

## Reflexões

### Velho, Velhice: um novo momento da vida humana



*Eliza Montrezol*

## Reflexões Iniciais

**D**esde o momento que conheci um trabalho com idosos desenvolvido por um professor de Educação Física, chamou minha atenção a força física que esse grupo de pessoas idosas tinha. Na época, estava com 47 anos. Sou de uma geração que pessoas de 50 anos eram reconhecidas e se reconheciam “velhas”, isto é, sem condição de participar, de forma ativa, na sociedade. A imagem clássica é uma cadeira de balanço, uma pessoa do sexo feminino com aparência idosa – pele enrugada, óculos, vestindo roupas discretas - sentada com suas agulhas e linhas de tricô ou crochê tecendo um belo sapatinho de bebê. Mas hoje essa imagem está quase em extinção, pelo menos nos grandes centros urbanos.

Eu já passei dos 50 anos e me sinto jovem o suficiente e, com desejo, de contribuir para o desenvolvimento da sociedade. Tenho o privilégio de, estando com 60 anos, poder afirmar que me sinto uma jovem senhora, com muita disponibilidade de participar ativamente desta sociedade - quando olho para mim reconheço a força que tanto me espantou ao ver o trabalho do já citado professor.

Fui me encantando tanto com esse trabalho que me tornei uma defensora na luta pelos direitos da pessoa idosa e, de tal forma, que hoje participo de uma organização social que ajudei a fundar. É uma associação sem fins lucrativos, intitulada “Instituto Energia”, que tem como missão disseminar a boa energia entre pessoas idosas, irradiando seu entorno.

Quando comecei minha trajetória de envolvimento com a causa da defesa de direitos da Pessoa Idosa, atuando em uma organização social, busquei conhecer a legislação que ampara essa ação. Dois foram os pilares que orientaram minha atuação na entidade - Política Nacional do Idoso e o Estatuto do Idoso. Tenho clareza de que, como toda legislação, elas marcam um determinado contexto e, portanto, deverão sempre ser revistas, mas tiveram influência na minha história de militante na causa da Pessoa Idosa.

### **Reflexões sobre a Legislação e o lugar social do idoso**

A política Nacional do Idoso, Lei nº 8842/1994, tem por objetivo assegurar seus direitos sociais, criando condições para promover a autonomia, integração e participação efetiva na sociedade.

No Estatuto do Idoso, Lei nº10741/2003, o objetivo é regular os direitos das pessoas com idade igual ou superior a 60 anos, pois entende que o idoso goza de todos os direitos fundamentais inerentes à pessoa humana. Esta lei responsabiliza a família e a sociedade na efetivação do direito à vida, à saúde, à alimentação, à educação, à cultura, ao esporte, ao lazer, ao trabalho, à cidadania, à liberdade, à dignidade, ao respeito e à convivência familiar e comunitária.

A legislação, em nosso país, indica que a sociedade tenha um olhar sobre o idoso que rompa a visão predeterminada de desenvolvimento humano, embora tenhamos um grande percurso ainda para percorrer até que se consiga envolver a todos na superação dessa perspectiva. Monteiro (2005) nos auxilia nesta reflexão quando descreve uma fala recorrente sobre o envelhecer: “a infância como o porvir, a adolescência o desabrochar, a vida adulta como produtiva para o trabalho, restando à velhice a morte”, isto é, uma atitude pessimista frente às condições do desenvolvimento do ser humano. O autor chama a atenção para a pessoa como um ser em permanente desenvolvimento e, afirma:

[...] somente através da aceitação de que velhos possuem formas diferenciadas de viver, assim como as crianças em sua fase de gracejo, os adolescentes em sua fase de rebeldia, e os próprios adultos em sua fase de obrigação produtiva, é que haverá transformação das interações e dos comportamentos que estas interações desencadeiam. Por isso, a importância do encorajamento aos velhos em redescobrirem, inicialmente, o próprio espaço perdido, ou seja, ter consciência de sua importância como ser que se

mantém situado no espaço e no tempo, possuindo sua forma própria de viver como humano (MONTEIRO, 2005, p.43)

Indica, ainda, que a mudança de conceito passa pelas relações que são criadas entre os seres humanos. É necessário que se abra espaços para que os envolvidos possam se reconhecer protagonistas de suas histórias e, para tanto, há que se fortalecerem os laços intergeracionais, através do fortalecimento de políticas que valorizem o indivíduo em cada etapa da vida, e se buscar canais na sociedade para que os saberes inerentes à vida humana sejam reconhecidos e valorizados.

Esse reconhecimento de que a pessoa idosa tem com o que contribuir para a sociedade é um paradigma a ser construído, pois, segundo o censo 2010, 7,6% da população são crianças, com idade até 5 anos, número menor do que os registrados pelo levantamento em 2000 (9,8%) e em 1991 (11,5%). Na outra ponta, a população de idosos, acima de 65 anos, cresceu.

No censo de 2010, do total de 190.755.799 da população brasileira, 14.081.48 têm 65 anos ou mais. No levantamento, o IBGE divide os idosos em quatro faixas etárias: de 65 anos a 69, de 70 a 74, de 75 a 79 e acima de 80. Desses grupos, o que possui a maior população é a da primeira faixa, com 4.840.810 pessoas com idade entre 65 e 69 anos. Entre os Estados com mais idosos, o IBGE lista Rio Grande do Sul, Rio de Janeiro, Distrito Federal e São Paulo, considerados os mais "envelhecidos" do país.

Esses dados nos dão a dimensão da necessidade de se buscar novos paradigmas para a velhice, processo no qual as políticas públicas têm papel fundamental, dando voz à pessoa idosa - uma conquista em processo.

Do período do regime militar (1964 a 1985), quando direitos civis foram suspensos, até a promulgação da Constituição da República em 1988, debates sobre direitos foram promovidos. Assim, segundo Barroso (2009, p.33) "o aprimoramento das regras democráticas tem levado a criação de instrumentos que permitem à população participar da formulação de políticas públicas e do controle de sua execução".

Segundo a Lei nº 8.842 (1994) / Capt. 3/artigo 5 propõe o Conselho do Idoso, em âmbito federal, estadual e municipal, como um instrumento reconhecido, mesma lei que institui a Política Nacional do Idoso, regulamentada em 1996, e o Estatuto do Idoso em 2003. Essas conquistas foram alavancadas a partir de 1960 quando o debate sobre o envelhecimento ganhou densidade e adentrou espaços significativos da sociedade: universidades, organizações não governamentais, governos, entre outros.

Apesar desses avanços, vivemos, ainda, o desafio de compreender política pública como responsabilidade de todos: do Estado ao disponibilizar recursos, formular projetos, programas e prover bens e serviços; da sociedade civil organizada de participar e exercitar o controle social; da iniciativa privada

contribuir investindo em responsabilidade social, suportes necessários para que as famílias possam desempenhar a tarefa de cuidar, contanto com uma rede de apoio consistente.

### **Reflexões sobre o envelhecimento**

Ser velho, historicamente, é um peso individual e coletivo na maioria das sociedades ocidentais. Há uma relação direta entre o conceito de velhice e as mazelas da condição biológica do ser humano. Construir um novo paradigma de velhice é um árduo trabalho para quem se propõe atuar neste segmento etário, pois superar a ênfase da condição biológica, como único elemento de caracterização da pessoa idosa, requer olhá-la como uma pessoa que tem potencial, que não está no fim, mas sim trilhando seu caminho.

Segundo estudos etnográficos, o papel da pessoa idosa ao longo da história se transforma a partir das necessidades de cada sociedade. Simone de Beauvoir (1990) em seu ensaio sobre a velhice apresenta o primeiro texto conhecido do ocidente dedicado à velhice. Foi escrito em 2500 antes de Cristo por Ptah-hotep, filósofo e poeta egípcio, que traça um quadro sombrio sobre ela:

Como é penoso o fim de um velho! Ele se enfraquece a cada dia; sua vista cansa, seus ouvidos tornam-se surdos; sua força declina; seu coração não tem mais repouso; sua boca torna-se silenciosa e não fala mais. Suas faculdades intelectuais diminuem, e lhe é impossível lembrar-se hoje do que aconteceu ontem. Todos os seus ossos doem. As ocupações que até recentemente causavam prazer só se realizam com dificuldade, e o sentido do paladar desaparece. A velhice é o pior dos infortúnios que pode afligir um homem. O nariz entope, e não se pode mais sentir nenhum odor. (BEAUVOIR, 1990, p.114)

Essa descrição da pessoa idosa perpassa diferentes momentos da história da humanidade. Organicamente na velhice existe, sem dúvida, a diminuição da capacidade funcional e desconsiderar esse processo de envelhecimento do corpo humano é negar a própria existência do ser humano na Terra. Mas, além disto, o descrédito da noção de experiência diminuiu muito o prestígio da velhice, principalmente na sociedade tecnocrata atual, na qual o conhecimento acumulado pela pessoa idosa não tem valor. Segundo Beauvoir (1990, p.257), quanto mais anos vividos, mais desqualificada é a pessoa, pois “são os valores associados à juventude que são apreciados”.

O Brasil está envelhecendo, e camuflar a velhice não nos manterá na condição de uma sociedade jovem, tornando-se necessária a revisão de valores para valorizar a crescente população idosa do país.

A pesquisa *Idosos no Brasil – Vivências, Desafios e Expectativas na 3ª Idade* - iniciativa da Fundação Perseu Abramo e realizada por seu Núcleo de Opinião Pública (NOP), em parceria com o SESC São Paulo e o SESC Nacional em

2006 – contou com a participação de 2.136 pessoas idosas e 1.608 pessoas não idosas, de diferentes lugares do país, levantando o perfil básico das condições objetivas de vida dos idosos, trazendo para o debate nacional uma questão importante: a percepção que as pessoas idosas e não idosas têm da velhice.

A percepção da chegada da velhice está associada principalmente a aspectos negativos, tanto entre os idosos (88%) como entre os não idosos (90%). As *doenças* ou *debilidades físicas* são, para a maioria, o principal sinal de que a velhice chegou (opinião espontânea de 62% dos não idosos e de 58% dos idosos). O *desânimo*, a perda da vontade de viver, também é fortemente percebido como sinal de que se ficou idoso (citado por 35% dos idosos e por 28% dos não idosos) e ainda a *dependência física*, apontada como sinal de velhice por pouco mais de um quarto de ambos os segmentos”. (VENTURA e BOKANY, 2007, p. 25)

Os mesmos autores (2005, p.26) indicam que apesar dessa visão negativa sobre a chegada da velhice, ao serem perguntados sobre como se sentem com a idade que têm, a maioria dos entrevistados respondeu positivamente “[...] espontaneamente se diz, sobretudo *satisfeita ou feliz* (48%), com *disposição* para seus afazeres (29%), com *ânimo e vontade de viver* (27%)”.

Esse é o desafio da sociedade hoje: ver a pessoa idosa como ela é, superando estereótipos; saber ouvi-la, sem querer julgar ou desconsiderar o seu momento de vida, mas, para isso, é necessário reconhecer a subjetividade da pessoa idosa como ser individual e parte do grupo social. Como diz Monteiro (2005, p.27) “[...] o ser humano envelhece com o passar do seu próprio tempo, um tempo interno subjetivo, que pertence a cada um individualmente”.

E essa percepção do eu individual passa pela percepção do seu corpo que, ao longo da vida tenha tido, talvez, pouco contato com suas sensações, necessidades, desejos e vontades. E se em outros tempos esse corpo foi motivo de orgulho, hoje ele nada mais é, muitas vezes, do que apenas um objeto de locomoção ou, pior, um acúmulo de desprazeres. Esse distanciamento da percepção de si a partir do corpo tem relação direta com a supervalorização do corpo jovem que a sociedade faz questão de imprimir entre os seres humanos. Como afirma Okuma (2004, p. 19):

Percebia que a atividade física possibilitava que (re) conhecessem e percebessem seu corpo. Minhas observações vinham me mostrando que a subutilização do corpo ao longo da vida, o pouco contato com suas sensações, a pouca atenção dada às respostas corporais em face de diferentes situações e a aceitação irrefletida de que movimentar-se além do que o dia-a-dia exige é

“coisa de jovem” levavam os idosos ao desconhecimento de seu corpo e, conseqüentemente, de si mesmos.

Esse relato de Okuma ajuda a compreensão de que a percepção do EU passa, necessariamente, pela apropriação do próprio corpo, e é a partir do corpo que o ser humano se constitui como um sujeito único. Não é o corpo jovem ou velho que deve ser valorizado, mas o ser humano na sua relação com o mundo. A superação da dicotomia mente/corpo deixa de existir e o ser humano se transforma em um ser integrado com o meio em que vive, o qual é constituído pelo próprio homem e, assim, enquanto o homem se constitui, constrói o mundo que o cerca.

Nessa inter-relação constrói significados que vão delimitando as relações humanas, constituindo o sujeito integral, composto das dimensões motora, cognitiva e afetiva.

Conversar, falar de si, ouvir e ser ouvido, abraçar, tocar, confortar e ser confortado, cooperar, brincar, sentir-se acolhido e pertencente a um grupo eram expressões exaustivamente observadas em meu cotidiano com eles.  
(OKUMA, 2004, p.19)

Emoção e sentimento constituem a afetividade e Okuma, nesse relato, traz esse aspecto expressivo, contagiante que caracteriza a emoção aliado a expressão de sentimento que é construída nas interações entre seres humanos e, desses, com o mundo.

Está imbricado nessa relação afetiva o cuidar, conceito que em nossa cultura tem uma conotação de atenção total de um, sobre o outro, como se este fosse incapaz, sem autonomia. Assim, o cuidador seria a extensão do outro, e que sem ele o outro não sobreviveria.

Essa relação de dependência total é nociva, tanto do ponto de vista social como afetivo, pois ninguém precisa do outro de forma incondicional. Mudar essa concepção de relação de dependência é papel da sociedade, pois tanto a pessoa idosa quanto quem dela cuida necessita ressignificar essa relação. Há uma grande diferença entre construir uma relação de troca, de pertencimento, e do abandono. Cabe ao Estado cuidar de seus cidadãos, isto é, fornecer instrumentos – políticos, jurídicos, econômicos - de intervenção na sociedade de maneira a possibilitar a participação de todos.

A tarefa de cuidar não pode ficar apenas nas mãos da família, pois o Estado e a sociedade civil organizada, também tem algo a fazer. Então, todos juntos, podem se articular para que se possa, efetivamente, apoiar as famílias neste cuidar incondicional. A estrutura para que esse sentimento se dissemine depende do grau de envolvimento que todos tenham na integração das diferentes instâncias de poder.

## Referências

BARROSO, A. S. *Participação da sociedade civil em políticas públicas voltadas à população idosa*; in BIS – Boletim Instituto de Saúde, nº 47 – São Paulo: Imprensa Oficial, 2009.

BEAUVOIR, S. *A Velhice*, tradução de Maria Helena Franco Monteiro; Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.

MONTEIRO, P. P., *Envelhecer: histórias, encontros, transformações*; 3ª ed; Belo Horizonte: Autêntica, 2005.

OKUMA, S. S. *O Idoso e a Atividade Física: Fundamentos e Pesquisa*. São Paulo: Cortez, 1998, 3ª Ed. 2004.

VENTURI, G.; BOKANY, V. *A Velhice no Brasil: contrastes entre o vivido e o imaginado*. In NERI, A.L. (org.) *Idosos no Brasil - Vivências, desafios e expectativas na 3ª idade*. Fundação Perseu Abramo, SESC Nacional e SESC São Paulo, 2007

*Data de recebimento: 15/08/2017; Data de aceite: 08/09/2017*

---

**Eliza Montrezol** – Pedagoga. Mestre em Psicologia da Educação (PUCSP). Coordenadora Administrativa e Pedagógica do Instituto Energia. Trabalho de Conclusão do Curso de Extensão – Fragilidade na Velhice. Gerontologia Social e Atendimento, da PUC-SP (COGEAE), 2017. E-mail: [elizams@terra.com.br](mailto:elizams@terra.com.br)