

Velhice: o desconhecido mais temido

Daniele Pereira Hernandez



Que alegria o nascimento de um bebê. É assim, rodeado de pessoas, que ele surge para o encanto daqueles que o esperavam. Seu primeiro choro, seu primeiro sorriso, tudo o que ele faz é sempre cercado de admiração, mas essa fase é de extrema dependência.

Os meses vão passando e este bebê se torna uma criança, e cada dia que passa ela aprende, pouco a pouco, sobre o imenso mundo que a cerca, de tudo lhe é ensinado - dar os primeiros passos, falar, pedir, perguntar, ser educado. Começa a perceber, gradualmente, que interfere no mundo e o mundo nela, mas ainda não tem noção sobre o que significa e qual o seu papel de fato dentro dessa família, mas sente com certeza que ela vai protegê-lo.

Passando pela infância, repleta de momentos de brincadeiras e descobertas, chega à adolescência, com seus conflitos e angústias, momento no qual tenta se redescobrir, não quer mais ser dependente. A independência é algo que fascina e que vai mostrar realmente que ele é capaz de decidir por si só, de tomar decisões e de ter autonomia.

Depois de uma longa fase de erros e acertos, medos, conflitos internos chega à fase adulta que tanto esperava. Nesse momento sente-se dono do seu próprio nariz, é independente, trabalha, se sustenta, mantém a sensação ou ilusão de

que tudo está perfeito e que nada irá mudar. Mas os anos vão passando e, para aqueles com vinte anos, que acabaram de se tornar adultos, a sensação de vida longa é gritante, já para aqueles que entraram aos trinta, e que estão em uma fase produtiva da vida, começam a refletir sobre o que tem realizado, em família, futuro e etc.

É engraçado, mas as pessoas, ou grande parte delas, passam por todas estas fases com o sentimento de que a vida nunca vai ter fim, dividem as etapas da vida e as qualificam de maneiras distintas sem se dar conta que uma traz a outra, e que cada uma delas é essencial para que as demais ocorram de maneira satisfatória. Pensam na vida até a fase adulta e se esquecem de que existe uma última fase, que também é muito importante, e que, assim como as demais, possui suas mazelas, mas também é dotada de beleza - a velhice.

Por que será que eu descrevi todas as fases e em nenhum momento eu disse, e por fim chega-se à velhice? Porque ninguém pensa nela, que não habita a mente das pessoas, e é temida porque a maioria crê ser a pior e mais dolorida fase da vida, um período de decadência total e perdas constantes.

Envelhecer, envelhecimento, velhice, cabelos brancos, pele enrugada estão fora de cogitação. Quem quer envelhecer? E por que não envelhecer? De onde vem este medo ou preconceito, por que tantas sátiras em relação ao velho se esta é uma etapa natural e normal no ciclo de vida?

Assim como o nascer é visto como uma celebração, a velhice também deveria ser. O caminho foi árduo, repleto de desafios - lutas, trabalho, tropeços, erros e acertos, caminhos traçados, histórias completas e incompletas – percorrido de modo único, pois somos diferentes e, assim, vivemos e envelhecemos. O modo pelo qual sentimos essa fase é pessoal, e as perdas físicas e/ou cognitivas que tanto apavoram não atingem a todos da mesma maneira, pois cada um passa pela velhice, bem ou mal, dependendo também do seu percurso de vida, das relações que criou, dos afetos que conquistou.

Por que a velhice é tão temida?

O que torna uma pessoa velha diferente das demais? O temor trazido pela velhice está ligado ao desconhecido: como será? Tornar-se dependente como no começo da vida? Lutar por autonomia como na adolescência? Poderia a educação, desde o início, abordar a fase do envelhecimento como parte de um processo natural, preparando a todos gradualmente para essa etapa? Não seria possível, assim, evitar tanto medo e sofrimento que marca, para muitos, essa fase da vida?

Mesmo que se trate de uma evidência, é conveniente lembrar que o envelhecimento é indissociável do fato de que todos os organismos vivos são mortais e que o fim natural do processo de senescência é a morte (FONTAINE, 2010, p.24).

Morte! Talvez seja por isso que as pessoas não queiram pensar na velhice, como que se chegando a ela não houvesse ainda uma continuidade de vida, e sim um simples salto da fase adulta para o silêncio eterno.

Embora saibamos que a população está envelhecendo rapidamente por causa da queda da taxa de fecundidade, entre outros fatores, o tema ainda não é abordado livremente, como se a velhice não fosse inerente à vida.

Alexandre Kalache (2014) em vídeo sobre envelhecimento, afirma que: “quanto mais cedo nos conscientizarmos de que a velhice existe e passarmos a olhá-la com mais seriedade e respeito, melhor será para nós quando alcançarmos a mesma; quanto mais as pessoas tiverem consciência do próprio corpo e tratá-lo com parcimônia melhor envelhecerão”. Ou seja, não só envelheceremos melhor como, conseqüentemente, haverá uma queda de preconceito devido ao aumento de conhecimento.

O preconceito como causador de violência institucional

Como já assinalado, a velhice ou envelhecimento é algo sobre a qual não se quer pensar, seja por questões pessoais: medo de ficar velho e “parecer” feio; ou sociais: como e o que “os outros” irão pensar de nós. Esses pensamentos se devem às representações sociais criadas em torno da velhice e a supervalorização do jovem.

Envelhecer é um processo, inerente a todos os seres humanos, que se inicia na concepção e perpassa todos os dias de nossas vidas. A cada instante tornamo-nos mais velhos que no instante anterior. Todos envelhecemos e, os mais jovens, um dia, serão os idosos de seu tempo. (PASCHOAL, 2007, p.13)

Soam belas as palavras do autor, e como seria gratificante se todos pudessem mudar seus pensamentos e seguir esta mesma linha de raciocínio. Mas continuamos a ter representações distorcidas sobre a velhice que, em certa medida, podem ser causadoras de desconfortos, entre os quais a violência, tanto familiar quanto institucional.

A construção de uma imagem negativa sobre a velhice é muitas vezes um convite às agressões repetidas e cometidas por pessoas consideradas, muitas vezes, de “confiança”, mas que não possuem discernimento e competência no cuidado.

Segundo Fontaine (2010), grandes pesquisadores do século XIX, tais como Charcot, contribuíram intensamente para a divulgação de uma imagem muito negativa do envelhecimento. Eles empregam, a respeito do envelhecimento, qualificativos de decadência, de deterioração ou de desestruturação. Como podemos ver, a questão da velhice e as ideias distorcidas sobre ela permanecem.

Muitos dos sentimentos de rejeição a ideia de velhice e ao indivíduo velho circulam e são reproduzidos socialmente, sem que se pare ou reflita sobre a questão, reproduzindo, assim, estereótipos “construídos” e que circulam como “verdades”.

Segundo a psicologia de massa é muito mais fácil agir de forma coletiva do que individual, pois em um coletivo todos se tornam mais fortes (LE BON, 2008). Deixar de refletir individualmente e reproduzir o que “se diz” parece mais fácil o que conduz, muitas vezes, a ideias e conceitos distorcidos e negativos. Assim, o idoso passa a ser excluído não por uma pessoa, mas pelos grupos que, baseados em falsas crenças, denigrem a imagem do mesmo.

Hoje, a ênfase na beleza física, a busca por um corpo perfeito, e os vários tipos de tratamentos que prometem o rejuvenescimento é mais um estereótipo que prejudica a imagem do idoso. As constantes e inúmeras propagandas enfatizando o belo, e a insistência nos “milagres” oferecidos por produtos que garantem a jovialidade, deprimem aqueles que sofrem com a negação e a exclusão da sua condição etária. Esse quadro se acentua para os desprovidos financeiramente, que não conseguem acompanhar e usufruir dos métodos oferecidos pela mídia para essa “permanente jovialidade”.

Segundo Filho e Sarmiento (2004, p.72), “a juventude não se refere apenas a uma determinada idade, ela se transformou em um bem, em um valor a ser conquistado em qualquer idade, por meio de estilos de vida e formas de consumos adequados”.

Ou seja, a idade com o tempo deixa muitas marcas visíveis, mas o espírito jovem nunca morre, o tempo passa, mas o indivíduo continua se sentindo igual, tratá-lo com indiferença por conta da idade é uma grande ignorância por parte daqueles que o julgam.

Segundo Carvalho e Papaleo (2006 citado por PORTELA; BARRETOS; TORRES, 2012), vivemos numa sociedade que tem se caracterizado por uma visão utilitarista do ser humano. Frequentemente as pessoas são valorizadas pelo critério de ter ou de poder, mais do que pelo de ser. O idoso, frequentemente improdutivo material e intelectualmente diminuído, corre o risco de ser considerado menos útil e, portanto, menos digno, não só pela sociedade, mas também, infelizmente, pelos próprios profissionais da saúde.

Em contraponto, Ginger (1995) afirma que a psicologia da gestalt enfatiza que “o todo é uma realidade diferente da soma de suas partes”, ou seja, não se pode ter conhecimento do todo por meio de suas partes, pois o todo é maior que a soma das mesmas. Sendo assim, enxergar o idoso e sua condição e discriminá-lo como se ele fosse somente aquilo, uma pessoa inválida, não é adequado, pois a condição em que ele se encontra hoje é apenas uma parte de seu todo, e o que se deve respeitar.

A consideração pela totalidade do indivíduo pode colaborar no combate a

violência contra os idosos, independente da sua forma, visando diminuir as agressões, garantindo e devolvendo aos idosos sua valorização pessoal e social.

A velhice não possui menos valores que a juventude. Velhice é apenas realidade com roupagem diferente. As estrelas que de dia não se veem, à noite tornam-se resplandecentes, fazendo do céu uma coisa estupenda. (LONGFELLOW (1807-1882) citado por DIANA, 2003 p.69)

Por trás da pele enrugada, dos cabelos brancos, da fala mansa e de um olhar cansado, olhar que já viu muito, está a fragilidade de um indivíduo cujos sonhos, desejos e anseios podem ser diferentes das de todos, mas continuam presentes no seu dia a dia. Não mudaram devido seu estado, ao contrário, continuam vivos dentro dele e merecem respeito, que é perdido ao ser chamado de “carcaça” ou “peso morto”. O respeito que falta no cotidiano quando os mais jovens não observam as prioridades destinadas aos idosos: assentos reservados, filas de banco, vagas em estacionamentos, entre outros.

Boff (2011, p.18), ao se referir ao descuido em relação ao ser humano, afirma que:

O sintoma mais doloroso, já constatado há décadas por sérios analistas e pensadores contemporâneos, é um difuso mal-estar da civilização. Aparece sob o fenômeno do descuido, do descaso e do abandono, numa palavra, da falta de cuidado.

A violência institucional, assim como a intrafamiliar, constrange o idoso, e nega ou negligencia os cuidados e atenção que tem direito. Faleiros (2007) define a violência institucional como:

Um tipo de relação existente nos abrigos e instituições de serviço, privados ou públicos, nos quais se nega ou atrasa o acesso, não se leva em conta a prioridade legal, não se ouve com paciência, devolve-se para casa, humilha-se por incontinência ou por alguma perda, infantiliza-se o idoso, hostiliza-se a pessoa idosa, não se ouve sua palavra e não se respeita a sua autonomia. (FALEIROS, 2007, p.43 citado por BERZINS, 2009, p.72)

Este parece ser o perfil de algumas pessoas cujo trabalho se destina aos cuidados com o idoso, que são deixados de lado, quando não há uma preparação adequada do profissional para a função, e se há parece ter sido esquecida. Segundo Queiroz (2006, p. 491):

Pode-se afirmar que a violência existe quando os níveis de cuidado estão com padrões abaixo do esperado e

definido pela legislação existente sobre o assunto: falta de higiene, cuidado físico e qualidade de vida precários, falta de qualificação da equipe de cuidados, esgotamento dos enfermeiros e auxiliares, falta de privacidade dos moradores. Além destes, podem ser apontados outros fatores organizacionais: usos de drogas que dopam os idosos, desnutrição, contenção e até agressões físicas. (QUEIROZ citado por BERZINS, 2009, p. 73)

As agressões aos idosos causadas dentro de uma instituição possuem o mesmo valor que a intrafamiliar, e ambas precisam ser denunciadas, já que os idosos não têm condições para tal, pois são dependentes de cuidados pessoais e fragilizados, sofrendo por doença específica, situação na qual as agressões podem levar ao agravamento das enfermidades.

Com os estudos em Gerontologia, área que muitos ainda desconhecem, podemos ter esperança de que, mesmo a passos lentos, esse quadro venha a mudar. A gerontologia, que surgiu por volta do século XX, trabalha, segundo Neri, (2002), “com um campo multidisciplinar que tem como objetos o estudo do processo do envelhecimento, o fenômeno velhice, que é evento de natureza biológica, sociológica e psicológica e os indivíduos e grupos socialmente definidos como idosos”.

O trabalho multidisciplinar é de imensa valia para o conhecimento e prática dos profissionais da área de saúde, pois da interação entre as diferentes áreas é que a atividade em prol dos idosos se dará de maneira satisfatória, tirando o foco só da doença e considerando-o como um ser multifatorial. Essa perspectiva trará grandes benefícios aos cuidadores que, muitas vezes, por exaustão, não lidam com o paciente como deveriam, contexto no qual o apoio profissional específico é de grande valia.

Esta prática profissional trará para aqueles que atuam na área da saúde maior conhecimento, e olhar diferenciado para as questões que envolvam o idoso, não levando somente em consideração as questões biológicas, mas também os fatores psicológicos, sociais, ou seja, suas questões pessoais, seus sentimentos, sua história de vida, sempre respeitando seu tempo e sua integridade. Uma equipe consciente e com conhecimentos alcança bons resultados não só para a instituição, mas também para o bem estar daquele que lá está.

Embora a gerontologia seja muito importante para todos, sabemos que infelizmente ela ainda não é tão divulgada e exercida como deveria, pois nem todas as pessoas que buscam se aprimorar e trabalhar nesta área, estão livres dos preconceitos que envolvem o envelhecimento e seus cuidados.

Neri (2002) diz que “estamos envelhecendo, mas não temos nível de desenvolvimento para enfrentar este processo”, ou seja, a sociedade ainda não está preparada para os numerosos idosos que surgirão e não tem estruturas apropriadas para tal demanda. Mas, devemos pensar em como despertar o

interesse para essas questões, pois, muitas vezes, não há interesse em saber o que é, como se dá e o que envolve o envelhecimento, e as possibilidades abertas pela gerontologia. Se essa área não é bem divulgada em escolas e universidades, sua procura será escassa.

Por fim, ainda há muito a fazer em relação à velhice e ao envelhecimento, e talvez um dos primeiros passos seja conscientizar as pessoas pouco a pouco de que a velhice existe sim, que ela pode não ser tão assustadora como se imagina, e que depende de como cada um constrói seu caminho, levando-o a obter um envelhecimento positivo ou negativo.

Parece uma tarefa difícil, especialmente porque a sociedade ainda está transbordando de preconceito em relação à velhice. Aqueles que se preocupam com as condições da população idosa devem procurar sensibilizar a sociedade para o tema, e fazer que se torne prioridade buscando maneiras de divulgar sua importância com o objetivo de construir uma sociedade mais consciente sobre o envelhecimento e conhecedora de si.

Referências

BERZINS, M. *Violência institucional contra a pessoa idosa: a contradição de quem cuida*. Tese de Doutorado. São Paulo, 2009. 185 p. Disponível em: <<http://bases.bireme.br/cgi-bin/wxislind.exe/iah/online/?IscScript=iah/iah.xis&src=google&base=LILACS&lang=p&nextAction=lnk&exprSearch=581853&indexSearch=ID>> Acesso em: 01 novembro de 2015.

BOFF, L.. *Saber cuidar: ética do humano - compaixão pela terra*. 17ª ed. Petrópolis, RJ: Vozes, 2011.

CARVALHO, T.; RODRIGUES, R. Violência intrafamiliar contra o idoso. s/d. Disponível em: <<http://intertemas.unitoledo.br/revista/index.php/ETIC/article/viewFile/2053/2131>> Acesso em: 05 novembro de 2015.

DIANA, R. *Para envelhecer e ser feliz*. Edição Loyola, São Paulo, Brasil 2003.

FALEIROS, V.P.; LOUREIRO, A. M.L. PENSO, M.A. *O conluio do silêncio: a violência intrafamiliar contra a pessoa idosa* – São Paulo: Roca, 2009.

FONTAINE, R. *Psicologia do Envelhecimento*. Editora Loyola, São Paulo, 2010.

GINGER, S. Gestalt: Uma terapia do contato. Tradução RANGEL, S.S. São Paulo: Summus, 1995 < Disponível em: <http://books.google.com.br/books?hl=pt-BR&lr=&id=iRYzTafcQmEC&oi=fnd&pg=PA7&dq=escritos+sobre+psicologia+da+gestalt&ots=T1tPHTBNqK&sig=I5ep2X6oJ4J9DrG09GSsVomOWaE#v=onepage&q=escritos%20sobre%20psicologia%20da%20gestalt&f=false>> Acesso em: 29 outubro 2015.

LE BON, G. [1895] *Psicologia das multidões*. São Paulo: Martins Fontes, 2008.

NERI, A, *Gerontologia estuda envelhecimento de forma global*. < Disponível em: <http://www.comciencia.br/entrevistas/envelhecimento/neri.htm>> Acesso em: 01 novembro 2015.

PASCHOAL, S.M. Envelhecer com dignidade, um direito humano fundamental. *Caderno de violência contra a pessoa idosa*. Secretaria Municipal da Saúde, São Paulo, 2007.

PORTELA, K.M.P.; BARRETO, L.S.; TORRES, M.M.S.M. Violência contra o idoso: Um mal que cresce a cada dia na sociedade. 2012. Disponível em: <http://www.sefras.org.br/portal/wp-content/uploads/2012/10/VIOL%C3%AANCIA-CONTRA-O-IDOSO_UM-MAL-QUE-CRESCE1.pdf> Acesso em: 30 outubro de 2015.

SARMIENTO, S. M. G.; FILHO, J. B. L. *Envelhecer bem é possível: Cuidando de nossos idosos na família e na comunidade*. Edições Loyola, 2004.

KALACHE, A. *Café filosófico: E você, está se preparando para a velhice ou vai se deixar surpreender?* (2014) < Disponível em: <https://youtu.be/xE9KUtb-UoA>> Acesso em: 01 novembro 2015.

Data de recebimento: 10/11/2015; Data de aceite: 25/11/2015.

Daniele Pereira Hernandez – Psicóloga. Curso de extensão Fragilidades na Velhice: Gerontologia Social e Atendimento, da Pontifícia Universidade Católica de São Paulo. Email: danielehernandes28@gmail.com