

12 Livro que analisa aspectos da velhice reúne textos de profissionais de diferentes áreas

Envelhecer com dignidade



Foto: Patrícia Rodighiero

País fica mais velho

Nas últimas décadas tem-se verificado um aumento substancial na expectativa de vida do brasileiro por ocasião do nascimento de crianças e uma alteração na estrutura etária da população. Essas mudanças tornaram-se mais nítidas a partir de 1940, em virtude da melhoria do padrão de vida do brasileiro, associada ao progresso das condições de trabalho, à urbanização e ao incremento das condições gerais de saúde da população, especialmente as relativas ao controle da mortalidade provocada por doenças comuns da infância.

“Essas mudanças foram associadas ao declínio sistemático da taxa de fecundidade, relacionando-se, em conjunto, ao fenômeno conhecido como ‘envelhecimento populacional’”, conforme observa a professora Anita. Por outro lado, a participação de pessoas com mais de 60 anos, no Brasil, dobrou nos últimos 50 anos. Em 1960 a proporção de idosos de 60 anos na população era de 2,8%. Essa taxa passou para 3,1% em 1970; 4% em 1980; 4,8% em

1991; 5,1% em 2002 e poderá ser de 7,7% em 2020.

Embora importantes, “e o são porque denotam desenvolvimento social”, essas mudanças não podem ser denominadas de dramáticas e nem tampouco se pode atribuir a elas problemas dos sistemas previdenciário e de saúde. O problema, de acordo com observações da professora Anita, é que o país não tem gerado investimentos para que toda a população, incluindo os idosos, viva com boa, uniforme e generalizada qualidade de atendimento às suas necessidades de saúde. “Hoje há e, a julgar pelas estimativas econômicas e sociais do País, ainda haverá no futuro um enorme contingente de pessoas que envelhecem com condições precárias de saúde, sem informação e sem um mínimo de condições de acesso a oportunidades sociais. Como esperar que tenham uma boa velhice, a não ser que possam contar com recursos pessoais, de sua família e de seus grupos mais próximos?”, pergunta a pesquisadora.

A pesquisadora Mônica Sanches Yassuda (à esquerda) e a professora Anita Liberalesso Neri: velhice não é sinônimo de doença



Foto: Antônio Perri

ANTONIO ROBERTO FAVA
fava@unicamp.br

Envelhecer bem é saber lidar com sabedoria e serenidade, com as circunstâncias da vida. Uma boa alternativa para encarar a velhice com bons olhos é aceitar-se, entender a vida como ela é, e acatar os outros como na verdade são. As frases, ditas como ensinamento, são da professora Anita Liberalesso Neri, coordenadora do curso de pós-graduação em gerontologia da Faculdade de Educação, uma das organizadoras do livro *Velhice Bem-sucedida. Aspectos afetivos e cognitivos*, que será lançado na Fnac (Shopping Parque D. Pedro), no próximo dia 16.

A obra, constituída de 11 textos, conta com a participação de 18 autores, entre psicólogos, fonoaudiólogos, psiquiatras e profissionais ligados à área de gerontologia, que analisam, sob os mais diversos enfoques, a questão da velhice e os meios de como vivê-la da melhor maneira possível, livre de possíveis traumas. Os autores são professores, alunos e ex-alunos do curso de gerontologia e seus trabalhos são fruto de dados de pesquisas “em confronto com a literatura nacional e internacional”. Uma velhice bem-sucedida, como o próprio livro sugere, “revela-se em idosos que mantêm boa saúde física e mental, autonomia e envolvimento ativo com a vida pessoal, a família, os amigos, o lazer e com a vida social”, diz a professora Anita.

Os capítulos da coletânea têm como propósito veicular conceitos associados a um modelo psicológico de velhice bem-sucedida, o qual enfatiza os processos de seleção, otimização e compensação afetiva, cognitiva e social como condições para que o indivíduo tenha uma boa velhice, como explica Mônica Sanches Yassuda, pesquisadora e pós-doutoranda da Faculdade de Educação, e co-organizadora do livro. É verdade que, à medida que as pessoas envelhecem, ficam cada vez mais expostas a fatores de risco à saúde, a perdas de papéis, de posição social, perdas afetivas e de riscos que podem influenciar negativamente no seu bem-estar.

“Nem por isso se pode dizer que velhice é sinônimo de doença, de-

clínio generalizado e infelicidade. Ao contrário, as pesquisas veiculadas no livro mostram que há possibilidades de envelhecer bem graças à ativação de recursos pessoais, educacionais, médicos e sociais, ativação essa que pode ser exercida pelas pessoas e pelas instituições sociais”, diz Anita. E cita um exemplo: se doenças somáticas crônicas que podem acompanhar o envelhecimento forem prevenidas e tratadas, haverá menos impacto negativo sobre a qualidade de vida objetiva e subjetiva e menos risco de impedimentos à funcionalidade física, mental, psicológica e social dos idosos. Anita entende

Obra mostra aspectos da velhice bem-sucedida

que o que buscam os pesquisadores é ressaltar a ideia de que envelhecer bem depende da ativação dos recursos pessoais e da sociedade que permitem às pessoas adaptarem-se e sentirem-se bem diante das mudanças evolutivas dessa fase do curso de vida.

Um tema veiculado no livro refere-se à influência dos eventos estressantes do curso de vidas sobre o bem-estar das pessoas que envelhecem. Ela explica que, com a progressão da idade, as pessoas ficam mais expostas a acontecimentos tristes como morte de pessoas queridas, empobrecimento, problemas com a saúde, principalmente com questões que afetam os familiares e que o idoso não pode resolver.

“Se por um lado a experiência adquirida com tais fatos acarreta aborrecimentos e tristeza, por outro, os idosos podem contar com a força de sua experiência de vida e de sua personalidade para enfrentá-los, pois essas condições não declinam com a idade”, ensina Anita. Ela observa que os idosos, de um modo geral, não são pessoas egocêntricas e voltadas unicamente para si, como comumente se possa imaginar. Não é verdade que o que mais temem é a própria morte. “Temem, isso sim, a dependência, a rejeição, a solidão, a incapacidade de produzir e os problemas com seus entes queridos e sobre os quais não têm controle”, acentua.

A OBRA

Velhice Bem-sucedida. Aspectos afetivos e cognitivos, de Anita Liberalesso Neri e Mônica Sanches Yassuda (organizadoras) e Meire Cachioni (colaboradora). Coleção Vivalidade, Editora Papirus. Lançamento: dia 16 de abril, às 19 horas, na Livraria da Fnac, no Shopping Parque D. Pedro. Trata de temas como o impacto de eventos de vida estressantes, solidão e bem-estar subjetivo, saúde emocional após a aposentadoria, crenças pessoais que podem afetar o desempenho em memória no envelhecimento normal, envelhecimento cerebral e memória, instrumentos diagnósticos para demências e para avaliação de situações de confusão mental dos idosos. Os dois capítulos iniciais tratam da educação como promotora de boa qualidade de vida entre os idosos e das contribuições da psicologia ao estudo e à intervenção no campo da velhice.