entre idade cronológica e envelhecimento. Aos 64 anos de idade, Débora afirma não ser velha. Mas, enfatiza que pessoas com o mesmo tempo de vida podem ser velhas, e isso pela maneira como vivem e não pela quantidade de anos que já viveram.

Na cabeça não. [...] A maneira de a maneira de viver hoje, na cabeça eu não consigo envelhecer. [...] Na minha cabeça, na minha cabeça eu não sou idosa. [...] Então a senhora tá me dizendo que velhice não é idade.

[...]Não, é a mente. [...]É a cabeça, a sua cabeça, sua mente que funciona bem.[...] A minha, meu modo de pensar, minha maneira de agir é essa, que as pessoas que fazem ser velho, não é a idade, é as pessoas, que tem a mente fraca que começa a ficar velho. E aquela mente fechada, ignorante... ” (DÉBORA)

Abigail também desvincula sua idade cronológica da relação direta e exclusiva com o envelhecimento. Ela comenta que não se sente idosa, mas afirma que há pessoas com sua idade, ou até mais novas, que já são idosas e envelhecidas e que essa constatação faz com a idade cronológica não seja um bom parâmetro de envelhecimento. Para essa participante, a contagem do tempo está mais relacionada aos contextos socioeconômicos, sob os quais as pessoas se desenvolvem, que ao número de anos que vivem. Em toda a entrevista, Abigail relata que a idade cronológica tem pouca ou nenhuma ênfase na vivência do envelhecimento, porque antes de ser um fator apenas biológico ou um evento cronológico, ele se revela como resultado da condição social. Assim, para identificar o quanto velha ou jovem uma pessoa é, ao invés de perguntar quantos anos tem, deveria se questionar sob quais condições de vida se dá sua existência.

“Eu, eu tenho 60 e não me sinto idosa, mas como eu já te falei, tem pessoas que tem 60 anos e já é bem idoso, você olha no perfil da pessoa, né, você olha, você vê que a pessoa é, é, sabe assim, abatida, pra baixo, assim...são pessoas muito sofridas, que não, que não tiveram um apoio, uma estrutura assim, pra poder, sabe, levar aquele sofrimento adiante, né. Geralmente essas pessoas vem do Nordeste, dessas regiões menos assistidas, que eu falo que tem, porque, que perspectiva de vida que tem uma pessoa lá naquele nordeste, que não chove, não tem nada, não pode plantar, né, sabe, então, essas pessoas, quando chega, num lugar, que nem ali em Sonora, ela já chega cansada, sabe ela não tem mais estímulo pra poder, então quando chega 60 anos ela já tá idosa mesmo.” (ABIGAIL)

Saul acredita que em algum momento da vida a idade cronológica e a velhice vão se encontrar, mas que em sua experiência isso ainda não aconteceu. Ao fazer diferenciação entre amadurecimento e velhice e ao referir-se ao envelhecimento como resultado de uma forma de sentir e encarar a vida, ele define a cronologia como apenas uma, dentre várias possibilidades de experimentar e contar a passagem do tempo. Saul acredita que é possível ser longevo sem ser velho, sendo esse seu objetivo na vida. Ele afirma que, em detrimento da soma dos anos, a contagem do tempo de vida de uma pessoa deveria ocorrer a partir do registro de suas experiências de vida, uma maneira mais expressiva e fiel de revelar o que cada pessoa se

tornou enquanto o tempo passava. Ao falar de sua própria experiência quanto a passagem do tempo, Saul cita sua idade cronológica, mas amplia o sentido de tempo e vivência, apresentando outras dimensões existenciais, como sua dimensão espiritual, sua dimensão perceptiva, a dimensão legal e acima de tudo, a forma de encarar a vida independente da soma de seus anos.

“Não, na verdade é assim, eu sempre busquei na minha vida a maturidade, a maturidade só vem com a idade, a idade traz a velhice, mas a velhice é consequência de como você se sente com a própria vida. Então, eu quero ser e queria ser um homem maduro, ter a experiência de uma vida longa, sem precisar necessariamente me sentir um velho, então eu acredito que ser velho é uma questão de como você encara a vida, não daquilo que você é ou se sente ou de quantos anos você tem, isso é mera, meramente uma forma de você contar tempo, não deveria se contar tempo pelos anos, deveria se contar tempo pela experiência. Né.” (SAUL)

“Eu tenho 60 anos, pela lei eu sou idoso, espiritualmente eu já sou um jovem amadurecido, fisicamente eu sou um cara de 30 anos num corpo de 60 (risos). [...] Eu acredito que a velhice está no teu comportamento com relação à vida. O meu comportamento em relação a vida, faz ser o que você está vendo o que eu sou hoje. [...] O peso da idade pra mim não me fez me sentir um velho, me fez me sentir um homem experiente. [...] A maturidade e o conhecimento que vem disso.... né, as experiências que você pode fazer pra tua vida, e o quanto bom isso é pra que você diga: pô cara, eu passei pela vida, não a vida passou por mim.” (SAUL)

Ester traz para a entrevista uma relação entre a passagem do tempo e o envelhecimento, ao comentar que percebeu que ter 60 anos na atualidade é diferente de ter a mesma idade na época de seus avós e demais familiares. Ela avaliou sua própria condição de vida e desenvolvimento aos 60 anos e descobriu que para a geração de seus avós, ter essa idade era chegar ao fim da vida. Ester considera que mesmo reconhecendo mudanças corporais e fisiológicas, estabelecendo novos limites ao seu corpo e ajustando suas atividades e hábitos para este novo corpo, não se sente e não se localiza com alguém no fim da vida. Ser uma pessoa sexagenária na atualidade, não é um indicador de envelhecimento, no sentido de finitude, perdas e incapacidade. Para Ester, a idade cronológica é um referencial de tempo que nesse momento da sua vida não está em harmonia com sua autopercepção e que a soma do número de anos que tem não muda a pessoa que ela é, embora experimente várias ressignificações em seu modo de ser. Ester comenta que a chegada dos 60 anos foi celebrada,

mas não era a idade em si mesma o centro das atenções e sim a descoberta de que viver aos 60 anos poderia ser algo maravilhoso, era a vida que estava sendo celebrada e não os anos.

"Sim. Eu pensei, nossa, estou entrando nos 60, aí eu fiquei pensando, quantas pessoas da família, não é, meus avós, tal, a idade que foram morrendo, nossa eu já tô próxima da idade que eles morreram, mas eles eram tão velhos, tão gastos, tão descuidados, que eu me olhei no espelho e disse...nossa, não tenho nada a ver com isso, é um outro momento, e vamos ver o que que é, porque, dormir com 59 e acordar com 60 não diz grande coisa né, a mesma coisa, um dia depois do outro só, e eu comecei a descobrir coisas maravilhosas dos 60 anos (risos)... [] Eu dormi com 59, acordei com 60, pronta para fazer uma festa junto com minhas amigas e satisfeita..."

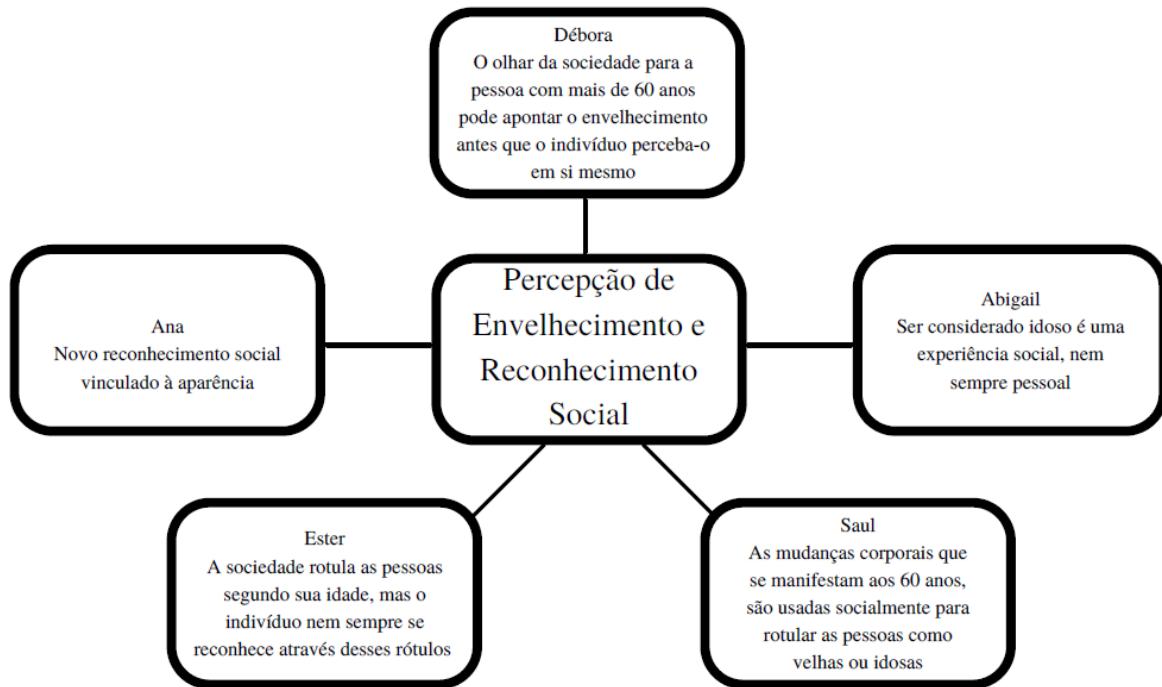
(ESTER)

Ao completar 60 anos Ana ganhou uma festa da família e se sentiu feliz, mas não associou isso à chegada da velhice ou a tornar-se idosa simplesmente porque completou seis décadas de vida. O que Ana expressa é que a contagem cronológica do tempo, a soma dos anos, não tem muito sentido em seu modo de contar a passagem do tempo e dar significado à ela. Estar reunida com sua família e ser homenageada, foi muito importante e significativo, mas teve não associação alguma com o fato de ter completado 60 anos e ser considerada legalmente idosa. Ela descreve que a idade cronológica não tem, em si mesma, nenhum significado novo; são suas experiências de vida e as novas forma de viver essa vida, que trazem verdadeiro sentido ao tempo vivido.

"...quando completei 60 anos...na verdade eu nem percebi, aí como eu nunca gostei de fazer festa de aniversário, mas aí a minha filha, a minha sobrinha...não vamos fazer um jantar...aí teve um jantar pra minha família e eu fiquei feliz com aquela festa, tiramos bastante fotos, publiquei minhas fotos, com meu balão de 60 anos bem grande, dourado (risos)e não me senti nem privilegiada e nem diminuída por conta dos meus 60 anos, foi como se eu completasse 39 ou 53, 57; hoje já fiz 61, 2, 3, sempre a mesma coisa, não me vejo assim, não me sinto fragilizada, não me sinto entristecida, não me sinto mais feliz por isso, pra mim não teve assim nenhuma mudança." (ANA)

Figura 6

Núcleo de Sentido Relacionado à Percepção de Envelhecimento e Reconhecimento Social



O núcleo de sentido “Percepção de Envelhecimento e Reconhecimento Social”

congrega unidades de significado e conteúdos das entrevistas que remetem ao envelhecimento como um acontecimento social e não apenas pessoal e/ou restrito à autopercepção. Ser reconhecido como velho ou idoso pode gerar algum impacto, ainda que seja apenas um sentimento de surpresa, quando a característica atribuída à pessoa não é algo que ela reconhece em si mesma. As descrições das experiências dos participantes revelam que independente da maneira como se percebem quanto ao envelhecimento, em algum momento foram identificados por um outro, como uma pessoa velha ou idosa e para cada um deles houve uma reação diferente. Os participantes deste estudo não se reconhecem como pessoas idosas e a maioria deles, nem mesmo como pessoas velhas. De maneira geral, nenhum deles atribuiu a si mesmo alguma terminologia específica, que identificasse o que é

uma pessoa de 60 anos e apenas a participante Ester comentou que preferia ser chamada de velha e não de idosa, enfatizando a diferença entre uma concepção e outra. Os demais participantes não se nomearam, apenas contaram suas experiências de pessoas adultas que completaram 60 anos de idade, preocupando-se mais em exaltar sua condição humana e experiência de vida ao mesmo tempo em que, abdicavam de qualquer rótulo ou status associado à idade sexagenária. Assim, o reconhecimento social de envelhecimento emergiu como um importante núcleo de sentido, pois suas experiências mostraram que a autopercepção não é um parâmetro único para o ser humano enquanto ser de relação. O olhar do outro, que também nos constitui, afeta de alguma maneira nossa existência.

Débora já é bisavó e mesmo assim nunca tinha sido chamada de vovó por alguém que não fosse seu neto e quando isso aconteceu, quando uma pessoa estranha a identificou como “vovó”, foi profundamente surpreendida. Ela afirma que até aquele momento não havia se dado conta de que ter 60 anos representava socialmente ser identificada como avó. Débora não se considera idosa e não aceita ser chamada de velha nem pelos filhos e nem pelos netos, porque não se percebe como tal, mas a partir dessa experiência descobriu que sua autopercepção pode nem sempre corresponder ao que as pessoas atribuem à sua imagem ou condição. Contudo, a experiência vivida por Débora não gerou novas perspectivas quanto a ser velho ou idoso, condições das quais ela continua se diferenciando. Emocionada e orgulhosa, ela aceitou ser reconhecida como avó, mas deixou explícito que como ela, ser avó, aos 60 anos, na atualidade, também não é sinônimo de ser velho ou idoso, segundo as características que ela atribui a esses conceitos.

“Primeira vez na vida, aconteceu semana passada pra mim, dentro do mercado, eu ainda não tinha ouvido alguém me chamar de vó na rua. [...] Ah, fui no mercado, e tinha uma senhora, uma mulher com uma criança pequena assim no mercado e o menininho, se sabe como que criança é né? [...] Jaí ela pegou e falou, oh fulaninho, vamos levantar para vovó passar... puxa vida, não me senti ofendida... [...] eu me senti orgulhosa no momento, ela me chamou de vó... primeira mulher, pessoa que me chama de vovó... [...] Só os meus netos. [...] Eu não tinha percebido ainda, que tinha 60 anos. [...] Se entendeu, como é que caiu na minha vida... [...] nem percebi. [...] Não, ainda cheguei na dona ..., hum aconteceu uma coisa comigo ontem no mercado que eu achei impressionante, ela, o que? eu tô com cara de vovó... ela: como assim, vovó tem cara? (risos)” (DÉBORA)

“É, se eles, caso que nem, meu filho começou...oh minha veinha, oh veinha...veinha é o teu passado (risos), eu falo pra ele. Então, eu não aceito que me chama de velha... [...]Então, já meus netos já percebe que a vó não aceita que chama ela de velha, e ele fala pra mim: minha vó não é velha, minha vó é gatinha (falamos juntas). [...]Aí bota a vó lá em cima, né, humm (risos).” (DÉBORA)

A experiência de reconhecimento social de envelhecimento vivida por Abigail, ainda que completamente diferente da experiência dos demais participantes, leva para mesmo um mesmo questionamento sobre como o ponto de vista da lei ou de uma outra pessoa pode afetar o indivíduo que completou 60 anos e não reconheceu nisso uma mudança identitária que vai fazer com que ele seja visto e tratado socialmente de forma diferente a partir e por causa de sua idade cronológica ou por causa da faixa etária que passará a fazer parte. Abigail experimentou um direito garantido por lei para as pessoas com 60 anos ou mais, mas até aquele momento ela não havia associado sua nova idade a ser uma pessoa idosa e a tudo que remete a essa nova condição e sentiu-se surpresa e constrangida, porque ainda havia achado um sentido naquela situação.

“eu fiquei surpresa, né, outro dia lá no consultório, que aconteceu que lá então, aí eu pensei... nossa, mas eu passar na frente, né! [...]Então, eu fui no médico, tinha 4 pessoas na minha frente, é por ordem de chegada né, eu contei, eu era a quinta, mas aí depois da pré-consulta eu fui a primeira a ser chamada, aí eu falei assim....mas nossa, mas eu, a primeira né, [...]não, mas a Abigail. passa na frente porque ela tem mais de 60 anos, né...[...] então assim, levei até um susto né, completei 60 anos...” (ABIGAIL)

Saul traz na sua experiência uma reação à sua aparência física quando associada ao imaginário social para a imagem de um homem idoso ou velho: alguém de barba e cabelos brancos ou careca. Saul é careca, tem uma longa barba branca e foi reconhecido socialmente, várias vezes, como velho ou idoso por causa dessas características. Embora não se sinta idoso, não se reconheça como velho e tenha um estilo de vida muito jovial, duas características físicas suas que respondem ao estereótipo de pessoa velha, foram suficientes para encaixá-lo em uma identidade que não corresponde de forma alguma à sua autopercepção.

“Sim, sim, já me chamou de idoso porque eu sou careca (sorri e tira o gorro da cabeça – fazia um dia muito quente, ele estava com um gorro de lã e roupa de couro, pois é motociclista). [...] Né, então as pessoas brincam

muito com isso, dizendo que eu envelheci muito cedo, eu digo, não, pera aí, vamos fazer o seguinte, só porque eu sou careca, então deixa eu botar o meu gorro, porque na verdade o intuito do meu gorro é me proteger porque eu sou muito branco e o sol muito forte queima e dói muito o couro cabeludo queimado, então por isso uso o gorro. Mas agora deixa eu colocar o gorro e deixa eu prender a minha barba, tá, e você vai ver que eu não tenho nada de idoso, embora eu seja um (coloca o gorro e prende a longa barba branca). [...] Na lei? [...] Na lei.” (SAUL)

Ester também passou pelo reconhecimento social de envelhecimento, mas diferentemente dos demais participantes, ao assumir completamente seus cabelos brancos, aceitou vivenciar publicamente algumas características que acompanham o envelhecimento biológico aos 60 anos e que são associadas ao envelhecimento. Por causa disso ela sente que foi reconhecida como uma pessoa digna de tratamentos mais respeitosos, algo que a surpreendeu e a agradou muito. Ester temia ser tratada de maneira diferente por assumir uma característica comum às pessoas idosas, “pessoas sem valor social”, mas percebeu que a reação das pessoas foi surpreendentemente contrária às suas expectativas e temores. Apesar disso, seus cabelos completamente brancos não são uma declaração de ter se tornado uma pessoa idosa, mas uma forma de liberdade.

“e eu comecei a descobrir coisas maravilhosas dos 60 anos (risos), cabelo branco foi um pouco antes disso, eu tirei toda a tinta do meu cabelo e me libertei, porque eu acho que eu não preciso mais e foi fantástico, porque as pessoas começaram a me olhar e demonstrar um respeito que eu pensei que eu não teria, eu achei legal, nossa, eu adorei.” (ESTER)

Para Ana a percepção de envelhecimento e reconhecimento social ocorreu na sua festa de aniversário de 60 anos. Apesar de não ter o costume fazer esse tipo de festa, sua família considerou que fazer 60 anos era algo especial, um marco, um momento de mudança que precisa ser celebrado e compartilhado, embora ela mesma não tivesse tido nenhuma percepção de algo extraordinário acontecendo relacionado à sua nova idade. Quando questionada se alguém a identificou como idosa, ela responde que sim, que sempre fazem brincadeiras, mas encerra o assunto. Ana não gosta de divulgar sua idade e para fazer a entrevista, não quis que as pessoas do grupo de WhatsApp onde viu o convite para a pesquisa, ficassem sabendo de sua participação. Ana afirma que as pessoas associam ter 60

anos a ser velho e essa identificação lhe é muito desagradável, trata-se de um reconhecimento social que ela ainda não se sente totalmente pronta para aceitar. Ana acredita que junto com o reconhecimento social, vem também a discriminação e a desvalorização da pessoa e por isso evita qualquer tipo de reconhecimento, mas percebe que o preconceito que o preconceito que teme, pode ser algo que ela sente pelas pessoas da sua idade e por si mesma.

“...quando completei 60 anos..., na verdade eu nem percebi, aí como eu nunca gostei de fazer festa de aniversário, mas aí a minha filha, a minha sobrinha...não vamos fazer um jantar...aí teve um jantar pra minha família e eu fiquei feliz com aquela festa, tiramos bastante fotos, publiquei minhas fotos, com meu balão de 60 anos bem grande, dourado (risos), [...] Sempre, às vezes teve alguma brincadeira sobre isso, mas, nem me lembro no momento se alguém brincou com isso ou não, não.” (ANA)

“O idoso com 60 anos, ela já começa a ser discriminado, né, tem discriminação. Pra evitar discriminação. Mas não que; certamente de uma forma indireta ela me atinge né, tanto que eu evito....[]Por esta questão de, de, de ser diminuída por ter 60 anos.[...] Me achar que eu sou velha...olha lá, ela é velha já... as pessoas fazem uma ideia, hoje você olha uma pessoa da minha idade,...não é velho já, olha, já tem 60 e poucos anos, não, já tá velho...[...] É desagradável, eu acho.” (ANA)

3.6 Discussão

O conhecimento a respeito do envelhecimento na contemporaneidade reflete um período marcado por concepções antigas e novas, que ainda se rivalizam entre si. Em determinados contextos, a velhice é sujeitada às representações sociais que atribuem ao indivíduo características relacionadas a adoecimento, perdas, impotência e passividade, enquanto no pólo oposto, os indivíduos que envelhecem são identificados como ativos, potentes, cheios de possibilidades e aptos para reinventar o viver. Tal movimento, que transita entre extremos opostos, pode causar confusão à identidade social daquele que envelhece (Silva, 2008). A influência dos estereótipos é muito marcante nos comportamentos e formas de olhar para si mesmo e para o outro, enquanto os estereótipos negativos de envelhecimento geram preconceitos e discriminações, as novas formas de conceber a velhice e seus imperativos de longevidade sem envelhecimento, desencadeiam novas angústias permeadas de obrigações e deveres de como envelhecer adequadamente (Miranda, 2016).

O primeiro ponto de discussão dos resultados deste estudo revelou-se como um elo entre todos os temas que emergiram na análise dos dados e refere-se à reação dos participantes ao uso do termo idoso utilizado nas entrevistas. O teor das respostas dos entrevistados, que rejeita a associação entre ter 60 anos e ser idoso, está em harmonia com algumas mudanças de comportamento que têm sido observadas em pessoas com mais de 60 anos de idade na atualidade. Essa população tem se movimentado no sentido de libertar-se de crenças sociais e familiares, que são comumente introjetadas nesse período da vida e que reduzem o indivíduo aos efeitos biológicos graduais do envelhecimento, inibindo o desenvolvimento e o fluxo contínuo de viver. O que se percebe é que a rejeição de tais crenças acontece justamente por uma nova autopercepção de envelhecimento, que vislumbra continuidade e possibilidades (Botelho, 2016).

Ao se identificarem como pessoas não idosas, e apresentarem suas razões, os participantes fazem uma descrição minuciosa de como vivenciam o presente, mostrando-se conscientes de quem são, de suas potencialidades e possibilidades e de compromisso com a realidade. A consciência focada no presente favorece o contato com a realidade de forma saudável, promovendo o crescimento e assim uma vivência autêntica depende dessa autopercepção, que só ocorre se houver *awareness*, a consciência. A pessoa *aware* desenvolve um contato saudável com o mundo, vive apercebida de si mesma, firmada no presente e atenta às suas necessidades e possibilidades (Mesquita, 2011).

O posicionamento consensual dos participantes quanto a não ser idoso demanda uma reflexão sobre como o desenvolvimento humano vem sendo estudado e como o modo de ver o humano suscita novas concepções. Com o aumento da expectativa de vida e a melhora nas condições de saúde das populações, a vida aos 60 anos não se caracteriza como velhice enquanto decadência. Neste grupo específico, pouco ou nada se falou de perdas, finitude, solidão, impotência, desamparo e outros temas comumente presentes em estudos que tratam

do envelhecimento humano (Botelho, 2016; Martins & Rodrigues, 2004; Silva, 2008). As maneiras como se identificam e justificam não serem idosos vai ao encontro ao conceito de envelhescência, que é uma forma de caracterizar a fase da vida compreendida entre os 45 e 65 anos de idade, um período no qual as pessoas não se identificam como jovens e nem como velhas, experimentando uma espécie de indefinição identitária semelhante ao que pode ocorrer na adolescência, que, assim como a velhice, traz mudanças nos afetos, nas emoções e no corpo, devido a um certo estranhamento em relação às transformações que começam a ocorrer, afetando a subjetividade, a relação consigo mesmo, com o outro e com o mundo (Berlinck, 2000).

A negativa quanto a ser idoso que imperou nas respostas dos participantes, embora inicialmente possa parecer uma forma de negação do próprio envelhecimento e da velhice em si, depois de bem observada no todo formado pelo estudo, parece estar mais relacionada a um conflito entre a autopercepção e os estereótipos atribuídos ao idoso, bem como a uma forma de resistência aos padrões tradicionais de visão de envelhecimento. O conceito idoso carrega consigo uma conotação de potente poder descritivo, que atrela ao indivíduo sexagenário características associadas à estereótipos de fragilidades e perdas, que podem não corresponder à realidade particular de todos os sexagenários e de grupos locais. Tais associações dispararam reações diversas, que podem gerar entraves ao desenvolvimento do novo idoso e limitações que não coadunam e com suas possibilidades. A idade cronológica é um marcador etário que não contempla as diferenças entre as múltiplas maneiras de envelhecer e as “velhices” existentes entre a população, promovendo conclusões e expectativas equivocadas e comprometedoras a respeito das pessoas sexagenárias (Camarano, 2013).

O que se percebe, a partir do observado nas relações às entrevistas e das vivências compartilhadas por esse grupo de pessoas, é que o indivíduo sexagenário experimenta

atualmente uma forma de existir que não corresponde aos estereótipos que ainda lhe são comumente atribuídos. Assim, a não identificação com o termo idoso não parece representar uma simples negação do envelhecimento ou da velhice, mas da forma como ela ainda é vista e esperada socialmente. A negação emerge então, como um modo de dar voz ao que se vive, como realidade e como experiência, um ajustamento criativo, considerando que a desvinculação da pessoa idosa de suas características saudáveis e potentes, desmotiva qualquer ação que promova o desenvolvimento. Ao rejeitar esse modo negativo de olhar a velhice, eles combatem uma visão de envelhecimento ultrapassada, que além de desvalorizar o indivíduo velho, promoveu estudos que resultaram em controle dos sinais da velhice e seus efeitos, buscando a longevidade sem envelhecimento e várias formas de discriminação pela idade. Por outro lado, apesar do etarismo ainda ser uma realidade, as mudanças demográficas causadas pelo fenômeno do envelhecimento populacional têm favorecido novas visões. Percebe-se mudanças de atitudes e crenças em relação à velhice, tanto da parte da população idosa, quanto dos não idosos. Assim, pesquisas realizadas nos últimos 20 anos revelam que há uma tendência de olhar para a velhice a partir de aspectos positivos, relacionados à manutenção de um estilo de vida saudável, ativo, produtivo e valorizado (Resende & Neri, 2009).

É importante notar que as falas e significados produzidos por este grupo de sexagenários, dentro do universo do total de pessoas com as quais esta pesquisadora se comunicou, enquanto buscava participantes para a pesquisa, pode representar apenas aqueles sexagenários que realmente ultrapassaram e superaram as visões negativas, biologizantes e estereotipadas do envelhecimento humano. Essa constatação pode estar relacionada com questões estudadas sobre os estereótipos de idade e sua possível influência sobre os comportamentos, dos quais ressalta-se duas teorias que apresentam dados importantes sobre a assimilação dos estereótipos e seus efeitos. A Teoria da Rotulagem fala da introjeção que

indivíduo pode fazer de informações estereotipadas. A Teoria da Resiliência fala de reações de resistência nas quais o indivíduo reage de forma contrária ao estereótipo que lhe soa ameaçador, desenvolvendo posturas que reforcem sua autopercepção positiva, principalmente através da comparação com pessoas em situações piores que a sua (comparação social descendente). Em situações nas quais o estereótipo parece positivo, a comparação social passa a ser ascendente, disparando ações de autocuidado com a saúde física e mental (Beleza & Soares, 2019).

Nota-se que o número de participantes deste estudo é significativamente menor que o número de pessoas que tiveram contato com esta pesquisadora e decidiram não participar. Para esse grupo, o contato com o tema produziu reações de afastamento, rejeição, ironia, irritação, surpresa e até desprezo quanto ao tema apresentado, parecendo revelar que as pessoas sexagenárias que lidam bem com temas relacionados à velhice estão em número bem menor que o grupo de pessoas sexagenárias que não aceita nem mesmo falar sobre o assunto, ainda que queira ouvir sobre ele. Pessoas que lidam bem com seu envelhecimento tendem a viver com mais satisfação e a apresentar índices elevados de bem-estar, saúde e longevidade (Beleza & Soares, 2019).

Ao contrário, pessoas que reagem negativamente ao próprio envelhecimento tendem a assimilar estereótipos negativos, afastando-se de sua condição existencial, não reconhecendo seu potencial de crescimento, afetando seu engajamento em ações de autocuidado e limitando o desenvolvimento global. Nesses casos, os estereótipos do envelhecimento, assimilados no imaginário pessoal, influenciam prejudicialmente a experiência do envelhecimento, limitando visibilidade e reconhecimento das possibilidades que acompanham esta fase da vida (Soares, 2012). Essas constatações mostram existir uma relação entre autopercepção e envelhecimento bem-sucedido, revelando que o curso do envelhecimento não é marcado por harmonia entre o

processo pessoal de envelhecer e a cronologia. Envelhecer, então, não é um fenômeno tão natural quanto se considera (Beleza & Soares, 2019).

Ainda refletindo sobre as pessoas que não participaram deste estudo, há também a ocorrência de pessoas com idade bem superior a 65 anos que insistiram para ser entrevistadas. Uma reação contrária ao que percebeu nos não participantes que estavam dentro da faixa etária estipulada no critério de inclusão e que também merece uma reflexão.

Desta forma, é possível que os participantes desta pesquisa sejam aquelas pessoas que, ao se depararem com sua sexta década de vida e com as questões deste estudo, tendo consciência de quem são, como estão e do que esperam do resto de suas vidas, identificaram em si mesmas características e potencialidades que as diferenciam do conceito estereotipado de pessoa idosa. Ao negarem-se a assimilar tais conceitos e ao justificarem suas posturas, revelam a atitude típica do indivíduo saudável, que consegue relacionar-se intimamente com a sociedade sem ser engolido por ela, porque conhece seus limites de contato (Mesquita, 2011). Do ponto de vista da Gestalt-Terapia, diz-se que esses indivíduos estão *aware* de suas necessidades e de seu potencial de autossatisfação, e a partir dessa abertura para si mesmos, eles conseguem protagonizar sua trajetória de vida e experimentar envelhecimento como algo positivo e satisfatório, sem se deixar tomar pelos rótulos, estereótipos ou qualquer tipo de terminologia que os defina fora da maneira como se percebem e vivem seu processo de envelhecimento (Botelho, 2016).

O discurso dos participantes trouxe não somente uma negação da condição de pessoa idosa, mas também algumas justificativas para sustentarem sua convicção. De muitas maneiras os participantes foram apontando, em si mesmos, características relacionadas à autonomia, independência, liberdade e responsabilidade que pareciam provar ou evidenciar o quanto estão distantes da imagem que possuem do idoso, isso a partir de exemplos que remetiam às suas condutas da vida diária, que segundo eles uma pessoa idosa não poderia

praticar. A autonomia, então, apresentou-se como a capacidade de autogovernar-se a partir da confiança nos próprios valores, uma conquista que se dá diariamente por toda a vida e que tem estreita relação com a liberdade, com a forma pela qual as pessoas definem seus limites e vivenciam seu destino na vida cotidiana. A independência emergiu como característica das pessoas amadurecidas, que durante seu processo de desenvolvimento conseguiram superar a dependência ambiental quase absoluta da infância para estabelecerem-se como pessoas de independência relativa, já que como seres de relação não é possível chegar a uma independência absoluta. Assim, o processo de desenvolvimento até o amadurecimento está atrelado à autonomia e independência incidindo em liberdade, ampliação da responsabilidade e das possibilidades de movimento existencial (Pinto, 2021). Desta maneira, eles destacaram o amadurecimento como umas de suas principais características de pessoas não idosas, sendo ele um processo contínuo de superar o suporte ambiental ou heterossuporte e desenvolver o autossuporte, o que significa uma redução crescente das dependências (Perls, 1977).

Se, por um lado, as convicções de autonomia e independência dos participantes se contrapõem à perspectiva negativa de envelhecimento, de outro ângulo algumas justificativas e exemplos que trouxeram para apresentarem-se tais como se percebem coincidem com as novas perspectivas sociais de olhar a população idosa que propõem o envelhecimento ativo⁶. Caracterizado pela busca da funcionalidade global do indivíduo; o envelhecimento ativo é um importante marcador de qualidade de vida, indicativo de quanto a pessoa é plenamente capaz de viver com autonomia e independência, sendo responsável pelo gerenciamento da própria vida. Desse ponto de vista, a autonomia refere-se à capacidade de tomar decisões, e a

⁶ O termo envelhecimento ativo surgiu no final da década de 1990, tendo sido criado pela Organização Mundial de Saúde com o objetivo de ampliar a ideia de um envelhecimento saudável para um envelhecimento em que além de saúde, o indivíduo tenha participação social ativa. Para que seja ativo, é preciso que tenha direitos específicos, que seja incentivado a reconhecer e utilizar seu potencial para o bem-estar físico, social e mental ao longo de toda a vida e que possa desenvolver autonomia e independência. O objetivo maior é que haja aumento da expectativa de vida saudável e da qualidade de vida da pessoa idosa (World Health Organization [WHO], 2005).

independência indica que o indivíduo é capaz de realizar qualquer coisa através dos próprios recursos, sem nenhuma mediação (Sousa et al, 2018). Essa nova maneira de abordar o envelhecimento revela o impacto que a revolução da longevidade está causando no mundo e no Brasil e como esse novo olhar para com o indivíduo sexagenário já vem tocando as pessoas e provocando mudanças importantes nos comportamentos, como as apresentadas por esses indivíduos.

Em todas as entrevistas cada um dos participantes foi simultaneamente indicando o que entende por pessoa idosa e se afastando dessa imagem por meio de relatos que apontaram características próprias e coincidentes com o que Moreira e Sloan (2002) chamam de “viver significativamente”: uma existência caracterizada pela harmonia entre o sentir, pensar e agir, que dentro de um padrão de saúde e normalidade, ocorre de forma crítica e reflexiva, de modo que as experiências e os significados atribuídos a elas sejam conscientes e potencializados pela capacidade do indivíduo de fazer escolhas livremente.

O viver significativamente tem, então, desdobramentos de emancipação, consciência, potência, liberação e uma vida desideologizada. Desse modo, o indivíduo que vive significativamente, vivendo na relação, não está encarcerado em si mesmo, mas localiza-se na história, acha lugar no mundo para desenvolver-se e projetar sua vida, é constituído pelo mundo ao mesmo tempo que o constitui, o que vai ao encontro do homem gestáltico, o qual, como ser de potencialidades atualizáveis, tende a reorganizar-se na sua relação com o meio, suprindo suas necessidades e reencontrando-se com sua singularidade transformada, pois como um constante vir a ser, ele nunca está pronto, ele é processo (Aguiar, 2015).

A autopercepção de autonomia trazida pelos participantes deste estudo revela que estes indivíduos estão conectados com as necessidades que vivem no seu tempo presente de pessoas sexagenárias e que se relacionam bem com a idade que alcançaram. A resposta de autonomia e independência indica o caráter saudável de suas existências, remetendo à

awareness e ao contato, dois conceitos fundamentais da Gestalt-Terapia. Ligados à percepção do presente, esses conceitos expressam simultaneamente a capacidade de consciência que o indivíduo desenvolve para perceber e diferenciar o que ocorre dentro e fora de si mesmo e a forma como organiza seus recursos perceptivos e emocionais para significar seus sentimentos e suprir suas demandas. Esses dois recursos mediam a relação do indivíduo com seu ambiente, fazendo emergir as experiências, que são essencialmente relacionais. É na boa relação com o meio que o indivíduo consegue nutrir-se a fim de satisfazer suas necessidades (Frazão, 1999; Aguiar, 2015).

A partir dos elementos apontados anteriormente, é possível supor que esses indivíduos têm se ajustado criativamente diante dos desafios e possibilidades que a vida sexagenária lhes apresenta. O ajustamento criativo é um conceito gestáltico que se refere a um tipo de funcionamento, que quando saudável, coopera para que o indivíduo interaja com seu ambiente de maneira satisfatória. Esse indivíduo *aware* de suas várias necessidades consegue discriminar as prioridades e escolher como vai viver, ou seja, ele é plenamente capaz de ajustar-se criativamente às novidades e mudanças que o curso da vida vai proporcionando. Ao efetuar modificações no seu campo relacional pessoa-ambiente, encontra a melhor maneira de viver cada realidade, sendo impelido ao crescimento e avançando em sua história pessoal sem ser tomado por introjeções que tentem limitá-lo ou defini-lo fora de suas percepções e escolhas (Frazão, 1999).

Seguindo esse movimento de oposição ao termo idoso como a identidade de uma pessoa sexagenária e de diferenciação dele através da apresentação de características que lhes são peculiares e evidenciam sua autonomia e independência, os participantes expuseram também aspectos que lhes apresentam como seres de possibilidades e potencialidades. Apresentaram-se então, como pessoas dinâmicas, ativas, criativas, autênticas, tendentes à atualização e ao desenvolvimento. São pessoas localizadas no tempo em que vivem, com a

idade que alcançaram e com os anos que esperam viver, pois suas falas estão impregnadas de perspectivas para o futuro. Novamente nota-se uma proximidade entre a forma como se percebem e se apresentam e a visão da abordagem gestáltica, que considera o indivíduo como um ser de possibilidades (Costa, 2010).

O homem gestáltico é o homem no aqui-agora e, tal qual os participantes deste estudo, revela harmonia com sua vida no tempo presente discernindo como as condições ambientais o atravessam e lhe favorecem. Suas potencialidades são reveladas e acionadas através de um *continuum* de consciência que contribui para integração de suas habilidades sensoriais, motoras e intelectuais e também consigo mesmo, promovendo a ampliação e a fluidez de suas fronteiras de contato saudável. Desta forma, sua criatividade é despertada, capacitando a reinvenção do viver através da ressignificação das coisas que são dadas, gerando novos sentidos e mudando as prioridades, o que oportuniza o desenvolvimento de suas potencialidades por toda a vida (Mesquita, 2011).

Ao se apresentarem como pessoas autônomas e independentes, os participantes usaram como referência principal sua vida laboral ativa, a independência financeira e capacidade de tomar decisões e fazer escolhas sem mediações, principalmente os quatro participantes divorciados, que evidenciaram o fato de morarem sozinhos. Ao falarem de si mesmos como ser de possibilidades, enfatizaram especialmente sua capacidade de aprender e desenvolver coisas novas, expressando tanto a capacidade de aprendizagem, quanto o interesse por vivenciar experiências novas. Esse posicionamento dos participantes vem ao encontro do discurso da aprendizagem contínua, que na área da educação tem derrubado alguns mitos. Discurso que é fruto de pesquisas científicas que identificam a pessoa que envelhece como totalmente apta a aprender, indicando ainda que na velhice a aprendizagem e o exercício de novas habilidades, assim como nas demais idades, é um fator importante de promoção de saúde e bem-estar (Kalaché, 2019).

Todos estes elementos destacados pelos participantes reafirmam a necessidade de uma nova forma de olhar a população sexagenária. De acordo com Kalache (2019) a mudança do perfil demográfico brasileiro demanda a abertura imediata de oportunidades para que esse capital humano, até então desconhecido e pouco utilizado, tenha espaço e incentivo para se desenvolver. Nestes aspectos, tanto a capacidade para o trabalho, quanto a oportunidade de continuarem se desenvolvendo, foram bem explanadas pelos participantes desta pesquisa. Fato que só é possível por meio do exercício de novas habilidades que gerem prazer e bem-estar e que favoreçam a vida em sociedade e as relações intergeracionais. Aliás, a questão das relações intergeracionais foi um tema abordado por quase todos os participantes, seja como forma de se relacionarem com suas gerações, seja como forma de compartilhar oportunidades e experiências de vida. Kalache (2019) assevera que a longevidade, a despeito da complexidade do ajustamento social às demandas que traz, é um dom, uma conquista da civilização, que promove de forma excepcional o potencial de desenvolvimento humano, algo que aparece claramente nos resultados deste estudo.

Assim, o potencial de aprendizagem trazido pelos entrevistados surge como sinônimo de desenvolvimento, mostrando que envelhecimento para essas pessoas definitivamente não representa estagnação ou retrocesso, mas crescimento e transformação. Ou seja, o homem é um ser em processo e o processo é sempre criativo, não sendo impedido pelo avanço da idade. A interposição entre as descrições trazidas neste estudo, o desenvolvimento humano durante o envelhecimento e a visão de homem da Gestalt-Terapia culminam na crença de que o envelhecimento é tão parte do processo de crescimento/desenvolvimento, quanto todas as outras etapas de existência humana. Sendo assim, envelhecer é também crescer e isso através da autoatualização que vem ocorrendo durante toda a vida, do nascimento até a morte, sempre por meio da realização das potencialidades, da presença do outro e da ressignificação das experiências com o passar do tempo (Cardella, 2017).

Destarte, sendo o homem um ser essencialmente relacional, todas as suas oportunidades para a melhor vivência no mundo estão comprometidas com as repercussões de suas relações com o meio. Nem sempre suas potencialidades têm livre curso e suas possibilidades podem ser ameaçadas a depender dessas relações, não somente no sentido de não se realizarem efetivamente, mas antes disso, de nem mesmo serem consideradas ou reconhecidas como realidade. Desta maneira, os adoecimentos humanos estão diretamente relacionados às desarmonias relacionais entre o indivíduo, o mundo e, consequentemente, consigo mesmo (Holanda, 1998). Isso, inclusive, talvez possa dar uma pista sobre a motivação de algumas reações das pessoas que se recusaram a participar deste estudo, principalmente aqueles que acharam a temática sem propósito ou utilidade, afirmando que pesquisar sobre gente velha seria uma perda de tempo e afirmações afins.

O fato é que, para essas pessoas, a longevidade tem se apresentado como oportunidade de renovação por meio da aprendizagem, corroborando com a afirmativa de que a chegada da velhice traz consigo particularidades relacionadas às mudanças na aparência e na funcionalidade do corpo, mas que não comprometem sua existência e crescimento existencial. Aos poucos, o envelhecimento começa a demandar novas condutas de autocuidado, novos limites para o desempenho motor e novos comportamentos associados às mudanças fisiológicas. Contudo, o enfrentamento consciente dessas transformações e o acolhimento dos novos limites não são um ponto de parada, mas enquanto ajustamento criativo saudável, pode representar a abertura para novos horizontes existenciais, acionando a dimensão revolucionária da pessoa e despertando seu potencial criativo para a experiência do novo e das possibilidades dessa idade, que provavelmente não ocorreriam em outro momento da vida (Cardella, 2017).

Para além da diferenciação que os participantes fazem entre si mesmos e a imagem que descrevem de uma pessoa idosa e das características que exaltam como definidoras de

sua própria identidade, a temática do tempo emergiu neste estudo de forma sutil, mas não menos importante. A observação de como se posicionam diante da quantificação dos anos traz informações sobre como a temporalidade e a linearidade podem ser compreendidas nessa fase da vida. Chama a atenção como a autopercepção de tempo vivido dos participantes não se harmoniza com a ideia de uma existência reduzida à idade cronológica e todos os estereótipos a ela associados. Pinto (2021) afirma que quando o relógio, símbolo do tempo cronológico, se torna mais importante que o tempo vivido, perde-se a noção de vida no presente, que impossibilita a entrega ao que se é e que se pode viver a cada momento, gerando a angústia de uma vida ansiosa que está sempre para acontecer, mas que nunca se realiza, pois só se existe no futuro.

Porém, a maneira como falam de suas vivências em relação à passagem e contagem do tempo revela que a linearidade cronológica parece não protagonizar sua relação com a idade e a consideração que tecem de si mesmos, indicando outras formas de perceber a vida enquanto processo. É indiscutível que a noção de tempo tal qual é conhecida e praticada norteia a forma como os indivíduos se comportam, tendo uma função na manutenção da ordem social e na regulação dos atos sociais. Contudo, essa relação entre tempo cronológico e ordem social pressupõe uma atitude contínua de tentativa de controle do tempo, influenciando as vivências íntimas dos indivíduos através da limitação de sua espontaneidade, criatividade e liberdade de viver o presente com plenitude, já que o foco do homem ocidental é sempre o futuro (Mesquita, 2011).

No entanto, embora os participantes deste estudo se identifiquem como ser de possibilidades e enalteçam seus projetos para o futuro, percebe-se que sua vivência do presente é muito real e valorizada. Seus discursos demonstram o quanto estão comprometidos consigo mesmos, apercebidos de suas vontades e realizações atuais, sem a pressão de ter controle sobre o presente para garantir o futuro. Essa postura revela que embora como

cidadãos, estejam sujeitos às ordens sociais, enquanto pessoas saudáveis estão livres da obrigação de orientar seus esforços e recursos para investimentos que não permitam uma gratificação aqui-agora. Eles parecem conseguir desprender-se desse imperativo ocidental de viver uma temporalidade orientada para o futuro, o “lá-então”, e desfrutar o presente valorizado no “aqui-agora”, e a consciência do presente os instrumentaliza a lidar com a dinâmica da vida no mundo, da vida em interação (Mesquita, 2011).

Em Gestalt-Terapia as pessoas com esse tipo de comportamento são descritas a partir da sua tomada de consciência da experiência atual e que para isso se apropriam de suas funções perceptivas para fazer contato genuíno consigo mesmas. São pessoas inseridas no mundo de forma consciente, responsável e ativa, que buscam resolver seus conflitos e necessidades através do reconhecimento daquilo que sentem ser realmente importante em suas vidas, sendo despertadas para suas possibilidades e oportunidades no tempo do aqui-agora (Mesquita, 2011).

Refletindo sobre idade cronológica, representações sociais e estereótipos é possível intuir que a reação dos participantes ao termo idoso, pode representar um manejo saudável e consciente de sua autenticidade. Percebe-se uma resistência ao que é tradicional e esperado para pessoas na sua idade, manifestada nas expressões insistentes que evidenciam o modo como vivem, como se sentem e como se relacionam com o mundo a despeito dos anos cronológicos vividos. Santos (2013) explica que, da perspectiva biológica, envelhecer é degenerar, e o tempo cronológico é o referencial para marcar a deterioração do corpo e o gradativo declínio da independência do indivíduo até sua morte, confluindo em uma mesma visão, velhice cronológica e velhice biológica. Como categoria etária, a velhice é um produto histórico-cultural, um dos períodos cronológicos nos quais a vida está dividida do nascimento até a morte. Para cada período cronológico ou categoria etária há normas e regras que determinam como cada pessoa deve ser e se comportar e isso segundo as representações

sociais e estereótipos atribuídos a ela em cada sociedade e cada período histórico. Porém, idade cronológica é um fator importante para a definição de papéis, de responsabilidades e direitos sociais.

Assim, ao se recusarem ser chamados de idosos, de maneira alguma omitiram ou negaram suas idades, mas transcendem as questões cronológicas e puramente lineares. Detiveram-se em expressar mais a pessoa que cada um é em sua singularidade e experiência de vida, que aquilo que poderia corresponder à sua idade cronológica, biológica ou social.

Cardella (2017) comenta que o ser humano é muito complexo e que sua subjetividade ultrapassa a rigidez do tempo cronológico, a velhice tem uma relação diferenciada com o tempo. Suas falas a respeito de viver aos 60 anos, diferente de um lamento pela passagem do tempo enquanto finitude e perdas, revela-se como entusiasmo. A velhice traz consigo uma demanda específica, de reunir na pessoa que envelhece as polaridades Criança-Velho da existência humana, permitindo que a pessoa que envelhece possa tornar-se criança outra vez.

As polaridades reunidas não infantilizam, mas promovem a recuperação da capacidade infantil de assombrar-se e encantar-se com o mundo diante de si, aventurando-se a viver as descobertas e aprendizados de sua nova idade. A integração e fluidez dessas duas polaridades segundo a Gestalt-Terapia, formam a base do envelhecimento saudável permitindo que as forças e potencialidades de cada uma dessas fases da vida atuem de maneira complementar e harmônica no indivíduo (Cardella, 2017).

Ao contrário do trânsito entre as polaridades, a cristalização em um desses pólos existenciais gera posicionamentos extremistas e limitantes, “um estancamento do processo vital” (p. 214), reforçando dicotomias no psiquismo e na experiência, nas quais a pessoa tende a assumir-se eternamente jovem ou apenas senil, ficando vulnerável à sofrimentos e adoecimentos (Cardella, 2017). A fala da autora de forma alguma é usada aqui como sentença ou interpretação, mas como um ponto de reflexão sobre o comportamento de algumas pessoas

durante a busca de participantes para este estudo. Principalmente daquelas que sabidamente estavam na faixa etária estabelecida no critério de inclusão, mas afirmaram ter idades diferentes e inferiores às que realmente tinham, como justificativa para sua recusa.

Destaca-se que algumas pessoas com mais de 65 anos pediram para participar deste estudo e chama a atenção a disposição e interesse com que se dispuseram e insistiram, mesmo sabendo que estavam fora dos critérios de inclusão de participantes. Não há como avaliar com exatidão esse interesse, tão oposto ao das várias pessoas que se recusaram. Mas estudos sobre idade cronológica e idade subjetiva ou percebida indicam que indivíduos que se sentem mais novos costumam não se identificar com pessoas de sua própria idade, um fenômeno que pode ocorrer em qualquer tempo da vida, não sendo exclusividade de pessoas mais velhas (Amor, 2017). Mas, após os 40 anos é comum que as pessoas se sintam 20% mais jovens do que são, mantendo essa perspectiva com o passar dos anos (Rubin & Berntsen, 2006). Esse fato é descrito como positivo ao desenvolvimento, favorecendo o bem-estar subjetivo e a longevidade com melhor saúde física e mental, pois aumentam o potencial de sociabilidade, a independência, a autonomia e as medidas de autossatisfação (Bowling, et al., 2005).

Segundo Cardella (2017), para a abordagem gestáltica o ser humano é caracterizado como um ser de temporalidade. O indivíduo vive simultaneamente o tempo Cronos e o tempo Kairós. O tempo Cronos com sua historicidade linear (passado, presente e futuro), a dimensão circular do tempo, se refere aos ciclos da vida. O tempo existencial ou Kairós, é transcendente ao tempo linear e possibilita ao humano experimentar o sabor da eternidade no presente, ainda que continue efêmero. É na vivência de cada uma dessas dimensões do tempo que se dá o processo de crescimento. Assim, um ouvir atento para as falas e as diferenciações que os participantes fizeram entre ser idoso, ter 60 anos, ser legalmente idoso e não se sentir idoso, revela como cada um deles transita entre os tempos Cronos e Kairós e como se dá de maneira fluida e saudável seu crescimento.

De maneira geral as descrições obtidas nas entrevistas trouxeram um continuum de identificações que foram descortinando os modos de ser e existir desse grupo de pessoas em sua relação com a idade de 60 anos e o tornar-se legalmente idoso. Os entrevistados mostraram que tipo de pessoas se tornaram no percurso de uma vida longeva não havendo, contudo, registro da velocidade e da falta de tempo características do adulto típico de nossa sociedade e cultura. Em cada relato foi percebido um certo equilíbrio entre uma vida laboral ativa, que responde a prazos e obrigações e uma vida de desfrute, voltada para a autossatisfação e o descanso. Nesse sentido, Juliano (1999) afirma que a chegada da maturidade, de maneira geral, traz consigo uma história de vida com tarefas existenciais cumpridas, que remetem a ter tempo, mesmo que paradoxalmente, se caminhe para o fim do tempo. A concretude do tempo disponível na maturidade é acompanhada de uma visão mais nítida dos acontecimentos do mundo e dependendo das sensações que dominam cada pessoa em relação a ter ou não ter tempo, é que suas atitudes refletirão suas reações às pessoas e à vida, desencadeando as várias formas de experimentar o envelhecimento.

Refletindo um pouco mais sobre o fato de todos trabalharem, mas de aparentemente vivenciarem seus ofícios fora dos padrões de falta de tempo e velocidade pertinentes aos modos tradicionais, percebe-se que não estão submissos ao tempo do relógio e seu uso ocidental e capitalista: o tempo cronológico, que crono-metra, tem algo de desalojador e universalizante, que ao desarticular a experiência pessoal do contato vivo com o mundo e com o outro, faz do viver uma alienação. Esse tempo cronológico determina e dirige as ações e vivências, que não passam pelo critério da presença e da experiência espaço-temporal, da singularidade e da diferença. Na contemporaneidade, tempo cronológico e velocidade se misturam, quanto mais corremos, menos tempo temos e a sensação é de vazio, de falta de eficácia, pois o que se busca parece sempre inalcançável e a ânsia pela chegada, faz com que se perca a beleza do caminho, que se torna uma espécie de não lugar (Alvim, 2015).

Todavia, o que esses indivíduos parecem comunicar é que, ao conseguirem transitar entre o tempo Cronos e o tempo Kairós, acessam e apropriam-se do que Alvim (2015) chama de experiência sensível. Ou seja, a experiência que transcende o marcador mecânico e implacável do tempo Cronos, vivencia a aventura e o risco de expor-se ao novo, ao desconhecido, amplia fronteiras e estabelece novos limites para a própria ação no mundo da vida. Isso através da diminuição do ritmo, do andar devagar, do valorizar as pausas, para que se reencontre a presença, o ser-tempo, e desprendidos e atualizantes, possam caminhar inteiros pelo presente, desfrutando do caminho e da paisagem. Desenvolvem, assim, uma ética da lentidão, onde o parar e estar presente produz mais vida que o correr (Alvim, 2015).

Até aqui os resultados advindos da análise das entrevistas favoreceram uma discussão extremamente direcionada pela autopercepção dos participantes em relação a ser ou não ser idoso. Contudo, independente de suas percepções, ser reconhecido socialmente como idoso foi uma experiência real e significativa nos relatos, trazendo à tona a dimensão biológica do envelhecer, quando as mudanças corporais e fisiológicas começam a ser visíveis e a força social da idade cronológica na velhice começa a despontar. As experiências oriundas do encontro com o olhar do outro também se revelaram importantes. Assim, o nascimento dos dentes, o aparecimento dos seios, o surgimento dos bigodes, o embranquecimento dos cabelos, são exemplos de mudanças corporais biológicas com significados sociais marcantes. Na velhice essas transformações podem marcar mais que uma mudança de fase ou estágio desenvolvimental; configurando-se também como um tipo de reconhecimento social conflituoso com a percepção pessoal, além de poder estar carregado de comportamentos preconceituosos que resultam em exclusão social. O corpo na velhice faz oposição ao corpo idealizado pela sociedade, que ainda exalta a juventude com sua beleza característica e a força, remetendo a significados formados pela visão de perda, declínio e adoecimento atribuídos ao envelhecimento biológico e diretamente associados à pessoa que envelhece.

Contudo, a afirmação de que a velhice tem seu início aos 60 anos é apenas uma consideração socialmente construída, baseada unicamente em pressupostos biológicos e que restringe o humano a essa dimensão (Blessmann, 2004). As marcas inevitáveis do envelhecimento biológico não deveriam mais ser a base definidora da existência, porque o corpo que envelhece continua sendo pessoa.

Quando não há correspondência entre a expectativa social de envelhecimento por idade cronológica e a autopercepção do indivíduo, surge um conflito entre a imagem que a pessoa tem de si mesma e a forma como é reconhecida socialmente. Ao não corresponder ao que é padronizado para sua faixa etária, o indivíduo é socialmente olhado com desconfiança, questionado em suas convicções autoperceptivas. Contudo, o olhar holístico da visão de homem Gestalt-Terapia comprehende esse sujeito “fora do padrão” como alguém que corresponde, antes de tudo, às próprias expectativas, e que se ajustou criativamente para viver seus tempos e idades como melhor lhe convém. Isso porque não foi reduzido a apenas uma ou outra dimensão de sua existência, mas a partir de sua interação com o meio e com os diversos aspectos que atravessam suas experiências e constituem sua subjetividade (Santos, 2013). Assim, a partir das relações estabelecidas entre suas percepções, a idade cronológica, a idade legal que regulamenta a mudança de faixa etária, as representações sociais e os estereótipos, é possível intuir que a reação dos participantes ao termo idoso pode expressar um manejo saudável e consciente de sua autenticidade.

Percebe-se de modo positivo uma resistência ao que é convencional e esperado para pessoas nessas idades. As manifestações em suas expressões insistentes de negação da condição de pessoa idosa, repetiam e traziam à tona o modo como vivem, como se sentem e como se relacionam com o mundo, não importando a soma dos anos cronológicos vividos e de sua aparência física. Mas o fato é que seus corpos estão se transformando e as marcas do envelhecimento começam a surgir e ser reconhecidas socialmente e a velhice começa a

aparecer através do olhar do outro. Nesse sentido, apesar deste estudo estar voltado para a experiência e de focar na singularidade característica da Gestalt-Terapia, tal qual essa abordagem, não há como omitir ou negar a dimensão biológica do humano e suas repercussões no envelhecimento. É importante reconhecer as regularidades, as mudanças biológicas e psicológicas que ocorrem durante toda a vida, e o que pode haver de comum e semelhante a todos os seres humanos, seja por sua constituição genética, seja por estarem inseridos em um mesmo contexto de mundo capitalista ocidental (Aguiar, 2015).

A questão das mudanças corporais e fisiológicas vivenciadas nessa fase da vida mostra-se como um dado importante de percepção de envelhecimento. Mas nem sempre a percepção é da pessoa que envelhece, mas daquele que a vê. Podendo também ocorrer somente em estágios mais avançados ou com o surgimento de doenças. Uma pesquisa brasileira realizada com mais de 1.600 pessoas, revelou que o envelhecimento humano é comumente dividido entre envelhecimento físico ou biológico e envelhecimento não físico. O envelhecimento biológico foi considerado inevitável e inconveniente conforme vai transformando a pessoa que envelhece. O envelhecimento ligado ao intelecto, associado à trajetória de vida e suas experiências, foi designado como positivo e muito valorizado, principalmente pelas pessoas na faixa dos 60 anos, pois remeteria à sabedoria (Rougmont, 2012).

Assim, envelhecer seria perda biológica e ganho intelectual. Contudo, para essa mesma faixa etária, o reconhecimento e a aceitação da chegada da velhice só ocorreriam quando os aspectos físicos do envelhecimento fossem realmente notados. A experiência de vida, o amadurecimento e a sabedoria foram usados como contraponto à velhice, pois consideraram que estas características impediriam que uma pessoa se tornasse “velha”:

Aquele que é experiente, sábio e maduro envelheceu, mas não se tornou “velho”.

Envelhecer é biológico, ficar velho depende da pessoa, de seu comportamento e de

saber usar a experiência de vida para não se tornar um estereótipo de velho, dando significado pessoal à sua trajetória de vida (Rougemont, 2012, p. 17).

Por conseguinte, o discurso da valorização da experiência, da sabedoria e da maturidade seria uma forma de garantir um lugar na sociedade, talvez um esforço de autopreservação da pessoa que embora em processo de contínua transformação, continua sendo a mesma e precisa refrear as novas formas de tratamento que lhe são dirigidas a partir da declaração de sua idade ou das mudanças em seu corpo (Vieira & Lima, 2013).

As narrativas analisadas neste estudo trouxeram alguns exemplos de como esses comportamentos ocorrem e como podem ser constrangedores ou, às vezes, inesperadamente agradáveis. Estudos revelam que as mudanças de tratamento para com a pessoa que envelhece podem ocorrer como disfarces socialmente aceitáveis para os estereótipos que ainda dominam o imaginário social relacionado ao envelhecimento. É comum que atitudes pseudopositivas surjam para camuflar preconceitos enraizados na cultura, como o uso de linguagem infantilizada para evidenciar um cuidado afetuoso (*babyltalk*) e a prática de cuidados excessivos (*overaccommodation*). Práticas como essas parecem representar cuidado e respeito, mas invariavelmente reforçam os preconceitos e ampliam a sensação de incapacidade do indivíduo. Essas atitudes não costumam ser respostas a uma demanda particular, mas são práticas com base nos estereótipos de idade. As implicações desses tipos de comportamentos são danosas, pois tanto negam quanto desautorizam a autonomia da pessoa e suas potencialidades, podendo desencadear sensações de inferioridade e humilhação (Vieira & Lima, 2013).

As mudanças corporais e fisiológicas podem ser bem recebidas ou não e há muitos fatores que tentam explicar as resistências às marcas do envelhecimento. Se por um lado elas podem mesmo passar despercebidas ou simplesmente não ser alvo de preocupação, por outro lado, o reconhecimento social de envelhecimento pode disparar comportamentos sociais de

mudanças no tratamento da pessoa devido sua idade ou aparência. De qualquer forma envelhecer é transformar, é mudar para ser cada vez mais o que se é. Assim, pode haver um estranhamento entre o encontro com o novo que emerge dentro de cada um em seu envelhecimento e o reconhecimento que esse novo causa no mundo exterior. O mudar e ser o mesmo parece ser o grande paradoxo do envelhecimento, a maior novidade, pois aciona uma contraposição entre aquilo que se é e aquilo que cada idade afirma que deveríamos ser, gerando um desgaste previsível. O “deveria” aliás, é uma forma de conduta totalmente condenada pela Gestalt-Terapia, pois sua orientação é totalmente “antideveria” (Polster & Polster, 2001).

Ainda que a temática da finitude não tenha sido identificada objetivamente nas falas dos entrevistados, o crescimento implica em morte, pois o novo só se apresenta diante da transformação do antigo. É necessário que um modo de viver acabe, para que outro nasça. Nesse sentido, em relação ao envelhecimento, a experiência da morte deveria ter espaço para acontecer e isso deveria ser natural e acolhido socialmente, pois o ressurgimento da pessoa modificada, o crescimento e a maturidade só ocorrem pela “de-formação do antigo e pela formação do novo” (Juliano, 1999, p. 139).

Com isso, comprehende-se que a experiência de envelhecer desse ser-no-mundo está atrelada ao que acontece em si mesmo e ao que se dá na sua relação intrincada com esse mundo, fazendo com que o significado da experiência tenha tanta importância quanto à qualidade dela. E isso, no presente. Pois, como afirmam Polster e Polster (2001, p. 31): “A qualidade simbólica de um acontecimento projeta-o para frente por causa de seu poder para carregar adiante o significado novo criado pelo indivíduo”. A atribuição de significados à experiência no presente possibilita que o indivíduo se aproprie de seu lugar no contexto de sua vida e não se restrinja ou se encapsule de forma alienada em introjeções que

arbitriamente determinem quem ele deveria ser por causa da sua idade cronológica ou status legal.

Finalmente, esta discussão não poderia ser encerrada sem que se retome a questão das recusas e justificativas para o convite de participação neste estudo a partir de uma reflexão sobre a pandemia de COVID-19, que foi decretada oficialmente pela Organização Mundial de Saúde (OMS) em 11 de março de 2020. Embora somente uma participante tenha se referido ao assunto, é importante destacar como esse momento histórico da humanidade tem afetado as pessoas com mais de 60 anos, que foram primariamente consideradas como as mais vulneráveis ao vírus e aos quadros graves e mortais da evolução da doença (Hammerschmidt et al, 2020; Oliveira, 2020), no período em que as entrevistas foram realizadas (março/abril de 2020).

Estudos recentes, como o realizado por Romero e Silva (2021), indicam que o advento da pandemia denunciou um aumento importante nos sentimentos de solidão, ansiedade e tristeza entre a população considerada idosa e aumento dos casos de depressão, devido ao afastamento ou isolamento social, principalmente entre as mulheres, que desempenham papéis sociais importantes na família, como o cuidado dos netos. Os autores afirmam que, quanto à experiência emocional, as mulheres são mais expressivas e costumam buscar ajuda, enquanto os homens reagem com experiências emocionais mais intensas, como raiva e agressividade, mas com menos expressividade, o que pode aumentar seu sofrimento e o índice de mortalidade.

Pesquisas publicadas sobre a pandemia do COVID-19 revelam que as informações relacionadas ao coronavírus, veiculadas nas mídias de comunicações em massa no ano de 2020, foram majoritariamente associadas à população idosa, principalmente no que se refere ao agravamento dos quadros infecciosos, letalidade da doença e transmissão do vírus. Este manejo midiático das informações colocou a pessoa idosa como centro gravitacional da

doença COVID-19, desencadeando reações diversas e potencialmente danosas a esse público. A superproteção, através de isolamento social desprogramado e sem apoio, o reforçamento dos estereótipos de fragilidade e incapacidade, bem como a ampliação das generalizações e discriminações por idade, tornaram o idoso ou a pessoa com mais de 60 anos “o agente contaminante da pandemia”, levantando diversos questionamentos sobre as condutas para com essa população e suas consequências (Leão et al 2020, p. 45125).

Dessa forma, o ageísmo contra a população idosa, tão marcante em nossa sociedade, foi potencializado, podendo ter influenciado negativamente seu comportamento, além de certamente ter causado impactos sociais e psicológicos danosos. A propagação das *fakenews*, dos *memes* depreciativos, das opiniões ofensivas disparadas através de *hashtags* e tantos outros comportamentos sociais vivenciados nesse período, dispararam sentimentos que fortaleceram o isolamento social, não mais por desejo de proteção do idoso, mas por sentimentos de ódio e repulsa devido à propagação do coronavírus como uma doença de velhos (Silva et al, 2020). Assim, a partir dessas informações, longe de tecer alguma relação conclusiva de causa e efeito entre as recusas e reações ao convite para a participação neste estudo, o que se propõe é uma reflexão ética e cuidadosa a respeito de como a pandemia e toda a dinâmica social rapidamente adaptada à ela pode ter repercutido nas reações dessas pessoas, que como tem sido afirmado desde o início desta discussão, são ser-no-mundo, e na relação com o meio são constituídas, nem sempre se ajustando criativamente às demandas de seu tempo. Como afirma Holanda (1998), em Gestalt-Terapia o adoecimento expressa um indivíduo em desarmonia relacional com o mundo em geral ou consigo mesmo (Holanda, 1998).

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O fenômeno do envelhecimento populacional e o aumento da expectativa de vida resultaram no que tem se chamado de revolução da longevidade. O número de pessoas com idade igual ou superior a 60 anos aumentou exponencialmente no Brasil, que em breve será o quinto país do mundo com o maior número de idosos (Kalache, 2019). Isso significa que o país perdeu sua característica de país jovem e precisa realizar mudanças consistentes para responder aos desafios demandados por essa transformação demográfica. Tanto para a saúde pública, quanto para todas as outras dimensões da vida em sociedade, a longevidade traz consigo transformações que precisam ser compreendidas em suas especificidades a fim de que a população idosa seja atendida em suas demandas, preservando assim sua integridade. Esta é a beleza da construção do conhecimento, iniciativas vindas dos mais diferentes ramos do saber, ainda que trabalhando de forma aparentemente isolada, consonantes às suas próprias especialidades e métodos, quando reunidas podem compor novos caminhos para a solução de um mesmo problema ou a ampliação de entendimento de um mesmo assunto.

Nesta pesquisa, o envelhecimento populacional enquanto fenômeno atual e impactante na sociedade e na constituição do indivíduo que envelhece, foi ponto de partida para a tentativa de compreender como a chegada desta nova fase da vida é significada pelos indivíduos que têm idade entre 60 e 65 anos na atualidade. A escolha de usar o termo idoso veio da consideração de sua popularidade, por ser um termo muito conhecido no país e também por ser um referencial de Lei que demarca o limite etário entre a idade adulta e o início da velhice (Lei 10.741/2003, que regulamenta o Estatuto do Idoso). Imaginou-se que usá-lo facilitaria o diálogo com os participantes da pesquisa, diminuindo as chances de incorrer em termos que pudesse não ser conhecidos por todas as pessoas ou até causar algum tipo de constrangimento.

O olhar para o indivíduo sexagenário, nesta pesquisa, foi direcionado sempre para a força das suas possibilidades e valendo-se da sua capacidade de ajustar-se criativamente ao mundo que o cerca e na sua inserção interativa nesse mundo. Tomando como sustentação teórica a visão de homem da Gestalt-Terapia, a discussão foi articulada também com outros achados científicos para pensar sobre o homem que envelhece, sobre o indivíduo que se torna legalmente idoso e suas possibilidades na experiência de uma vida longeva na atualidade. A partir dessa perspectiva o envelhecimento foi descaracterizado como uma fase marcada exclusivamente por declínios e adoecimentos, embora possa ser acometido por uma situação e outra.

O esforço empreendido neste estudo foi para destacar que a vida sexagenária é vida em desenvolvimento, é tempo de crescimento, um período propício à novidade e à reinvenção, desde que observadas as condições peculiares do envelhecer pertinentes a cada pessoa e ao seu contexto. Contudo, o que se evidenciou com as falas dos participantes, é que a preservação da saúde e o reconhecimento social determinarão o grau de dependência do indivíduo, bem como suas possibilidades de autonomia, engajamento social e bem-estar, constituindo assim, novas possibilidades de ser idoso.

A reação dos participantes ao termo idoso não somente ressignificou os objetivos da pesquisa, como também trouxe à tona todos os temas que emergiram da análise das entrevistas, causando inicialmente, de forma inesperada, o constrangimento que se quis evitar. De fato, todos os participantes conheciam o termo idoso, mas atribuíam a ele significados e representações que divergiam opostamente da maneira como se sentem, como experimentam a vida após os 60 anos.

Considerando a multiplicidade de fatores que cercam o fenômeno do envelhecimento e as repercussões na pessoa que envelhece e torna-se legalmente idosa, busquei, com esta pesquisa, a compreensão geral do tema e a exploração de suas especificidades, para que os

resultados alcançados possam colaborar com outros estudos, bem como em ações úteis ao público-alvo e à sociedade de modo geral. Os objetivos da pesquisa foram alcançados na medida em que cada participante elucidou sua perspectiva de ser idoso neste tempo.

A entrevista semiaberta permitiu uma interação horizontal entre pesquisador e participante, dispondo de certa flexibilidade para explorar melhor os diálogos (Amatuzzi, 2009). Foi possível ampliar a relação dialógica durante a entrevista e assim dar sequência à investigação proposta, compreendendo a maneira como significavam este momento de suas vidas e porque o termo idoso não lhes correspondia. Nesse sentido, todos os participantes afirmaram não ser pessoas idosas, desvinculando suas respostas do termo idoso utilizado nas perguntas disparadoras e condicionando-as aos significados que atribuíam à experiência de ser uma pessoa com mais de 60 anos. De forma simultânea, enquanto descreviam o que é uma pessoa idosa, descreviam também como se diferenciam, em suas experiências pessoais, dessa população.

O desafio, então, foi acolher a negativa dos participantes quanto ao termo idoso, entendendo que é ele quem vivencia a experiência do fenômeno e é o mundo dele que está sendo adentrado (Moreira, 2004). Ao respeitar e tentar apreender os sentidos que davam a si mesmos nessa fase da vida, passei a identificá-los na escrita desta dissertação como pessoas sexagenárias, longevas, ou simplesmente e significativamente como pessoas. Toda minha percepção voltou-se para a experiência de fazer 60 anos na atualidade, considerando que esse era o fenômeno em si, pois realmente tive que suspender tudo que sabia ou imaginava sobre o tema, para apreender o que eles trouxeram como realidade vivida, considerando apenas a experiência em si mesma, sem qualquer tipo de questionamento ou julgamento de realidade (Amatuzzi, 2009).

Os resultados deste estudo foram tomado forma justamente enquanto eu me desafiava a ir além do “não sou idoso”, dispondo-me a ouvi-los, aceitá-los e compreendê-los

tal como se reconhecem e se apresentam em suas experiências, ou seja, tal qual o fenômeno se apresentava. Além disso, constatei que, mesmo biologicamente, as pessoas envelhecem de maneiras diferentes. Então, a compreensão da combinação das especificidades socioeconômicas, culturais e biológicas dos indivíduos envelhescentes culmina no reconhecimento não da velhice como fenômeno universal, mas de velhices, como vem sendo destacado em várias pesquisas.

O contato com os participantes foi tão rico e instigante quanto o contato com as pessoas que não quiseram participar do estudo. A partir desse contraste, levantou-se uma série de questionamentos sobre como o perfil e as respostas destes participantes pode representar ou evidenciar o impacto da revolução da longevidade na sociedade. Talvez, os resultados deste estudo, sejam o testemunho de uma possível transição entre os velhos modelos de compreensão da pessoa idosa e do processo de envelhecer e das novas visões e posturas que a representatividade crescente dessa população começa a promover. O que, aliás, se propõe como novo e importante tema para novos estudos.

Os achados desta pesquisa revelam que, ao mesmo tempo em que há notadamente uma mudança de comportamento quanto à visão de envelhecimento nessa faixa etária, há ainda uma força muito grande nos estereótipos negativos de idade. Esses estereótipos não somente distorcem as características particulares atribuídas a cada etapa do desenvolvimento humano, como também generalizam essas particularidades para todas as pessoas a partir de um referencial cronológico ou legal de idade. Assim, toda pessoa que completa 60 anos, do ponto de vista de uma visão estereotipada, passa a ser idosa e a ser vista e tratada segundo os adjetivos socialmente impostos às pessoas nessa idade e status social. O que pode justificar porque nenhum deles se reconhece como idoso e porque muitos nem aceitaram falar sobre o assunto.

A principal reação dos participantes foi destacar que não são idosos através da exaltação de características que lhes constituem em sua identidade: autonomia e independência e ser de possibilidades. Em seguida, eles evidenciaram que a percepção de tempo também é um fator importante e que a idade cronológica nessa fase da vida deixa de ser um referencial de identidade, em detrimento de outras formas de significar a passagem do tempo. No entanto, embora a importância da autopercepção como maior fator de diferenciação tenha sido marcante em todas as falas e as relações com o tempo tenham se destacado, o reconhecimento social de envelhecimento também teve voz e presença nos discursos. O ser olhado e reconhecido pelo outro como alguém aparenta mudanças advindas do envelhecer destacou-se como uma experiência peculiar do processo de envelhecimento e muitas vezes conflitante com a autopercepção. Contudo, uma outra descoberta deste estudo é que em toda a dinâmica das falas dos participantes não foi percebida negação ou rejeição ao envelhecimento, mas um movimento saudável de resistência ao modo gerontofóbico de qualificar e tratar a pessoa que envelhece nessa sociedade.

Com relação ao método qualitativo de abordagem fenomenológica utilizado neste estudo, considero uma escolha adequada para a realização dos objetivos propostos. Através de suas etapas os significados foram sendo descontinuados, ampliando qualquer entendimento ou conhecimento anterior que se tivesse do tema estudado. Foi possível o acesso ao fenômeno e aos significados atribuídos a ele, de forma consistente e profunda, não generalizante e nem interpretativa, mas tal qual o fenômeno se revelou por si mesmo, como descreve Heidegger (1989, p.65): “deixar e fazer ver por si mesmo aquilo que se mostra, tal como se mostra a partir de si mesmo).

Como citado anteriormente, o fenômeno do envelhecimento populacional brasileiro é recente e se deu com uma velocidade muito acentuada, sendo considerado uma conquista humanitária, com grandes implicações. O número de pesquisas sobre esta temática tem

aumentado exponencialmente nas últimas duas décadas em diversas áreas do saber, mas ainda é insipiente considerando a complexidade do fenômeno e suas repercussões em um país com destacada diversidade social, cultural e econômica. Para além dos objetivos propostos neste estudo, o fenômeno da pandemia por Covid-19 pode direcionar novos estudos no que tange à compreensão de ser idoso. Mesmo não tendo sido amplamente discutido neste estudo, a pandemia refletiu no modus operandi da pesquisa, de tal modo que houve uma limitação para o alcance de mais participantes tendo em vista os critérios de risco de transmissão da doença e respeito ao distanciamento social. Outros estudos poderiam aprofundar os efeitos da pandemia nesta população investigando como se eles se ressignificam a partir da pandemia.

Para encerrar este estudo não poderia deixar de mencionar como fui tocada nos encontros vividos com essas pessoas e como concluo esta etapa de estudo e trabalho transformada como pessoa e como profissional. Principalmente pelo difícil exercício da *Epoché*, que, acima de tudo, é um exercício de ética e empatia, e que proporcionou experiências que ultrapassaram a dimensão pesquisador/entrevistado, mas permitiu o encontro dialógico, de pessoa para pessoa, a intersubjetividade. Acrescento ainda que a escolha do método foi decisiva para que os resultados fossem alcançados e mostrou como é fascinante a produção de conhecimento a partir da experiência vivida. Meu sentimento é de encanto, contentamento e gratidão.

REFERÊNCIAS

- Aguiar, L. (2015). *Gestalt-terapia com crianças: teoria e prática*. São Paulo: Summus.
- Alves, R., Santos, G., Ferreira, P., Costa, A., & Costa, E. (2017). Atualidades sobre a psicologia da saúde e a realidade brasileira. *Psicologia, Saúde e Doenças*, 18(2), 545-555. <https://dx.doi.org/10.15309/17psd180221>
- Alvim, M. B. (Org.). (2015). *Clínica de situações contemporâneas: fenomenologia e interdisciplinaridade*. Curitiba: Juruá.
- Amatuzzi, M. M. (2003). Pesquisa fenomenológica em psicologia. In M. A. Toledo Bruns & A. F. Holanda (Org.). *Psicologia e fenomenologia: reflexões e perspectivas* (pp.17-16). Campinas: Alínea.
- Amatuzzi, M. M. (2006). A subjetividade e sua pesquisa. *Memorandum: Memória e História em Psicologia*, 10, 93-97.
<https://periodicos.ufmg.br/index.php/memorandum/article/view/6735>
- Amatuzzi, M. M. (2009). Psicologia fenomenológica: uma aproximação teórica humanista. *Estudos de psicologia (Campinas)*, 26(1), 93-100. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2009000100010>
- Amor, A. M. M. (2017). “*Velho por fora, novo por dentro*”: a idade subjetiva e o impacto na sintomatologia depressiva [Dissertação de Mestrado, Universidade de Lisboa].
Repositório da Universidade de Lisboa.
https://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/33015/1/ulpie052773_tm.pdf
- Andrade, C. C., & Holanda, A. F. (2010). Apontamentos sobre pesquisa qualitativa e pesquisa empírico-fenomenológica. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 27(2), 259-268. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2010000200013>
- Antony, S. (2006). A criança em desenvolvimento no mundo: um olhar gestáltico. *IGT na Rede ISSN 1807-2526*, 3(4).

https://www.igt.psc.br/Artigos/a_crianca_em_desenvolvimento_um_olhar_gestaltico.htm

Beleza, C. M. F., & Soares, S. M. (2019). A concepção de envelhecimento com base na teoria de campo de Kurt Lewin e a dinâmica de grupos. *Ciência & Saúde Coletiva*, 24(8), 3141-3146. Epub August 05, 2019. <https://doi.org/10.1590/1413-81232018248.30192017>

Berlinck, M. A. (2000). A Envelhescência. *Psicopatologia Fundamental*, 193-198. São Paulo: Escuta. https://www.academia.edu/2012952/A_envelhescencia

Bicudo, M. A. V. (1994). Sobre a Fenomenologia. In M. A. V. Bicudo & V. H. C. Espósito (Org.). *Pesquisa qualitativa em educação: um enfoque fenomenológico* (pp. 15-22). Piracicaba: UNIMEP.

Blessmann, E. J. (2004). Corporeidade e Envelhecimento: O Significado do Corpo na Velhice. *Estudos Interdisciplinares do Envelhecimento*, 6, 21-39.
<https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/19665/14537>

Boni, V., & Quaresma, S. J. (2005). Aprendendo a entrevistar: como fazer entrevista em Ciências Sociais. *Em Tese (Revista Eletrônica dos Pós-Graduandos em Sociologia Política)*, 2(1), 68-80.

<https://periodicos.ufsc.br/index.php/emtese/article/view/18027/16976>

Boris, G. D. J. B. (2011). A (pouco conhecida) contribuição de Brentano para as psicoterapias humanistas. *Revista da Abordagem Gestáltica*, 17(2), 193-197.
<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=357735515010>

Botelho, J. (2016). O trabalho com idosos em Gestalt-terapia. In Frazão, L. M., & Fukumitsu, K. O (Org.). *Modalidades de intervenção clínica em Gestalt-terapia*. São Paulo: Summus.

- Bowling, A., See-Tai, S., Ebrahim, S., Gabriel, Z., & Solanki, P. (2005). Attributes of age-identity. *Ageing & Society*, 25, 479-500. doi:10.1017/S0144686X05003818
- Branco, P. C. C. (2014). Diálogo entre Análise de Conteúdo e Método Fenomenológico Empírico: Percursos Históricos e Metodológicos. *Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies*, 20(2), 189-197.
- <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5119832>
- Branco, P. C. C. (2020). A ideia da consideração positiva incondicional como Epoché: Limites e Suspensão do quê? *Estudos & Pesquisas em Psicologia*, 20(4), 1088-1107.
- <https://doi.org/10.12957/epp.2020.56652>
- Brasil. (2003). Lei No 10.741, de 01 de outubro de 2003. Dispõe sobre o Estatuto do Idoso e dá outras providências. *Diário Oficial [da] República Federativa do Brasil*.
- http://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/2003/L10.741compilado.htm
- Brasil (2018a). Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística [IBGE]. *Projeção da população do Brasil e das Unidades da Federação*.
- <https://biblioteca.ibge.gov.br/index.php/biblioteca-catalogo?view=detalhes&id=2101597>
- Brasil (2018b). Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística [IBGE]. *Tabela 2010-2060 - Projeção da População (revisão 2018)*.
- <https://biblioteca.ibge.gov.br/index.php/biblioteca-catalogo?view=detalhes&id=2101597>
- Brasil (2018c). Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística [IBGE]. *Número de idosos cresce 18% em 5 anos e ultrapassa 30 milhões em 2017*.
- <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-noticias/2012-agencia-de-noticias/noticias/20980-numero-de-idosos-cresce-18-em-5-anos-e-ultrapassa-30-milhoes-em-2017>

- Brentano, F. (1973). *Psychology from an Empirical Standpoint*. Trad. Antos Rancurello, Linda McAlister. London: International Library of Philosophy (originalmente publicado em 1874).
- Camarano, A. A. (2013). Estatuto do Idoso: avanços com contradições. *IPEA (Texto para discussão, 1840)*. Rio de Janeiro. http://www.ampid.org.br/v1/wp-content/uploads/2014/08/td_1840.pdf
- Cardella, B. H. P. (2002). *A construção do psicoterapeuta: uma abordagem gestáltica*. Summus Editorial.
- Cardella, B. H. P. (2009). *Laços e Nós: amor e intimidade nas relações humanas*. São Paulo: Ágora.
- Cardella, B. H. P. (2017). *De volta para casa*. Amparo: Gráfica Foca.
- Carvalho, L. C., & da Costa, I. I. (2010). A clínica gestáltica e os ajustamentos do tipo psicótico. *Revista da Abordagem Gestalt: Phenomenological Studies*. 16(1), 12-18. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=357735613003>
- Costa, M. A. F. (2000). *O tempo, a traça e um doce modo: sexualidade e auto-estima na mulher idosa*. [Monografia, Curso da Residência em Psicologia Clínico-Institucional do HUPE/UERJ]. Rio de Janeiro.
- DeCastro, T. G., & Gomes, W. B. (2011). Aplicações do método fenomenológico à pesquisa em psicologia: tradições e tendências. *Estudos de psicologia (Campinas)*, 28(2), 153-161. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X2011000200003>
- Duarte, F. (2019). BBC News Brasil. São Paulo, 03 de abril de 2019. *Pela 1ª vez, mundo tem 'mais avós do que netos'*. <https://www.bbc.com/portuguese/internacional-47799778>
- Faller, J. W., Teston, E. F., & Marcon, S. S. (2015). A velhice na percepção de idosos de diferentes nacionalidades. *Texto e Contexto-Enfermagem*, 24(1), 128-137. <https://doi.org/10.1590/0104-07072015002170013>

Felipe, M. (2019). As 10 capitais mais felizes do Brasil. *Revista Bula.*

<https://www.revistabula.com/21024-as-10-capitais-mais-felizes-do-brasil/>

Felix, J. (2012). Desafios da Previdência Social para um país que envelhece e o risco da aposentadoria como prêmio. In M. V. Berzins & M. C. Bordes (Org.) *Políticas públicas para um país que envelhece.* (pp. 135-154). São Paulo: Martinari.

Felix, J. S. (2014). “Economia do Care” e “Economia da Longevidade”: o envelhecimento populacional a partir de novos conceitos. *Argumentem,* 6(1), 44-63.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4834946>

Fontanella, B. J. B., Ricas, J., & Turato, E. R. (2008). Amostragem por saturação em pesquisas qualitativas em saúde: contribuições teóricas. *Cadernos de saúde pública,* 24, 17-27. <https://www.scielosp.org/article/csp/2008.v24n1/17-27/>

Frazão, L. M. (1999). *A Compreensão do Funcionamento Saudável e Não Saudável a Serviço do Pensamento Diagnóstico Processual em Gestalt-terapia.* Palestra apresentada em plenária “A Visão de saúde e Doença na Gestalt-terapia” no V Encontro Goiano da Abordagem Gestáltica. Goiânia.

Frazão, L. M. (2013). Um pouco de história...um pouco dos bastidores. In L. M. Frazão & K. O. Fukumitsu (Org). *Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas.* São Paulo: Summus

Frazão, L. M., & Fukumitsu, K. O. (2014). *Gestalt-terapia: conceitos fundamentais.* São Paulo: Summus, 7-12.

Fukumitsu, K. (2012). *O Suicídio e Gestalt-terapia.* São Paulo: Digital Publish & Print.

Gibert, M. A. P., & Cury, V. E. (2009). Saúde mental e trabalho: um estudo fenomenológico com psicólogos organizacionais. *Bol. Psicol.* 59(120).

<http://pepsic.bvsalud.org/pdf/bolpsi/v59n130/v59n130a05.pdf>

- Giorgi, A., & Sousa, D. (2010). *Método Fenomenológico de Investigação em Psicologia*. Lisboa: Fim de século.
- Godoy, A. S. (1995). Pesquisa Qualitativa, Tipos Fundamentais. *Revista de Administração de empresas*, 35(3), 20-29. <http://dx.doi.org/10.1590/S0034-75901995000300004>
- González Rey, F. (2007). As categorias de sentido, sentido pessoal e sentido subjetivo: sua evolução e diferenciação na teoria histórico-cultural. *Psicologia da Educação*, (24), 155-179.
http://www.fernandogonzalezrey.com/images/PDFs/producao_biblio/fernando/artigos/teoria_da_subjetividade/As_categoridas_de_sentido_pessoal.pdf
- Hammerschmidt, K. S. D. A., Bonatelli, L. C. S., & Carvalho, A. A. D. (2020). Caminho da esperança nas relações envolvendo os idosos: olhar da complexidade sobre a pandemia da COVID-19. *Texto & Contexto-Enfermagem*, 29.
<https://doi.org/10.1590/1980-265X-TCE-2020-0132>
- Heidegger, M. (1989). *Ser e Tempo (Parte I)*. Petrópolis: Vozes.
- Helou, F. (2015). *Frederick Perls, vida e obra: em busca da Gestalt-Terapia*. São Paulo: Summus.
- Holanda, A. (1998). Saúde e doença em Gestalt-Terapia: aspectos filosóficos. *Estudos de Psicologia* (Campinas), 15(2), 29-44. <https://doi.org/10.1590/S0103-166X1998000200002>
- Holanda, A. F. (2002). *O resgate da fenomenologia de Husserl e a pesquisa em Psicologia: A análise de um exemplo na exploração da loucura*. [Tese de Doutorado, Pontifícia Universidade Católica de Campinas].
https://www.researchgate.net/publication/325022408_O_Resgate_da_Fenomenologia_de_Husserl_e_a_Pesquisa_em_Psicologia_A_Analise_de_um_Exemplo_na_Exploracao_da_Loucura

- Husserl, E. (2008). *A Crise da Humanidade Europeia e a Filosofia* (2 ed). Porto Alegre: EDIPUCRS.
- Juliano, J. C. (1999). *A arte de restaurar histórias: um diálogo criativo no caminho pessoal*. São Paulo: Summus.
- Kalache, A. (1987). Envelhecimento Populacional no Brasil: uma realidade nova. *Cad. Saúde Pública*, 3(3), 217-220. <https://doi.org/10.1590/S0102-311X1987000300001>
- Kalache, A. (2008). Uma política para o bem-envelhecer. *Revista Pesquisa FAPESP*. <https://revistapesquisa.fapesp.br/uma-politica-para-o-bem-envelhecer/>
- Kalache, A. (2019). Uma revolução da educação em resposta à revolução da longevidade. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, 22(4), e190213. <http://dx.doi.org/10.1590/1981-22562019022.190213>
- Leão, L. R. B., Ferreira, V. H. S., & Faustino, A. M. (2020). O idoso e a pandemia do Covid-19: uma análise de artigos publicados em jornais. *Brazilian Journal of Development*, 6(7), 45123-45142. DOI:10.34117/bjdv6n7-218
- Lima, K. C., & Mendes, T. C. O. (2019). Qual o limite etário ideal para uma pessoa ser considerada idosa na atualidade? *Rev. Bras. Geriatr. Gerontol.*, 22(5), 1-3. <https://doi.org/10.1590/1981-22562019022.190298>
- Malloy-Diniz, L. F., Fuentes, D., & Cosenza, R. M. (2013). *Neuropsicologia do Envelhecimento: uma abordagem multidimensional*. Artmed Editora.
- Malzyner, M. (2013). Envelhescência. *Idé*, 36(56), 195-199. <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/ide/v36n56/v36n56a13.pdf>
- Manzini, E. J. (2004). Entrevista semi-estruturada: análise de objetivos e de roteiros. *Anais do Seminário Internacional sobre Pesquisa e Estudos Qualitativos*, Bauru, SP, Brasil, 10.

- Martins, R. M. L., & Rodrigues, M. L. L (2004). Estereótipos sobre idosos: uma representação social gerontofóbica. *Revista Millenium*, v. 29, p. 249-54.
<http://hdl.handle.net/10400.19/576>
- Maslow, A. H. (1968). *Introdução à Psicologia do Ser*. Rio de Janeiro: Eldorado.
- Mendonça, M. M. (2013). A psicologia humanista e a abordagem gestáltica. In L. M. Frazão & K. O. Fukumitsu (Org.). *Gestalt-terapia: fundamentos epistemológicos e influências filosóficas* (pp. 76-98). São Paulo: Summus.
- Mesquita, G. R. (2011). O Aqui-agora na Gestalt-terapia: um diálogo com a sociologia da contemporaneidade. *Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies*, 17(1), 59-67. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=357735615009>
- Minayo, M. C. S. (2001). Ciência, técnica e arte: o desafio da pesquisa social. In M. C. S. Minayo (Org.). *Pesquisa social: teoria, método e criatividade* (21ed.). Petrópolis: Vozes.
- Minayo, M. C. S. (2015). *O desafio do conhecimento* (14ed.). São Paulo: Hucitec.
- Miranda, D. S. (2016). O dever de envelhecer bem. *Revista Sesc*, 27(66), 6-7.
- Moreira, R. B., & Souza, A. M. (2016). Contribuições do Método Fenomenológico Empírico para estudos em Psicologia no Brasil: Revisão Integrativa de Literatura. *Revista do NUFEN*, 8(1), 1-10. Disponível em:
http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2175-25912016000100002&lng=pt&tlang=pt
- Moreira, V. (2004). O método fenomenológico de Merleau-Ponty como ferramenta crítica na pesquisa em psicopatologia. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 17(3), 447-456.
<https://doi.org/10.1590/S0102-79722004000300016>
- Moreira, V., & Nogueira, F. N. N. (2008). Do indesejável ao inevitável: a experiência vivida do estigma de envelhecer na contemporaneidade. *Psicologia USP*, 19(1), 59-79.

<https://doi.org/10.1590/S0103-65642008000100009>

- Moreira, V., & Sloan, T. (2002). O Significado Ideológico da Depressão no Mundo Contemporâneo. In: V. Moreira & T. Sloan (Org.). *Personalidade, ideologia e Psicopatologia Crítica* (pp. 189-200). São Paulo: Escuta.
- Nantes, A. C. (2020). A fenomenologia de Edmund Husserl como método para a psicologia. *Revista da Sociedade de Psicologia do Rio Grande do Sul, diaphora*, 9 (1), 52-57.
DOI: <https://doi.org/10.29327/217869.9.2-8>
- Nogueira, C. R., Lázaros, E. A., Fernandes, M. B., Cardoso, S. R. & Ajzenberg, T. C. P. (1995). Reflexões sobre o desenvolvimento da criança segundo a perspectiva da Gestalt-terapia. *Revista de Gestalt*, 5, 87-94.
<http://gestaltsp.com.br/2018/12/17/eflexoes-sobre-o-desenvolvimento-da-crianca-segundo-a-perspectiva-da-gestalt-terapi>
- Nwora, E., & Freitas, M. (2020). Relações entre religiosidade e saúde mental na concepção de capelães. *REVER - Revista de Estudos da Religião*, 20(2), 199-217.
<https://doi.org/10.23925/1677-1222.2020vol20i2a14>
- Oliveira, E. H. A (2020). Coronavírus: prospecção científica e tecnológica dos fármacos em estudo para tratamento da Covid-19. *Cadernos de Prospecção*, Salvador, v. 13, n. 2, Edição Especial, 412-423, abril, 2020.
DOI:<http://dx.doi.org/10.9771/cp.v13i2%20COVID-19.36153>
- Oliveira, P. I. D, Anderson, M. I. P. (2020). Envelhecimento, finitude e morte: narrativas de idosos de uma unidade básica de saúde. *Rev Bras Med Fam Comunidade*, 15(42):2195. DOI: [https://doi.org/10.5712/rbmfc15\(42\)2195](https://doi.org/10.5712/rbmfc15(42)2195)
- Organização Mundial De Saúde [OMS]. (2008). *Guia global: cidade amiga do idoso*. Genebra. <https://www.who.int/ageing/GuiaAFCPortuguese.pdf>

- Perls, F. (1988). *A abordagem gestáltica e a testemunha ocular da terapia* (2 ed). Rio de Janeiro: LTC.
- Perls, F. S. (1977). *Gestalt-terapia explicada* (11 ed). São Paulo: Summus.
- Perls, F., Hefferline, R., & Goodman, P. (1997). *Gestalt-terapia* (3 ed). São Paulo: Summus.
- Perls, S. F. (2002). *Ego, Fome e Agressão: Uma revisão da teoria e do método de Freud*. São Paulo, Summus.
- Pinto, E. B. (2021). *Dialogar com a ansiedade: uma vereda para o cuidado*. São Paulo: Summus
- Piovesan, A., & Temporini, E. R. (1995). Pesquisa Exploratória: um procedimento metodológico para o estudo de fatores humanos no campo da saúde pública. *Revista de Saúde Pública*, 29(4), 318-325. <https://doi.org/10.1590/S0034-89101995000400010>
- Polster, E., & Polster, M. (2001). *Gestalt-terapia integrada*. São Paulo: Summus.
- Ramalho, A. (2009). A experiência de sentir-se respeitada durante o trabalho de parto no hospital. *Pensar Enfermagem*, 14(1), 9-23. <http://hdl.handle.net/10400.26/23959>
- Ramón, S. P. (2006). A importância da Act-Psychology de Franz Brentano. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 19 (2): 340-345. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722006000200021>
- Resende, M. C. D., & Neri, A. L. (2009). Ajustamento Psicológico e Perspectiva de Velhice Pessoal em Adultos com Deficiência Física. *Psicologia em estudo*, 14(4), 767-776. <https://doi.org/10.1590/S1413-73722009000400017>
- Ribeiro, J. L. P., Pimenta, F., & Costa, A. (2018). Promover e inovar em psicologia da saúde. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 19(1), 1-2.
DOI:<http://dx.doi.org/10.15309/18psd190101>
- Ribeiro, J. P. (2012). *Gestalt-terapia: refazendo um caminho* (8 ed). São Paulo: Summus.

- Romero, D. E., Muzy, J., Damacena, G. N., Souza, N. A. D., Almeida, W. D. S. D., Szwarcwald, C. L., ... & Silva, D. R. P. D. (2021). Idosos no contexto da pandemia da COVID-19 no Brasil: efeitos nas condições de saúde, renda e trabalho. *Cadernos de Saúde Pública*, 37, e00216620. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00216620>
- Rougemont, F. R. (2012). Da longevidade à velhice. *Primeiros Estudos*, n. 2, p. 12-27. 6587
- Rubin, D., & Berntsen, D. (2006). People over forty feel 20% younger than their age: Subjective age across the lifespan. *Psychon Bull Review*, 13(5), 776-780. doi: 10.3758/BF03193996
- Santos, F. C., & Damico, J. G. S. (2009). O mal-estar na velhice como construção social. *Pensar a Prática*, 12(1). <https://doi.org/10.5216/rpp.v12i1.4439>
- Santos, N. M. (2017). Ajustamentos criativos no processo do envelhecimento na contemporaneidade. *Psicologia Pt – Portal dos Psicólogos*, 1-25, 2017. <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1086.pdf>
- Scheneider, R. H., & Irigaray, T. Q. (2008). O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais. *Estudos de Psicologia (Campinas)*, 25(4), 585-593. <https://dx.doi.org/10.1590/S0103-166X2008000400013>
- Secretaria de Saúde de Campo Grande. [SESAU]. Atualização de casos suspeitos de Coronavírus (COVID-19) em Campo Grande – Informe 13/04/2020. <http://www.campogrande.ms.gov.br/sesau/downloads/atualizacao-de-casos-suspeitos-de-coronavirus-covid-19-em-campo-grande-informe-35/>
- Silva, M. F., Silva, D. S. M. D., Bacurau, A. G. D. M., Francisco, P. M. S. B., Assumpção, D. D., Neri, A. L., & Borim, F. S. A. (2021). Ageismo contra idosos no contexto da pandemia da covid-19: uma revisão integrativa. *Revista de Saúde Pública*, 55, 4. <https://doi.org/10.11606/s1518-8787.2021055003082>

- Soares, S. S. G. S. (2012). *Envelhescência: Um Fenômeno da Modernidade à Luz da Psicanálise*. São Paulo: Escuta.
- Sociedade Brasileira de Geriatria e Gerontologia [SBGG]. (2020). O que é etarismo e qual seu impacto na vida do idoso? <https://www.sbgg-sp.com.br/o-que-e-etalismo-e-qual-seu-impacto-na-vida-do-idoso/>
- Sousa, F. J. D., Gonçalves, L. H. T., & Gamba, M. A. (2018). Capacidade Funcional de Idosos Atendidos pelo Programa de Saúde da Família em Benevides, Brasil. *Revista Cuidarte*, 9(2), 2135-2144. <http://doi.org/10.15649/cuidarte.v9i2.508>
- Stacheski, D. R. (2012). Pleasure Growers: Experiências e Produção de Sentido do Envelhecimento numa Rede Social Digital. *Revista Kairós Gerontologia*, 15(5), 209-223. DOI: <https://doi.org/10.23925/2176-901X.2012v15i3p209-223>
- Stevens, Barry. (1978). *Não apresse o rio: ele corre sozinho* (19 ed). São Paulo: Summus.
- Stuart-Hamilton, I. (2000). *A Psicologia do Envelhecimento: Uma introdução* (3 ed). São Paulo: Artmed.
- Tellegen, T. (1984). *Gestalt e grupos*. São Paulo: Summus.
- Turato, E. R. (2005). Métodos Qualitativos e Quantitativos na Área da Saúde: Definições, diferenças e seus objetos de pesquisa. *Revista de Saúde Pública*, 39(3), 507-514. <https://doi.org/10.1590/S0034-89102005000300025>
- Veras, R. P., & Oliveira, M. (2018). Envelhecer no Brasil: a construção de um modelo de cuidado. *Ciência & Saúde Coletiva*, 23(6), 1929-1936. <https://dx.doi.org/10.1590/1413-81232018236.04722018>
- Vieira, R. S. S. (2013). *Estereótipos e preconceito contra os idosos* [Dissertação de mestrado, Universidade Federal de Sergipe]. Núcleo de Pós-Graduação e Pesquisa em Psicologia Social. https://ri.ufs.br/bitstream/riufs/5953/1/RODRIGO_SENA_SILVA_VIEIRA.pdf

- Wendhausen, M., de Melo, S. M. M., & Vieira, R. M. (2018). Recolha e Análise de Dados numa Perspectiva Fenomenológica: Registro das Redes Sociais como Corpus Documental Numa Educação. *Cadernos de Pesquisa*, 25(4), 185-206. Disponível em: <http://dx.doi.org/10.18764/2178-2229.v25n4p185-206>
- Zaneti, N. B., Freitas, M. H., & Carrette, J. (2021). Vivências da espiritualidade em mulheres brasileiras e britânicas praticantes de Tai Chi Chuan. *Interação em Psicologia*, v. 23, n. 2, ago. 2019. <http://dx.doi.org/10.5380/psi.v23i02.65433>
- Zilles, U. (2002). A Fenomenologia Husserliana como Método Radical. In: E. Husserl, *A Crise da Humanidade Europeia e a Filosofia* (2 ed). Porto Alegre: EDPUCRS.

APÊNDICES

Apêndice A – Aprovação do Comitê de Ética



UNIVERSIDADE CATÓLICA DOM BOSCO
PRÓ-REITORIA DE PESQUISA E PÓS-GRADUAÇÃO

ANUÊNCIA DA COORDENAÇÃO SOBRE PESQUISAS NO PROGRAMA DE PÓS-GRADUAÇÃO

EM Psicologia da Saúde

1 Preenchimento pelo (a) discente:

- 1.1 Título da Pesquisa: Fiz 60 anos, e agora, sou idoso? Um estudo fenomenológico
- 1.2 Nome Pesquisador (a): Patricia Teixeira Honório dos Santos
- 1.3 Nível: Mestrado
- 1.4 Orientador (a): Sônia Grubits
- 1.4 Data de início: maio/2020
- 1.5 Data prevista para término: Dezembro/2020
- 1.6 Utilizará espaço físico da instituição? Não
Qual?

 Assinatura do (a) orientador (a)

 Assinatura do (a) discente

O projeto deverá ser encaminhado por e-mail para a coordenação do Programa e este formulário protocolado na secretaria do Programa.

2 Preenchimento pela coordenação do PPG:

- 2.1 Após ler o projeto de pesquisa, a coordenação considera a pesquisa relevante de acordo com as linhas de pesquisa do programa?

Sim Não

- 2.2 As instalações físicas da instituição atendem às necessidades da pesquisa?

Sim Não Será realizada fora da instituição Não se aplica

- 2.3 A coordenação do PPG está de acordo com a execução deste projeto

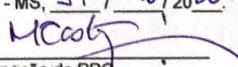
Sim Não

2.4 Comentários:

O tema é relevante já que o número de idosos veio em aumento.

Observação: caso o coordenador (a) do PPG seja o orientador (a), este documento deverá ser preenchido pelo vice coordenador do Programa.

Campo Grande - MS, 17/02/2020


Coordenação do PPG

Apêndice B – Ficha para Informações de Dados Pessoais

Nome completo:		
Gênero:	(<input type="checkbox"/>) feminino	(<input type="checkbox"/>) masculino
(<input type="checkbox"/>) outro		
Estado Civil:	(<input type="checkbox"/>) casado	(<input type="checkbox"/>) solteiro
(<input type="checkbox"/>) divorciado		
(<input type="checkbox"/>) viúvo		
(<input type="checkbox"/>) outro		
Data de nascimento:	idade:	
Grau de instrução:	Profissão:	
Trabalha atualmente?	(<input type="checkbox"/>) sim	
(<input type="checkbox"/>) não		
Está aposentado ou pretende aposentar-se? Se sim, quando?		
Tem filhos?	Quantos?	
Tem netos?	Quantos?	

Apêndice C – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE)



Universidade Católica Dom Bosco
Departamento de Pós-Graduação em Psicologia da Saúde
Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

A pesquisa para qual você está sendo convidado (a), a participar, intitulada “Fiz 60 anos e agora, sou idoso? Um estudo fenomenológico”, está sob a responsabilidade da psicóloga Patrícia Teixeira Honório dos Santos, aluna do Programa de Pós-Graduação em Psicologia da Saúde da Universidade Católica Dom Bosco (UCDB) e da Prof. Dra. Sônia Grubits, orientadora. O objetivo da pesquisa é compreender a experiência de tornar-se idoso aos 60 anos e sobre como isso repercute na sua vida.

Haverá um único encontro, com cerca de 1 hora de duração, para que você possa falar (dar uma entrevista), sobre sua experiência pessoal de tornar-se idoso ao completar 60 anos. Este encontro ocorrerá no consultório da pesquisadora ou em um local indicado por você, desde que ofereça privacidade e as condições para que a entrevista ocorra sem interrupções, em data a combinar. A pesquisadora gravará e depois transcreverá a entrevista para proceder a análise do relato. Em nenhum momento da análise desenvolvida pela pesquisadora serão expostos seus dados pessoais ou qualquer outro conteúdo que possa identificá-lo. A pesquisadora compromete-se a tratar com máxima confidencialidade todos as informações que forem fornecidas na entrevista, garantindo que sejam utilizadas somente para os fins desta pesquisa. Sua participação nesta pesquisa é totalmente voluntária, não estando previsto nenhum tipo de remuneração por ela. Você poderá desistir a qualquer momento sem nenhum prejuízo pessoal. Além disso, poderá solicitar que se retire dela qualquer informação que julgue prejudicial ou incoerente. Este estudo traz um risco mínimo. Contudo, se os temas abordados no encontro suscitarem recordações ou emoções não agradáveis, gerando algum desconforto ou mal-estar psicológico, a pesquisadora estará à disposição para fazer atendimento psicológico. A concordância na participação desta pesquisa será afirmada através da assinatura deste documento, Termo de Consentimento Livre e Esclarecido (TCLE), por você e pela pesquisadora. O documento será datado, assinado pela pesquisadora e por você e emitido em duas vias.

Solicita-se sua permissão para a utilização de fragmentos da entrevista na dissertação de mestrado da pesquisadora e a publicação dos resultados em artigos, revistas e capítulos de livros científicos. Se tiver dúvidas durante o encontro ou mesmo depois de seu encerramento, esteja livre para saná-las, a pesquisadora estará à sua disposição para esclarecimentos no momento da entrevista ou depois, através de contato telefônico ou e-mail: Psicóloga Patrícia Teixeira Honório dos Santos, telefone de contato (67) 99674-0608 ou e-mail, pra.patricia1@hotmail.com. Questões de ordem ética podem ser esclarecidas junto ao Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UCDB – Av. Tamandaré 6000 Jd. Seminário CEP 79117-900 tel. (67) 3312-3478; e-mail: cep@ucdb.br

Declaro ter sido informado (a) e ter compreendido a natureza e objetivo da pesquisa e livremente concordo em participar dela. Declaro ainda ser maior de 18 anos de idade e estar em condições físicas e psicológicas para ser entrevistado (a) e falar da minha experiência.

Nome: _____

R.G.: _____ Tel.: (____) _____

Assinatura: _____

Data: ____ / ____ / ____

Psicóloga mestrandona: Patrícia Teixeira Honório dos Santos tel. (67) 99674-0608

Apêndice D – Termo de Autorização para Gravação de Voz (TAGV)



Universidade Católica Dom Bosco
Departamento de Pós-Graduação em Psicologia da Saúde
Termo de Autorização para Gravação de Voz

Estou ciente de que minha participação na pesquisa intitulada “Fiz 60 anos e agora, sou idoso? Um estudo fenomenológico”, será através de uma entrevista que darei para a pesquisadora, minha voz será gravada e o conteúdo da entrevista será transscrito. Assim, mediante as condições abaixo assinaladas autorizo, por meio deste termo de consentimento (assinado e datado em duas vias), a gravação e a transcrição da minha entrevista:

- Poderei ler a transcrição de minha gravação;
- Os dados coletados serão usados exclusivamente para gerar informações para a pesquisa aqui relatada e outras publicações dela decorrentes, quais sejam: publicações científicas, apresentação em eventos científicos e na dissertação de mestrado da pesquisadora;
- Minha identificação não será revelada em nenhuma das vias de publicação das informações geradas;
- Qualquer outra forma de utilização dessas informações somente poderá ser feita mediante minha autorização;
- Os dados coletados serão guardados por 5 anos, sob a responsabilidade da pesquisadora e após esse período, serão destruídos;
- Estou livre para interromper minha participação na pesquisa a qualquer momento sem qualquer tipo de prejuízo e/ou solicitar a posse da gravação e transcrição da minha entrevista.

Campo Grande, ____ / ____ / ____

Nome do participante: _____

R.G.: _____ Tel.(____) _____

Assinatura: _____ Data: ____ / ____ / ____

Psicóloga mestrandona: Patrícia Teixeira Honório dos Santos tel. (67) 99674-0608

Questões de ordem ética podem ser esclarecidas junto ao Comitê de Ética em Pesquisa com Seres Humanos da UCDB – Av. Tamandaré 6000 Jd. Seminário CEP 79117-900 tel. (67) 3312-3478; e-mail: cep@ucdb.br

Apêndice E – Roteiro de Entrevista

Roteiro de entrevista semiestruturada:

1. Você completou 60 anos recentemente, legalmente tornou-se um idoso, como este novo status social afeta sua vida?
2. Ser considerado idoso ao ter completado 60 anos trouxe alguma mudança na maneira como você se percebe?
3. O que significa para você ter 60 anos e ser um idoso?

Apêndice F – Análise da Entrevista Segundo o Método Fenomenológico de Amedeo Giorgi - Participante Débora

Unidades de Significado	Transformação das Unidades de Significado em Linguagem Psicológica	Síntese das Unidades de Significado
<p>P. Vamos começar dona Débora?</p> <p>DÉBORA. Vamos começar.</p> <p>P. Olha só, a senhora completou 60 anos ano passado, não, 60 e....</p> <p>DÉBORA. Vou fazer 65 mês que vem...</p> <p>P. Vai fazer 65 mês que vem. Então legalmente a senhora é uma, idosa, pela lei brasileira né, a senhora se tornou uma pessoa idosa aos 60 anos, isso é um status social. Como que isso afeta sua vida?</p> <p>DÉBORA. Pra mim oh, não me vejo como uma pessoa de 60 anos, eu me vejo uma pessoa de 40, 50 anos. Eu não consigo adaptar que eu tenho 60 anos. Eu me vejo uma pessoa até de 50 anos. Ágil, ativa, faz tudo, resolve tudo sozinha, trabalho, entendeu? Então, não me vejo ainda uma pessoa de 60 anos.</p> <p>P. Uma idosa.</p> <p>DÉBORA. Uma idosa.</p> <p>P. Então parece que a senhora está me dizendo que essa palavra não....</p> <p>DÉBORA. Não me afeta.</p> <p>P. Não combina com a senhora, porque eu perguntei como afeta, e a senhor tá dizendo que não afeta então?</p> <p>DÉBORA. Não me afeta, 60 anos, ainda não, inclusive o dizer, não me troco por 20.</p> <p>P. Muito bem.</p> <p>DÉBORA. Porque eu vejo muita mulher de 30 anos, que não faz o que eu faço. A capacidade, a inteligência, não é ágil, é uma pessoa parada, uma pessoa de 50 anos hoje que eu vejo na rua, parece que tem 80.... mais nova do que eu e eu não me conformo uma pessoa agir dessa forma.</p> <p>P. Diante do que a senhora se sente!</p> <p>DÉBORA. Que eu me sinto.</p>	<p>Ser considerada idosa por ter mais de 60 anos não afeta a identidade existencial da participante. Suas percepções quanto a passagem do tempo estão relacionadas ao modo como se sente e como se percebe no mundo.</p>	<p>As percepções quanto a passagem do tempo estão relacionadas ao modo como o indivíduo se sente e como se percebe no mundo.</p>
<p>DÉBORA. Porque eu acho que assim, as pessoas, os idosos, que coloca doença neles, cansaço neles. Botô na cabeça que fez 60 anos e já é idoso. Idoso é aquele</p>	<p>No imaginário social, ter mais de 60 anos de idade está associado a cansaço, adoecimento e incapacidade para o trabalho, o que não é coerente.</p>	<p>O indivíduo sexagenário saudável não é idoso.</p>

<p>que não tem capacidade de se mover um copo d'água pra beber, no meu ponto de vista.</p> <p>P. Então, a senhora está associando idoso com doença, com não conseguir...</p> <p>DÉBORA. Não. Eu acho assim, que as pessoas que pega 60 anos, já se acha idoso, incapaz de trabalhar....</p> <p>P. Hummm.</p> <p>DÉBORA. E eu não concordo com isso, não sei se é porque eu sou uma pessoa muito ativa, então eu não vejo, não tenho problema de saúde, não tenho doença graças a Deus, não tomo remédio pra nada.</p> <p>P. Pra nada?</p> <p>DÉBORA. Pra nada, até hoje. A única coisa que eu to indo no médico agora, que me inventaram, o exame que eu fiz de sangue, que inventou, inventou (risadas), já começou a inventar colesterol, né. Pra mim, isso pra mim tá sendo uma invenção do exame de sangue, não do médico.</p> <p>P. Uma novidade né, porque a senhora disse que não toma nada.</p> <p>DÉBORA. É. Então, pela idade que eu tenho, é a primeira vez que eu tomo remédio, para controlar o colesterol, to indo levar os outros exames que eu fiz, não deu nada, mas tenho que levar pro médico, né, pra confirmar, porque eu li tudo os exames, né. Aí e em sinto uma pessoa ativa, não vou falar pra, eu me sinto uma mulher de 40 anos.</p> <p>P. Então, como a senhora disse no começo, esse negócio da lei falar que a senhora é idosa porque fez 60 anos, não te afeta!</p> <p>DÉBORA. Não me afeta, de jeito nenhum.</p> <p>P. A senhora não é idosa?</p> <p>DÉBORA. Eu não sou idosa. Porque idoso é aquele que põe na mente.....na cabeça.... ah eu sou idoso, eu tenho que me poupar.... não, eu num. Idoso é aquele que já não tem mesmo condições de andar sozinho, de fazer nada, de não enxergar direito.</p> <p>P. Entendi.</p> <p>DÉBORA. Pra mim, aí é o idoso, que vai chegando lá nos seus 90 anos.</p>	<p>Estas são características que acompanham a pessoa idosa e não a pessoa sexagenária, que experiencia exatamente o contrário, sendo pessoas ativas, saudáveis e dispostas.</p>	<p>A pessoa de 60 anos é muito ativa.</p>
---	---	---

P. Então a senhora tá longe? DÉBORA. Tô longe de ser idosa (risos).		
P. E assim, tem uma outra pergunta, ela é parecida, mas ela não é igual. Ser considerado idoso, ao ter completado 60 anos, trouxe alguma mudança na maneira como a senhor se percebe? DÉBORA. Única maneira que, que tive assim, quando completei 60 anos e tá sendo ainda, a maneira deu me vestir.... P. Me fala sobre isso, por favor. DÉBORA. (risos), porque eu me vestia muito jovem, muito, muito, você me via na rua, você não falava que eu era uma senhora, não escandaloso, roupa jovem, não pessoa de idade. Porque geralmente o idoso já muda o modo de vestir, o modo de andar, então eu nunca, agora que eu to mudando o meu estilo de roupa. Eu to usando uma roupa mais fechada, não to usando mais meu shortinho de piriguete (risos), porque eu sou bixa (rindo muito), então agora guria. Eu não consigo vestir roupa de pessoa de idade. P. Então a senhora acha que a chegada da...dessa idade DÉBORA. Dos 60. P. Dessa idade, dos 60, agora 64, isso muda isso (falamos juntas). DÉBORA. Você vai perdendo.... muda (falamos juntas), bom depende da cabeça da mulher, cada mulher né, na minha, eu já não me sinto bem em usar aquelas blusas que eu usava, aquela roupinha curtinha, aquele vestidinho curtinho, que eu usava sabe? É, meu shortinho curtinho, pra sair, eu era uma mocinha, então hoje eu não consigo andar, a única coisa, percebi nos 60 anos... P. A senhora percebeu. DÉBORA. Foi a mudança da roupa. P. Por que que a senhora acha que, que trouxe essa mudança? Porque a senhora falou na pergunta anterior, que a senhora não se sente idosa, que a senhora é muito ativa, que tá na cabeça, tal. E que que a senhora acha que fez a senhora se perceber assim, tenho que mudar a minha roupa? Como que a senhora acha que aconteceu isso?	A chegada dos 60 anos pode desencadear algumas mudanças, como a percepção de que o exercício de alguns papéis sociais, como o de avó e bisavó, requerem novas maneiras de se apresentar socialmente, levando a novos hábitos na vestimenta.	O exercício de alguns papéis sociais após os 60 anos estimula mudanças comportamentais.

DÉBORA. Foi de mim mesma, que referente a eu sair com a minha neta, com a minha filha e aquela roupa delas, principalmente da minha neta, né, porque a minha neta já é uma moça de 20 anos. Então, de ver aquela roupa da minha neta, eu tava sendo mais jovem que a minha neta, na roupa, na roupa.

P. Entendi. Entendi.

DÉBORA. Você entendeu? E, certos ambientes que eu ia também não encaixava o jeito de eu tá com aquela roupa, aquele jeito de eu tá me vestida, você entende?

P. Entendo.

DÉBORA. Então eu comecei minha mudança sem.....muita coisa.

P. Foi acontecendo.

DÉBORA. Foi acontecendo, ah, esse shortinho não combina mais comigo, essa blusinha decotada muito aqui, periquitada (rindo), já não combina mais comigo. Já tem que ser uma blusinha mais fechada. Não que eu deixei de usar uma roupa jovem, eu não consigo usar roupa de senhoras....

P. Também não foi pro outro lado extremo.

DÉBORA. É assim, pro lado da, da, ahh aquelas blusonas de véia, aquelas saionas de véia (gargalhada), num cabe ainda, deixei de usar, que meu short era tudo curtinho.

P. Que nem hoje a senhora tá com um shorts jeans, um chinelinho cor de rosa, a blusinha combinando, mas a senhora disse que o shorts antes era menor.

DÉBORA. Era menor, e justo, menina, que não dava nem para respirar, era bem justa a minha roupa, hoje eu não consigo mais usar essa roupa.

P. Mas como a senhora falou então, pelo que eu entendi, foi acontecendo, foi tranquilo..

DÉBORA. Foi acontecendo, tranquilo.

P. Não foi nenhum imposição.

DÉBORA. Não, ninguém opinou, ninguém, eu mesma me enxerguei, opa, tá hora de eu mudar um pouco meu estilo de vestir, meu estilo de vida, né.

P. A senhora falou que é bisavó né?

DÉBORA. é bisavó, e já pensou, eu periguete perto do bisneta (gargalhada)?		
<p>Mas que eu sou vaidosa eu sou.</p> <p>P. A senhora é vaidosa.</p> <p>DÉBORA. Eu sou, muito vaidosa...e os netos ficam tudo herdando a vaidade da vó.</p> <p>P. E ser uma mulher de 60 anos muda a vaidade?</p> <p>DÉBORA.por muitas que eu já vi muda, a minha não.</p> <p>P. A sua não!</p> <p>DÉBORA. A minha não.</p> <p>P. Porque, pelo que a senhora tá me contando aí, se eu entendi, a senhora tá falando que mudou o jeito de se arrumar, mas continua a vaidade, só mudou o jeito, mas a vaidade tá aí (Débora vai confirmando minhas palavras enquanto falo).</p> <p>DÉBORA. Vamo pra balada hoje?</p> <p>Vamo embora. Vamo amanhecer o dia?</p> <p>Vamo embora. Se entende? Mudou, continua do mesmo jeito, não mudou, o meu estilo de vida, da convivência.</p>	<p>A chegada dos 60 anos não muda a pessoa na sua essência, cada pessoa permanece sendo o que sempre foi, alguns comportamentos e modos de ser são modificados e outros permanecem os mesmos.</p>	<p>Algumas mudanças são novas versões dele mesmo.</p>
<p>Gosto de conviver muito com jovens...eu gosto de ouvir muito os jovens, porque eu quero acompanhar o andamento da vida dos jovens hoje, não quero ficar pra trás.</p> <p>P. Entendi.</p> <p>DÉBORA. Sabe, ter aquela mente apagada como eu fui criada, como eu fui educada, que eu tenho que ser rigorosa, como eu fui criada rigorosamente.</p> <p>Aceitar a juventude hoje, do jeito que elas são, é isso que eu sempre tô seguindo.</p> <p>P. Quer dizer, a senhora recebeu uma educação, que muitas coisas a senhora não aprovou, e quer fazer, tá fazendo diferente já.</p> <p>DÉBORA. Diferente, sempre fiz, nunca fui naquela, naquele.... não eu tenho muito dos meus pais, de vez em quando a dona Rosângela (patroa), fala assim: a senhora não esquece do pai da senhora né (rindo)! Eu falo...ah o meu pai me falava isso, ah minha mãe falava..., nós temos esse costume..</p> <p>P. Isso.</p>	<p>Uma pessoa com mais de 60 anos se comunica e comprehende a juventude, estando apta a se relacionar com ela; é possível aproveitar o que aprendeu na vida, sem negligenciar as próprias opiniões, resultando em modo particular de ser e viver, que se ajusta a todas a gerações.</p>	<p>O indivíduo longevo valoriza e busca pelo relacionamento intergeracional.</p>

<p>DÉBORA. Ainda continuo aquela ritmo que meu pai dava de exemplo pra gente, a minha mãe, sabe.</p> <p>P. Estão vivos?</p> <p>DÉBORA. São falecidos.</p> <p>P. São falecidos.</p> <p>DÉBORA. E, então, de vez em quando, quando eu converso com a minha filha...ah eu to falando isso minha filha, porque seu vô, ele orientava a mãe, orientava suas tia , seus tio, da maneira dele, e hoje eu to sabendo o que que o meu pai queria dizer, e hoje eu to passando claramente o que é da vida.</p> <p>P. Então algumas coisas a senhora falou: não, isso aqui é do meu pai e eu tenho que manter, é uma coisa antiga, mas é uma coisa boa, mas tem coisa que eu tenho que atualizar. É isso que a senhora tá falando?</p> <p>DÉBORA. Exato, exatamente.</p> <p>P. Entendi.</p> <p>DÉBORA. Já não falo do jeito que meu pai falava.</p> <p>P. Hummm, entendi.</p> <p>DÉBORA. Eu falo na linguagem do jovem hoje, né, pra eles entender melhor, né. Porque se for falar na linguagem do meu pai, da minha mãe, eles vão falar...mas a minha vó é tão ignorante (risos).</p> <p>P. E não combina com esse shorts (rindo)!</p> <p>DÉBORA. E não combina comigo (rindo).</p> <p>P. Ai, que bom.</p> <p>DÉBORA. Então, eu tenho a cabeça muito jovem, eu não tenho a cabeça de</p> <p>P. De um idoso!</p>		
<p>DÉBORA. De um idoso não, não suporto idoso perto de mim.</p> <p>P. É mesmo?</p> <p>DÉBORA. Eu não.</p> <p>P. Essa figura de idoso que a senhora tá me falando, que a senhora não suporta, é o idoso...</p> <p>DÉBORA. Ranzinza.</p> <p>P. Ranzinza, que mais?</p> <p>DÉBORA. Ignorante, é, põe aquilo na cabeça de, de...que o idoso, que eu cuido de idoso de vez em quando, também,</p>	<p>Indivíduos na faixa etária dos 60 anos estão em plena função de suas capacidades cognitivas, motoras e psíquicas, sendo inadequado compará-los a pessoas idosas, que vivem uma condição oposta às suas.</p>	<p>Não há semelhanças entre uma pessoa com 60 anos e uma pessoa idosa.</p>

<p>então o idoso, ele acha assim, porque ele é idoso, vamos supor, que o idoso vira uma criança, mas só que ele tem na mente que ele não é criança, que eu tenho que respeitar e obedecer o que ele fala. E quando você se expressa alguma coisa, eles acha que você tá que ele é ignorante, burro.....o verdadeiro idoso é esse. Sabia? O verdadeiro idoso é esse. Ele não aceita você falar um pouquinho mais alto que ele, ou se não, falar pra ele....não seu fulano, não senta aí que você vai cair...você não me manda, eu sei onde tô sentando...</p> <p>P. Entendi.</p> <p>DÉBORA. Eles não aceitam é, você qualquer coisa, que eles acham que você quer mandar nele porque ele é idoso. Ixi eu lutei com muito idoso assim.</p> <p>P. Por isso que a senhora não se identifica, né?</p> <p>DÉBORA. Uhum, é muito difícil lidar com idoso mesmo.....</p> <p>P. Entendi. Por isso que a senhora está me dizendo assim que, não faz sentido chamar uma pessoa de 60 anos de idoso porque o que a senhora conhece de idoso não é 60 anos e não é desse jeito, né, que a senhora se apresenta.</p> <p>DÉBORA. Exatamente, concordo com você...você deduziu melhor....</p> <p>P. Não, eu to repetindo o que a senhora disse, não foi isso? (risos)</p> <p>DÉBORA. É, você abriu mais a minha mente, com suas poucas palavras.</p> <p>P. Eu to tentando assim, captar o que a senhora tá falando, né.</p> <p>DÉBORA. É, né, entendeu. Então, eu não me vejo como idosa.</p> <p>P. Tá</p>		
<p>DÉBORA. Eu tenho maior orgulho que eu vou fazer 65 agora, o mês que vem.</p> <p>P. Hum, Também não tem problema com a idade?</p> <p>DÉBORA. Não minto minha idade pra ninguém.</p> <p>P. Perguntou...</p> <p>DÉBORA. Quantos anos você tem Débora? tenho 65, já falo, eu vou, mês que vem vou fazer, dia 4, 4 agora já vou fazer 65....ah eu não acredito que você</p>	<p>Há uma satisfação em alcançar a longevidade.</p>	<p>A longevidade é acolhida com satisfação e orgulho.</p>

<p>tem 65 anos.....oxa, você quer que eu pegue a identidade pra te mostrar?</p>		
<p>A única coisa que tô notando agora, que a minha voz tá mudando, não tá aquela voz de jovem ainda, que eu tinha.</p> <p>P. Então a senhora percebe algo no corpo, mas não</p> <p>DÉBORA. Na cabeça não.</p> <p>P. Na cabeça. No jeito né, que eu to querendo dizer.</p> <p>DÉBORA. A maneira de, a maneira de viver hoje, na cabeça eu não consigo envelhecer.</p> <p>P. Assim, no corpo a senhora sentiu uma mudançazinha..</p> <p>DÉBORA. É muda. De um ano pra cá meu corpo mudou totalmente.</p> <p>P. É.</p> <p>DÉBORA. É. Eu falei, mas como? Que dizer que a gente vai ficando velho, vai se acabando tudo, a beleza do corpo? (risada). É, se você me visse um ano antes, você não falaria o corpo que eu tenho hoje. Eu não tinha isso aqui (pega na barriga e mostra).</p> <p>P. Essa gordurinha na barriga.</p> <p>DÉBORA. É...eu não tinha.</p> <p>P. E a senhora acha, que isso é consequência da passagem do tempo mesmo, da idade.</p> <p>DÉBORA. É, da idade. Não tem jeito, você vai, quem tem condições financeiras vai fazer uma lipo, vai para a academia, né, vai tomar uma coisa, fazer uma coisa, mas quem não tem dinheiro minha filha, é fogão, pilotar fogão e tanque mesmo (rindo), você entende né?</p>	<p>A chegada dos 60 anos traz consigo algumas mudanças corporais e fisiológicas, mas psicologicamente, ainda não há mudanças, os modos de ser e agir são os mesmos.</p>	<p>O envelhecimento é primeiramente percebido através de mudanças corporais e fisiológicas.</p>
<p>P. Entendo, que coisa! E uma última pergunta, que eu acho que a senhora já respondeu, mas acho que a senhora tem tanta coisa boa que a senhora tá falando, o que que significa, pra senhora, uma pessoa ter 60 anos, ou mesmo a senhora ter 60 anos, 64 e ser uma idosa?</p> <p>DÉBORA. Orgulho.</p> <p>P. Orgulho.</p> <p>DÉBORA. Eu tenho orgulho de mim mesma.</p> <p>P. De ter a sua idade?</p> <p>DÉBORA. De ter a minha idade e ter a saúde que eu tenho, em primeiro lugar,</p>	<p>Aos 60 anos, vive-se uma satisfação com a idade alcançada. A percepção é de conquistas durante a vida e um tempo marcado pelo exercício de autonomia, independência, saúde, disposição para a vida laboral e o desfrute da vida.</p>	<p>A vida longeva é caracterizada por um senso de realização, de autonomia e independência.</p>

<p>ser uma pessoa ativa, trabalha, sai, eu não tenho compromisso, meus filhos estão criados, cada um casado em suas casas, né. É, eu não tenho compromisso, não tenho que dar satisfação pra ninguém, não tenho que pedir.</p> <p>P. A senhora é independente.</p> <p>DÉBORA. De tudo. Entende. A única coisa que eu sou dependente é do carinho dos meus dois filhos. Só.</p> <p>P. É justo.</p> <p>DÉBORA. Só também, sabe, assim, não tenho marido, não tenho namorado, pra mim tá dando satisfação da minha vida. Eu sou dependente do carinho, sou carente também, do carinho, da presença dos filhos. Fora disso não. Mas orgulho eu tenho.</p> <p>P. De ter a idade que a senhora tem.</p> <p>DÉBORA. Eu tenho.</p>		
<p>P. Mas olha só a pergunta, vamos ver de novo a pergunta aqui oh, o que significa para a senhora ter 60 anos e seu um idoso?</p> <p>DÉBORA. Eu não me vejo idoso, não sei nem te responder, que eu não consigo me ver, não aceito ser idosa.</p> <p>P. Então quer dizer, metade da pergunta, o que significa ter 60 anos, a senhora falou que tem maior orgulho da sua idade. Mas ser idoso...</p> <p>DÉBORA. Descarta.</p> <p>P. Não significa nada.</p> <p>DÉBORA. Não.</p> <p>P. Porque a senhora não é.</p> <p>DÉBORA. Na minha cabeça, na minha cabeça eu não sou idosa.</p> <p>P. Então quer dizer, a senhora não tem problema em ter a sua idade.</p> <p>DÉBORA. Não.</p> <p>P. Agora, em ser chamada de idosa a senhora tem!</p> <p>DÉBORA. Tenho.</p> <p>P. Porque a senhora não é idosa.</p> <p>DÉBORA. Não sou idosa.</p> <p>P. Que é isso que a senhora está me falando o tempo todo.</p> <p>DÉBORA. Exatamente.</p> <p>P. Hum.</p> <p>DÉBORA. Hum, se viu (risos). Que poderosa.</p>	<p>O termo idoso em si mesmo não apresenta nenhum significado para a pessoa que completa 60 anos visto que suas características físicas e mentais não pertencem a essa classe de pessoas e por isso não é assimilado ou aceito.</p>	<p>* A vivência da idade é subjetiva.</p>

P. Que mulher (risos). DÉBORA. Que mulher (risos). Ah, eu fico braba		
Primeira vez na vida, aconteceu semana passada pra mim, dentro do mercado, eu ainda não tinha ouvido alguém me chamar de vó na rua. P. Só os seus netos? DÉBORA. Só os meus netos. P. Que podem? DÉBORA. Não, que podem não. Eu não tinha percebido ainda, que tinha 60 anos. P. Ahhhh. DÉBORA. Se entendeu, como é que caiu na minha vida.. P. A senhora lida tão bem com a vida (e ela repete), que essa passagem do tempo a senhora nem.... DÉBORA. Nem percebi. P. Tipo assim, acordei com 60 e agora sou uma avó, sou idosa, isso não aconteceu com a senhora. DÉBORA. Não, pelo contrário, quando eu to com meus netos, todo mundo pensa que são meus filhos.....nossa que moça linda é sua filha e eu falo, graças a Deus é linda, meu neto, você entendeu? Ninguém chega perto de mim fala seu neto é lindo, sua neta é, não, me perguntam, nossa tua filha é linda, sabe? É. P. E aí esses dias a senhora saiu na rua... DÉBORA. Ah, fui no mercado, e tinha uma senhora, uma mulher com uma criança pequena assim no mercado e o menininho, se sabe como que criança é né? e vai, mexe na prateleira, e a mulher em pé no meio do caminho, olhando o filho malinando ali sentado e sentou bem no meio do caminho e eu não queria dar a volta e queria passar por trás dela, e ela virou e falou assim pro filhinho...oh fulano, o nome do neném, que eu não guardei, eu tô péssima pra guardar nome e fisionomia, toda a vida eu tive isso, ahhh, aí ela pegou e falou, oh fulaninho, vamos levantar para vovó passar...puxa vida, não me senti ofendida... P. Aquilo chamou a atenção da senhora. DÉBORA. Eu me senti orgulhosa no momento, ela me chamou de	Algumas percepções sobre a chegada dos 60 anos ocorrem de maneira externa à pessoa, através de algum reconhecimento social que indica para a pessoa sexagenária que ela está diferente. Nem sempre há uma autopercepção, é um outro estranho que identifica e comunica uma mudança.	O olhar da sociedade para a pessoa com mais de 60 anos pode apontar o envelhecimento antes que o indivíduo perceba-o em si mesmo.

vó...primeira mulher, pessoa que me chama de vovó...

P. Sem ser da sua família mesmo, né!

DÉBORA. Sem ser. Nunca encontrei alguém...

P. Então não foi ruim (falamos juntas)?

DÉBORA. Não, ainda cheguei na dona ..., hum aconteceu uma coisa comigo ontem no mercado que eu achei impressionante, ela, o que? eu tô com cara de vovó...ela: como assim, vovó tem cara? (risos)

P. Parece que agora tem, né? (risos)

DÉBORA. Eu falei: a mulher tava lá com o menino lá no mercado no meio do caminho lá no corredor e ela me viu e falou: levanta fulano, deixa a vovó passar, e eu nunca tinha ouvido essa palavra pra mim na rua...

P. Que interessante...

DÉBORA. Nossa...e a patroa falou: nunca Débora? Nunca, a primeira vez. Eu me senti toda fofo, saí de lá do mercado rindo.....nossa tô parecendo vovó (risos).

P. Mas, interessante, diante do que eu tô perguntando para a senhora, sua fala, porque a senhora tá dizendo pra mim assim: olha, eu me percebi, porque eu falei pra senhora aqui, da senhora é, como afeta, como a senhora se percebe e o que significa, nesse evento a senhora me conta assim: eu me percebi, né, então, a senhora percebeu que mudou, que as pessoas parecem que tão olhando pra senhora e vendo uma vó, mas ainda assim a senhora não percebeu o idoso.

DÉBORA. Não, eu não consigo.

P. A senhora via a avó e gostou, mas não é o idoso que a senhora tem uma imagem e que não combina ainda com a senhora, né?

DÉBORA. Eu acho que eu aceitei porque eu já tenho 4 neto, então me senti orgulhosa.

P. A senhora gosta de ser avó!

DÉBORA. É, eu amo meus netos.

P. Mas não tem nada a ver com seu idoso!

P. Mas não tem nada a ver com seu idoso!

DÉBORA. Não, não tem nada a ver.

<p>P. Quer dizer que ser idoso e ser avó não estão relacionados?</p> <p>DÉBORA. É, se eles, caso que nem, meu filho começou...oh minha veinha, oh veinha...veinha é o teu passado (risos), eu falo pra ele. Então, eu não aceito que me chama de velha...</p> <p>P. Entendi.</p> <p>DÉBORA. Então, já meus neto já percebe que a vó não aceita que chama ela de velha, e ele fala pra mim: minha vó não é velha, minha vó é gatinha (falamos juntas).</p> <p>P. A senhora gosta!</p> <p>DÉBORA. Aí bota a vó lá em cima, né, humm (risos).</p> <p>P. humm (risos).</p> <p>DÉBORA. Oh o meu biso como vai ser né, aí me sinto gostosona, né (risos), entendeu?</p> <p>P. Que bom, que bom</p>		
<p>DÉBORA. Você tá, tá sendo difícil pra você, porque você vai debater com muitas senhoras se você conseguir, pegada a mente fechada, eu não consigo fechar a mente pro mundo...</p> <p>P. Entendi...quanto mais fechado, pelo jeito, mais idoso é.</p> <p>DÉBORA. É.</p> <p>P. E mais velho!</p> <p>DÉBORA. Hum hum.</p> <p>P. Então a senhora tá me dizendo que velhice não é idade.</p> <p>DÉBORA. Não, é a mente.</p> <p>P. Mesmo que a senhora sinta no corpo as mudanças...</p> <p>DÉBORA. Mudanças no corpo (concordando com a cabeça).</p> <p>P. Mas ainda assim é a cabeça, é a mente.</p> <p>DÉBORA. É a cabeça, a sua cabeça, sua mente que funciona bem.</p> <p>P. Tô entendendo o que a senhora tá falando. E assim, a senhora me disse coisas tão boas, eu tô pensando tantas coisas aqui, fora essa risada maravilhosa (ela está rindo), eu falei para a Pat (pessoa que indicou), vou vir tomar um café aqui qualquer dia com ela, é, para bater papo com a senhora. Mas assim, a</p>	<p>O funcionamento mental e a forma de compreender a vida e de se colocar no mundo, pode ser uma maneira mais adequada de expressar, o que é uma pessoa sexagenária, o que é uma pessoa idosa.</p>	<p>* A velhice está atrelada a um modo de ser no mundo, tendo pouca relação com a idade cronológica.</p>

<p>senhora gostaria de deixar assim, uma mensagem, pra esta pesquisa, porque assim, as pessoas vão ler isso, eu não vou colocar a conversa inteira, né, como eu expliquei, são fragmentos tal, mas o que que a senhora gostaria assim...Patrícia eu quero que isso vá lá pro livro, onde as pessoas vão ler, pra sua dissertação, uma frase que é minha, pra se um dia você mandar pra mim, no dia que eu for ler eu sei assim, fui eu que falei aquilo. O que a senhora gostaria de deixar, pras pessoas saberem no que a senhora pensa, de ter a sua idade, de ter 64 anos e ser uma mulher que não é idosa, pelo que a senhora já falou? O que a senhora gostaria de deixar de mensagem assim pra falar, essa eu quero que entra lá no seu livro, na sua dissertação?</p> <p>DÉBORA. Você me pegou de calça curta hein (risos).</p> <p>P. Sempre, a senhora que me disse que usa, não é culpa minha (risos).</p>		
<p>DÉBORA. (rindo), eu acho assim Patrícia, que a idade desde quando a pessoa tem saúde, não procurar doença, primeira coisa. Porque geralmente, pelo convívio que eu tenho, que nem eu disse pra Patrícia (pessoa que a indicou para a pesquisa): Patrícia, se você conviver com a classe pobre, porque eu sou pobre, não sou rica, mas se você conviver com a classe pobre, a mente da classe pobre, você se decepciona, porque você ouve coisas dessas pessoas...que nem, é difícil eu ir no posto de saúde, é difícil, agora que eu fui no posto de saúde pra saber o que que era que tava me dando tanto sono, durante o dia, mas também a mulher que acorda 4:00 horas da manhã e tem que dia que meia-noite ainda tá acordada, de dia vai sentir sono mesmo, né. Tá, que depois que eu fiz o exame que eu descobri (rsrsrs). Então, eu acho assim, que se a mulher não ficar inventando doença no corpo e não ficar inventando doença na mente, ela vai viver o resto da vida dela saudável... O problema do ser humano, é que completa 60 anos já acha que é um</p>	<p>A saúde é um aspecto importante no desenvolvimento humano e também no processo de envelhecimento. Pessoas saudáveis, física e mentalmente, tendem a envelhecer melhor e de forma menos acelerada.</p>	<p>Preservar a saúde física e mental desaceleram o envelhecimento e promovem qualidade de vida.</p>

<p>idoso, idoso na minha cabeça é só a partir dos 90 anos, que o idoso verdadeiro, é aquele que depende de um copo d'água, que não enxerga, que não consegue andar normalmente como eu e você...você entende? Aí é um idoso, não tem a lucidez mais, como eu tenho, qualquer pessoa saudável de 60 anos, ela é lúcida, não tem velhice ali nos 60 anos. Entendeu?</p>		
<p>A minha, meu modo de pensar, minha maneira de agir é essa, que as pessoas que fazem ser velho, não é a idade, é as pessoas, que tem a mente fraca que começa a ficar velho. E aquela mente fechada, ignorante....porque antigamente eu era assim...se eu fosse fechar minha mente como eram antigamente, meus filhos hoje eram tudo quadrados, porque eu ia querer trazer eles no regulamento que eu fui criada, só que eu era feliz e a juventude hoje não sabe ser feliz.....no meu tempo de moça eu era feliz, namorei, noivei, casei, coisa mais linda do mundo, orgulho pro pai e pra mãe, e hoje é difícil você ver um jovem entrando numa igreja saudável....isso porque eu fui criada assim, que eu tinha que ser noiva, pai e mãe junto comigo e com o noivo, casar na igreja bonitinho, te sua casa, que eu vou exigir hoje dos meus filhos, da mesma forma que eu fui criada? não, o mundo anda, a educação anda, a forma, a cabeça dos jovens hoje, não chega nem metade da nossa cabeça de antigamente, 65 anos atrás.</p> <p>P. Mesmo assim, a senhora acha melhor acompanhá-los do que..</p> <p>DÉBORA. Do que ficar pra trás.</p> <p>P. Entendi.</p> <p>DÉBORA. Porque você sabia que eu já vi netos chegar na vó e dizer... você é burro vó, você é burra vó...eu não quero ouvir essa palavra pra mim...</p> <p>P. Entendi.</p> <p>DÉBORA. E com 65 anos eu ouvir do meu neto, a senhora é burra vó, a senhora não sabe o que é a vida hoje, ah a senhora tá ficando prá trás, foi antigamente, eu não quero ouvi isso, porque ia me doer muito. Porque o que que acontece, quando eu tenho dúvida de</p>	<p>De maneira geral, uma pessoa com mais de 60 anos não pode ser considerada idosa ou velha. É importante manter a mente atualizada, ajustando-se às mudanças que ocorrem na sociedade, dispondo-se ao relacionamento com as novas gerações, através de trocas, onde há espaço para aprender e para ensinar, oportunizando uma vida ativa e inserida na sociedade.</p>	<p>A aprendizagem é uma característica presente no indivíduo com mais de 60 anos, uma forma de atualização.</p>

<p>uma palavra, que eu não tenho o significado....oh Milena o que que significa essa palavra assim, assim? oh vó, é isso, isso e isso ...ah tá bom, já sei, se eu for expressar pra alguém, se eu for falar pra alguém, eu tô falando o que eu sei, não em dúvida, ter certeza do que tô se expressando. Não gosto de ficar em dúvida.</p> <p>P. Muito obrigada, foi muito bom falar com a senhora.</p> <p>DÉBORA. Vou fazer um café pra nós.</p>		
---	--	--

Apêndice G – Análise da Entrevista Segundo o Método Fenomenológico de Amedeo Giorgi - Participante Abigail

Divisão da Transcrição em Unidades de Significado	Transformação das Unidades de Significado em Linguagem Psicológica	Síntese das Unidades de Significado
<p>P. Vamos lá Abigail., você completou 60 anos recentemente, né!</p> <p>ABIGAIL. Foi.</p> <p>P. Tá fresquinho ainda. Legalmente você se tornou uma pessoa idosa, como esse novo status social afeta a sua vida?</p> <p>ABIGAIL. Ainda não me afetou em nada, eu fiquei surpresa, né, outro dia lá no consultório, que aconteceu que lá então, aí eu pensei...nossa, mas eu passar na frente, né!</p> <p>P. Conta essa história.</p> <p>ABIGAIL. Então, eu fui no médico, tinha 4 pessoas na minha frente, é por ordem de chegada né, eu contei, eu era a quinta, mas aí depois da pré-consulta eu fui a primeira a ser chamada, aí eu falei assim....mas nossa, mas eu, a primeira né, aí uma senhora lá que tava na frente falou assim pra menina....não, mas a Abigail. passa na frente...só que essa senhora tava levando um neto dela pra fazer a consulta, então não era ela né, aí a técnica pegou e falou assim pra ela.....sim, a Abigail. passa na frente porque ela tem mais de 60 anos, né...aí eu entrei assim e ela falou...mas a dona Abigail. já tem de 60 anos?...aí eu entrei dentro do consultório dando risada com a doutora, falando...doutora a mulher ali fora tá brava comigo porque não acredita que eu tenho 60 anos, aí a doutora...mas eu também não e eu comentei com a minha mãe e minha mãe também não acredita, então vou até tirar uma foto pra mostrar pra minha mãe (rindo)...então assim, levei até um susto né, completei 60 anos,</p>	<p>Ser considerada idosa, não é o mesmo que sentir-se idosa. Há um reconhecimento social que sinaliza uma nova condição, que a denuncia, mas nem sempre coincide com alguma autopercepção, podendo ser até a descoberta de uma novidade.</p>	<p>Ser considerado idoso é uma experiência social, nem sempre pessoal.</p>
<p>a primeira coisa foi a aposentadoria que veio, né e que eu achei incrível... assim, foi uma sensação, tipo assim, uma sensação de liberdade né. Porque até então, trabalhava tudo, mas muito tempo que eu fiquei sem trabalhar dependia do marido, né, tudo que precisava de comprar, até pra comprar uma calcinha, né tinha que pedi.</p> <p>P. Imagino.</p> <p>ABIGAIL. E aí, então, os homens tem aquela mania...mas você não comprou esses dias?...né (risos), ele tem essa mania, aí, então assim, no</p>	<p>Chegar aos 60 anos e aposentar-se é uma experiência permeada por percepções de liberdade, de independência e de autonomia.</p>	<p>Aos 60 anos há um sentimento de liberdade.</p> <p>A pessoa de 60 anos percebe-se autônoma e independente.</p> <p>A aposentadoria contribui para uma vida livre, independente e autônoma.</p>

<p>primeiro momento, esse dinheiro, essa coisa, foi como se fosse uma carta de de...</p> <p>P. Alforria.</p> <p>ABIGAIL. De alforria, né. Porque aí, financeiramente não ia depender nada pra ele né, vou no salão né, pra depilar tudo, assim, antes, eu dependia das meninas né, mais é a Suzanir que me ajudava, né, ela me dava um dinheirinho pra mim ir no salão, porque se eu fosse pedir...mas você gastou tudo isso lá...entendeu? Aí, então, isso foi uma coisa assim maravilhosa pra mim, eu achei uma benção de Deus essa aposentadoria.</p> <p>P. Então, o que a senhora tá, parece que, a senhora não que a gente já combinou que é você, né. Então, o que você parece que você, que eu entendi, que você tá me dizendo é assim, que eu perguntei né, completar 60 anos e tornar-se por lei, a lei fala que agora você é uma idosa, então você tá me dizendo assim, que da imagem e da sensação, não te afetou em nada...</p> <p>ABIGAIL. Não.</p> <p>P. Porque você não se sente uma pessoa idosa.</p> <p>ABIGAIL. Não.</p> <p>P. Mas que o benefício de ganhar sua aposentadoria, esse sim te afetou!</p> <p>ABIGAIL. Sim, esse sim.</p> <p>P. Então quer dizer que, na imagem e na sensação de ser uma pessoa idosa não, mas na liberdade que a aposentadoria trouxe, aí afetou muito sua vida, pelo que você tá me contando, né.</p> <p>ABIGAIL. Mas é, assim me afetou pelo lado do bem nessa parte.</p> <p>P. Sim, sim.</p>		
<p>ABIGAIL. E assim, aí os benefícios que a gente, que o idoso tem né, por exemplo, lá no posto também né, eu achei interessante aquilo né...eu passar na frente, fiquei até meia constrangida, porque até então, sempre a gente cedia.</p> <p>P. Vai lá, e fica na fila...e deixa os outros..</p> <p>ABIGAIL. É, isso, aí eu fiquei meia incomodada né, mas já tô me acostumando, essa parte também (risos).</p> <p>P. É seu direito, né.</p> <p>ABIGAIL. Então (risos), ai, assim, mas ah, na parte negativa eu ainda não tive ainda assim essa sensação, sabe. Pra mim, até então, a aposentadoria foi boa, porque...</p> <p>P. Foi liberdade.</p>	<p>Existe uma diferença entre ser idoso por lei e sentir-se idoso na experiência pessoal, que vai se ajustando conforme a pessoa comprehende que os direitos podem ser usufruídos, ainda que a autopercepção não seja de ser idoso.</p>	<p>A percepção de não ser idoso interfere na forma como os direitos do idoso são usufruídos.</p>

ABIGAIL. Foi liberdade (emocionada).		
<p>P. Que legal. E assim, parece uma pergunta parecida, mas ser considerada idosa, por ter feito 60 anos, na maneira de você perceber você mesma, a sua pessoa, mudou alguma coisa? Põe você pra pensar? Como que você se percebe?</p> <p>ABIGAIL. Foi assim...nossa, mas eu já to com 60 (risos)? Cheguei tão rápido (risos), parece que eu não fiz nada a vida toda, né, e de repente tá, 60, né, interessante...</p> <p>P. Então, assim...</p> <p>ABIGAIL. É tipo um marco, né...</p> <p>P. É como se fosse, parece que você tá dizendo assim, que não é com você!</p> <p>ABIGAIL. É!</p> <p>P. É um termo, mas não combina com você.</p> <p>ABIGAIL. Hum hum, não.</p> <p>P. O que que é um idoso pra você?</p> <p>ABIGAIL. Ah, um idoso é uma pessoa assim...(falamos juntas)</p> <p>P. Porque a lei diz (falando juntas), só pra completar, a lei diz que você é idosa, mas você tá me dizendo que você não se percebe, então o que é uma idosa, porque você parece que tá falando que você não é idosa!</p>	<p>A chegada dos 60 anos causa uma reflexão sobre temporalidade e longevidade, que se diferenciam, viver muito não significa envelhecer ou ser idoso.</p>	<p>A chegada dos 60 anos impacta pela percepção de longevidade.</p>
<p>ABIGAIL. Não. Eu percebo assim, que é, idoso, é acima de 70 anos, 65, que nem você tava comentando, dependendo da região, porque eu mesmo não me sinto idosa de jeito nenhum, então os benefícios do idoso, pra mim tá sendo tipo uma liberdade, né porque eu não me sinto como idosa. Ainda não.</p> <p>P. Como que uma idosa se sente, você acha?</p> <p>ABIGAIL. Ah, uma idosa, eu acho assim, são pessoas mais, assim, mais sofridas, mais, entendeu, mais, assim, que tem menos escolaridade, menos coisa assim, menos informação, tem menos acesso a essas coisas, tanto na cultura deles, né, na mente, né. Porque, é raro a pessoa com 60 anos, hoje em dia já não é tanto, mas é, que sabe ler e escrever, geralmente uma pessoa com 60 anos só sabe assinar o nome.</p> <p>P. É mesmo?</p> <p>ABIGAIL. É.</p> <p>P. Na realidade que você convive, das pessoas que você conhece.</p> <p>ABIGAIL. É desse jeito, eles não sabem ler e escrever, eles desenham o nome deles, entendeu, desenha.</p>	<p>A idade cronológica, aos 60 anos, não é um parâmetro adequado para medir ou determinar a velhice. A história de vida e suas variáveis são mais determinantes que a idade isoladamente. Cada pessoa tem uma maneira de perceber-se.</p>	<p>Aos 60 anos, a idade cronológica não é um parâmetro objetivo de envelhecimento.</p>

P. E aí você acha que tá mais próximo de ser idoso que tem menos condição de estudar, de...
 ABIGAIL. Tem menos acesso a informação.
 P. Acesso a informações, que mais?
 ABIGAIL. Aí eu acho que essa pessoa é idosa e é a pessoa que mais precisa, porque, sabe, ela necessita de ter alguém pra poder amparar ela, de ter esses direitos adquiridos aí, entendeu.
 P. Hum, porque você tá falando que viver nessa condição deixa a pessoa menos independente, mais dependente?
 ABIGAIL. Deixa, deixa, mais dependente.
 P. Aí você citou uma idade aí, que você acha que a pessoa passa a ser idoso, qual que foi, que eu não lembro agora.
 ABIGAIL. Acima de 70 anos.
 P. Acima de 70, por exemplo, lá na cidade que eu moro lá, Sonora, porque aquelas pessoas ali, a maior parte deles vem do Nordeste, então eles com 60 anos, da cultura deles, alimentação, é, de, ler e escrever, essas coisas assim, eles não tem nada. Pra eles 60 anos, eles já são idosos.
 P. Já são idosos. Olha, tem uma diferença então, a senhora fala, você falou 75 pra alguns, mas pra essas pessoas, que não tem condição, que não tem formação, que não tem acesso a saúde, então ser idoso chega mais rápido. Então, que dizer, a lei que fala, você fez sessenta anos e você virou um idoso, ela não diz a verdade pra todo mundo.
 ABIGAIL. Não.
 P. Quer dizer, a sua verdade é uma, e pra essas pessoas é outra e pode ser diferente pra outras?
 ABIGAIL. Pode, por exemplo, essas pessoas que eu tô citando, que elas são do nordeste e estão em outros municípios, porque lá no nordeste não oferece trabalho essas coisas, e eles vieram pra Sonora atrás disso daí, mas eles, nenhum deles, eles não sabem escrever o nome deles, eles desenham o nome deles. Se você escrever o nome deles e dá pra eles ler, eles não sabe.
 P. Nossa.
 ABIGAIL. Eu trabalhei lá em Sonora como agente de saúde durante 9, é 7 anos, eu que escrevia carta pro pessoal, escrevia, quando o correio chegava com a carta, eles iam me procurar onde que eu tava, que era pra eu ler e escrever novamente a carta pros familiares, entendeu. Então, pra essas pessoas, é, eu acho que, 50 anos já é idoso.
 P. Puxa, aí não seria nem 60, então?

<p>ABIGAIL. Não.</p> <p>P. Pode ser antes até!</p> <p>ABIGAIL. É, eles não tem é assim, eles não tem noção que eles tem direito, né, porque eles tão com 60 anos, que eles tem direitos, direito a consulta, a tratamento; tinha pessoas que tava com tuberculose....nossa eu não sabia, eu tô com esse problema, e agora como que eu vou fazer pra poder tratar, né?...Não, mas o medicamento é de graça e você não vai ter problema nenhum, você só vai ter que comparecer no posto...sabe como é que é? Às vezes, ficava doente com medo de ir lá e não ter medicamento, sendo que tem, né, o tratamento é de graça.</p> <p>P. Então parece que você tá me falando assim, olha, ser idoso está muito mais relacionado a condição social e cultural, do que a idade.</p> <p>ABIGAIL. Exatamente, exatamente.</p> <p>P. Embora com 70, 75 pode ser que independente da condição social também, você se torne um idoso.</p> <p>ABIGAIL. Também.</p> <p>P. É isso também que você tá falando.</p> <p>ABIGAIL. É.</p> <p>P. Mas nesse meio entre, sei lá, que você falou né, 50 e 60, 65 é mais a condição social do que a idade.</p> <p>ABIGAIL. Exatamente.</p> <p>P. Muito interessante seu ponto de vista, é um outro jeito de olhar, né.</p> <p>ABIGAIL. É.</p> <p>P. Por que daí você não dorme com 59 adulto e acorda...</p> <p>ABIGAIL. Com 60 idoso!</p> <p>P. Não é isso!</p> <p>ABIGAIL. Não.</p> <p>P. Você não acordou assim?</p> <p>ABIGAIL. Não, eu ainda não acordei (risos).</p> <p>P. Você tá acordando todo dia até agora...</p> <p>ABIGAIL. Eu acho uma graça, todo dia, que eu vou no banco né (risos), antes de vir pra cá mesmo eu fui lá no banco, tal, aí conversei lá com o rapaz, aí eu falei assim pra ele...por favor, vê pra mim quanto que eu tenho de dinheiro aí na minha conta, né...e ele falou...tem que quinhentos e pouco...e eu falei...sério, que tem quinhentos e pouco, eu recebo um salário só, mas pra mim...ainda tem quinhentos aí (risos)...essas coisas pra mim é uma maravilha, então, assim, em questão de eu ser idosa, até agora só foi coisa boa, né, entendeu. Agora, tem</p>		
---	--	--

pessoas que é idosa e requer muito mais do que a aposentadoria.

P. Fala mais disso, achei interessante, né.

ABIGAIL. Interessante, né. Pra você ver, essas pessoas, principalmente as pessoas lá, que eu convivi lá, durante o tempo que eu trabalhei, dos idosos, eu assim, cuidava mais deles até, até agora, eu tinha 4 delas, 4 senhoras, que eu cuidava, e elas moravam junto com a família, mas a família não... eu trouxe elas pra cá pra Campo Grande pra poder tratar do câncer, sabe, toda vez que tinha, pra poder colocar aparelho no ouvido, era eu vinha, porque elas não queriam nem os filhos que viessem, entendeu, tudo a mais de 60 anos; eu acho que essas pessoas, é, com menos de 60 anos elas já eram idosas, porque elas dependem dessas pessoas, e essas pessoas não vão atrás de informação, elas não tem informação, elas não tem, é, noção do que elas tem direito, né, do que pode fazer, não, elas não tem.

P. É desamparo.

ABIGAIL. É, e aí, eu chegava e eu corria atrás dessas coisas de direito, porque os filhos não iam; eu ia fazer caminhada com elas, porque elas tinham diabete, a filha morava nos fundos e não ia fazer caminhada com elas... eu terminava meu serviço, chegava em casa, deixava minhas coisas lá e ia pra casa delas pra poder fazer caminhada, sabe...sério dona ABIGAIL., que tem que fazer caminhada?...tem, tem que fazer caminhada, porque se não vai dar problema no pé, na circulação, a diabete atrapalha tudo isso daí, né, alimentação, aí então, eu a nutricionista, sempre a gente conversava... oh, não pode comer...gente, eles não tem o que comer, o que eles tem pra comer é o que, é farinha, peixe, né, na época de fruta chupava 4, 5 mangas...mas ela não pode... mas gente, eles não tem o que comer...agora como você vai fazer?

P. Como é que você chega com uma receita cheia de fruta?

ABIGAIL. É, você não pode comer! Pra você ver que eles não tinham noção dos medicamentos que eles tinham que tomar, qual a hora que eles tinham que tomar qual medicamento, porque eles não sabiam ler, eles não sabiam ler!

P. Quer dizer, o acesso a educação então, evitaria muita coisa.

ABIGAIL. Muita coisa. Aí, essas pessoas elas ficam tipo meio que abandonada, sente

depressão, tristeza; antigamente falava que morria de tristeza, mas é a depressão de hoje, é a tristeza de antigamente. E hoje continua essas pessoas, porque elas não sabiam que hora que iam tomar o remédio, porque os remédios que vem do posto, o laboratório, é quase todos iguais, atrás, né, entendeu, as cores, eles definem pelas cores; então o que que eu fazia: fazia uma caixinha, de manhã colocava tudo azuzinho, era a hora dela tomar de manhã, ao meio dia fazia um sol, um desenho, na caixinha, aí colocava o remédio que ela tinha que tomar meio dia ali naquele sol, à noite, fazia uma lua, que era pra ela tomar, entendeu, assim, colorido, o desenho na caixinha, fazia divisa eu e a enfermeira, a gente fazia assim e levava, porque eles não sabia.

P. E aí, nisso eles conseguiam tomar o remédio direito, a saúde melhorava e de novo não era a idade que determinava, era o cuidado....

ABIGAIL. E a falta de conhecimento, aí, são mulheres novas, não tinham nem 60 anos.

P. Meu Deus.

ABIGAIL. Entendeu?

P. Nossa...ao mesmo tempo que, eu ia falar, fantástico, mas não porque é bom, mas porque é assustador. É grandioso, mas de ser assustador.

ABIGAIL. Exatamente.

P. Porque você poderia falar, não é porque ela acordou com 60 anos e ficou envelhecida, não,

ABIGAIL. Não.

P. É porque ela não tinha cuidado e ela era bem mais nova que 60.

ABIGAIL. Bem mais nova. Bem mais nova.

P. E se olhasse andando na rua, a senhora diria assim, era um grupo de idosos.

ABIGAIL. Exatamente.

P. E não era.

ABIGAIL. Não.

P. Pela lei, nem tinham chegado a 60.

ABIGAIL. Não. Não tinha. Quando elas falavam a idade pra mim, eu levava um susto, sabe aquela pessoa envelhecida mesmo assim, triste...

P. Poxa...que informação...que experiência, né.

ABIGAIL. É, aí, é, como eles começar vir pra Sonora pra poder trabalhar, o pessoal vinha pra trabalhar no corte de cana, essas pessoas nenhuma sabe ler e escrever, a partir de 2015 foi proibido a queima de cana, no Brasil todo, né, aí Sonora entrou com o coiso lá, tal e aumentou até 2017, então até 2017 tinha

<p>cortador de cana, a partir daí começou a chegar as máquinas, pra cortar as canas, diminuiu os cortadores de cana. O que que a empresa fez? Eles exigiram que todo mundo que ficasse trabalhando tinha que estudar e a empresa arrumava tudo: professor, espaço, horário, que são 3 turmas, né, que trabalham, né. Tinha professor nos três horários pra poder dar certo pras pessoas, porque a empresa tinha que fazer alguma coisa, porque cada máquina toma o lugar de 120 pessoas, agora não tem mais nenhuma pessoa pra cortar cana. Vinha ônibus, assim, 5, 6 ônibus cheio de gente.</p> <p>P. Mas aí, essa coisa de ser obrigado a estudar, a senhora acha que mudou a vida deles?</p> <p>ABIGAIL. Eu acho que sim, porque eles, a partir daí, eles começaram a ter um pouco de conhecimento.</p> <p>P. E aí mudou um pouco a forma de cuidar de si mesmo.</p> <p>ABIGAIL. Exatamente.</p> <p>P. E essa experiência de ver, esses estilos de vida tão diferentes afetando, parece que a senhora tá falando assim, que esses estilos de vida afetam o desenvolvimento de cada um, afeta sua experiência de desenvolver? Porque a gente tá em desenvolvimento, então a senhora já tem mais de 60, a lei diz que a senhora é idosa e a senhora diz pra mim que a senhora não é...</p> <p>ABIGAIL. Não, não.</p> <p>P. A senhora tá vendo que idoso tem outras coisas que fazem uma pessoa ser idosa e conviver com tudo isso, viver essa experiência, a senhora acha que afeta sua vida então, é isso que mexe, que torna a senhora...</p>		
<p>ABIGAIL. Não. Mexe comigo assim, eu procuro, é, eu procuro ter mais conhecimento pra poder levar mais informação pras pessoas.</p> <p>P. Mas deixa a senhora menos idosa?</p> <p>ABIGAIL. Menos idosa, mais ativa.</p> <p>P. Mais ativa....É. Interessante, gostei de ouvir isso.</p>	<p>Aos 60 anos descobre-se que há muito para aprender e para ensinar, no sentido de vivenciar um papel social, sendo um sujeito ativo e produtivo.</p>	<p>A velhice também é tempo de novos aprendizados.</p> <p>A sexagenário é um indivíduo ativo.</p> <p>A pessoa com 60 anos tem um papel social a cumprir.</p>
<p>A última pergunta, que eu acho que a senhora já respondeu, mas eu acho que vale a pena a gente</p>	<p>As pessoas sentem a passagem do tempo de forma diferente umas das outras. A forma como</p>	<p>* Aos 60 anos, a idade cronológica não é um parâmetro</p>

<p>pensar ainda mais um pouco: o que significa ter 60 anos e ser um idoso, porque a lei diz, ABIGAIL. Humm, é idoso (falando junto comigo).</p> <p>P. Você tem 60, você é idoso, o que que significa isso? Isso é verdade?</p> <p>ABIGAIL. Eu, eu tenho 60 e não me sinto idosa, mas como eu já te falei, tem pessoas que tem 60 anos e já é bem idoso, você olha no perfil da pessoa, né, você olha, você vê que a pessoa é, é, sabe assim, abatida, pra baixo, assim...são pessoas muito sofridas, que não, que não tiveram um apoio, uma estrutura assim, pra poder, sabe, levar aquele sofrimento adiante, né. Geralmente essas pessoas vem do nordeste, dessas regiões menos assistidas, que eu falo que tem, porque, que perspectiva de vida que tem uma pessoa lá naquele nordeste, que não chove, não tem nada, não pode plantar, né, sabe, então, essas pessoas, quando chega, num lugar, que nem ali em Sonora, ela já chega cansada, sabe ela não tem mais estímulo pra poder, então quando chega 60 anos ela já tá idosa mesmo.</p> <p>P. Então quer dizer assim, que pra senhora, ter 60 anos não significa ser um idoso, mas pra algumas pessoas, pra muitas pessoas significa sim.</p> <p>ABIGAIL. Por uma questão de vida (fala junto comigo). Sim, pra muitas sim, muitas, muitas hein...</p> <p>P. Depende da história de vida de cada um.</p> <p>ABIGAIL. Depende.</p> <p>P. Interessante. E assim, se a senhora tivesse que deixar uma mensagem, assim pra minha dissertação, pra falar assim, olha, isso aqui tem que entrar lá, que que a senhora deixaria, que que a senhora deixa? A respeito disso, de se perceber, de ser afetada, do significado de ser idoso, de ter 60 anos, a senhora falou tanta coisa relevante assim.</p> <p>ABIGAIL. Então, eu penso assim, que pra essas pessoas que com 60 anos se sente idosa precisaria de ter um pouco mais de apoio, né, ter mais assim, é informação pra eles, ter mais conhecimento, sei lá, porque essas pessoas, elas são triste mesmo sabe, da dó de, sabe aquelas pessoas que você chegava lá e dá vontade de você pegar no colo, e fazer carinho neles? Era assim que eu me sentia com eles, mas você ia ver e não tinha 60 anos ainda, entendeu.</p>	<p>cada pessoa viveu e as condições nas quais viveu vão influenciar a percepção de envelhecimento que tem de si mesmas.</p>	<p>objetivo de envelhecimento.</p>
--	---	------------------------------------

<p>ABIGAIL. Então eu acho que essas pessoas, nessas regiões, precisam um pouco mais de apoio, porque são pessoas muito tristes.</p> <p>P. Entendi. Então, ser idoso é mais falta de apoio que ter 60 anos.</p> <p>ABIGAIL. Muito mais.</p> <p>P. É isso que a senhora tá dizendo, se fosse uma única frase?</p> <p>ABIGAIL. É.</p> <p>P. Dava pra ser essa frase?</p>		
<p>ABIGAIL. Eu não me sinto com 60 anos de jeito nenhum, bela e maravilhosa, linda (risos).</p> <p>P. É linda mesmo (risos).</p> <p>ABIGAIL. Ah, obrigada (risos), ativa, oh, hoje mesmo fiz minhas unhas de gel, olha que chic, oh, nunca tinha tido a oportunidade de fazer isso, agora tenho, né, porque...</p> <p>P. Então o que mais afetou a senhora aqui pelo que eu vejo na questão de tornar-se idoso, do ponto de vista legal, foi poder ter a sua independência através da aposentadoria.</p> <p>ABIGAIL. Aha, exatamente.</p> <p>P. Porque a forma de perceber não mudou nada e o significado a senhora atrela a outra coisa que não é a idade.</p> <p>ABIGAIL. Não, exatamente.</p> <p>P. Entendi.</p> <p>ABIGAIL. Porque, em especial, ser idoso e conseguir aposentadoria, porque até então são raras as pessoas que têm condições de ter aposentadoria agora, que tá na minha idade com 60 anos, conseguir aposentadoria. Eu consegui porque parei de trabalhar, mas continuei pagando, mas tem muita gente na fila ali tentando conseguir aposentadoria, porque tem muita gente que assimila assim, é, ser idoso com aposentadoria.</p> <p>P. Ah.</p> <p>ABIGAIL. Entendeu?</p> <p>P. Então, aposentei, automaticamente sou idoso (ela repete junto comigo a mesma frase).</p> <p>ABIGAIL. Aha, e aí tem muita gente que não consegue, porque nunca trabalhou registrado, não tem, entendeu, não tem informação de que, eles acham assim, quando eles tiver 60 anos, eles pode ir lá, que consegue eles consegue se aposentar.</p> <p>P. Nossa, que coisa, quantas realidades.</p> <p>ABIGAIL. Então, e aí, e a maior parte são mulher, a maior parte porque, nós agora que</p>	<p>Aos 60 anos as próprias vontades, os prazeres e a abertura para novas sensações ganham prioridade.</p>	<p>Aos 60 anos as próprias vontades, os prazeres e a abertura para novas sensações ganham prioridade.</p> <p>A autopercepção do indivíduo revela sua identidade.</p>

tamo indo, trabalhando pra, saindo pra fora, até então, as coitada ficava em casa, na roça.

P. Na hora de aposentar não tinha.

ABIGAIL. Não, nunca, a minha mãe mesmo, ela tá com 85 anos, ela nunca conseguiu se aposentar, ela recebe a aposentadoria do meu pai, que o meu pai faleceu e ela recebe.

P. Se não.

ABIGAIL. Não. E minha mãe sabe ler e escrever tudinho, mas nunca trabalhou, por falta de informação, nunca, as condições, nunca teve condição de pagar uma coisa, e ela nunca parou de trabalhar entendeu. Então quando meu pai faleceu, que ela passou a receber, é como se ela tivesse tido a carta de alforria dela também, entendeu e hoje em dia, a maior parte é desse jeito.

P. Entendi.

ABIGAIL. As mulheres, se agora já é difícil para as mulheres, imagina antigamente, se acha que o marido vai pagar...oh, você tá em casa, então eu vou pagar a aposentadoria pra você, pra você receber a aposentadoria, não vai.

P. Certo.

ABIGAIL. Aí eles, elas pensam assim, aí quando elas conseguem tadinhas, não como que Deus ajuda lá que elas conseguem, nossa, é a liberdade delas, porque a vida inteira foi ali ó, mulher é pra ter filho e ficar em casa, cuidando dos filhos.

P. Entendi. É isso. Dona Abigail.

ABIGAIL. Valeu? (risos)

P. Muito. Muito obrigada. Ganhei meu dia em conhecer você.

ABIGAIL. Obrigada (risos), foi um prazer

Apêndice H – Análise da Entrevista Segundo o Método Fenomenológico de Amedeo Giorgi - Participante Saul

Unidades de Significado	Unidades de Significado Transformadas em Linguagem Psicológica	Síntese das Unidades de Significado
<p>P. Ok, Saul, seja bem-vindo, muito obrigada, vamo lá, você completou 60 anos super recente e legalmente no nosso país, agora você é um idoso, como é que esse novo status social afeta sua vida?</p> <p>SAUL.olha, não afeta minha vida, porque eu me sinto jovem embora tenha completado 60 anos, então isso não me afeta de absolutamente, de forma nenhuma.</p>	<p>O sentimento vivido de juventude se sobressai às determinações sociais de faixa etária.</p>	<p>As faixas etárias perdem sentido diante da autopercepção do indivíduo.</p>
<p>É, ter 60 anos pra mim é um presente divino, chegar a esta idade bem, como eu estou e você é testemunha disto, me olhando (risos), é sinal de que eu sou uma pessoa que vive bem a vida até agora.</p>	<p>Chegar aos 60 anos e alcançar a longevidade com bem-estar, é uma sensação muito agradável.</p>	<p>Ser uma pessoa longeva é motivo de grande satisfação.</p>
<p>P. Muito legal, mas aí eu insisto, você é considerado idoso ao ter completado 60 anos, isso traz alguma mudança na maneira como você se percebe, você parou em algum tempo para pensar nisso? ou mesmo agora, a gente falando sobre isso?</p> <p>SAUL. Não, na verdade é assim, eu sempre busquei na minha vida a maturidade, a maturidade só vem com a idade, a idade traz a velhice, mas a velhice é consequência de como você se sente com a própria vida. Então, eu quero ser e queria ser um homem maduro, ter a experiência de uma vida longa, sem precisar necessariamente me sentir um velho, então eu acredito que ser velho é uma questão de como você encara a vida, não daquilo que você é ou se sente ou de quantos anos você tem, isso é mera, meramente uma forma de você contar tempo, não deveria se contar tempo pelos anos, deveria se contar tempo pela experiência. Né.</p> <p>P. Então quer dizer que a sua percepção de você mesmo, mesmo tendo feito 60 anos e ainda sendo considerado idoso, é de uma pessoa que tá bem, que tá jovem...</p> <p>SAUL. Graças a Deus, me sinto lisonjeado por isso, geneticamente e espiritualmente.</p>	<p>O envelhecimento constitui-se de forma muito particular e individual, não é igual para todos.</p> <p>A passagem do tempo tem mais sentido quando referenciada a partir da experiência de vida e não da idade cronológica.</p> <p>O ser humano tem várias dimensões e cada uma se constitui de maneira diferente diante da passagem do tempo.</p> <p>A passagem do tempo tem mais sentido quando referenciada a partir da experiência de vida e não da idade cronológica.</p>	<p>* A passagem do tempo é algo sentido, e não se reduz a quantificações.</p>

<p>Saul P. Alguém já te chamou de idoso? SAUL. Já! (risos) P. Era brincando ou era sério? SAUL. Sim, sim, já, já me chamou de idoso porque eu sou careca (sorri e tira o gorro da cabeça – fazia um dia muito quente, ele estava com um gorro de lã e roupa de couro, pois é motociclista). P. Ahhhh SAUL. (rindo) Né, então as pessoas brincam muito com isso, dizendo que eu envelheci muito cedo, eu digo, não, pera aí, vamos fazer o seguinte, só porque eu sou careca, então deixa eu botar o meu gorro, porque na verdade o intuito do meu gorro é me proteger porque eu sou muito branco e o sol muito forte queima e dói muito o couro cabeludo queimado, então por isso uso o gorro. Mas agora deixa eu colocar o gorro e deixa eu prender a minha barba, tá, e você vai ver que eu não tenho nada de idoso, embora eu seja um (coloca o gorro e prende a longa barba branca). P. Na lei? SAUL. Na lei. P. Não na mente e no corpo.</p>	<p>As mudanças corporais que afetam a aparência física, como fios brancos e calvície, chamam a atenção de forma diferente para quem as vive e para quem as vê.</p>	<p>As mudanças corporais que se manifestam aos 60 anos, são usadas socialmente para rotular as pessoas como velhas ou idosas.</p>
<p>SAUL. Claro, claro. O dia que eu for velho aí eu não dirijo mais, eu não me controlo mais, eu não me cuido mais, eu não vou poder fazer as coisas que eu ainda faço, eu viajo de motociclista, de motocicleta pelo Brasil, eu viajo pela América do Sul, e se fosse idoso, não faria isso. P. Nossa você anda pela América do Sul de moto, agora aos 60 anos. SAUL. Sim, sim, simmm E agora eu tenho, pro ano que vem, se Deus quiser em março, eu to saindo pro Alaska. P. De moto? SAUL. Simmm, eu vou fazer 5 países, 2 países da América do Sul, fora o Brasil, vou fazer 5 países na América Central, fazer 3 países na América do Norte, mais o estado do Alaska, que é o 38º estado americano. Eu vou, vou fazer, fazer o Canadá de leste para oeste, Estados</p>	<p>O indivíduo sexagenário é uma pessoa com planos para o futuro, disposta a viver aventuras. Há energia e vigor suficientes para planejar e realizar de forma autônoma e independente.</p>	<p>O sexagenário projeta o futuro. Suas ações no mundo são autônomas e independentes. A pessoa com mais de 60 anos tem uma vida muito ativa. Preza-se pela liberdade e pela busca de contentamento.</p>

Unidos de oeste a leste e vou fazer centro-oeste no Canadá.

P. Dos seus 55 anos pra cá, nesses últimos 5 anos, você viajou?

SAUL. Simmm.

P. De moto?

SAUL. Simmm, eu só viajo de moto, eu não tenho carro....carro é pra idosos.

P. (rsrsrsrs) ah, eu tenho carro.

SAUL. Eu sou jovem.

P. Gostei.

SAUL. Eu sou um jovem de 60 anos, como dizem os meus amigos, se fosse no nordeste, isso é só uma brincadeira (rindo), pelo amor de Deus, eu sou uma lenda (rindo).

P. Uma lenda. E você anda sozinho ou acompanhado nessas viagens?

SAUL. Não, sozinho.

P. Mesmo essas muito longas, fora do país, você faz sozinho.

SAUL. Isso, isso. Até uma que eu fiz, fiz com mais um casal, mas a minha previsão daqui pra frente, é fazer sozinho, eu te explico porque. Sozinho eu viajo no meu ritmo, sozinho eu paro onde eu quiser parar, sozinho eu durmo onde eu quiser dormir, e quando você está acompanhado de pessoas, as pessoas sempre tem necessidades que são importantes no seu dia a dia, por exemplo, indo pro Canadá e depois entrando no Alaska, principalmente no Canadá, no norte dos Estados Unidos, no sul do Canadá, a minha ideia é passar uma noite inteira sozinho no deserto, porque um dos sonhos da minha vida é poder olhar prum céu onde não haja nenhum tipo de luz pra que eu possa conceber o verdadeiro brilho de todas as estrelas e da mensagem de paz que tudo isso possa me trazer. Quando você viaja com outras pessoas, elas não vão se sujeitar a dormir fora de estrada no meio do nada, dificilmente você vai encontrar, ahhhh, no que diz respeito a um casal, ou a uma mulher que eventualmente possa ir comigo, essa disposição de ter esse tipo de aventura, e tendo esse tipo de aventura, só mostra a jovialidade dentro de um corpo de 60 anos, portanto eu não sou velho, eu sou um jovem num corpo de 60 anos.

P. Nada a ver com idoso? SAUL. Nada a ver com nada.		
P. Mas eu sou uma chata, olha só, eu sei que você já falou, mas eu quero reafirmar, o que significa pra você, ter 60 anos e ser um idoso? SAUL.Nada porque eu não me sinto assim, difícil te dar ou mensurar o sentimento de uma coisa que você não consegue vivenciar, porque você não se sente assim.. P. Porque você não é. SAUL. Como é que você vai mensurar isso? Como que eu vou omitir uma opinião, você gosta de jaca? se você nunca comeu uma jaca! (bate as mãos uma na outra fortemente). P. Você é bem convicto disso mesmo? SAUL. Muito, e acho que é por isso que eu não envelheço.	Uma pessoa só consegue descrever o que vive, o que percebe como real em sua vida.	O significado de uma convenção social, rótulo ou status só se torna real quando o indivíduo se sente ou se percebe como tal.
P. Que legal, mas quando você fez 60 anos, por exemplo, tem direitos aí que você tem, como você lida com esses direitos? Parece que você tem uma história para contar sobre isso. SAUL. (risos) é, é, usufruindo, né, porque é um mérito, não é uma coisa ruim, ou um demérito, você atingir coisas que outras pessoas não atingiram, inclusive a idade, pensa na satisfação e na alegria, que é você ter vida, ter tido tempo, ter vivido, acumulado experiências e histórias, não só pra você, mas pra você poder passar para os outros como uma forma de ensinamento....então isso é simplesmente maravilhoso, não tem dinheiro que pague a existência na verdadeira concepção da palavra, uma vida longa. P. A longevidade. SAUL. A maturidade e o conhecimento que vem disso....né, as experiências que você pode fazer pra tua vida, e o quanto bom isso é pra que você diga: pô cara, eu passei pela vida, não a vida passou por mim. P. hummm faz muita diferença, né. SAUL. Muiiiiiita diferença, muita diferença.	Na longevidade o vivido é mais importante que a cronologia. A experiência vivida durante os anos proporciona prazer pessoal e o desejo de compartilhamento dos aprendizados acumulados, estabelecendo novas relações.	O prazer de uma vida longeva é transformado no desejo de compartilhamento das experiências vividas.

<p>Você não me conhecia até hoje, mas nós tivemos algumas oportunidades de conversarmos por telefone, seguramente eu tenho certeza que você ficou de cabelo em pé pelas brincadeiras que eu fiz com você sem te conhecer, porque, não foi com intuito de desrespeitá-la.</p> <p>P. Sim.</p> <p>SAUL. Foi com o intuito de te mostrar com quem você estava lidando. Eu posso ser assim, porque eu sou assim, sou feliz assim...</p> <p>P. Esse é você, né.</p> <p>SAUL. Isso é ser Saul.</p>	<p>A vida aos 60 anos é de contentamento consigo mesmo, de aceitação do que é, a ponto de poder revelar-se sem reservas, com liberdade para ser quem se é e nada mais.</p>	<p>Aos 60 e poucos anos as pessoas aceitam-se melhor, estão satisfeitas consigo mesmas.</p>
<p>P. Muito bem. Me conta aquela história que você me contou antes, da carteira do idoso, eu achei interessante.</p> <p>SAUL. Ah sim, sim, sim, é, eu muitas vezes ficava um pouco irritado na fila, de vários lugares quando você vai, seja no banco, seja pra fazer um joguinho da mega-sena, né, eu olhava na fila do idoso e dizia, um dia eu vou chegar lá, um dia eu vou chegar lá e não vou precisar enfrentar essa fila, não pelo fato de não poder esperar na fila....(falamos juntos)</p> <p>P. Porque to doente ou porque não consigo ficar em pé...(falamos juntos).</p> <p>SAUL. Mas pelo fato do privilégio, isso, não, não, não, é pelo privilégio.</p> <p>P. Quer dizer, é um merecimento, e não por causa de um adoecimento, é isso que você está falando?</p> <p>SAUL. Justamente, é isso, é isso, pelo merecimento...</p> <p>P. Olha (admirada), é pra pensar isso, né!</p> <p>SAUL. Mas claro que é pra pensar. Então o que que eu fiz, completei 60 anos dia 3 de setembro de 2019, estamos em março de 2020.</p> <p>P. Certo.</p> <p>SAUL. Eu. é, é, no dia 4 de setembro..</p> <p>P. Você já correu lá.</p> <p>SAUL. Corri lá e tirar minha carteirinha de idoso, porque.</p> <p>P. Aí já procurou uma fila (risos)?</p> <p>SAUL. (rindo muito) Já procurei uma fila, já procurei, e o mais legal disso é, sem nem um fator aí de vaidade, qualquer outra coisa, porque graças a Deus eu, eu procuro combater isso, né, não é uma</p>	<p>Chegar aos 60 anos implica também em vivências que permeiam a experiência de ser cidadão. O exercício dos direitos do idoso ultrapassa o cumprimento da lei, é um reconhecimento, experimenta-se a satisfação de ter vivido por tanto tempo e de sentir-se vivo.</p>	<p>Chegar aos 60 anos implica também em vivências que permeiam a experiência de ser cidadão.</p>

<p>questão de vaidade, mas é uma questão de me sentir vivido, eu entrei na fila do idoso (bate as mãos novamente, em sinal de convicção e ou satisfação), e me senti o máximo, porque simplesmente sensacional você viver tempo suficiente pra conseguir desfrutar de um direito que você tem (bate as mão outra vez e sorri emocionado).</p> <p>P. Muito legal o seu ponto de vista SAUL. Não é verdade?</p> <p>P. Muito legal mesmo.</p> <p>SAUL. Esse é o SAUL. (sorrindo satisfeito).</p> <p>P. Muito prazer SAUL. (sorrindo) SAUL. (sorrindo ainda emocionado).</p>		
<p>SAUL. Eu amo estar vivo, eu amo ter o direito e a perspectiva de ainda pensar: amanhã estarei aqui e viverei mais um pouco...</p> <p>P. E ano que vem vou para o Canadá e pro Alaska.</p> <p>SAUL. É, se estiver nos planos de Deus, né. Porque daí não cabe só as minhas vontades, cabe a</p> <p>P. Mas assim, no que depender de você, você tem projeto de vida (falamos juntos)..</p> <p>SAUL. Ah sim, ah sim, sim, antes disso quero fazer os países da América do Sul que ainda não fiz, são 10 países da América do Sul, incluindo o Brasil, eu conheço 4 e ainda tenho 6, 1 é uma coisa meio perigosa que é a Venezuela que eu não sei se vai dar para entrar.</p> <p>P. Que tem um momento difícil, né,</p> <p>SAUL. Isso, em função da crise. Outros 9 com certeza eu vou fazer.</p> <p>P. Boa sorte nas suas aventuras.</p>	<p>A longevidade, aos 60 anos, representa gratidão pelo que já foi vivido, mas também alegria pelo estar vivo e ter planos para o futuro.</p>	<p>A longevidade desperta a valorização da vida e projeta o futuro.</p>

Apêndice I – Análise da Entrevista Segundo o Método Fenomenológico de Amedeo Giorgi - Participante Ester

Unidades de Significado	Transformação das Unidades de Significado em Linguagem Psicológica	Síntese das Unidades de Significado
<p>P. Vamos lá, você completou 60 anos recentemente, legalmente tornou-se uma pessoa idosa e eu quero saber, como que este novo status social de ser idosa afeta sua vida, ou melhor, se afeta sua vida e como afeta a sua vida.</p> <p>ESTER. Eu dormi com 59, acordei com 60, pronta para fazer uma festa junto com minhas amigas e satisfeita, porque eu tô num momento muito bom da minha vida,</p>	<p>Aos 60 anos comemora-se a fase em que se vive, não se trata de celebrar uma idade específica, mas um momento vivido.</p>	<p>Aos 60 anos celebra-se a vida vivida e não a idade.</p>
<p>só que eu não acordei idosa, eu acordei velha, mais velha, porque eu acho que o idoso precisa de cuidador e eu não preciso e acho que, provavelmente não vou precisar tão cedo de um cuidador. Eu prefiro ser uma pessoa gasta pelo tempo, com muitas experiências de vida, com, sei lá, com conhecimento, mas caminhando de acordo com o que eu posso carregar comigo. É isso.</p>	<p>Ao completar 60 anos, a pessoa torna-se mais velha e não necessariamente idosa. A pessoa sexagenária percebe a passagem do tempo em sua vida e corpo, comprehende seus desgastes, mas enxerga seu valor através das experiências que acumulou e do que aprendeu, tornando-se consciente de seus novos limites.</p>	<p>Envelhecer é diferente de tornar-se idoso.</p>
<p>P. É, mas trouxe alguma reflexão, entrei nos 60, o que significa, né?</p> <p>ESTER. Sim. Eu pensei, nossa, estou entrando nos 60, aí eu fiquei pensando, quantas pessoas da família, não é, meus avós, tal, a idade que foram morrendo, nossa eu já tô próxima da idade que eles morreram, mas eles eram tão velhos, tão gastos, tão descuidados, que eu me olhei no espelho e disse...nossa, não tenho nada a ver com isso, é um outro momento, e vamos ver o que que é, porque, dormir com 59 e acordar com 60 não diz grande coisa né, a mesma coisa, um dia depois do outro só,</p>	<p>Nas gerações anteriores, chegar aos 60 anos era como chegar ao fim da vida, hoje é alcançar uma nova fase e ter muitas coisas para descobrir e experimentar.</p>	<p>Ter 60 anos na atualidade é viver mais uma fase da vida e não a última fase, um tempo de abertura para o novo.</p>

<p>e eu comecei a descobrir coisas maravilhosas dos 60 anos (risos), cabelo branco foi um pouco antes disso, eu tirei toda a tinta do meu cabelo e me libertei, porque eu acho que eu não preciso mais e foi fantástico, porque as pessoas começaram a me olhar e demonstrar um respeito que eu pensei que eu não teria, euachei legal, nossa, eu adorei.</p> <p>Depois eu fui pegar minha carteirinha pra estacionar no lugar de idoso (risos), gente, que coisa maravilhosa, depois que eu comecei a usar, eu descobri também que idoso tem estacionamento sem pagar, é melhor ainda sabe (risos).</p> <p>Mas assim, não tenho percebido nenhuma coisa ruim, o tempo vai desgastando nosso corpo e esse desgaste do corpo é que é um desconforto às vezes; eu tento me cuidar bastante, eu faço exercícios, eu tenho uma alimentação saudável, é, raramente eu bebo, claro que eu bebo de vez em quando, a gente festeja, a gente se diverte, não é, mas é, eu não, eu não tenho nada assim,</p> <p>quando eu quero fazer alguma coisa eu vou e faço, quando eu não quero eu não faço e assim, eu acho que a experiência de vida, o tempo de vida, me permitiu, é, buscar as coisas que me são prazerosas e fazer escolhas mais adequadas ao momento que eu estou, então assim, eu estou vivendo muito bem este tempo e não sinto peso por causa disso. Eu tenho desgaste do tempo sim, que é físico, e às vezes incomoda, eu sinto dores, eu sinto desconforto, às vezes eu incho, e não é legal, é tenho rugas, mas quando eu não quero ver as rugas eu tiro o óculos, pronto, não enxergo mais (risos).</p> <p>P. Resolvido (risos).</p> <p>ESTER. Tá resolvido (risos), não é uma coisa que me incomoda, isso que eu quero te dizer. Sabe o corpo, tá tudo bem, eu gostaria de não ter barriguinha, mas eu sei que todo mundo tem e pronto, foi; celulite, é, eu não vou deixar de comer coisas que eu gosto por causa disso, eu não vou deixar de fazer</p>	<p>A chegada dos 60 anos é marcada por uma série de mudanças que demandam ajustes aos modos de viver até então praticados. Do ponto de vista legal adquire-se novos direitos que facilitam a vida; do ponto de vista biológico, percebe-se alterações corporais e fisiológicas, que requerem novas formas de autocuidado. Nota-se também uma predisposição a viver com mais liberdade, com mais percepção e priorização dos próprios desejos e vontades, resultando em mais consciência e melhor capacidade para fazer escolhas que favoreçam a vida no momento presente.</p>	<p>Adquire-se direitos específicos que facilitam a vida.</p> <p>Novo reconhecimento social vinculado à aparência.</p> <p>Desperta-se para novas formas de autocuidado.</p> <p>Busca-se mais livremente a própria satisfação.</p> <p>Aceita-se melhor e vive-se com mais liberdade.</p> <p>Aos 60 anos percebe-se um declínio gradual do desempenho funcional e mudanças corporais.</p>
--	---	--

<p>o que me dá prazer, é, por conta do corpo, jamais vou fazer uma cirurgia plástica também, não me interessa.</p>		
<p>P. É interess...., agora assim, tô pensando aqui no que você tá falando, você tá me falando da entrada na década de 60, mas você tá diferenciando isso de ser idoso. ESTER. Com certeza (responde enquanto falo).</p> <p>P. O seu conceito de idoso, inclusive é diferente de ser velho. ESTER. Com certeza!</p> <p>P. Você pode falar um pouquinho pra mim o que é ser idoso, o que é ser velho?</p> <p>ESTER. Dentro da minha cabeça, o velho é o gasto, né, com o tempo ele foi se gastando, mas ele não perdeu seu valor, ele continua tendo e foi acrescentando não é, mais valor; o idoso é aquele que precisa de ajuda, que não consegue fazer as coisas sozinho, que ele é dependente, que ele precisa que façam por ele inclusive tomar decisões. Eu moro sozinha, eu tomo todas as minhas decisões, eu me sustento, ajudo outros e eu não preciso; é muito bom ter pessoas em volta, eu gosto muito do contato com pessoas, mas eu não dependo, gosto de ter junto, mas isso não significa...gosto de tomar minhas próprias decisões, então....é...não sei, não sei se algum dia eu vou chegar a ficar idosa dentro da minha concepção, eu acho que eu vou morrer antes, porque eu sou meio, é, avessa a alguns conceitos, ah, se eu esquecer de alguma coisa eu esqueci, pronto, que que eu vou fazer, né? Eu acho que faz parte da vida (risos), eu acho que quando a gente vai envelhecendo, vai perdendo algumas coisas, e vai ganhando outras, se eu esquecer de alguma coisa, ah, é porque talvez aquilo não fosse tão importante, né?</p> <p>P. É um ponto de vista diferente.</p>	<p>O sexagenário é um indivíduo que, diferente do idoso, ainda está em desenvolvimento social e existencial, seu valor continua aumentando, sendo uma pessoa capaz de gerenciar a própria vida, com autonomia e independência. É uma pessoa com um papel social, que se relaciona com muitas pessoas.</p>	<p>A pessoa de 60 anos está em pleno desenvolvimento existencial, seu valor continua aumentando.</p> <p>Aos 60 anos tem-se domínio da própria vida, vive-se com autonomia e independência.</p>

<p>ESTER. Não sei, não cheguei lá ainda, graças a Deus eu ainda tenho uma excelente memória (risos).</p> <p>P. Tá lembrando de tudo (risos).</p> <p>ESTER. Não tô, não tenho problema com isso, às vezes eu, sei lá, não...o que me incomoda é ter que tomar remédio, só, o resto não</p> <p>P. Isso te incomoda!</p> <p>ESTER. Isso me incomoda, eu não gosto, eu gostaria de não tomar, passei assim, muitos anos da minha vida, 52 anos sem tomar nada, aí eu tive uma doença, desenvolvi uma doença autoimune, comecei a tomar, desenvolvi outra, e aí, mais ainda, mas assim, é pra isso que eu tomo, tá tudo estabilizado, tá tudo tranquilo, não tem problema não, viajo sozinha, me mantendo, tudo.</p> <p>P. Então quer dizer que dentro do conceito, você falou muito do conceito, pensando no conceito de idoso, ao tornar-se, né, tornar-se idoso ao fazer 60 anos, o conceito não te afeta porque você não se encaixa nele.</p> <p>ESTER. Não.</p>		
<p>ESTER. Pra mim é, foi a mesma coisa que aconteceu quando eu decidi que não queria mais pintar o cabelo, a cada 20 dias aparecia aquele dedo, né, de branco, eu digo... ah, nãouento mais isso, é uma tortura, pra que que eu quero pintar meu cabelo? É pra mim ou é pra sociedade? Aí eu disse, quer saber de uma coisa, chega, não quero!...eu fui no meu cabeleireiro, eu tinha o cabelo bem comprido, eu falei... como é que faz pra tirar?...ele disse...ah, faz assim, assim, assado, vai demora tanto tempo...e eu digo, tá e se torrar? dá? ele disse, sim, aí vai ser mais rápido, então tora...sabe, eu saí livre, feliz da vida, me olhei no espelho e digo...nossa, foi a melhor coisa que fiz na minha vida...É como agora, tem coisas que eu posso e tem coisas que eu não posso, tem coisas que eu gosto e tem coisas que eu, eu gosto de algumas coisas que eu tenho que fazer menos, eu faço menos, por exemplo: comer pastel na feira, adoro,</p>	<p>A chegada dos 60 anos pressupõe a consciência de novos limites e possibilidades, que vão surgindo tanto por conta das mudanças corporais e fisiológicas, quanto por novas formas de ser e estar no mundo, através da ressignificação de valores e prioridades.</p> <p>O senso de auto cuidado e liberdade experimentados após os 60 anos refletem o desprendimento de determinados padrões de comportamentos exigidos socialmente.</p>	<p>Aos 60 anos há uma percepção simultânea de novos limites e possibilidades.</p> <p>A longevidade promove a ressignificação de valores e prioridades.</p>

<p>mas eu como de vez em quando, eu não como todo dia, e eu vejo meninas, deixando de comer as coisas gostam, pra emagrecer, é a mesma coisa, só que o meu não é pra emagrecer, é pela minha saúde (risos), pra não passar mal, pra não ter asia, entendeu!</p> <p>P. Entendi (risos).</p> <p>ESTER. É isso, é uma coisa, eu como, eu faço, não me privo.</p>		
<p>P. Mas novamente sua resposta está atrelada mais a passagem do tempo e ao conviver com isso do que a imagem de ser idoso, ou ao conceito de ser chamado de idoso.</p> <p>ESTER. Eu não me vejo uma pessoa incapaz, eu não me vejo uma pessoa dependente.</p> <p>P. Entendi.</p> <p>ESTER. Na verdade, eu não sou.</p> <p>P. Sim.</p> <p>ESTER. Eu tô o tempo todo criando coisas novas, desenvolvendo coisas novas, participando de atividades com pessoas de todas as idades, e pra mim não faz diferença, sabe, eu não participo, eu gosto de fazer trabalhos manuais, gosto muito, eu faço, mas eu não deixo de participar de uma coisa que eu gosto pra ficar sentada na frente da televisão, não faço isso, porque eu não gosto, se eu gostasse eu faria.</p> <p>P. E isso tem a ver com aquilo que você falou de saber assim, eu tenho menos tempo de vida do que eu tinha lá atrás?</p> <p>ESTER. Eu não penso nisso.</p> <p>P. Você falou alguma coisa disso lá atrás.</p> <p>ESTER. Eu falei isso lá atrás, não lembro porque que eu falei, mas assim, não, quando tu me perguntou da...</p> <p>P. Da auto percepção.</p> <p>ESTER. Da auto percepção, mas assim, eu não penso nisso não, se eu for é, comprar uma casa, por exemplo, eu sei que se eu for fazer um financiamento, eu vou ter que fazer um financiamento bem curinho, porque eu tenho menos tempo de vida e o banco não vai aceitar (risos), mas eu não quero fazer um financiamento, porque eu não quero</p>	<p>O sexagenário está em um momento muito produtivo da vida, podendo desenvolver diversas atividades, com pessoas de todas as gerações, com autonomia e independência.</p>	<p>O sexagenário está em um momento muito produtivo da vida, desenvolvendo novas habilidades.</p> <p>O indivíduo de 60 anos relaciona-se e experimenta troca de saberes com pessoas de todas as gerações,</p>

<p>trocar de casa, entendeu! Mas se eu for fazer, eu sei que tem essas limitações.</p> <p>P. Entendi.</p> <p>ESTER. Eu não vejo, as únicas coisas que me incomodam são os medicamentos e o desconforto físico que às vezes eu tenho, cabô. Eu não tenho outras alterações.</p> <p>P. Porque você, pra imagem que você tem de idoso, você realmente não tá dentro.</p> <p>ESTER. Eu não sou, eu não sou.</p>		
<p>P. Então quer dizer que a minha última pergunta nem faz sentido, o que significa, ou melhor, dá pra você fazer até um fechamento: o que significa pra você ter 60 anos e ser um idoso.</p> <p>ESTER. (risos)</p> <p>P. Não significa (risos).</p> <p>ESTER. (risos) Eu não sei responder, tem outra alternativa?</p> <p>P. Tem, tem.</p> <p>ESTER. Não, tu terias outras alternativas pra eu marcar o x (risos). É, é claro que eu não tô negando que a idade nos limita pra muitas coisas, mas eu não uso isso, de uma forma que me impede de fazer o que eu quero e de ser feliz. Eu sigo a minha vida, de acordo com as minhas possibilidades, aproveitando tudo aquilo que eu posso, dentro das condições, mas eu não vou subir uma montanha, porque eu nunca na vida quis subir uma montanha, entendeu. É, o que que eu não posso fazer que eu poderia fazer antes, eu vou demorar um pouquinho mais talvez, porque fisicamente eu tenho mais lentidão...eu danço (voz mais alta, mais vibrante), eu, sei lá, eu me divirto, eu..</p> <p>P. Você reinventa!</p>	<p>Aos 60 anos vivencia-se mudanças em vários aspectos que precisam ser observadas, para que não se transformem em limitações. É importante ter consciência de como se é afetado pela passagem do tempo e realizar ajustes que favoreçam em bem-viver e para perceber as possibilidades que surgem em cada momento da vida.</p>	<p>É importante ter consciência de possibilidades e limites.</p>
<p>ESTER. Sim, eu faço, eu, eu, eu num, eu não vejo, a minha, a minha velhice, eu não vejo como uma coisa ruim e nem negativa. Eu, quando eu estava próxima dos 60 anos eu fiquei pensando...e agora, como que vai ser? Porque dos 49 pros 50 eu disse... bom, é, tô envelhecendo... aí eu dormi 49 e acordei 50, e digo...nossa, eu tô</p>	<p>Aos 60 anos, a percepção de quem se é, fica indiferente às mudanças de idade cronológica, continua-se a ser a mesma pessoa.</p>	<p>A idade cronológica é apenas um referencial de tempo e não de autopercepção.</p>

<p>igualzinha, não mudou nada, né (risos), digo, será que vai ser igual? Na verdade foi a mesma coisa e quando eu passar dos 69 pros 70 eu só vou ter mais rugas, eu vou tá mais lenta, provavelmente eu vou sentir mais um pouco de desconforto físico, vou precisar de mais atividades que me auxiliem, né, nos movimentos, porque a única coisa que me atrapalha é a questão física, porque o resto eu ainda não tive nenhuma ainda nenhuma alteração cognitiva e nem emocional, eu tô feliz, eu tô bem, não com problema nenhum com relação a isso.</p>		
<p>P. E você acha que é pesado esse termo idoso, por exemplo, porque você vê uma notícia assim, é, ah, tem tantos idosos soterrados, apareceu esses dias no jornal, teve um soterramento e tem 3 idosos desaparecidos, 3 pessoas de 60 anos desaparecidas...</p> <p>ESTER. Poderia ser 3 pessoas de 20 anos desaparecidas, pra mim, não muda nada a idade que a pessoa tem; agora, nesse momento, que tá tendo um pandemia do corona vírus eu estou apreensiva sim, por que? Por conta da faixa etária e por conta das doenças crônicas. Eu sei que, se tiver um aumento de doentes infectados, aqui em Campo Grande, se, não tiver suficiente respirador pra todo mundo, se o médico tiver que fazer uma escolha entre e uma pessoa que tem filhos, que está ainda num momento que eles considerem mais produtivo, tal, porque eu continuo produtiva, mas deitada ali, eles vão olhar pra outras coisas, não vão verificar esses dados, né, eu vou ser, eu vou ficar sem respirador, entendeu!</p> <p>P. Entendi.</p> <p>ESTER. Então, nesse sentido eu falei, putz, é chato isso, eu não gostaria de estar nessa posição, nessa situação, não gostaria e isso é uma coisa que me entristece um pouco, mas a realidade é essa né, a gente não tem como se manter vivo pro resto dos tempos, uma hora eu vou morrer, assim como todos nós, assim como eu nasci eu vou</p>	<p>A pandemia da COVID 19 desencadeou uma série de reflexões sobre a vida após os 60 anos, evidenciando que o curso dos acontecimentos pode mudar alguns conceitos e convicções, já que nesse contexto, o indivíduo maior de 60 anos é considerado vulnerável e até descartável em situações mais graves.</p>	<p>A pandemia trouxe uma percepção de vulnerabilidade, relacionada à idade, até então não sentida.</p>

<p>morrer, eu espero que eu não tenha que passar por situações onde eu seja excluída porque eu tenha essa idade, se for o caso (risos), não vou ter escolha, a escolha vai ser de outros, um médico que provavelmente não vai falar pra ninguém, vai fazer e vai ficar quieto. Só isso.</p>		
<p>P. Mas você acha que o termo idoso, por si só, ele é, ele é ex., ele faz exclusão?</p> <p>ESTER. Eu acho que ele é pejorativo, eu acho que ele é pejorativo sim.</p> <p>P. Ele rotula?</p> <p>ESTER. Ele rotula, me dá a impressão que é uma pessoa dependente, de uma pessoa que não consegue, que ela não, não, ela não é capaz de fazer escolhas e tomar decisões.</p>		
<p>P. Entendi. Ótimo. Quer deixar alguma mensagem, algum fechamento.</p> <p>ESTER. Se as pessoas souberem aproveitar essa fase da vida, ela é tão boa quanto qualquer outra, é só a gente saber aproveitar o que tem de bom. A gente não tem que ter medo, não tem que ter medo do que vai acontecer, a gente tem que se preparar pra isso, tem que se preparar para todas as fases. A adolescência é uma das fases mais difíceis de viver, é um sofrimento enorme, e as pessoas passam por ela, eu não, hum, é, não vejo assim, é, pode ser que eu me torne idosa um dia, não sei, espero que não, mas assim, pode ser que aconteça, aí eu sei que eu vou tá muito próxima da minha morte, só. E aí, depende do que eu construí na minha vida, é o que vai ficar, é, pra esse momento, dentro de mim, se eu ainda estiver consciente, eu vou refletir sobre aquilo que eu fiz pra mim, não é, o que eu produzi pra mim, não, com relação aos outros. Claro que a gente produz e constrói pra todos, pra todas as pessoas, não é, mas, é com relação ao que eu cresci, que eu pude aproveitar e o que pude fazer, né.</p> <p>P. O que você agregou em experiência na sua história.</p>	<p>Viver bem aos 60 anos pressupõe planejamento para aproveitar e lidar com as especificidades desse momento, é uma ótima fase da vida.</p>	<p>Viver bem aos 60 anos pressupõe planejamento para aproveitar e lidar com as especificidades desse momento, é uma ótima fase da vida.</p>

<p>ESTER. Isso, isso, e que eu pude repassar pros outros, porque não adianta nada a gente juntar, juntar, juntar e não fazer nada com isso né, então, por isso que eu gosto de participar de muitas atividades, a gente faz muitas trocas, porque eu também aprendo muito, o fato de eu ter 60 anos, 61 hoje, não diz que eu não vou aprender, pelo contrário, eu aprendo muito mais que talvez antes, porque hoje eu tenho maturidade para poder apreender, sabe, entrar com mais respeito em algumas situações do que talvez fosse uns 30 anos atrás.</p> <p>P. Até porque, no começo da nossa conversa você falou das novidades que cada fase traz e de coisas que você tem descoberto agora nesse período.</p> <p>ESTER. Sim, sim, e eu acho que quando eu tiver 70 vai ser a mesma coisa, vou tá dando risada e dizendo... nossa , é isso... pronto. Eu espero, 70, 80, não sei se 90, sei lá, eu acho que eu ainda tenho uns 20 anos pela frente, pelo menos.</p> <p>P. A expectativa de vida do brasileiro tá só aumentando.</p> <p>ESTER. É, é, e aí assim, eu acho o termo idoso pejorativo, que foi a pergunta, né.</p> <p>P. Isso.</p> <p>ESTER. Eu acho.</p> <p>P. Tá bom Elizabeth, muito obrigada, você agregou muito valor a minha pesquisa.</p> <p>ESTER. Ah, gratidão (risos).</p> <p>P. Eu ouvi coisas muito diferentes, e tenho certeza que vai ficar muito rica, a minha pesquisa, o meu trabalho.</p> <p>ESTER. Eu agradeço bastante, na verdade é pra mim isso é divertido, eu só te recebi aqui, porque pra mim é divertido, se não fosse divertido eu não faria (risos).</p> <p>P. Que bom, eu acho que isso é um ganho dos seus 61 anos (risos)</p> <p>ESTER. Eu acho que sim, eu acredito que sim (risos).</p> <p>P. Que coisa boa.</p>	<p>É um tempo propício a aprender coisas novas e para passar adiante o que foi aprendido em toda a vida.</p>	<p>É um tempo propício a aprender coisas novas. A longevidade traz um agregado de experiências e há muito para ser compartilhado.</p>
---	--	---

Apêndice J – Análise da Entrevista Segundo o Método Fenomenológico de Amedeo Giorgi - Participante Ana

Divisão de Entrevista Transcrita em Unidades de Significado	Transformação das Unidades de Significado em Linguagem Psicológica	Síntese das Unidades de Significado
<p>P. Pronto, vamos lá. Então é isso, como eu já havia falado, meu interesse aqui é saber a sua experiência de fazer 60 anos, de ser uma mulher de 60 anos, porém uma mulher de 60 anos que agora é considerada idosa pela nossa lei brasileira, então assim, a pergunta formal é assim: você completou 60 anos recentemente e legalmente você se tornou uma idosa, como é que esse novo status social, porque agora socialmente também você é reconhecida assim, se é que a pessoa sabe a sua idade, como é que isso afeta a sua vida? Afeta sua vida?</p> <p>ANA. Não, não afeta minha vida Patrícia, eu, é, quando completei 60 anos, eu já estava na segunda profissão né, que é advocacia e eu, na verdade eu nem percebi, aí como eu nunca gostei de fazer festa de aniversário, mas aí a minha filha, a minha sobrinha...não vamos fazer um jantar...aí teve um jantar pra minha família e eu fiquei feliz com aquela festa, tiramos bastante fotos, publiquei minhas fotos, com meu balão de 60 anos bem grande, dourado (risos), e não me senti nem privilegiada e nem diminuída por conta dos meu 60 anos, foi como se eu completasse 39 ou 53, 57; hoje já fiz 61, 2, 3, sempre a mesma coisa, não me vejo assim, não me sinto fragilizada, não me sinto entristecida, não me sinto mais feliz por isso, pra mim não teve assim nenhuma mudança.</p> <p>P. Você não parou para fazer alguma reflexão...</p> <p>ANA. Não parei, não parei...</p> <p>P. Não!</p> <p>ANA. Não parei.</p> <p>P. E alguém chamou você de idosa, alguém falou alguma coisa, na festa, as pessoas..</p> <p>ANA. Sempre, às vezes teve alguma brincadeira sobre isso, mas, nem me lembro no momento se alguém brincou com isso ou não, não.</p> <p>P. Nada.</p>	<p>A chegada dos 60 anos pode ser apenas um evento comum, não percebido como algo diferente ou especial pelo indivíduo. Muitas vezes é um outro que sinaliza que algo novo possa estar ocorrendo.</p>	<p>Completar 60 anos não tem significado algum, é apenas uma mudança de idade cronológica.</p> <p>A sociedade rotula as pessoas segundo sua idade, mas o indivíduo nem sempre se reconhece através desses rótulos.</p>
<p>ANA. Aí em seguida, depois, eu falei... no outro dia eu vou fazer o meu cartão de (risos), cartão de prioridade né ... mas ainda demorei, meu amigo falou...não Zéti, me espera que eu vou com você e eu preciso ir junto também... e eu fiquei</p>	<p>O indivíduo que completou 60 anos e não se sente idoso tem dúvidas quanto a legitimidade do uso dos direitos do idoso e pode demorar a usufrui-los.</p>	<p>Os direitos do idoso são significados de diferentes maneiras pelos indivíduos maiores de 60 anos.</p>

esperando esse meu amigo mais de ano e ele não apareceu.

P. Ano, mais de ano? Mesmo?

ANA. Ah, deve fazer uns dois anos que eu fiquei esperando, aí um dia eu tava vindo da minha mãe, eu passo por frente da AGETRAN, não tinha quase ninguém, eu já tava com aquilo em mente, e eu falei...ah, eu vou fazer meu cartão hoje... desci ali, o documento que precisava eu tinha comigo, fiz meu cartão, eu dificilmente uso nas vagas, porque eu vejo que as vezes carrego minha mãe e ela tem 88, completa agora em abril, e eu vejo que o idoso, minha mãe é uma idosa, ela realmente precisa disso, do estacionamento mais próximo, ela caminha bem, mas a perninha já é mais lenta, então eu não me sinto assim, até eu acho ilegítimo usar o estacionamento de idoso; no começo, mas agora, sabe que eu já tô um pouco folgada (risos), às vezes eu, por exemplo, vou ao banco, não tem lugar, muitas vezes eu já faço uso daquela vaga. Não deveria, porque poderia chegar alguém ali mais necessitado que eu, mas eu já tenho esse direito, já completei 60, a lei me assegura, de certo eu já fiz por isso, então...

P. Porque parece aí que há uma diferenciação entre ser idoso por necessidade da condição física...

ANA. Sim...

P. E, a questão do direito né, você se posicionou de duas maneiras aí né, ...olha, não preciso disso, posso estacionar em outro lugar...

ANA. Sim.

P. ...mas agora também tô entendendo que é um direito meu...

ANA. Sim. Sim, exato, só que eu demorei para entender (risos), foi agora...

P. Dois aninhos pra você...

ANA. Pra fazer o cartão e mais um tempo pra eu utilizar o cartão.

P. E o que que você acha que causou essa demora?

ANA. Ah, eu não vi necessidade dele, porque eu não usava mesmo as prioridades, né. Então, não tinha necessidade. O local onde se faz o cartão é longe aqui da minha casa, lá na saída pra São Paulo, então eu tinha que fazer uma viagem pra ir lá, como ia pra minha mãe, com minhas cachorrinhas, toda vez que eu vinha, que é o caminho, eu não podia parar por conta delas, e aí eu falei...bom...fiquei esperando uma oportunidade, esperando também o Antônio, mas o Antônio nem foi tanto por ele tadinho, tanto que

<p>fiz e ele até hoje não fez, o Antônio já tem 67, ele é promotor aposentado, meu conhecido há muito antigo, então é meu amigo irmão, saio com ele pra almoçar, pra jantar, nós somos irmãos mesmo, então fiquei esperando o Antônio, mas ele nem fez, e eu já fiz o meu, e na verdade eu fiz depois que morreu minha cachorrinha, foi recente</p> <p>Patrícia, foi de dezembro prá cá que eu fiz meu cartão, ah não, até vou ver a data, não quero mentir, não sei quando eu fiz, não sei nem em que circunstância eu parei lá, mas eu acho que não estava com minhas cachorrinhas, se não eu não teria parado lá.</p> <p>P. Então quer dizer que realmente você não, não parou pra pensar nisso e deixou acontecer.</p> <p>ANA. Não, não.</p> <p>P. Um dia, por oportunidade, não foi nem por planejamento, você tava passando...</p> <p>ANA. Talvez eu esteja esperando ainda, no meu inconsciente, pra refletir sobre isso, né. Pode ser?</p> <p>P. Pode ser.</p> <p>ANA. Não refleti (bem baixinho).</p> <p>P. Não precisou!</p> <p>ANA. É, ou ainda vou refletir, né. Vamos ver o que vai acontecer futuramente, te conto (risos).</p>		
<p>P. Tá bom (risos). Vamos lá, segunda pergunta parecida, é assim: ser considerado idoso ao ter completado 60 anos, novamente nós vamos trazer a reflexão, trouxe ou traz, alguma mudança na maneira como você se percebe? Na sua auto percepção, no seu olhar pra você mesma.</p> <p>ANA. Não, não parei ainda pra pensar.</p> <p>P. Também não.</p> <p>ANA. Não.</p> <p>P. Então não traz, sua percepção é a mesma.</p> <p>ANA. É a mesma. Preciso parar, né.</p> <p>P. Mas olha, deixa eu lembrar uma coisa: quando eu anunciei no grupo, né, pessoas de 60 anos, tal, tal, tal, você falou, me procurou em particular e falou que não queria se manifestar porque tinha vergonha de falar no grupo.</p> <p>ANA. Ah é (risos), sim.</p> <p>P. O que que era essa vergonha então? Porque parece que essa vergonha tem a ver com percepção.</p> <p>ANA. O idoso com 60 anos, ela já começa a ser discriminado, né, tem discriminação.</p> <p>P. Hum.</p> <p>ANA. Pra evitar discriminação. Mas não que; certamente de uma forma indireta ela me atinge né, tanto que eu evito, é o lugar que eu moro e um</p>	<p>O indivíduo que completa 60 anos teme ser vítima de etarismo.</p>	<p>Assumir-se idoso publicamente é expor-se ao etarismo.</p>

lugar que tem os meus vizinhos todos, e sou meio assim, meio reservada, sobre, com os vizinhos que eu não conheço, sobre quem eu sou, o que eu faço, não sou muito de me expor. Então, por isso. P. E você acha que pra uma mulher ou um homem talvez ou não, é, ter 60 anos, gera sim, algum tipo de discriminação.

ANA. Ahã, ah gera, eu penso que sim.

P. Fala mais sobre isso, é interessante. Na sua experiência, né, o que que você acha que poderia sofrer.

ANA. Hum, não sei, não parei ainda para pensar.

P. Mas quando você falou pra mim... ai não queria falar no grupo... qual era a discriminação que você não queria sofrer?

ANA. Por esta questão de, de, de ser diminuída por ter 60 anos.

P. Você acha que parece que dá uma valor... muda o valor que a pessoa tem porque ela é considerada idosa.

ANA. Talvez.

P. Diminuído, pode ser isso.

ANA. É, é isso.

P. Mas você acha isso?

ANA. Me achar que eu sou velha...olha lá, ela é velha já... as pessoas fazem uma ideia, hoje você olha uma pessoa da minha idade, o seu marido por exemplo, eu não sei quantos anos ele tem, pra mim o seu Honório né é o seu Honório, é o Honório, não me faz assim diferença, mas pra muitas pessoas... não é velho já, olha, já tem 60 e poucos anos, não, já tá velho...

P. Já uma, já é, pelo que você tá me falando, já é uma frase pejorativa.

ANA. É, isso.

P. Já não é uma coisa boa.

ANA. Sim.

P. Isso, pra você, soa muito desagradável.

ANA. É desagradável, eu acho.

P. Entendi. Então entendi sua colocação, quando você quis falar comigo somente em particular, então tem um preconceito aí né, na...

ANA. Sim. Na minha parte também?

P. Você que pode falar.

ANA. Não, pelo que você tá me ajudando a pensar eu acho que sim.

P. Você acha?

ANA. Sim.

P. Não sei, porque talvez você tenha medo de sofrer isso, mas você não faz isso com as pessoas, né, aí é você que tem que pensar. Se você nunca refletiu sobre isso. Porque a partir do momento

<p>que você fala, né ...não quero que as pessoas saibam... mesmo que diretamente você não refletiu, alguma coisa você já tinha pensado, não é?</p> <p>ANA. É, tinha</p> <p>P. Que é o que você trouxe agora, da discriminação, da questão do ser velho.</p> <p>ANA. Como eu te falei, é uma questão assim que eu não parei para pensar, talvez eu não tido essa percepção, né. Porque eu realmente não parei para pensar, tudo que tem relacionado aos meus 60 anos está no meu subconsciente.</p> <p>P. Tudo guardado.</p> <p>ANA. Certo.</p> <p>P. Mas você, como é que você lida, com seu dia?</p> <p>Tá tudo bem.</p> <p>ANA. Lido bem. Tá. Tudo bem.</p> <p>P. Então tá ótimo.</p>		
<p>ANA. Ultimamente, eu tenho até assim, me permitido mais algumas coisas, porque eu penso assim... ah, já me permito...deixa eu ver se eu lembro algum fato concreto agora. Tipo, trabalhar menos, sabe; é, sair para caminhar a hora que me dá vontade, qualquer dia da semana; passear com minhas cachorrinhas mesmo com o sol quente, quando eu ia só de manhã, porque tinha compromisso; então hoje, esses 60 anos, me faz, eu me sinto assim, mais permissão, no meu jeito de vida, nas minhas escolhas.</p> <p>P. Parece que uma liberdade, né.</p> <p>ANA. É uma sensação boa, é, é uma sensação boa. Não tem sensação ruim por ter 60 anos, pelo menos no meu conceito, que me afete.</p> <p>P. Certo, que bom. Isso parece até assim, se eu tiver errada você me corrigie, uma conquista.</p> <p>ANA. Sim, uma conquista.</p> <p>P. Mas isso você...</p> <p>ANA. Mas uma conquista assim, de mais liberdade, né, de mais, de poder me permitir mais, ter mais tempo, ter mais, é ter mais tempo, fazer mais as coisas que eu tenho vontade, sem aquele compromisso que eu sempre tive e eu acho que talvez isso misture um pouco com a minha aposentadoria, né. Porque eu me aposentei, daí eu fiquei, entrei em depressão, falei... não, eu não posso parar, tenho que fazer alguma coisa... e comecei a trabalhar desesperadamente, peguei uma empresa pra eu advogar, eu falava ... não, eu preciso, eu preciso...hoje eu já não vejo mais essa necessidade, então tá meio que misturada esta questão pra mim.</p>	<p>De forma gradual, a chegada dos 60 anos vai acrescentando novos sentidos à vida cotidiana. Experimenta-se um viver mais livre e mais orientado para a satisfação das próprias vontades.</p>	<p>Experimenta-se um viver mais livre e mais orientado para a satisfação das próprias vontades.</p>

P. A chegada dos 60 anos com a aposentadoria.
ANA. É. Isso.
P. Ah, entendi.
ANA. Isso tá me trazendo uma sensação de bem estar.
P. Você aposentou, você já tinha 60?
ANA. 56.
P. 56.
ANA. Não, espera aí, 56, 57, 2014, 56.
P. Você tava, bem jovem você aposentou.
ANA. É, eu vou fazer 7 anos de aposentadoria.
Eu com 55 eu já tinha o meu, o meu direito, né.
P. E você é defensora pública?
ANA. Sim. Daí eu fiquei esperando mais um tempo, na verdade eu não queria mesmo a minha aposentadoria, é porque comprei o apartamento, ah, muito comprida a história, eu comprei com os meus recursos, daí fiquei muito endividada, do ponto da, da, dos móveis, do apartamento enfim, e eu tinha muitas férias vencidas e licença prêmio, pra eu poder, pra ser indenizada, que eles recusaram o gozo por conta de necessidade do serviço, então eles tinham que me indenizar e essa verba toda me traria uma tranquilidade maior financeira, porque eu tava sufocada, não tinha mais como viver, então eu fui meio que empurrada pra aposentadoria, mas não era assim um desejo meu de parar, nenhum momento.
P. Hum, e isso mexeu com você.
ANA. Ah, mas eu me vi assim também, fora daquele, daquela gaiola. Eu fiz um cartão quando eu me aposentei, porque eu me aposentei meio que de uma hora pra outra, eu vou te dar um cartão meu, talvez te ajude na pesquisa.
P. Tá bom.
ANA. É, embora eu não tivesse 60 ainda, a questão é 60 né, mas pode te ajudar de alguma forma e fica de lembrança, eu tenho em casa.
P. Tá bom, eu vou querer.
ANA. Mas o que que foi assim, eu me via numa gaiola, uma gaiola grande, que era o meu, a instituição que eu pertencia, uma gaiola onde eu tinha espaço, onde eu convivia com muita gente, mas eu era limitada. De repente, aquela gaiola abriu as portas pra mim. Eu sempre gostei de passarinho, tanto que eu fotografo passarinho. Aquela gaiola se abriu pra mim... agora você é livre, você pode voar... aí aliada a minha necessidade financeira, com a possibilidade da liberdade, eu voei.
P. Voou. Aos cinquenta e.
ANA. 6 anos.

P. 56 anos.		
<p>ANA. Voei, mas não consegui manter meu voo, que eu me aprisionei dentro do escritório, meu outro trabalho, apesar de que lá não representa a gaiola, porque lá é meu e eu faço o que eu quero. Se me aparece uma causa, se eu quero eu faço, se eu não quero não faço.</p> <p>P. Entendi.</p> <p>ANA. Lá eu era obrigada a fazer, saímos do assunto né! Eu era obrigada a fazer tudo aquilo que me aprecia, tinha que dar conta. Eu tinha muito medo também de fazer uma coisa errada e ser mandada embora, eu perderia minha segurança.</p> <p>P. Hum hum.</p> <p>ANA. Né, e com esse trabalho foi que eu criei minha filha, criei não, quando me formei ela tinha 8 anos, que eu sustentei e sustento até hoje, né, ela tem a renda dela mas não dá pra ela sobreviver, eu sustento uma parte, então vamos voltar pro nosso assunto porque eu voei (risos).</p> <p>P. (risos), não, é porque você tá falando, a gente tá falando da sua experiência de idoso, e você parece que tá me contando, que talvez, como você associou um pouco ser idoso com a aposentadoria, talvez essa história começou um pouco antes, mas essa liberdade mesmo, você começou agora mais recente.</p> <p>ANA. Isso.</p> <p>P. Bem depois dos 60, então você tem uma história longa, né.</p>	<p>A aposentadoria e a chegada dos 60 anos contribuem para uma viver com mais liberdade.</p>	<p>A aposentadoria e a vida após os 60 anos</p>
<p>Mas pra você o que que é ser idoso, você é idosa?</p> <p>ANA. Não, não sou, não sou idosa.</p> <p>P. O que que você associa a ser idoso?</p> <p>ANA. Ser idoso é precisar de, é ficar um pouco dependente, depender de, ser idoso representa ficar dependente.</p> <p>P. Tá mais associado a uma pessoa.</p> <p>ANA. A uma dependência.</p> <p>P. Com dependência.</p> <p>ANA. Isso.</p> <p>P. Física.</p> <p>ANA. Física, física.</p> <p>P. Por exemplo, a sua mãe, você falou que tem 88 anos, ela é idosa, então?</p> <p>ANA. Minha mãe é, é, é idosa. Pra mim essa idade já é idoso.</p> <p>P. Porque, por exemplo, a nossa última pergunta.</p> <p>ANA. mas eu acho que eu nunca vou me sentir idosa.</p> <p>P. Você acha que não?</p>	<p>O termo idoso pode não ter significado algum para uma pessoa de 60 e poucos anos, se a pessoa não se identifica com o que acredita ser um idoso.</p>	<p>O indivíduo sexagenário não se identifica com o termo idoso e suas representações.</p> <p>Acrescentar para todos</p>

<p>ANA. Eu acho que não. Não sei. Eu não sei exatamente o que significa a palavra idoso.</p> <p>P. Pra você, sem significado.</p> <p>ANA. Sem significado.</p>		
<p>P. Porque a última pergunta é assim, o que significa ter 60 e ser idoso, é o que você tá falando agora.</p> <p>ANA. Eu tenho 60 mas não sou idosa.</p> <p>P. Mas não é idosa, porque você não é dependente.</p> <p>ANA. Nem um pouco. Não posso ser mesmo Patrícia, porque, na minha cabeça o idoso, ele depende, ele é dependente de alguma coisa. Eu, me locomovo normalmente, dou conta da minha vida, faço tudo, vivo sozinha, não sei o que é ser, eu não posso ser considerada idosa, eu acho que eu estaria desprestigiando uma pessoa que realmente já ficou velha e precisa de maior amparo, de maior cuidado, de uma maior atenção, isso pra mim talvez seja o que é ser idoso e eu não tenho nada disso ainda.</p> <p>P. Entendi. Ótimo. Então a sua experiência de entrar nesse período da vida de 60 anos é mais de viver uma nova fase da vida, do que relacionada a velhice ou a dependência, né.</p> <p>ANA. Exatamente.</p> <p>P. É um novo, como você falou, voo, um novo voo.</p> <p>ANA. Sim. Uma nova fase, um novo voo, é porque ficou meio atrelado com a minha aposentadoria, né. Então.</p> <p>ANA. Em outras palavras, acho que eu tô retomando aí meu caminho. Novo. Retomando não, achando ele. Será que seria isso?</p> <p>P. Continuando seu projeto de voo.</p> <p>ANA. É.</p> <p>P. Seu plano de voo (risos).</p> <p>ANA. Meu plano de voo (risos).</p> <p>P. Ana, muito obrigada, um ótimo voo pra você nessa nova fase da sua vida de sexagenária, né, 63, ainda tem 64, 65 e por aí em diante. Muito obrigada.</p> <p>Ana. Obrigada.</p>	<p>A pessoa com mais de 60 anos tem uma percepção convicta de autonomia e independência e vivencia a chegada dos 60 anos como o início de uma nova fase da vida, com novos projetos e possibilidades.</p>	<p>Há uma percepção de autonomia e independência.</p> <p>Aos 60 anos há novos projetos de vida.</p>

Apêndice K – Unidades de Significado Variantes e Invariantes

1. As percepções quanto a passagem do tempo, estão relacionadas ao modo como o indivíduo se sente e como se percebe no mundo.
2. O indivíduo sexagenário saudável não é idoso.
3. A pessoa de 60 anos é muito ativa.
4. O exercício de alguns papéis sociais após os 60 anos estimula mudanças comportamentais.
5. Algumas mudanças que surgem são novas versões de si mesmo.
6. O indivíduo longevo valoriza e busca pelo relacionamento intergeracional.
7. Não há semelhanças entre uma pessoa com 60 anos e uma pessoa idosa.
8. A longevidade é acolhida com satisfação e orgulho.
9. O envelhecimento é primeiramente percebido através de mudanças corporais e fisiológicas.
10. A vida longeva é caracterizada por um senso de realização, de autonomia e independência.
11. O olhar da sociedade para a pessoa com mais de 60 anos pode apontar o envelhecimento antes que o indivíduo perceba-o em si mesmo.
12. Preservar a saúde física e mental desaceleram o envelhecimento e promovem qualidade de vida.
13. A aprendizagem é uma característica presente no indivíduo com mais de 60 anos.
14. Ser considerado idoso é uma experiência social, nem sempre pessoal.
15. Aos 60 anos há um sentimento de liberdade.
16. A pessoa de 60 anos percebe-se autônoma e independente.
17. A aposentadoria contribui para uma vida livre, independente e autônoma
18. A percepção de não ser idoso interfere na forma como os direitos do idoso são usufruídos.
19. A chegada dos 60 anos impacta pela percepção de longevidade.
20. Aos 60 anos, a idade cronológica não é um parâmetro objetivo de envelhecimento.
21. A velhice também é tempo de novos aprendizados.
22. A sexagenário é um indivíduo ativo.
23. A pessoa com 60 anos tem um papel social a cumprir.
24. Aos 60 anos, as próprias vontades, os prazeres e a abertura para novas sensações ganham prioridade.
25. A autopercepção do indivíduo revela sua identidade.
26. As faixas etárias perdem sentido diante da autopercepção do indivíduo.
27. Ser uma pessoa longeva é motivo de grande satisfação.
28. As mudanças corporais que se manifestam aos 60 anos, são usadas socialmente para rotular as pessoas como velhas ou idosas.
29. O sexagenário projeta o futuro.
30. Suas ações no mundo são autônomas e independentes.
31. A pessoa com mais de 60 anos tem uma vida muito ativa.
32. Preza-se pela liberdade e pela busca de contentamento.

33. O significado de uma convenção social, rótulo ou status só se torna real quando o indivíduo se sente ou se percebe como tal.
34. O prazer de uma vida longeva é transformado no desejo de compartilhamento das experiências vividas.
35. Aos 60 e poucos anos as pessoas aceitam-se melhor, estão satisfeitas consigo mesmas.
36. Chegar aos 60 anos implica também em vivências que permeiam a experiência de ser cidadão.
37. Aos 60 anos celebra-se a vida vivida e não a idade.
38. Envelhecer é diferente de tornar-se idoso.
39. Ter 60 anos na atualidade é viver mais uma fase da vida e não a última fase, um tempo de abertura para o novo.
40. Adquire-se direitos específicos que facilitam a vida.
41. Novo reconhecimento social vinculado à aparência.
42. Desperta-se para novas formas de autocuidado.
43. Busca-se mais livremente a própria satisfação.
44. Aceita-se melhor e vive-se com mais liberdade.
45. Aos 60 anos percebe-se um declínio gradual do desempenho funcional e mudanças corporais.
46. Aos 60 anos tem-se domínio da própria vida, vive-se com autonomia e independência.
47. O sexagenário está em um momento muito produtivo da vida, desenvolvendo novas habilidades.
48. O indivíduo de 60 anos relaciona-se e experimenta troca de saberes com pessoas de todas as gerações.
49. A pandemia trouxe uma percepção de vulnerabilidade, relacionada à idade, até então não sentida.
50. Viver bem aos 60 anos pressupõe planejamento para aproveitar e lidar com as especificidades desse momento, é uma ótima fase da vida.
51. A longevidade traz um agregado de experiências e há muito para ser compartilhado.
52. A pessoa que completa 60 anos muda de idade cronológica, mas segue sendo a mesma pessoa, não há um novo significado para esta idade.
53. A sociedade rotula as pessoas segundo sua idade, mas o indivíduo nem sempre se reconhece através desses rótulos.
54. Os direitos do idoso são significados de diferentes maneiras pelos indivíduos maiores de 60 anos.
55. Assumir-se idoso publicamente é expor-se ao etarismo.
56. Experimenta-se um viver mais livre e mais orientado para a satisfação das próprias vontades.
57. A aposentadoria e a chegada dos 60 anos são dois momentos muito significativos que promovem mudanças na vida do indivíduo.
58. O indivíduo sexagenário não se identifica com o termo idoso e suas representações.
59. Há uma percepção de autonomia e independência.
60. Aos 60 anos há novos projetos de vida

Apêndice L – Unidades de Significado Variantes e Invariantes Distribuídas em Grupos Temáticos

1. Percepção de “Não Ser Idoso”

Não há semelhanças entre uma pessoa com 60 anos e uma pessoa idosa.

A autopercepção do indivíduo revela sua identidade.

O significado de uma convenção social, rótulo ou status só se torna real quando o indivíduo se sente ou se percebe como tal.

Envelhecer é diferente de tornar-se idoso.

O indivíduo sexagenário não se identifica com o termo idoso e suas representações.

2. Percepções Quanto a Passagem do Tempo

As percepções quanto a passagem do tempo, estão relacionadas ao modo como o indivíduo se sente e como se percebe no mundo.

Aos 60 anos, a idade cronológica não é um parâmetro objetivo de envelhecimento.

As faixas etárias perdem sentido diante da autopercepção do indivíduo.

Aos 60 anos celebra-se a vida vivida e não a idade.

A pessoa que completa 60 anos muda de idade cronológica, mas segue sendo a mesma pessoa, não há um novo significado para esta idade.

3. Percepção de Autonomia e Independência

A vida longeva é caracterizada por um senso de realização, de autonomia e independência.

A pessoa de 60 anos percebe-se autônoma e independente.

Suas ações no mundo são autônomas e independentes.

Aos 60 anos tem-se domínio da própria vida, vive-se com autonomia e independência.

Há uma percepção de autonomia e independência.

4. Percepção de Viver um Tempo de Possibilidades

A aprendizagem é uma característica presente no indivíduo com mais de 60 anos.

A velhice também é tempo de novos aprendizados.

O sexagenário projeta o futuro.

Ter 60 anos na atualidade é viver mais uma fase da vida e não a última fase, um tempo de abertura para o novo.

Aos 60 anos há novos projetos de vida.

5. Percepção de Envelhecimento e Reconhecimento Social

O olhar da sociedade para a pessoa com mais de 60 anos pode apontar o envelhecimento antes que o indivíduo perceba-o em si mesmo.

Ser considerado idoso é uma experiência social, nem sempre pessoal.

As mudanças corporais que se manifestam aos 60 anos, são usadas socialmente para rotular as pessoas como velhas ou idosas.

Novo reconhecimento social vinculado à aparência.

A sociedade rotula as pessoas segundo sua idade, mas o indivíduo nem sempre se reconhece através desses rótulos.

6. Percepção de Vida Ativa

A pessoa de 60 anos é muito ativa.

A sexagenário é um indivíduo ativo.

A pessoa com mais de 60 anos tem uma vida muito ativa.

O sexagenário está em um momento muito produtivo da vida, desenvolvendo novas habilidades.

7. Percepção de Liberdade e Autossatisfação

Aos 60 anos há um sentimento de liberdade.

Preza-se pela liberdade e pela busca de contentamento.

Busca-se mais livremente a própria satisfação.

Experimenta-se um viver mais livre e mais orientado para a satisfação das próprias vontades.

8. Direito do Idoso

A percepção de não ser idoso interfere na forma como os direitos do idoso são usufruídos.

Chegar aos 60 anos implica também em vivências que permeiam a experiência de ser cidadão.

Adquire-se direitos específicos que facilitam a vida.

Os direitos do idoso são significados de diferentes maneiras pelos indivíduos maiores de 60 anos.

9. Percepção de Longevidade e Autopercepção

A longevidade é acolhida com satisfação e orgulho.

A chegada dos 60 anos impacta pela percepção de longevidade.

Ser uma pessoa longeva é motivo de grande satisfação.

10. Desejo de Compartilhamento de Experiências

O prazer de uma vida longeva é transformado no desejo de compartilhamento das experiências vividas.

A longevidade traz um agregado de experiências e há muito para ser compartilhado.

11. Autoaceitação

Aceita-se melhor e vive-se com mais liberdade.

Aos 60 e poucos anos as pessoas aceitam-se melhor, estão satisfeitas consigo mesmas.

12. Envelhecimento e Saúde

O indivíduo sexagenário saudável não é idoso.

Desperta-se para novas formas de autocuidado.

13. Aposentadoria

A aposentadoria contribui para uma vida livre, independente e autônoma.

A aposentadoria e a chegada dos 60 anos são dois momentos muito significativos que promovem mudanças na vida do indivíduo.

14. Relacionamento Intergeracional

O indivíduo longevo valoriza e busca pelo relacionamento intergeracional. Relação Intergeracional

O indivíduo de 60 anos relaciona-se e experimenta troca de saberes com pessoas de todas as gerações.

15. Mudanças Corporais e Fisiológicas

O envelhecimento é primeiramente percebido através de mudanças corporais e fisiológicas. Aos 60 anos percebe-se um declínio gradual do desempenho funcional e mudanças corporais.

16. O Papel Social da Pessoa Sexagenária

A pessoa com 60 anos tem um papel social a cumprir.

17. Novas Versões de Si Mesmo

Algumas mudanças que surgem são novas versões de si mesmo.

18. Planejamento da Velhice

Viver bem aos 60 anos pressupõe planejamento para aproveitar e lidar com as especificidades desse momento, é uma ótima fase da vida.

19. Papeis Sociais e Mudanças Comportamentais

O exercício de alguns papéis sociais após os 60 anos estimula mudanças comportamentais.

20. Pandemia e Vulnerabilidade

A pandemia trouxe uma percepção de vulnerabilidade, relacionada à idade, até então não sentida.

21. Etarismo

Assumir-se idoso publicamente é expor-se ao etarismo.