

# O significado da velhice e da experiência de envelhecer para os idosos

THE MEANING OF OLD AGE AND THE AGING EXPERIENCE OF IN THE ELDERLY

SIGNIFICADO DE LA VEJEZ Y DE LA EXPERIENCIA DE ENVEJECER PARA LOS ANCIANOS

Maria Célia de Freitas<sup>1</sup>, Terezinha Almeida Queiroz<sup>2</sup>, Jacy Aurélia Vieira de Sousa<sup>3</sup>

## RESUMO

O estudo objetivou conhecer e analisar o significado da velhice e da experiência de envelhecer para os idosos moradores da zona rural do Estado do Ceará. Pesquisa descritiva-exploratória, realizada com 48 idosos, homens e mulheres, cadastrados e atendidos na estratégia saúde da família da zona rural do Ceará, no primeiro semestre de 2005. Os discursos dos idosos revelaram que a velhice traz muitas perdas, principalmente quando acometidos pelo adoecimento. No entanto, relatam que, hoje, são felizes pelas conquistas pessoais e materiais, além da família que conseguiram formar. A experiência de envelhecer e a velhice para o grupo pesquisado revelam-se como acontecimento positivo, comparado aos mitos e preconceitos oriundos do meio urbano.

## DESCRIPTORIOS

Idoso.  
Envelhecimento.  
Saúde do idoso.  
Enfermagem.

## ABSTRACT

The objective of the present study was to identify and analyze the meaning of old age and the experience of aging for elderly individuals living in the rural area of Ceará state. This descriptive, exploratory study was performed with 48 aged men and women, registered in the family health strategy of the rural zone of Ceara, in the first semester of 2005. The statements of the elderly revealed that old age brings many losses, mainly when they fall ill. They also reported, however, that, today, they are happy for the personal and material achievements, and for the family that they have. For the study group, the experience of aging and old age itself appeared to be a positive event when compared to myths and preconceptions of the urban environment.

## KEY WORDS

Aged.  
Aging.  
Health of the elderly.  
Nursing.

## RESUMEN

El estudio tuvo como objetivo conocer y analizar el significado de la vejez y de la experiencia de envejecer para los ancianos habitantes de la zona rural del Estado de Ceará. Investigación descriptivo-exploratoria, realizada con 48 ancianos, hombres y mujeres, censados y atendidos en la estrategia Salud de la Familia de la zona rural de Ceará, durante el primer semestre de 2005. Las declaraciones de los ancianos revelaron que la vejez acarrea muchas pérdidas, principalmente cuando están afectados por alguna enfermedad. Aún así, relatan que hoy son felices por las conquistas personales y materiales, y también por la familia que consiguieron formar. La experiencia de envejecer y la vejez para el grupo investigado se manifiestan como acontecimientos positivos en comparación a los mitos y preconceptos originados en el medio urbano.

## DESCRIPTORIOS

Anciano.  
Envejecimiento.  
Salud del anciano.  
Enfermería.

<sup>1</sup> Professora Doutora da Universidade Estadual do Ceará. Enfermeira do Instituto Dr. José Frota. Fortaleza, CE, Brasil. [celfrei@hotmail.com](mailto:celfrei@hotmail.com) <sup>2</sup> Professora da Universidade Estadual do Ceará. Fortaleza, CE, Brasil. [terezinha-queiroz@ig.com.br](mailto:terezinha-queiroz@ig.com.br) <sup>3</sup> Mestranda do Curso de Cuidados Clínicos em Saúde e Enfermagem da Universidade Estadual do Ceará. Enfermeira Voluntária da Unidade de Abrigo. Fortaleza, CE, Brasil. [jacy.sousa@ig.com.br](mailto:jacy.sousa@ig.com.br)

## INTRODUÇÃO

A velhice deve ser compreendida em sua totalidade porque é, simultaneamente, um fenômeno biológico com seqüências psicológicas, considerando que certos comportamentos são apontados como características da velhice. Como todas as situações humanas, a velhice tem uma dimensão existencial, que modifica a relação da pessoa com o tempo, gerando mudanças em suas relações com o mundo e com sua própria história. Assim, a velhice *não poderia ser compreendida senão em sua totalidade; também como um fato cultural*<sup>(1)</sup>.

Neste sentido, acredita-se que a velhice é difícil de ser definida, principalmente quando se almeja uma velhice saudável, desejada para todos e por todos, nos dias atuais. Portanto, deve ser compreendida em sua totalidade, e em suas múltiplas dimensões, visto que se constitui em um momento do processo biológico, mas não deixa de ser um fato social e cultural. Deve, ainda, ser entendida como uma etapa do curso da vida na qual, em decorrência da avançada idade cronológica, ocorrem modificações de ordem biopsicossocial que afetam as relações do indivíduo com o seu contexto social<sup>(2)</sup>.

Dessa forma, refletir acerca do significado do envelhecimento e velhice por meio dos relatos dos idosos, provavelmente, seja um caminho para entender o significado real da velhice, permitindo aos profissionais de saúde, dentre eles os enfermeiros, planejarem estratégias fundamentadas na realidade, que permitam proporcionar a manutenção da autonomia e independência do idoso, tendo como parâmetro a compreensão das alterações decorrentes do envelhecimento, refletidas na velhice, possibilitando a melhoria da qualidade de vida, consoante às condições de saúde em que o idoso se encontra.

Tais ações e planejamentos serão possíveis pela compreensão que a velhice não é uma concepção absoluta, na medida em que o significado real das mudanças decorrentes do processo de envelhecimento é singular, como o modo de pensar, de agir e de questionar, passando pela interpretação de cada pessoa e como isto afeta a sua vida.

Neste sentido, a direção e a extensão dessas transformações devem ser pensadas considerando o todo da pessoa, o que ela sempre foi, antes desse processo. Nessa linha de reflexão, alguns idosos revelam receptividade a novas experiências, percebem a velhice como um estágio de vida mais ampla e profunda, no decorrer da existência. Outros, ao contrário, continuam rígidos quanto às mudanças peculiares ao envelhecimento e quanto ao modo de ver e identificar a velhice. Assim a forma de pensar e os significados dados a velhice e ao envelhecimento, por cada idoso, estão fundamentados nas relações dinâmicas e con-

tínuas com os valores que a sociedade atribui ao envelhecer e as influências sofridas por cada pessoa<sup>(3)</sup>.

Neste sentido, pesquisar sobre a velhice é lançar um desafio de consciência à moral social que tanto hostiliza e rejeita o idoso, considerando-o como aquele que tem muitos anos de idade e longa experiência a transmitir para as pessoas, e não somente valorizar as condições físicas<sup>(4)</sup>.

Considera-se, portanto, que não há uma idade universalmente aceita como limiar da velhice. As opiniões divergem de acordo com a classe econômica e o nível cultural, e mesmo entre os estudiosos não há consenso. No olhar demográfico, a velhice está focalizada, prioritariamente, pelos limites numéricos. A medicina, as instituições assistenciais, culturais e burocráticas, pública e privadas estabelecem números, que variam de 60 a 65 anos, para caracterizar a velhice. De acordo com a Organização Mundial da Saúde a idade em que se chega à velhice é fixada em 60 anos para países em desenvolvimento e no terceiro mundo e 65 anos em países desenvolvidos, classificação que busca vislumbrar a situação econômica e social de cada país<sup>(5)</sup>.

A esse respeito, no convívio com idosos do meio rural durante as atividades do Programa Saúde da Família (PSF), no Ceará, os profissionais de saúde, em especial os enfermeiros, buscam conhecer significado atribuído à velhice e a experiência de envelhecer para os idosos do local. O desejo de conhecer e refletir sobre o significado vislumbra-se na tentativa de melhorar o cuidado aos idosos atendidos, e, principalmente, planejar ações de cuidar a essa parcela populacional. Considera-se o meio rural, local onde os mitos e preconceitos em relação à velhice e processo de envelhecer se sustentam em menor proporção.

Nas atividades realizadas pelos profissionais buscava-se, ainda, sensibilizar as famílias e as comunidades, em relação à valorização do idoso enquanto transmissor de experiência, principalmente, as relacionadas à agricultura.

No PSF, os idosos têm acesso ao tratamento garantido dentro de um sistema de referência, em especial aqueles com problemas de alta complexidade que necessitam de hospitalização. Lá, utiliza-se, ainda, a educação em saúde como estratégia que possibilita sensibilizar pessoas para desperta para mudança de estilo de vida e refletir sobre a velhice saudável.

Os profissionais de saúde, dentre eles os enfermeiros, têm o compromisso com os seus idosos, de ajudá-los e de conseguir um êxito no cuidado de acordo com as possibilidades do conhecimento técnico-científico, das capacidades humanas, do contexto profissional e dos recursos disponíveis. Têm um compromisso, também, de respeitar e fazer respeitar os princípios de cada idoso, bem como a maneira expressar o significado da velhice e envelhecer para cada

...não há uma idade universalmente aceita como limiar da velhice. As opiniões divergem de acordo com a classe econômica e o nível cultural...

um dos idosos. Dessa forma, poderá implementar atividades de promoção de saúde e da autonomia<sup>(6)</sup>.

## OBJETIVO

O estudo teve como objetivo: analisar o significado da velhice e da experiência de envelhecer para os idosos moradores da zona rural do Estado do Ceará, cadastrados no Programa Saúde da Família.

## MÉTODO

Pesquisa exploratória descritiva, predominantemente qualitativa, realizada com idosos residentes da zona rural, de Mauriti-CE, cadastrados e atendidos pelo PSF.

Mauriti localiza-se a 498 km de Fortaleza, com 42.201 habitantes. Sua economia baseia-se na agropecuária e comércio. O Programa Saúde da Família (PSF) foi implantado em 1998, atende 4581 famílias.

A amostra se constituiu de 48 idosos moradores na zona rural, que voluntariamente desejaram colaborar com a investigação e assinaram o termo de consentimento livre e esclarecido.

Utilizou-se um formulário para coleta de dados com questões de identificação pessoal e duas perguntas norteadoras, a saber: *o que significa a velhice e como foi envelhecer para o senhor (a)*. A coleta ocorreu nos momentos das consultas, na sala de espera ou no domicílio, conforme o desejo do idoso. A todos foram explicados os objetivos da pesquisa que ocorreu no de abril a agosto de 2006.

A pesquisa obedeceu aos preceitos éticos da Resolução 196/96. Obteve-se a aquiescência do secretário de saúde do local e do Comitê de Ética da Universidade Estadual do Ceará (Processo 05050462-2).

## RESULTADOS E DISCUSSÃO

Dentre os 48 idosos entrevistados, nove homens e 39 mulheres, predominaram as idades de 60 a 70 anos. 76% residiam com seus familiares. Em relação à escolaridade, todos sabiam apenas escrever o nome. Quanto à renda, 33 mulheres ganhavam o salário mínimo, com atividades artesanais. As demais, seis, eram aposentadas como agricultoras, hoje tomam conta de casa. Em relação aos homens, cinco ganhavam mais que o salário mínimo, possuíam renda de comércio no local, e os quatro, embora aposentados, exerciam atividades na agricultura, como complemento salarial.

Dos participantes, 35 dos idosos relataram ser hipertensos e diabéticos, nove, portadores de artrite e quatro somente hipertensos.

Trabalhar com uma população idosa do meio rural é vivenciar a riqueza de experiências e significações diversifi-

cadas. O contato no dia-a-dia com eles é traduzido pela troca de conhecimentos, bem como a riqueza de relatos das multiplicidades de casos.

Percebe-se, com eles, a altivez e o pouco pensar na velhice como um momento negativo na história de vida de cada um. Ela, a velhice, chegou de forma despercebida na vida dos participantes, foi legitimada pelo ganho da aposentadoria, que era o comum entre eles. Essa percepção, pelos enfermeiros, torna-se relevante pois implica numa mudança de paradigma na formação dos profissionais, no sentido de romper com a hegemonia da formação técnica, buscar formar para humanizar, politizar e transformar o fazer cotidiano<sup>(7)</sup>.

Assim, quando se observou que os idosos no meio rural demonstravam dinamicidade em suas ações, participando de atividades como agricultura e movimentos sociais da cidade com efetividade, intensificou-se a necessidade de conhecer o que pensavam sobre a velhice e o processo de envelhecimento.

Em relação à velhice e processo de envelhecimento, os idosos, pontuaram momento de dependência e perdas. No entanto, também ilustram com outras perspectivas:

Acho bom ser velho ou idoso como falam, porque Deus me ajudou a chegar até aqui. Eu estou satisfeito [...] ser velho não me trouxe problemas, eu faço tudo que fazia antes, mesmo doente da pressão, tomo os remédios. É isso a velhice até que está sendo boa para mim... (Sr. A).

Não podemos ser novos ou velhos o tempo todo. Quando eu era nova pedia a Deus para morrer com 50 anos, mas já que não foi possível, vou levando, mas estou satisfeita com a velhice que tenho. Continuo me cuidando e tomando todos os meus remédios, me sinto bem. Ela não me trouxe nenhum problema como eu pensava, o importante é não descuidar da saúde... (Sra. S).

Ah! Velhice como eu temia! Achava que ia me pesar muito! Hoje, descobri que não pesa, a velhice está dentro de cada pessoa. Esse negócio de ficar encolhido não dá, tem que viver (Sr. J).

Segundo alguns entrevistados, a velhice saudável está associada à religião. A idéia mais marcante é a de que ter uma velhice com saúde é uma dádiva de Deus, ficando nítida uma concepção religiosa de que o processo do envelhecer saudável está associado à vontade divina, e que as forças desconhecidas e os espíritos constituem as variáveis determinantes e condicionantes do estado de saúde e enfermidade na velhice das pessoas com as alterações próprias do processo de envelhecimento<sup>(7)</sup>.

Observou-se, ainda, que as pessoas idosas precisam acreditar em si próprias, e assumirem as alterações inerentes ao processo de envelhecimento, aceitando as perdas, mas percebendo-se com possibilidades de desenvolver novos interesses e oportunidades de continuar aprendendo e experimentando situações novas. Daí a importância

dos profissionais planejarem atividades educativas, laborais e lazer para os idosos das comunidades onde exercem as práticas, despertando o interesse dos participantes para a importância de uma velhice saudável<sup>(8)</sup>.

Descobrir ou criar razões que dêem significado a vida dos idosos parece ser um questão sempre presente nas ações dos profissionais que se dedicam ao cuidado a eles, independente do contexto onde se inserem.

À medida que a pessoa envelhece, sua qualidade de vida se vê determinada, em grande parte, por sua capacidade para manter a autonomia e a independência. A maioria dos idosos teme a velhice pela possibilidade de tornarem-se dependentes pela doença ou por não poderem exercer suas atividades cotidianas. Tal evento fortalece a abordagem de manutenção de vida saudável, que significa comprimir morbidade, prevenindo-se as incapacidades.

Para outros idosos, a velhice favorece o lembrar momentos considerados relevantes de suas vidas. Em suas falas percebe-se um mesclado de alegria e tristeza em relação ao processo de envelhecimento e a velhice, descritas a seguir:

A velhice, sua chegada é bom para umas coisas e ruim para outras. Tem horas que tenho coragem para fazer tudo e outras horas que não dá para fazer nada, só sei que é diferente de ser novo. Eu, no meu caso, são as dores que me atrapalham, quando eu era novo não tinha essa doença, essas dores (Sr. P).

A velhice, significa muita coisa, a gente se acha triste e outra vez alegre, tem dias que não consigo dormir, mas apesar de tudo eu me sinto feliz, continuo com minha família e fazendo o que gosto, plantando, milho, algodão e quando dá, feijão...

Por outro lado, os participantes também afirmam que a velhice significa a interrupção de atividades que exerciam satisfatoriamente e que gostariam de continuar executando-as, principalmente aquelas relativas ao trabalho. Apontam a velhice como veículo possibilitador de alterações da saúde que os impedem de realizar coisas que gostavam de fazer ou faziam com facilidade e com destaque entre outros. Não apenas a velhice, mas, também, a ocorrência de doenças que os impedem de exercer tais atividades. Comparam, ainda, a chegada da velhice, com a proximidade do final dos sonhos.

É eu não escuto mais, estou levando a vida, não trabalho mais na roça, por causa da coluna. Quando era jovem, além de trabalhar muito na roça, gostava muito de dançar, era um pé de valsa! (Sr. Z).

Para mim, minha filha, a velhice só trouxe doença [...] para mim é o fim da vida, é a proximidade da morte. Não sou mais a mesma, aquela que nunca estava satisfeita com o pouco, queria sempre mais e melhor para minha família. Com a idade avançando fiquei pior da diabete e da pressão e parei de trabalhar, agora somente ajudo nos afazeres domésticos, na casa de minha filha (Sra. R).

Na velhice, há uma série de perdas significativas, tais como o surgimento das doenças crônicas-degenerativas, a viuvez, a morte dos amigos e parentes, ausência de papéis sociais valorizados, isolamento crescente e dificuldades financeiras. Estas perdas podem afetar a auto-estima do idoso, determinando o surgimento de situações de crise. Podem, ainda, enfrentar estas perdas com coragem ou podem se sentir incapacitados ou frágeis para enfrentá-las; tornando-se necessário a intervenção de profissionais<sup>(9)</sup>.

A velhice para os idosos, ora assume um significado positivo, ora associa-se a sofrimento. Os idosos apontam a situação de adoecimento como comprometidora da perda da capacidade funcional, principalmente quando acompanhada de dores, impedindo-os de trabalhar, dançar, brincar, relacionar-se e/ou manter laços mais fortalecidos com os amigos, como outrora<sup>(8)</sup>.

Afirmam, ainda, ser a rede o acalento e companhia, onde podem ficar recordando os bons momentos vividos quando jovem, mas mesmo assim, permanecem ativos e acreditam que no momento estão melhores. Têm uma vida mais tranqüila, sem preocupações.

A velhice! tá boa, eu continuo na luta, às vezes tenho saúde da minha vida de jovem, era ativo, trabalhava o dia todo na agricultura, brincava nas festas e no outro dia estava muito disposto. Depois veio a responsabilidade associada ao envelhecer, a mulher, filhos e a necessidade de guardar um dinheirinho para nossas coisas, nossos compromissos e responsabilidades. Hoje, tenho meu próprio negócio, apenas tenho saudades, mas estou tranqüilo e sinto-me feliz. Então ser velho, envelhecer foi bom, porque foi tranqüilo para mim. Não tenho problemas com a velhice... (Sr. M).

Compreende-se, portanto, que a velhice é um processo complexo de alterações na trajetória de vida das pessoas. Cada contexto tem suas particularidades que vão alterar o estilo de vidas de cada um com isso, os modos de revelar o significado da velhice e processo de envelhecer para os idosos dependerão de como viveu essa pessoa e como fazem as adaptações e enfrentamentos cotidianos. A repercussão do envelhecer é respondida por eles de maneira diferente, dependendo da história de vida pessoal, da disponibilidade de suporte afetivo, das redes sociais, do sistema de valores pessoais e do estilo de vida adotado por cada um.

A velhice parece mais suave quando a vida foi intensa em experiência e emocionalmente rica, talvez, a perda da juventude e da beleza torna-se menos dolorosa quando novos valores são colocados em seus lugares<sup>(6)</sup>.

Dessa forma, verifica-se que na velhice o ser humano fica mais sujeito às perdas evolutivas em vários domínios, em virtude da sua programação genética, dos eventos biológicos, psicológicos e sociais característicos de sua história individual e acontecimentos que ocorrem ao longo do curso da história de cada sociedade. No entanto, dizer que na velhice acontecem mais perdas do que ganhos, não sig-

nifica dizer que a velhice é sinônimo de doença, tão pouco que as pessoas ficam impedidas de se envolverem com outras atividades. Viver significa adaptação ou possibilidade de constante autoregulação, tanto em termos biológicos quanto em termos psicológicos e sociais<sup>(9)</sup>.

A tendência contemporânea é rever os estereótipos associados ao envelhecimento. A idéia de um processo de perdas tem sido substituída pelas considerações de que os estágios mais avançados da vida podem ser momentos propícios para novas conquistas, guiadas pela busca do prazer e da satisfação pessoal. As experiências vividas e os saberes acumulados são ganhos que oferecem oportunidades de explorar novas identidades, realizar projetos abandonados em outras etapas, estabelecer relações mais profícuas com o mundo dos mais jovens e dos mais velhos<sup>(9)</sup>.

Em consonância com essa idéia os idosos também expressaram que o corpo podia estar envelhecido, mas que servia para tudo. Podia estar diferente de antes, na juventude, mas funcionava com mais sabedoria. Esse pensamento é expresso em:

Minha filha, eu não me arrependo do que fiz, faria tudo novamente, mas daria tudo para ter essa minha cabeça, no meu corpo de 30 a 35 anos. Você nem imagina o que faria. Faria tudo melhor (Sr. T).

Sempre cuidei bem, muito bem do meu corpo e agora cuido melhor ainda, preciso muito dele, sempre precisei. Mesmo com as rugas, as dificuldades para caminhar, as dores. E tem mais, controlar a diabetes e pressão alta, cuido bem do meu corpo, preciso muito dele, não é? Por isso a velhice para mim, não me maltrata muito, se não fosse às doenças, o corpo estaria firme, pois eu sei. É um prêmio estar viva (Sra. M).

Gostar de seu velho corpo, com sua necessidade de cuidados e de amor, de mais treinamento para que *funcione* direitinho, de paciência porque nem sempre é como lembra que foi um dia, é uma forma de felicidade que a experiência, pode ensinar<sup>(10)</sup>, que a velhice pode ser melhor pensada e discutida sem os mitos e preconceitos impostos pela sociedade. As pessoas devem entusiasmar-se por alguma coisa dentro de suas condições, mas fora de seu pessimismo<sup>(9)</sup>.

Os discursos dos participantes também foram marcados pelas lembranças do passado em comparação com o tempo presente. A qualidade de vida atual é definida em termos da caracterização da fase da vida, um momento de maior liberdade, em oposição a um passado de opressão de que teria sido vítima na juventude.

Já sei o que é ser jovem, passei por esse momento, na minha época as moças eram presas, não faziam as coisas que gostavam, os pais proibiam. A gente era muito presa, não fazia muita coisa, os namorados tinham de pedir aos pais (Sra. M).

Os depoimentos, predominantemente femininos, revelaram-se, saudade da juventude, do vigor físico, da pele sem rugas, além da força física para o trabalho doméstico e

na agricultura. No entanto, acreditam que, atualmente, os momentos com filhos e netos são insubstituíveis e felizes.

... tenho saudade dos tempos passados por causa da minha juventude, pela beleza perdida, a minha postura, a minha força física para o trabalho, ajudava meu marido na agricultura, fazia contas muito bem, hoje perdi a juventude, a memória está falhando algumas vezes, e as contas, já não tenho muita vontade de fazer, a cabeça não funciona mais, como naquela época. Mesmo, assim, digo a você com muita sinceridade, hoje, sou muito feliz com as minhas conquistas, com as coisas que eu e meu marido conseguimos fazer, com meus filhos e netos. Tenho uma grande tristeza, a perda do meu marido o ano passado, não recupero mais a minha alegria, a velhice, também faz isso, arrebatou aqueles que gostamos muito. Ele estava muito doente... (Sra. R).

Gostaria que o tempo voltasse, mas cada dia vejo que é impossível, o jeito é aceitar a velhice, com suas rugas, com a memória curta, porque sempre estou esquecendo algo. Mas, o bom mesmo são meus filhos. Este me ajuda sempre, principalmente nos meus negócios, apelo sempre para eles quando não entendo alguma coisa. Ser jovem, ter boa cabeça é diferente. Lamento apenas por isso, mas gosto de ser velho, as pessoas me respeitam, aqui todo mundo me conhece e me respeita pelo que sei e posso ensinar (Sr. P).

Para que o envelhecimento seja uma experiência positiva, deve vir acompanhada de oportunidades contínuas de saúde, participação e seguridade. Ao final dos anos 90, a Organização Mundial de Saúde denominou esse processo de envelhecimento ativo. O termo foi adotado com a intenção de transmitir uma mensagem mais completa que a de envelhecimento saudável, e para reconhecer os fatores que, juntamente com a atenção sanitária, afetam a maneira de envelhecer dos indivíduos e das populações, sem que se tratasse somente de referências de dores<sup>(11)</sup>.

A sociedade atual valoriza essencialmente a juventude, mesmo sabendo que envelhecimento é um processo normal e que afeta todos os seres humanos e, tendo uma visão negativa deste período da vida, faz em parte com os próprios idosos detenharem esta imagem, que constitui um dos significados preconcebidos sobre a velhice. O desconhecimento deste processo leva a absorver e transmitir falsas percepções que contribuem, direta e indiretamente, para isolar e acelerar o processo de envelhecimento<sup>(12)</sup>.

Sabe-se, portanto que homens e mulheres enfrentam de maneiras distintas a experiência do envelhecimento. Não se trata de apontar quem se adapta melhor ou pior a ela. Todos os entrevistados buscam marcar uma diferença entre sua experiência e a do velho em geral: neste sentido, todos antes resistem à velhice que a ela procuram se adaptar. Velho é sempre o outro; a velhice – realidade incômoda<sup>(1)</sup>.

A mulher se adapta melhor a velhice que o homem à medida que, com o avançar da idade, mantém por uma rede de trocas e prestações de serviços, sobretudo no tocante ao

cuidado aos netos, uma relação estreita com a família e descendentes. Essa abordagem, no entanto, tem por pressuposto que a velhice é uma experiência comum a ambos os sexos. Reconhece-se, assim, que cada pessoa envelhece à sua maneira, podendo tanto levar uma vida ativa e sadia quanto ter dificuldades em encontrar prazer de viver ou tornar-se extremamente dependente dos outros.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

No grupo pesquisado o significado da velhice e do processo de envelhecer é percebido, conforme os depoimentos, como sendo uma condição boa, embora sintam nostalgia quando se fala da juventude, principalmente em relação a capacidade funcional para o trabalho e lazer. Para as mulheres a velhice é marcada pelas perdas da beleza da juventude e aparecimento de rugas, mesmo assim, sentem-se felizes, por estarem juntos aos filhos e netos.

Observa-se, ainda, a tranquilidade quanto às alterações do processo de envelhecimento. Lamentam o aparecimento de doença, perda da altivez e a não participação em atividades, como agricultura. No entanto, quanto à velhice, são conscientes da responsabilidade de toda existência e, devem partilhar com da satisfação de serem sujeitos da história da atualidade.

## REFERÊNCIAS

1. Beauvoir S. A velhice. São Paulo: Difusão Européia do Livro; 1990.
2. Carvalho HBC, Rocha SM, Leite MLC. A interação do idoso à prática de saúde. In: Freitas EV, Py L, Cançado FAX, DJ, Gorzoni ML, Paschoal SMP, et al. Tratado de gerontologia e geriatria. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2006. p. 1430-34.
3. Ferreira MH. Idoso institucionalizado: um estudo interpretativo das histórias de vida [tese]. São Paulo: Escola de Enfermagem, Universidade de São Paulo; 1999.
4. Papaléu-Netto M, Ponte JR. Envelhecimento: desafio na transição do século. In: Papaléu-Netto M, Ponte JR; Leme LEG, Paschoal SMP, Borgonovi N, Mercadante E, et al. Gerontologia: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada. São Paulo: Atheneu; 2002. p. 3-19.
5. Brasil. Ministério da Saúde. Programa Nacional para a Saúde das Pessoas Idosas. Brasília; 2004.
6. Berquó E. Considerações sobre envelhecimento da população no Brasil. In: Néri AL, Debert GG, Berquó E, Oliviera MC, Simões JA. Velhice e sociedade. Campinas: Papyrus; 1999. p.11-40.
7. Rodrigues SLA, Watanabe HAW, Derntl AM. A saúde de idosos que cuidam de idosos. Rev Esc Enferm USP. 2006;40(4):493-500.
8. Teixeira INAO, Néri AL. A fragilidade no envelhecimento: fenômeno multidimensional, multideterminado e evolutivo. In: Freitas EV, Py L, Cançado FAX, Doll J, Gorzoni ML. Tratado de geriatria e gerontologia. 2ª ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan; 2006. p. 1102-8.
9. Featherstone M. O curso da vida: corpo, cultura e imagens do processo de envelhecimento. In: Debert, GG. Antropologia e velhice: textos didáticos. Campinas: IFCH/UNICAMP; 1994. p. 45-64.
10. Luft L. Velhice, por que não? In: Luft L. Perdas & ganhos. 31ª ed. Rio de Janeiro: Record, 2005. p. 125-37.
11. Caldas PC. Memória, trabalho e velhice: um estudo das memórias de velhos trabalhadores. In: Veras, R, Kalache A, Coutinho E, Coeli CM, Caldas PC, Guggenheim S, et al. Terceira idade desafio para o terceiro milênio. Rio de Janeiro: Relumé Dumará; 1997. p. 121-43.
12. Reis PO, Ceolim MF. O significado atribuído a ser idoso por trabalhadores de instituições de longa permanência. Rev Esc Enferm USP. 2007;41(1):57-64.