



**Instituto Politécnico de Portalegre**  
**Escola Superior de Educação de Portalegre**  
**Escola Superior de Saúde de Portalegre**

# **Avós e Netos: Uma Relação Intergeracional na Perspetiva dos Avós**

**Uma realidade na Freguesia de Alpalhão**

**Marlene Sousa Sequeira**

**Mestrado em Gerontologia Social**

**2014**



**Instituto Politécnico de Portalegre**  
**Escola Superior de Educação de Portalegre**  
**Escola Superior de Saúde de Portalegre**

# **Avós e Netos: Uma Relação Intergeracional na Perspetiva dos Avós**

**Uma realidade na Freguesia de Alpalhão**

Marlene Sousa Sequeira  
Mestrado em Gerontologia Social

Dissertação Orientada por:  
Prof. Doutor Alexandre Martins

**Portalegre**  
**Outubro de 2014**

*Dedico este trabalho à minha querida bisavó  
Emília da Conceição pelos valores,  
conselhos e educação que me transmitiu e  
que sempre tentou manter-se ativa para me acompanhar.*

## **AGRADECIMENTOS**

Agradecer significa demonstrar ou expressar gratidão a alguém ou por algo. Desta forma tenho de agradecer a várias pessoas pelo carinho, compreensão, incentivo, pelos conselhos, aprendizagens, esclarecimentos e críticas que me têm dado ao longo destes dois anos de Mestrado.

Desta forma tenho a agradecer ao Professor Doutor Alexandre Martins pela orientação dada para a elaboração da presente dissertação. Agradeço-lhe os conselhos, críticas, ensinamentos científicos, técnicos e metodológicos que foram bastante úteis no decorrer desta investigação.

Agradeço também a todos os professores que lecionaram no Mestrado pelos ensinamentos, críticas, conselhos e companheirismo ao longo deste percurso académico. Aos colegas de turma pelo companheirismo, convívio, partilha de conhecimentos e incentivo.

Tenho a agradecer a toda a minha família todas as palavras de incentivo, em especial aos meus pais que sempre acreditaram no meu sucesso e numa me deixaram desistir.

Por fim tenho a agradecer aos entrevistados, que dispensaram um pouco do seu tempo para me concederem preciosas informações que resultaram na presente investigação. Sem eles este trabalho não seria possível realizar.

O meu muito obrigada a todos vós!

## RESUMO

Vivemos num país com uma percentagem cada vez maior de pessoas com 65 ou mais anos. Temos cada vez mais avós para tão poucos netos. Desta forma a importância dos avós no quotidiano dos netos têm vindo a ganhar cada vez mais relevo, dando origem a cada vez mais estudos sobre a problemática. Os avós dos nossos dias são diferentes dos avós de outros tempos. Preocupam-se em ocupar os seus tempos livres de formas diferentes, de educar os netos e estar presentes na vida deles de forma diferente. Devido às alterações que o conceito de família tem vindo a sofrer, às mudanças sociais e à entrada da mulher no mercado de trabalho os avós têm cada vez mais importância como principais cuidadores dos netos. Esse novo papel desempenhado por muitos avós ajuda, contribui e estimula os avós a manterem uma vida ativa, ou seja, contribui para que muitos continuem a sair de casa todos os dias, que estejam presentes em determinados eventos e atividades sociais, culturais e de lazer e que estimulem a atividade cerebral.

Nesta dissertação é apresentado um estudo sobre o tema das relações intergeracionais, sobretudo entre avós e netos, e como estas contribuem para a manutenção, influência e promoção de uma vida ativa. É um estudo qualitativo e como instrumento de recolha de dados foram utilizadas entrevistas semidirigidas. O estudo foi desenvolvido na freguesia de Alpalhão e foram estudadas sete avós que se encontram reformadas e estão presentes diariamente na vida dos seus netos. Nas páginas seguintes estão descritas as formas como essas pessoas ocupam os seus tempos livres, que atividades desenvolvem com os netos, que tipo de avós são, as atividades que os netos as incentivam a fazer e a importância da pessoa estudada para a sua família e particularmente, para os seus netos.

**PALAVRAS-CHAVE:** Gerontologia, Relações Intergeracionais, Envelhecimento, Avós e Netos.

## **ABSTRACT**

We live in a country with a rising proportion of people aged 65 or more. We have more and more grandparents for so few grandchildren. That is why the importance of grandparents in the daily life of grandchildren has been increasing, originating more studies on the issue. The grandparents of our days are different from other times. They try to occupy their free time in different ways, to educate their grandchildren and to be present differently in their lives. Because of the changes of family concept, of social changes and due to the entry of women into the labor market, grandparents have become increasingly important as first caregivers for grandchildren. This new role, for many grandparents, helps, contributes and encourages them to maintain an active lifestyle, that is, it contributes for that many continue to get out every day, to be present at certain events and in social, cultural or leisure activities and this stimulates the brain activity.

In this thesis is presented a study on the theme of intergenerational relationships, especially between grandparents and grandchildren, and how these contribute to the maintenance, influence and promotion of an active lifestyle. It is a qualitative study and as tool for collected data it was used semidirected interviews. This study was conducted in the village of Alpalhão, with the examination of seven grandparents who are retired and with a daily presence in the lives of their grandchildren. On the following pages are described in which way these people occupy their free time, what activities they develop with their grandchildren, what kind of grandparents they are, what activities that their grandchildren encourage them to do and the importance of the studied person for the family and particularly for their grandchildren.

**Key words:** Gerontology, Intergenerational Relations, Aging, Grandparents and Grandchildren.

## ÍNDICE GERAL

INTRODUÇÃO .....	9
CAPÍTULO I: ENQUADRAMENTO TEÓRICO	
1. ENQUADRAMENTO TEÓRICO	
1.1. Envelhecimento .....	11
1.1.1. Envelhecimento Ativo .....	11
1.2. Participação Social, Ocupações e Atividades de Tempos Livres .....	13
1.3. Relações Intergeracionais .....	14
1.4. Relações e Solidariedades Intergeracionais .....	15
1.5. Solidariedades Familiares .....	16
1.6. Avosidade .....	17
1.7. Avós e Netos .....	17
1.7.1. Tipos e Estilos de Avós .....	17
1.7.2. Contribuição dos Avós para os Netos .....	18
1.7.3. Contribuição dos Netos para os Avós .....	19
1.7.4. As Atividades Desenvolvidas entre Avós e Netos .....	19
CAPÍTULO II: METODOLOGIA	
2. METODOLOGIA .....	22
2.1. Método do Estudo .....	22
2.2. Tipo de Estudo .....	22
2.3. Descrição da área de investigação .....	23
2.4. Descrição do Problema .....	23
2.5. Escolha do Tema .....	23
2.6. Problemática .....	24
2.7. Objetivos .....	24
2.7.1. Objetivo Gerais .....	24
2.7.2. Objetivos Específicos .....	24
2.8. Contextualização da Investigação .....	25
2.8.1. Breve descrição da Freguesia de Alpalhão .....	25
2.9. População .....	26
2.10. Amostra .....	26
2.11. Instrumentos de Recolha de Dados .....	27
2.12. Considerações Éticas .....	27
2.13. Análise dos Resultados .....	28

## CAPÍTULO III: ANÁLISE DOS RESULTADOS

3. ANÁLISE DE CONTEÚDO	
3.1. Descrição Pessoal dos Entrevistados .....	30
3.2. Participação Social, Ocupações e Atividades de Tempos Livres dos Entrevistados.....	30
3.3. A Família e as Solidariedades Familiares segundo a opinião dos entrevistados.....	32
3.4. Avós e Netos, uma Relação Intergeracional .....	34
3.4.1. Que Tipo de Avós são os Entrevistados .....	37
3.4.2. Qual a Contribuição dos Avós para os Netos .....	38
3.4.3. Qual a Contribuição dos Netos para os Avós .....	40
3.4.4. As Atividades que Avós e Netos desenvolvem .....	40
3.4.5. A importância dos Netos para a manutenção da vida ativa dos Avós .....	41
CONCLUSÃO E ANÁLISE CRÍTICA .....	44
BIBLIOGRAFIA .....	46



## **ÍNDICE DE ANEXOS**

ANEXO I - Declaração de Consentimento para a Utilização de Dados

ANEXO II - Grelha Síntese para a Formulação dos Tópicos de Conversação

ANEXO III - Guião da Entrevista

ANEXO IV - CD com a gravação das Entrevistas

ANEXO V - Transcrição das Entrevistas

ANEXO VI - Grelhas de Análise de Conteúdo

## **INTRODUÇÃO**

A presente dissertação surge no âmbito do Mestrado em Gerontologia Social, da Escola Superior de Educação e da Escola Superior de Saúde, do Instituto Politécnico de Portalegre.

Vivemos num país onde nunca na história houve tantos avós para tão poucos netos e onde existe uma convivência de diferentes gerações cada vez mais alargada, sendo este um dos motivos e importância do estudo.

A dissertação irá dividir-se em três capítulos, no primeiro será efetuado o enquadramento teórico, no segundo a metodologia utilizada e no terceiro capítulo serão analisados os resultados obtidos através das entrevistas. No enquadramento teórico, ou seja no primeiro capítulo, serão abordados todos os conceitos relacionados com o tema da investigação. Será abordado o tema do envelhecimento, do envelhecimento ativo, da participação social, ocupações e atividades de tempos livres, das relações intergeracionais, das relações e solidariedades intergeracionais, das solidariedades familiares, da avosidade, o tema dos avós e netos, os tipos e estilos de avós, a contribuição dos avós para os netos e vice-versa e as atividades desenvolvidas entre avós e netos. No capítulo da metodologia serão apresentados os métodos e técnicas utilizados para a elaboração da investigação. Será apresentado o método e o tipo de estudo, será descrita a área de investigação e o problema. Irá ser também apresentada a problemática, assim como os objetivos gerais e específicos do estudo. De seguida será efetuada uma contextualização da investigação e uma breve descrição da freguesia onde se irá efetuar o estudo. Depois será definida a população e a amostra. Serão apresentados os instrumentos de recolha de dados, as considerações éticas a ter em conta e por fim será explicado como irão ser analisados os resultados. No terceiro e último capítulo serão apresentados e discutidos os dados obtidos através das entrevistas efetuadas ao conjunto de avós selecionados para a investigação. Os dados obtidos serão relacionados e articulados com os conceitos descritos no primeiro capítulo. Este último capítulo terá como objetivo verificar se os conceitos descritos se aplicam à realidade vivida pelos avós entrevistados.

Por fim será efetuada uma conclusão da investigação e uma análise crítica do estudo.

Penso que foi bastante interessante realizar esta investigação pois é um tema atual e que os avós muitas vezes nem se apercebem o quanto os netos são importantes para a manutenção de uma vida ativa.

## **CAPÍTULO I: ENQUADRAMENTO TEÓRICO**

## **1. ENQUADRAMENTO TEÓRICO**

### **1.1. Envelhecimento**

O envelhecimento é um fenómeno biológico, psicológico e social e nunca poderá ser explicado sem termos em consideração estas três componentes. Segundo Schroots & Birren, citados em Fonseca (2006) o processo de envelhecimento apresenta estas três componentes, sendo que a componente biológica reflete uma vulnerabilidade crescente e também uma maior probabilidade de morrer. A componente social refere-se aos papéis sociais apropriados às expectativas da sociedade para este nível etário. Nesta componente o envelhecimento deve ser entendido como um conceito que diz respeito à forma como cada sociedade contextualiza esta fase do ciclo de vida. A componente psicológica é definida pela capacidade de autorregulação do indivíduo face ao processo de senescência.

Para Paúl & Ribeiro (2012), o envelhecimento surge ligado à longevidade, apesar de que não se devem confundir, pois têm significados diferentes. “A longevidade é a duração da vida de um organismo e depende da progressão do envelhecimento, pois este impõe-lhe um limite mais tarde ou mais cedo. (...) à medida que a longevidade aumenta, a probabilidade de morrer também aumenta”. (Paúl & Ribeiro, 2012: 23)

O envelhecimento é visto como um estágio de fadiga que se segue à agitação da vida. Quando morre um idoso, qualquer que seja a causa da morte, esta é considerada natural, pois ocorre no período próprio. Se for um jovem a morrer ou uma pessoa de meia-idade, essa morte é considerada prematura. Segundo Couvaneiro & Cabrera (2009: 27), “a fadiga da vida na velhice é o resultado de um processo progressivo e prolongado de perda de incapacidades e características que se desenvolveram na fase inicial da vida e atingiram a plenitude numa segunda fase, a da idade adulta.”

No processo de envelhecimento ocorrem vários tipos de transformações. A nível físico assiste-se a uma progressiva perda da força e da destreza, à modificação da aparência exterior, à diminuição da capacidade de recuperação de esforço, às dificuldades digestivas e a uma maior suscetibilidade à doença. A nível das faculdades intelectuais é cada vez maior a incapacidade de memorizar dados, perde-se a capacidade de concentração, há uma lentidão na forma como assimilam as informações ou como as acompanham, existe uma dificuldade em exprimir-se e também em acompanhar o raciocínio dos outros. Todas estas transformações que ocorrem com o processo de envelhecimento requerem adaptações. (Couvaneiro & Cabrera, 2009)

#### **1.1.1. Envelhecimento Ativo**

O tema do envelhecimento ativo é recente, contudo são inúmeros os investigadores e os organismos que o estudam, daí existirem divergências entre os investigadores que o estudam. A Organização Mundial de Saúde (OMS) lançou o conceito de envelhecimento

ativo com a finalidade de que este abranja aspetos não só de saúde, mas também aspetos socioeconómicos, psicológicos e ambientais. Com este novo conceito a Organização Mundial de Saúde pretende que sejam tidos em conta a qualidade de vida e a saúde dos mais velhos, com a manutenção da autonomia física, psicológica e social, e que os idosos estejam integrados em sociedades seguras e que assumam uma cidadania plena. Remetendo assim o conceito ativo “para uma participação e envolvimento nas várias questões sociais, culturais, económicas, civis e espirituais, e não apenas à capacidade de estar fisicamente ativo”. (Ribeiro & Paúl, 2011: 2) O modelo de envelhecimento ativo recomendado pela Organização Mundial de Saúde depende de vários determinantes, são eles de ordem pessoal, comportamental, económica, do meio físico, sociais e serviços sociais e de saúde. (Ribeiro & Paúl, 2011) Nesta definição predomina e está estreitamente ligada à qualidade de vida do idoso. Não sendo apenas o aspeto da saúde a ser tido em conta, neste conceito de envelhecimento ativo, aspetos como a família, a comunidade e a sociedade exercem um forte impacto na forma como se envelhece.

A Organização para a Cooperação e Desenvolvimento Económico (OCDE) define o envelhecimento ativo como “ a capacidade de as pessoas que avançam em idade levarem uma vida produtiva na sociedade e na economia. Isto significa que as pessoas podem elas próprias determinar a forma como repartem o tempo de vida entre atividades de aprendizagem, de trabalho, de lazer e de cuidados aos outros.” (Ferreira, 2011: 5) Esta definição de envelhecimento ativo, realça a necessidade de o indivíduo prosseguir ativamente no mercado profissional, desde que as condições deste acompanhem o seu processo de envelhecimento.

Já a Comissão Europeia define o envelhecimento ativo como um conjunto de práticas que englobam a educação e formação ao longo da vida, o prolongamento da vida ativa e o adiamento da entrada na reforma irão contribuir para que as pessoas se tornem ativas durante a reforma, realizando assim atividades que fortaleçam as suas capacidades e sustentem a saúde. Nesta definição de envelhecimento ativo é enaltecida a atividade, existindo também uma referência ao prolongamento da vida ativa e à relação que esta estabelece com o estado de saúde. (Ferreira, 2011)

Tal como foi referido no ponto anterior, sobre o tema do envelhecimento, este engloba um conjunto de transformações que requerem diversas adaptações. Desta forma, estes novos conceitos de envelhecimento ativo referidos pelos organismos anteriores apresentam formas de se viver o processo de envelhecimento de modo ativo e saudável, não associando apenas o envelhecimento ativo ao aspeto da saúde, mas a muitos outros aspetos, como a participação social, a qualidade de vida, a manutenção de atividades produtivas ou não, satisfatórias ou não satisfatórias, dando assim importância à satisfação da pessoa perante a vida e não apenas preocupando-se para que esta esteja fisicamente

ativa e de boa saúde. Relacionando-se estas perspetivas de envelhecimento ativo com as relações intergeracionais, nomeadamente entre avós e netos, pois muitos netos contribuem para que os avós se mantenham ativos e muitos avós querem participar ativamente na educação dos seus netos pelo mesmo motivo. Mas esta atividade não é apenas ao nível físico, é manter uma atividade que o faça sair de casa, participe em atividades sociais e partilhe conhecimentos e afetos.

## **1.2. Participação Social, Ocupações e Atividades de Tempos Livres**

As escolhas das ocupações/atividades durante a reforma resultam de opções individuais e das condições estruturais que marcaram toda a trajetória de vida do indivíduo. Silva (2009), refere a importância de quatro aspetos sobre a importância da ocupação do tempo após a entrada na reforma, são eles a distribuição do tempo em rotinas diárias e semanais, as diferenças das atividades por género, a preponderância dos trabalhos domésticos e de prestação de cuidados à família e a ausência de atividades de enriquecimento pessoal e de recreação do tempo. A gestão do tempo pelos mais velhos procura inserir-se em rotinas diárias e semanais que normalmente estão associadas aos hábitos adquiridos ao longo do percurso de vida. Como já foi referido existe uma diferenciação relativamente às tarefas/atividades desenvolvidas quer pelos homens, quer pelas mulheres. No que diz respeito às tarefas domésticas os homens dedicam-se sobretudo à jardinagem, cultivo e manutenção da horta, cuidados a animais, à construção e reparações. As mulheres dedicam-se à preparação de refeições e de limpeza da casa. Algumas mulheres reformadas também ocupam o seu tempo a prestar cuidados a outras pessoas, como cuidar de idosos ou crianças, desempenhando um elevado número de horas de trabalho que normalmente não é remunerado. No que diz respeito à ocupação da população mais idosa em atividades de entretenimento, vida social, prática de desportos, passatempos, jogos, leitura, ver televisão, ou ouvir música, são os homens que despendem mais do seu tempo nestas atividades que as mulheres. Pode assim concluir-se que as mulheres dão primazia às atividades domésticas, enquanto os homens dão primazia às atividades de recreação mantendo os papéis tradicionais de género, associando os espaços privados à mulher e os espaços públicos e de lazer aos homens.

Segundo um estudo da Fundação Francisco Manuel dos Santos (Cabral & al., 2013), uma das tarefas que fazem parte do dia-a-dia de alguns reformados é a prestação de cuidados tanto a crianças como a pessoas mais idosas. É sobretudo o género feminino que presta esse apoio. Conforme o mesmo estudo, as atividades realizadas durante os tempos livres dos inquiridos efetuadas com maior frequência são: ver televisão, realizar tarefas domésticas, leitura, ouvir rádio, tratar ou passear algum animal de estimação, ouvir música e passear. Como é possível verificar grande parte dessas atividades não requerem grande

esforço físico, ou seja são atividades passivas em termos físicos e são realizadas sobretudo dentro de casa. Os homens praticam mais atividades que as mulheres, pois estas realizam sobretudo atividades instrumentais, como tarefas domésticas, artesanato e reparações caseiras.

É bastante importante a tomada de decisões acerca do uso do tempo para as pessoas reformadas, a abundância deste tempo disponível só ganha significado e importância se a pessoa desenvolver atividades que lhe deem satisfação, prazer, sentido de utilidade, no fundo atividades que promovam a sua autoestima e o seu autoconhecimento. Quando tal não acontece, o excesso de tempo livre pode trazer mais problemas que vantagens. (Paúl & Fonseca, 2005)

### **1.3. Relações Intergeracionais**

Pode entender-se por relações intergeracionais, vínculos estabelecidos entre duas ou mais pessoas com idades diferentes e em estádios de desenvolvimento distintos. Nos Estados Unidos da América o estudo das relações intergeracionais tem vindo a alcançar bastante importância e relevo nos últimos 60 anos. Já em Portugal, esta temática apresenta ainda pouca visibilidade. (Oliveira, 2011)

Relações intergeracionais implicam o convívio e o relacionamento de várias gerações, podem ser relações entre avós e netos, relações familiares que envolvem mais que uma geração, avó, mãe e filha e relações de trabalho ou de amigos que podem ter idades diferentes, uns com 30 anos, outros com 50 anos. Porém, normalmente quando se aborda o tema das relações intergeracionais pensa-se de imediato nas relações entre jovens e idosos. Essas relações podem ocorrer dentro ou fora do seio familiar.

Para Ribeiro & Paúl (2011: 157) “o contacto social com outras gerações permite permanecer envolvido na sociedade e sentir-se valorizado.”

Os programas que promovem as relações intergeracionais têm objetivos comuns, pretendem minimizar as perdas do processo de envelhecimento, promover a inclusão e valorização dos mais idosos, partilha de conhecimentos, habilidades e valores humanos, despertar na criança um novo olhar sobre os mais velhos, recuperar jogos e brincadeiras tradicionais e promover a aquisição de conhecimento através de educação informal. (Teiga, 2012)

Uma das formas mais comuns de ocorrerem relações intergeracionais é na família. Pereira (2012), refere que estas podem ser consideradas em três planos, o plano afetivo familiar, o plano normativo e o plano instrumental. O plano afetivo familiar é o plano dos afetos que devem ser dados desde o nascimento até à morte. O plano normativo é aquele que engloba as regras, costumes, valores e crenças partilhadas por todos os membros da família. O plano instrumental é aquele que inclui apoio económico, cuidado de crianças,

realização de tarefas domésticas e troca de bens materiais. Estes planos só fazem sentido se pensados em simultâneo e articulados entre si.

Para Ramos, Marujo & Baptista (2012: 41) é “nas relações intergeracionais, muito particularmente entre avós e netos, a transmissão psíquica e cultural geracional é importante. Cada criança está inserida numa dada família e cultura e vai estruturar a sua vida psíquica e cultural através da herança psíquica e cultural recebida desde o nascimento e transmitida de geração em geração.” É através desta transmissão e deste relacionamento intergeracional que permite a construção da individualidade e da identidade de cada um.

As relações entre avós e netos permanecem desde há muito tempo, tendo sido acompanhadas pelas principais fases históricas e mudanças na sociedade ocorridas a nível mundial. Durante a II Grande Guerra Mundial os avós ocupavam um lugar de relevo como substitutos dos pais e sustento do modelo de família extensa. Já nos anos 60 assiste-se a um afastamento dos avós, devido à generalização do modelo de família nuclear isolada. Nos anos 70, o papel dos avós é redefinido como consequência das alterações verificadas no seio familiar, pois cresceu o número de divórcios, o número de gravidezes na adolescência e de famílias monoparentais aumentou, e a mulher entrou para o mercado de trabalho. Durante os anos 80 e até aos dias de hoje as relações intergeracionais, e sobretudo entre avós e netos, têm-se mantido e em muitos casos são fundamentais para a sobrevivência de muitas famílias. (Oliveira, 2011)

#### **1.4. Relações e Solidariedades Intergeracionais**

Dumazedier (2002), citado em Ramos, Marujo & Baptista (2012), identifica três modalidades de transmissão de saberes que são importantes para o desenvolvimento das relações e da solidariedade intergeracional, são a transmissão dos saberes das velhas gerações às novas gerações, a transmissão dos saberes das novas gerações para as mais velhas e a coeducação das gerações. Na transmissão dos saberes das velhas gerações às novas gerações, os mais velhos (os avós) passam os seus saberes/conhecimentos aos mais jovens (netos), este tipo de transmissão acontece sobretudo no seio familiar. Na transmissão dos saberes das novas gerações para as mais velhas, são os mais jovens (netos), que transmitem os seus saberes/conhecimentos aos mais velhos (avós), esta forma de transmissão ocorre sobretudo em instituições educacionais e através de práticas de autoformação. Já a coeducação das gerações consiste na coexistência pacífica ou conflituosa entre saberes antigos e atuais. Vitale (2000), citada pelas mesmas autoras (2013), realça a importância da co-educação das gerações e da transmissão de saberes dos mais velhos aos mais novos e denomina essas transmissões de legados. Identificando três tipos, legados de ordem, que dizem respeito à responsabilidade, à organização, aos costumes e à educação, os legados de solidariedade referentes ao respeito de sentimentos



como o amor, a amizade, o sentimento de justiça e o respeito, e os legados de fé relativos à religiosidade, à espiritualidade e à fé. Muitas vezes esta transmissão de saberes e conhecimentos é feita de forma involuntária e inconsciente.

### **1.5. Solidariedades Familiares**

Gameiro (1992), citado em Alarcão (2006), define a família como uma rede complexa de relações e emoções, onde se passam sentimentos e comportamentos. Alarcão (2006) refere que a família pode ser considerada como um conjunto de sistemas pois é composta por objetos e respetivos atributos e relações, contém subsistemas e é contida por diversos outros sistemas, todos eles ligados de forma hierarquicamente organizados, e possui limites ou fronteiras que a distinguem do seu meio. A criação de uma família passa por várias etapas, como a formação do casal, o casal com filhos pequenos, o casal com filhos adolescentes, o casal com filhos adultos, a saída dos filhos adultos e estes formam uma nova família.

Segundo Ana Fernandes (2001: 81), “as solidariedades familiares são uma fonte inesgotável de entre ajuda, apesar de se encontrarem expostas às perturbações sociodemográficas das sociedades modernas.”

O aumento da longevidade e da esperança média de vida origina o aumento de famílias tri-geracionais, sendo assim cada vez mais natural a permanência de 4 gerações numa família. Contudo a coabitação dos pais idosos com filhos adultos é cada vez menos frequente.

No seio familiar circulam vários tipos de ajudas, bens e afetos. Normalmente essa troca de ajudas, bens e afetos ocorre sobretudo de avós para netos e de pais idosos para filhos adultos. E essas ajudas são sobretudo financeiras e económicas. Ocorrem ainda outro tipo de ajuda, como a guarda das crianças, a ajuda doméstica, e cuidados gerais em caso de doença ou incapacidade. As transmissões económicas e financeiras acontecem sobretudo de avós para netos e para filhos adultos. Já no que diz respeito aos serviços prestados, tanto acontecem de avós para netos e filhos, como de filhos e netos para avós. As ajudas e as relações familiares têm sido marcadas pelo aumento do número de divórcios e pelas novas conjugalidades. Para alguns estas alterações contribuem para reestruturar as relações, noutras situações representam uma crise da família. (Fernandes, 2001)

Assim sendo, as solidariedades familiares acontecem no seio familiar, predominantemente entre avós, filhos e netos. Enquanto as solidariedades intergeracionais ocorrem não apenas no seio familiar como também no exterior da família, através de amigos, vizinhos e até mesmo proporcionada por encontros, convívios e programas intergeracionais.

## **1.6. Avosidade**

Segundo Oliveira (2009), o conceito de avosidade refere-se ao laço de parentesco fixado nas filiações trigeracionais. É um papel estreitamente relacionado com a maternidade ou paternidade. Tendo assim os avós “um papel imprescindível na vida dos netos e das famílias, pois funcionam como mediadores entre o passado, o presente e o futuro.” (Ramos, Marujo & Baptista, 2012: 182)

## **1.7. Avós e Netos**

Desde o início do século XXI, que nunca houve tantos avós para um número tão reduzido de crianças. “Os avós dos dias de hoje são bastante diferentes dos de outrora: são entre outras coisas, mais jovens e mais ativos”. (Ferland, 2006: 19) O que não tem sofrido alterações são os laços fortes e especiais desenvolvidos sobretudo dos avós para com os netos. Atualmente os avós são mais jovens, ativos e saudáveis, pois muitas pessoas são avós e ainda se encontram no mercado de trabalho, outros são reformados recentes, mas são muito ativos e encontram-se de plena saúde. Foram sensibilizados para a importância de uma alimentação e hábitos de vida saudáveis. Contribuindo estes fatores para o aumento da esperança de vida e possibilitando aos avós que estejam presentes na vida dos netos não apenas enquanto estes são pequenos, mas também durante a adolescência e até mesmo na fase adulta. (Ferland, 2006) Desta forma a imagem da avó de carapito branco com um avental e do avô a ler o jornal sentado numa cadeira de baloiço é uma representação cada vez mais distante e apagada do nosso pensamento, dando lugar à imagem dos avós ativos, a brincar e a saltar com os netos nos parques infantis.

Existem vários fatores que influenciam as relações dos avós com os netos, por exemplo a distância, sendo que os avós que vivem mais perto visitam os netos com mais frequência. A idade, os avós mais novos têm mais energia para acompanhar os netos nas suas brincadeiras. O estado de saúde é outro dos fatores que influencia a relação dos avós com os netos, pois um bom estado de saúde permite-lhes estar ativamente bem para acompanhar os netos. (Ferland, 2006)

Atualmente os avós são companheiros e cúmplices, que alinham nas brincadeiras e esforçam-se para agradar aos netos. Têm também mais tempo e disponibilidade que os pais, embora alguns ainda trabalhem, como não se encontram em início ou pico de carreira estão mais aliviados das obrigações profissionais. (Oliveira, 2012)

### **1.7.1. Tipos e Estilos de Avós**

Existem várias formas de se ser avó ou avô, também devido a vários fatores, Oliveira (2012), identifica três tipos de avós. Os avós cuidadores são aqueles que se dedicam a tomar conta dos netos e a dar assistência à família, assumindo-se muitas vezes como

substitutos dos pais, pois vão levar e buscar as crianças à escola, cuidam delas durante as férias escolares, preparam-lhes as refeições e tratam do que for preciso. Depois existem os avós companheiros ou envolvidos, que aproveitam o tempo que estão com os netos de uma forma mais descontraída e lúdica sem a preocupação de os educar, no fundo dão um apoio complementar aos pais. Por fim, identifica os avós distantes, que por os mais variados motivos se encontram afastados do dia-a-dia dos netos.

Neugarten & Weinstein (1964), citadas por Oliveira (2009), realizaram um estudo em que reconheceram cinco estilos de avós, os divertidos que optam por um estilo tranquilo e não autoritário, procurando a diversão. Os formais, que optam por um comportamento rígido e autoritário. Os distantes, que raramente visitam ou são visitados pelos seus netos. Os cuidadores que assumem responsabilidades importantes e cuidados diários aos seus netos. Os conservadores da sabedoria familiar, que são os guardiões da história familiar.

### **1.7.2. Contribuição dos Avós para os Netos**

Segundo Bagão Félix no prefácio do livro “Para que servem os avós?” (Strecht, 2013) refere que os avós são detentores de importantes dons e carismas tais como a sabedoria, o testemunho, a memória, a seriedade, a reconciliação, a disponibilidade, a partilha, a ternura e a perseverança. Tal com diz um antigo proverbio africano “a morte de um velho é como o arder de uma biblioteca”, pois perde-se um dos bens mais preciosos, que é a sabedoria e esta é valiosa para os descendentes dos avós. A sabedoria dos avós não é apenas o conhecimento, o testemunho não é o simples conhecimento, a memória não é meramente o registo dos factos, assim são muitas as formas de contribuir para a educação e desenvolvimento do “eu” que um avô pode ter para com o seu neto.

Na relação com os netos os avós contribuem com:

- Transmissão das histórias familiares, pois falam aos netos das suas raízes familiares, contribuindo para que a criança se conheça a si própria e fornecendo assim laços de filiação.

- Transmissão de tradições, pois em muitas situações são os avós que reúnem a família em determinadas festas e transmitem a cultura familiar, por exemplo as festas de Natal ou passagem de ano com ementas especiais da família, aniversários e também a passagem de objetos particulares como alianças, moveis, fotografias ou joias.

- Transmissão de valores, como o respeito pelo outro, o amor, a importância da família e as coisas simples, são alguns dos valores fundamentais transmitidos pelos avós.

- Transmissão de conhecimentos, para muitas crianças os avós são uma fonte de conhecimento, disponibilizando algum do seu tempo para explicar e responder às questões dos netos.

- São confidentes, uma vez que os avós estão quase sempre prontos a ouvir os netos, relativizando os problemas. Sendo este um papel desempenhado sobretudo quando os netos se encontram na fase da adolescência.

- Dar atenção, reservando tempo para brincar, discutir, passear e estar com a criança, uma vez que estas também gostam que os adultos escutem as suas histórias e aventuras.

- Segurança e estabilidade, com as alterações que a instituição família tem vindo a sofrer, como o divórcio, famílias reconstruídas e famílias monoparentais, os avós têm nessas situações um papel fundamental de estabilidade. Frequentemente desempenham também um papel essencial a nível financeiro.

- Apoio indireto à criança, uma vez que ao prestarem apoio financeiro à família contribuem para a diminuição do *stress* familiar. O apoio pode ser também ao nível instrumental, tomando conta das crianças algumas horas por dia, acompanhando-as ao médico quando os pais não podem ou ajudando nas tarefas domésticas. (Ferland, 2006)

### **1.7.3. Contribuição dos Netos para os Avós**

- Estímulo físico, contribuindo para que os avós sejam ativos, pois baixam-se para brincar, mexem-se ao ritmo dos netos e têm de segui-los com os olhos.

-Estímulo intelectual, graças aos netos aprendem novas expressões da moda, como funcionam e para que servem as novas tecnologias, como a internet, o computador e o telemóvel.

- Amor, uma vez que os avós retiram tanto amor da relação com os netos, como aquele que dão. (Ferland, 2006)

- Sentimento de continuidade quando os seus próprios filhos decidem dar vida, sentindo os avós que os seus próprios filhos têm gosto em transmitir a riqueza e a beleza da vida, que também lhes foi transmitida. Os netos simbolizam também a continuidade do nome, dos genes, das memórias, dos valores e do património. (Oliveira, 2012)

### **1.7.4. As Atividades Desenvolvidas entre Avós e Netos**

Os avós que têm contacto diário com os seus netos e desempenham as mais variadas atividades, com eles ocupam um lugar privilegiado na vida da criança, podendo fazê-las viver experiências únicas que muitas vezes serão lembradas mais tarde.

Além dos cuidados prestados diariamente aos netos, como o ir levar e buscar à escola, o acompanhar ao médico, a preparação de refeições, o tratamento de roupas, o ajudar nos trabalhos de casa, entre outras tarefas do quotidiano da criança, os avós podem desempenhar outras atividades de caráter mais lúdico com os seus netos. O descobrir o passado, uma vez que muitos avós são considerados os historiadores da família. Podem descobrir esse passado através dos álbuns de fotografias, pois permite-lhes que vejam os

pais na sua idade, esses álbuns fazem também com que a criança descubra automóveis antigos ou peças de roupa de outra época. Os brinquedos que eram dos pais ou até mesmo dos avós, que permitem à crianças descobrir novas personagens e novas brincadeiras. As histórias originais, por exemplo os avós contarem como foi a sua própria infância, como era no Natal, as crianças também gostam de ouvir as canções de infância dos pais e dos avós. Outra das atividades que pode ser realizada entre avós e netos é a descoberta da natureza, por exemplo um passeio pela floresta, onde a criança pode observar os mais diversos animais no seu meio natural. A criança pode ajudar os avós na horta, a apanhar legumes e fruta, a arrancar ervas e a plantar arvores. Ir à pesca ou andar de barco são outras das atividades que as crianças gostam e que podem partilhá-las com os avós. Os avós devem também transmitir aos seus netos o sentido de festa, há sempre um momento a festejar, por exemplo no aniversário de um familiar os avós podem pedir aos netos para os ajudarem com as decorações, a embrulhar os presentes ou a escolher a ementa. Podem ainda fazer as mais simples atividades, como fazer bolos, jogar às escondidas, fazer uma caminhada, ir a espetáculos de teatro ou de circo. Estas simples atividades podem proporcionar às crianças experiências bastante enriquecedoras. Por exemplo ao fazer um bolo, a criança ao medir e misturar os ingredientes, aprende noções de matemática. Os avós ao proporcionarem e ao partilharem com os seus netos atividades simples e comuns ajudarão a que esta valorize a simplicidade e que não é necessário brinquedos complicados ou saídas extraordinárias para se ter prazer. (Ferland, 2006)

## **CAPÍTULO II: METODOLOGIA**

## **2. METODOLOGIA**

A metodologia é o conjunto de processos que determinam aquilo que pretendemos investigar. Na metodologia da investigação pretende-se que sejam respondidas um conjunto de questões, como?, com quê?, onde? e quando?. (Lakatos & Marconi, 2003)

### **2.1. Método do Estudo**

Quando se escolhe o método do estudo devem ser tidos em conta os resultados que irão ser obtidos na medida em que estes podem condicionar ou contribuir para o sucesso do estudo. Assim, aquando do início da investigação, para melhor escolhermos os métodos adequados para a presente investigação, deve-se considerar os objetivos e a problemática principal da investigação.

Acredito que o método qualitativo seja o mais indicado para o presente estudo, pois contribui para uma visão mais profunda do comportamento humano. A pesquisa qualitativa permite ao investigador obter descrições detalhadas de fenómenos e de comportamentos, obter dados com maior riqueza de detalhe e profundidade e permite uma interação entre indivíduos, grupos e organizações. (Dias, 2000)

Liebscher (1998), citado em Dias (2000) refere que o método qualitativo é apropriado quando o fenómeno estudado é complexo, de natureza social e não tende à quantificação. Reneker (1993), citado em Dias (2000) menciona que a pesquisa qualitativa é indutiva, pois o investigador desenvolve conceitos, ideias e entendimentos a partir de padrões encontrados nos dados.

Gunther (2006) refere que a pesquisa qualitativa é baseada em texto e que a descoberta e a construção das teorias são o objeto de estudo desta pesquisa.

A pesquisa qualitativa tem como finalidade de estudo as crenças, valores, atitudes e representações que o individuo possui no seu contexto social. Pode-se triangular, validar e interpretar os resultados que o individuo nos consagra. Os intervenientes da investigação não são reduzidos a variáveis isoladas mas vistos como parte de um todo no seu contexto natural.

### **2.2. Tipo de Estudo**

A pesquisa efetuada nesta dissertação pretende-se que seja descritiva e exploratória. Descritiva porque se pretende estudar um fenómeno, numa determinada categoria da população, estudar como é que as relações intergeracionais promovem, influenciam ou mantêm a atividade dos avós.

A pesquisa exploratória, segundo Gil (2012), tem como objetivo proporcionar ao investigador uma maior familiaridade com o problema, com a finalidade de o tornar mais explícito. Na maioria dos estudos exploratórios, as pesquisas envolvem um levantamento

bibliográfico, entrevistas com as pessoas que têm experiências práticas com o problema em estudo e a análise desses exemplos estimula a compreensão. (Gil, 2012)

### **2.3. Descrição da área de investigação**

A presente investigação terá como principal temática as relações intergeracionais, sobretudo entre avós e netos. É um tema da área das ciências sociais e humanas, mais precisamente da área da gerontologia. Sendo a gerontologia “uma nova área científica dedicada ao estudo do envelhecimento humano e das pessoas mais velhas.” (Paúl & Ribeiro, 2012:1)

Segundo Ramos, Marujo & Baptista (2012) as relações intergeracionais têm, ao longo dos tempos, vindo a ganhar uma relevância cada vez maior, quer no âmbito nacional como internacional, tanto ao nível académico, científico e social.

Nesta investigação serão abordados os seguintes temas: envelhecimento, envelhecimento ativo, relações idosos-família, relações intergeracionais e solidariedades familiares, avós e netos.

### **2.4. Descrição do Problema**

Pretende-se estudar e analisar as relações intergeracionais, mais precisamente entre avós e netos. Verificar como é que essas relações contribuem para a continuidade das rotinas e atividade dos avós, de que forma estes contribuem para a educação dos netos e para a manutenção dos laços familiares. É normal pensarmos na família como um espaço onde nascemos, crescemos e morremos, ainda que tenhamos mais do que uma família ao longo dessa trajetória. A família é também um lugar privilegiado para aprendizagens e de vivência de relações afetivas profundas. (Alarcão, 2006) Essas aprendizagens e vivências afetivas acontecem muitas vezes com relações que se estabelecem entre filhos, pais, netos e em alguns casos bisavós. É assim que ocorrem relacionamentos intergeracionais, ou seja entre diferentes gerações.

### **2.5. Escolha do Tema**

As razões que levaram à escolha do tema são variadas. A nível profissional, porque trabalho num Centro de Atividades de Tempos Livres e observo diariamente a participação de vários avós na educação dos netos. Noto que existe uma preocupação dos avós em participarem ativamente na educação dos netos e em interessarem-se nas atividades que estes lhes propõem.

A nível académico porque acho o tema interessante e que cada vez mais é observável no nosso dia-a-dia a interação entre avós e netos, quer porque os avós se sentem na obrigação de cuidar dos netos, pois os seus filhos não o podem fazer por motivos



profissionais ou pessoais. Ou os avós por espontânea vontade cuidam dos netos para terem uma ocupação.

A nível pessoal porque sempre me lembro de conviver com diferentes gerações, e de aprender bastante com essas gerações e também porque os meus bisavós e avós contribuíram para a minha educação e com eles aprendi muito.

## **2.6. Problemática**

- De que forma as relações intergeracionais, sobretudo entre avós e netos, promovem, mantêm ou influenciam a atividade e rotina diária dos avós?

## **2.7. Objetivos**

### **2.7.1. Objetivo Gerais**

- Verificar de que forma as relações intergeracionais promovem, mantêm ou influenciam a atividade diária dos avós;
- Analisar a influência das relações intergeracionais na manutenção da participação social, nas relações dos avós com os netos;
- Determinar qual a conceção que os avós têm da família;

### **2.7.2. Objetivos Específicos**

- Verificar se os avós têm ou teriam atividades (lúdicas, recreativas, educacionais, culturais e sociais) caso não cuidassem dos netos;
- Identificar quais as atividades que são essencialmente impulsionadas pelos netos;
- Averiguar qual o papel que os avós ocupam na família;
- Enumerar quais as solidariedades familiares, nomeadamente as que os avós prestam aos filhos e netos e vice-versa;
- Verificar como encaram os avós as alterações familiares e os novos tipos de família.
- Comparar os avós de antigamente com os avós da atualidade;
- Interpretar a forma como os avós encaram a educação dos seus netos e como contribuem para tal;
- Identificar o tipo de avós e como são os avós da atualidade;
- Perceber se os avós cuidam dos netos por iniciativa e vontade própria;
- Reconhecer quais as transmissões que passam de avós para netos e de netos para avós;
- Enumerar as tradições, hábitos e valores mais marcantes que ocorrem no seio familiar e passam de geração em geração na família.

## 2.8. Contextualização da Investigação

A investigação apresentada mais adiante foi realizada na Freguesia de Alpalhão, desta forma considero relevante descrever a freguesia.

### 2.8.1. Breve descrição da Freguesia de Alpalhão



Ilustração 1- Mapa do Concelho de Nisa

Alpalhão é uma freguesia do concelho de Nisa, distrito de Portalegre, situado no Alto Alentejo.

Alpalhão, é uma povoação antiquíssima, já existente no tempo dos Romanos. Esta povoação situar-se-ia no chamado Monte dos Sete, sensivelmente 2 km a norte da atual vila. Não se sabe, qual a razão da mudança de local. O prefixo «Al» é uma reminiscência do domínio árabe, existente no nome de muitas povoações portuguesas, especialmente a sul do Tejo. D. Afonso Henriques, após a independência do condado Portucalense em 1143, inicia a reconquista do Alentejo e Algarve e, em 1160, concede o 1º Foral a Alpalhão que, por ser uma região pouco povoada e fronteira, concedia facilidades e garantia de defesa aos indivíduos que nela se fixassem. Em 1842 era Concelho no Distrito Administrativo de Portalegre, Alentejo, com três freguesias: Alpalhão, Gáfete e Tolosa. O Concelho de Alpalhão é extinto em 31 de Dezembro de 1853, por Decreto de 3 de Agosto de 1853 e é publicado no Diário do Governo n.º 244 de 17/10/1853, passando para o Concelho de Nisa. Decorridos 42 anos, as freguesias de Alpalhão e Tolosa, foram integradas no concelho do Crato. Três anos mais tarde, em 1898, por Decreto de 18 de Janeiro, ambas as freguesias são reintegradas, novamente no concelho de Nisa.

Atualmente os Censos 2011 divulgam que residem em Alpalhão 1238 pessoas, das quais 605 são homens e 633 mulheres.

Residem na freguesia 824 pessoas com 65 ou mais anos, podendo-se assim concluir que mais de metade da população é idosa. As pessoas em idade ativa deslocam-se para meios urbanos, onde encontram melhores condições de trabalho, o que faz com que o número de crianças também seja reduzido.

No que diz respeito à empregabilidade, como em muitas freguesias de Portugal e sobretudo do interior, a taxa de desemprego é alta. Contudo existem algumas entidades que se podem destacar no que diz respeito à oferta de emprego. Como maiores empregadores da freguesia temos os Granitos de Maceira, o Lar Nossa Sra. da Redonda e algumas salsicharias. Na empresa Granitos de Maceira a maior parte dos trabalhadores são do sexo masculino. Enquanto no Lar Nossa Sra. da Redonda e nas salsicharias os trabalhadores são maioritariamente do sexo feminino. A agricultura é também uma atividade de destaque na freguesia, sendo de destacar a criação de gado ovino e caprino.

## **2.9. População**

A população é o grupo de interesse do qual se pretende recolher dados. Segundo Quivy & Campenhoudt (1998), a população é a totalidade de elementos constitutivos do conjunto considerado. Neste caso a população são todas as pessoas que se encontrem reformadas ou com idades a partir dos 64 anos, que têm netos e residem na Freguesia de Alpalhão.

## **2.10. Amostra**

Para Lakatos & Marconi (2003), só é necessário selecionar uma amostra, quando o estudo não é censitário, ou seja, não abrange a totalidades dos componentes do universo (população). A amostra é, assim, uma porção ou parcela, devidamente selecionada do universo.

Dado que a população é numerosa é necessário estudar uma amostra representativa da mesma. No método qualitativo são utilizadas amostras mais pequenas. Assim a amostra deste estudo será constituída por 7 elementos, que têm em comum o cuidado que prestam aos netos, têm 64 ou mais anos ou encontram-se reformados e residem na Freguesia de Alpalhão. Para a seleção da amostra foi efetuada uma escolha intencional, tendo em consideração as normas de inclusão. Com uma população tão volumosa torna-se necessário que sejam criadas normas de inclusão e de exclusão para que a amostra seja bem representativa do objeto de estudo. Assim as normas de inclusão são: idade igual ou superior a 64 anos ou estar reformado, ter netos e prestar cuidados aos mesmos e residir na Freguesia de Alpalhão. As normas de exclusão no estudo são: rejeitar a participação no estudo, encontrar-se no mercado de trabalho e mostrar falta de capacidades cognitivas. Os elementos escolhidos e que aceitaram participar no estudo assinaram um documento como

tomavam conhecimento de que os dados por eles fornecidos iriam ser utilizados na presente investigação. (Anexo 1)

### **2.11. Instrumentos de Recolha de Dados**

Tal como referem Ketele & Roegiers (1993: 18), após se ter determinado quais as informações que se pretendem recolher, “é necessário elaborar uma estratégia de recolha de informações, que por sua vez, exige o recurso a métodos de recolha de informação.”

A recolha de dados consiste em “reunir concretamente as informações determinadas junto das pessoas ou das unidades de observação incluídas na amostra.” (Quivy & Campenhoudt, 1998: 183)

Inicialmente foi efetuado uma recolha bibliográfica e documental sobre o tema.

Para a recolha de dados da investigação serão utilizadas entrevistas semidirigidas. A entrevista permite ao entrevistador um contacto direto com os interlocutores (entrevistados). Como método de recolha de dados, a entrevista, permite ao investigador, que o entrevistado exprima as suas perceções, as suas interpretações ou as suas experiências. A entrevista semidirigida é das mais utilizadas em investigação social, pois permite que o investigador prepare uma serie de perguntas-guia, mas não terá de coloca-las pela ordem que as anotou, deve deixar decorrer a entrevista, para que o entrevistado fale abertamente. O investigador deve reencaminhar a entrevista para que o entrevistado não se afaste dos objetivos a que o investigador pretende chegar. (Quivy & Campenhoudt, 1998)

Ketele & Roegiers (1993: 22) definem entrevista como: “A entrevista é um método de recolha de informações que consiste em conversas orais, individuais ou de grupos, com várias pessoas selecionadas cuidadosamente, a fim de obter informações sobre factos ou representações, cujo grau de pertinência, validade e fiabilidade é analisado na perspetiva dos objetivos da recolha de informações.”

Para definir quais as perguntas que deveriam ser efetuadas aos entrevistados inicialmente foi efetuada uma grelha (Anexo 2) onde constam os principais conceitos e os respetivos objetivos específicos. De seguida foram formuladas questões orientadoras, em que se pretende que deem resposta aos objetivos específicos. Com as questões orientadoras definidas chegou-se aos tópicos de conversação, fundamentais para formular a entrevista semidirigida aos entrevistados.

O guião da entrevista semidirigida utilizado nesta investigação encontra-se no Anexo 3.

As entrevistas efetuadas foram gravadas em formato Som Wave (.WAV) (Anexo 4).

### **2.12. Considerações Éticas**

A ética é organizada a partir de um sistema de valores e normas que distinguem os comportamentos humanos bons e maus.

Aquando da aplicação das entrevistas, será referido aos entrevistados que será mantida a confidencialidade. Porém, o entrevistado tem direito a decidir se pretende participar ou não no estudo.

Assim sendo, os intervenientes foram informados da pretensão do estudo e a garantia do anonimato.

No mesmo documento que o entrevistado assinou e que refere que os dados serão utilizados apenas para a presente investigação, é referido também que será mantido o anonimato de todos os entrevistados. (Anexo 1)

Para garantir o anonimato e confidencialidade dos entrevistados e das suas famílias todos os nomes foram silenciados na gravação das entrevistas em formato áudio (Anexo 4) e na transcrição (Anexo 5) das mesmas foram dados nomes fictícios aos entrevistados e seus familiares.

### **2.13. Análise dos Resultados**

Como se trata de um estudo qualitativo, onde serão efetuadas entrevistas semidirigidas, penso que a melhor forma de organizar e tratar os dados obtidos, será através da análise de conteúdo. Segundo Lakados & Marconi (2003: 223), a análise de conteúdo “permite a descrição sistemática, objetiva e quantitativa do conteúdo da comunicação”.

A análise de conteúdo permite tratar de forma ordenada informações e testemunhos que apresentam um certo grau de profundidade e complexidade.

Bardin (2009), citado em Farago & Fonfoca, enquanto método, a análise de conteúdo transforma-se num conjunto de técnicas de análise das comunicações que utiliza procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens.

A análise de conteúdo pode ser efetuada esquematicamente, pois permite reduzir os dados, separar os elementos e identificar e agrupar esses elementos agrupando-os.

Para melhor analisar dos dados obtidos, as entrevistas foram gravadas em áudio (Anexo 4) e seguidamente transcritas (Anexo 5) na íntegra, apenas os nomes dos entrevistados e dos seus familiares serão alterados para que as questões de confidencialidade sejam respeitadas. A transcrição das entrevistas irá facilitar o preenchimento da grelha de análise de conteúdo. Nas grelhas de análise de conteúdo (Anexo 6) estarão os principais conceitos ou categorias, que de seguida se dividem em subcategorias. A essas subcategorias estará associado o discurso do entrevistado, ou seja a resposta dada pelo entrevistado. Por último estarão as conclusões a que a investigadora chegou.

## **CAPÍTULO III: ANÁLISE DOS RESULTADOS**

### **3. ANÁLISE DE CONTEÚDO**

#### **3.1. Descrição Pessoal dos Entrevistados**

O envelhecimento é um estágio da vida em que ocorrem diversas alterações. Alterações físicas, sociais e profissionais. Não existe uma idade fixa para que a pessoa entre no processo de envelhecimento, pois existem vários fatores que vão ocorrendo ao longo do desenvolvimento do ser humano que levam à velhice e conseqüentemente ao final de vida da pessoa. A velhice ou envelhecimento surge ligado à idade dos 65 anos, devido ao facto de esta ser a idade em que normalmente a pessoa sai do mercado de trabalho e entra na reforma. Assim sendo os entrevistados para este estudo ou se encontram reformados ou têm 65 ou mais anos. Apenas um dos entrevistados tem 64 anos, mas já se encontra reformado, todos os outros têm 65 ou mais anos. Cinco dos entrevistados são do género feminino e dois do género masculino.

A nível profissional, nenhum dos entrevistados se encontra atualmente no mercado de trabalho. Antes de se reformarem os homens tinham profissões de nível médio, um era auxiliar de ação educativa e o outro era músico militar. Já as mulheres tinham profissões de nível mais baixo e ligadas ao meio rural. Uma ocupava-se das tarefas domésticas, outra era vendedora ambulante e outra trabalhou na limpeza das ruas e no campo. As outras duas tinham profissões de nível médio, sendo que uma era decoradora e a outra modista.

Quanto ao número de netos, todos os entrevistados têm mais de dois netos, uma das entrevistadas tem um bisneto. Os netos dos entrevistados têm idades compreendidas entre um mês e meio e 20 anos. O número de netos do género feminino é superior ao do género masculino.

#### **3.2. Participação Social, Ocupações e Atividades de Tempos Livres dos Entrevistados**

A forma como o individuo ocupa os seus tempos livres, as atividades e as ocupações que tem durante a reforma varia consoante as suas preferências, a sua disponibilidade e a sua necessidade. A forma como o individuo gere o seu tempo quando se reforma está associada a rotinas diárias e semanais que já foram adquiridas ao longo do seu percurso de vida.

Uma das ocupações diárias de alguns reformados, apontada por um estudo da Fundação Francisco Manuel dos Santos (Cabral & al., 2013), é a prestação de cuidados, tanto a crianças como a pessoas mais idosas, sendo sobretudo o género feminino a prestar esse cuidado. Com as entrevistas foi possível confirmar, pois todos os entrevistados prestam cuidados aos seus netos, uns dedicando mais tempo que outros. Uma das entrevistadas ocupa-se diariamente da sua neta, pois esta vive com ela e a entrevistada Fátima refere mesmo *“Nem a mãe lhe fazia aquilo que eu faço.”*. Todos se ocupam dos

netos, contudo alguns dos entrevistados não estão presentes diariamente na vida dos netos sobretudo por questões de distância. Pois não vivem na mesma localidade dos netos ou de alguns dos netos. É possível confirmar esse facto, pois a entrevistada Emília refere *“Tenho pena de não ter os netos mais perto para poder ajudar também, mas de vez em quando vou até Lisboa ou Portalegre para dar uma ajudazinha.”* Com as entrevistas realizadas também é possível confirmar que os cuidados aos netos são prestados sobretudo pelas avós, ou seja, pelo género feminino, pois o número de entrevistadas é superior ao número de entrevistados.

Relativamente às atividades e ocupações dos reformados são sobretudo realizadas em casa, são atividades passivas que não requerem grande esforço, como ver televisão, ouvir rádio, tarefas domésticas e reparações caseiras. Todos os entrevistados dedicam parte do seu tempo às tarefas domésticas, preparando a alimentação, cuidando da casa e da roupa. Mesmo os entrevistados do género masculino referem que ajudam as esposas nas tarefas domésticas. Quando questionado sobre a forma como organiza o seu dia-a-dia o Sr. Manuel menciona *“É a casa, tratar do almoço, vou até ali ao café um bocadinho, às quatro horas venho, venho para casa (...)”*. Já as entrevistadas, todas referem dedicar-se diariamente às tarefas domésticas. A Sra. Amélia diz *“É o que a gente faz, limpar, cozinhar e passar a ferro. Lavar roupa, bom lavar não porque a máquina lava, mas bom é assim. Depois é estender e passar e fazer estas coisas todas.”*, a Sra. Josefa diz *“Lá em casa é fazer limpeza. Varrer aquilo quando posso, porque há alturas que também não posso. Lavar e estender roupas, apanhar roupas. Passar a ferro.”*. Todas as entrevistadas referem que o seu dia-a-dia é ocupado sobretudo com tarefas domésticas, concluindo-se assim que essas tarefas são realizadas em casa e não diferem de dia para dia.

Quanto às ocupações dos tempos livres e que normalmente os reformados têm em abundância, os entrevistados ocupam-nos de diferentes formas. A Sra. Emília dedica os seus tempos livres à pintura, ocupação que adora, podendo assim dizer-se que é uma ocupação que lhe dá satisfação. A Sra. Fátima faz costura e renda, a Sra. Josefa tem uma horta onde faz diversas sementeiras e vai à azeitona. A Sra. Amélia tem uma vez por semana ginástica e hidrogenástica. O Sr. Manuel vai ao café e a Sra. Conceição também tem ginástica e hidrogenástica duas vezes por semana e frequenta um curso de informática para séniores. Já o Sr. José refere que *“(...) as atividades são imensas. Embora digam que os reformados têm pouca atividade, eu digo que tanto cá em Alpalhão, como em Mem Martins, onde nós moramos, há sempre coisas, que, se não tenho trabalho, invento para fazer qualquer coisa. Desde a bricolage, há sempre imensas coisas para fazer. (...) gostamos de fazer umas caminhadas, pelo menos para mantermos um certo equilíbrio mental. Costumamos também ir fazer natação à piscina ali a Nisa. (...) Há uma situação na qual estou empenhado, em relação com a nossa filarmónica aqui de Alpalhão, (...) parece*



*que não mas ocupa-me muito e muito tempo. Há sempre muita coisa para resolver (...).*”  
Essas atividades são satisfatórias para os entrevistados, promovem a sua autoestima e o seu sentido de utilidade e ajudam também a que não realizem apenas atividades em casa.

O cuidado e educação dos netos, que é uma das atividades ou ocupações de todos os entrevistados e um dos objetivos do presente estudo é importante para todos os entrevistados, pois ajuda-os a sair de casa, a conviver e a participar em determinados eventos sociais ou culturais. Para alguns dos entrevistados os netos estão presentes apenas nos seus tempos livres, para outros estão presentes no seu dia-a-dia, pois vivem com eles.

### **3.3. A Família e as Solidariedades Familiares segundo a opinião dos entrevistados**

A formação de uma família passa por várias etapas, inicialmente com a formação do casal, depois o casal com filhos pequenos, o casal com filhos adolescentes, o casal com filhos adultos e por fim estes saem de casa e formam uma nova família. Para todos os entrevistados a família é tudo e a melhor coisa que têm. A Sra. Josefa refere que *“Não querem que eu morra. Que lhes faço muita falta. (...) É os melhores amigos que eu tenho, pronto. A minha família para mim é tudo.”* A Sra. Emília considera que *“É a melhor coisa que eu tenho.”* O Sr. José acha que *“A família, portanto, eu acho que é a base do mundo. (...) acho que a família tem de estar unida na dor e nas alegrias. (...) a família faz parte de nós. Eu penso que se não tivesse família, a minha existência era negativa. Não fazia razão nenhuma de existir. Agora, como eu digo a família é os filhos, é o crescimento das netas, do neto, é ver os filhos dos amigos crescer, no bom sentido da palavra é a coisa mais bela.”*

No que concerne à importância que os entrevistados acham que têm para a sua família, a Sr. Manuel acha que é importante, tanto para a sua filha, como para os seus netos referindo *“Tanto faz a minha filha, como o meu rapaz e os meus netinhos falam sempre “Oh avô... oh avô...”, pronto. Ainda ontem à noite aos beijinhos e agarrado a mim e à avó (...) Eles é que me fizeram voltar aqui para a terra.”* Já a Sra. Fátima diz que os seus netos *“pensam que não têm outra amiga melhor que eu. Não têm mesmo uma amiga melhor que eu. Tanto que ainda ontem o meu neto (...) esteve a falar comigo. É sinal que gosta de mim, se não gostasse de mim não ligava nada e no entanto ainda ontem ele esteve a falar comigo.”* A Sra. Conceição sente que é importante, especialmente para os seus netos *“Modéstia à parte, sentimos. Eu pelas coisinhas que eles às vezes dizem... a gente não pode dizer, mas eles às vezes, coitadinhos, eles dizem: “Queridos avós”, até nas mensagens às vezes que mandam, “e gostamos muito de vocês, são os maiores”, são aquelas coisas que se calhar não fica bem dizer, mas eu acho que sim.”*

Todos os avós que se dedicam aos seus netos têm um papel importante na família, tanto no apoio prestado como em manifestações de afetos. Todos os entrevistados têm um

papel importante na família, pois transmitem muitos dos seus saberes, estão presentes sempre que é necessário e são uma fonte inesgotável de afetos. A Sra. Emília refere *“naquilo que eu posso colaborar, eu colaboro sempre.”*. Já a entrevistada Fátima refere que o seu papel na família é tão importante que *“Nem a mãe lhe fazia aquilo que eu faço.”*

No seio familiar compartilham-se vários tipos de ajuda, bens e afetos. As ajudas que normalmente ocorrem são a nível económico, no cuidado das crianças, na realização das tarefas domésticas e nos cuidados gerais em caso de doença ou incapacidade. Os entrevistados, referem que essas ajudas são recíprocas, pois tanto ajudam eles os filhos e os netos, como os filhos e os netos os ajudam a eles. A entrevistada Josefa refere *“Ajudo sim, nisso tudo. Tenho de os ajudar. Mesmo assim com o pouco que nos dão à gente, a gente ainda o sabe poupar mais ou menos melhor. Temos que os ajudar a eles com alguma coisa. (...) Ajudam, pronto. Os meus filhos, é assim, há qualquer coisa da horta ou sem ser da horta, quando andávamos nas feiras ajudavam.”*. A Sra. Emília refere que ajuda os seus filhos e netos naquilo que pode e eles também a ajudam a ela, mas refere que um dos seus filhos *“mesmo à bocadinha, quer dizer, ele parece que sonha quando eu preciso de qualquer coisa. Todos são bons para mim. Todos. Mas aquele miúdo, é uma coisa que não tem explicação.”*

Vivemos num mundo em constante mudança e a família não é exceção. Longe vão os tempos em que o casamento se dizia ser para toda a vida, não existindo tantos divórcios como atualmente. Desta forma, a família tem vindo a adquirir novos modelos, como as famílias monoparentais e as famílias reconstituídas. Todos os entrevistados se demonstraram um pouco reticentes e contrariados com estes novos modelos. Alguns deles, mesmo tendo casos na sua própria família discordam com estas alterações familiares. A Sra. Amélia refere *“Eu cá, isso de divórcio e assim, para mim acho que não devia de ser assim. A gente devia-se casar e depois construir família e não haver assim tantos divórcios e tantas coisas. Isso não entra cá.”*, no mesmo seguimento a Sra. Josefa diz *“Isso para mim, não dou... não têm valor nenhum. Não, não. Não porque a gente...sei lá. A gente dantes parecia demais, levávamos mais maus tratos e essas vidas todas e ninguém deixava os maridos por coisa nenhuma. Agora por qualquer coisa, nem é preciso darem uma chapada, nem darem nada deixam-se, ou desgostam deles ou porque é disto ou porque é daquilo e pronto preferem ficar com um filho nos braços e irem-se embora (...).”* A entrevistada Emília refere que tem um caso na família, que é o da sua filha, mesmo mostrando-se um pouco contrariada com a situação a Sra. Emília diz *“Eu tive que concordar com ela. Porque se eu não concordasse o que é que eu fazia? Deixava, se calhar, de a minha filha ter o interesse que tem por mim, admirar-me como ela admira e eu seria, se calhar, também mais infeliz.”*. O Sr. José refere que também o seu filho se separou e constituiu nova família, o entrevistado aceita a nova família do seu filho e refere que *“Eu só lamento é, às vezes os*

*casais em si, os filhos depois são um joquete na mão do pai e da mãe, são usados para determinadas situações e isso é que eu condeno.*”. A Sra. Conceição que também tem um dos seus filhos separado e reconstituiu nova família, contudo apesar de entrevistada aceitar a situação refere *“olha isso a mim entristece-me um bocadinho. Por outro lado já começa a ser tão vulgar que daqui a pouco, nós também já achamos normal, não é? Mas acho que os filhos acabam sempre por sofrer um bocadinho, quer queiramos, quer não acaba por haver sempre um sofrimento.*”. Todos os entrevistados mencionaram a questão dos filhos, pois consideram que com o divórcio dos pais as crianças acabam sempre por ser as mais prejudicadas.

### **3.4. Avós e Netos, uma Relação Intergeracional**

Ser avô é um laço de parentesco que se forma naturalmente e está estreitamente ligado à maternidade ou paternidade. O papel dos avós é extremamente importante, tanto para os netos como para toda a família. Os avós de hoje são diferentes dos avós de outros tempos, pois são mais jovens e mais ativos. É possível confirmar esse facto, pois alguns dos entrevistados do presente estudo não conheceram os seus avós e os que conheceram, uma das recordações que têm deles é que eram pessoas, como alguns referem *“já muito velhinhas*”. Sobre os seus avós e as recordações que tem deles, o Sr. Manuel refere que *“Só conheci um e por pouco tempo.*”, a Sra. Emília diz *“Conheci sim. (...) E gostei de ter sempre os meus avós. E tive um desgosto muito grande quando os meus avós morreram.*”, a Sra. Fátima lembra-se *“A gente vivia na casa da minha avó, que era da mãe da minha mãe. E a minha avó viveu sempre com a gente até morrer, pronto.*”. O Sr. José menciona que *“essa avó ficou sempre a viver com uma tia minha, de maneira que então nós visitávamos... mas quer dizer...era aquela infância que em termos de avós não tive muita ligação com eles.*”. A Sra. Conceição também conheceu os seu avós *“eu ficava com a minha avó. E os outros avós maternos também, ainda convivi com os dois.*”.

Os avós são apontados como intermediários entre o passado, o presente e o futuro. (Ramos, Marujo & Baptista, 2012) São fontes inesgotáveis de sabedoria, de transmissão de saberes e afetos. Desta forma os entrevistados foram questionados sobre que recordações têm dos seus avós. A entrevistada Emília recorda que *“Era mais à noite, porque antigamente não era assim de dia que a gente se ocupava, era aos serões. Contavam-me continhos, e quando era mais velha jogávamos às cartas, que naquela altura também não era todas as pessoas que sabiam jogar às cartas. Mas eles ensinavam-me tudo. Tudo o que eles sabiam, adoravam que eu soubesse também.*”. A entrevistada Fátima aprendeu com uma das suas avós *“a costurar, que era a vida dela. Chegámos a ficar com as minhas avós. (...) Para a minha mãe e o meu pai irem trabalhar.*”. O entrevistado José tem poucas recordações dos seus avós, contudo refere *“Os meus avós maternos, tive muito pouco*

contacto com eles, porque tinham uma idade um bocado avançada. Vagamente os recordo. Estou a ver o meu avô com um chapéu de aba larga e a minha avó Beatriz, mas muito, muito vaga.”. A entrevistada Conceição refere “*lembro-me perfeitamente da minha avó paterna, coitadinha (...) antigamente só podíamos entrar nas sociedades aos 15 anos e a minha mãe ia com a minha irmã para o baile e eu ficava com a minha avó. Íamos passar o serão a casa de uma senhora amiga e chegávamos a casa, eu bebia uma canequinha de café com leite antes de ir para a cama e dormia com a minha avó, coitadinha. Isso é uma coisa que ainda hoje quando passo à casa parece que me vejo lá naquele quatinho. Também coitadinhos, velhinhos ternurentos, aquelas coisas, chatinhos entre aspas, que os avozinhos às vezes é, não mexas, não faças...*”. É possível verificar através destes testemunhos que existem algumas diferenças entre os avós de hoje e os avós de antigamente. Mesmo relativamente às atividades e ocupações que têm os avós de agora e os de antigamente. Atualmente os avós são mais jovens, ativos e saudáveis, pois foram informados para a importância de uma alimentação e hábitos de vida saudáveis. Os avós de hoje são mais companheiros e cúmplices, fazem um esforço para agradar aos seus netos e alinham nas brincadeiras. Os avós dos entrevistados não faziam ginástica nos seus tempos livres como os entrevistados. Mesmo em relação à educação que os entrevistados tiveram e a educação que os seus netos hoje têm, os entrevistados referem existir diferenças significativas. Sobretudo em relação aos brinquedos e brincadeiras, ao respeito e à forma como acatam as ordens. A Sra. Amélia refere “*era muito diferente. Por exemplo a minha mãe dizia assim: “Vai lá fazer isso.”, eu ia logo, não é? Eu agora digo assim “Pedro, vai lá apanhar isto ou vem cá ao pé de mim”, ele nem ouve o que eu estou a dizer. Aquilo passa-lhe ali, sei lá a quantos quilómetros de distância. E quando eu não fazia tinha a minha mãe que me dava logo ali umas boas nalgadas, e agora não se faz isso. A gente eramos mais educados de que o que são os meninos de agora.*”. O Sr. Manuel também considera que existem muitas diferenças sobretudo no respeito e educação, pois menciona “*Antigamente quando a gente estava à mesa quem é que se levantava sem pedir autorização aos pais? E às vezes mesmo a pedirmos, tínhamos que estar lá até comer tudo. Havia muita diferença.*”. O Sr. José considera que a diferença é “*completamente abismal. (...) os nossos netos, felizmente, têm tido tudo quanto é possível e nós não tínhamos nada. Nós simplesmente brincávamos, inventávamos as nossas brincadeiras (...) Eu nunca tive um brinquedo sequer para poder brincar. Os brinquedos que nós fazíamos eram com (...) os carros de linhas, com arames, ponhamos um saco por cima, conduzíamos aquilo. (...) Era jogar, os miúdos juntavam-se a jogar ao berlinde, à malha, à inteira, portanto, nós ... hoje não.*” Como é possível verificar existem muitas diferenças na educação, nas formas de brincar e nos brinquedos em si.

Os avós entrevistados foram também questionados sobre o pensam da educação que os seus netos estão a ter. A maioria dos entrevistados está de acordo com a educação que os seus filhos estão a dar aos netos, contudo consideram que é diferente da que eles próprios tiveram. Alguns dos entrevistados referem que é uma educação mais liberal, que sabem e têm acesso a mais coisas. A entrevistada Emília menciona que *“Á maneira deles às vezes é boa. Mas às vezes a mim, acho que não devia de ser assim, mas como eu quero que esteja sempre tudo bem. (...) Mas há coisas que eu também não concordo muito. Mas pronto, o tempo está assim e a gente tem que o encarar como ele é.”*. O Sr. José diz ter *“muito orgulho nas netas e no neto que tenho. Derivado à conjectura que nós estamos a viver, onde os jovens às vezes têm ... falam pouco com os pais, com uma certa animosidade, ou com falta de respeito e eu como não transmiti isso aos meus filhos, se isso acontecesse, eu ficava realmente muito triste e muito magoado com essa situação.”*. A Sra. Conceição demonstra-se *“contente com a educação que os nossos filhos estão a dar. Acho que aceitaram, ou pelo menos transmitem aquilo que nós lhes demos. Acho que não criamos mal e pronto os frutos foram bons.”*.

Apesar de os entrevistados nem sempre concordarem com a educação que as crianças, e especialmente os seus netos têm, também eles de certa forma os educam quando estão com eles. A Sra. Amélia refere que *“a gente também como avó também tem de dar uma repreensãozinha e assim.”*, o Sr. José também tem a mesma opinião dizendo *“Nós como avós temos por obrigação de os chamar à realidade e dizer-lhe aquilo que realmente, portanto, o que se passa.”*.

Os avós são muitas vezes acusados de mimar os netos e de lhes fazer as vontades, havendo mesmo um ditado popular que diz que *“Os pais educam e os avós (des)educam”*. Esse ditado é muitas vezes referido porque os avós muitas vezes não conseguem dizer que não aos netos. Assim sendo, os entrevistados foram questionados sobre o que pensavam sobre essa frase. Alguns dos avós entrevistados diz não concordar, dizendo que quando o pai ou a mãe quando estão a ralhar eles não se metem, tentam seguir a educação e cumprir as regras impostas pelos pais dos seus netos. Outros concordam com o ditado, mencionam que em certas situações mimam os netos. A Sra. Josefa concorda em certa medida com o ditado, pois refere que *“Agora se a mãe começa a ralhar com ela, a mim doí-me porque eu é que a criei, da idade de três meses (...) parece que ela é que a teve, mas eu é que a criei. Então quando ela está a ralhar com ela, para mim doí-me muito (...) mas a gente também dá cabo deles, dos mimos. Porque a gente dantes não tinha mimo.”*. A Sr. Emília também considera que *“em parte é capaz de ser verdade, porque muitas vezes eu faço coisas que os meus filhos não fazem aos filhos.”*. Já a Sra. Fátima menciona *“Acho que quando o pai está a ralhar, a gente deve deixar ralhar o pai. Quando a gente está a dar educação, ele deve deixar dar educação à gente.”*. O Sr. José também refere que *“nunca me meto quando*

*o pai ou a mãe (...) nunca me meto entre os pais. O que é com eles é com eles e depois eu quando estou sozinho (...) a educação dou-lha à minha maneira.*”. A Sra. Conceição também refere que *“já temos debatido o assunto com os nossos filhos e eu para a minha nora (...) digo assim: “Sónia, não leves a mal, mas eu não deixei”, “Só tem é que não deixar, não pode estragar o que a gente faz, só tem que não deixar” (...) Mas se pedirem o que quiserem, fazerem uma coisa que a gente ache que não pode, não podemos, não deixamos.”*.

### **3.4.1. Que Tipo de Avós são os Entrevistados**

Os avós não são todos iguais, desta forma foram identificados por Oliveira (2012) três tipos de avós, os avós cuidadores, os avós companheiros e envolvidos e os avós distantes. Os avós cuidadores muitas vezes ocupam o lugar dos pais, dando assistência à família e tomando conta dos netos, vão levar e buscar os netos à escola, ficam com eles durante as férias, confeccionam as refeições, no fundo tratam de tudo o que for necessário. Os avós companheiros e envolvidos são aqueles que aproveitam o tempo em que estão com os netos de forma descontraída e lúdica, sem a preocupação de os educar, dão apenas um apoio adicional aos pais. Os avós distantes são aqueles que por diversos motivos estão afastados do quotidiano dos seus netos.

Os avós entrevistados no presente estudo são sobretudo avós cuidadores e avós companheiros e envolvidos. Nenhum dos avós entrevistados é distante, pois apesar de existirem avós que não vivem na mesma localidade de alguns dos seus netos, convivem frequentemente com eles, telefonam-lhe e preocupam-se. Também não fazia parte dos objetivos do estudo entrevistar avós distantes, uma vez que o principal objetivo é perceber a influência e contribuição que os netos têm para a manutenção e promoção de uma vida ativa dos seus avós. A Sra. Amélia, a Sra. Josefa, o Sr. Manuel e a Sra. Fátima são avós cuidadores, pois em muitas situações ocupam o lugar dos pais, uma vez que dão assistência à família, tomam conta dos netos, vão buscá-los e levá-los à escola e preparam-lhes as refeições ou seja ocupam-se de tudo o que é necessário. É possível confirmar esses factos uma vez que a entrevistada Amélia refere *“Ele tem 8 anos, desde que nasceu, a bem dizer que está comigo. É diferente. (...) ... gosto de o acompanhar, uma vez que a mãe não pode. Gosto de o acompanhar a todos os lados que ele tenha que ir. (...) De manhã já cá está, à noite também está. Lá vem o dia que vai para casa da mãe, à noite, vá. Eu falta-me uma coisa. Ele até pode estar aqui a dormir e eu estou ali sozinha à mesma, mas eu sei que ele está aqui.”*. A Sra. Josefa menciona *“(…), da idade de três meses eu é que a criei, parece que ela é que a teve, mas eu é que a criei. (...) ir levá-las à escola e trazê-las da escola. E às vezes abalar com elas para o médico.”*. O Sr. Manuel também demonstra que é um avô cuidador quando diz que se ocupa a *“tratar dele, ir levá-lo, dar-lhe o pequeno-*

*almoço, arranjá-lo e ir levá-lo à escola.*”. A Sra. Fátima é também uma avó cuidadora uma vez que uma das suas netas vive consigo e é a avó que se ocupa de tudo referindo mesmo que *“nem a mãe lhe fazia aquilo que eu faço.”*. Já a avó Emília é companheira, pois ela própria refere que gostava de ter os netos mais perto para poder ajudar mais e estar mais presente, mas de vez em quando vai para junto deles e refere que *“naquilo que eu posso colaborar, eu colaboro sempre.”*. O Sr. José é também um avô companheiro pois, apesar de estar sempre presente quando é necessário o que ele gosta mesmo de fazer com os netos é *“quando nos sentamos no chão a brincar com eles, mas isso é... eu acho que isso é que é um verdadeiro ... somos uns verdadeiros avós.”*. Já a Sra. Conceição mostra-se disponível para colaborar no que for necessário no dia-a-dia dos seus netos, contudo *“embora a gente goste muito de ajudar, mas a responsabilidade já é dos pais.”*.

### **3.4.2. Qual a Contribuição dos Avós para os Netos**

Os avós ocupam um lugar especial no coração dos netos e vice-versa, pois existe uma troca de afetos, bens, dons e carismas. Os avós partilham com os seus netos a sabedoria, o testemunho, a memória, a seriedade, a reconciliação, a disponibilidade, a partilha, a ternura e a perseverança. Um dos dons que está sempre ligado aos avós é a sabedoria, e a transmissão destes dons contribui para a educação e desenvolvimento dos netos. Os avós transmitem aos seus netos histórias da família, tradições, valores, transmitem conhecimentos, são confidentes, dão atenção, demonstram segurança e estabilidade e dão apoio direto à criança.

Os avós gostam de partilhar com os seus netos histórias antigas, brincadeiras do seu tempo, como era a sua infância e como se vivia à umas décadas atrás. Os avós entrevistados não são exceção, por exemplo o Sr. Manuel refere que o seu neto mais novo diz muitas vezes que o avô lhe ensinou *“coisas antigas que a gente fala do tempo antigo, e o miúdo tem uma boa cabecinha para isso, fixa.”*. Gostam também de partilhar com os seus netos os conhecimentos que têm. A Sra. Emília refere que dois dos seus netos já pintam, coisa que ela também adora fazer. A Sra. Josefa gosta de partilhar com as suas netas receitas, e menciona mesmo que são as suas netas que dizem *“Oh avó ades-me ensinar a fazer estes comeres.”*.

Outro dos dons dos avós é a transmissão de valores. Todos os entrevistados do presente estudo referiram que gostam de passar aos seus netos determinados valores que também lhes foram transmitidos pelos seus avós e pais. A Sra. Amélia refere que os seus netos aprendem com ela a boa educação, da mesma opinião é o Sr. Manuel que além desse valor tenta também transmitir aos seus netos o valor do respeito e das boas maneiras. Já a Sra. Joséfa transmite aos seus netos o valor da amizade, para que estes sejam amigos uns dos outros. A Sra. Fátima partilha a mesma opinião dizendo que não

gosta que os seus netos briguem com os amigos, gosta é que sejam todos amigos uns dos outros. A Sra. Emília menciona *“a educação. Os valores que me foram dados a mim, eu tento sempre...que a gente não faz isso, a gente não trata mal o menino ou não se trata mal os professores, não se responde aos pais. E quando eles às vezes estão a responder assim, eu digo assim: “Não filhos, não se faz isso.”*. O Sr. José pretende que os seus netos aprendam os valores da honestidade e da seriedade, que quando se diz alguma coisa, deve-se cumprir, deve-se respeitar os outros, pois foram esses valores que transmitiu aos seus filhos e assim pretende que também os seus netos os tenham. Para a Sra. Conceição o principal valor que transmite aos netos é o da honestidade, mas transmite também as boas maneiras, o conceito da família, da amizade, que não sejam conflituosos, mas sim carinhosos.

Os avós são também bons transmissores das tradições, hábitos e costumes. Uma das tradições que mais passa de geração em geração é a comemoração do Natal. Todos os entrevistados referenciaram que esta é uma das principais tradições que fazem questão de comemorar e de transmitir aos seus filhos e netos para que a façam tal como eles faziam com os seus avós e pais. Todos referem que é, principalmente nesta altura que juntam toda a família, que trocam presentes e que têm o hábito de manter determinadas ementas. Muitos dos entrevistados também referem que outra tradição que gostam de manter na família é a comemoração do Ano Novo e os Aniversários, reunindo a família toda nessas datas. Exemplo disso é a Sra. Amélia que refere que no Natal *“eu cá estou a fazer como se fazia dantes, para que eles vejam como era a tradição e assim. E o que se fazia de doces e essas coisas é o que eu faço agora.”*. Ainda em relação a hábitos e costumes que os entrevistados adquiriram dos seus pais e avós e fazem questão de transmitir aos seus filhos e netos a Sra. Conceição menciona *“a minha mãe se não tinha uma despensa na casa, o meu pai fazia um armáriozinho com caixotes e prateleirinhas e a minha mãe todos os meses ia à mercearia e trazia tudo o que era necessário para a casa. (...) Eu acho que ela era muito orientada e eu isso apanhei da minha mãe. Que ainda hoje gosto muito de ter tudo, a reservazinha, a despensa com tudo o que é preciso. (...) E a nossa nora também tem.”*.

Os bens materiais são também transmitidos de geração em geração, é a chamada herança que fica para os filhos e netos quando morre uma pessoa. Muitos também partilham com os seus filhos e netos determinados objetos que também lhes foram dados pelos seus avós ou pais. Esses objetos são normalmente joias, artigos de decoração, roupas e fotografias. A entrevistada Conceição refere que *“tenho os brincos de ouro que eram da minha avó, que já eram da avó dela, coitadinha, tenho-os de recordação. (...) aqueles pratos, aqueles dois além, eram da minha mãe, há outros que dei aos meus filhos, lá para a casa deles e à minha irmã também.”*.



Pode assim concluir-se que são inúmeras as contribuições que os avós partilham com os seus netos.

### **3.4.3. Qual a Contribuição dos Netos para os Avós**

Não são só os avós que partilham com os netos, os netos também têm inúmeros dons para partilhar com os seus avós. Os netos proporcionam aos avós estímulos físicos e intelectuais, com as brincadeiras, com os cuidados que os avós têm com eles, com as expressões que usam e com as novas tecnologias. Os netos são também uma fonte de amor, pois os avós retiram tanto amor da relação, como aquele que dão. Os netos representam também para os seus avós a continuidade da família, pois simbolizam a continuidade do nome, dos genes, das memórias, dos valores e do património. Os avós entrevistados reconhecem essas transmissões que os netos também lhes passam. A Sra. Amélia reconhece que é estimulada intelectualmente, pois menciona que *“já tenho estado às vezes a fazer um ditado. Já aconteceu eu fazer um ditado e ele também. Para ver qual é que dá mais erros.”*. Já a Sra. Josefa é estimulada fisicamente pelas netas, quando as vai buscar ou levar à escola, quando está a cozinhar com elas e uma das netas põe música e a entrevistada dança com ela. Com o Sr. Manuel acontece o mesmo estímulo físico, pois brinca muitas vezes com os netos, sobretudo a jogar à bola. A Sra. Emília é estimulada física e intelectualmente com os netos, pois vai diversas vezes a Lisboa ou a Portalegre para estar com eles, gosta de brincar e eles ensinam-lhe brincadeiras que ela própria nem sabia que existiam, brincam aos professores e conversam, pois os netos fazem-lhe muitas perguntas sobre o avô que já faleceu e eles não tiveram oportunidade de conhecer. Os netos da Sra. Fátima também lhe proporcionam estímulos físicos e intelectuais, pois ela acompanha-os em tudo e está sempre a aprender coisas novas com as suas duas netas. Já o Sr. José e a sua esposa, a Sra. Conceição são estimulados tanto física como intelectualmente pelos seus netos, pois gostam muito de brincar com eles, não têm problema em sentar-se no chão a brincar e a fazer tudo o que os netos lhes pedem, assim como eles próprios pedem ajuda aos netos nas novas tecnologias. Como foi referido anteriormente, os netos são também uma fonte de amor, pois dão amor aos seus avós, tanto quanto o que recebem e os avós reconhecem, pois dizem que os netos os apelidam de “Queridos avós”, que não querem que os avós morram, isso demonstra o amor que os netos dos entrevistados têm por eles.

### **3.4.4. As Atividades que Avós e Netos desenvolvem**

Os avós que prestam cuidados diários aos netos, além de os irem levar e buscar à escola, de os acompanhar ao médico, de lhes preparar as refeições, de os ajudar com os trabalhos de casa, desempenham também atividades lúdicas com os seus netos. Essas

atividades são por exemplo as brincadeiras, como jogar à bola, brincar aos professores, brincar com bonecos, podem também descobrir o passado, através dos álbuns de fotografias dos avós, ouvir canções da infância dos avós, dar passeios, ir à pesca, cuidar da horta e cozinhar. São várias as atividades que avós e netos fazem em conjunto e tanto são benéficas para os avós, assim como para os netos. Os avós entrevistados não são exceção e também gostam de fazer inúmeras atividades com os seus netos. Por exemplo a Sra. Amélia gosta de fazer jogos com o seu neto, o seu neto gosta que ela vá assistir aos seus jogos de futebol e também acompanha o neto nos passeios. A Sra. Josefa menciona que com as suas netas *“faço um bolo com elas, elas gostam de estar a bater. (...) se há música, a minha Matilde, isso é a minha Matilde, “vamos dançar, avó”, “Ai filha, ainda pões aqui a avó maluca, mais do que está”, “Vá lá, avó”. E lá me ponho a bailar com ela.”*. O Sr. Manuel gosta de jogar à bola com os seus netos e quando tinha uma horta, os netos gostavam muito de ir com ele. A Sra. Emília refere que os seus netos *“às vezes vêm para aqui, vão buscar os cadernos, eu sou a professora, eles são os alunos e gostam muito de eu lhes explicar coisas. (...) é conversar, eles gostam muito de saber porque é que eu não tenho marido e como é que era o avô.”*. Já a Sra. Fátima o que mais gosta de fazer é passear e ir aos bailes com as netas. O Sr. José brinca com os seus netos aos concursos de música, os seus netos também lhe pedem para eles lhes coçar as costas e fazer massagens. Já a Sra. Conceição refere *“eu cá o que gosto mais de fazer é brincar. (...) eles quando passam os dias lá brincam, desde jogos, a brincar às escolas, a fazerem passagens de modelos, concursos de música, sei lá...pronto-a-vestir. Desarrumam a roupa toda da avó para fazerem um pronto-a-vestir, um centro comercial. (...) Brincamos assim ao imaginário.”*. Como é possível verificar são inúmeras as atividades realizadas entre avós e netos, estimulando as duas partes, os avós porque são estimulados física e intelectualmente, os netos porque adquirem vários conhecimentos com os avós.

#### **3.4.5. A importância dos Netos para a manutenção da vida ativa dos Avós**

O tema do envelhecimento abrange um conjunto de transformações que requerem que a pessoa faça diversas adaptações. A Organização Mundial de Saúde foi um dos primeiros organismos a lançar o tema do envelhecimento ativo. Neste conceito de envelhecimento ativo este organismo pretende que se tenha em conta não só a qualidade de vida e saúde dos mais velhos, mas também a manutenção da autonomia física, psicológica e social, que os mais velhos estejam integrados em sociedade e que assumam a plena cidadania. Foram vários os conceitos de envelhecimento ativo apresentados pelos diversos organismos e que têm a pretensão de que a pessoa esteja satisfeita perante a vida, não se preocupando apenas para que esteja ativa fisicamente e de boa saúde.

As relações intergeracionais são vínculos estabelecidos entre duas ou mais pessoas que têm idades diferentes e encontram-se também em estádios de desenvolvimento distintos. Uma das formas de ocorrer uma relação intergeracional é o vínculo desenvolvido entre avós e netos, pois ambos pertencem a gerações diferentes. As relações intergeracionais têm como principais objetivos a promoção da inclusão e valorização dos mais idosos, partilhar conhecimentos, habilidades e valores humanos, recuperar jogos e brincadeiras tradicionais, estimular na criança um novo olhar sobre os mais velhos e fomentar a aquisição de conhecimentos através da educação informal.

Desta forma as relações intergeracionais, nomeadamente entre avós e netos promovem e influenciam os avós a que vivenciem o envelhecimento de forma ativa. Pois através das brincadeiras que têm com os netos, dos cuidados que lhes prestam e dos afetos que partilham continuam a manter-se ativos. Os netos têm assim um lugar importante na manutenção, influência e promoção de um envelhecimento ativo para os seus avós. Muitos avós mesmo fazendo tarefas que lhes parecem naturais, estão a manter-se ativos, por exemplo, o ir levar e buscar o neto à escola, faz com que o avô se arranje, saia de casa, ande e converse com outras pessoas. Outro exemplo é ajudar o neto a fazer os trabalhos de casa, ao ajudar o neto a fazer uma conta ou uma frase o avô está a estimular o seu cérebro.

Todos os entrevistados consideram que os seus netos são fundamentais e ajudam bastante para que se mantenham ativos. A entrevistada Amélia refere que se o seu neto estiver com ela, não se sente tão sozinha, quando está sozinha aborrecesse e quando ele está *“anda tudo aí num reboliço.”* A entrevistada Josefa refere que gosta de ir levar e buscar as suas netas à escola pois *“assim vou para baixo, vou para cima”* e quando *“estou com eles não penso tanto (em doenças).”* A entrevistada Emília menciona que os netos são muito importantes para que se mantenha ativa, *“quando os miúdos chegam eu fico diferente”*, e para estar com eles a entrevistada vai a Portalegre ou a Lisboa, para dar uma ajuda quando é necessário. A entrevistada Fátima refere que *“se não fossem eles, a gente, a muitos lados não ia. Estávamos mais em casa. (...) se eu não tivesse a minha neta (...) eu estava mais isolada e não saía tanto de casa. E assim como sei que tenho aquele compromisso, tenho que ir.”* O entrevistado José concorda completamente com o facto de os netos contribuírem para que ele se mantenha ativo, brincado com eles sentado no chão, quando o ajudam nas novas tecnologias, considera que quando está com os netos, está sempre em atividade. A entrevistada Conceição em relação à contribuição dos netos para que ela se mantenha ativa menciona *“Ai isso ajuda, sem dúvida. (...) Ficam eles ativos e ficamos nós, sem dúvida. Ajudam sim senhora, eu acho que sim. Até porque eles lá também nunca estão parados. Quando estão lá em casa sempre há...estão sempre mexidos em relação...há sempre atividade.”* Como é possível confirmar existem várias formas de os mais velhos se manterem ativos, cabe-lhes a eles escolherem como o fazer, e uma das

opções é cuidando e estando presentes no quotidiano dos netos. Conclui-se assim que muitas vezes mesmo sem os avós se aperceberem, os netos proporcionam-lhes atividades e ocupações que fazem com que estes mantenham a sua vida ativa, mesmo não estando no mercado de trabalho, não tendo uma ocupação diária fixa, os avós que cuidam dos netos continuam a arranjar-se para sair de casa, a preocuparem-se com a alimentação, a cumprirem horários, a fazer caminhadas quando vão levar e buscar os netos a diversos locais, continuam a dar passeios, a sentar-se no chão, no fundo continuam ativos.

## **CONCLUSÃO E ANÁLISE CRÍTICA**

O tema do envelhecimento é bastante atual e por todo o mundo surgem estudos relacionados com o tema. Um dos principais assuntos estudados é o aumento da longevidade, pois como seria de esperar todos nós gostaríamos de viver o máximo de tempo possível, mas com todas as nossas capacidades presentes. Contudo isso nem sempre se verifica, pois uma das principais perdas associadas ao processo de envelhecimento é a perda, ou fragilidade no campo da saúde. Esta investigação pretende demonstrar que mesmo envelhecendo, as pessoas podem-se manter ativas, conservando muitas das suas capacidades e para tal a contribuição dos netos pode ser fundamental. Desta forma, a presente investigação teve como principal objetivo demonstrar aos avós que os netos e a relação que têm com eles são muito importantes para a manutenção e influência de uma vida ativa. Tal como muitos investigadores referem, a entrada para o processo de envelhecimento ou velhice dá-se quando normalmente a pessoa deixa de trabalhar e se reforma. O facto de deixar de trabalhar, significa também que deixa de estar ativa, contudo muitas pessoas quando deixam de trabalhar, estão mais ativas e têm mais tarefas e ocupações do que quando trabalhavam. O que é importante é que as ocupações, tarefas e atividades que a pessoa desenvolve após se reformar sejam satisfatórias para a pessoa, lhe deem prazer e sentido de utilidade.

Uma das tarefas que as pessoas desempenham após se reformar é a prestação de cuidados aos netos. Muitos são os avós que se reformam com a pretensão de cuidarem dos netos, de usufruírem de mais tempo para eles, do que tiveram para os seus próprios filhos.

Na presente investigação, inicialmente foram selecionados os principais conceitos sobre o tema, efetuou-se uma pesquisa bibliográfica, recorrendo a diversos autores e estudos. De seguida foi estruturada a forma como se ia proceder à investigação, ou seja, foram definidos os métodos e tipos de estudo, os objetivos, a amostra que iria ser utilizada na investigação, os métodos de recolha de dados e como é que os dados iriam ser analisados. Foi decidido que a amostra seria composta por sete pessoas, já reformadas ou com mais de 64 anos, que tivessem netos e residissem na freguesia de Alpalhão. Como método de recolha de informação foi formulado um guião com uma entrevista semidirigida. Nessa entrevista constavam perguntas sobre os avós entrevistados e sobre a relação que estes têm com os seus netos e restante família. Para analisar os resultados obtidos com as entrevistas foram efetuadas grelhas de análise de conteúdo onde a informação dada por cada entrevistado ficou resumida e organizada. Com a ajuda das grelhas de análise de conteúdo e com os conceitos descritos no primeiro capítulo, foi desenvolvido o terceiro capítulo, onde consta a análise dos resultados.

Com os resultados obtidos pode concluir-se que os netos são bastante importantes para os avós, assim como os avós são importantes para os netos. Os avós entrevistados cuidam

dos seus netos, alguns a tempo inteiro outros apenas quando é necessário. Desempenham as mais variadas atividades com eles, pois tanto são atividades que requerem mais responsabilidade, como atividades de caráter mais lúdico. Desde ir levar e buscar à escola, preparar as refeições, ajudar nos trabalhos de casa, tratar da roupa, brincar, contar histórias, transmitir tradições, hábitos e valores e partilhar afetos, são algumas das atividades desempenhadas pelos avós. Essas atividades são benéficas não só para os netos, que são os principais beneficiados, assim como são extremamente importantes para os avós. Contudo, muitos avós nem se apercebem dessa importância, pois desempenham essas funções com tanta naturalidade que nem percebem os benefícios que estão a retirar. Pois ao desempenhar essas funções os avós estão a dar continuidade à vida ativa que tinham antes de se reformar, pois continuam a sair de casa, a estimular o cérebro, a ter responsabilidades e a sentir-se úteis.

O estudo também abordou o tema da família, pois o idoso é muito importante para a família, assim como a família é importante para ele. Existem muitos tipos de entreajuda no seio familiar, tanto de pais para filhos, como vice-versa. Tal como referiram os entrevistados essas solidariedades familiares são ao nível económico, na ajuda de tarefas domésticas e nos cuidados prestados aos netos. Contudo, os entrevistados quando questionados sobre esse assunto mostraram-se um pouco intimidados, sobretudo nas questões económicas.

Outro dos temas abordados na entrevista foi o da infância dos avós, a relação e as recordações que têm dos seus avós e como era a sua geração. Através dos relatos obtidos, é possível concluir que existem diferenças consideráveis, como eles próprios referem os tempos mudaram e hoje há mais liberdade. Os avós entrevistados também gostam de partilhar com os seus netos essas suas vivências passadas, como era a vida no seu tempo, como se ocupavam, como era as relações com os seus pais e avós e como brincavam.

Foi bastante gratificante elaborar este estudo, pois permitiu-me aprofundar o conhecimento que possuía sobre o tema. Gostei particularmente de realizar as entrevistas, de ouvir as histórias dos avós, de demonstrarem o quão importantes os netos são para eles e o carinho que patenteiam ao falar deles.

## BIBLIOGRAFIA

- ALARCÃO, Madalena, (2006) *(Des) Equilíbrios Familiares*, 3ª Edição, Coimbra: Quarteto Editora;
- CABRAL, Manuel & al. (2013), *Processos de Envelhecimento em Portugal*, Lisboa: Fundação Francisco Manuel dos Santos;
- COUVANEIRO, Conceição & CABRERA, José (2009) *Este Tempo de Ser – Concepções de Espaço e Tempo para um Envelhecimento Positivo*, Lisboa: Instituto Piaget;
- DIAS, Cláudia (2000), *Pesquisa qualitativa – características gerais e referências*, disponível em: <http://www.reocities.com/claudiaad/qualitativa.pdf>, acedido a 24 de Agosto de 2013;
- ESTEVES, António, *Metodologias Qualitativas – Análise Etnográfica e Histórias de Vida*, Universidade do Porto, acedido a 27 de Junho de 2013, in <http://ler.letras.up.pt/uploads/ficheiros/4257.pdf>;
- FARAGO, Cátia & FONFOCA, Eduardo, *A análise de conteúdo na perspetiva de Bardin*, disponível em: <http://www.letras.ufscar.br/linguasagem/edicao18/artigos/007.pdf>, acedido a 28 de Agosto de 2013;
- FERLAND, Francine (2006) *Os avós nos dias de hoje – Prazeres e armadilhas*, Lisboa: Climepsi;
- FERNANDES, Ana Alexandre (2008). *Questões Demográficas – Demografia e Sociologia da População*. Lisboa: Edições Colibri/FCSH-UNL (71-87);
- FONSECA, António (2006), *O Envelhecimento – Uma abordagem psicológica*. 2ª Edição, Lisboa: Universidade Católica Editora;
- GIL, Carlos (2012), *Como classificar as pesquisas*, disponível em: [www.ngd.ufsc.br/files/2012/04/ric\\_CLASSIFICAPESQUISAGIL.doc](http://www.ngd.ufsc.br/files/2012/04/ric_CLASSIFICAPESQUISAGIL.doc), acedido a 26 de Agosto de 2013;
- GUNTHER, Hartmut (2006), *Pesquisa Qualitativa versus Pesquisa Quantitativa*, disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/%0D/ptp/v22n2/a10v22n2.pdf>, acedido a 24 de Agosto de 2013;
- KETELE, J. M. & ROEGIERS, X. (1993), *Metodologia da Recolha de Dados*, Lisboa: Instituto Piaget;
- LAKATOS, E. Mª & MARCONI, M. (2003), *Fundamentos de metodologia científica*, 5ª Edição, São Paulo: Atlas;
- OLIVEIRA, Alessandra (2009), *Avosidade: Visão das avós e de seus netos*, Universidade Católica de Brasília, Dissertação de Mestrado em Gerontologia;
- OLIVEIRA, Cristina (2011), *Relações Intergeracionais: Um estudo na área de Lisboa*, Lisboa: Instituto Superior de Ciências Sociais e Políticas, Dissertação de Mestrado;
- OLIVEIRA, Gabriela (2012), *Avós precisam-se – A importância dos laços entre avós e netos*, Lisboa: Arte Plural edições;
- PAÚL, Constança & FONSECA, António (2005), *Envelhecer em Portugal*, Lisboa: Climepsi;

- PAÚL, Constança & RIBEIRO, Oscar (coord.) (2012), *Manual de Gerontologia – Aspectos biocomportamentais, psicológicos e sociais do envelhecimento*. Lisboa: Lidel;
- PAULA, E. & CAMPOS, J. (2011), *Histórias de vida: relação entre as vivências pessoais e profissionais na configuração das concepções e práticas em educação de infância*. Revista Interacções, Vol. 7, nº. 18;
- PEREIRA, Fernando (coord.) (2012), *Teoria e Prática da Gerontologia – Um guia para cuidadores de idosos*, Viseu: PsicoSoma;
- QUIVY, R. & CAMPENHOUDT, L. (1998), *Manual de Investigação em Ciências Sociais* (2ªEdição), Lisboa: Gradiva;
- RAMOS, Natália, MARUJO, Manuela & BAPTISTA, Aida, (2012), *A Voz dos Avós – Migrações, Memória e Património Cultural*, Coimbra: Gráfica de Coimbra 2;
- SILVA, Ana Isabel, (2012) *A colaboração dos avós na educação dos netos*, Aracaju: Interfaces Científicas – Educação p. 67-75;
- SILVA, Sofia (2009), *Envelhecimento Activo - Trajectórias de vida e ocupações na Reforma*, Tese de Mestrado em Sociologia, Faculdade de Economia da Universidade de Coimbra;
- TEIGA, Sara (2012), *As relações intergeracionais e as sociedades envelhecidas: Envelhecer numa sociedade não Stop – O território multigeracional de Lisboa Oriental*, Escola Superior de Educação de Lisboa, Dissertação de Mestrado em Educação Social e Intervenção Comunitária;