

O processo de envelhecimento e o sentido da vida: O bem estar psicológico de idosos

the aging process and the meaning of life: The psychological well-being of the elderly

DOI:10.34117/bjdv7n9-439

Recebimento dos originais: 07/08/2021

Aceitação para publicação: 24/09/2021

Rosane Nilse da Silva Moreira

Graduanda em psicologia
Universidade Potiguar (UNP)
Av. João da Escóssia, 1561 - Nova Betânia, Mossoró - RN, 59607-330
E-mail: rosanenylse@gmail.com

Carlos Eduardo Oliveira Santana

Pós graduando em farmácia clínica
Faculdade de Venda Nova do Imigrante (FAVENI)
Manoel Cirilo, 410. Boa Vista. Mossoró-RN
E-mail: cadu.jesus01@gmail.com

Denise Sara da Silva Morais

Pós graduanda em Terapia Cognitiva-Comportamental
Faculdade de Venda Nova do Imigrante (FAVENI)
Jaime Jenner De Aquino, 13. Bairro Aeroporto. Mossoró - RN
E-mail: denisemorais016@gmail.com

Verônica Sara Pereira Lucas

Pós Graduanda em neuropsicologia
Faculdade de Venda Nova do Imigrante (FAVENI)
Joel Dantas 120, Belo Horizonte, Mossoró/RN.
E-mail: veronicasarapereira@gmail.com

Ingrid Vitória de Oliveira Rodrigues

Graduanda em psicologia
Universidade Potiguar - UnP
Av. João da Escóssia, 1561 - Nova Betânia, Mossoró - RN, 59607-330
E-mail: ivitoriardgpsi@hotmail.com

Neyla Cristina de Oliveira Lima

Pós Graduação Especialização em Gestão Pública
Companhia de Água e Esgoto do Ceará
Padre Zacarias, 175. Centro. Quixeré, Ceará. CEP 62920-00.
E-mail: neylacristin@gmail.com

Glerison de Sousa Queiroga

Farmacêutico alta
Prefeitura Municipal de Quixeré CE

Padre Zacarias, 175 - Quixeré- Ceará- CEP 62.920-000
E-mail: glerisonqce@gmail.com

Ítalo Diêgo Alves
Graduando em psicologia
Universidade Potiguar - UnP;
Avenida João da Escóssia, Nº 1561, Nova Betânia, 59.607-330;
E-mail: italodialves@gmail.com

RESUMO

O envelhecimento está estreitamente ligado ao contexto sociocultural em que se insere, de modo que esses aspectos influenciam diretamente o conceito, trabalhar o sentido da vida em pessoas que estão em fase de envelhecimento torna-se fundamental uma vez que os mesmos passam por mudanças que podem acarretar em consequências danosas. Desse modo, o objetivo geral do respectivo trabalho é analisar como a busca do sentido da vida influencia no processo de envelhecimento e contribui para o bem-estar psicológico dos idosos. O presente trabalho, é uma revisão bibliográfica, utilizando o método qualitativo onde aprofundará a respeito de uma discussão sobre o processo de envelhecimento e o sentido da vida, numa perspectiva logoterapêutica. Espera-se que estimulando os idosos a recuperar a completude da vida, dando significado para os eventos do cotidiano, tenham reconhecimento do seu sentido atrelado ao bem-estar psicológico. Antecipar o sujeito acerca das possibilidades que pode estar desenvolvendo e alertar para a redescoberta do sentido de sua existência torna-se fundamental. Ao momento em que o idoso é ausentado da sua participação enquanto sujeito sociável, dar-se-á lugar a ausência de sentido na vida. Do contrário, a partir do momento em que passa a ser atribuído a significância ao sujeito, é possível ofertar uma promoção de sua saúde psicológica, conferindo-lhe inclusive um sentido a sua existência, de acordo com o significado que é atribuído às atividades que podem estar exercendo e vivendo, os idosos conseguem manter uma condição de vida de forma categórica e eficiente.

Palavras Chave: Idosos, logoterapia, sentido, bem estar psicológico.

ABSTRACT

Aging is closely linked to the sociocultural context in which it is inserted, so that these aspects directly influence the concept, working on the meaning of life in people who are aging becomes essential once they go through changes that may lead to harmful consequences. Thus, the general objective of this work is to analyze how the search for the meaning of life influences the aging process and contributes to the psychological well-being of the elderly. The present work is a bibliographic review, using the qualitative method, which will deepen the discussion about the aging process and the meaning of life, from a logotherapeutic perspective. It is expected that by stimulating the elderly to recover the completeness of life, giving meaning to the events of daily life, they will have recognition of their meaning linked to psychological well-being. Anticipating the possibilities that the subject may be developing and alerting them to the rediscovery of the meaning of their existence becomes fundamental. The moment the elderly are absent from their participation as a sociable subject, they will give way to an absence of meaning in life. On the contrary, from the moment that significance is attributed to the subject, it is possible to offer a promotion of their psychological health, even giving meaning to their existence, according to the meaning that is attributed to the activities they may be

performing and living, the elderly are able to maintain a condition of life in a categorical and efficient way.

Keywords: elderly, logotherapy, meaning, psychological well-being.

1 INTRODUÇÃO

Segundo Minayo e Coimbra Jr. (2002), para se entender o processo de envelhecimento, é preciso também explorar o contexto social e cultural em que esse está inserido, trata-se de investigar a relação entre aspectos individuais, marcadores biológicos, e socioculturais, para assim considerar os fatos gerais para além da construção do envelhecimento pautadas na ideia de perda e degradação. Deber (1999 apud Minayo; Coimbra Jr. 2002), traz o conceito de envelhecimento como ambíguo, de modo que desde a metade do século XIX é atribuída a essa fase da vida a decadência e ausência de papéis sociais, assim considerando essa parcela da população inútil ao desenvolvimento desacelerado das civilizações.

Também Prado (2002), traz que o envelhecimento está estreitamente ligado ao contexto sociocultural em que está inserido, de modo que esses aspectos influenciam diretamente o conceito. Para além de uma fase da vida, a velhice ocupa posições conceituais diretamente ligadas àquilo que se tem conhecimento, a época em que se encontra, bem como a cultura e outras variáveis. “Inicialmente delimitado por estudos biológicos e fisiológicos, o envelhecimento foi fundamentalmente associado à deterioração do corpo e, a partir daí, utilizou-se essa mesma grade de leitura para guiar pesquisas focalizando outras dimensões” (CORIN, 1985 APUD MINAYO; COIMBRA JR. 2002, p. 26).

Foi somente nas últimas décadas que a velhice deixou de ser atribuída necessariamente a perda orgânica, tanto de força e saúde, quanto de utilidade social, para ser objeto de contribuição e reflexão para antropologia. O aumento da população idosa, não somente nos países desenvolvidos, mas também naqueles em desenvolvimento, como o Brasil, é um dos motivos para uma maior atenção voltada a essa fase da vida (MINAYO; COIMBRA JR. 2002).

Dentre os vários acometimentos consequentes da velhice, a saúde mental é uma questão importante para se atentar, visto que 20% da população idosa é acometida por distúrbios mentais, no Brasil há cerca de 10 milhões de idosos depressivos. Assim, é comum ultimamente nessa etapa da vida do ser humano se atribuir além da demência

também a depressão, de modo que ambos podem causar a perda da independência e autonomia ao idoso (BENEDETTI ET AL, 2008). Um fato que chama atenção nesse sentido é que os dados voltados à saúde mental de idosos, são restritos e é de caráter de urgência uma mudança nesse perfil (MARCELINO ET. AL, 2020).

Benedetti et al (2008), traz estudos da Organização Mundial da Saúde (OMS), que mostram um melhor bem estar psicológico em idosos, atribuído estreitamente a uma vida ativa e com autonomia. Assim os autores evidenciam a importância do estímulo da independência, atividade física dentre outros meios, a vida ativa na velhice contribui para o bem estar físico e mental. Frente a isso, os idosos entram em um processo de compreensão dessa fase, a partir desses fatores e de outros que compõem a existência humana, concernente a isso será estudado a atribuição do sentido, teorizada por Viktor Emil Frankl, no desenvolvimento da condição de velhice.

De acordo com Aquino et al. (2015), Viktor Frankl (1905-1997), foi um neurologista, psiquiatra e também professor na Universidade de Viena. Estruturou a Análise Existencial e a Logoterapia como uma abordagem psicoterápica. A Logoterapia pode ser compreendida como uma escola da Psicologia que possui múltiplas particularidades, de caráter existencial, fenomenológico, humanista e teísta, geralmente conhecida como a Terceira Escola Vienense de Psicoterapia, ou também como a Psicoterapia do Sentido da Vida (MOREIRA; HOLANDA, 2010).

Segundo Barros (2014), a Logoterapia possui alguns conceitos fundamentais que evidenciam sua visão de homem, dentre eles, pode-se destacar o sentido da vida, a vontade de sentido, a dimensão noética, a tríade trágica, categorias de valores, o vazio existencial, assim como também, os conceitos de responsabilidade e liberdade. A Logoterapia é uma psicoterapia centrada no sentido, que além de confrontar o sujeito com o sentido de sua vida, também visa reorientar o indivíduo para esse sentido. Frankl costumava falar de uma vontade de sentido, sendo que a procura por esse sentido pode ser entendida como a motivação humana primária, e não como uma racionalização secundária de impulsos instintivos (FRANKL, 2003).

O sentido da vida não se encontra no sujeito, mas necessita ser sempre buscado na relação do sujeito com o mundo. De acordo com Frankl, o ser humano só consegue encontrar um sentido para a sua vida ao transcender, ou seja, sair de si mesmo, já que esse sentido se encontra no mundo, logo, o homem deve objetivar a autotranscendência para a sua realização (ANDRADE, 2017-2018). O sentido é algo único de cada sujeito, distingue-se de sujeito para sujeito, de momento para momento. Desse modo, o que

interessa não é o sentido de maneira geral, mas o sentido particular da vida de cada pessoa em um certo momento (FRANKL, 2003).

Vale ressaltar, que essa vontade de sentido pode ser frustrada, o que a Logoterapia denomina de frustração existencial (FRANKL, 2003). O vazio existencial é um dos conceitos principais da logoterapia, podemos entendê-lo como a ausência de sentido, que produz uma sensação de incompletude e falta em relação ao sentido da vida e a existência do ser humano. É caracterizado como um estado de tédio, bem como, dificuldade e desinteresse de refletir sobre o futuro, influenciando assim na maneira como o sujeito se enxerga e existe no mundo (BARROS, 2014).

Para Frankl, tanto o ser humano, como o animal são compostos por uma dimensão psicológica, uma dimensão social e uma dimensão biológica, todavia, o ser humano possui também uma dimensão espiritual ou noética, que diferencia o homem do animal. Vale ressaltar que em instante algum o homem abandona as outras dimensões, entretanto, a essência da existência humana encontra-se na dimensão noética (COELHO; MAHFOUD, 2001 apud ANDRADE, 2017-2018). Logo, em consonância com Barros (2014), a dimensão noética apresenta-se como a dimensão da vivência da responsabilidade e liberdade. Frankl em suas obras, distinguiu a dimensão noética da dimensão religiosa, que pode ser entendida como uma das diversas manifestações da dimensão espiritual.

De acordo com Frankl (2003), a Logoterapia considera a responsabilidade como a essência propriamente dita da existência humana. Sendo assim, a Logoterapia procura fazer com que o sujeito adquira consciência plena de sua própria responsabilidade. Portanto, a responsabilidade na perspectiva de Frankl, refere-se à capacidade de responder por seus próprios atos, assumindo assim a própria liberdade e se posicionando diante do mundo e de si mesmo (ANDRADE, 2017-2018).

Desse modo, entende-se que trabalhar o sentido da vida em pessoas que estão em fase de envelhecimento torna-se fundamental uma vez que o mesmos passam por mudanças que podem acarretar em consequências danosas quando não são compreendidas de forma eficaz, entende-se que a condição de envelhecimento não recai apenas sobre adoecimentos, sobretudo existem mudanças que transcendem o que a aparência dos idosos transpassam, se tratam de valores, ideais, histórias e experiências que virão a edificar o crescimento pessoal de si e de outras pessoas, contribuindo também para o encontro do sentido de vida de outros sujeitos. Diante disso, o objetivo geral do

respectivo trabalho é analisar como a busca do sentido da vida influencia no processo de envelhecimento e contribui para o bem estar psicológico dos idosos.

2 METODOLOGIA

O presente trabalho, possui natureza explicativa, onde aprofundará a respeito de uma discussão sobre o processo de envelhecimento e o sentido da vida, numa perspectiva logoterapêutica. Respectivo a pesquisa, participaram alunos do curso de Psicologia, de farmácia e pós graduandos.

Mediante os delineamentos impostos na pesquisa, foi utilizado o método qualitativo. Referenciado a partir de pesquisa bibliográfica, onde nela reside o “fato de permitir ao investigador a cobertura de uma gama de fenômenos muito mais ampla do que aquela que poderia pesquisar diretamente” (GIL, 2002, p.3). Foram feitos filtros de artigos científicos, de periódicos da Scielo, Pepsico, Psicologia ciência e profissão, Logos e existência e também foram utilizados livros de Viktor Frankl.

Foi realizado uma revisão Bibliográfica através da Base de dados Scielo, Pepsic, Lilacs e de referências concernentes ao envelhecimento, foram selecionados estudos recentes disponíveis em um recorte maior de tempo, das últimas três décadas em Português e Espanhol, possuindo como foco o envelhecimento e o sentido da vida. Utilizou os seguintes parâmetros de inclusão: português, espanhol, publicados nos anos de 1985 a 2018 e de exclusão: língua inglesa e não envolvendo o bem estar psicológico de idosos, o envelhecimento e o sentido da vida. Ainda nesse sentido como palavras para buscas específicas: bem estar psicológico de idosos, envelhecimento humano e envelhecimento e sentido da vida.

Após análise da literatura consultada, seguiu-se uma linha de evolução do envelhecimento e logoterapia, bem como os efeitos causados a partir do envelhecimento e a forma de lidar com ele, abordando estratégias psicológicas numa perspectiva logoterapêutica e a importância de enxergar a terceira idade além daquilo que fisicamente ela mais possibilita enxergar; abordando possibilidades consideráveis que a atribuição de um sentido da vida oferta a pessoas em processo de envelhecimento na fase idosa.

3 RESULTADOS E DISCUSSÕES

O envelhecimento faz parte do processo de desenvolvimento humano, é uma fase marcada pela fragilidade de processos biológicos e psicossociais do indivíduo. As modificações e acontecimentos no decorrer dos anos de pessoas idosas são pautadas em

torno de sua idade e daquilo que pode ou não emergir dela, como por exemplo, o discurso de que sujeitos pertencentes a terceira idade, não possuem habilidades físicas, motoras e mentais de gerir, administrar e realizar atividades, além da visão da chegada da aposentadoria a pessoa torna-se acomodada ou incapaz de realizar alguma outra atividade, seja ela laboral ou não (SCHNEIDER & IRIGARAY, 2008).

Uma pesquisa realizada por Facci e Reis (2016), retrata que na literatura estudos apontam que na fase adulta e na velhice não ocorre marcos importantes dão apenas continuidade ao que foi vivido na juventude e na infância (FACCI E REIS, 2016; REIS, 2011). Desse modo é possível observar que, nessa visão a velhice é interpretada numa perspectiva equivocada e que a mesma não requer de mais estudos, se apegando apenas ao tempo cronológico do indivíduo. Destarte, entende-se que o envelhecimento, assim como a infância permeia uma construção coletiva, onde seus delineamentos, capacidades, habilidades e modo de ser é pré determinado (ANDRADE-BOCCATO, 2016).

Esse tipo de comportamento frente a condição de velhice é reforçada pelas próprias condutas familiares, a partir do momento em que os integrantes do convívio social do idoso (OLIVEIRA; SILVA, 2013), limita sua capacidade de *dasein* (ser no mundo) e de estar no mundo enquanto uma pessoa sociável e pertencente de uma realidade, barrando aquilo que é um fenômeno próprio de sua existência; em um discurso ontológico o *dasein* retratado pelo filósofo Martin Heidegger, em sua obra *Ser no Tempo*, retrata que o *dasein* é composto por duas estruturas: a existencial e a existenciária. Sendo a primeira, aquilo que constitui o que é frequente, o estar próximo e o segundo, é aquilo que dá autenticidade a existencia, que virá atribuir sentido, que não se refere somente ao que é técnico, mais ao que existe no interior, o que é manifesto em relação ao outro e esse ser no mundo trago por Heidegger marca os comportamentos (HEIDEGGER, 1988).

Ao momento em que o idoso é ausentado da sua participação enquanto sujeito sociável, dar-se-á lugar a ausência de sentido na vida. Do contrário, a partir do momento em que passa a ser atribuída a significância ao sujeito, é possível ofertar uma promoção de sua saúde psicológica, conferindo-lhe inclusive um sentido à sua existência. Já citado anteriormente, Frankl elaborou a teoria do sentido da vida e isso tem sido provado que o sentido está diretamente ligado ao bem estar psicológico (DAMÁSIO, 2008).

Esse fator está intimamente ligado aos hábitos psicossociais e físicos de cada indivíduo, além disso, tendo ciência do percurso histórico e de como o idoso lida com as situações é fundamental para futuras propostas a esse grupo e a oferta de meios que

estimulem e provoquem o bem estar psicológico/mental do idoso,consequentemente a atribuição de um sentido para sua vida.

Outros autores como Barros, Paula, Jesus, Colaço e Ximenes (2009, 9. 179) traz Vigotski e seu posicionamento a respeito do sentido e afirma que “o sentido é concebido como acontecimento semântico particular”, Leontiev (1978, p. 105), diz que “sentido é a relação que se cria na vida, na atividade do sujeito, ou seja, está relacionado diretamente com a atividade e a consciência humana”, frente ao supracitado, pode-se retirar o idoso do posicionamento de sujeito inerte, que não demonstra iniciativa, para o sujeito que produz e escreve sua história, sendo responsável pela sua existência.

A vivência do envelhecimento é particular para cada sujeito (NERI, 2008). Cabe ressaltar que a partir do momento em que nasce uma nova criança o processo de envelhecer já inicia e nem todo mundo sabe lidar com os questionamentos, mudanças, limitações, responsabilidades e percalços de cada fase do desenvolvimento humano e esse modo de lidar com essa fase vai variar de acordo com a realidade sócio histórica e psicossocial de cada sujeito (NERI, 2008).

Historicamente, a terceira idade é caracterizada com relação a aproximação do processo de finitude, a perdas, a males de saúde, enquanto em algumas localidades era respeitada e vista como sinal de sabedoria infinita, mediante a isso Tolstij (1989, p. 198) afirma que “a velhice é a idade mais paradoxal e contraditória”. Frente a isso, idosos tornam-se amedrontados e passam pela negação de si e do seu momento de vida, perdendo todo o sentido do que já viveu e esquecendo-se de que o tempo o trouxe experiências, construções e o preparou para a continuidade da existência e a vivência do envelhecimento atribuída a algum sentido. A partir da ausência do sentido, uma série de acometimentos psicológicos podem ser desencadeados, como por exemplo, a ansiedade, depressão e estresse (FRANKL, 1999).

Concernente a isso, em uma visão mais ampla, o envelhecimento perpassa pelo cometimento de perda de algumas funções físico biológicas, entretanto não se deve deter a isso, mas naquilo que auto transcende o sujeito, potencializando as possibilidades existentes nele, como por exemplo, suas habilidades cognitivas e também competências extras (NERI, 2008).

O sentido da vida é uma busca constante do ser humano, ainda que indiretamente. Não existe uma receita pronta ou alguma pessoa que ofereça o sentido a alguém, mas é possível contribuir para que os indivíduos encontrem o sentido de suas vidas (SOMMERHALDER; GOLDSTEIN, 2006). Enquanto desenvolvimento interventivo, o

profissional psicoterapeuta pode atuar mediante atendimentos clínicos, a partir do que Frankl aponta, quatro fatores que contribuem para o encontro do sentido a vida de uma pessoa e que pode ser utilizado e trabalhado atrelado a psicoterapia clínica: A valorização daquilo que é importante a pessoa (experenciar momentos que obtiveram grande significação na vida); escolhas (as responsabilidades acerca daquilo optado pela pessoa); a responsabilidade (referente a todas as decisões tomadas no decorrer da vida) e o significado posterior (gerir significados a partir das vivências diárias, desde as boas até as complicadas de lidar) (FRANKL, 1999).

O tempo de duração em que o idoso pode passar em acompanhamento vai depender de sua evolução frente ao seu caso, além disso, é importante inserir no trabalho desse progresso os familiares que convive com o idoso, para que estes possam tomar uma maior consciência a respeito do envelhecimento, do sentido e do próprio idoso em que lida.

Dessa forma, de acordo com o significado que é atribuído às atividades que podem estar exercendo e vivendo, os idosos conseguem manter uma condição de vida de forma categórica e eficiente. Uma vez que as habilidades e capacidades dos idosos são estimuladas, eles possuem menos dificuldade de viver essa fase do envelhecimento e os impactos são amenizados (RABELO; NERI, 2005). Fatores como a perda de pessoas queridas, a experiência solitária do dia dia, o não-comparecimento da família e a privação de estar no contexto social e pertença aos seus lugares, permitem o sentimento de vida vazia e sem sentido (FUSTER, 1997). Destarte, baseado na teoria de Frankl sobre o sentido/logoterapia, é possível afirmar que esses fatores mencionados, estão interligados a perda de uma razão/sentido da vida, atrelado ao vazio existencial.

Na terceira idade é predominante pensamentos referente a saúde, a medicações e incapacidades, envelhecer com pensamentos negativos irá atingir diretamente o bem estar psicológico do idoso, quando na verdade o pensamento deve estar focado em perspectivas consecutivas (SCHWARZ, 2008).

Nesse sentido há alto índice de uso de medicamentos psicotrópicos na velhice. De acordo com Leite (2006), a patologia mais frequente em idosos é a depressão seguida de Alzheimer. A medicalização faz parte do processo de cura, no entanto causa sequelas irreparáveis quando não está atrelado a psicoterapia e outros métodos de tratamento.

Antenar o sujeito acerca das possibilidades que pode estar desenvolvendo e alertar para a redescoberta do sentido de sua existência torna-se fundamental, haja vista que de acordo com Frankl (1992), a busca por alguma atividade que fomente amparo, como por

exemplo a religiosidade, proporciona efeitos psicológicos benéficos. Os idosos são mais realistas e justamente por essas questões que ficam mais expostos ao vazio existencial (REKER, 2001). Logo, na velhice existe a tendência a realização de um desenvolvimento mais interior voltada para o suprimento das necessidades básicas.

Frente a essas questões eles se deparam com o questionamento sobre a vida, a morte e que significado a ela atribuir, estudos revelaram que idosos que o sentido atribuído através da religiosidade, contribuiu para que os idosos se tornassem mais conscientes do processo de finitude humana (AQUINO et al., 2009). Esses questionamentos acerca da própria vida, acarretam novos significados e sentidos, mediante a realização de atividades ou atos e de experiências afetivas, como por exemplo buscando outra pessoa para amar (FRANKL, 2003).

Destarte, é possível enxergar que é fundamental a inserção de novas atividades, amizades e a atribuição de hábitos saudáveis que irão ofertar ao idoso a sensação de utilidade de si no próprio cotidiano e no de outras pessoas. Esse tipo de atitude refletirá diretamente na saúde mental, conseqüentemente no bem estar psicológico desse grupo, atuando como agente preventivo de acometimentos.

A logoterapia enxerga que a expectativa é aliado quando se trata ao futuro e a como o idoso o enxerga, uma vez que se há uma espera pelo futuro, há um sentido e motivos para tal (RODRIGUEZ, 2007; DAMÁSIO, SILVA, MELO E AQUINO, 2010; SOMMERHALDER, 2010). Um fato que chama atenção são os recursos que ficam a disposição para o bem estar psicológico dos idosos, que de certa forma atuam na promoção de saúde mental. A velhice contém aspectos a serem abordados que contribui no desenvolvimento do sentido da vida, entre eles encontra-se: a saúde mental, física, o bem estar e a religiosidade (SOMMERHALDER, 2010).

Assim como para qualquer pessoa, para a terceira idade também é enriquecedor possuir aquilo que se pretende alcançar na vida e isso reduz o adoecimento de ansiedade e depressão, principalmente (REKER, 1997). Operar no que concerne a constituição de outros sentidos para a vida, além de atuações promotoras e protetoras do bem estar psicológico e subjetivo, serve como geradora de bem estar nos diferentes aspectos humanos (SIMONI; MARTONE; KERWIN, 2002).

4 CONSIDERAÇÕES FINAIS

Diante da discussão citada, é perceptível a importância de se trabalhar o sentido da vida por meio da logoterapia no envelhecimento, visto que esta fase é marcada por

fatores que acarretam uma série de mudanças psicológicas e biológicas significativas, estas, são caracterizadas por fazer com que o indivíduo nesta idade sintam-se em um processo de pouca motivação interior, devido às perdas nos mais diversos aspectos.

Ademais, faz-se necessário citar a designação socialmente construída ao longo dos anos que lhes foram atribuídos, sendo considerada como uma fase de inutilidade, marcada simplesmente, por exemplo, pela fragilidade tanto de aspectos psicológicos, como biológicos, pela ausência de acontecimentos marcantes e de participação social, o qual gera um ideal equivocado a respeito do processo de envelhecimento, contribuindo para a visão que o outro possui a respeito dessa fase e a própria imagem que o idoso tem de si, acarretando uma desvalorização do sujeito idoso.

Estas questões, podem interferir na vontade de viver dos idosos e no sentido que os mesmos atribuem a sua própria vida, podendo acarretar em uma ausência de sentido da vida, o que conseqüentemente afeta o bem-estar psicológico dos mesmos. Sendo assim, torna-se indispensável que no processo de envelhecimento, estes sujeitos tenham um auxílio na busca pelo sentido da vida, estimulando-os a recuperar a completude da vida, dando significado para os eventos do cotidiano.

Portanto, é fundamental que o processo de envelhecimento seja visto não simplesmente como um período marcado pelas perdas, deterioração de vários aspectos e inutilidade, mas sobretudo, como uma fase que também é detentora de potencialidades e de sentido. Desse modo, notamos que a procura pelo sentido da vida exerce influência sobre o processo de envelhecimento, interferindo na forma com que os idosos enxergam e vivenciam essa etapa, ao mesmo tempo que pode contribuir para o bem-estar psicológico dos idosos.

REFERÊNCIAS

ANDRADE-BOCCATO, T. N. **O sentido da vida na velhice: Uma análise histórico-cultural.** Dissertação de Mestrado, Universidade Estadual de Maringá. Maringá, PR, 2016.

ANDRADE, C. J. Viktor Frankl: o sentido da Logoterapia e sua atualidade contextual. **Psicólogo Informação.** n. 21-22, jan. /dez. 2017-2018.

AQUINO, T. A. A. Correia, A. P. M. Marques, A. L. C., Souza, C. G., Assis Freitas, H. C., Araújo, I. F. Dias, P. dos S., & Araújo, W. F. Atitude religiosa e sentido da vida: um estudo correlacional. **Psicologia: Ciência e Profissão**, 2009.

AQUINO, T. A. A. *et al.* Logoterapia no contexto da Psicologia: Reflexões acerca da análise existencial de Viktor Frankl como uma modalidade de psicoterapia. **Revista da Associação Brasileira de Logoterapia e Análise Existencial.** v.4, n.1, p. 45-65, 2015.

BARROS, C. B. S. **A Educação Inclusiva na Perspectiva da Logoterapia: Refletindo Possibilidades e Limites.** 2014. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia) – Universidade Estadual da Paraíba, Centro de Ciências Biológicas e da Saúde, Campina Grande-PB, 2014.

Barros, J.P. , P., P. Paula, L. R. Jesus, G. P. Colaço, V. F. R. Ximenes, V. M. O conceito de “sentido” em Vygotsky: considerações epistemológicas e suas implicações para a investigação psicológica. **Psicologia & Sociedade**, 21(2), p. 179. 2009.

BENEDETTI, Tânia et al. Atividade física e estado de saúde mental de idosos. **Rev. Saúde Pública**, São Paulo. v. 42, n. 2, p. 302-307. Abril, 2008.

DAMÁSIO, B.F; SILVA, J.P; MELO, S.A E AQUINO T.A.A. A saúde dos professores por uma expectativa existencial. **Logoterapia e Educação: fundamentos e prática.** São Paulo: Paulus, 2010.

FACCI, M. G. D., REIS, C. W. A velhice sob o enfoque da Psicologia Histórico-Cultural. Em Martins, L. M. ; Abrantes, A. A.; Facci, M. G. D. **Periodização Histórico-Cultural do Desenvolvimento Psíquico: Do Nascimento à Velhice** (1.ed). Campinas, 2016.

FRANKL, V. E. **A presença ignorada de Deus.** (2ª ed.). São Leopoldo, RS: Sinodal; Petrópolis, RJ: Vozes, 1992.

FRANKL, V. E. **Psicoterapia e sentido de vida: Fundamentos da Logoterapia e análise existencial** (3. ed.). São Paulo, SP: Quadrante, 1999.

FRANKL, V. E. **Em busca de sentido: um psicólogo no campo de concentração.** 18ª Ed. Petrópolis: Vozes, 2003.

FUSTER, E.G. **Apoio social na intervenção comunitária.** Paidós, 1997.

GIL, A. C. **Como elaborar projetos de pesquisa.** São Paulo: Atlas, 2002. p.3.

HEIDEGGER, Martin. **Ser e Tempo**. Tradução de Márcia de Sá Cavalcante. Petrópolis: Editora Vozes, 1988.

Leontiev, A. **O desenvolvimento do psiquismo**. Lisboa: Horizonte Universitário, 1978. p. 105

LEITE, Valéria Moura Moreira et al. Depressão e envelhecimento: estudo nos participantes do Programa Universidade Aberta à Terceira Idade. **Revista Brasileira de Saúde Materno Infantil**, v. 6, p. 31-38, 2006.

MARCELINO, E. NÓBREGA, G. H. T., OLIVEIRA, P. C. S., COSTA, R. H. M., ARAÚJO, H. S. P., SILVA, T. G. L., OLIVEIRA, T. L., MEDEIROS, A. C. T Associação de fatores de risco nos transtornos mentais comuns em idosos: uma revisão integrativa. **Braz. J. of Develop.**, Curitiba, v. 6, n. 4, p. 22270-22283, apr. 2020.

MINAYO, Maria C.S., E COIMBRA JÚNIOR, Carlos E.A.,. Antropologia, saúde e envelhecimento [online]. **Antropologia e Saúde**, 209 p. Rio de Janeiro: Editora: Fiocruz, 2002.

MOREIRA, N; HOLANDA, A. Logoterapia e o sentido do sofrimento: convergências nas dimensões espiritual e religiosa. **Psico-USF**. v.15, n. 3, p. 345-356, set. /dez. 2010.

NERI, A.L. Paradigmas contemporâneos sobre o Desenvolvimento Humano em Psicologia e em Sociologia./ **Desenvolvimento e Envelhecimento: Perspectivas biológicas, psicológicas e sociológicas**. 4ª ed. Anita Liberalesso Neri (org.). Campinas – SP, 2008.

OLIVEIRA, E. K. de Santana e SILVA, J. Pereira. Sentido de vida e envelhecimento: relação entre os pilares da logoterapia e bem estar psicológico. **Logos & Existência** - Revista da Associação Brasileira de Logoterapia e Análise Existencial, 2013.

PRADO, Shirley. O curso da vida, o envelhecimento humano e o futuro. **Portal do Envelhecimento**. Textos Envelhecimento v.4 n.8 Rio de janeiro, 2002.

RABELO, D.F.; NERI, A.L. Recursos psicológicos e ajustamento pessoal frente à incapacidade funcional na velhice. **Psicologia em Estudo**, 2005.

REKER, G.T. Significado pessoal, otimismo e escolha: preditores existenciais de depressão em idosos comunitários e institucionais. **O gerontologista**, 1997.

REKER, G.T. Perfil de atitude de vida manual - revisado. Ontario, Canada: **Student Psychologists Press**, 2001.

RODRÍGUEZ, M. (2007). **Sentido de Vida e Saúde Mental**. Disponível em: <<http://www.logoforo.com>> Acessado em 27 de abril de 2020.

SIMONI, J. M ; MARTONE, M. G; KERWIN, J.F. Espiritualidade e adaptação psicológica entre mulheres com HIV / AIDS: implicações para a pesquisa. **Journal of Counseling Psychology**, 2002.

SOMMERHALDER, C., & GOLDSTEIN, L. L. **O papel da religiosidade e da espiritualidade na vida adulta e na velhice.** In E. V. Freitas, L. Py, F. A. X. Cançado, M. L. 2006

SCHNEIDER, Rodolfo Herberto e IRIGARAY; Tatiana Quarti. O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais. *Estudos de Psicologia* (Campinas) 2008, v. 25, n. 4

SCHWARZ, L. R. **EnvelheSer– a busca do sentido da vida na terceira idade: uma proposta de psicoterapia grupal breve de orientação junguiana.** São Paulo. Tese (Doutorado – Programa de PósGraduação em Psicologia. Área de concentração: Psicologia Clínica) – Instituto de Psicologia da Universidade de São Paulo, 2008.

Vigotski, L. S. **A Construção do Pensamento e da Linguagem.** 2ª ed. São Paulo: Martins Fontes, 2009.

Tolstij, A. **Homem e idade.** Progresso: Moscou. 1989, p. 198.