

Complexidade no/do Envelhecimento - saber e fazer



Comprender el envejecimiento y la vejez desde un punto de vista psicológico y social requiere atender la complejidad de variables que influyen en los mismos. Por esta razón resulta necesario evitar reduccionismos que aíslen variables únicas desde las que se plantea el conjunto de la temática, pero también evitar la dispersión de causalidades sin esbozar modelos de comprensión de la complejidad.
(Iacub, 2011)¹

A reflexão que inicia o Editorial de nº 30 da Revista Portal de Divulgação aborda questões fundamentais, que buscamos pensar e articular, desde nosso primeiro número, em agosto de 2010, ligadas à complexidade do envelhecimento e às tentativas de compreensão desse processo, próprias ao ciclo vital de todos os seres vivos e, aqui, especialmente, os humanos.

Envelhecer é se adaptar continuamente às mudanças sentidas em tempos diversos. O “susto no espelho” demonstra claramente esse sentimento de incredulidade ante nós mesmos. Ato cotidiano, no início da maturidade, poucas mudanças chamam nossa atenção. Com o passar dos anos tem início as primeiras mudanças aparentes: pequenas marcas, que transformam nosso

¹ Iacub, R. *Identidad y envejecimiento*. 1ª ed. Buenos Aires: Paidós, 2011.

rosto e corpo, tornam-se mais e mais evidentes, mas ainda de forma lenta e gradual. Até o dia do “não reconhecimento”.

Quem é esse velho, quem é essa velha que olha para mim?

O processo longo não é só externo, físico, mas igualmente interno: marcas na “alma”, que se expressam de forma subjetiva em expressões de sentimentos e apreensão da realidade, e que influenciam nosso bem-estar físico e psíquico.

Constatações.

Como avançar? Se complexos são o sujeito e a vida, quais intervenções pessoais e profissionais podemos ou devemos realizar?

A Revista Portal de Divulgação não tem respostas prontas, mesmo porque a complexidade é um contínuo desafio. Por meio de seus artigos, busca estimular reflexões sobre um tema – como o caso das edições especiais temáticas – ou sobre vários, como o caso desta edição.

Nesta perspectiva há diferentes abordagens inerentes à complexidade da vida, iniciando com *“História de Vida: um estudo sobre família e resiliência na terceira idade”*.

No texto se constata que o idoso da modernidade enfrenta novas configurações familiares e estéticas corporais, pois a forma de enfrentamento da velhice baseia-se no aperfeiçoamento e recuperação do corpo perdido. O artigo é resultado de uma investigação com quatro idosos, com 65 anos ou mais, que frequentavam o Centro de Referência de Assistência Social no município de Corumbá (MS), e que teve como objetivo verificar a representação de família para os idosos por meio de histórias de vida, e o nível de adaptação frente às adversidades, a partir de quatro categorias: Conceito de Família; Percepção de Família; Importância da Família; e Relação com a Família. O estudo teve como referencial a teoria psicodinâmica de Freud.

As autoras perceberam mediante as histórias de vida como cada idoso formou a própria família e perseverou para o desenvolvimento da mesma, e a importância dos vínculos familiares na idade adulta avançada. Verificaram que a família nuclear predomina na percepção dos idosos, e que a psicoterapia é grande aliada na sua biografia, pois ao contar histórias foi possível visualizar o novo sentido do self. Verificaram ainda que embora esteja em modificação o “conceito” de família na contemporaneidade, os idosos têm, ainda, forte representação ligada ao modelo nuclear de família.

Concluíram que, apesar de todas as dificuldades enfrentadas, esses idosos apresentaram alta resiliência, com repercussões nos relacionamentos familiares, favorecendo o enfrentamento das adversidades, principalmente as concernentes ao envelhecimento. Enfrentamento baseado, sobretudo, nas trocas interpessoais.

A resiliência que sustenta o enfrentamento pode melhorar as condições sociais e psicológicas nesse período de fragilização, como vemos no artigo “*Comunicação humana e depressão: repercussões no envelhecimento*”. Nele, as autoras indicam a importância estruturante da comunicação entre os indivíduos, pois a humanidade se constrói tendo como pilar as diferentes formas de comunicação, dentre as quais se destacam a fala e a escuta – diálogo entre eu-outro(s) que nos constitui como sujeitos sociais. Se essas possibilidades de comunicação forem alteradas e/ou perdidas no processo de envelhecimento, o isolamento e a depressão podem se instalar. Afirmam:

É pertinente alegar que a sustentação da comunicação interpessoal contribui para o bem-estar pessoal, social e emocional dos idosos na promoção de melhor qualidade de vida e saúde mental. A integração e a participação da família, amigos e grupos sociais uniriam forças para diminuir as consequências do aparecimento e desenvolvimento da depressão na vida do idoso.

Todas as relações afetivas são fundamentais para que a vida, e nela o envelhecimento, seja um período de novos conhecimentos e trocas, desenvolvimento e construção.

Essa é a temática do artigo “*Indagações para o estabelecimento de relações amorosas que geram desenvolvimento e construção*”, no qual a autora reflete sobre as relações afetivas, as parcerias amorosas, os casais, a fim de, em seu contexto profissional e pessoal, ajudar as pessoas. Ela parte do princípio ‘que tudo começa com a paixão, que pode ou não evoluir para o amor’, e de amores que podem fazer mal.

Baseada em vários estudiosos das relações amorosas tenta responder às seguintes perguntas: Como ajudar as pessoas a reconhecer quando o amor chega à sua vida? E, por outro lado, como ajudar as pessoas a reconhecer e se afastar de amores que lhes fazem mal, adoecem, travam o desenvolvimento e às vezes geram involução? Quando a atração e a paixão se colocam, quais respostas conseguiremos lhes dar? A autora assinala que a ‘atração, e depois a paixão, acontecem informadas pelas experiências iniciais da vida dos indivíduos, e das várias ressignificações assimiladas ao longo da trajetória da pessoa, envolvendo, no processo, boa dose de elementos inconscientes’. O desenvolvimento pessoal de ambas as partes do casal deve ser levado em conta sempre.

Salienta que ao longo da vida as pessoas mudam, do mesmo modo que as formas dos encontros afetivos. Assim, na fase do envelhecimento, como etapa a ser vivida em plenitude, os indivíduos em relação possuem muitas experiências, exitosas ou não, já ressignificadas, o que pode tornar o relacionamento amoroso, livre de “mitos e preconceitos”, um campo propício para novas e prazerosas aprendizagens.

Cuidar de si, cuidar do outro, é um tema que envolve as diferentes relações interpessoais, ampliando e envolvendo um amor solidário em todas as fases da vida. E por falar em solidariedade, saúde e cuidados que se deve ter para

melhor longeviver, o artigo *“Autocuidado de cuidadores familiares de idosos”* mostra importante reflexão a respeito do profissional que, possivelmente, quase todos nós necessitaremos: o cuidador.

As autoras assinalam que ‘o cuidador ainda é um personagem do cuidado que não está bem percebido e apreciado no contexto da saúde’. Segundo elas, esse profissional ainda é visto apenas como ‘facilitador e prestador de cuidados’, mas alertam para o fato de que o cuidador precisa de cuidados e estímulo ao cuidado de si, para cuidar melhor de quem cuida. Ele deve ser visto como ‘ator principal no exercício de ações de cuidado rotineiras no domicílio’. Trata-se de temática nova em meio a múltiplos assuntos relacionados ao envelhecimento populacional.

O artigo é resultado de uma investigação em relação à prática do autocuidado pelo cuidador familiar de idosos, desenvolvida em Fortaleza (CE), com 20 cuidadores de idosos dependentes, de duas Unidades Básicas de Saúde, sendo que apenas sete assumiram essa função por opção. O estudo confirma pesquisas já desenvolvidas no país e exterior: o cuidado ao idoso é função predominantemente feminina, sendo, em sua maioria, filhas, na faixa etária de 40 a 59 anos. Cabem ainda às mulheres a organização da vida familiar, o cuidado dos filhos, além do cuidado aos idosos, acúmulo de tarefas que tem como consequência a ausência de atividades de lazer por falta de tempo, ou ainda por falta de hábito, incluindo não gostar de participar de atividades sociais.

As autoras verificaram que os cuidadores que se declaram participantes de atividades de lazer e sociais falavam, na realidade, de atividades religiosas, indicando:

[...] a religião como importante meio de enfrentamento, auxiliando a superar sentimentos negativos e encontrar sentido e apoio para seu papel, amenizando a sobrecarga que lhes é conferida, e o desgaste enfrentado em sua rotina.

Normas de solidariedade, dever moral da responsabilidade filial, questões práticas e financeiras que se misturam a motivações afetivas, levaram muitas delas a assumir o papel de cuidadoras familiares. As autoras terminam dizendo que é essencial que os profissionais de saúde – que têm papel fundamental no estímulo de ações autocuidativas do cuidador - estejam capacitados a fornecer suporte familiar aos que cuidam de idosos no domicílio, sobretudo aos que apresentam maior dificuldade econômica.

Muitas são as exigências de cuidados emocionais e físicos ao longo da vida, como verificamos em *“Condição de saúde bucal, hábitos de higiene e necessidades de tratamento entre idosos na cidade de São Paulo”*. Os autores chamam a atenção para o desafio do contínuo aumento da expectativa de vida, e a saúde bucal tem importante papel no bem-estar geral da população, o mesmo na longevidade. Assinalam que o Brasil ainda sofre de problemas críticos relacionados aos serviços de saúde pública, mas busca usar alguns benefícios de seu desenvolvimento econômico para melhorar parâmetros

sociais, incluindo o sistema de saúde bucal. Citam que, atualmente, os idosos mais jovens apresentam melhor condição bucal que os idosos mais velhos, mas, mesmo assim, as condições de saúde bucal estão longe do ideal, em se tratando de uma população mais favorecida socialmente e em termos de saúde geral.

O artigo é resultado de pesquisa com 167 idosos independentes e que vivem na maior cidade do Brasil, a qual revela melhor condição de saúde bucal por estar relacionada ao uso de fio-dental e à limpeza interdental. O estudo examinou os hábitos de higiene bucal percebidos nessa amostra, sua condição de saúde bucal e as necessidades de tratamentos dentários de pacientes que frequentaram o Centro de Desenvolvimento para a Promoção de um Envelhecimento Saudável (CEDPES), atividade conjunta do Serviço de Geriatria da Faculdade de Medicina da USP e da Administração Regional de Pinheiros – em 2008 e 2009. Segundo os autores, as autoridades de saúde pública e os profissionais deveriam enfatizar a importância da higiene diária e visitas de controle para melhora considerável da condição de saúde oral da população brasileira.

Na reportagem *“Doença de Alzheimer: iniciativas a favor do conhecimento”* constatamos um panorama preocupante: uma deterioração das capacidades cognitivas que pode impedir o aprendizado, a comunicação, afetar os contatos pessoais e levar ao esquecimento da história de vida, processo gradual que culmina com “o esquecimento de si”.

A reportagem apresenta a palavra de diferentes especialistas na área que, por meio da mídia, buscam informar e esclarecer os leitores sobre esse quadro ainda sem solução de tratamento e cura, e indica filmes interessantes para nossa reflexão sobre o tema.

A entrevista do mês com *Margarida Genevois – 90 anos. Uma mulher ímpar*, exemplo de trabalho em benefício dos semelhantes é o que nos ensina essa surpreendente entrevista. Lucidez, coragem, solidariedade, como em suas palavras:

Com a Educação em Direitos Humanos, a criança aprende a não ser egoísta, a dividir com o outro. Porque em todas as etapas, no relacionamento com o outro, é preciso o respeito. Direitos humanos é tocar o coração do outro.

A crônica *“31 de dezembro de 1947, Feliz Natal”*, narra a história de seu Carlos Ferreira Braga, 65 anos, que um dia foi pedreiro numa estatal de energia, privatizada em 1998, e hoje é conhecido como o mais velho dos catadores de Fortaleza, e o que carrega a carroça mais pesada da cidade, mas aquela que ‘traz na carga as cores do Natal’: embalagens que embrulharam sonhos ou mercadorias. Ele enumera os passageiros que já viajaram em sua carroça, entre eles os escritores Edgar Allan Poe e Monteiro Lobato.

Outra história de sonhos e esperança!

E como estamos falando de memórias, no Dossiê Oficial registramos - a pedidos de nossos leitores - o “*Relatório de Gestão Conselho Nacional dos Direitos do Idoso - Gestão 2010-2012*”, fruto de elaboração conjunta com as Comissões Permanentes do Conselho. Essa gestão contribuiu para que o envelhecimento fosse reconhecido como conquista e a velhice como direito. Contou com Karla Cristina Giacomini (SBGG) como presidente e Salete Valesan Camba (SDH) como vice-presidente, com o objetivo de contribuir para a construção da memória do Conselho e para o seu fortalecimento.

Logo na apresentação do Relatório, Giacomini assinala que ‘desde a sua implantação, em 2002, o CNDI vivencia um processo contínuo de amadurecimento e fortalecimento’, o que pode ser comprovado nesse documento, que estabelece os ‘princípios direcionadores e os planos de ações esquematizados’, úteis à próxima gestão e a outros Conselhos de Idosos, em todo o país. De acordo com a ex-presidente do CNDI, é necessário fortalecer a estrutura organizacional do Conselho, assegurando-lhe autonomia, visibilidade e efetividade.

A reflexão sobre a complexidade no e do envelhecimento, com a qual iniciamos esta edição, pode ser constatada nos diferentes artigos, reportagem, entrevista e crônica, articulados neste Editorial.

O documento final mostra como é essencial a articulação das políticas públicas que favoreçam mudanças significativas em nosso meio, buscando construir uma cultura da longevidade, na qual todos, em todas as idades da vida, possam ser privilegiados.

Boa leitura...

Beltrina Côrte e Vera Brandão
Editoras