

A IMPORTÂNCIA DA ATUAÇÃO DA PSICOLOGIA EM FACE AO DESENVOLVIMENTO SAUDÁVEL DO IDOSO E COMBATE AO IDADISMO: REVISÃO DE LITERATURA

THE IMPORTANCE OF THE PERFORMANCE OF PSYCHOLOGY IN THE FACE OF THE HEALTHY DEVELOPMENT OF THE ELDERLY AND THE COMBAT AGEISM: REVIEW OF THE LITERATURE

LA IMPORTANCIA DE LA ACTUACIÓN DE LA PSICOLOGÍA ANTE EL DESARROLLO SALUDABLE DEL ANCIANO Y EL COMBATE AL EDAD: REVISIÓN DE LA LITERATURA

Isabelle Risuenho Marques da Silva¹
Marina Beatriz Vieira Ribeiro²
Ana Gabriela Damasceno Faria³

Resumo

Este estudo buscou analisar a importância da atuação da psicologia no contexto do desenvolvimento saudável de idosos, assim como os prejuízos acarretados pela forte presença do idadismo na sociedade. Metodologicamente, caracteriza-se como uma pesquisa de caráter descritivo e transversal em forma de levantamento de literatura sistemática, com a finalidade de atualizar as referências bibliográficas referentes ao tema. Para tanto, foram reunidos artigos científicos, publicados entre os anos de 2017 a 2022, sendo selecionados a partir dos requisitos e objetivos do estudo, os quais discutiram entre os tópicos por aqui desenvolvidos. A análise dos materiais mostra que houve dificuldade em reunir artigos que tratassem da atuação do psicólogo frente ao combate do idadismo e a década do envelhecimento saudável. Em suma, é necessário reconhecer o papel da sociedade como um agente significativo no combate ao preconceito etário, buscando mecanismos que contribuam para o fortalecimento de práticas que o reduzam.

Palavras-chave: Desenvolvimento Saudável. Envelhecimento. Idadismo. Psicologia.

Abstract

This study sought to analyze the importance of psychology in the context of the healthy development of the elderly, as well as the damage caused by the strong presence of ageism in society. Methodologically, it is characterized as a descriptive and cross-sectional research in the form of a systematic literature survey, with the purpose of updating the bibliographic references related to the theme. To this end, scientific articles were gathered, published between the years 2017 to 2022, being selected from the requirements and objectives of the study, which discussed among the topics developed here. The analysis of the materials shows that it was difficult to gather articles that dealt with the role of the psychologist in the fight against ageism and the decade of healthy aging. In short, it is necessary to recognize the role of society as a significant agent in the fight against ageism, seeking mechanisms that contribute to the strengthening of practices that reduce it.

Keywords: Healthy Development. Aging. Ageism. Psychology.

Resumen

Este estudio buscó analizar la importancia de la psicología en el contexto del desarrollo saludable de los ancianos, así como los daños causados por la fuerte presencia de la discriminación por edad en la sociedad. Metodológicamente, se caracteriza por ser una investigación descriptiva y transversal en forma de levantamiento bibliográfico sistemático, con el propósito de actualizar las referencias bibliográficas relacionadas con el tema.

¹Acadêmica do Curso de Psicologia do Centro Universitário do Estado do Pará. E-mail: isabellerisuenho@hotmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5721-2237>.

²E-mail: marinabeatrizr@hotmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1582-5975>.

³E-mail: anagabrielaadf@gmail.com. ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-1369-1114>.

Para ello, se recopilaron artículos científicos, publicados entre los años 2017 a 2022, siendo seleccionados a partir de los requerimientos y objetivos del estudio, los cuales discutieron entre los temas aquí desarrollados. El análisis de los materiales muestra que fue difícil reunir artículos que trataran sobre el papel del psicólogo en la lucha contra la discriminación por edad y la década del envejecimiento saludable. En definitiva, es necesario reconocer el papel de la sociedad como agente significativo en la lucha contra la discriminación por edad, buscando mecanismos que contribuyan al fortalecimiento de prácticas que la reduzcan.

Palabras clave: Desarrollo Saludable. Envejecimiento. Edadismo. Psicología.

INTRODUÇÃO

Sabe-se da dificuldade que existe, principalmente nos dias atuais, em relação a percepção do envelhecimento como uma fase da vida inerente a todos. Dados de 2000 divulgados pelo Instituto Brasileiro de Geografia Estatística (IBGE) apontam o Brasil como um país em envelhecimento; o número de idosos representa 8,6% da população total, o que corresponde a 15 milhões de pessoas envelhecidas. Nesse contexto, apesar dessa realidade, nota-se que esse processo ainda é pouco aceito ou compreendido pelas pessoas. De acordo com Martins e Rodrigues (2004), devido à valorização social aos estereótipos de beleza, projeta-se, na maioria das vezes, um sentimento de medo em relação ao fim da juventude, o que pode influenciar o crescimento da aversão à terceira idade, que é um sentimento enraizado na sociedade a partir de crenças distorcidas no que se refere o envelhecer, prejudicando assim, na forma como idosos se enxergam e vivenciam a velhice, seja na sua autoestima e aceitação de suas limitações, seja em relação a proximidade com o fim da vida.

Ao analisar a percepção que muitas pessoas possuem em relação ao envelhecimento, a motivação para o desenvolvimento do presente estudo surgiu através da importância de discutir sobre a desmistificação de diversos estigmas negativos, levando em consideração que, tal conscientização, pode proporcionar à sociedade cada vez mais resiliência e conhecimento para lidar com o processo do envelhecer, além de possibilitar ao idoso uma ressignificação a essa fase da vida. Para tanto, o trabalho integra e coloca em evidência um recorte de pesquisas realizadas nos últimos seis anos, de 2017 a 2022, as quais discorreram sobre o desenvolvimento saudável do idoso, a integração dele com a psicologia e as atuais percepções voltadas para o envelhecimento.

Além disso, acredita-se que a psicologia atua como uma importante aliada na busca pelo esclarecimento das especificidades do desenvolvimento do idoso e, principalmente, em como progredir de maneira saudável, respeitando restrições e combatendo o idadismo, que reflete em grande parte da sociedade, uma vez que, na visão de Kovacs (2008), o que as pessoas buscam não é a vida eterna, e sim a juventude eterna com seus prazeres, força e

beleza, ou seja, o medo de envelhecer nem sempre está interligado ao receio da morte, mas sim da transição da estética padrão para a velhice, a qual é traduzida por meio das perdas biológicas e sociais, resultando em um grande preconceito perante essa fase da vida e, muitas vezes, diversos prejuízos psicológicos e físicos a quem está a vivenciando.

Dada a desvalorização da velhice, o idoso é visto em conformidade com a cultura em que está inserido, podendo ser supervalorizado e considerado como símbolo de sabedoria ou subestimado e desprezado, como se fosse o reflexo de um fardo que necessita ser auxiliado a todo momento. Nesse contexto, para Capucha (2014) grande parte da sociedade preza pela força de trabalho e o corpo juvenil, sob visões estéticas e econômicas, contribuindo, muitas vezes, para a minimização da importância do idoso no mercado e no meio social, haja vista que as limitações da idade passam a ser justificativa para a exclusão de tal grupo, levando em consideração que, atualmente, com apoio das comunicações midiáticas e redes digitais, a ideia do novo, funcional e produtivo vai de encontro com essas restrições e, conseqüentemente, aumenta o pensamento de que o idoso é sinônimo de aborrecimento e trabalho sem fim, o que acarreta em diversas vulnerabilidades na velhice tanto no âmbito idoso consigo quanto no do idoso com o social.

Sabe-se que apesar do idadismo estar presente no cotidiano de todos, é notório que há poucas discussões sobre o tema no mundo. Ainda assim, em um plano geral, no exterior as discussões sobre o tema são mais avançadas e grande parte dos dados pesquisados apontam que as pessoas tendem a ter comportamentos que são predominantemente negativos quando canalizados aos idosos (Vieira, 2018, apud Hess, 2006; Kite & Wagner, 2004; Kite, Stockdale, Whitley & Johnson, 2005). No Brasil, o idadismo ainda é um assunto pouco debatido e estudado, fazendo-se necessária a disseminação de informações que possibilitem a reflexão social sobre a existência de tal preconceito e as conseqüências de sua propagação. Nesse sentido, o presente estudo objetiva agregar informações que permitam a elucidação da população em frente ao idadismo, enxergando-o como uma construção social e um processo que precisa ser desenraizado da sociedade para um melhor desenvolvimento populacional. Além disso, também visa aprofundar o quanto a psicologia caminha junto com a tentativa da quebra do preconceito e, principalmente, com o processo do envelhecimento saudável do idoso, permitindo que haja equilíbrio entre as potencialidades e as limitações do indivíduo, tanto sob a ótica biológica quanto a psicoemocional.

PROCEDIMENTOS METODOLÓGICOS

Trata-se de uma revisão integrativa de literatura, de caráter descritivo e transversal, pautado na análise documental de artigos científicos disponíveis e relevantes, com a finalidade de atualizar as referências bibliográficas referentes ao tema e, com base nas literaturas dos últimos seis anos, expor a discussão sobre “A importância da atuação da psicologia diante do desenvolvimento saudável do idoso e combate ao idadismo”. O presente trabalho busca identificar, selecionar, avaliar e sintetizar, simultaneamente, estudos qualitativos, quantitativos e mistos diante da perspectiva estudada a partir do uso de operadores booleanos para a delimitação de pesquisa e combinação de termos.

O trabalho reúne artigos publicados em periódicos no recorte temporal dos anos de 2017 a 2022, retirados dos sites do Google Acadêmico. A escolha desse período é pela necessidade de evidenciar o conhecimento mais recente e atual sobre a temática. As literaturas selecionadas para uso proporcionam suporte teórico e uma série de estudos abrangentes, que auxiliaram a construção da introdução, resultados e discussão desse trabalho, uma vez que se reportavam a temática escolhida. Considera-se que a pesquisa bibliográfica realizada foi proveitosa, pois possibilitou mapear artigos que correspondem ao tema aqui abordado, utilizando os seguintes descritores: atuação do psicólogo ao idoso, idadismo e a psicologia, percepção de envelhecimento, desenvolvimento saudável do idoso e a psicologia. Além das literaturas reunidas por meio da pesquisa, foi utilizado como embasamento teórico o livro “Desenvolvimento Humano” por Papalia e Feldman (2013) para abordar as principais definições que perpassam sobre o tema, e assim, relacionar com os dados coletados nos artigos selecionados.

RESULTADOS E ANÁLISES

A partir da busca por literaturas que abordassem o tema, foram selecionados nove artigos que englobam uma grande quantidade de informações atualizadas, as quais atendiam aos requisitos e objetivos do estudo. Dado isso, foi realizado um refinamento entre os materiais para serem utilizados como referência na revisão de literatura, já que trazem uma vasta diversidade entre gênero e idade, versados em discorrer sobre os prejuízos gerados pelo idadismo e o papel da psicologia nesse contexto de preconceito em relação a idade e na promoção do desenvolvimento saudável do idoso. Tais literaturas selecionadas estão aludidas

na Tabela 1, ordenadas pelos dados dos autores, título, periódicos, que são os sites em que se encontram e ano de publicação, respectivamente.

(Tabela 1)- Artigos selecionados com autores, títulos, periódicos em que se encontram e ano, respectivamente.

N	Autores	Título	Periódico	Ano
1	Flavia Amaral Machado; Léia Gonçalves Gurgel; Caroline Tozzi Reppold	Intervenções em Psicologia Positiva na reabilitação de adultos e idosos: revisão da literatura	Estudos de Psicologia	2017
2	Bruna Aparecida Longato Luiz; Isabele Letícia de Oliveira Langer; Lilian Dias Bernardo	A (in)visibilidade dos idosos: Uma análise das matérias atuais do Jornal Gazeta do Povo	Revista Kairós - Gerontologia	2018
3	Rosalina Aparecida Partezani Rodrigues	Envelhecimento saudável e o exercício de direitos humanos	Revista Latino-americana de Enfermagem	2019
4	Emilly Priscila Silva Costa; Alcimar Tamir Vieira da Silva; Drielle Barbosa Leal Serafim; Gleison Alves Barbosa	Tabu social atrelado a sexualidade dos idosos: uma revisão sistemática	IV Congresso internacional de envelhecimento humano	2019
5	Rodrigo de Sena e Silva Vieira	Idadismo: A influência de subtipos nas atitudes sobre os idosos	Repositório Institucional do Sistema Universitário de Bibliotecas UFBA	2019
6	Beatriz Rodrigues Castro; Giovana Oliveira da Silva; Andrezza Veridyanna Cardoso; Luanna Sousa Rocha	A expressão do idadismo em tempos de COVID-19: Uma reflexão teórica	Revista Kairós - Gerontologia	2020
7	Sofia Maria Escudeiro de Sousa Barrocas	Serei compreendido?: tomada de perspectiva, idadismo e relações de qualidade em contextos de saúde	Instituto universitário de Lisboa	2021

8	Enrique Vega; Patricia Morsch	A Década do Envelhecimento Saudável (2021-2030) na região das Américas	Mais 60 Estudos sobre Envelhecimento	2021
9	Tássia Monique Chiarelli; Samila Sathler Tavares Batistoni	Trajetória das Políticas Públicas Brasileiras para pessoas idosas frente a Década do Envelhecimento Saudável (2021-2030)	Revista Kairós - Gerontologia	2022
10	Organização Pan-Americana da Saúde	Relatório mundial sobre o idadismo	Escritório Regional para as Américas da Organização Mundial da Saúde	2022

Fonte: Pesquisadores (2023)

O PRECONCEITO ETÁRIO E SUAS IMPLICAÇÕES NO DESENVOLVIMENTO

Quando se trata de idadismo, Papalia e Feldman (2009) trouxeram uma ampla definição no livro “Desenvolvimento Humano”, a qual estabelece esse termo como o preconceito ou discriminação com uma pessoa por causa da idade, sendo geralmente voltado aos idosos. Tal definição é relativamente recente e, ao que tudo indica, foi usada pela primeira vez em 1969 pelo psicólogo norte-americano Robert N. Butler. Apesar do idadismo ser uma expressão atual, o preconceito etário está presente na sociedade há muitos anos, podendo ser evidenciado como uma construção social marcada por exclusão e discriminação, já que a velhice, muitas vezes, é uma fase da vida considerada de menor rendimento o que, conseqüentemente, faz com que as pessoas associem os idosos com invalidez. Tendo em vista que o processo de envelhecer engloba muitas mudanças e restrições, de acordo com Rodrigues et al. (2020), é comum que pessoas idosas sejam tratadas de maneiras que as infantilizam e as desqualificam, como o uso frequente de palavras no diminutivo, falta de respeito com decisões e oferta de ajuda excessiva.

Segundo a Organização Mundial da Saúde (2021), o idadismo tem três dimensões: estereótipo (pensamentos e crenças), preconceito (sentimentos) e discriminação (ações e comportamentos). Ainda de acordo com a entidade, em seu estudo Global Report on Ageism, o idadismo apresenta três níveis de manifestação (institucional, interpessoal e autodirigido) e conta com dois tipos de representação: explícita (consciente) e implícita (inconsciente). No contexto da manifestação institucional, vale ressaltar que, tanto as mídias sociais como o mercado de trabalho propagam discriminações que são envolvidas a estereótipos enraizados

na sociedade, como a promoção majoritária de pessoas abaixo de 40 anos no emprego e a não contratação de pessoas que estão próximas ao processo de envelhecimento, já que a sociedade mostra-se preconceituosa e com receio para a contratação de um idoso.

Diante disso, resta lidar com as dificuldades de recolocação no mercado, uma vez que as pessoas jovens são mais valorizadas, enquanto o "velho" é tratado com indiferença ou como um ser improdutivo (Beier, 2015 apud Luiz, B. A. L., Langer, I. L. de O., & Bernardo, L. D., 2018). Além disso, a propagação desses julgamentos e práticas de exclusão não se limitam a esse ponto supracitado, haja vista que, de acordo com Castro et al. (2020), apesar da família, muitas vezes, ser a única fonte de bem-estar do idoso, comentários e brincadeiras fantasiados de insultos também fazem parte do cotidiano do próprio núcleo familiar dessa pessoa. Frente aos estereótipos mencionados, é importante citar que o idadismo reforça a exclusão dos idosos (Torres, Camargo, & Bousfield, 2016 apud Luiz, B. A. L., Langer, I. L. de O., & Bernardo, L. D., 2018), logo, restringe a participação social de tal faixa etária, ocasionando sérias consequências em diferentes âmbitos do desenvolvimento do idoso que por si só, no processo de envelhecer, já passa por mudanças biológicas e psicológicas.

Frente às mudanças supracitadas, Papalia e Feldman (2009) classificam o desenvolvimento da vida adulta tardia em três tipos, sendo eles o físico, com algumas mudanças motoras e sensoriais, o cognitivo que reflete ao comportamento intelectual, e o psicossocial, através das interações com o ambiente e a autopercepção. De acordo com essas transições, para que os idosos consigam conquistar a longevidade de forma sadia, preocupando-se com o seu bem-estar geral e sua qualidade de vida, é necessário que os três tipos de desenvolvimento estejam em constante equilíbrio, visto que entender as classificações apresentadas acima e o seu caráter transitório dentro das fases do desenvolvimento é de suma importância para a compreensão dos marcos naturais, reconhecidos como mudanças inevitáveis da faixa etária, para assim possibilitar a atenuação de estigmas e preconceitos que ainda estão presentes na sociedade, gerando diversos efeitos negativos aos envolvidos (Liu et al., 2015 apud Barrocas, 2021, p.17). São diversas as consequências negativas no desenvolvimento do idoso que está inserido em uma sociedade idadista. Esse tipo de ambiente permite que, muitas vezes, haja interferência na saúde mental do indivíduo, impactando na própria autoimagem e autoestima e resultando em uma baixa qualidade de vida, uma vez que oprimem suas qualidades e singularidades, quando se considera, na grande maioria, seus pontos negativos, sendo atribuídos a menor longevidade e relacionados a doenças. Entendendo os níveis de manifestação do idadismo, vale ressaltar a existência do idadismo

autodirigido, ou seja, quando uma pessoa idosa se auto menciona incapaz e frágil, se visualiza da maneira como a sociedade os enxerga e propaga comentários e “brincadeiras” preconceituosos com a idade por exemplo.

Além disso, é importante mencionar o grande impacto na saúde física do idoso exposto a prática do idadismo, já que pelo fato da velhice ser associada a doenças e ao fim da vida, muitas vezes, os próprios idosos e familiares deixam de buscar auxílio médico e de cuidar da saúde, pois pensam que ficar doente é um fardo da fase da vida em que está sendo vivenciada, logo deixam de lado atenções básicas a saúde que poderiam prevenir diversas complicações futuras. Ademais, segundo a Organização Pan-Americana da Saúde (2022, p. 55), diante da escassez de informações e campanhas voltadas a esse público, o bem-estar de muitos idosos é afetado, principalmente no âmbito sexual, o qual não é muito abordado, o que dificulta a procura de tratamentos, informações ou possíveis diagnósticos de maneira correta e efetiva, no caso de doenças sexualmente transmissíveis (DST) ou outras disfunções. Isso se dá, principalmente, pelo fato da sociedade não enxergar uma vida sexualmente ativa para pessoas de tal faixa etária, porém, sabe-se que, com o passar dos anos, mudanças no corpo surgem naturalmente e podem intervir no aspecto sexual ao longo da fase tardia, o que conseqüentemente, aumenta a necessidade de cuidados específicos para que o desenvolvimento saudável caminhe continuamente na vida da pessoa idosa, incluindo a ida aos médicos e o uso contínuo de preservativos. Acontece que, segundo Costa et al. (2019) existem e são propagados diversos tabus e preconceitos, os quais associam a vida sexual à juventude e ao corpo jovem, dificultando a vivência da sexualidade de forma plena e a conscientização de diversos fatores que envolvem uma vida sexual saudável, para assim atingir a garantia de qualidade de vida a essa população.

Em vista disso, cabe afirmar que as informações aludidas sobre a desinformação e as conseqüências de tal preconceito fazem parte da construção social criada a partir do capitalismo, o qual investe na ideia da busca pela juventude e produtividade extrema e, assim, intensifica o idadismo. As conseqüências não se limitam ao que foi abordado, uma vez que os prejuízos se interligam nos desenvolvimentos físico, cognitivo, emocional e social como um todo.

DESENVOLVIMENTO SAUDÁVEL E A GARANTIA DE DIREITOS

Ao discutir sobre o desenvolvimento saudável do idoso e a garantia de direitos, sabe-se que, apesar do envelhecimento ser um fenômeno biológico e natural destinado a acontecer a

todas as pessoas, o processo de aceitação desse período ainda não é de fácil compreensão aos que estão se aproximando dessa fase. Tal momento da vida envolve, principalmente, mudança de hábitos, que é necessária para a adaptação das novas condições e restrições que surgem no decorrer da transição da vida adulta para a adulta tardia, podendo associar-se a dificuldade de locomoção, paladar mais restritivo, diminuição na qualidade da visão, audição e olfato, além do possível aparecimento de doenças e comorbidades, as quais indivíduos nessa faixa etária têm maior facilidade de adquirir.

Nesse contexto, em vista de tais contingências, vale destacar o pensamento de Rodrigues (2019), que afirma que a compreensão dos aspectos de desenvolvimento saudável do idoso precisa começar antes do início da fase adulta tardia, estabelecendo a promoção e a manutenção da capacidade funcional precoce do idoso, que compõem as metas principais para a saúde pública na busca do envelhecimento saudável. Em concordância com tal referência, nota-se que a execução de atividades, que permitam ao idoso o autocuidado e a independência, são imprescindíveis para o aumento da qualidade de vida, cabendo à família e, principalmente, à sociedade, adquirir ferramentas necessárias para garantir esse ambiente saudável e estimulador. Desse modo, com base na importância e necessidade da preservação de direitos dos idosos, se faz necessário a apuração dos governos para assegurar o pleno envelhecimento da população, ou seja, proporcionar que o processo de envelhecer ocorra de maneira saudável, possibilitando ambientes apropriados de convivência, oportunidades de trabalho, educação e por fim, a proteção social, buscando diminuir estereótipos enraizados.

Ainda de acordo com a ideia de Rodrigues (2019), pode-se assegurar os direitos dessa faixa etária através de diferentes políticas públicas como a criação e implementação de Leis, Planos e Estatutos. Em contrapartida, fica a depender da execução de profissionais de saúde e recursos financeiros que proporcionem auxílio qualificado de diferentes áreas e que sejam adequados para a sua efetivação. Em vista disso, família e Estado devem cumprir seus papéis frente ao idoso, assegurando-lhe o direito à vida e à saúde, garantindo que ele tenha uma vida digna, alimentação, acesso ao sistema de saúde, entre outros direitos básicos, como preconiza o Estatuto do Idoso de 2003.

Cabe salientar que, apesar dos grandes avanços na garantia de direitos à pessoa idosa, essa busca proteção continua sendo um dos maiores desafios para a sociedade, pois ainda apresenta carência de políticas públicas e efetivação de leis mais severas. Diante disso, reunir e analisar literaturas que buscam abordar questões jurídicas, assegura os idosos e fortalece a

ideia da importância dos mecanismos de proteção à essa faixa etária, considerando os artigos encontrados como atualizados em suas questões técnico-científicas.

DÉCADA DO ENVELHECIMENTO SAUDÁVEL NO BRASIL

Em dezembro de 2020, foi declarado pela Assembleia Geral das Nações Unidas o início da década do envelhecimento saudável, que está programada para ser aplicada do ano de 2021 até 2030. As principais áreas em que o projeto pode adentrar estão relacionadas com o modo de convivência dos idosos dentro da sociedade e as ações que os indivíduos que estão em sua volta podem tomar, envolvendo a forma em como pensam e agem diante do processo de envelhecer, além de focar na diminuição de preconceitos e estereótipos, os quais são muito comuns quando se trata de velhice. Para tanto, tendo em vista que os idosos são o público alvo, o plano pretende reunir esforços governamentais, da sociedade civil, da mídia e de outras organizações que possam contribuir para o desenvolvimento e envelhecimento saudável do grupo em questão.

Além disso, a década do envelhecimento saudável também tem o propósito de promover melhor qualidade de vida, analisando as demandas provenientes dos países que estão vinculados, em que, muitas vezes, o principal fator são indivíduos com idade igual ou equivalente a 60 anos que sofrem com negligências e ainda são submetidos ao isolamento dentro de suas próprias casas. Por meio das ações do programa, pretende-se também focar em cuidados básicos que podem ser realizados no dia a dia, por isso, é necessário garantir à população o acesso às informações e maneiras de como alcançar e promover o envelhecer de forma saudável, envolvendo atividades que incluem a melhora da alimentação e do convívio social, e que evidenciam a importância do acompanhamento psicológico e atividades físicas, entre outros que consigam contribuir direta ou indiretamente para a manutenção dos cuidados essenciais com pessoas idosas.

Entretanto, ainda há uma quantidade limitada de dados sobre o envelhecimento saudável ou sobre pessoas idosas, o que contribui mais ainda para a invisibilidade e exclusão dessas pessoas. Esse pensamento pode ser evidenciado de acordo com Vega e Morsch (2021, p. 31), quem afirmam que “a maioria das pesquisas de saúde e população, mesmo em países de alta renda, exclui pessoas idosas institucionalizadas”, evidenciando a falta de inclusão desse grupo. Nesse sentido, a busca por literaturas atualizadas sobre o envelhecimento saudável proporcionam tanto a garantia de atenção às necessidades dos

idosos, quanto a antecipação de desafios futuros, vinculando-os às condições sociais, biológicas, econômicas e ambientais, bem como com os determinantes do envelhecimento saudável na primeira e na segunda metade da vida e as intervenções para melhorar as trajetórias de envelhecimento saudável (Organização Pan-Americana da Saúde, 2020, p. 1-29). Além disso, permitem a disseminação de informações sobre tal processo, visando o combate ao idadismo e elucidação da população em relação aos principais elementos relacionados ao envelhecimento saudável.

Para Batistoni e Chiarelli (2022, p. 13), “a Década do Envelhecimento Saudável requer uma abordagem intersetorial, que contemple diferentes frentes, não apenas as ligadas diretamente com a saúde”, ou seja, é importante que esse projeto seja conduzido de maneira que englobe âmbitos sociais, econômicos, ambientais, etc. juntamente com um trabalho que seja realizado por equipes multidisciplinares, para que seja possível alcançar as diversas necessidades do idoso, auxiliando-o para uma melhor qualidade de vida e, conseqüentemente, longevidade. Seguindo este pensamento, é necessário que o serviço seja desenvolvido em todas as esferas da sociedade, com o apoio não somente de familiares, como também de membros do governo e associações, levando em consideração que o envelhecimento saudável não significa estar livre de doenças, mas sim que na presença de possíveis enfermidades o indivíduo possa viver bem e otimizar suas habilidades funcionais, com a garantia de um cuidado coordenado que maneje a doença ao mesmo tempo em que considera os objetivos pessoais do idoso para o seu bem-estar de uma maneira geral.

IMPORTÂNCIA DA PSICOLOGIA NA INTERVENÇÃO ACERCA DO DESENVOLVIMENTO SAUDÁVEL DO IDOSO

O processo do envelhecimento é uma fase da vida que perpassa por diversas mudanças, as quais, consoante Papalia e Feldman (2009) dividem-se, principalmente, em três tipos, sendo eles as fisiológicas que englobam mudanças físicas, psicomotoras e sensoriais; as cognitivas que refletem no comportamento intelectual, incluindo percepção, atenção, memória e raciocínio e, por fim, as psicossociais, que manifestam-se através das interações com o ambiente e a autopercepção. Nesse contexto, levando em consideração a transição das fases da vida, nos tempos atuais, ser idoso, para a maior parte da sociedade, é sinônimo de solidão, perda da capacidade funcional e, principalmente, o fim da vida, o que pode impactar diretamente na qualidade de vida e, conseqüentemente, no bem estar psicológico de quem está vivenciando tal momento, uma vez que

[...] ser velho em uma sociedade em que o corpo juvenil e a força de trabalho são os maiores valores econômicos contribui para o surgimento de diferentes formas de vulnerabilidades sociais na velhice, bem como para o aumento dos estereótipos negativos e preconceitos em relação aos idosos (CASTRO, B. R. et al. 2020, p. 486).

Levando em consideração tais informações, é de extrema importância saber qual sentimento predomina durante o processo do envelhecer, pois possibilita a procura de ajuda psicológica e médica, os quais podem intervir para uma melhor qualidade de vida no âmbito biológico e psicossocial, respectivamente. Seguindo esse pensamento, cabe ressaltar que durante a velhice pode-se vivenciar diversos processos psicológicos baseados na reflexão sobre a própria vida, sendo eles a solidão em que o idoso pode se encontrar satisfeito e confortável diante de sua escolha em estar sozinho, a solidão, a qual pode se resumir ao sentimento de tristeza e melancolia devido ao isolamento social e o desespero, que é a não aceitação do envelhecimento e a integridade do ego, como a aceitação da vida, do envelhecer e da morte eminentes. Nesse sentido, pode-se citar Papalia e Feldman (2009), que discorrem sobre o senso de integridade do ego, ou seja, a consciência de si mesmo, considerada como a maior realização nessa fase que pode ser conquistada com o auxílio psicoterapêutico, permitindo o processo de autoconhecimento, autorregulação e, por conseguinte, a capacidade de perceber se o ambiente que frequenta é favorável a um desenvolvimento saudável ou não.

Por esse caminho, ainda pautados em princípios de Papalia e Feldman (2019), reconhecem-se autores que, a partir de Freud, discorrem suas teorias traçadas no desenvolvimento, como Erik Erikson, o qual classifica os estágios que representam marcos importantes para os indivíduos dentro da Teoria de Estágios de Desenvolvimento da Personalidade. A teoria é formada por 8 fases que perpassam desde o nascimento até a vida adulta tardia. Nessa lógica, cabe ressaltar o oitavo estágio desse princípio, que é classificado como “Integridade do ego versus Desespero”, que se caracteriza como a crise de identidade que os indivíduos que estão na vida adulta tardia passam, tendo em vista todas as vivências e conquistas que já foram adquiridas durante todo o curso de sua vida causando um grande impacto aos idosos que chegam nessa fase e reavaliam os momentos anteriores vivenciados que, caso tenham gerado boas experiências e memórias, levam-no ao percurso da integridade, apresentando sentimentos voltados para a satisfação, caso contrário, se o idoso demonstrar insatisfação diante da trajetória, ele viverá o desespero, traçado por arrependimentos e angústia pelo que já viveu. Por esse sentido, cabe destacar que o acompanhamento psicológico aos idosos se faz necessário frente aos processos do oitavo estágio do desenvolvimento de Erikson, buscando clarificar o período da crise de identidade vivenciada e produzindo o entendimento necessário para a passagem saudável por essa fase.

Sob tal óptica, segundo Belasco e Okuno (2019 apud Castro, B. R. et al., 2020), a psicologia cabe como uma importante colaboradora no desenvolvimento de práticas de cuidado, que permitem maior autonomia e investimento na saúde mental, através de intervenções centradas nas necessidades do idoso, o que poderá permitir a ele e à sociedade, o aproveitamento máximo dessa fase da vida, como garantir o crescimento pessoal, busca de satisfação, realizações, bem estar, exclusão dos preconceitos e de regras inflexíveis vivenciadas no decorrer da vida.

Além disso, o papel da psicologia no processo terapêutico também pode estar atrelado ao processo de resiliência, ou seja, aprender a lidar de uma maneira mais branda com as mudanças, buscando a conscientização de que o envelhecimento é inerente aos seres humanos, o que respeita a ideia de que o valor das pessoas não deve estar vinculado à sua idade. O processo de consolidação de objetivos terapêuticos para Lomônaco e Cazeiro (2006 apud MACHADO, F. A. et al, 2017) é considerado como o desenvolvimento de habilidades voltadas para a adaptação do sujeito às suas condições psicológicas, físicas e educacionais, facilitando a criação de meios de compensação às limitações. Sendo assim, o profissional da psicologia faz um importante papel na construção do processo de envelhecer satisfatoriamente, trabalhando minuciosamente no que tange o equilíbrio entre as potencialidades e as limitações do indivíduo, combatendo o idadismo, evitando a perda da autonomia, possibilitando ao idoso uma ressignificação a essa fase do desenvolvimento e aparecimentos ou agravos de quadros patológicos e psicológicos.

NOVAS PERSPECTIVAS ACERCA DO COMBATE AO IDADISMO NO BRASIL

Diante da notória escassez de literatura acerca de discussões sobre o idadismo no Brasil, percebe-se a necessidade de debater e entender, nos dias de hoje, como pessoas que estão no processo de envelhecimento e as que já estão inseridas em tal grupo se enxergam na sociedade, assim como a sociedade os enxerga. No país, diariamente são observados cenários de práticas idadistas, ainda que, segundo o IBGE (2018), os dados indiquem que a quantidade de indivíduos com mais de 50 anos já tenha passado dos 53 milhões no ano de 2020, simbolizando mais de 25% da população. Nesse sentido, mesmo que tenha aumentado a quantidade dessa população, ainda se faz recorrente o repúdio e medo do avanço da idade no Brasil, o que pode intensificar as três maneiras de isolamento classificadas pela Organização Pan-Americana da Saúde (2022), sendo elas: a forma que idosos se sentem indesejados e rejeitados socialmente, podendo ocasionar um retraimento social; a aceitação da

faixa etária diante aos estereótipos recebidos, de modo que representam uma população solitária, fazendo com que, muitas vezes, os idosos se coloquem nessa posição de baixa participação social e, por fim, o isolamento advindo das barreiras enfrentadas tanto no ambiente em que frequentam quanto em leis e normas, provocando, frequentemente, a desistência do convívio em meios sociais em que não se sentem incluídos e amparados pela falta de adaptações, como a ausência de corrimãos em escadas e banheiros sem acessibilidade.

De acordo com isso, abre-se a possibilidade de refletir e discutir a nova perspectiva somada a situação da pandemia, ocasionada pelo vírus do SARS-CoV-2, mais conhecido como Coronavírus, que ocasionou mudanças significativas a nível social e econômico, a partir de seu início, em março de 2020. Com o avanço dos casos de contaminação e óbitos, em frente ao avanço contínuo da doença, começaram os regimes de isolamento e quarentena, afetando principalmente o grupo mais fragilizado pelo vírus, sendo eles, idosos, grávidas, lactantes e pessoas com comorbidades. Com o intuito de proteger e preservar a saúde populacional e, principalmente, quem estava em posição mais vulnerável à doenças infectocontagiosas, o isolamento foi implantado como forma de impedir a propagação do vírus, fazendo com que uma nova maneira de isolamento fosse reconhecida, trazendo prejuízos significativos na saúde mental em meio a solidão, afastamento social e preocupação do contágio. Por esse raciocínio, pode-se citar o pensamento de Vega e Morsch (2021, p.30), que revelam que “A pandemia da Covid-19, além de ter ampliado os problemas relacionados à atenção à pessoa idosa, deu maior visibilidade aos desafios e desigualdades que já existiam”. Por conta de atitudes que já eram realizadas antes do período pandêmico e foram intensificadas pelos discursos em meios televisivos e midiáticos, cada vez mais os idosos eram colocados em situações que reafirmavam os estereótipos, sendo representados como símbolos de incapacidade e fragilidade, através de campanhas e propagandas de saúde por exemplo, dando ênfase somente a faixa etária tardia como sendo o único público necessitado de auxílios e cuidados. Além disso, Vega e Morsch (2021, p.29), também trazem a ideia de que “[...] o isolamento vertical foi discutido em profundidade e muitas restrições foram impostas a esse grupo, com diversas implicações negativas em seus níveis de capacidade, saúde mental e dificuldade em manter sua saúde”.

Entendendo o isolamento vertical como uma proposta em isolar somente pessoas que faziam parte do grupo de risco, os idosos, no período da pandemia, se viram na condição de

ter que evitar idas ao médico e outros ambientes que englobam necessidades básicas, e ainda sim, inibir seus momentos de lazer com amigos e familiares.

Frente a isso, fez-se necessário após o período crítico ocasionado pela contaminação do Coronavírus, que empresas revolucionassem a maneira em que estavam retratando os idosos em campanhas publicitárias, com o intuito de expandir a representatividade e, de uma forma branda e efetiva, também combater o idadismo. A exemplo disso, pode-se citar a campanha realizada pela marca Reserva em 2022, a qual destaca a escolha de dar visibilidade aos idosos durante a campanha do Dia dos Namorados, atraindo não só o público mais jovem, como também um público mais velho que, muitas vezes, é esquecido. Tal iniciativa possibilita não apenas um sentimento de identificação necessário aos idosos, mas também os proporciona validação, já que grande parte das campanhas propostas a esse grupo ainda são voltadas à saúde ou ferramentas que induzem a busca pelo rejuvenescimento apoiado pela mídia (Matos, 2022 apud BARROS, 2022).

Além da repercussão positiva diante da campanha realizada, em parceria com um site de vagas de empregos, a marca disponibilizou um banco de currículos específico para indivíduos com mais de 50 anos, possibilitando a eles uma recolocação dentro do mercado de trabalho com novas oportunidades em empresas espalhadas por todo o país. Ademais, desde 2018 a Reserva conta com o 'Projeto Cara e Coroa', que oferece oportunidades de emprego para profissionais com 50 anos ou mais nas lojas da marca, destaca Matos (2022).

[...] Geralmente, quando vemos oportunidades para profissionais da terceira idade são para cargos "menores". Não queremos que os coroados se sintam menos parte da família Reserva ou tenham a sensação de que as suas funções são menos importantes do que as dos outros colaboradores. esclarece Rony Meisler, CEO do grupo Reserva.

Diante do exposto, é de grande importância que marcas com destaque midiático como a Reserva disponham melhores mecanismos de inclusão para o público na fase adulta tardia, possibilitando assim a visualização de figuras idosas como destaques importantes em conteúdos publicitários.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Conforme proposto, o presente artigo teve por objetivo pesquisar, analisar e descrever a importância da atuação da psicologia diante do desenvolvimento saudável do idoso e combate

ao idadismo, e mostrar algumas das características atuais da percepção do envelhecimento diante da revisão de literatura, que abrange os últimos seis anos de publicações.

Inicialmente percebeu-se que somente alguns artigos puderam ser analisados, uma vez que foram selecionados apenas os que correspondem aos objetivos específicos do trabalho, que perpassam pela problematização do idadismo e a importância do papel da psicologia sobre o desenvolvimento saudável, dentro da faixa etária igual ou superior a 60 anos de idade, sendo excluídos estudos que fugiam dessa temática. Por esse motivo, houve dificuldade em encontrar uma quantidade significativa de artigos que discutissem sobre a década do envelhecimento saudável, assim como a importância do papel da psicologia adentrado neste plano que está configurado a existir até 2030.

A revisão sobre a percepção atual do envelhecimento ainda permite considerar que o papel da sociedade no combate ao preconceito etário é um agente significativo, logo, é indispensável a busca pela conscientização e conhecimento da população sobre essa fase do desenvolvimento, reconhecendo o poder de possíveis mudanças na realidade, a partir da compreensão da importância de transformar hábitos que propaguem o respeito às diferentes fases da vida.

Dessa forma, faz-se importante destacar que, para um possível alcance da diminuição do idadismo e, por consequência, dos prejuízos acarretados ao idoso, o trabalho do psicólogo é fundamental, pois proporciona uma conexão direta com idosos e a sociedade como um todo, preocupando-se com a qualidade de vida e uma esperada conscientização geral. Por fim, espera-se que novos estudos sejam pensados e publicados a fim de possibilitar maior discussão sobre o papel imprescindível da psicologia no contexto da década do envelhecimento saudável.

REFERÊNCIAS

BARROCAS, S. M. E. de S. **Serei compreendido?: tomada de perspectiva, idadismo e relações de qualidade em contextos de saúde** [Dissertação de mestrado, Iscte - Instituto Universitário de Lisboa]. Repositório do Iscte, 2021. Acessado em: 16 Novembro 2022. Disponível em: https://repositorio.iscte-iul.pt/bitstream/10071/23416/1/master_sofia_sousa_barrocas.pdf

BRASIL. **Perfil dos Idosos Responsáveis pelos Domicílios**. Rio de Janeiro: IBGE; 2000. Acessado em: 16 Novembro 2022. Disponível em: <https://censoagro2017.ibge.gov.br/1992-novo-portal/edicao/10799-perfil-dos-idosos-responsaveis-pelos-domicilios-no-brasil.html>

CAPUCHA, L. Envelhecimento e políticas sociais em tempos de crise. **Sociologia, Problemas e Práticas**, 74, 113-131, 2014. Recuperado em 30 novembro, 2022, de: <https://dx.doi.org/10.7458/SPP2014743203>.

CHIARELLI, T. M., & BATISTONI, S. S. T. Trajetória das Políticas Públicas Brasileiras para pessoas idosas frente a Década do Envelhecimento Saudável (2021-2030). **Revista Kairós-Gerontologia**, 25(1), 93-114, 2022. ISSNprint 1516-2567. ISSN 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil: FACHS/NEPE/PUC-SP. Acessado em: 16 Novembro 2022. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/55685/40144>

CASTRO, B. R., SILVA, G. O., CARDOSO, A. V., ROCHA, L. S., & CHARIGLIONE, I. P. F. S. A expressão do idadismo em tempos de COVID-19: Uma reflexão teórica. **Revista Kairós-Gerontologia**, 23(Número Temático Especial 28, "COVID-19 e Envelhecimento"), 479-497, 2020. ISSNprint 1516-2567. ISSN 2176-901X. São Paulo, SP: FACHS/NEPE/PUC-SP. Acessado em: 16 Novembro 2022. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/download/51568/33669/152556>

HESS, T. Attitudes toward aging and their effects on behavior. In: J. E. Birren & K. Schaie (Org.). **Handbook of the Psychology of Aging**. (pp. 379-406). San Diego: Academic Press, 2006.

KOVACS MJ. **Morte e desenvolvimento humano**. 5a ed. São Paulo: Casa do Psicólogo; 2008.

LUIZ, B. A. L. LANGER, I. L. DE O., & BERNARDO. L. D. A (in)visibilidade dos idosos: Uma análise das matérias atuais do Jornal Gazeta do Povo. **Revista Kairós-Gerontologia**, 27(2). 279-305, 2018. ISSN 2176-901X. São Paulo (SP), Brasil: FACHS. NEPE/PEPGG PUC-SP. Acessado em: 16 Novembro 2022. Disponível em: <https://revistas.pucsp.br/index.php/kairos/article/view/40934/27622>

MACHADO, Flávia Amaral, GURGEL, Léia Gonçalves e REPPOLD, Caroline Tozzi. Intervenções em Psicologia Positiva na reabilitação de adultos e idosos: revisão da literatura. *Estudos de Psicologia (Campinas)* [online], v. 34, n. 1 [Acessado 19 Novembro 2022], pp. 119-130, 2017. Disponível em: <<https://doi.org/10.1590/1982-02752017000100012>>. ISSN 1982-0275. Acessado em: 16 Novembro 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1982-02752017000100012>

MARTINS, R.M.L. & RODRIGUES, M.L.M. Estereótipos sobre idosos: uma representação social gerontofóbica. **Educação, Ciência e Tecnologia**. [S.l.: s.n.], 2004. Recuperado em 27 outubro, 2011, de: <http://www.ipv.pt/millenium/Millenium29/32.pdf>.

MATOS, Lorena. **Idosos também amam**: Campanha de dia dos namorados da Reserva questiona etarismo. Money Times, 2022. Acesso em: 13 de fevereiro de 2022. Disponível em: <https://www.moneytimes.com.br/idosos-tambem-amam-campanha-de-dias-dos-namorados-da-reserva-questiona-etarismo/>

PAPALIA, D. E.; OLDS, S. W.; FELDMAN, R. D. **Desenvolvimento humano**. Porto Alegre: Artmed, 2009.

Relatório mundial sobre o idadismo. Washington, D.C.: Organização Pan-Americana da Saúde; 2022. Licença: CC BY-NC-SA 3.0 IGO. <https://doi.org/10.37774/9789275724453>.

RODRIGUES, R. A. P. Envelhecimento saudável e o exercício de direitos humanos. **Revista Latino-Americana de Enfermagem**. 2019;27:e3097. Acessado em: 16 Novembro 2022. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/1518-8345.0000.3097>

VEGA, Enrique; MORSCH, Patrícia. A Década do Envelhecimento Saudável (2021-2030) na região das Américas. **Mais 60 Estudos sobre Envelhecimento**, São Paulo, v. 32, p. 24-35, n.80, ago. 2021. Disponível em: <https://portal.sescsp.org.br/files/artigo/7900e835/c298/418e/968a/b75612b7f2d1.pdf>. Acesso em: 2 jan. 2023.