

Temos muito que aprender! A viver, longeviver, morrer e transcender!

Neste mês de outubro, o terceiro número da *REVISTA PORTAL de Divulgação* traz artigos e reflexões que, esperamos, enriqueçam nossa compreensão do tema longevidade, apóiem práticas gerontológicas renovadas, estimulem o auto-cuidado e o permanente processo de aprendizagem da vida.

Interessante e muito esclarecedor o artigo que abre esta edição da Revista - *A relevância dos cuidados com as gengivas na prevenção de agravos de saúde em idosos* – que nos faz um importante alerta sobre o evitamento da doença periodontal – de caráter infeccioso que, se originando na boca, traz graves comprometimentos à saúde geral, especialmente entre os idosos. Como afirmam os autores cinco são as doenças crônicas conhecidas por todos, e para as quais se busca atenção médica: cardiopatias; diabetes; doenças pulmonares; Parkinson; e doença de Alzheimer. No entanto quase nada se sabe sobre os graves problemas ocasionados em todo o organismo pelas gengivites e periodontites.

Realmente, quando se aborda o tema saúde pouco se pensa na boca - dentes e mastigação; – no que por ela ingerimos – alimentos, bebidas, drogas, medicação; – e no que dela sai – nossas palavras - construtoras de sentidos positivos ou negativos. Se pensarmos na integralidade dos cuidados, para um bem longeviver, devemos por ela começar.

Abordar a integralidade e a qualidade da saúde de toda a população é um desafio para a gestão pública, e no contexto do envelhecimento acelerado da população ele se faz ainda maior. Estamos, como sociedade, preparados para estes muitos anos de vida que teremos após os 60 anos? Como elaborar estratégias gerontológicas com o objetivo de oferecer aos idosos um atendimento público que considere suas necessidades de forma integral?

Um recorte desta discussão é trazido pelo artigo *Políticas públicas e longevidade em Itapira/SP*, no qual as autoras apontam, a partir do micro universo de uma cidade do interior do Estado de São Paulo, para os macro problemas em gestão em saúde pública em todo Brasil. As autoras trazem uma afirmação do historiador Georges Minois, que indicamos como reflexão frente à crescente longevidade e os desafios que anunciam “devemos estudar os próprios velhos e adaptar a sociedade às suas necessidades, e não adaptar as pessoas idosas às necessidades do município”, tomado aqui como um ponto no mapa deste imenso e problemático país.

Mas, quais são as notícias que nos chegam da vizinha Buenos Aires? Quais as expectativas relativas ao envelhecer? Persistem os preconceitos? Como os mais jovens imaginam a longa vida do futuro? Este é o tema do artigo *El 80% de los jóvenes ve su vejez con actitud positiva*, que enfoca esses resultados, relativos à percepção que os mais jovens têm de sua velhice, em uma pesquisa

envolvendo 300 pessoas -150 homens e 150 mulheres – na faixa etária entre os 18 a 45 anos. A maioria vê seu futuro junto aos netos, com a família, com um tempo pessoal que envolva atividades variadas e aprendizagem permanente. Nesta pesquisa se evidencia a importância do convívio intergeracional para esta visão otimista do futuro, pois a maioria dos jovens entrevistados tem familiares e conhecidos com 85 anos e mais que seguem vivendo de maneira plena e autônoma.

Aproximando gerações pela escrita trata de uma atividade pedagógica, baseada na troca de cartas utilizada como forma de comunicação entre idosos e crianças. Dessa experiência participaram estudantes do curso da EJA (Educação de Jovens e Adultos) com idades variando entre 18 e 72 anos em fase de letramento e crianças do ensino fundamental com idades entre 8 e 10 anos de uma instituição de ensino ligada a indústria, localizada na periferia da cidade de São Paulo. Os assuntos abordados na troca de cartas possibilitaram reflexão sobre temas relacionados ao envelhecimento, à religiosidade, à perseverança, à alteridade, às diferentes formas de comunicação, ao mundo do trabalho e à aposentadoria. O que favoreceu o processo de mudança de atitudes e de construção de valores éticos, importante na vida escolar, familiar e social tanto dos idosos quanto das crianças participantes.

Este também é o tema abordado em *Velhice e Relações Intergeracionais*, que relata interessantes experiências de trocas, na França e Estados Unidos, entre jovens e idosos em relações de ensino e aprendizagem, e na manutenção de legados familiares. E como vemos e vivemos esta realidade no nosso país?

O envelhecimento populacional no contexto de uma sociedade em mudança, e em um país em desenvolvimento, tem entre os desafios, para um envelhecimento digno, as questões da moradia e do cuidado. Onde vamos viver e quem vai nos cuidar quando ficarmos velhos?

Sabemos que a tradicional família ampliada que, idealmente, acolhia os seus idosos, não existe mais, e novos arranjos familiares fazem com que um número crescente de idosos, que vive com esta família mutante, nem sempre desfrute da harmonia e cuidado desejados.

Nestes casos o rico contato e trocas de experiências intergeracionais é truncado e, aliado a outros fatores, estes desencontros podem levar o idoso a uma vida diferente da imaginada – com harmonia familiar e qualidade de vida. A vida nas Instituições de Longa Permanência (ILPIs) é para muitos a única opção. Não fazemos julgamentos para os casos de asilamento, pois sabemos que para muitos idosos é, às vezes, melhor do que estar com a família e, por outro lado, muitas famílias têm dificuldades reais de fornecer estes cuidados, devido a inúmeros problemas internos.

Mas, na maior parte dos casos, o idoso é asilado e isolado em um “não lugar”, como se estivesse à margem da sociedade e das relações afetivas. A Instituição e seu cotidiano trazem, simultaneamente, uma sensação ambígua: de cuidado e pertencimento; e de isolamento e solidão. Esta é a realidade

descrita no artigo premiado *O idoso estrangeiro em sua cidade: significado de um passeio*, no qual a autora faz um comovedor relato de seu *Projeto Passeios* pelo qual conduz esses idosos a uma “viagem” de reconhecimento e redescobrimto da própria cidade - espaços há muito não visitados, mas que fazem parte de suas memórias afetivas, com resultados muito positivos e encorajadores.

Reconhecer-se na própria cidade, re-apropriar-se da memória, pessoal e afetiva que lentamente se apaga, e cuidado amoroso são temas, entre outros, do relato *Teceduras sobre novas relações*, que oferece também uma reflexão profunda sobre essas novas relações que se estabelecem entre a filha, cuidadora exemplar, com sua mãe em estágio mais avançado da doença de Alzheimer, e também as relações delas com um círculo ampliado de cuidadores de apoio. Mudanças na vida pessoal, desafios do cuidado cotidiano, questionamentos íntimos são algumas das muitas questões abordadas e, certamente, outras que nós leitores faremos após esta desafiadora leitura.

O processo de envelhecer e a longevidade crescente, mesmo considerando-a um ganho da humanidade, trazem a ideia do *declínio* físico e, especialmente, mental sendo a doença de Alzheimer um dos maiores “fantasmas” deste viver mais. No entanto, quer tenhamos uma vida ativa e autônoma, com uma qualidade de saúde adequada, quer uma doença incapacitante nos encaminhe para uma velhice comprometida, ao final do caminho nos acena a inevitável finitude, mote das reflexões que nos oferece a análise do filme *A Partida*. Nele a autora apresenta esse ritual da partida no Japão, e sugere a questão - Poderíamos ver beleza e arte neste momento final? A morte como celebração? Temos muito que aprender! Aprender a viver, aprender longeviver, aprender a morrer e transcender! Derradeiro momento do processo de aprendizagem ao longo da vida.

Processo que está presente no filme “A Suprema Felicidade”, de Arnaldo Jabor, e do qual foi extraído uma frase imperdível que dá título ao artigo *Nada é só bom*. Nele, a autora faz uma crítica ao estado de felicidade absoluta que a maioria dos mortais persegue hoje, como uma “espécie de nirvana a ser alcançado em que nada mais nos perturbaria e que seríamos felizes para sempre”. No entanto, a autora nos lembra que este estado - imune à vida -, só se alcança na morte. Trata-se do deslocamento do lugar da felicidade para o centro da vida, como um fim a ser alcançado e a medida de uma existência que valha a pena. Para viver, nos lembra a autora, o mais importante não são os pontos finais, mas as vírgulas, os acontecimentos do meio, “o enredo entre o primeiro parágrafo e o último”.

Encontramos no depoimento *Reflexões de uma octogenária a partir da leitura de artigos sobre envelhecimento*, no qual se faz ouvir a voz interna deste grupo mais longo, uma síntese perfeita e quase “natural” de todas as reflexões suscitadas por esta edição da nossa Revista.

Nele encontramos o relato de uma vida vivida na reflexão, e na busca dos seus sentidos maiores - nas relações familiares e nas alegrias das partilhas

intergeracionais; na constatação e experiência do declínio físico e mental, com comprometimento da saúde e o estabelecimento de doenças crônicas; nas perdas de familiares e amigos queridos; na consciência da própria finitude; no caminho da espiritualidade; na inquietação produtiva, no processo de aprendizagem constante, mas, sobretudo, no amor.

Estas reflexões podem nos iluminar e nos encorajar na nossa jornada. A realidade da longevidade está aí retratada. Perdas e ganhos.

Temos muito que aprender!

Boa leitura!

Beltrina Côrte e Vera Brandão
Editoras