

## A PARADOXAL RELAÇÃO DA SOCIEDADE ATUAL COM A VELHICE<sup>1</sup>

Renata Bechara Carneiro Gomes<sup>2</sup>

Monalisa Maria Lauro<sup>3</sup>

### RESUMO:

Este artigo propõe uma reflexão sobre a paradoxal visão da sociedade brasileira contemporânea com relação ao envelhecimento, pois todos querem ter uma vida longa, porém, o velho, muitas vezes, é tratado como lixo social, desvalorizado e excluído socialmente. As pessoas nesta etapa do ciclo da vida sofrem com preconceitos, estereótipos e rótulos negativos que podem trazer consequências psicológicas e sociais, ocasionando sofrimentos. A população idosa vem crescendo no Brasil e no mundo, o que convoca todos à responsabilização com esta transformação demográfica e com os desafios que ela traz. A partir do referencial teórico da abordagem fenomenológico-existencial, especificamente da Logoterapia, busca-se ampliar a compreensão da velhice e de seu lugar na sociedade. Segundo Viktor Frankl (2016), o ser humano busca sentido na sua vida e pode extrair sentido, mesmo em situações adversas, debruçando-se sobre suas conquistas, experiências valorosas e desafios. Portanto, este artigo visa promover um novo lugar e olhar para a velhice na sociedade brasileira atual, a partir do compromisso de inclusão e respeito, pois a velhice pode ser vista como uma fase de potência. Espera-se, com o tema aqui proposto, ampliar possibilidades de uma sociedade mais cidadã, valorizando as experiências acumuladas, a necessidade de relacionamentos entre gerações e o sentido de vida, pois envelhecer faz parte da existência humana. No sentido literal, estamos envelhecendo desde o dia em que nascemos.

**Palavras-chave:** Psicologia. Envelhecimento. Sociedade. Logoterapia.

### THE PARADOXICAL RELATIONSHIP OF TODAY'S SOCIETY WITH OLD AGE

#### ABSTRACT:

This article is a proposal for reflection on the paradoxical view of contemporary Brazilian society on aging, because everyone wants to have a long life, but the elderly is often treated as social garbage, devalued and excluded in current Brazilian society. People at this stage of the life cycle suffer from prejudices, stereotypes and negative labels that can bring sick psychological and social consequences. This population has been growing both in Brazil and in the world, calling everyone to take for accountability

---

<sup>1</sup>Artigo de trabalho de conclusão de curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Academia, na Linha de pesquisa Psicologia e relações sociais, comunitárias e políticas. Recebido em 24/04/2023 e aprovado, após reformulações, em 24/05/2023.

<sup>2</sup>Discente do curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Academia (UNIACADEMIA). E-mail: renata@cave.com.br

<sup>3</sup>Doutora em Psicologia pela Universidade Federal de Juiz de Fora (UFJF) e docente do curso de Graduação em Psicologia do Centro Universitário Academia (UNIACADEMIA). E-mail: monalisalauro@uniacademia.edu.br

when dealing with this demographic transformation and with the new challenges faced by this elderly. Through the phenomenological-existential approach, which investigates subjective experience, and the concept of Logotherapy one can broaden society's understanding of old age. According to Viktor Frankl, (2016) the human being seeks meaning in his life and can extract meaning even in adverse situations, to focus on his achievements, valuable experiences and challenges, seeking to change himself. Therefore, this article aims to promote a new place and look at old age in Brazilian society today, with the commitment to inclusion and respect on the part of society, it can be seen as a phase of power. The proposed theme expands the possibilities of a more citizen society, emphasizing the accumulated experiences of older people, the importance of relationships between generations and the meaning of life, because aging is part of human existence. In the literal sense, we've been aging since the day we were born.

**Keywords:** Psychology. Aging. Society. Logotherapy.

## 1 INTRODUÇÃO

A longevidade é uma realidade cada vez mais presente e repleta de importantes desafios para a sociedade contemporânea em geral. Dados estatísticos do relatório mundial sobre envelhecimento e saúde da Organização das Nações Unidas apontam que a população mundial com mais de 60 anos deve triplicar até 2100, atingindo cerca de 3 bilhões de pessoas (OMS, 2012).

No Brasil, atualmente, a expectativa de vida é de 76 anos e, acompanhando a estimativa crescente, a previsão é de que, no ano de 2060, a proporção de idosos chegará a 25% da população, ou seja, um em cada quatro brasileiros terá 60 anos ou mais (IBGE, 2020). É possível compreender essas projeções da expectativa de vida a partir dos avanços científicos e da queda dos níveis de fecundidade, conforme afirmam os relatórios da Organização das Nações Unidas (OMS, 2005; OMS, 2015).

O processo do envelhecer, segundo especialistas da área, é natural, universal e heterogêneo. Natural, pois faz parte da existência humana. Universal, pois, na melhor das hipóteses, todos vamos passar por ele. E heterogêneo, pois cada um vai vivenciá-lo de maneira singular (SCHNEIDER; IRIGARAY, 2008). Nesse sentido, Motta (2013) prefere usar os termos 'velhices' e 'velhos', no plural, destacando a enorme heterogeneidade do processo de envelhecimento.

Apesar de ser uma etapa natural da vida, a velhice é ainda estigmatizada. Estereótipos e preconceitos estão presentes em nossa sociedade e predominam

como temáticas dos estudos e pesquisas. A transição demográfica, com aumento expressivo do número de idosos, ressalta as mazelas da velhice, com os idosos sendo vistos como um fardo ou como classe social frágil, dependente e sem valor.

Em consequência, a sociedade brasileira enfrenta uma série de desafios como, por exemplo, o acesso à saúde, à segurança e à inclusão social. Políticas públicas que lancem um novo olhar sobre a velhice e o velho são mandatórias. É preciso que se conscientizem que pontos positivos e negativos são encontrados em todas as etapas da vida. Os profissionais envolvidos no processo do desenvolvimento humano precisam aprender a lidar com o envelhecimento de forma mais saudável e inclusiva, apostando nas potencialidades, valores e conquistas que podem ocorrer nessa fase da vida.

Coerente com isso, o objetivo principal deste artigo foi analisar a percepção do envelhecimento na sociedade brasileira atual e discutir o paradoxo referente a essa fase do ciclo vital. Afinal, como, em uma sociedade que almeja uma vida longa, o idoso ainda sofre com o não reconhecimento da sociedade em que vive?

Especificadamente, buscou-se identificar os estereótipos e os preconceitos em relação aos idosos, bem como destacar as potencialidades da existência humana. A partir da abordagem fenomenológico-existencial, em especial da Logoterapia, destacou-se a importância da relação social e da inclusão para a promoção do bem-estar nessa fase da vida.

Também foi abordado o papel da psicologia, seus desafios e objetivos, entre eles, a necessidade de se refletir sobre estigmas e rótulos em relação ao envelhecimento, a proximidade da finitude, e a busca de sentido de vida e de autonomia, visando a uma velhice mais saudável e ativa.

Para alcançar esses objetivos, foi desenvolvida uma pesquisa bibliográfica narrativa qualitativa. Para sua realização foram consultados livros, revistas eletrônicas de psicologia, priorizando artigos publicados na base de dados *Scielo* e *Google Acadêmico* a partir dos seguintes termos de busca: “envelhecimento”, “idoso”, associados com “sentido de vida”, “existência”, “psicologia do desenvolvimento” e psicologia fenomenológico-existencial. Foram selecionados apenas trabalhos em língua portuguesa e publicados até o ano de 2023.

Espera-se que a discussão aqui apresentada possa sensibilizar a sociedade, os gestores públicos e os profissionais de saúde envolvidos nesta fase do desenvolvimento humano. Além disso, espera-se promover uma reflexão mais profunda sobre o envelhecimento e refletir sobre a urgência de ações mais inclusivas e respeitadas em relação aos idosos. Por fim, propiciar um debate acerca do importante papel da psicologia na promoção de bem-estar, de dignidade e de qualidade de vida das pessoas idosas, contribuindo para a desconstrução de estereótipos e preconceitos.

## **2 ENVELHECER: PROCESSO NATURAL E INEVITÁVEL**

À medida que os anos passam, o corpo sofre mudanças que afetam a aparência, a saúde e as capacidades físicas e mentais. Essas alterações corporais e mentais podem gerar nas pessoas idosas preocupações e desafios. Sendo assim, aceitar essas mudanças, que são inevitáveis, e buscar um modo de vida mais significativo, criando conexões sociais e culturais, podem contribuir para tornar o processo de envelhecer mais equilibrado e acompanhado de uma melhor qualidade de vida.

Embora a velhice seja um processo natural, a sociedade contemporânea a considera como uma fase que deve ser evitada, em vez de aceita e valorizada. E, nesse sentido, Beauvoir (1990) afirma que a rejeição à velhice pode ser uma autodefesa ou uma evitação de confronto com a finitude. Contudo, a velhice não é uma doença ou um mal a ser combatido, mas sim uma fase da vida, que pode ser vivida com significado e plenitude.

Coerente com essa visão, a perspectiva fenomenológico-existencial na psicologia, para a qual o envelhecimento não é marcado somente por perdas, afirma que o ser humano está em movimento, integrado com o mundo, que ele próprio constitui e é produzido por ele (NOGUEIRA; BORIS, 2019). Assim, esta etapa da vida é desafiadora, especialmente quando ocorrem perdas significativas de saúde, mas também é parte de um processo de reflexão, crescimento e sabedoria, pois, em sua

dimensão existencial, a velhice diz respeito à forma como a pessoa se percebe no tempo e como se relaciona com o mundo (BEAUVOIR, 1990).

Antes de prosseguir com algumas contribuições que essa perspectiva teórica nos apresenta na compreensão do envelhecimento, cabe mencionar como essa fase da vida é vista na atualidade.

## 2.1 ENVELHECIMENTO NA SOCIEDADE CONTEMPORÂNEA

O tema do envelhecimento, ao longo da história, foi abordado por diversos pensadores na tentativa de se compreender o significado e o valor da velhice. Marco Túlio Cícero, filósofo, orador e escritor da Roma Antiga, em sua obra *Saber Envelhecer e a Amizade*, por exemplo, apresenta uma visão positiva sobre o envelhecimento, valorizando a sabedoria, a experiência e a maturidade acumuladas ao longo dos anos. O filósofo acredita que a velhice se caracteriza por ser uma época de tranquilidade e realização, na qual se pode desfrutar da vida de maneira diferente, se equiparada à juventude (MOREIRA, 2021).

Cícero exalta o que é próprio da natureza humana. Sem deixar de reconhecer os desafios e as limitações do envelhecimento, acredita que esses aspectos podem ser superados com sabedoria e virtude. Além disso, o filósofo também argumenta que a velhice permite que as pessoas apreciem as coisas boas da vida de maneira mais profunda e significativa. Ele sugere que os prazeres da vida são mais satisfatórios na velhice, porque as pessoas têm uma apreciação mais profunda e madura do mundo ao seu redor, exaltando o que é próprio da natureza humana, e que seria uma estupidez resistir a essa natureza. Em suas palavras: “[...] pretender resistir à natureza não teria mais sentido do que querer – como os gigantes - guerrear contra os deuses” (CICERO, 44 a.C. apud MOREIRA, 2021, p. 1).

No entanto, não é essa visão que vemos no cenário atual da sociedade brasileira em relação à velhice. Existe uma imposição massiva de estereótipos negativos que excluem socialmente as pessoas idosas e que podem levar a uma experiência de envelhecimento bastante diferente daquela apresentada por Cícero.

Na sociedade brasileira atual, o que se vê, muitas vezes, é a desvalorização das pessoas idosas com atribuições e características negativas, como fragilidade,

dependência, pouca atividade e produtividade, o que pode levar à desvalorização, à discriminação e à exclusão social. Cabe observar que, na sociedade brasileira atual, existe um culto à juventude que está levando cada vez mais as pessoas a almejam uma juventude eterna e a fugirem do que é inevitável a todos. Isso é facilmente observado na tentativa de esconder as marcas de expressão por meio de procedimentos estéticos, o que, para além de uma questão estética, também pode revelar uma não aceitação da própria história de vida (TEIXEIRA *et al*, 2007).

Além disso, na lógica capitalista é enfatizado o culto à juventude como um valor cultural, o que pode levar os idosos a se sentirem menosprezados e invisíveis por não se sentirem produtivos. Os declínios físicos e psíquicos comuns com o passar dos anos, as perdas de atributos supervalorizados socialmente, como a beleza e a jovialidade, também podem desencadear problemas de saúde física e psicológica (NOGUEIRA; BORIS, 2019). Sobre isso, os autores Schneider e Irigaray destacam:

[...] ao mesmo tempo em que a sociedade potencializa a longevidade, ela nega aos velhos o seu valor e sua importância social. Vive-se em uma sociedade de consumo na qual apenas o novo pode ser valorizado, caso contrário, não existem produção e acumulação de capital. Nesta dura realidade, o velho passa a ser ultrapassado, descartado, ou já está fora de moda. (2008, p.587)

A garantia dos direitos de um cidadão já é uma tarefa árdua, mas se torna mais desafiadora para a pessoa idosa, que é afastada do mundo comercial e tem que subsistir com sua aposentadoria, além de enfrentar as vicissitudes do envelhecimento e seus efeitos (FONSECA; SILVA; AVIZ, 2021). Essas atribuições de estereótipos negativos e depreciativos relacionados à velhice são obstáculos focais que impedem que as pessoas idosas sejam vistas como indivíduos completos, com necessidades e capacidades, o que contribui para minar sua autoestima. Isso implica pensar na afirmação de Fraiman (2016), segundo a qual o envelhecimento não costuma ser um tema inclusivo, ao contrário tende a ser rodeado de adjetivos pejorativos, e de palavras nada gentis, como decadência e inutilidade, sofrendo ainda um grande preconceito social. Na mesma direção, Lavor (2018) entende que essa fase de vida é caracterizada por desvalorização face aos jovens, pois os idosos não são vistos como sujeitos ativos que podem contribuir socialmente.

Desde que nascemos, estamos envelhecendo. Ninguém fica velho somente ao completar 60 anos, pois envelhecer é um processo natural e faz parte da existência humana. Scheneider e Irigaray (2008), Silva (2008), assim como Nogueira e Boris (2019), evidenciam que o processo de envelhecimento é complexo e multifatorial, uma vez que envolve questões fisiológicas, psicológicas, sociais, políticas e econômicas, que, por sua vez, influenciam a forma como o envelhecimento é vivido e percebido pela sociedade, bem como as expectativas e os desafios que as pessoas enfrentam à medida que envelhecem. Portanto, o processo de envelhecimento é vivido de maneira única e deve ser compreendido como uma totalidade existencial do sujeito que abrange aspectos biológicos, históricos e socioculturais.

Cabe reconhecer que cada pessoa idosa é única e tem sua própria história de vida, desejos, necessidades e potencialidades. Nesse sentido, destaca-se a importância de conhecer o contexto social e cultural no qual a pessoa idosa está inserida, para entender de que velho se está falando, reconhecendo suas características singulares e seus desejos (NERI, 2009).

Nesse contexto, Beauvoir (1990) denuncia que a sociedade contemporânea tenta homogeneizar a velhice, descrevendo-a como um objeto, analisado a partir do exterior. Enfatiza ainda que o envelhecimento tem suas diferenças individuais e contextuais, sendo necessário reconhecer as desigualdades sociais, como a pobreza e a discriminação de gênero e raça, que afetam de forma desproporcional os idosos, tornando suas vidas ainda mais desafiadoras. A homogeneização da velhice pode ser entendida também como uma forma de opressão, uma vez que as pessoas idosas são vistas pela sociedade contemporânea como menos capazes, menos produtivas e menos relevantes em relação aos jovens, ou seja, pode ser uma forma de reduzi-los a um único grupo uniforme e estereotipado.

Pode-se compreender, portanto, que isso traz uma série de problemas para essas pessoas nessa fase do ciclo da vida, como o isolamento social, a falta de acesso aos recursos e aos serviços adequados, além da exclusão da vida social e política. Ao se manter um olhar estigmatizante sobre a velhice, muitos rótulos acabam se fazendo presentes nos discursos contemporâneos. Dentre eles, é possível destacar expressões como: “Velho é traste, problema, ônus, inutilidade”, “Velhice é doença, incapacidade dependência, que atrapalha os outros, alguém que perdeu o direito à

dignidade, à sobrevivência, à cidadania” (PASCHOAL, 2002, p. 41). Esses rótulos reforçam uma visão negativa da velhice e podem levar ao medo de envelhecer.

Em consonância com essa concepção, Santos (2017) chama a atenção para o fato de que essa condição negativa atribuída pela sociedade à velhice pode estar ligada à aproximação do ser humano com a finitude. A velhice na sociedade atual, muitas vezes, é associada à proximidade do fim, à solidão e à doença, tornando-a difícil de ser aceita e vivenciada. Da mesma forma, a morte tem um lugar de exclusão, na medida em que não se fala sobre o assunto ou se evita citá-lo. Porém, não se pode esquecer que, assim como o envelhecimento, a morte é um processo natural e universal pelo qual todos seres humanos irão passar. A partir disso, é necessário que a sociedade gere mudanças para encarar o que é inevitável para todos que vivem mais longamente. É preciso rever o lugar das pessoas idosas, pois há sofrimento com a ausência desse reconhecimento social na contemporaneidade.

## 2.2 CONQUISTAS E DESAFIOS DO ENVELHECER NA ATUALIDADE

Pode-se considerar que a velhice constitui um período de muitas mudanças, o que exige um esforço de adaptação às novas condições de vida. O predomínio de imagens negativas (declínio e limitações) associadas ao envelhecimento pode dificultar pensar nesta fase como período em que a plenitude e a realização possam ser possíveis.

Apesar do processo de envelhecimento tornar as pessoas mais vulneráveis, devido às mudanças físicas, ao declínio das capacidades cognitivas e à maior suscetibilidade às doenças, não se pode esquecer que envelhecer é um processo natural que faz parte da existência do ser vivo. Mesmo diante das transformações ocasionadas pelo envelhecimento, as conquistas adquiridas no decorrer da vida não se perdem ou se tornam irrelevantes, pelo contrário, o idoso pode contribuir para a sociedade ao compartilhar suas experiências de vida, conhecimentos e habilidades. Diante disso, cabe entender que o envelhecimento não diminui o valor das experiências vividas no passado, pois a pessoa idosa pode enriquecer e beneficiar a comunidade, dividindo suas conquistas e criações valorosas.

Portanto, além das marcas da idade, as pessoas idosas carregam consigo conquistas de uma vida inteira com grandes riquezas, como valores, memórias, experiências e sabedorias que podem contribuir para a construção do futuro. O velho já foi jovem e o jovem vai ser velho, se nada acontecer neste percurso. Para Silva e Medina (2019), o convívio dessas gerações, que estão em fases diferentes de vida, pode proporcionar aprendizagens, sentimentos de respeito e uma troca de experiências. Essa mesma visão também se encontra em Oliveira, Vianna e Cárdenas que afirmam: “Ao aproximar gerações pode-se quebrar barreiras, eliminar preconceitos e vencer discriminações” (2010, p. 469).

Para assegurar e proteger os direitos, a dignidade e a cidadania das pessoas idosas, atualmente temos em vigor, no Brasil, o Estatuto do Idoso. Através da Lei nº 10.741/03, foram legitimadas garantias de direito à vida, à saúde, à alimentação, ao esporte, ao lazer, além de proteção contra a violência, o abandono e a discriminação. A lei também prevê penas mais severas para crimes cometidos contra pessoas idosas e estabelece a prioridade de atendimento em serviços públicos e privados (BRASIL, 2004).

Porém, a sociedade brasileira ainda enfrenta grandes desafios para colocar o Estatuto do Idoso em prática e garantir que esses direitos sejam efetivamente respeitados. O Estatuto do Idoso parece não estar dando conta da demanda dessa população. Segundo Bruno (2003), no Brasil ainda existe um distanciamento entre a legislação e a realidade do idoso. Apesar da lei de proteção existir, muitas vezes, ela é ignorada ou descumprida. Outra questão relevante é a falta de conscientização sobre os direitos das pessoas idosas e, por conseguinte, a falta de respeito e de cuidado, ocasionadas possivelmente pelo fato de essas serem vistas como fardo e serem desvalorizadas na sociedade atual. Caldas (1999) complementa essa afirmação ao dizer que, para promover saúde ao idoso, é preciso disseminar mais conhecimento sobre o envelhecimento e o processo de envelhecer.

Outros fatores a serem destacados são a falta de investimentos em políticas públicas, a ausência de fiscalização e de punição para aqueles que desrespeitam os direitos dessas pessoas. Ademais, é dever da comunidade, da família e do Estado cuidar para que sejam cumpridos os direitos descritos no Estatuto do Idoso brasileiro. Neste contexto, Veras (2009) descreve que o crescimento acelerado da população

idosa pelo país nas últimas décadas trouxe uma série de preocupações para gestores e pesquisadores envolvidos nesta área. Essas preocupações repercutem em toda sociedade, diante de um cenário de desigualdade social, instituições públicas frágeis e pobreza.

A longevidade se torna cada vez mais real à medida que a expectativa de vida aumenta. Assim, o debate da condição da vida dos idosos tem se tornado cada vez mais urgente para a sociedade contemporânea brasileira. O fato é que se faz necessário uma evolução de políticas públicas, uma maior visibilidade social das pessoas idosas, uma garantia da cidadania, como em qualquer outra idade, uma implementação de projetos de inclusão que estimulem a convivência social e proporcionem uma maior integridade física e emocional nesses anos a mais de vida.

Como destaca Farinelli (2015), entender que a longevidade é uma realidade, torna imprescindível reconhecer o papel da pessoa idosa na sociedade e garantir sua participação como sujeito de direitos, implementando ações coordenadas que possibilitem o atendimento integral desta população, envolvendo questões de saúde, segurança e lazer.

O que se pode entender nessa discussão é que o caminho para a diminuição da visão negativa sobre o envelhecimento não pode ser somente através da lei. Nesse sentido, acreditamos que a educação pode desempenhar um papel importante no olhar da sociedade sobre a velhice. Quanto mais os jovens conhecerem o processo de desenvolvimento em sua completude e entenderem que o envelhecimento faz parte desse processo e da vida de todos, mais próximos estaremos, de fato, da construção de uma sociedade mais inclusiva e justa.

Nessa direção, Neri (2009) entende que as mudanças sociais envolvidas no processo de envelhecimento, como a perda de papéis sociais e a sensação de invisibilidade social, geradores do sentimento de exclusão e isolamento, podem ser superadas pela participação ativa e efetiva dos idosos na sociedade, respeitando escolhas, preferências e capacidades. Portanto, como em qualquer outra idade, as pessoas idosas também precisam se relacionar socialmente para que possam se sentir amadas e valorizadas. Em outras palavras, é preciso promover uma mudança de cultura para construir um espaço mais compreensivo e tolerante, transformando a

percepção em relação ao idoso, enquanto atores sociais e sujeitos ativos, capazes de contribuir com a sociedade (NERI, 2009).

Assim também ressaltam Silva e Medina (2019), quando afirmam que a formação de uma visão crítica desse jovem pode ser fundamental na compreensão de como o envelhecimento é um processo significativo e que envelhecer faz parte da natureza de todos os seres vivos. Isso pode possibilitar às gerações mais jovens uma maior proximidade com valores e sabedoria dos mais velhos, contribuindo para minimizar o conceito negativo presente na cultura. Esses autores revelam ainda que a educação pode ser uma forma de a sociedade enxergar a velhice como uma fase natural da vida e respeitar a diversidade das experiências que cada pessoa idosa traz consigo.

Portanto, o convívio dos idosos com os mais jovens pode proporcionar mais compreensão e empatia, gerando mais respeito e dignidade para com as pessoas idosas. Assim, faz-se necessário considerar que o Estatuto do Idoso é um meio essencial para garantir os direitos e a cidadania das pessoas que vivem mais longinquamente, porém não é o único caminho. Mediante a urgente necessidade da sociedade atual de rever seus conceitos e atitudes, é possível desenvolver outras ações, tais como trabalhos individuais, ações coletivas organizadas e conscientização de gestores, a fim de romper com a visão estereotipada e excludente colocada pela sociedade sobre as pessoas idosas. Por outro lado, privar as pessoas idosas de conviver com os mais jovens pode provocar um afastamento e um desconhecimento frente ao envelhecimento, fortalecendo a criação de estereótipos e preconceitos, além de se perder o compartilhamento de saberes e de experiências, e a criação de laços afetivos, como destacam França, Silva e Barreto (2010). Esses autores ainda acrescentam que o convívio com os jovens propicia benefícios à saúde e ao bem-estar nesta fase de vida. Em suas palavras: “[...] as pessoas que vivenciam aspectos positivos nas relações de apoio intergeracional sentem-se mais positivas em relação a si próprias e ao seu mundo suportando melhor a doença, o stress e outras dificuldades” (p. 521).

Diante disso percebe-se que atividades intergeracionais, como espaços de convivência, programas de inclusão das pessoas idosas, políticas públicas e privadas que reconheçam o valor das experiências, são importantes e podem auxiliar na

ampliação do conhecimento do processo do envelhecimento. Essas atividades ajudam a reduzir o isolamento social e o preconceito em relação ao envelhecimento, mas também favorecerem o desenvolvimento de habilidades sociais e emocionais de jovens e idosos (VERAS; CALDAS, 2004).

Enfim, a convivência intergeracional pode ser uma forma de valorizar e acolher a diversidade, possibilitando a construção de uma sociedade verdadeiramente mais justa e mais inclusiva. Para além dessa estratégia, reconhecemos que a leitura fenomenológico-existencial da condição humana também pode exercer um papel importante na mudança de concepção do envelhecimento, justamente por reforçar a ideia de que o processo de envelhecimento é inerente à existência humana, assim como as outras fases do ciclo da vida: a infância, a adolescência e a idade adulta. É, portanto, um processo universal que afeta todas as pessoas que alcançam longevidade, independentemente de qual seja a sua origem, cultura ou condição socioeconômica. Esse aspecto será tratado na seção seguinte.

### **3 SOBRE O ENVELHECER NA LOGOTERAPIA**

Dentre as diferentes teorias psicológicas de base fenomenológico-existencial, interessa-nos aqui considerar a Logoterapia, desenvolvida por Viktor Frankl (1905-1997). Essa abordagem psicoterapêutica, cujo enfoque principal é a busca pelo sentido da vida, defende uma concepção holística e humanista, que considera a pessoa em sua totalidade física, psíquica e espiritual,<sup>4</sup> além de destacar as relações que o homem estabelece com o mundo e as relações interpessoais como fonte de significado e sentido de vida. Segundo a Logoterapia, o fator motivador da vida humana é a busca de sentido através da atribuição de valores e a projeção para o mundo, com finalidade de buscar um sentido concreto para as ações, responsabilizando-se o próprio homem pelas tarefas realizadas e ainda não realizadas (FRANKL, 2020).

---

<sup>4</sup>Aqui, temos que entender que o termo espiritual, pela perspectiva da Logoterapia, possui uma dimensão “noológica”, que se refere às características da existência essencialmente humana: liberdade, responsabilidade e autoconsciência.

### 3.1 CONCEITOS FUNDAMENTAIS

A abordagem da Logoterapia se assenta sobre alguns princípios fundamentais, dentre os quais se destacam a busca por um propósito ou sentido de vida, o desenvolvimento da responsabilidade e da autonomia, a aceitação da liberdade, enquanto uma mudança de atitude perante os desafios e, até mesmo, sofrimentos inevitáveis. Portanto, a Logoterapia almeja estimular a conscientização plena do indivíduo acerca de sua liberdade e sua autonomia, o que implica posicionar-se perante o mundo e a si próprio, responsabilizando-se por suas ações e mudanças de atitudes. Dentro desse cenário de liberdade existencial, Frankl entende que o ser humano é movido por propósitos e sentido de vida, afirmando que o propósito ou sentido é pessoal, concreto e variável, sendo que essa busca é fundamental para a saúde mental e bem-estar das pessoas (FRANKL, 2014).

Ainda de acordo com Frankl (2014), é possível descobrir o sentido da vida de três maneiras: a primeira refere-se ao campo da vivência, encontrando alguém ou experimentando algo como a bondade, a beleza, a cultura etc. A segunda refere-se ao sentido que as pessoas dão aos seus atos ou criações, como pode ocorrer, por exemplo, no âmbito do trabalho. A terceira maneira diz respeito à ação e à decisão que tomamos diante de um sofrimento inevitável. Nas palavras do autor:

[...] o homem não preenche o sentido de sua existência apenas por meios de seus esforços criativos e encontros experienciais, ou seja, trabalhando e amando. Não devemos ignorar o fato de que também há experiências trágicas inerentes à vida humana, acima de tudo aquela “tríade trágica” - se posso usar esse termo que é representada pelos fatos primordiais da existência humana: sofrimento, culpa e transitoriedade (FRANKL, 2020, p. 73).

Cabe ressaltar que essa busca do sentido é contínua, não cessa cronologicamente, pois “a vida tem sentido sempre, literalmente até o último suspiro, e um sentido incondicional” (FRANKL, 2016, p.41). O autor salienta ainda que as experiências realizadas na vida são riquezas internas, intransferíveis, haja vista que tudo que pensamos, sofremos ou alcançamos no passado se integra à existência do ser, sendo asseguradas para a eternidade.

Além disso, ele observa que o caminho para se encontrar um propósito de vida é singular, e que as escolhas não dependem de influências externas. Ou seja, cada

indivíduo é único e tem o poder de tomar decisões, exercendo sua liberdade e responsabilidade, na busca de encontrar um sentido próprio para sua existência. Nas palavras de Frankl (2014, p. 139):

[...] o sentido da vida difere de pessoa para pessoa, de dia para dia, de hora em hora. O que importa, portanto, não é o sentido da vida em geral, mas sim o sentido específico de uma vida individual em um momento concreto. Para cada situação, há um sentido que se espera descobrir. Se o homem é questionado pela vida diariamente, então ele é desafiado a responder a essas perguntas a cada momento e a cada situação [...].

Embora o meio possa influenciar esse processo de busca de sentido e de escolhas, através dos condicionantes biopsicossociais, é possível superar estas limitações e criar um propósito pessoal que reflita as aspirações e valores internos individuais (ZANATA; CAMPOS; COELHO, 2021). Nesse sentido, a busca por um sentido de vida é uma jornada individual que envolve reflexão, escolhas únicas para uma vida mais plena e satisfatória. Ao abordar o sentido do sofrimento em sua obra *Em Busca de Sentido*, Frankl (2014) argumenta que é possível encontrar significado em todas as fases e circunstâncias da vida, mesmo nas situações mais desesperadoras. Para ele, o ser humano possui uma capacidade inerente de demonstrar seu potencial humano por meio de suas ações e escolhas.

Seguindo esse referencial teórico, pode-se concluir que a busca por sentido é compreendida como um processo contínuo e dinâmico, influenciado por múltiplos fatores tais como, saúde física, atividade mental e participação social. Além disso, esse sentido de vida, não é universal nem imutável, mas pode variar de acordo com o contexto no qual a pessoa está inserida, também diferindo de pessoa para pessoa, pois cada ser humano, em suas diferentes fases de vida, tem perspectivas singulares e pontos de vista únicos (FRANKL, 2011a).

### 3.2 LOGOTERAPIA: UMA POSSÍVEL ATUAÇÃO DO PSICÓLOGO

Após apresentar a visão da Logoterapia sobre a condição humana, cabem algumas reflexões que essa perspectiva teórica pode fornecer ao profissional psicólogo na compreensão e na atuação em relação ao envelhecer.

No contexto da pessoa idosa não é raro a finitude ser fonte de medo. Como ressaltam Fonseca, Silva e Aviz (2021), com a proximidade da finitude, as pessoas idosas podem ter um grande medo do futuro, o que pode afetar seu bem-estar e trazer uma sensação de falta de sentido. Contudo, a consciência da transitoriedade da vida e da inevitabilidade do término também pode ser usada como motivação para agir com propósito e significado. É através desta consciência que se compreende que não há tempo infinito para buscar uma realização pessoal e contribuir para a comunidade, e é isso que impulsiona o indivíduo em direção a uma vida mais plena e gratificante, em conexão com os outros e em resposta às demandas fundamentais do compromisso humano (PINTOS, 1992 apud ZANATA; CAMPOS; COELHO, 2021).

Portanto, cabe ao psicólogo auxiliar o idoso para que possa identificar fontes de significado nas experiências, nas relações interpessoais e valores acumulados. Assim, ressaltando que a vida está repleta de oportunidades e que o sentido de vida pode ser descoberto em qualquer fase, sendo acessível a todos os seres humanos. Como afirma Frankl (2011a, p. 193): “[...] esse sentido é incondicional, e nem mesmo a morte ou o sofrimento podem retirar sua validade”.

Segundo o mesmo autor, mesmo em circunstâncias difíceis, cada indivíduo possui liberdade de escolher o seu destino. Essa liberdade está acessível a todos, independentemente da idade, e não está relacionada com a busca de prazeres imediatos. Trata-se de uma escolha consciente e responsável, direcionada para realização de seu propósito existencial. Em outras palavras, para a Logoterapia, a felicidade não é resultado dos eventos em si, mas sim da postura pessoal adotada diante deles. Mesmo limitados por fatores externos, em idade avançada ou diante de situações imprevisíveis, o indivíduo pode exercer sua liberdade de ser quem ele é ou buscar melhorar a si mesmo (FONSECA; SILVA; AVIZ, 2021). Nesse sentido, o trabalho psicoterapêutico deve ser capaz de auxiliar as pessoas idosas a encontrar um propósito em suas vidas, além de ajudá-las a lidar com as questões difíceis e desafiadoras, proporcionando-lhes uma satisfação e um bem-estar emocional.

Em sua obra *Conceitos Básicos da Logoterapia*, Frankl (2011b) argumenta que o vazio existencial é uma experiência comum a todos os seres humanos, e pode causar angústias e sofrimentos, levando as pessoas ao tédio, à apatia e ao desespero. Esse vazio existencial surge na falta de propósito de vida, quando os objetivos e os

valores são vazios e superficiais. No processo de envelhecimento, esse vazio existencial pode se tornar mais pronunciado devido a fatores inerentes à idade, como a aposentadoria, as mudanças físicas significativas, as enfermidades crônicas, a perda de identidade pessoal, o isolamento social, a solidão e o sentimento da proximidade com a finitude. Enfim, esses fatores podem contribuir para uma privação de significado da vida, a falta de metas e de objetivos pessoais, o que pode resultar em uma estagnação.

Assim, no processo de envelhecimento pode haver um confronto com as questões existenciais, o que pode levar a pessoa idosa a repensar valores e prioridades, fazendo surgir questionamentos com relação ao sentido da sua existência ou à ausência de sentido, o que pode afetar seu bem-estar psicológico. Seguindo os fundamentos da Logoterapia, cabe ao psicólogo auxiliar as pessoas idosas a encontrarem um propósito de vida, o que é fundamental para superar o vazio existencial, mesmo diante de incertezas e medos, que podem ocorrer nessa fase de vida. Portanto, as pessoas idosas precisam ser encorajadas a abraçar a sua existência finita mantendo a dignidade, as realizações e o sentido para viver o tempo que lhes resta. Concentrem-se naquilo que pode ser mudado e não resistir àquilo que não pode.

A complexidade da questão do sentido de vida na velhice requer uma abordagem sensível e individualizada, na qual fatores como a cultura, crenças, valores e experiência de vida devem ser considerados e os profissionais de psicologia, que se dedicam a intervir junto aos idosos, devem compreender que a descoberta do propósito e do significado de vida é um processo ininterrupto e desafiador, além de ser uma jornada particular e ímpar. Assim, o papel da psicologia consiste em auxiliar as pessoas idosas a identificarem as próprias fontes de significado e sentido da própria existência. É importante que as pessoas idosas se reconheçam como indivíduos valiosos e importantes, independentemente da sua idade, mantendo sua autoestima e autoconfiança.

Embora para muitos idosos possa parecer que o tempo está se esgotando e não há tempo para mudanças, sempre há tempo de recomeçar e vislumbrar caminhos de possibilidades e esperança (ZANATA; CAMPOS; COELHO, 2021). E, nesse contexto, a psicologia pode auxiliar na reconstrução pessoal, encorajando a pessoa

idosos a explorar novas possibilidades e perspectivas de vida, abandonando lamentações e sentimentos de declínio, associados ao envelhecimento, concentrando na busca de sentido e no propósito da vida já vivida.

Outra atuação necessária através da psicologia é a promoção da inclusão social, desenvolvendo um trabalho junto a familiares, promovendo habilidades de comunicação e interação social, e contribuindo para a prevenção do isolamento e da solidão. É fundamental que esses profissionais estejam preparados para combater o preconceito e a discriminação contra os idosos, por meio de intervenções individuais, em grupo, em instituições privadas e públicas, promovendo uma maior conscientização e valorização da velhice como uma fase natural da vida que deve ser respeitada.

Ademais, é possível atuar junto a essas instituições, desenvolvendo políticas e programas que promovam a inclusão social, bem como disseminar conhecimento acerca dessa fase de vida, visando ao reconhecimento das necessidades e dos direitos dessa parcela da população. A psicologia neste processo de desenvolvimento pode desempenhar um papel importante, desenvolvendo estratégias com intuito de resgatar um propósito de vida, a cidadania, a dignidade e a valorização das pessoas idosas. Isso pode ser obtido através da participação em atividades sociais, culturais, bem como através do estímulo à realização de desejos e à busca de aprendizado permanente.

#### **4 CONSIDERAÇÕES FINAIS**

Como foi apresentado, o envelhecimento é um processo complexo no qual ocorrem mudanças e adaptações. Apesar de o processo de envelhecer ser natural e fazer parte da existência humana, fica evidente que, na sociedade atual, ele é permeado por questões relacionadas a estigmas e estereótipos, que contribuem, muitas vezes, para a exclusão social, e, conseqüentemente, para sentimentos de solidão e adoecimento em idosos. Nesse contexto, pode-se perceber que existe, na sociedade, um paradoxo entre o desejo de envelhecer versus o lamento da velhice.

Refletir sobre esse paradoxo pode ser um caminho inicial para a sua superação e melhor compreensão e aceitação dessa fase da vida.

Nesse sentido, conclui-se que é fundamental que os profissionais de psicologia estejam preparados para combater o preconceito e a discriminação que, muitas vezes, acompanha o envelhecer; além de intervir, através da psicoeducação e da construção e da discussão de políticas públicas e programas que promovam a inclusão social, na promoção do respeito e da proteção dos direitos desse segmento da população.

Tanto a responsabilidade individual quanto a coletiva são essenciais para garantir uma velhice digna e saudável. Nesse contexto, a abordagem da Logoterapia é mais um recurso no trabalho do psicólogo, contribuindo, significativamente, para que as pessoas idosas sejam incentivadas a buscar um propósito e sentido de vida, a partir da liberdade, da responsabilidade e de novas atitudes diante das limitações físicas e psicológicas decorrentes do envelhecimento.

A partir do que foi aqui apresentado, espera-se que este artigo possa contribuir para impulsionar mais reflexões e estudos sobre o processo de envelhecimento, inclusive com base em outras abordagens psicológicas, de modo que se possa compreender e valorizar todas as etapas da vida, buscando um equilíbrio entre a sabedoria e a vitalidade, a experiência e a inovação, de modo a termos uma vida mais plena, digna e significativa para todos os seres humanos que vivem longamente.

## REFERÊNCIAS

BEAUVOIR, S. **A velhice**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1990.

BRASIL. **Estatuto do Idoso**: Lei Federal nº 10.741, de 01 de outubro de 2003. Brasília: Secretaria Especial de Direitos Humanos, 2004.

BRUNO, M. R. P. Cidadania não tem idade. **Revista Serviço Social & Sociedade**, São Paulo, v. 24, n. 75, p. 75, set. 2003.

CALDAS, C. P. Educação para a saúde: a importância do autocuidado. *In*: VERAS, R. P. **Terceira Idade**: alternativas para uma sociedade em transição. Rio de Janeiro: Relume-Dumará-UnATI/Uerj, 1999. p. 45-52.

FARINELLI, M. R. Apresentação. *In*: **I Congresso Internacional de Envelhecimento Ativo**: saúde, segurança e participação social, Franca, abr. 2015. p. 5-7. Disponível em:

[https://www.franca.unesp.br/Home/publicacoes eletronicas/congressointernacional envelhecimentoativo/i-congresso-envelhecimento-ativo\\_.pdf](https://www.franca.unesp.br/Home/publicacoes eletronicas/congressointernacional envelhecimentoativo/i-congresso-envelhecimento-ativo_.pdf). Acesso em: 13 mar. 2023.

FONSECA, A. P. M.; SILVA, D. C.; AVIZ, A. **Contribuições da Logoterapia para idosos na pós-modernidade**. 2021. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia). Universidade Sociedade Educacional de Santa Catarina, Santa Catarina, 2021.

FRAIMAN, A. **Idosos órfãos de filhos vivos - os novos desvalidos**, 2016. Disponível em: [Conape.org.br/QO-content/uploads/2019/07/IDOSOS-orfãos-de-filhos-vivos-os-novos-desvalidos.pdf](http://Conape.org.br/QO-content/uploads/2019/07/IDOSOS-orfãos-de-filhos-vivos-os-novos-desvalidos.pdf). Acesso em: 24 ago. 2022.

FRANÇA, L. H. F. P.; SILVA, A. M. T. B.; BARRETO, M. S. L. Programas intergeracionais: quão relevantes eles podem ser para a sociedade brasileira?. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, v. 13, n. 3, p. 519-531, set. 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1809-98232010000300017>. Acesso em: 08 mar. 2023.

FRANKL, V. **A vontade de sentido**: Fundamentos e aplicações das Logoterapia. São Paulo: Paulus, 2011a.

FRANKL, V. **Conceitos básicos de logoterapia**. São Paulo: Mens Sana, 2011b. E-book.

FRANKL, V. **Em busca de sentido**: um psicólogo no campo de concentração. 36 ed. Petrópolis: Vozes, 2014.

FRANKL, V. **Sede de sentido**. São Paulo: Quadrante, 2016.

FRANKL, V. Logoterapia e existência. In: FRANKL, V. **Psicoterapia Existencialismo**: textos selecionados em Logoterapia. São Paulo: É Realizações, 2020. p.71-75

IBGE. **Agência IBGE notícias**: Estatísticas sociais, 2020. Rio de Janeiro: Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística. Disponível em: <https://agenciadenoticias.ibge.gov.br/agencia-sala-de-imprensa/2013-agencia-de-noticias/releases/29502-em-2019-expectativa-de-vida-era-de-76-6-anos>. Acesso em: 21 out. 2022.

LAVOR, M. T. **A pessoa idosa em busca de sentido**. 2018. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação em Psicologia). Centro Universitário Doutor Leão Sampaio, Juazeiro, 2018.

MOREIRA, R.A. A velhice, segundo Cícero. **Revista Direito UNIFACS**, Nova Iguaçu, v. 1, n. 250, p.1-4, abr. 2021. Disponível em: <https://revistas.unifacs.br/index.php/redu/article/view/7184>. Acesso em: 21 de fev. 2023.

MOTTA, A. Visão antropológica do envelhecimento. *In*: FREITAS, E. *et al.* **Tratado de geriatria e gerontologia**. 3 ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2013. p. 1316-1323.

NERI, A. L. Saúde e envelhecimento: prevenção e promoção. As necessidades afetivas dos idosos. *In*: CONSELHO FEDERAL DE PSICOLOGIA. **Envelhecimento e Subjetividade**: desafios para uma cultura de compromisso social. Brasília: Conselho Federal de Psicologia, 2009. p. 101-112.

NOGUEIRA, C. F.; BORIS, G. D. J. B. Envelhecimento na perspectiva fenomenológico-existencial de Sartre e de Beauvoir. **Revista de psicologia**, Santiago, v. 28, n. 2, p. 95-109, dez. 2019. Disponível em: <https://www.scielo.cl/pdf/revpsicol/v28n2/0719-0581-revpsicol-28-2-00095.pdf>. Acesso em: 15 out. 2022.

OLIVEIRA, A. R. V.; VIANNA, L. G.; CÁRDENAS, C. J. Avosidade: Visões de avós e de seus netos no período da infância. **Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia**, Rio de Janeiro, v.13, n.3, p. 461-474, 2010. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1809-98232010000300012>. Acesso em: 13 mar. 2023.

OMS. **População com mais de 60 anos alcançará 1 bilhão de pessoas em uma década**: relatório-síntese. Brasília: Organização Mundial da Saúde, 2012. Disponível em: <https://brasil.un.org/pt-br/60654-popula%C3%A7%C3%A3o-com-mais-de-60-anos-alcan%C3%A7ar%C3%A1-1-bilh%C3%A3o-de-pessoas-em-uma-d%C3%A9cada>. Acesso em: 10 ago. 2022.

OMS. **Envelhecimento ativo**: uma política de saúde. Brasília: Organização Pan-Americana de Saúde, 2005. Disponível em: [https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento\\_ativo.pdf](https://bvsms.saude.gov.br/bvs/publicacoes/envelhecimento_ativo.pdf). Acesso em: 18 ago. 2022.

OMS. **Relatório mundial de envelhecimento e saúde**: relatório-síntese. Brasília: Organização Mundial da Saúde, 2015. Disponível em: <https://sbgg.org.br/wp-content/uploads/2015/10/OMS-ENVELHECIMENTO-2015-port.pdf>. Acesso em: 29 ago. 2022.

PASCHOAL, S. M. P. Epidemiologia do envelhecimento. *In*: NETTO, M. P. **Gerontologia**: a velhice e o envelhecimento em visão globalizada. Rio de Janeiro: Atheneu, 2002. p. 26-43.

SANTOS, N. M. Ajustamentos criativos no processo do envelhecimento na contemporaneidade. **Psicologia.pt**, p. 1-25, 2017. Disponível em: <https://www.psicologia.pt/artigos/textos/A1086.pdf>. Acesso em: 25 ago. 2022.

SCHNEIDER, R. H.; IRIGARAY, T. Q. O envelhecimento na atualidade: aspectos cronológicos, biológicos, psicológicos e sociais. **Estudos de Psicologia**, Campinas, v. 25, n. 4, p. 585-593, dez. 2008. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/estpsi/a/LTdthHbLvZPLZk8MtMNmZyb/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 03 out. 2022.

SILVA, L. R. F. Da velhice à terceira idade: o percurso histórico das identidades atreladas ao processo de envelhecimento. **História, Ciências, Saúde-Manguinhos**, [S./], v. 15, n. 1, p. 155-168, jan. 2008. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S0104-59702008000100009>. Acesso em: 06 out. 2022.

SILVA, R. L.; MEDINA, P. Crianças pequenas e a pessoa idosa: contribuição intergeracional. **Revista Eletrônica Esquiseduca**, [S./], v.10, n.22, p. 618–633, abr. 2019. Disponível em: <https://periodicos.unisantos.br/pesquiseduca/article/view/808>. Acesso em: 13 mar. 2023.

TEIXEIRA, M. C. T. V. *et al.* Envelhecimento e rejuvenescimento: um estudo de representação social. *Revista Brasileira de Geriatria e Gerontologia*, [S./], v. 10, n. 1, p. 49-72, jan. 2007. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rbagg/a/4xRW3mwMks8hMLZFJ4qpZSk/?lang=pt#>. Acesso em: 13 mar. 2023

VERAS, R. Envelhecimento populacional contemporâneo: demandas, desafios e inovações. **Rev. Saúde Pública**, Rio de Janeiro, v. 43, n. 3, p. 548-554, nov. 2009. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/rsp/a/pmygXKSrLST6QgvKyVwF4cM/?format=pdf&lang=pt>. Acesso em: 13 mar. 2023.

VERAS, R. P.; CALDAS, C. P. Promovendo a saúde e a cidadania do idoso: o movimento das universidades da terceira idade. **Ciência & Saúde Coletiva**, [S./], v. 9, n. 2, p. 423-432, abr. 2004. Disponível em: <https://doi.org/10.1590/S1413-81232004000200018>. Acesso em: 13 mar. 2023.

ZANATTA, C.; CAMPOS, L. A. M.; COELHO, P. D. A pessoa idosa e a busca do sentido. Um olhar de esperança. **Revista da Abordagem Gestáltica: Phenomenological Studies**, Goiânia, v. 27, n. 1, p. 104-113, abr. 2021. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/pdf/rag/v27n1/v27n1a11.pdf>. Acesso em: 27 set. 2022.